



# LỊCH SINH HOẠT MỘT NGÀY CỦA BÉ

## LỚP MẦM 1

(Năm học 2024 - 2025)

NỘI DUNG						
THỨ 2	THỨ 3	THỨ 4	THỨ 5	THỨ 6	THỨ 7	
Đón trẻ (6:30 – 7:15)	Đón trẻ (6:30 – 7:15)	Đón trẻ (6:30 – 7:15)	Đón trẻ (6:30 – 7:15)	Đón trẻ (6:30 – 7:15)	Đón trẻ (6:30 – 7:15)	
Thể dục sáng (7:15 – 7:30)	Tập Yoga (7:15 – 7:30)	Thể dục sáng (7:15 – 7:30)	Tập Yoga (7:15 – 7:30)	Thể dục sáng (7:15 – 7:30)	Tập Yoga (7:15 – 7:30)	
Ăn sáng (7:30 – 8:00)	Ăn sáng (7:30 – 8:00)	Ăn sáng + Uống sữa (7:30 – 8:00)	Ăn sáng (7:30 – 8:00)	Ăn sáng (7:30 – 8:00)	Ăn sáng (7:30 – 8:00)	
CT Mầm Non (8:00 – 8:30) Uống sữa (8:30 – 8:45)	CT Mầm Non (8:00 – 8:30) Uống sữa (8:30 – 8:45)	CT Mầm Non (8:00 – 8:30) Uống sữa (8:30 – 8:45)	CT Mầm Non (8:00 – 8:30) Uống sữa (8:30 – 8:45)	CT Tiếng Anh – VN3 (8:00 – 8:30) Uống sữa (8:30 – 8:45)	Uống sữa (8:15 – 8:30) Bơi (8:45 – 9:15) Tắm (9:15 – 9:40)	
CT Tiếng Anh – NN1 (8:45 – 9:15)	CT Tiếng Anh – VN1 (8:45 – 9:15)	CT Tiếng Anh – VN2 (8:45 – 9:15)	CT Tiếng Anh – NN2 (8:45 – 9:15)	CT Mầm Non (8:45 – 9:15)	Bữa phụ 1 (9:40 – 9:50)	
Bữa phụ 1 (9:00 – 9:15) Hoạt động ngoài trời (9:15 – 9:45)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30) Hoạt động ngoài trời (9:30 – 10:00)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30) Hoạt động ngoài trời (9:30 – 10:00)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30) Hoạt động ngoài trời (9:30 – 10:00)	Hoạt động ngoài trời (9:50 – 10:10)	
Bơi (9:45 – 10:15)	Hoạt động ngoài trời (9:30 – 10:00)	Vệ sinh cá nhân (10:00 – 10:15)	Vệ sinh cá nhân (10:00 – 10:15)	Vệ sinh cá nhân (10:00 – 10:15)	Vệ sinh cá nhân (10:10 – 10:15)	
Tắm (10:15 – 10:30)	Kỹ năng sống (10:00 – 10:30)	Kỹ năng sống (10:15 – 10:30)	Kỹ năng sống (10:15 – 10:30)	Kỹ năng sống (10:15 – 10:30)	Ăn trưa (10:15 – 11:00)	
Ăn trưa (10:30 – 11:00) Vệ sinh cá nhân (11:00 – 11:15)	Ăn trưa (10:30 – 11:00) Vệ sinh cá nhân (11:00 – 11:15)	Ăn trưa (10:30 – 11:00) Vệ sinh cá nhân (11:00 – 11:15)	Ăn trưa (10:30 – 11:00) Vệ sinh cá nhân (11:00 – 11:15)	Ăn trưa (10:30 – 11:00) Vệ sinh cá nhân (11:00 – 11:15)	Thay đồ (11:00 – 11:15) Xem phim hoạt hình cuối tuần - Trả trẻ (11:15 – 11:45)	
Ngủ trưa (11:15 – 13:30) Vệ sinh – Thay đồ (13:30 – 14:15)	Ngủ trưa (11:15 – 13:30) Tắm (13:30 – 14:00)	Ngủ trưa (11:15 – 13:30) Tắm (13:30 – 14:00)	Ngủ trưa (11:15 – 13:30) Tắm (13:30 – 14:15)	Ngủ trưa (11:15 – 13:30) Tắm (13:30 – 14:15)		
Ăn xế (14:15 – 15:00)	Ăn xế (14:00 – 14:30) Bé đọc sách cùng cô (14:30 – 15:00)	Ăn xế (14:15 – 14:45)	Ăn xế (14:15 – 15:00)	Ăn xế (14:15 – 15:00)		
Kỹ năng sống (15:00 – 15:15) Bữa phụ 2 (15:15 – 15:30)	Bữa phụ 2 (15:00 – 15:15) Vệ sinh cá nhân (15:15 – 15:30)	Aerobic (15:00 – 15:30) Bữa phụ 2 (15:45 – 16:00)	Bé đọc sách cùng cô (15:00 – 15:15) Bữa phụ 2 (15:15 – 15:30)	Aerobic (15:00 – 15:30) Bữa phụ 2 (15:30 – 15:45)		
Vệ sinh cá nhân (15:30 – 15:45) Đàn (15:45 – 16:15)	Bé làm quen với chữ cái (15:30 – 16:00)	Bé đọc sách cùng cô (16:00 – 16:15)	Vệ sinh cá nhân (15:30 – 15:45) Bé làm quen với chữ số (15:45 – 16:15)	Vệ sinh cá nhân (15:45 – 16:00) Bé làm quen với chữ cái (16:00 – 16:15)		
Hoạt động góc - Trả trẻ (16:15 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:00 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:15 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:15 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:15 – 17:00)		