Режим дня школьники

Школа____ Класс_____ Дата заполнения_____

Фамилия_____Имя_____Возраст _____лет

• Включая кружки, спортивные секции, обучение музыке, иностранным языка и т.п.

Элементы режима	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	В среднем за неделю
	Час, мин	Час, мин	Час, мин	Час, мин	Час. мин	Час, мин	Час, мин	Час, мин
Ночной сон								
Домашние задания								
Прогулки								
Просмотр телевизора								
Занятие на компьютере								
Внешкольные занятия								
Чтение								
Работы по дому, с/ х труд								