**3~6歲作息時間表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 7:20~8:00 | 幼兒入園、自由工作時間 | | | | |
| 8:00~8:30 | 戶外活動/自然探索 | | | | |
| 8:30~9:00 | 快樂晨操/點名/衛生健康檢查 | | | | |
| 9:00~9:30 | 美味點心 | | | | |
| 9:30~10:30 | 主題故事聽讀合一&多元智能及延伸活動〈語文、邏輯數學、人際、內省、音樂、自然觀察、空間、肢體動作〉 | | | | |
| 10:30~11:00 | 出汗性大肌肉活動 | | | | |
| 11:00~11:40 | 心情繪圖 | | | | |
| 11:40~12:40 | 營養午餐&飯後刷牙 | | | | |
| 12:40~14:10 | 午睡時間 | | | | |
| 14:10~14:30 | 睡醒整理棉被及服裝儀容 | | | | |
| 14:30~15:00 | 心情分享 | | | | |
| 15:00~15:20 | 美味點心 | | | | |
| 15:20~16:00 | 主題延伸活動〈繪本欣賞、自然觀察〉 | | | | |
| 16:00~17:30 | 放學時間〈個別輔導、角落操作、室內自由遊戲時間〉 | | | | |