



УМЕЙ  
ТРУДИТЬСЯ,  
УМЕЙ ОТДЫХАТЬ

# ДЕЛУ ВРЕМЯ, А ПОТЕХЕ ЧАС



# РЕЖИМ ДНЯ

- ◎ *“Помни твёрдо,  
что режим  
людям всем  
необходим”.*

зарядка

обед

одеться

ужин

подъём

умывание

сон

свободное  
время

завтрак

школа

уроки

прогулка

застелить постель

*Если будешь ты  
стремиться*

*Распорядок выполнять,*

*Станешь лучше ты  
учиться,*

*Лучше будешь  
отдыхать.*



МОЛОДЦЫ!

