



新北市三重區永福國民小學附設幼兒園太陽班作息時間表



時 間	活 動 內 容	活動目標
8:00~8:40	☆快樂晨光時間：生活指導&拼圖闖關.&圖書閱讀☆	培養幼兒人際互動能力
8:40~9:20	☆40 分鐘大肌肉活動☆	增進大肌肉能力
9:20~9:30	☆餐前準備&洗手衛教☆	養成良好飲食衛生習慣
9:30~10:20	☆上午點心時間&餐後環境整理☆	滿足身體的需要 養成良好飲食衛生習慣
10:20~11:30	☆配合主題進行教學☆ (含母語活動、團體活動、分組活動、個別活動) ☆分享學習經驗☆	提供課程大綱六大領域
11:30~12:40	☆餐前準備享用均衡午餐(含用餐禮儀) ☆	滿足身體健康的需要
12:40~13:00	☆餐後整理桌面&口腔潔牙&保育餵藥☆	養成良好口腔潔牙習慣
13:00~14:30	☆&準備鋪被&午休時間&聆聽靜息音樂☆	滿足身體生理的需要
14:30~15:00	☆起床摺被&儀容整理&餐前準備☆	養成良好的生活習慣
15:00~15:30	☆下午點心時間&餐後環境整理☆	滿足身體的需要
15:30~15:50	☆繪本欣賞或戶外體能設施☆	增進語文能力 增進體能
15:50~16:00	☆整理個人物品&服裝儀容準備放學☆	養成收拾物品習慣
16:00~~~	☆大家再見、明天見☆	回到溫暖的家



說 明	☆各項教學活動內容依據幼兒園教保活動課程大綱☆ (包含:身體動作與健康、認知、語文、社會、情緒、美感領域)
備 註	☆ 7:30-8:00 輪流值班服務，提供家長上班需求 ☆

