

臺南市立第五幼兒園企鵝家 109-2 因應疫情《幼生在家自主學習規劃》時間表

時間\活動		20(四)	21(五)	24(一)	25(二)	26(三)	27(四)	28(五)
8:00~9:00	開始美好的一天	洗漱、手部清潔、快樂早餐時間、環境整理						
9:00~9:20	規劃(預告)	與幼兒一起討論計畫今天的一日流程						
9:20~10:00	出汗性大肌肉活動	律動：我是一顆跳跳糖	律動：因為有你	律動：勇敢的長大	律動：我是一顆跳跳糖	律動：因為有你	律動：勇敢的長大	律動：我是一顆跳跳糖
9:40~10:00	轉銜時間	自我衛生管理(清潔手部、擦汗、換衣)、喝水、休息						
10:00~11:00	在家可以做的學習區活動	清潔溜溜： (和大人一起清理打掃家裡的環境像是掃地、擦地、擦拭桌子…等)	小廚師： (一起備餐，可幫忙挑菜、清洗，和孩子討論健康的食材並用畫的記錄下來)	回收物創意： 紙箱進行創作主題的車廂(防疫)，像是洗手五步驟、社交距離、戴口罩…等	回收物創意： 紙箱進行創作主題的車廂(防疫)，像是洗手五步驟、社交距離、戴口罩…等	回收物創意： 紙箱進行創作主題的車廂(防疫)，像是洗手五步驟、社交距離、戴口罩…等	我愛閱讀： 在家撥空和孩子親子閱讀，並在閱讀後請孩子嘗試說說該故事的內容或挑戰自己說一次故事(大班可以改編故事)。	假日印象紀錄： (請幼兒想想這幾天哪一件事最印象深刻，用畫圖的方式畫下來，帶回校和大家分享)
11:00~11:20	轉銜時間	環境整理、自我衛生管理(清潔手部)、喝水、休息						
11:40~12:40	午餐時間	一起準備午餐、快樂用餐、環境收拾、盥洗						
12:40~13:00	睡前故事時間	鋪被→睡前閱讀/輕音樂/聽故事(可參考文化兒童館連結)						
13:00~14:30	午休時間	午休時間						
14:40~14:50	起床囉	起床→整被						

14:50~15:20	點心時間	下午點心時間						
15:20~16:00	綜合活動 親子活動	親子料理 (與幼兒一起 計畫、準備當 天的食材、料 理當天晚餐)	大家來下棋： (蛇棋、象 棋、跳棋… 等)	親子料理 (與幼兒一起 計畫、準備當 天的食材、料 理當天晚餐)	臺語囡仔歌 (請見底下備註)	親子料理 (與幼兒一起 計畫、準備當 天的食材、料 理當天晚餐)	親子運動 (練習跳繩雙人跳)	親子料理 (與幼兒一起 計畫、準備當 天的食材、料理當 天晚餐)

*多喝水:請家長幫幼兒水壺裝滿，記得讓幼兒喝完唷(一天至少喝完一壺)。

*常洗手:注意手部清潔，吃東西前記得一定要洗手唷。

*家長避免讓幼兒直接觀賞影片，家長參考完影片後依幼兒個別狀況給予適當引導。

*我是一顆跳跳糖(幼兒律動)影片參考：<https://www.youtube.com/watch?v=7Jz0EZH237o>

*因為有你(幼兒律動)影片參考：<https://www.youtube.com/watch?v=lmtklRnBX8Q>

*勇敢的長大(畢業歌律動)影片：<https://www.youtube.com/watch?v=h0sd3q13oGU>

文化兒童館(臺語囡仔歌)：https://children.moc.gov.tw/song_list?language=2