



# РАСПОРЯДОК ДНЯ

Подъём = 6:45

Гигиенические процедуры

ЗАВТРАК = 7.00 - 7.30

ВЫХОД НА ЗАНЯТИЯ = 7.30 - 7.45

ЗАНЯТИЯ = 8.00 - 15.00

ПОЛДНИК, ОТДЫХ = 15.00 - 17.00

УБОРКА КОМНАТ = 17.00 - 17.30

САМОПОДГОТОВКА = 17.30 - 19.00

УЖИН = 19.30 - 20.00

ОБЩЕСТВЕННАЯ РАБОТА = 20.00 - 21.00

СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ = 21.00 - 22.45

ПОСТРОЕНИЕ = 22.00

ОТБОЙ = 23.00