

臺北市立信義幼兒園幼兒作息表



星期 時間	一	二	三	四	五
08:00~08:30	幼兒入園、生活禮儀、自理練習、 照顧環境與動植物、故事欣賞、簽到畫				
08:30~09:00	晨光律動 出汗性大 肌肉活動	出汗性大肌肉 活動	出汗性大肌肉 活動	出汗性大肌 肉活動	晨光律動 出汗性大肌 肉活動
09:00~09:30	活力補充~點心時間、收拾整理				
09:30~11:30	主題教學活動與學習區探索				
11:40~12:30	活力補充~午餐、潔牙、收拾整理				
12:30~12:50	校園散步、自由遊戲				
13:00~14:30	午休時間(床邊故事、輕音樂聆聽)				
14:30~14:50	起床整理時間(整理寢具、服裝儀容、如廁、喝水)				
14:50~15:20	活力補充~點心時間、收拾整理				
15:20~15:50	個別/小組/團體活動-大中小班 (體能活動、語文遊戲、唱遊律動、繪本欣賞) 幼幼班 (暖身活動、出汗性大肌肉活動、緩和活動)				
15:50~16:00	課程回顧分享與收拾整理				
16:00~	放學時間(愛的叮嚀、自由遊戲探索)				
16:30~18:30	課後留園活動				
備註	※以上作息表乃原則性安排，視實際班級需要作彈性調整。				