



113 學 年 度 蒲 公 英 班 作 息 表

導師：何思瑤、陳

佩如

時間	分鐘	活動內容
08：00-08：40	40	入 園 整 理 書 包 / 晨 間 活 動 / 自 由 探 索
08：40-09：20	40	歡 樂 點 心 時 間 (學 習 用 餐 禮 儀 及 收 拾 整 理)
09：20-09：40	20	點 點 名 / 歡 樂 律 動
09：40-10：30	50	大 肌 肉 活 動
10：30-11：10	40	學 習 區 探 索 活 動
11：10-11：30	20	繪 本 故 事 / 母 語 活 動
11：30-12：20	50	營 養 午 餐 時 間
12：20-13：00	40	餐 後 潔 牙 / 散 步 / 睡 前 故 事
13：00-15：00	120	午 休 時 間
15：00-15：10	10	緩 和 時 間 (收 拾 棉 被 、儀 容 整 理)
15：10-15：40	30	美 味 點 心 時 間

15：40-16：00	20	課程經驗回顧分享 / 歡樂道別
-------------	----	-----------------