



# 綿羊組作息時間表

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	更換尿片	
9:45 - 10:30	地面活動	體能遊戲
10:30 - 10:50	水果/飲水	
10:50 - 11:00	更換尿片	
11:00 - 11:45	分組活動	故事/小肌/美藝
11:45 - 12:15	午餐	請參閱本園餐單
12:15 - 12:30	體能遊戲	
12:30 - 12:45	更換尿片	
12:45 - 2:45	午睡	
2:45 - 3:00	更換尿片	
3:00 - 3:15	體能遊戲	
3:15 - 3:30	飲水 / 談話	
3:30 - 4:00	興趣活動	社交遊戲 / 音樂遊戲 感覺統合遊戲
4:00 - 4:30	茶點	請參閱本園餐單
4:30 - 4:45	更換尿片/離園	
4:45 - 6:00	枱面玩具/圖書/離園	圖書 / 小玩具/*小睡