

# 恩美班作息表

|             | 星期一                           | 星期二                   | 星期三                           | 星期四                           | 星期五                           |
|-------------|-------------------------------|-----------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 08:00~11:30 | 綜合活動<br>點心時間<br>大肌肉活動         | 綜合活動<br>點心時間<br>大肌肉活動 | 綜合活動<br>點心時間<br>衛教宣導<br>大肌肉活動 | 升旗典禮<br>綜合活動<br>點心時間<br>大肌肉活動 | 綜合活動<br>點心時間<br>大肌肉活動<br>整理物品 |
| 11:30~12:30 | 美味午餐                          |                       |                               |                               |                               |
| 12:30~14:00 | 甜蜜午睡                          |                       |                               |                               |                               |
| 14:00~15:50 | 音樂遊戲<br>點心時間<br>閱讀活動<br>大肌肉活動 | 感統遊戲<br>點心時間<br>主題活動  | 大肌肉活動<br>點心時間<br>藝術創作         | 體能遊戲<br>點心時間<br>主題活動          | 大肌肉活動<br>點心時間<br>環境整理<br>天文探索 |
| 15:50~16:00 | ~ 整理服裝儀容 & 快樂回家囉 ~            |                       |                               |                               |                               |

