台南市東區德高國小附設幼兒園 作息表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時段 | 時間 | 內容 |
| 上午 | 08:00~08:40 | 入園/晨間閱讀/家長說故事 |
| 08:40~09:20 | 團討活動/主題教學 |
| 09:20~09:50 | 點心 |
| 09:50~10:20 | 戶外30分鐘以上出汗大肌肉活動 |
| 10:20~10:30 | 轉銜時間(喝水、更衣、休息) |
| 10:30~11:20 | 學習區探索 |
| 11:20~11:40 | 學習區經驗分享、統整 |
| 11:40~11:50 | 準備午餐 |
| 11:50~12:20 | 午餐 |
| 12:20~12:30 | 盥洗時間 |
| 下午 | 12:30~12:50 | 鋪棉被、床邊故事 |
| 12:50~14:20 | 午休 |
| 14:20~14:30 | 整理棉被、儀容 |
| 14:30~15:00 | 點心 |
| 15:00~15:40 | 主題教學延伸活動/學習分享 |
| 15:40~16:00 | 整理環境準備放學 |