

# 新北市新店區 113 學年度中正國小附設幼兒園作息表 3-5 歲

| 時 間         | 星期一  | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
|-------------|--|-----|-----|-----|-----|
| 08:00~08:40 | 入園/晨光閱讀時間/心情日記      |     |     |     |     |
| 08:40~09:10 |  美味點心時間               |     |     |     |     |
| 09:10~09:40 | 假日分享/兒歌手指謠/說故事時間   |     |     |     |     |
| 09:40~10:20 | 出汗性大肌肉活動/戶外遊戲/肢體律動時間   |     |     |     |     |
| 10:20~11:20 | 主題活動團體討論與分享/學習區探索   |     |     |     |     |
| 11:20~11:30 | 活動統整及分享  |     |     |     |     |
| 11:30~12:30 | 營養午餐時間/環境整理/潔牙保健  |     |     |     |     |
| 12:30~13:00 | 餐後散步/故事欣賞/音樂      |     |     |     |     |
| 13:00~14:30 |  午休時間               |     |     |     |     |
| 14:30~14:50 | 生活教育/被褥整理/儀容整理   |     |     |     |     |
| 14:50~15:20 | 點心時間              |     |     |     |     |
| 15:30~15:50 | 生活自理/活動統整與分享   |     |     |     |     |
| 15:50~16:00 | 準備放學/班級事務/教學準備及省思  |     |     |     |     |
| 16:00~19:00 | 課後留園時間            |     |     |     |     |

點心與午餐間隔二小時