



# 臺北市私立三民幼兒園 幼兒一週作息時間表

星期 時間	一	二	三	四	五	活動內容說明
07:30 08:30	生活自理&生活教育 晨間檢查&角落探索					快樂一天的開始：口腔檢查、測量體溫；禮儀與自理練習；活動開展到圖書角閱讀圖書，或到遊樂場盡情遊戲，在角落操作教具。師生溫馨互動，談天說地，快樂其中，享受一早入園的美好。
08:30 09:00	遊戲/律動/體能/戶外探索					師生藉由【遊戲律動】舒展全身筋骨，呼吸新鮮空氣。星期三藉由體能遊戲，增進全身運動，快樂動一動！
09:00 09:30	健康寶寶一起來 / 早點補給站					上廁所，洗洗手！休息一下。 肚子餓了！吃點心囉！
09:30 10:00	安全衛教活動、親近自然 出汗性大肌肉活動					自然探索，珍愛雙眼；自我保護學習大作戰。
10:00 11:30	《品格主題教學時間》 團討-分組-統整					《品格主題》的課程特色：不僅強調知識和技能，更重視情緒、品格和美學。以品格主題出發，針對日常生活中相關品格議題，深入討論，引發孩子來自內在的學習動機；提供不同領域的學習與體驗活動。重視 <u>人格養成及獨立思辨能力與習慣</u> 、 <u>問題解決</u> 、 <u>人際溝通</u> 的培養，促使孩子「學習」如何學習。涵蓋新課綱六大領域(身體動作、認知、語文、社會、情緒、美感)，陶養孩子 <u>覺知辨識</u> 、 <u>表達溝通</u> 、 <u>關懷合作</u> 、 <u>推理賞析</u> 、 <u>想像創造</u> 、 <u>自主管理</u> 六大核心素養。
11:40 12:40	午餐、自由遊戲時間					洗洗手，享用午餐；吃完飯後，刷牙漱口乾淨又衛生。
12:40 14:20	午睡時間					休息一下，進入甜美夢鄉
14:30 15:10	活動筋骨 / 下午茶時間					舒展筋骨，上廁所，洗洗手！Tea Time
15:10 15:50	角落教學 / 個案輔導 出汗性大肌肉活動					進行多元學習活動、故事及團體遊戲，提供孩子學習分享、輪流、及等待的機會，增進問題解決與人際溝通。提供個別幼兒的協助與輔導，促進幼兒基本能力之提昇。
16:00	綜合活動 / 回顧與分享					回顧今日活動與表現、預告明日活動
17:00	下課囉！					大家明天見！
17:00 18:00	延後收托保育時間 (若有特別需求延拖至 19:00)					保育活動，等候爸媽擁抱

備註：1.每日作息視各班幼兒學習狀況，教師可依需要做課程或時間的彈性更動。

2.保育活動（延拖）：星期一～故事欣賞；星期二～美勞創作；星期三～團體活動；  
星期四～音樂律動；星期五～益智活動。

