

# 作息時間表(企鵝、海豚)

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8：00~8：40					大肌肉出汗性活動(40分)
8：40~9：00					轉換活動(晨間閱讀/生活自理/生活教育訓練)
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 美-中-1-1-1 探索生活環境中事物的美，體驗各種美感經驗</li> <li>• 美-中-2-1-1 玩索各種藝術媒介，發揮想像並享受自我表現的樂趣</li> <li>• 身-小-2-2-3 熟練日常清潔、衛生與保健的自理行為</li> </ul>
9：00~9：30					美味餐點/漱口
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 身-中-2-2-2 清潔自己的餐具與整理用餐 桌椅</li> <li>• 身-小-2-2-3 熟練日常清潔、衛生與保健的自理行為</li> </ul>
9：30~11：30	1. 本土語言 2. 學習區活動 3. 環境打掃	1 藝術創作 2 玩具分享 3 環境打掃		學習區活動	故事書借閱
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 身-中-1-1-3 覺察身體活動的安全距離</li> <li>• 身-大-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性 動作表現上的協調性</li> <li>• 身-大-2-1-2 在團體活動中，應用身體基本動作安全地完成任務</li> <li>• 身-大-1-2-1 覺察各種用具的安全操作技能</li> </ul>
11：30~13：00					美味午餐 / 潔牙 / 散步(12:30~13:00)
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 身-幼-2-2-3 熟練日常清潔、衛生與保健的自理行為</li> <li>• 身-大-2-2-3 使用清潔工具清理環境</li> </ul>
13：00~14：30					午睡
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 身-小-1-2-2 模仿簡易的生活自理動作</li> <li>• 身-中-2-2-4 綜合運用抓、握、扭轉、揉、捏的精細動作</li> </ul>
14：30~15：00					水份補給時間 / 收拾與整理
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 身-大-2-2-4 熟練手眼協調的精細動作</li> </ul>
15：00~15：30					美味點心
15：30~15：50					音樂律動 / 故事時間
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 美-中-2-2-4 以高低強弱快慢等音樂元素表達感受</li> <li>• 美-小-2-2-3 以哼唱、打擊樂器或身體動作模仿聽到的旋律或節奏</li> </ul>
15：50~16：00					快樂賦歸/15:50 西側門放學
學習指標					<ul style="list-style-type: none"> <li>• 情-大-2-1-1 運用動作、表情、語言表達自己的情緒</li> <li>• 情-大-4-1-2 處理分離焦慮或害怕的情緒</li> </ul>