



Режим буднего дня

- ☐ 1. Подъем
- ☐ 2. Утренняя гимнастика
- ☐ 3. Водные процедуры
- ☐ 4. Учебные занятия
- ☐ 5. Дорога домой
- ☐ 6. Подготовка домашних заданий
- ☐ 7. Свободное время
- ☐ 8. Подготовка ко сну
- ☐ 9. Сон

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

как это убрать?