

114 學年度第 2 學期 蒲公英班作息表

時間	分鐘	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00-08:40	40	晨光活動(學習區自由探索/大肌肉活動)				
08:40-09:20	40	點心時間(學習用餐禮儀與收拾整理)				
09:20-09:40	20	點點名與道早安				
09:40-10:30	50	社區踏查 與戶外運動	學習區活動/社區踏查			
10:30-11:10	40		大肌肉活動			
11:10-11:40	30		學習區分享/繪本故事/母語活動			
11:40-12:30	50	午餐時間(學習用餐禮儀與收拾整理)				
12:30-13:00	30	午後時光(重複閱讀/繪本分享/團體討論/歌謠/散步)				
13:00-15:00	120	午睡時光				
15:00-15:30	30	點心時間(學習用餐禮儀與收拾整理)				
15:30-15:40	10	緩和時間(自我照顧/收拾與儀容整理)				
15:40-16:00	20	歡樂道別				

