

基隆市若石幼兒園 喜樂二家 作息表

幼兒每日作息活動時間表

	一	二	三	四	五
7: 00~8: 30	入園時間、相互道早				
08: 30-9: 00	全園性團體活動：升旗活動~晨光樂曲				
09: 00-9: 30	活力點心				
9: 30-10: 10 主題課程與探索	▶團體討論、小組討論 ▶學習區操作：個人活動、小組活動、討論與計畫 ▶其他：繪本故事				
10: 10-10:55 大肌肉活動	戶外操場： 喜樂二家	風雨操場： 喜樂二家	戶外操場： 喜樂二家	活動教室： 喜樂二家	風雨操場： 喜樂二家
10: 55-11: 35	生活自理學習、常規加強、生活常規活動 ▶分享：想法分享、作品成果分享與呈現				
11: 35-12: 35	營養午餐				
12: 35-12:50	漱口刷牙、準備鋪被				
12: 50-14:20	甜蜜午睡時間				
14:20-14:40	整理寢具及服裝儀容				
14:40-15:10	活力點心				
15:10-15:30	收拾書包				
15:30-16:00	小組活動、自由探索、生命教育				
16:00-17:00	放學時間				
17:00-18:00	晚值老師協助照顧孩子				

★作息會依幼兒的需要做彈性調整。

★每週一、五穿著運動服。

