ЧЕК ЛИСТ УЧЕНИКА МОУ СШ №17

ВАЖНЫЕ ДЕЛА	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
В НАЧАЛЕ ДНЯ							
Почистить зубы, умыться (душ)							
Заправить кровать							
Привести себя в порядок							
Зарядка							
Завтрак							
ШКОЛА							
Математика							
Русский язык							
Литература							
Английский язык							
История							
Биология							
География							
ИЗО							
Технология							
Физкультура							
Отправить работы учителям							
ДОМАШНИЕ ДЕЛА							
Посуда (помыть, разобрать посудомойку)							
Проветрить комнату							
Влажная уборка							
Легкий порядок							
Поручение родителей							
Помощь младшим, пожилым							
Подготовка одежды (стирка, глажка)							
РАЗВЛЕЧЕНИЯ							
Семейные игры							
Компьютерные игры							
Интересный фильм							
Общение с друзьями							
Просмотр TV							
Хобби							
Чтение интересной литературы							
Время на свежем воздухе							
В КОНЦЕ ДНЯ							
Привести себя в порядок (ванна, почистить зубы)							
Помечтать							
Наметить планы на завтра							

*Поставь раз в неделю ○ в соответствующие графы, в зависимости от того, когда и как часто ты выполняешь отмеченное.

Каждый день отмечай ✓ то, что удалось сделать.