

安康幼兒園114學年度上學期中班作息表

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
時間					
08:00-9:20	蒙氏教具操作 （會自理照顧、語文區、數學區、感官、日常區、教具操作）				
09:20-09:40	點心時間 （衛生習慣、自我照顧、環境清理）				
09:40-10:40	大肌肉活動 （暖身、大肌肉活動、緩和）				
10:40-11:40	主題活動 （身體動作與健康、認知、語文、社會、情緒、美感）				
11:40-12:20	午餐時間 （午餐禮儀、整理環境、餐桌）				
12:20-13:00	自理時間 （潔牙、如廁、鋪床）				
13:00-14:30	午休時間				
14:30-14:40	自我照顧 （摺被、更衣、喝水、整理儀容）				
14:40-15:20	綜合活動 （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）				
15:20-16:00	點心時間				
16:00 	自由活動 （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。