

臺北市安東非營利幼兒園 蘋果班(大班)活動作息表

日期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:00-8:30	日常生活技能輔導、個別化自由探索				
8:30-10:00	營養美味點心時間				
	學習區時間/學習區分享 (學習區探索、分享與收拾)				社區探遊 1. 公園自然生態觀察 2. 戶外出汗性大肌肉活動 3. 體適能活動
10:00-10:40	故事繪本時間：生活、人際、品德、人格、生命教育		體適能活動		
10:40-11:20	*全園性活動 慶生會、安全、母語、節慶、時令、戲劇等活動	主題活動時間 ◎ 主題團討 ◎ 分組活動、創作、實驗…等			
11:20-11:50	親子共學日 (快樂故事屋)	◎ 收拾環境 ◎ 分享、團體討論、解決問題…等			
11:50-12:20	營養午餐時間 刷牙及口腔清潔				
12:20-12:50	午後走走/個別探索				
12:50-14:20	午睡時間				
	起床、整理睡袋、生活自理				
14:20-15:00	出汗性大肌肉活動				
15:00-15:40	衛教活動	有趣勺勺口	數的遊戲	有趣勺勺口	多元歌謠
15:40-16:00	營養美味點心時間				
16:00-17:00	例行性活動計畫個別輔導 放學囉! 與家長分享孩子一天的喜悅				玩具分享
備註	*依幼兒興趣彈性調整主題活動時間 *社區探遊如遇雨，改在園內進行多元歌謠律動、體適能活動。				