

113 學年度第 1 學期【滿三歲～未滿六歲】作息時間表

太 陽 班 < 混 齡 >

星期/時間	一	二	三	四	五
7:30~8:30	幼兒入園、環境整理、生活自理、畫心情日記、個別時間 (週一及週五晨間活動:晨操、衛教宣導、安全教育、賞識時間、展現時間)				
8:30~8:50	點心時間				
8:50~11:10	光譜主題綜合活動:〈師生共讀、團體討論、肢體活動、角色扮演、實際體驗、手動實作、戶外觀察 等多元活動〉				
11:10~11:30	自由活動				
11:30~12:00	營養午餐、收拾整理				
12:00~12:30	飯後刷牙、漱洗、寢具準備				
12:30~14:00	午睡時間(1.5小時)				
14:00~14:20	睡醒整理寢具及服裝儀容				
14:20~15:00	心智繪圖與共賞時間				
15:00~15:30	大肌肉活動				
15:30~15:50	點心時間				
15:50~16:00	靜心一天的回顧				
16:00~	等待回家〈整理放學、戶外團康、看書〉				

113 學年度第 1 學期【滿三歲～未滿六歲】作息時間表

百合班 <混齡>

星期/時間	一	二	三	四	五
7:30~8:30	幼兒入園、環境整理、生活自理、畫心情日記、個別時間 (週一及週五晨間活動:晨操、衛教宣導、安全教育、賞識時間、展現時間)				
8:30~8:50	點心時間				
8:50~9:10	自由活動				
9:10~11:30	光譜主題綜合活動:〈師生共讀、團體討論、肢體活動、角色扮演、實際體驗、手動實作、戶外觀察等多元活動〉				
11:30~12:00	營養午餐、收拾整理				
12:00~12:30	飯後刷牙、漱洗、寢具準備				
12:30~14:00	午睡時間(1.5小時)				
14:00~14:20	睡醒整理寢具及服裝儀容				
14:20~14:50	大肌肉活動				
14:50~15:30	心智繪圖與共賞時間				
15:30~15:50	點心時間				
15:50~16:00	靜心一天的回顧				
16:00~	等待回家〈整理放學、戶外團康、看書〉				

113 學年度第 1 學期【滿二歲~未滿三歲】作息時間表

蘋果班 < 幼幼班 >

星期/時間	一	二	三	四	五
7:30~8:30	幼兒入園、環境整理、生活自理、畫心情日記、個別時間 (週一及週五晨間活動:晨操、衛教宣導、安全教育、賞識時間、展現時間)				
8:30~8:50	點心時間				
8:50~9:20	大肌肉活動				
9:20~9:40	自由活動				
9:40~10:30	光譜主題綜合活動:〈每日故事敘說、團體討論、肢體活動、實際體驗..等多元學習〉				
10:30~11:00	更衣、餐前準備				
11:00~11:40	午餐時間				
11:40~12:10	餐後整理、漱洗、準備寢具、閱讀時間				
12:10~14:10	午睡時間(2小時)				
14:10~14:30	整理寢具、儀容				
14:30~15:00	心智繪圖與分享				
15:00~15:30	點心時間				
15:30~16:00	一天的回顧、整理放學、自由活動				
16:00~	等待回家(自由活動、積木玩具)				