ДНЕВНИК ПЕРЕДВИЖЕНИЙ «2026 - МОЙ ДЕНЬ»

СЕГОДНЯ ___.___._____ - пн | вт | ср | чт | пт | сб | вс - **Я ВСТАЛ (-А) В** ___:___ - **ВЫШЕЛ (-ЛА) ИЗ ДОМА В** ___:___

дата *день недели* *час мин* *час мин*

*Одно **«передвижение»**– путь от двери до двери (например, от квартиры до входной двери работы).*

«Пешком» указывайте в случае, если весь путь от двери до двери проделан только пешком.

При пользовании транспортом указывайте виды транспорта в порядке их использования.

Назначение передвижения выбирайте из списка:

a) работа
b) учеба
c) детский сад, школа и другие объекты (сопровождение ребенка)
d) личные дела (в медучрежд., в МФЦ, к нотариусу и т.п.)
e) по делам работы
f) покупки, бытовые цели
g) культура, досуг, развлечения (театр, выставка, концерт, гости, спортивный матч и т.п.)
h) отдых, спорт (прогулка, тренировка и т.п.)
i) выезд за город
j) возвращение домой
k) несколько целей в одном объекте посещения (перечислите или укажите буквенные обозначения целей)
m) свой вариант (при отсутствии подходящего варианта из пунктов a – k)

Далее укажите, пожалуйста, время начала каждого передвижения, назначение передвижения (из списка), каким способом Вы совершили передвижения (пешком или на транспорте – используя условные сокращения) и время, проведенное в пути.

Последовательность моих передвижений	Сделал (-а) скриншот	Я начал (-а) передвижение в:	Назначение передвижения (последовательно по строкам)	Способ передвижения (виды транспорта в порядке их использования)	Сделал (-а) скриншот	Я закончил (-а) передвижение в:	Находился (-лась) в пути минут
Пример заполнения	✓	09:20	*работа*	*А+А+МЦК+М+М*	✓	10:05	*45*
Передвижение №1		___:___				___:___	
Передвижение №2		___:___				___:___	
Передвижение №3		___:___				___:___	
Передвижение №4		___:___				___:___	
Передвижение №5		___:___				___:___	
Передвижение №6		___:___				___:___	
Передвижение №7		___:___				___:___	
Передвижение №8		___:___				___:___	
Передвижение №9		___:___				___:___	
Передвижение №10		___:___				___:___	
Передвижение №11		___:___				___:___	

Используйте условные сокращения для видов транспорта:

П - пешком (весь путь)
М - метро
МЦК - МЦК
ЖД - железнодорожный транспорт, МЦД
А – автобус/электробус
ТБ - троллейбус
ТМ - трамвай
МШ - маршрутное такси
ЛЛ - личный легковой автомобиль
ЛС - служебный легковой автомобиль
ЛК - легковой автомобиль каршеринга
ТХ - ттакси
РТ - речной транспорт
К - канатная дорога
МО - мототранспорт
В - велосипед
СИМ - Самокат, моноколесо и другие средства малой индивидуальной мобильности

ПРИБЫЛ (-А) В КОНЕЧНЫЙ ПУНКТ (где остался (-лась) на ночь) в ___:___ (*час мин*)

ЛЕГ (-ЛА) СПАТЬ В ___:___ (*час мин*) (*данное поле заполнить на следующий день*)