

南投縣私立明德幼兒園

作息表

星期 時間	一	二	三	四	五	學習領域
07:40~ 08:00	入園/健康觀察(量體溫) 情緒調節/生活自理、物品整理					身體動作與健康/ 社會/情緒
08:00~ 08:20	老師生活協助 心情日記、園區照顧整理					身體動作與健康/ 社會/情緒
08:20~ 08:50	快樂早餐時間					身體動作與健康/ 社會/情緒
08:50~ 09:30	出汗性大肌肉活動					身體動作與健康/ 社會/情緒
09:30~ 09:50	晨操律動/團體時間/教育宣導/常規活動					身體動作與健康/ 社會/情緒/美感
09:50~ 11:00	主題活動/學習區探索					身體動作與健康/ 社會/語文/認知/美感/ 情緒
11:10~ 11:30	主題延展/回饋分享/發表時間/整理與收拾					身體動作與健康/ 社會/情緒/語文
11:30~ 12:20	活力午餐、餐後潔牙、漱洗					身體動作與健康/ 社會/情緒
12:20~ 12:50	自由遊戲					身體動作與健康/ 社會/情緒
12:50~ 14:15	甜蜜午睡~(午休時間)					身體動作與健康/ 社會/情緒
14:15~ 14:30	寢具收拾/服裝儀容整理 大肢體活動時間					身體動作與健康/ 社會/情緒
14:30~ 15:15	回顧與分享/創意課程時間					身體動作與健康/ 社會/情緒/美感
15:15~ 15:40	下午點心時間/音樂聆聽與欣賞					身體動作與健康/ 社會/情緒
15:40~ 16:50	愛的叮嚀 收拾整理書包 快快樂樂放學囉!(自由遊戲時間)					身體動作與健康/ 社會/情緒
16:50~	家接時間 晚值老師協助等候幼兒家接					身體動作與健康/ 社會/情緒

