

# SAMK PEDAGOGINEN LINJAUS

## SAMK PEDAGOGICAL GUIDELINE

**1,5 tunnin oppitunnilla  
pidettävä vähintään  
yksi aktiivinen tauko.**



**The aim of breaks** is to improve your concentration, support your memory, and boost your overall well-being and endurance.

**Taukojen tavoitteena** on muun muassa parantaa keskittymiskykyäsi, tukea muistiasi sekä edistää kokonaisvaltaista hyvinvointiasi ja jaksamistasi.

**At least one active  
break during a 1.5-hour  
lesson.**

