

台南市學甲區頂洲國小附設幼兒園

110 學年度蘋果班作息時間表

| 時段 | 時間 | 內容 |
|----|-------------|--------------------------|
| 上午 | 08:00~08:30 | 快樂上學時間/個別探索操作活動 |
| | 08:30~09:20 | 30 分鐘以上出汗大肌肉活動/用餐準備/轉銜活動 |
| | 09:20~10:00 | 活力點心時間/收拾整理環境 |
| | 10:00~10:50 | 團體討論活動/主題教學活動 |
| | 10:50~11:00 | 轉銜時間(喝水、更衣、休息) |
| | 11:00~11:40 | 學習區活動探索、經驗分享、統整 |
| | 11:40~11:50 | 準備午餐時間 |
| | 11:50~12:20 | 美味午餐時間 |
| | 12:20~12:30 | 潔牙與清潔收拾整理環境 |
| 下午 | 12:30~12:50 | 鋪寢具、睡前床邊故事時間 |
| | 12:50~14:20 | 甜蜜的午睡 |
| | 14:20~14:40 | 整理寢具、儀容 |
| | 14:40~15:20 | 可口點心時間/收拾整理環境 |
| | 15:20~15:50 | 主題教學延伸活動/學習分享 |
| | 15:50~16:00 | 整理環境準備放學 |