

# 基隆市立過港幼兒園 111 學年度第 1 學期西瓜班作息表

中班導師：王郁葶、李妍萱



時間	分鐘	內容
08 : 00 - 09 : 10	70	晨間活動 (運筆練習/日記畫/晨間故事/律動)
09 : 10 - 09 : 40	30	點心時光
09 : 40 - 10 : 00	20	點點名與生活宣導
10 : 00 - 11 : 10	70	學習區活動
11 : 10 - 12 : 00	50	大肌肉運動
12 : 00 - 12 : 30	30	午餐時光
12 : 30 - 13 : 00	30	餐後活動 (潔牙/散步/閱讀)
13 : 00 - 14 : 30	90	午睡時光
14 : 30 - 14 : 50	20	緩和時間 (生活自理)
14 : 50 - 15 : 20	30	點心時光
15 : 20 - 16 : 00	40	學習區活動/團體活動/小組活動
16 : 00 -		歡樂道別

