

小兔組(4-7 個月) 作息時間表

時間	程序	內容
8:00 - 9:00	回園及身體檢查	
9:00 - 9:15	更換尿片	除定時更換尿片，幼兒尿片有濕會即時更換
9:15 - 10:15	早 睡	
10:15 - 10:45	個別活動、小組活動	大肌肉/感覺統合遊戲/ /小肌肉/美藝/認知/ 生活技能/ 社交情緒
10:45 - 11:00	更換尿片	除定時更換尿片，幼兒尿片有濕會即時更換
11:00 - 11:30	第一餐奶	
11:30 - 11:45	更換尿片	除定時更換尿片，幼兒尿片有濕會即時更換
11:45 - 12:15	床上活動	感官玩具 / 語言/ 認知
12:15 - 2:45	午 睡	
2:45 - 3:00	更換尿片	除定時更換尿片，幼兒尿片有濕會即時更換
3:00 - 3:30	第二餐奶	
3:30 - 4:00	興趣活動	手語故事 / 情意活動 / 音樂遊戲
4:30 - 4:45	小 睡	
4:45 - 5:00	更換尿片	除定時更換尿片，幼兒尿片有濕會即時更換
5:00 - 6:00	更換尿片 / 床上活動 / 離園	感官玩具/ 語言/ 認知

