

Daugavpils 13.pirmsskolas iestādes

APU

Vieta	Drošība	Atbildība	Cieņa
Sporta zālē	<ul style="list-style-type: none"> •Klausies un izpildi skolotāja norādījumu •Sporta inventāru izmanto tikai ar skolotāja atļauju •Sportojot turies no citiem izstieptas rokas attālumā •Esi pacietīgs, sagaidi savu kārtu 	<ul style="list-style-type: none"> •Sporta inventāru lieto tā, kā to rāda skolotāja • Noliec tur, kur paņēmi 	<ul style="list-style-type: none"> •Ja tev neizdodas kāds vingrinājums palūdz drauga vai skolotāja palīdzību •Palīdzi draugam, ja viņš lūdz palīdzību
Pastaiga ārpus iestādes teritorijas. Ekskursijā	<ul style="list-style-type: none"> •Klausies un izpildi skolotājas norādījumus •Lai tu būtu redzams uz ceļa uzvelc atstarojošo vesti •Seko skolotājam •Ej pāri, kolonnā viens aiz otra •Ja esi pazaudējis pārejos, paliec turpat, un gaidi, noteikti atnāks pēc tevis 	<ul style="list-style-type: none"> • Saki skolotājam ja nepieciešama palīdzība 	<ul style="list-style-type: none"> •Ejot pāros, turies no iepriekšējā pāra izstieptas rokas attālumā •Kad esi galamērķī, sasveicinies un atsveicinies ar pieaugušajiem •Klausies runātāju! •Ja tev ir jautājumi pacel roku un sagaidi, kad tev dos vārdu. •Ejot prom, saki „paldies!” un atsveicinies
Guļamistabā	<ul style="list-style-type: none"> • Gultā guli • No gultas celies lēnām • Gultā apgulies uz sāna un apsedzies līdz pleciem 	<ul style="list-style-type: none"> • Katram ir sava guļamvieta • Pirms miega savas drēbes kārtu uz sava krēsla • Apavus noliec kopā pie savas gultas • Kad esi apgūlies- aizver acis un gaidi miedziņu 	<ul style="list-style-type: none"> •Ja gribi uz tualeti, klusām pasaki to skolotājam •Esi kluss pat tad, ja nenāk miegs •Ja tev neizdodas novilkt vai uzvilkt drēbes palūdz drauga vai skolotāja palīdzību

Garderobē	<ul style="list-style-type: none"> •Verot durvis esi uzmanīgs •Uz sola sēdi •Ja tev neizdodas novilkt vai uzvilkt drēbes palūdz drauga vai skolotāja palīdzību •Garderobē pārvietojies lēnām •Ģērbjoties atrodi blakus savam skapītim 	<ul style="list-style-type: none"> •Savas virsdrēbes un apavus saliec savā skapītī •Garderobē pārgērbjas, rotaļājas grupā •Slapjās drēbes atdod skolotājam rokās •Spogulī tikai skaties •Skaties pa logu tikai tad, kad žalūzijas ir atvērtas •Ģērbies ievērojot secībvispirms to, kas velkams kājās, pēc tam to, kas mugurā •Ņem un lieto tikai savas mantas 	<ul style="list-style-type: none"> •Ienākot bērnudārzā noslauki kājas •Aizver durvis •Satiekoties sasveicinies •Atrastās lietas atdod skolotājam
Mūzikas zālē	<ul style="list-style-type: none"> • Dejā turies no iepriekšējā bērna izstieptas rokas attālumā • Dziedi plūstoši, klausies pārējos • Esi pacietīgs, sagaidi savu kārtu 	<ul style="list-style-type: none"> • Krēslu noliec savā vietā • Spēlē instrumentustā, kā to rāda skolotājs • Ienākot zālē pēdējais aizver durvis 	<ul style="list-style-type: none"> •Ienākot zālē, sasveicinies •Klausies skolotāju •Runā tad, kad tev dod vārdu •Aizejot no zāles atsveicinies
Nodarbību laikā	<ul style="list-style-type: none"> • Ar šķērēm un adatu darbojies pēc skolotāja parauga • Sēdi taisnu muguru 	<ul style="list-style-type: none"> • Seko līdz skolotājas norādījumiem – tā darbiņš sanāks skaistāks • Pēc nodarbības darbarīkus noliec tur kur paņēmi • Atkritumus izmet atkritumu tvertnē 	<ul style="list-style-type: none"> •Ja grupas biedrs lūdz tavu palīdzību - palīdzi. •Atceries pateikt „Lūdzu ”un ”Paldies” •Atceries, citu bērnu darbs ir tik pat svarīgs kā tavs! •Runā pieklājīgi un mierīgi
Ārpusnodarbību laikā	<ul style="list-style-type: none"> • Pa grupu pārvietojies lēni un bez steigas. • Runā pusbalsī - saudzē citu bērnu un skolotājas ausis 	<ul style="list-style-type: none"> • Saudzē rotaļlietas, lai arī rīt tev būtu ar ko spēlēties. • Katrai lietai sava vieta – kur paņēmi, tur arī noliec. • Ja pamani, ka kaut kas ir salūzis vai saplūsis, pasaki 	<ul style="list-style-type: none"> •Atnākot saki „Labrīt” un aizejot saki „Uzredzēšanos”. •Rotaļājies kopā ar grupas biedriem, dalies ar mantām •Palīdzi skolotājam un auklītei •Ja kāds raud - samīļo.

