

幼兒組及兒童組作息時間表

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	如廁/洗手	
9:45 - 10:30	體能活動	
10:30 - 10:45	飲水	
10:45 - 11:30	分組活動	認知/語言/小肌/美藝
11:30 - 11:45	如廁/洗手	
11:45 - 12:30	午餐	請參閱本園餐單
12:30 - 12:45	如廁/洗手	
12:45 - 2:45	午睡	
2:45 - 3:00	如廁/洗手	
3:00 - 4:00	飲水 綜合活動	興趣/音樂/體能遊戲
4:00 - 4:30	茶點/水果	請參閱本園餐單
4:30 - 5:00	如廁/洗手	
5:00 - 6:00	自由活動 / 離園	圖書 / 小玩具

