**Timeplan/Dagsoppsett– 8. klasse til 10. klasse**Sist revidert: 13. august 2020

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Økt**  | **Klokkeslett****8. – 10. klasse** | **Tid** | **Klokke ringer inn**  | **Ev informasjon**  |
| **Time 1**  | 09.00.- 10.00.  | 60 min  | 09.00. |  |
| **Pause**  | 10.00.-10.15. | 15 min  |  | **Inspeksjon** |
| **Time 2**  | 10.15.-11.15. | 60 min | 10.15.  |  |
| **Matpause** | 11.15.-11.45. | 30 min |  | Elevane kan gå ut når dei er ferdig å ete. **Matvakt 25 minuttar**  |
| **Time 3** **Time 4**  | 11.45.-12.15.12.15 – 13.15  | 30 min + 60 min  | 11.45 | 30 minuttar av denne økta SKAL nyttast til fysisk aktivitet ute dersom elevane ikkje har KRØ. På dagar med KRØ skal elevane ha klassens time/elevråd el. Studietid. Dette vert timeplanfesta. |
| **Pause**  | 13.15-13.25. | 10 min  |  | **Inspeksjon** |
| **Time 5** | 13.25 – 14.25 | 60 min  | 13.25. Elevane går til bussen kl. 14.25, unnateke tysdagar frå veke 39.  | Elevane har 10 minuttar å gå frå ungdomsskulen til bussen som går frå barneskulen |
| **Bussane går**  | 14.35. |  14.35. |  | Måndag, onsdag - fredag |
| ***Pause***  |  | *10 min*  |  | **Inspeksjon***Gjeld kvar tysdag i 8.-10. kl. og i første termin for 7. kl.*  |
| ***Time 6 (tysdagar)***  | *Tysdag: 14.35 – 15.35* | *60 min*  | *14.35. (tysdagar)* | *Oppstart i veke 45* |
| **Bussane går**  |  | 10 min  |  | Tysdag - bussane går frå sentrum på Vassenden kl. 15.45. Samordning med VGS.  |

**Matpause:**

* Elevane skal minimum ha 25 min. til å ete mat. Alle klassar skal ete med vaksentilsyn
* Matpausen skal organiserast som ein hyggeleg og sosial arena. Det er viktig å ha gode rutinar for å ha matro. Høgtlesing, TV/film kan nyttast

**5. minuttar**

* Som del av tilpassa opplæring legg lærarane inn «5-minuttarar» med aktivitet og lufting etter behov

**FAL (fysisk aktiv læring):**

* På dagar der elevane ikkje har KRØ skal det vere ute-fysisk aktivitet
* På dagar der elevane har KRØ skal tida nyttast til PALS, klassemiljøsaker eller klassens time(elevrådsaker). Dette skal timeplanfestast på kvar av klassane som «PALS» ein gang i veka. Om klassane har 2 dagar med KRØ kan den andre 30-minuttaren nyttast til studieøkt eller fysisk aktivitet
* Elevråd sine møte leggast fast på 30-minuttaren

**Inspeksjon og matvakt**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8.-10 . klasse  | Kl. 10.00.-10.15. | Vanleg inspeksjon etter plan  |
| 8.-10. klasse  | Kl. 11.15.-11.45.  | Teama fordeler matvaktene  |
| 8.-10. klasse  | Kl. 13.15.-13.25. | Vanleg inspeksjon etter plan |
| 8-10. klasse:  | Tysdagar: Kl. 14.25.-14.35 | Vanleg inspeksjon etter plan.  |