

小馬組(13-18 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 - 9:30	早餐	請參閱本園餐單
9:30 - 9:45	更換尿片	
9:45 - 10:30	體能活動	大肌肉活動/ 感覺統合遊戲
10:30 - 10:45	清潔雙手、飲水	
10:45 - 11:30	主題、分組活動	語言/小肌肉 /美藝/ 認知/ 生活技能/ 社交情緒
11:30 - 12:15	清潔雙手、午餐	請參閱本園餐單
12:15 - 12:30	更換尿片	
12:30 - 2:30	午睡	
2:30 - 2:45	更換尿片	
2:45 - 3:00	清潔雙手、飲水	
3:00 - 3:15	分組活動	故事/圖書/主題遊戲/ 音樂律動
3:15 - 4:00	體能活動	大肌肉活動/ 感覺統合遊戲
4:00 - 4:30	清潔雙手、茶點、水果	請參閱本園餐單
4:30 - 4:45	如廁、洗手	
4:45 - 5:00	團體活動	興趣活動
5:00 - 6:00	自由活動 / 離園	圖書 / 小玩具

