

基隆市立過港幼兒園 111 學年度第一學期 天使班作息表

小班導師：陳怡君、戴于玲



活動時間	分鐘	活動內容
8:00~9:00	60	生活自理時間/自由探索
9:00~9:30	30	點心
9:30~10:30	60	學習區探索活動/分享時間
10:30~11:10	40	大肌肉運動
11:10~11:40	30	緩和活動/小組遊戲
11:40~12:30	50	午餐
12:30~13:00	30	餐後潔牙/散步/故事閱讀
13:00~14:30	90	午睡
14:30~14:50	20	緩和時間(棉被收拾)
14:50~15:30	40	點心
15:30~15:50	20	繪本故事/團體活動/音樂律動
15:50-16:00	10	歡樂道別