



新明國小附幼 111 年 6 月 9 日(星期四)作息參考表

親愛的家長：您好！

市長鄭文燦宣布，疫情還在高峰狀態，遠距教學再延長 1 週，全校暫停實體課程是不得已的措施，畢竟寶貝的健康安全是最重要的！這段暫停實體課程期間感謝家長的配合，大家辛苦了！為讓孩子於停課期間能有居家學習活動，提供今日非同步教學資源供您參考：

時 段	活 動 內 容
08:00-09:00	起床刷牙、洗臉，把棉被摺好。享用美味早餐，收拾餐具及桌面。
09:00-09:30	測量體溫、閱讀時間
★請家長配合注意務必提醒每 30 分鐘就要休息一下，避免小朋友長時間使用 3C 產品，也可以用鬧鐘設定提醒。家長可將水壺備在孩子身邊，方便使用。 要記得多喝水、如廁、勤洗手及眼睛充分休息喔！	
★以下活動可 自由調整 活動順序 09:30-11:20 包含 自主學習、 自由活動 與 休息時間	★【大班學習】 【實驗】用廚房的東西就能做出超有趣的實驗 YouTube Kids[NyoNyoTV 妞妞 TV] https://www.youtube.com/watch?v=YgHuDTTRJyo
	★【中小班學習】 幼兒科學實驗！當水跟油相遇變成療癒系珍珠寶寶啦！ https://www.youtube.com/watch?v=Xjf38CAdgSw
	★【大肌肉活動】 快樂律動~剪刀石頭布 https://www.youtube.com/watch?v=bzpaiRzm3xk 【運動後，要先擦汗、洗手再去補充水分】
	★【學習單】 大班-消失的形狀 親子學習單一張 中班-手指數一數 親子學習單一張
11:20-12:00	幫忙準備午餐
12:00-13:00	享用美味午餐，用餐前要洗手。用餐後收拾餐具及桌面，還有刷牙 【健康是我們能給孩子最重要的資產，跟孩子在廚房裡互動的這些點滴，是美麗的回憶、想念的味道、溫暖的支持。】
13:00-14:30	甜蜜午睡（中午睡一下，體力會更好）
14:30-15:00	下午點心時間
15:00-15:30	★【新明附幼大班畢業歌】再見 https://reurl.cc/lonOo9 ★【生活好習慣律動】 【蔬菜歌】 舞蹈教學完整版 ft. 遊戲愛樂園 https://www.youtube.com/watch?v=1oayEBQq20Y
15:30-16:00	- 感謝家人今天的陪伴，分享今天最喜歡的遊戲，畫下今日生活紀錄。 【想一想，今天做了哪些事？覺得最有趣？哪件事是可以再加油的？】 - 活動結束我會收拾 【我會和家人一起整理家中物品、收衣物、摺衣物、收納整理】
【自我照顧小叮嚀】①. 多喝水勤洗手 ②. 每日量體溫③. 早睡早起維持正常作息④. 均衡飲食及適度運動以提升身體免疫力 ⑤. 身體若有不適請儘速告訴大人，隨時注意身體健康	

新明附幼與您一起守護孩子健康

