

VALGEJÕE ÕPPEKESKUSE RAAMPÄEVAKAVA			
Kellaeg	Tegevus E-R	Kellaeg	Tegevus nädalavahetustel, riiklikel pühadel, koolivaheagadel
07:45 - 8:05	ÄRATUS/HÜGIEEN/TUBADE KORRASTAMINE		
08:05-08:50	HOMMIKUSÖÖK 8:05-8:25 I vahetus 8:30-8:50 II vahetus		
08:50-09:35	1. ÕPPETUND	09:00-09:30	ÄRATUS/HÜGIEEN/TUBADE KORRASTAMINE
09:35-09:45	VAHETUND	09:30-09:50	HOMMIKUSÖÖK (rühmas)
09:45-10:30	2. ÕPPETUND	9:50-10:05	HOMMIKUNE KOOSTÖÖRING
10:30-10:40	VAHETUND	10:05-10:30	RÜHMA KORISTAMINE JA ESTEETILINE KUJUNDAMINE
10:40-11:25	3. ÕPPETUND	10:30-12:30	RÜHMATEGEVUSED/TERVISTAV LIIKUMINE/ HUVITEGEVUS/TUGITEGEVUSED/VÄLJASÕIDUD/MATKAD /PUHKEAEG (tegevused jaotuvad tööplaanist tulenevalt päevakava alusel)
11:25-11:35	VAHETUND		
11:35-12:20	4. ÕPPETUND	12:30-13:20	LÕUNASÖÖK 12:30-12:50 I vahetus 12:55-13:15 II vahetus
12:20-13:05	LÕUNASÖÖK / LIIKUMISVAHETUND VASTAVALT AJAKAVALE		
13:05-13:50	5. ÕPPETUND		
13:50-13:55	VAHETUND		
13:55-14:40	6. ÕPPETUND	13:15-15:35	RÜHMATEGEVUSED/TERVISTAV LIIKUMINE/ HUVITEGEVUS/TUGITEGEVUSED/VÄLJASÕIDUD/MATKAD /PUHKEAEG (tegevused jaotuvad tööplaanist tulenevalt päevakava alusel)
14:40-14:45	VAHETUND		
14:45-15:30	7. ÕPPETUND (8, 9 kl) /KONSULTATISOON/TEGEVUSED RÜHMAS		
15:30-16:00	OODE RÜHMAS	15:35-16:00	OODE RÜHMAS
12:30-18:30	KOOSTÖÖRING/ OODE RÜHMAS/ PUHKEAEG/ HUVIRINGID/RÜHMATEGEVUSED/TUGITEGEVUSED/ ÕPPIMINE RÜHMADES/TERVISTAV LIIKUMINE/TELEFONI KASUTAMINE (vajadusel 20 min. helistamist ametiasutustesse eelneval kokkuleppel; tegevused jaotuvad tööplaanist tulenevalt päevakava alusel)	16:00-18:30	RÜHMATEGEVUSED/TERVISTAV LIIKUMINE/ HUVITEGEVUS/TUGITEGEVUSED/VÄLJASÕIDUD/MATKAD /PUHKEAEG (tegevused jaotuvad tööplaanist tulenevalt päevakava alusel)
18:30-19:15	ÕHTUSÖÖK 18:30-18:50 I vahetus 18:55-19:15 II vahetus	18:30-19:15	ÕHTUSÖÖK 18:30-18:50 I vahetus 18:55-19:15 II vahetus
19:15-20:00	HUVIRINGID/RÜHMATEGEVUSED/ TERVISTAV LIIKUMINE (tegevused jaotuvad tööplaanist tulenevalt päevakava alusel)	19:15-20:00	RÜHMATEGEVUSED/TERVISTAV LIIKUMINE (tegevused jaotuvad tööplaanist tulenevalt päevakava alusel)
20:00-21:30	ÕHTUOODE/ÕHTUNE KOOSTÖÖRING/ TV VAATAMINE/ HÜGIEEN	20:00-21:30	ÕHTUOODE/ÕHTUNE KOOSTÖÖRING/ TV VAATAMINE/ HÜGIEEN
21:30-22:00	VAIKNE AEG OMA TOAS	21:30-22:00	VAIKNE AEG OMA TOAS
22:00	ÕÖRAHU	22:00-08:30	ÕÖRAHU

* Telefoni kasutamine igapäevaselt 20 minutit ajavahemikus 15.00-20.00

* Telefoni kasutamine igapäevaselt 20 minutit ajavahemikus 10.00-20.00

* ARVUTI KASUTAMINE rühmapõhiselt 2 x nädalas 45 minutit ajakava alusel