

臺北市私立家田幼兒園作息表

星期 時間	一	二	三	四	五
8:30~9:00	出汗性大肌肉活動 (C、D組)				
9:00~9:30	出汗性大肌肉活動 (A、B組)		/	蒙氏工作 (C、D組)	
9:30~11:00	蒙氏工作 (日常/感官/數學/語文/文化五大領域課程活動)				
11:00~11:20	團體討論				
11:20~12:30	午餐時間 / 個人餐具清洗 / 刷牙				
12:30~13:00	鋪床時間 / 睡前故事				
13:00~14:30	午睡 / 起床整裝				
14:30~15:00	分享日	音樂律動 / 戶外庭院活動			
15:00~16:30	點心時間 / 整理書包 / 大哥哥大姊姊說故事				
16:30~18:00	等候回甜蜜的家 (自由分組活動)				
說明	1. <u>大肌肉體能活動為孩童安全請務必穿著運動服及運動鞋、襪。</u> 2. 文化課程：文化課程涵蓋地理、地質、歷史、天文、動物、植物、人體學。 3. 每週一的分享日為固定活動。 4. 每日皆安排戶外或律動活動(活動依天候或課程機動調整)				