

唯诗礼幼儿园托班生活作息安排 PreK Daily Routine

托班 PreK	课程环节 Schedule	备注说明 Comments
8:20-9:00	来园/户外活动 School Arrival	来园5件事：①问好 ②换鞋 ③归置书包、衣物 ④洗手 ⑤喝水
	晨间运动(早操+体锻) Morning Exercise	晨间运动时间（晴天在户外，特殊天气安排室内运动） 备注：•运动器械 3 种以上 •用适当的方式提升运动的趣味性和挑战性 早操8:45-9:00
9:00-9:20	盥洗, 点心 Snack Time	①入厕 ②洗手：用正确的方法认真洗手（洗手液、洗手步骤、擦手） ③点心：幼儿自主取、用餐
9:20-9:50	探究单元活动 Unit of Inquiry	每学期2个超学科探究主题（详见备课本）
9:50-10:50	户外自主游戏 Outdoor Free Play Time	晴天室外，特殊天气室内
10:50-11:20	集中时间 Circle Time	用游戏的方式让幼儿在每日生活中感受多元文化氛围，尝试用简单的口语进行表达与交流
11:20-12:00	午餐时间 Lunch Time	①落实“指南”精神、教师通过积极的方式引导幼儿养成良好饮食习惯和文明的进餐方式，鼓励和培养幼儿独立进餐和参与服务的能力。•鼓励孩子自己取餐，尽量不剩饭菜•细嚼慢咽，安静进餐 11:20-11:30: 餐前准备 11:30-12:00: 用餐时间.
12:00-12:15	餐后活动 Free Play	餐后三部曲：•餐具分类摆放 •擦嘴、洗手 •自由活动，散步
12:15-15:00	午睡 盥洗 点心 故事 Nap Time Afternoon Snack Story/song Time	①午睡前上厕所 ②脱鞋、脱衣裤 ③起床后，学习穿衣裤、穿鞋 ④下午点心后可以免费阅读绘本故事
15:00-15:30	户外运动 Outdoor Exercise	晴天室外，特殊天气室内
15:30-16:00	社团活动 Hobby Activity	见社团活动时间表
16:00-16:30	故事时光 Story Time 离园时光 Departure 自由游戏 Free play	更换室外鞋，整理书包和个人物品，离园前和老师再见。 16:20 PreKA, PreKB

说明：按照浙江省幼儿园等级评定工作指导意见的有关要求
一天多次累计120分钟以上户外活动，其中体育活动不少于60分钟。