		to skolotājam.	
Kāpnēs	<ul style="list-style-type: none"> • Kāp lēnām • Skaties zem kājām, • Turies pie margām • Ej viens aiz otra, izstieptas rokas attālumā • Kāp uz katra pakāpiena • Esi uzmanīgs verot durvis 	<ul style="list-style-type: none"> • Aizver durvis 	<ul style="list-style-type: none"> • Ienākot bērnudārzā notīri kājas • Satiekoties sasveicinies • Esi džentlmenis, palaid meitenes pirmās!
Tualetē	<ul style="list-style-type: none"> • Esi uzmanīgs, verot durvis. • Mazgā rokas tā, lai apkārt viss ir sauss 	<ul style="list-style-type: none"> • Tualetes papīru lieto tikai tik, cik tev ir nepieciešams • Tualetes papīru izmet atkritumu tvertnē • Pēc tualetes lietošanas nolaid ūdeni • Šķidrās ziepes nospied vienu reizi. • Pēc tualetes lietošanas nomazgā rokas. • Atgriez ūdens krānu tā, lai ūdens strūkļa ir neliela • Pēc roku mazgāšanas aizgriez krānu • Mazgā rokas tā, lai apģērbs ir sauss • Lieto tikai savu dvieli un zobu birsti 	<ul style="list-style-type: none"> • Esi pacietīgs, sagaidi savu kārtu • Palaid meitenes mazgāt rokas pirmās.

<p>Pie galda/ ēdienreizēs</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sēdies pie galda tikai pēc skolotāja aicinājuma • Galda piederumus lieto ēšanai • Sēžot pie galda, turi muguru taisni. • Ēdot klusē. • Ēd mierīgi un lēnām. • Savus netīros traukus uz virtuves pa vienam 	<ul style="list-style-type: none"> • Pirms ēšanas nomazgā rokas • Pēc ēšanas savus traukus noliec virtuvē uz galda • Aizejot atstāj kārtībā savu vietu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Paņem maizi tik, cik vari apēst. • Ēdot turi elkoņus lejā. • Atceries pateikt „Paldies!” • Ēd klusu
<p>Pastaiga iestādes teritorijā</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Uz laukuma dodies pāros • Skaties zem kājām • Ejot pāros, turies no iepriekšējā pāra izstieptas rokas attālumā • Ja gribi šūpoties, bet šūpoles ir aizņemtas, esi pacietīgs, atrodi sev citu nodarbi • Sēžot šūpolēs turies ar abām rokām • Nojumē pārvietojies lēnām • Pa peļķēm var lēkāt tikai gumijas zābakos • Slidenā laikā pārvietojies maziem soļiem • Kustību rotaļas spēlē “Atspūldziņa” laukumā • Esi savā laukumā • Ja tev ir nepieciešama palīdzība jautā skolotājam 	<ul style="list-style-type: none"> • Uzturi sevi kārtībā un tīrībā • Roc tikai smilšu kastē • Spēlējies ar rotaļlietām, • Rotaļlietas noliec tur, kur paņēni 	<ul style="list-style-type: none"> • Sasveicinies ar pieaugušajiem • Papīrus un atkritumus izmet atkritumu tvertnē • Augus un kukaiņus tikai vēro • Lapu kaudzei (sniega kupenai) paej garām

Daugavpils pilsētas 13.pirmsskolas iestādes
APU programmas
noteikumu apgūšanas kalendārais plāns

