



基隆市立過港幼兒園 112 年度第 1 學期貓熊班作息表

大班導師：張凱程、李妍萱

時間	分鐘	內容
08:00-09:10	70	晨間活動(簽到畫/晨光故事時間/生活禮儀)
09:10-09:40	30	點心時光(收拾、潔牙、喝水)
09:40-10:00	20	點點名與團體活動(重複閱讀/繪本作家系列)
10:00-11:10	70	學習區活動
11:10-11:55	45	大肌肉運動
12:00-12:30	30	午餐時光(收拾、潔牙)
12:30-13:00	30	餐後潔牙、散步、故事閱讀
13:00-14:30	90	午睡時光
14:30-14:45	15	緩和時間(收拾棉被、如廁)
14:45-15:20	35	點心時光(收拾、潔牙、喝水)
15:20-16:00	40	整理與收拾/小組活動與自由探索
16:00-		歡樂道別

