

Режим дня

Подъем-7.00

Утренний туалет-7.05

Зарядка-7.15

Завтрак-7.30

Уход в школу-7.50

Занятия-9.00-10.30

2 завтрак-10.40

Обед-13.40

Прогулка-14.00-15.00

Полдник-15.00

Самоподготовка-15.15-17.00

Прогулка-17.00-18.00

Ужин-18.00

Свободное время,

кружки-18.15-20.00

Паузин-20.00

Вечерний туалет-20.15-21.00

Ночной сон-21.00