Laiks	Vieta
Septembris	Garderobē Kāpnēs
Oktobris	Guļamistabā
Novembris	Tualetē
Decembris	Nodarbību laikā
Janvāris	Pie galda/ēdienreizēs
Februāris	Pastaiga iestādes teritorijā
Marts	Ārpus nodarbību laikā
Aprīlis	Sporta zālē Mūzikas zālē
Maijs	Pastaiga ārpus iestādes teritorijas. Ekskursijā

**Daugavpils pilsētas 13.pirmsskolas iestādes
APU programmas
noteikumu apgūšanas plāns**

Mēnesis	Telpa	Bērnu vecums	Noteikumi
Septembris	Garderobē	2-4 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ienākot bērnudārzā notīri kājas 2. Aizver durvis 3. Satiekoties sasveicinies 4. Ģērbies ievērojot secību- vispirms to, kas velkams kājās, pēc tam to, kas mugurā
		4-5 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 5. Savas virsdrēbes un apavus saliec savā skapītī 6. Ja tev neizdodas novilkt vai uzvilkt drēbes palūdz drauga vai skolotāja palīdzību
		5-6 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 7. Ģērbjoties, esi blakus savam skapītim 8. Garderobē pārvietojies lēnām 9. Uz sola sēdi 10. Verot durvis esi uzmanīgs 11. Garderobē pārgērbjas, rotaļājas grupā

	Kāpnēs	6-7 gadi	12. Slapjās drēbes atdod skolotājam rokās 13. Spogulī tikai skaties 14. Skaties pa logu tikai tad, kad žalūzijas ir atvērtas 15. Atrastās lietas atdod skolotājam
		2-4 gadi	1. Ienākot bērnudārzā notīri kājas 2. Satiekoties sasveicinies
		4-5 gadi	3. Skaties zem kājām 4. Turies pie margām 5. Aizver durvis
		5-6 gadi	6. Kāp uz katra pakāpiena 7. Kāp lēnām 8. Ej viens aiz otra, izstieptas rokas attālumā 9. Esi uzmanīgs verot durvis
		6-7 gadi	10. Esi džentlmenis, palaid meitenes pirmās!
Oktobris	Gulamistabā	2-3 gadi	1. Katram ir sava guļamvieta 2. Pirms miega savas drēbes kārto uz sava krēsla
		4-5 gadi	3. Ja tev neizdodas novilkt vai uzvilkt drēbes palūdz drauga vai skolotāja palīdzību 4. Gultā apgulies uz sāna un apsedzies līdz pleciem 5. Ja gribi uz tualeti, klusām pasaki to skolotājam
		5-6 gadi	6. Apavus noliec kopā pie savas gultas 7. Kad esi apgulies- aizver acis un gaidi miedziņu 8. Gultā guli
		6-7 gadi	9. Esi kluss pat tad, ja nenāk miegs 10. No gultas celies lēnām

Novembris	Tualetē	2-4 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Esi pacietīgs, sagaidi savu kārtu 2. Esi uzmanīgs, verot durvis. 3. Pēc tualetes lietošanas nomazgā rokas.
		4-5 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 4. Tualetes papīru lieto tikai tik, cik tev ir nepieciešams 5. Tualetes papīru izmet atkritumu tvertnē 6. Pēc tualetes lietošanas nolaid ūdeni 7. Lieto tikai savu dvieļi un zobu birsti
		5-6 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 8. Šķidrās ziepes nospied vienu reizi. 9. Mazgā rokas tā, lai apkārt viss ir sauss 10. Atgriez ūdens krānu tā, lai ūdens strūkļa ir neliela
		6-7 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 11. Pēc roku mazgāšanas aizgriez krānu 12. Mazgā rokas tā, lai apģērbs ir sauss
Decembris	Nodarbību laikā	2-4 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Seko līdz skolotājas norādījumiem – tā darbiņš sanāks skaistāks
		4-5 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 2. Runā pieklājīgi un mierīgi 3. Atceries, citu bērnu darbs ir tikpat svarīgs kā tavš!
		5-6 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 4. Sēdi taisnu muguru 5. Atceries pateikt „Lūdzu ”un ”Paldies” 6. Ar šķērēm un adatu darbojies pēc skolotāja parauga
		6-7 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 7. Ja grupas biedrs lūdz tavu palīdzību - palīdzi. 8. Pēc nodarbības darbarīkus noliec tur kur paņēmi 9. Atkritumus izmet atkritumu tvertnē
Janvāris	Pie galda/ ēdienreizēs	2-4 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pirms ēšanas nomazgā rokas 2. Sēdies pie galda tikai pēc skolotāja aicinājuma
		4-5 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 3. Galda piederumus lieto ēšanai 4. Paņem maizi tik, cik vari apēst. 5. Ēdot turi elkoņus lejā.
		5-6 gadi	<ol style="list-style-type: none"> 6. Sēžot pie galda, turi muguru taisni.

