

生活リズムについて

新年度が始まりました。うみ・にじ・そらぐみは、2歳児から5歳児のお子さんが生活しています。
お子さんの成長に合わせて、ほし・はなぐみから移行してくるお友達もいます。
普段、子ども達がどのような生活をしているのか、紹介したいと思います。

《1日の流れ（目安）》

戸外では、
花の水やりや、
三輪車に乗ったり…、
お友達と一緒に砂遊びや
サッカーをしたり…と様々
な活動をしています。

ランチョンマットを敷い
て、バイキング形式で自分
でつぎます。

給食を食べ終わったら、
歯磨きをしてトイレに行って
午睡の準備をします。

自分たちで
掃除をします。

7:00

登園・選択活動

（戸外・室内）

10:00

選択活動

（各教室について）

11:30

線上歩行・絵本等

給食

13:00

午睡中

15:00

午後のおやつ

16:00

選択活動

（室内・戸外）

18:00

降園

室内では、お仕事をしたり、
絵本を読んだり…と自分で
活動を選択します。

リトミック

歌を歌うことや、音楽に
合わせて身体を動かしたり、
楽器を使ったりします。

お茶教室

5才になるとお点前の練習を
します。BCDさんはたてても
らったお茶をいただきます。

体操教室

ホールや外で跳び箱やマット、
鉄棒や雲梯を使って活動して
います。