

# 學步組作息時間表

時間	程序	內容
8:00 - 9:00	回園、健康檢查、探熱	
9:00 - 9:15	檢查/更換尿片	
9:15 - 9:45	清潔雙手 / 早餐	請參閱本園餐單
9:45 - 10:30	體能活動	
10:30 - 10:45	音樂活動	
10:45 - 11:15	更換尿片/清潔雙手/ 飲水	
11:15 - 11:30	故事時間	
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 - 3:30	體能活動	
3:30 - 4:00	清潔雙手/ 茶點 / 飲水 / 水果	請參閱本園餐單
4:00 - 4:45	音樂活動 / 自選活動	
4:45 - 5:00	檢查/更換尿片	
5:00 - 6:00	自選活動 / 離園	圖書/小玩具



## 十三至十八個月幼兒進食安排

幼兒發展表現	進食訓練安排
▪ 握匙自行進食	▪ 幼兒進餐時，安排坐合適枱椅，教導幼兒一手扶碗，一手握匙羹，自行進食。
▪ 雙手持杯進飲	▪ 幼兒進飲任何飲料，會學習自行持杯進飲。

家長注意事項：

- 幼兒進行進食訓練時，必定會掉落食物，甚至會弄污衣物，成人必須瞭解及支持幼兒，在每日的進食練習過程中，讓幼兒慢慢感受喜悅和樂趣。
- 當幼兒能夠用杯進飲時，不應再用奶瓶進飲，以保護牙齒健康。
- 一歲多的孩子，由於咀嚼能力提昇了，可能不再對糊狀食物感興趣。家長可讓他改吃較軟的米飯；
- 安排幼兒與一家人進餐，透過觀察及模仿家人，學習運用餐具，有助幼兒投入及享受吃的過程。

## 十三至十八個月幼兒個人衛生安排

- 回園時，進入課室前，請家長帶領幼兒到兒童洗手間/以消毒液協助幼兒清潔雙手，培養洗手的習慣。
- 進食前後教導幼兒自行用濕毛巾粗略地清潔雙手及臉部習慣。
- 除定時更換尿片，在幼兒遺尿或遺便在尿片後，會教導幼兒以手語及口語來表示換片的需要，培養幼兒表達個人需要的習慣。
- 以德育故事讓嬰幼兒認識良好衛生的重要性。