			<ul style="list-style-type: none"> 7. Ēdot klusē. 8. Ēd mierīgi un lēnām. 9. Ēd klusu
		6-7 gadi	<ul style="list-style-type: none"> 10. Atceries pateikt „Paldies!” 11. Savus netīros traukus uz virtuvi nes pa vienam 12. Pēc ēšanas savus traukus noliec virtuvē uz galda 13. Aizejot atstāj kārtībā savu vietu.
Februāris	Pastaiga iestādes teritorijā	2-4 gadi	<ul style="list-style-type: none"> 1. Uz laukuma dodies pāros 2. Esi savā laukumā
		4-5 gadi	<ul style="list-style-type: none"> 3. Ja tev ir nepieciešama palīdzība jautā skolotājam 4. Nojumē pārvietojies lēnām 5. Skaties zem kājām 6. Ejot pāros, turies no iepriekšējā pāra izstieptas rokas attālumā 7. Sasveicinies ar pieaugušajiem
		5-6 gadi	<ul style="list-style-type: none"> 8. Papīrus un atkritumus izmet atkritumu tvertnē 9. Uzturi sevi kārtībā un tīrībā 10. Spēlējies ar rotaļlietām, 11. Rotaļlietas noliec tur, kur paņēmi 12. Kustību rotaļas spēlē savā laukumā 13. Augus un kukaiņus tikai vēro 14. Ja gribi šūpoties, bet šūpoles ir aizņemtas, esi pacietīgs, atrodi sev citu nodarbi
		6-7 gadi	<ul style="list-style-type: none"> 15. Sēžot šūpolēs turies ar abām rokām 16. Pa peļķēm var lēkāt tikai gumijas zābakos 17. Slidenā laikā pārvietojies maziem soļiem 18. Lapu kaudzei (sniega kupenai) paej garām 19. Roc tikai smilšu kastē
Ma	Ārp usn	2-4 gadi	<ul style="list-style-type: none"> 1. Atnākot saki „Labrīt” un aizejot saki „Uzredzēšanos”. 2. Katrai lietai sava vieta – kur paņēmi, tur arī noliec.

			3. Ja kāds raud - samīlo.
		4-5 gadi	4. Saudzē rotaļlietas, lai arī rīt tev būtu ar ko spēlēties. 5. Rotaļājies kopā ar grupas biedriem, dalies ar mantām 6. Ja pamani, ka kaut kas ir salūzis vai saplīsis, pasaki to skolotājam.
		5-7 gadi	7. Runā pusbalsī - saudzē citu bērnu un skolotājas ausis 8. Pa grupu pārvietojies lēni un bez steigas. 9. Palīdzi skolotājam un auklītei
Aprīlis	Mūzikas zālē Sporta zālē	2-4 gadi	1. Ienākot zālē, sasveicinies 2. Aizejot no zāles atsveicinies 3. Klausies skolotāju
		4-5 gadi	4. Ienākot zālē pēdējais aizver durvis 5. Esi pacietīgs, sagaidi savu kārtu
		5-6 gadi	6. Krēslu noliec savā vietā 7. Dziedi plūstoši, klausies pārējos 8. Dejā turies no iepriekšējā bērna izstieptas rokas attālumā
		6-7 gadi	9. Spēlē instrumentus tā, kā to rāda skolotājs 10. Runā tad, kad tev dod vārdu
Maijs	Pastaiga ārpus iestādes teritorijas.	4-5 gadi	1. Lai tu būtu redzams uz ceļa uzvelc atstarojošo vesti 2. Seko skolotājam 3. Ej pārī, kolonnā viens aiz otra 4. Kad esi galamērķī, sasveicinies un atsveicinies ar pieaugušajiem 5. Klausies runātāju! 6. Klausies un izpildi 7. Ejot prom, saki „paldies!” 8. Ja tev ir jautājumi pacel roku un sagaidi, kad tev dos vārdu.

		5-6 gadi	9. Saki skolotājam, ja nepieciešama palīdzība 10. Ja esi pazaudējis pārejos, paliec turpat, un gaidi, pēc tevis noteikti atnāks
		6-7 gadi	11. Ejot pāros, turies no iepriekšējā pāra izstieptas rokas attālumā