

資優生幼兒園 幼兒作息時間表

班別：幼幼班

| 時間 | 活動內容 | 活動說明 |
|-------------|--------------|-------------------------|
| 08:00~08:30 | 快樂入園/生活自理 | 心情塗鴉、生活自理時間 |
| 08:30~09:00 | 營養早餐/晨間活動 | 晨間律動、衛教宣導 用餐禮儀引導 |
| 09:00~09:15 | 晨圈活動/團體討論 | 生活教育 |
| 09:15~09:45 | 主題課程-繪本引導 | 生師探討主題相關繪本從 中延伸主題的課程 |
| 09:45~10:30 | 主題課程-學習區操作 | 配合主題活動進行學習區 自由探索與創作 |
| 10:30~11:00 | 戶外活動 | 自由活動/組合式遊具 |
| 11:00~11:50 | 午餐饗宴 | 收拾/整理 |
| 11:50~12:20 | 盥洗時間/散步/故事欣賞 | 餐後潔牙/梳洗 睡前故事欣賞/散步/操作 |
| 12:20~14:20 | 甜蜜夢鄉 | 靜心/鋪棉被 |
| 14:20~14:30 | 起床囉! | 收拾棉被 |
| 14:30~15:00 | 出汗性大肌肉活動 | 使用體能遊戲器材進行出 汗性大肌肉活動 |
| 15:00~15:30 | 美味點心 | 收拾/整理 |
| 15:30~16:00 | 主題課程-學習區操作 | 配合主題活動進行學習區 自由探索與創作 |
| 16:00~ | 整理服裝儀容/放學囉! | 收拾/整理/打招呼 |

*備註：各班會視幼兒學習的興趣/能力、及實際活動，如天氣狀況、空氣品質等彈性調整作息時間內容。