

臺南市立仁德幼兒園 110 學年度因應新型冠狀病毒(CDVID-19)

幼生配合防疫停課期間進行自主學習建議規劃表

時間	日	一	二	三	四	五	六
08:00-08:15	 迎接美好的一天 刷牙、洗臉、如廁、手部清潔 整理環境 						
08:15-08:30	討論與計畫一日流程 						
08:30-09:00	 美味早餐 學習整理餐桌 家事小幫手						
09:00-09:30	晨光閱讀 我愛閱讀 						
09:30-10:00	 運動身體好 出汗性大肌肉活動 (小腳跳高高、小火車過山洞、報紙、接球高手、小小神射手等)						
10:00-11:00	 快樂親子共學 (我的塗鴉簿、幼兒DIY動手做、國仔歌、種植趣、桌遊高手、童謠)						
11:00-12:00	親子料理DIY 寶貝愛做菜 						
12:00-12:30	 親子共餐 討論烹飪的樂趣及品嚐心得						
12:30-13:00	睡前閱讀 我愛閱讀 						
13:00-14:30	 甜美午睡時光 起床摺棉被						
14:30-15:30	美味點心 學習整理餐桌 家事小幫手 						
15:30-16:30	 生活日記 每日活動紀錄						
16:30-17:30	運動身體好 幼兒律動 						
17:30-21:00	 家庭歡樂時光 美味晚餐、看電視、親子談話時光						
21:00-	互道晚安，進入甜美夢鄉 睡前閱讀、睡前音樂 我愛閱讀 						

※註：請按下[藍色字體](#)，可超連結至學習網站。

參考資源連結

運動身體好—每日運動 30 分鐘

- 幼兒律動學習 <https://youtube.com/playlist?list=PLI8lIki02VDak0mKGv-iXZ289DznAEk8s>
- 小小神射手 <https://www.youtube.com/watch?v=lrRTgsv-iD0>
- 接球高手 <https://www.youtube.com/watch?v=FRMLxdGiltw>
- 小火車過山洞 <https://www.youtube.com/watch?v=Vt4smJNwbY>
- 小腳跳高高 https://www.youtube.com/watch?v=66_Svbstd3k
- 報紙 <https://www.youtube.com/watch?v=F9MQ7l8kuWl>
- 波波星球泡泡哥哥 <https://reurl.cc/MZY7Dk>
- 小青蛙活力孩子王工作室 <https://reurl.cc/6yp2EV>
- Little Sports 兒童運動教學 <https://reurl.cc/7yZ2m9>
- Cosmic Kids Yoga 宇宙瑜伽 <https://reurl.cc/7yZ2gd>
- 親子活動系列影片 徒手遊戲 <https://reurl.cc/0X2XEv>

快樂親子共學

- 幼兒動手做 <https://youtube.com/playlist?list=PLI8lIki02VDZf0BGVRwfZWZTrAaVwVSKr>
- 100 種簡易手工教程 <https://zi.media/@yidianxixun/post/HBaMAW>
- 最新 100 種幼兒摺紙教程 <https://kknews.cc/zh-tw/baby/pe9lqz8.html>
- 文化部兒童文化館-我的塗鴉簿 https://children.moc.gov.tw/graffiti_list
- 哈囉球球 <https://www.youtube.com/channel/UCMNDHjn3N3-xeYvWoSqDNcQ>
- 囡仔歌 <https://youtube.com/playlist?list=PLB7bNEB1mBjyU8qQaX2eQu69MRUIIzr0y>
- 咱的囡仔歌 https://youtube.com/playlist?list=PLRKwIKjAVIG_kUtrTfWXQroHTbb9FR56k
- DoDo&LiLi 兒歌天地（趙樹海童謠集全 21 首全新製作）
https://youtube.com/channel/UCa-yb5EQ6VzdLlu1hC_BLfg
- DoDo&LiLi 兒歌天地 fb 粉絲團 <https://www.facebook.com/phermpep.dodolili/>
- 自然生態 <https://youtube.com/playlist?list=PLpVLNX2G8Uit4mm0RX9jL9BAH8yatJ9JAyatJ9JA>
- 36 個植物小秘訣，教你如何輕鬆地給自家的花園種植
<https://www.youtube.com/watch?v=d3m6AFR5k38>
- 逸馬的桌遊小教室 <https://www.youtube.com/channel/UCrTXSmSiUVSrLrK5FZ16BGA>
- 【玩具 DIY】動動手，好好玩 <https://reurl.cc/0DVobY>
- 零成本親子遊戲 宅在家 <https://reurl.cc/razx7E>

我愛閱讀

- 文化部兒童文化館-繪本花園 <http://children.moc.gov.tw/home.php>
- 烤箱讀書會 https://www.goodtv.tv/vod/?prog_id=546&cid=1493
- 圓夢繪本資料庫(需申請帳號)-國立公共資訊圖書館 <https://storybook.nlpi.edu.tw/>
- 臺北市立圖書館—兒童電子圖書館(須辦理借閱證) <http://kids.tpml.edu.tw/mp.asp?mp=100>

親子料理 DIY

- 寶貝愛做菜 <https://youtube.com/playlist?list=PL1ligiWrn-Kp1lZlY2maPJltpVpSm5G-0>

家事小幫手

- 家事小達人 <https://youtube.com/playlist?list=PL1ligiWrn-KqnBxeDI0QIf5PoCO6MC2cs>
- 幼兒整理玩具 https://youtube.com/playlist?list=PL56Uj6hzSj6cYmyCKU-wKqu_nWHrFG3UY

生活日記—用拍照或畫圖或錄音筆，記錄自己或家人每日活動狀況

- 妙妙屋【寫給妙妙的一封信】4 歲妙兒的幼稚園生活紀錄 <http://miamia.tw/2016-12-26-25/>

益智類參考網站

- 兒童教育遊戲 <https://www.education.com/games/>
- 迷宮圖形免費下載網站整理，訓練兒童專注力
<https://blog.gtwang.org/children/free-printable-mazes-for-kids/>

APP

- 遊戲世界
- 天天腦力