



新北市私立班尼迪克幼兒園

114 學年度作息時間表 (幸福家)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00-08:30	幼兒入園 環境整理 自由探索時間				
08:30-09:00	點心時間				
09:00-11:00	蒙特梭利工作活動				
11:00-11:40	大肌肉活動				
11:40-11:50	衛教活動 / 擺盤備餐				
11:50-12:30	午餐時間				
12:30-13:00	收拾餐具、清理桌子、整理環境、刷牙、鋪床、繪本故事				
13:00-14:20	午休時間				
14:20-14:30	整理棉被 / 衛教活動				
14:30-15:10	文化教學活動				
15:10-15:40	點心時間				
15:40-16:00	統整活動 / 收拾整理				
16:00-	快樂放學				

- 備註：1. 作息會依幼兒的需要做彈性調整。
2. 課程採統整不分科方式進行教學。
3. 每日至少有三十分鐘以上之大肌肉活動。
4. 午睡時間 80 分鐘。



新北市私立班尼迪克幼兒園

114 學年度作息時間表 (喜樂家)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00-08:30	幼兒入園 環境整理 自由探索時間				
08:30-09:00	點心時間				
09:00-10:30	蒙特梭利工作活動				
10:30-11:10	大肌肉活動				
11:10-11:50	繪本分享 / 衛教活動 / 擺盤備餐				
11:50-12:30	午餐時間				
12:30-13:00	收拾餐具、清理桌子、整理環境、刷牙、鋪床、繪本故事				
13:00-14:20	午休時間				
14:20-14:30	整理棉被 / 衛教活動				
14:30-15:10	文化教學活動				
15:10-15:40	點心時間				
15:40-16:00	統整活動 / 收拾整理				
16:00-	快樂放學				

- 備註：
1. 作息會依幼兒的需要做彈性調整。
 2. 課程採統整不分科方式進行教學。
 3. 每日至少有三十分鐘以上之大肌肉活動。
 4. 午睡時間 80 分鐘。



新北市私立班尼迪克幼兒園

114 學年度作息時間表 (平安家)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00-08:30	幼兒入園 環境整理 自由探索時間				
08:30-09:00	點心時間				
09:00-10:30	蒙特梭利工作活動				
10:30-11:10	大肌肉活動				
11:10-11:50	繪本分享 / 衛教活動 / 擺盤備餐				
11:50-12:30	午餐時間				
12:30-13:00	收拾餐具、清理桌子、整理環境、刷牙、鋪床、繪本故事				
13:00-14:20	午休時間				
14:20-14:30	整理棉被 / 衛教活動				
14:30-15:10	文化教學活動				
15:10-15:40	點心時間				
15:40-16:00	統整活動 / 收拾整理				
16:00-	快樂放學				

- 備註：
1. 作息會依幼兒的需要做彈性調整。
 2. 課程採統整不分科方式進行教學。
 3. 每日至少有三十分鐘以上之大肌肉活動。
 4. 午睡時間 80 分鐘。



新北市私立班尼迪克幼兒園

114 學年度作息時間表 (甜甜班)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00-08:30	幼兒入園 環境整理 自由探索時間				
08:30-09:00	點心時間				
09:00-10:00	蒙特梭利工作活動				
10:00-10:40	大肌肉活動				
10:40-11:00	繪本分享 / 衛教活動				
11:00-11:40	益智活動				
11:40-12:20	午餐時間				
12:20-12:50	收拾餐具、刷牙、衛教活動、繪本故事				
12:50-14:20	午休時間				
14:20-14:40	整理棉被 / 衛教活動				
14:40-15:10	文化教學活動				
15:10-15:40	點心時間				
15:40-16:00	統整活動 / 收拾整理				
16:00-	快樂放學				

- 備註：
1. 作息會依幼兒的需要做彈性調整。
 2. 課程採統整不分科方式進行教學。
 3. 每日至少有三十分鐘以上之大肌肉活動。
 4. 午睡時間 90 分鐘。