



Распорядок дня студента

☐ **1. Подъем**

5.00

☐ **2. Утренний моцион**

5.10

☐ **3. Завтрак**

5.45

☐ **4. Подготовка дз**

6.00

☐ **5. выход из дома**

8.00

☐ **6. возвращение домой и отдых**

16.00

☐ **7. Приготовление ужина/обеда**

17.00

☐ **8. Ужин**

19.00

☐ **9.** Проверка дз ребенка

19.30

☐ **10.** Подготовка своего дз/чтение профильной литературы и т.д.

21.30

☐ **11.** Сон

0.00

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?