

安康幼兒園114學年度下學期大班作息表

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	主題活動 (身體動作與健康、認知、語文、社會、情緒、美感)				
10:40-11:40	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)				
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	大肌肉活動 (暖身、大肌肉活動、緩和)				
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。