

安康幼兒園113學年度上學期中竹班作息表

| 星期          | 星期一                                       | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
|-------------|---|-----|-----|-----|-----|
| 時間          |   |     |     |     |     |
| 08:00-9:30  | 蒙氏教具操作<br>(會自理照顧、語文區、數學區、感官、日常區、教具操作)     |     |     |     |     |
| 09:30-10:00 | 點心時間<br>(衛生習慣、自我照顧、環境清理)                  |     |     |     |     |
| 10:00-11:00 | 大肌肉活動<br>(暖身、出汗性大肌肉活動、緩和)                 |     |     |     |     |
| 11:00-12:00 | 主題活動<br>(身體動作與健康、認知、語文、社會、情緒、美感)          |     |     |     |     |
| 12:00-12:30 | 午餐時間<br>(午餐禮儀、整理環境、餐桌)                    |     |     |     |     |
| 12:30-13:00 | 自理時間<br>(潔牙、如廁、鋪床)                        |     |     |     |     |
| 13:00-14:30 | 午休時間                                      |     |     |     |     |
| 14:30-14:50 | 自我照顧<br>(摺被、更衣、喝水、整理儀容)                   |     |     |     |     |
| 14:50-15:30 | 綜合活動<br>(五大教育-健康教育、生命教育、安全教育、品德教育及性別平等教育) |     |     |     |     |
| 15:30-16:00 | 點心時間                                      |     |     |     |     |
| 16:00<br>   | 自由活動<br>(畫畫、唸讀、玩玩具、整理書包、清理教室、放學)          |     |     |     |     |

備註:

☆課程之安排依幼兒發展及學習經驗及相關配合活動做彈性調整。

☆每周五早上8:50-9:30全園性律動。