

## 幼兒年齡: 4-5歲(中班)

作息時間	例行活動	課綱指標
07:40~08:10	幼兒入園、互道早安、簽到畫/日記圖、學習區自由探索	<ul style="list-style-type: none"> <li>*處理分離焦慮或害怕的情緒</li> <li>*在穩定性及移動性動作中練習平衡與協調</li> <li>*合宜使用禮貌用語</li> <li>*覺察生活作息和活動的規律性</li> <li>*學習日常的生活自理行為</li> <li>*以圖像或符號記錄生活物件的簡單訊息</li> </ul>
08:10~09:00	晨操、戶外活動、音樂律動	
09:00~09:30	營養點心、用餐禮儀	
09:30~10:20	團體討論（故事、假日生活分享、生活常規、品格教育）	
10:20~11:30	主題活動（團討、小組、探索、欣賞、統整與分享）	<ul style="list-style-type: none"> <li>*探索自己的興趣與長處</li> <li>*覺察自己和他人有不同的想法、感受、需求</li> <li>*主動關懷並樂於與他人分享</li> <li>*欣賞視覺藝術創作，描述作品的內容</li> <li>*在團體互動情境中開啟話題、依照輪次說話並延續對話</li> </ul>
11:30~12:30	午餐時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>*理解常接觸的人或擬人化物件情緒產生的原因</li> <li>*表達自己身體的狀況與需要</li> <li>*調整與建立合宜的自我照顧行為</li> <li>*清潔自己的餐具與整理用餐環境</li> <li>*熟練並維持日常生活的健康行為</li> </ul>
12:30~14:00	午休時間	
14:00~14:30	整理棉被、整裝梳洗	
14:30~15:00	美味點心	
15:00~15:40	多元語言、音樂節奏遊戲、美感創作、體能活動、角落學習區	<ul style="list-style-type: none"> <li>*以清晰的口語表達想法</li> <li>*以符合社會文化的方式來表達自己的情緒</li> <li>*嘗試參與各種活動</li> </ul>
15:40~16:00	收拾整理（愛的分享與叮嚀）放學等待接送－ 1.圖書閱讀2.畫畫3.角落4.玩積木、自由遊戲	<ul style="list-style-type: none"> <li>*綜合運用抓、握、扭轉、揉、捏的精細動作</li> <li>*以清晰的口語表達想法</li> <li>*表達自己並願意聆聽他人想法</li> <li>*知道自己複雜情緒出現的原因</li> </ul>