VALGEJÕE KESKUSE RAAMPÄEVAKAVA

E-R

Kellaaeg	Tegevus
07:30–08:00	Äratus, hügieen ja tubade korrastamine
08:00–09:00	Hommikusöök ja liikumine rühmadest kooli
09:00–09:40	1. õppetund
09:40–09:45	Vahetund
09:45–10:20	2. õppetund
10:20–10:30	Vahetund
10:30–11:15	3. õppetund
11:15–11:35	Lõunasöök I vahetusele / liikumisvahetund II vahetusele
11:35–12:20	4. õppetund
12:20–12:40	Lõunasöök II vahetusele / liikumisvahetund I vahetusele
12:40–13:25	5. õppetund
13:25–13:35	Vahetund
13:35–14:20	6. õppetund
14:20–14:30	Vahetund ja rühmadesse liikumine (kellel tunnid lõppenud)
14:30–15:15	7. õppetund / konsultatsioonid
15:15–15:25	Rühmadesse liikumine (7. tunnis või konsultatsioonis osalenutele)
14:30–18:00	Koostööring, puhkeaeg, huviringid, rühma- ja tugitegevused, õppimine rühmades ning tervistav liikumine (päevakava alusel)
18:00–19:00	Õhtusöök
19:00-20:00	Rühmategevused, tervistav liikumine ja õppimine rühmades (päevakava alusel)
20:00–21:30	Õhtuoode, õhtune koostööring ja hügieen
21:30–22:00	Vaikne aeg oma toas
22:00	Öörahu

Nädalavahetustel, riiklikel pühadel ja koolivaheaegadel

Kellaaeg	Tegevus
09:00–10:00	Äratus, hügieen ja tubade korrastamine, hommikusöök rühmas
10:00–10:15	Hommikune koostööring
10:15–11:00	Rühmategevused
11:00–13:00	Tervistav liikumine, huvi- ja tugitegevused, väljasõidud, matkad, puhkeaeg ja rühmategevused (päevakava alusel)
12:00-13:00	Lõunasöök
13:00–18:00	Tervistav liikumine, huvi- ja tugitegevused, väljasõidud, matkad, vahepala, puhkeaeg ja rühmategevused (päevakava alusel)
18:00–19:00	Õhtusöök
19:00–20:00	Rühmategevused ja tervistav liikumine (päevakava alusel)
20:00–21:30	Õhtuoode, koostööring ja hügieen
21:30–22:00	Vaikne aeg oma toas
22:00	Öörahu (v.a reedel, laupäeval ja koolivaheajal vastavalt rühmapõhisele kokkuleppele)

Täiendavad kokkulepped

- Arvuti kasutamine rühmapõhiselt 2 korda nädalas 45 minutit vastavalt päevakavale.
- Telefoni kasutamine igapäevaselt 20 minutit vastavalt päevakavale.
- Televiisori vaatamine igapäevaselt vastavalt päevakavale.