**新北市私立恆育幼兒園114學年作息表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間／星期 | **星期一** | **星期二** | **星期三** | **星期四** | **星期五** |
| 08：00～08：50 | **幼生入園（自由探索）** | | | | |
| 08：50～09：20 | **活力早餐（常規訓練／生活自理／衛生教育）** | | | | |
| 09：20～10：00 | **晨光時間／戶外大肌肉活動** | | | | |
| 10：00～10：20 | **轉換時間（如廁／更衣／補充水份／靜心）** | | | | |
| 10：20～11：30 | **【恆育森活】**  **自然／觀察／在地文化**  **主題活動／閱讀／想和說**  **學習區／角落活動**  **身心健康安全日（每月一次）** | | | | |
| 11：30～12：30 | **營養午餐** | | | | |
| 12：30～12：50 | **音樂／故事／散步／勞動服務** | | | | |
| 12：50～14：10 | **午休** | | | | |
| 14：10～14：30 | **起床／生活自理練習** | | | | |
| 14：30～15：20 | **【恆育生活】**  **（通情達理、自立自強）**  **品格／故事／音樂／遊戲**  **生活／工作／體驗** | | | | |
| 15：20～15：45 | **點心時間／音樂欣賞** | | | | |
| 15：45～16：00 | **叮嚀／收拾整理／放學** | | | | |