



新北市幼兒教育資源～防疫親子學習包第二彈

防疫期間，幼兒一日作息建議

時間	項目	防疫期間幼兒的任務 (可逐項一一完成)
7 : 30~8 : 30	起床	<ol style="list-style-type: none"> 1.請家長幫幼兒量體溫 2.幼兒自行刷牙、洗臉、洗手 3.幼兒自行換衣服 4.幼兒摺棉被
8 : 30~9 : 30	吃早餐	<ol style="list-style-type: none"> 1.幼兒協助擺盤 2.幼兒自己進食用餐 3.幼兒協助洗碗盤
9 : 30~11 : 00	多元學習	<ol style="list-style-type: none"> 1.幼兒閱讀繪本 2.聽故事 3.玩玩具 4.收拾玩具 <p><i>備註：可參考網站資源</i></p>
11 : 00~11 : 30	動一動	<ol style="list-style-type: none"> 1.親子做運動 2.健身操 <p><i>備註：可參考網站資源</i></p>
11 : 30~13 : 00	午餐時間	<ol style="list-style-type: none"> 1.幼兒與家長共同備餐 2.幼兒自己進食用餐 3.幼兒協助洗碗盤
13 : 00~14 : 30	午休時間	<ol style="list-style-type: none"> 1.請家長幫幼兒量體溫 2.聽故事或聽音樂 3.幼兒鋪床 3.睡午覺



時間	項目	防疫期間幼兒的任務 (可逐項一一完成)
		4.幼兒整理寢具 <i>備註：可參考網站資源</i>
14：30~16：00	多元學習	1.做美勞 2.玩親子遊戲 <i>備註：可參考網站資源</i>
16：00~16：30	整理時間	1.幼兒協助打掃家裡環境 2.幼兒協助收衣服、摺衣服 3.幼兒協助擦桌子
16：30~17：30	視聽時間	1.電視卡通節目 2.電視益智節目 3.音樂欣賞
17：30~19：00	晚餐時間	1. 幼兒與家長共同備餐 2. 幼兒自行進食用餐 3. 幼兒協助洗碗盤
19：00~20：30	親子活動	1.桌遊、棋類遊戲、牌類遊戲 2.說故事、聊天 3.親子遊戲
20：30~21：00	準備睡覺	1.請家長幫幼兒量體溫 2.練習自己洗澡 3.幼兒自己潔牙 4.睡前故事

備註：請幼兒用餐前、上廁所後勤洗手



一、網站資源

(一) 繪本故事類



1. 繪本花園- 文化部-兒童文化館

https://children.moc.gov.tw/animate_list?type=1

2. Hyread 新北市立圖書館電子書平台

<https://tphcc.ebook.hyread.com.tw/>

3. IC 之音 FM97.5

<https://www.ic975.com/programs/?term=family>

4. 國立教育廣播電臺-親子頻道

<https://channelplus.ner.gov.tw/channel-curate>

5. Spotify—Podcasts 聽書入睡

<https://reurl.cc/a5pkN9>

6. youtube-蘇菲說故事

<https://www.youtube.com/user/imctcs/videos>

7. 幾米繪本線上看

<https://www.google.com/search?q=幾米繪本線上看>



(二) 親子體能遊戲類

8. 幼兒園室內外親子遊戲 33 個

<https://kknews.cc/game/bxza3z6.html>

9. 親子天下一防疫新生活：5 個室內親子居家遊戲活動

<https://www.parenting.com.tw/article/5086761>

10. 6 個躺著就能陪孩子玩的親子遊戲

<https://www.mombaby.com.tw/articles/9919189>

11. youtube-Little Sports

<https://www.youtube.com/channel/UCTlwFB4ciFi5ZClu-VlwaOg>

(三) 幼兒美勞創意 DIY

12. 多元創思文化事業有限公司

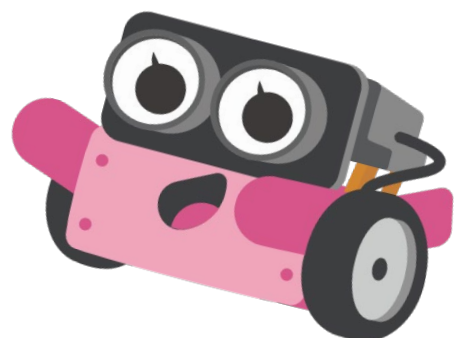
<https://www.youtube.com/channel/UCsU7zOVXxLfKwarFx-VtebQ>

13. momo 親子台—著色畫

<https://www.momokids.com.tw/game-list.php?qpmid=1&pgname=&lmenuid=5&smenuid=0&tmenuid=0>

14. 日本 20 種摺紙做法

<https://reurl.cc/GdzoxZ>



(四) 幼兒多元學習頻道

15. 波波星球泡泡哥哥

https://www.youtube.com/channel/UCxbfRJ_Uk2tyeWXsHg748Ow

16. Food Man TV - FOOD 超人兒童頻道

<https://www.youtube.com/c/TVFoodMan/about>

17. YOYOTV

https://www.youtube.com/channel/UCiWRSesvSYmY7YOyz0tv_zQ

18. 哈囉球球 Hello ChuChu! KIDS CHANNEL

<https://reurl.cc/XeO4j7>

19. youtube-水果冰淇淋

<https://reurl.cc/6ypE00>

20. youtube-WE 四重奏

[https://www.youtube.com/channel/UCgSc_D-](https://www.youtube.com/channel/UCgSc_D-jESLpTJAu8_d8suQ/videos)

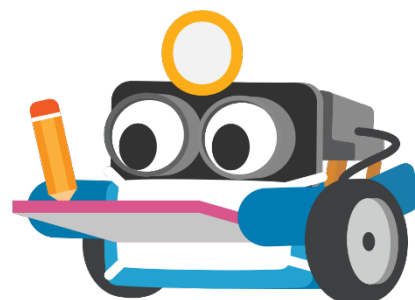
[jESLpTJAu8_d8suQ/videos](https://www.youtube.com/channel/UCgSc_D-jESLpTJAu8_d8suQ/videos)

21. youtube-巧虎 TV (台灣巧連智官方頻道)

<https://www.youtube.com/channel/UCnjadOj5qlKXsTAXPSwc67A>

22. youtube-一起來玩吧!Play Together

<https://reurl.cc/MZYbX3>



(五) 育兒知識類

23. 嬰兒&母親

<https://www.mababy.com/>

24. 媽媽寶寶

<https://www.mombaby.com.tw/>

25. 信誼好好育兒

<https://parents.hsin-yi.org.tw/>

26. 親子天下/學前兒

<https://www.parenting.com.tw/category/1-學前兒/>

27. 未來親子學習平台

<https://futureparenting.cwgv.com.tw/>

