

# 114 學年度 作息時間表

小班

| 時間          | 星期一                                                                                                                                                             | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| 07：30~09：00 | 幼兒入園~自由探索~晨光時間                                                                                                                                                  |     |     |     |     |
| 09：00~09：30 | 30 分鐘大肌肉活動時間                                                                                                                                                    |     |     |     |     |
| 09：30~10：10 | 點心時間                                                                                                                                                            |     |     |     |     |
| 10：10~11:50 | 主題活動(團體時間/小組活動/個別活動/學習區)                                                                                                                                        |     |     |     |     |
| 11：50~12:30 | 營養午餐                                                                                                                                                            |     |     |     |     |
| 12：30~13:00 | 餐後整理、潔牙                                                                                                                                                         |     |     |     |     |
| 13：00~14:30 | 午休時間                                                                                                                                                            |     |     |     |     |
| 14：30~15:00 | 故事時間 / 繪本時間                                                                                                                                                     |     |     |     |     |
| 15：00~15：30 | 整理服裝禮儀~補充體力(點心時間)                                                                                                                                               |     |     |     |     |
| 15：30~16：00 | 探索時間 / 經驗分享時光                                                                                                                                                   |     |     |     |     |
| 16：00       | 放學                                                                                                                                                              |     |     |     |     |
| 備 註         | 晨光時間（全園性例行律動活動）                                                                                                                                                 |     |     |     |     |
| 注意事項        | 1. 課程以統整不分科方式進行教學。<br>2. 課程不得進行全日、半日或分科之外語學。<br>3. 每日規劃 30 分鐘以上之幼兒出汗性大肌肉活動時間。<br>4. 2 歲至未滿 3 歲，午睡時間不超過 2 小時，3 歲至入國民小學前幼兒不超過 1.5 小時。<br>5. 點心與正餐之供應時間，規劃至少間隔二小時。 |     |     |     |     |