



LỊCH SINH HOẠT MỘT NGÀY CỦA BÉ
LỚP LÁ 1
(Năm học 2023 - 2024)

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 (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)	CT Mầm Non (8:00 – 8:30)	CT Mầm Non (8:00 – 8:30)	CT Mầm Non (8:00 – 8:30)	CT Mầm Non (8:00 – 8:20)	Uống sữa (8:15 – 8:30)	
Uống sữa (8:30 – 8:45)	Uống sữa (8:30 – 8:45)	Uống sữa (8:30 – 8:45)	Uống sữa (8:30 – 8:45)	Uống sữa (8:20 – 8:30)		
				Bơi (8:30 – 9:00)		
Hoạt động ngoài trời (8:45 – 9:15)	Hoạt động ngoài trời (8:45 – 9:00)	Hoạt động ngoài trời (8:45 – 9:15)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30)	Tắm (9:00 – 9:30)	Hoạt động ngoài trời (8:30 – 9:00)	
Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30)	Bữa phụ 1 (9:00 – 9:10)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30)		Bữa phụ 1 (9:30 – 9:45)	Vệ sinh cá nhân (9:00 – 9:15)	
	Bơi (9:10 – 9:35)					
Vệ sinh cá nhân (9:30 – 9:45)	Tắm (9:35 – 9:45)	Vệ sinh cá nhân (9:30 – 9:45)	Vệ sinh cá nhân (9:30 – 9:45)	Vệ sinh cá nhân (9:45 – 10:00)	Bữa phụ 1 (9:15 – 9:30)	
CT Tiếng Anh – NN1 (9:45 – 10:15)	CT Tiếng Anh – VN1 (9:45 – 10:15)	Kỹ năng sống (9:45 – 10:15)	CT Tiếng Anh – NN2 (9:45 – 10:15)	Kỹ năng sống (10:00 – 10:30)		
Kỹ năng sống (10:15 – 10:30)	Vệ sinh cá nhân (10:15 – 10:30)	CT Tiếng Anh – VN2 (10:15 – 10:45)	Kỹ năng sống (10:15 – 10:30)	CT Tiếng Anh – VN3 (10:30 – 11:00)	Hoạt động góc (9:30 – 10:00)	
Vệ sinh cá nhân (10:30 – 10:45)			Vệ sinh cá nhân (10:30 – 10:45)	Vệ sinh cá nhân (11:00 – 11:15)	Vệ sinh cá nhân (10:00 – 10:15)	
Ăn trưa (10:45 – 11:15)	Ăn trưa (10:30 – 11:15)	Ăn trưa (10:45 – 11:15)	Ăn trưa (10:30 – 11:15)	Ăn trưa (11:15 – 11:45)	Kỹ năng sống (10:15 – 10:30)	
Vệ sinh cá nhân (11:15 – 11:30)	Vệ sinh cá nhân (11:15 – 11:30)	Vệ sinh cá nhân (11:15 – 11:30)	Vệ sinh cá nhân (11:15 – 11:30)	Vệ sinh cá nhân (11:45 – 12:00)	Ăn trưa (10:30 – 11:00)	
Ngủ trưa (11:30 – 13:30)	Ngủ trưa (11:30 – 13:30)	Ngủ trưa (11:30 – 13:30)	Ngủ trưa (11:30 – 13:30)	Ngủ trưa (12:00 – 13:30)		
Tắm (13:30 – 14:15)	Tắm (13:30 – 14:00)	Tắm (13:30 – 14:15)	Tắm (13:30 – 14:15)	Tắm (13:30 – 14:00)		
Ăn xế (14:15 – 14:45)	Ăn xế (14:00 – 14:45)	Ăn xế (14:15 – 15:00)	Ăn xế (14:15 – 15:00)	Ăn xế (14:00 – 14:30)		
Đàn (14:45 – 15:15)		Vệ sinh cá nhân (15:00 – 15:15)	Vệ sinh cá nhân (15:00 – 15:15)	Hoạt động ngoài trời (14:30 – 15:00)		
Bé đọc sách cùng cô (15:15 – 15:30)	Vệ sinh cá nhân (15:15 – 15:30)	Bữa phụ 2 (15:15 – 15:30)	Bé đọc sách cùng cô (15:15 – 15:30)	Bữa phụ 2 (15:00 – 15:15)	Thay đồ (11:00 – 11:15)	
	Bữa phụ 2 (15:30 – 15:45)			Vệ sinh cá nhân (15:15 – 15:30)	Xem phim hoạt hình cuối tuần - Trả trẻ (11:15 – 11:45)	
Bữa phụ 2 (15:30 – 15:45)	Kỹ năng sống (15:45 – 16:00)	Aerobic (15:30 – 16:00)	Bữa phụ 2 (15:30 – 15:45)	Aerobic (15:30 – 16:00)		
Bé làm bài tập (15:45 – 16:15)	Bé làm bài tập (16:00 – 16:30)	Bé làm bài tập (16:00 – 16:30)	Bé làm bài tập (15:45 – 16:15)	Bé làm bài tập (16:00 – 16:30)		
Hoạt động góc - Trả trẻ (16:15 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:30 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:30 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:15 – 17:00)	Hoạt động góc - Trả trẻ (16:30 – 17:00)		

