



臺北市私立達義幼兒園

113 學年度

幼兒作息時間表

幼幼班

星期 時間	一	二	三	四	五
	活動內容				
07:30-08:20	幼生入園、自由探索				
08:20-09:00	實施連續大肌肉活動				
09:00-09:30	點心時間				
09:30-11:10	主題活動(團討、分組、操作、分享活動)				
11:10-11:30	生活教育、靜思活動				
11:30-12:30	營養午餐、飲食習慣、衛生訓練、刷牙				
12:30-14:10	甜蜜午睡				
14:10-14:30	起床、穿衣、摺被、整理儀容				
14:30-15:00	綜合活動				
15:00-15:30	點心時間				
15:30-16:00	統整活動				
16:00-16:30	收拾整理書包				
16:30-17:30	自由遊戲、故事、等待家長接回				

備註：作息會依幼兒的需要做彈性調整。



臺北市私立達義幼兒園

113 學年度

幼兒作息時間表

小中班

星期 時間	一	二	三	四	五
	活動內容				
07:30-08:20	幼生入園、自由探索				
08:20-09:00	生活教育、靜思活動				
09:00-09:30	點心時間				
09:30-11:10	實施連續大肌肉活動				
11:10-11:30	主題活動(團討、分組、操作、分享活動)				
11:30-12:30	營養午餐、飲食習慣、衛生訓練、刷牙				
12:30-14:00	甜蜜午睡				
14:00-14:30	起床、穿衣、摺被、整理儀容				
14:30-15:00	綜合活動				
15:00-15:30	點心時間				
15:30-16:00	統整活動				
16:00-16:30	收拾整理書包				
16:30-17:30	自由遊戲、故事、等待家長接回				

備註：作息會依幼兒的需要做彈性調整。



臺北市私立達義幼兒園

113 學年度

幼兒作息時間表

中大班

星期 時間	一	二	三	四	五
	活動內容				
07:30-08:20	幼生入園、自由探索				
08:20-09:00	生活教育、靜思活動				
09:00-09:30	點心時間				
09:30-11:10	主題活動(團討、分組、操作、分享活動)				
11:10-11:30	綜合活動				
11:30-12:30	營養午餐、飲食習慣、衛生訓練、刷牙				
12:30-14:00	甜蜜午睡				
14:00-14:30	起床、穿衣、摺被、整理儀容				
14:30-15:00	實施連續大肌肉活動				
15:00-15:30	點心時間				
15:30-16:00	統整活動				
16:00-16:30	收拾整理書包				
16:30-17:30	自由遊戲、故事、等待家長接回				

備註：作息會依幼兒的需要做彈性調整。