

新 北 市 私 立 陽 光 聖 谷 幼 兒 園

一 日 作 息 表(幼幼:小羊班)

	一	二	三	四	五	領域
8:00-9:00	入園禮儀/生活自理/晨間活動					身體動作與健康、社會認知、語文、美感、情緒
9:00-9:30	活力點心					
9:30-9:50	團討／繪本故事／唱謠					
10:00-10:30	主題活動					
10:30-10:40	生活自理 (喝水、如廁練習)					身體動作與健康 社會、情緒
10:40-11:20	多元活動 (生活自理練習／學習區活動／團體遊戲)					
11:20-12:20	美味午餐(用餐禮儀)					
12:20-12:30	生活自理 (用餐環境用具整理、健康潔牙)					
12:30-14:30	甜蜜的午休					身體動作與健康 社會、情緒 語文、美感
14:30-14:50	快樂甦醒/寢具整理歸位					
14:50-15:20	大肌肉運動					
15:20-16:10	活力點心/整理收拾/回顧分享					
16:00-16:10	祝福與叮嚀 放學~					

※以上課程活動時間將依幼生在園學習情況調整。

*