

# 一日作息表

| 節 | 一               | 二               | 三               | 四               | 五               | 六 |
|---|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|---|
|   | 入園/簽到個人探索       | 入園/簽到個人探索       | 入園/簽到個人探索       | 入園/簽到個人探索       | 入園/簽到個人探索       |   |
| 一 | 晨間活動/戶外活動       | 體能遊戲/戶外活動       | 晨間律動/戶外活動       | 彩虹媽媽/戶外活動       | 晨間活動/戶外活動       |   |
| 二 | 點心時間            | 點心時間            | 點心時間            | 點心時間            | 點心時間            |   |
| 三 | 假日分享            | 主題課程            | 主題課程            | 主題課程            | 繪本借閱            |   |
| 四 | 學習區探索/收拾整理/經驗分享 | 學習區探索/收拾整理/經驗分享 | 學習區探索/收拾整理/經驗分享 | 學習區探索/收拾整理/經驗分享 | 學習區探索/收拾整理/經驗分享 |   |
|   | 午餐時間            |                 |                 |                 |                 |   |
|   | 午休時間            |                 |                 |                 |                 |   |
| 五 | 起床、收拾整理         | 起床、收拾整理         | 起床、收拾整理         | 起床、收拾整理         | 起床、收拾整理         |   |
| 六 | 點心時間            | 點心時間            | 點心時間            | 點心時間            | 點心時間            |   |
| 七 | 主題教學延伸活動        | 主題教學延伸活動        | 主題教學延伸活動        | 主題教學延伸活動        | 主題教學延伸活動        |   |
| 八 | 收拾/放學           | 收拾/放學           | 收拾/放學           | 收拾/放學           | 收拾/放學           |   |
| 九 |                 |                 |                 |                 |                 |   |