

綿羊組(8-12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 - 10:30	更換尿片、早睡	
10:30 - 11:00	體能活動	大肌肉活動/ 感覺統合遊戲
11:00 - 11:10	清潔雙手、飲水	請參閱本園餐單
11:10 - 11:30	個別活動、小組活動	語言/小肌肉 /美藝/ 認知/ 生活技能/ 社交情緒
11:30 - 12:15	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 - 2:55	清潔雙手、飲水	
2:55 - 3:30	體能活動	大肌肉活動/ 感覺統合遊戲
3:30 - 4:00	個別活動	語言/小肌肉 /美藝/ 認知/ 生活技能/ 社交情緒
4:00 - 4:30	清潔雙手、 茶點、水果	請參閱本園餐單
4:30 - 4:45	更換尿片	
4:45 - 5:00	興趣活動	音樂遊戲 / 雙語故事
5:00 - 6:00	更換尿片/遊戲/ 床上活動/離園	圖書 / 小玩具

