

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

小綿羊班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
10:10 - 10:50	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
10:50 - 11:40	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
11:40 - 12:40	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
12:40 - 14:10	甜蜜夢鄉	午睡			
14:10 - 14:30	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:30 - 15:30	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 二歲至未滿三歲幼兒之午睡時間不超過 2 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

小白兔班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
10:10 - 10:50	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
10:50 - 11:40	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
11:40 - 12:40	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
12:40 - 14:10	甜蜜夢鄉	午睡			
14:10 - 14:30	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:30 - 15:30	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 二歲至未滿三歲幼兒之午睡時間不超過 2 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

袋鼠班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
10:10 - 10:50	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
10:50 - 11:40	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
11:40 - 12:40	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
12:40 - 14:10	甜蜜夢鄉	午睡			
14:10 - 14:30	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:30 - 15:30	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 三歲至入國民小學前幼兒之午睡時間不超過 1.5 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

長頸鹿班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
10:10 - 10:50	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
10:50 - 11:40	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
11:40 - 12:40	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
12:40 - 14:10	甜蜜夢鄉	午睡			
14:10 - 14:30	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:30 - 15:30	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 三歲至入國民小學前幼兒之午睡時間不超過 1.5 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

小松鼠班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
10:10 - 11:00	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
11:00 - 11:40	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
11:40 - 12:40	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
12:40 - 14:10	甜蜜夢鄉	午睡			
14:10 - 14:30	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:30 - 15:30	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 三歲至入國民小學前幼兒之午睡時間不超過 1.5 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

小企鵝班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
10:10 - 11:00	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
11:00 - 11:40	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
11:40 - 12:40	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
12:40 - 14:10	甜蜜夢鄉	午睡			
14:10 - 14:30	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:30 - 15:30	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 三歲至入國民小學前幼兒之午睡時間不超過 1.5 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

大象班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
10:10 - 11:00	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
11:00 - 12:00	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
12:00 - 13:00	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
13:00 - 14:30	甜蜜夢鄉	午睡			
14:30 - 14:50	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:50 - 15:30	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 三歲至入國民小學前幼兒之午睡時間不超過 1.5 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。

財團法人台灣聖公會附設臺南市私立聖公會幼兒園

大鯨魚班作息表

時間／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 - 08:30	快樂迎接寶貝入園				
08:30 - 09:00	晨間活動	1.律動 2.體能遊戲 3.衛生保健宣導 4.慶生會 5.戶外遊戲 6.生活教育			
09:00 - 09:30	營養點心時間				
09:30 - 10:10	主題課程活動	計畫/團討/執行—情境探索、創作…等			
10:10 - 11:00	主題課程活動	觀察、實驗、操作、紀錄/迴響與經驗分享			
11:00 - 12:00	學習區活動	圖書區、益智區、美勞區、積木區、娃娃家…等			
12:00 - 13:00	愛的午餐	用餐、餐後潔牙、收拾整理、準備寢具			
13:00 - 14:30	甜蜜夢鄉	午睡			
14:30 - 14:50	起床整理收時	寢具收拾、服裝儀容整理、梳洗			
14:50 - 15:30	戶外活動時間	出汗性大肌肉運動			
15:30 - 16:00	可口點心時間				
16:00 -	快樂放學平安回家				
* 本表格所安排之時間為預訂流程，可依照實際教學需要彈性調整					

1. 課程應採統整不分科方式進行。
2. 每日實施連續 30 分鐘以上大肌肉活動時間。
3. 三歲至入國民小學前幼兒之午睡時間不超過 1.5 小時。
4. 點心與正餐之供應時間，至少間隔 2 小時。