



## Чек-лист дел на день для студента

Список дел которые нужно выполнять каждый день студенту, чтобы правильно распределять время эффективно учиться.

### Утро

- Встал в 7-8 часов утра
- Выполнил гигиенические процедуры
- Приготовил питательный завтрак
- Выполнил 1-2 задания по учебе

### День

- Почитал литературу на тему
- Приготовил обед
- Написал раздел курсовой работы

### Вечер

- Прогулялся в течение 1 часа
- Приготовил ужин

Выполнил гигиенические процедуры

Отход ко сну в 23.00

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

как это убрать?