

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">• 美-中-1-1-1 探索生活環境中事物的美，體驗各種美感經驗• 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• 身-小-2-2-3 熟練日常清潔、衛生與保健的自理行為				
9：00~9：30	美 味 餐 點/ 漱 口				
學習指標	<ul style="list-style-type: none">• 身-中-2-2-2 清潔自己的餐具與整理用餐 桌椅• 身-小-2-2-3 熟練日常清潔、衛生與保健的自理行為				
9：30~11：30	1. 本土語言 2. 學習區活動	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">• 身-中-1-1-3 覺察身體活動的安全距離• 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• 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• 身-大-1-2-1 覺察各種用具的安全操作技能				
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">• 身-幼-2-2-3 熟練日常清潔、衛生與保 健的自理行為• 身-大-2-2-3 使用清潔工具清理環境				
13：00~14：30	午 睡				
學習指標	<ul style="list-style-type: none">• 身-小-1-2-2 模仿簡易的生活自理動作• 身-中-2-2-4 綜合運用抓、握、扭轉、揉、 捏的精細動作				
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">• 身-大-2-2-4 熟練手眼協調的精細動作				
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">• 美-中-2-2-4 以高低強弱快慢等音樂元素表達感受• 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				
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">• 情-大-2-1-1 運用動作、表情、語言表達自己的情緒• 情-大-4-1-2 處理分離焦慮或害怕的情緒				