

瓢蟲班(1-2歲) 作息表

星期 時間	一	二	三	四	五
07:30-08:30	入園時間 / 量體溫 / 換尿布時間				
08:30-09:00	早餐時間 / 學習自己吃囉				
09:00-09:30	喝水時間 / 晨間唸唱兒謠 / 說唱訓練				
09:30-10:30	蒙氏操作 / 大肌肉運動 / 換尿布時間				
10:30-11:15	感覺統合	藝術活動	烹飪活動	音樂律動 / 樂器	生活自理 活動
11:15-11:30	喝水 / 換尿布時間				
11:30-12:30	午餐 / 餐後教具工作時間 / 潔牙時間				
13:00-15:20	甜蜜午休				
15:20-15:40	起床 / 換尿布 / 水果時間				
15:40-16:10	故事繪本	生活自理	生活自理	生活自理	生活自理
16:10-17:00	自己吃點心時間 / 換尿布				
17:00-17:30	繪本活動 / 扮演遊戲 / 兒歌 / 唱遊律動 / 感統課程				
17:30-18:00	遊戲時間 / 換尿布				
18:00-	量體溫 / 閱讀故事書 / 等媽咪和爸比來接我 放學了				

蝴蝶班(2-3歲) 作息表

星期 時間	一	二	三	四	五
07:30-08:30	入園時間 / 量體溫 / 晨間活動 (益智活動、閱讀、工作、教具操作)				
08:30-09:00	美味早餐時間 / 如廁訓練				
09:00-09:30	晨間律動				
09:30-10:30	蒙氏教具	認知活動	蒙氏教具	認知活動	蒙氏教具
10:30	喝水時間 / 如廁訓練				
10:30-11:15	感統活動	藝術活動	烹飪活動	音樂律動 / 樂器	生活自理 活動
11:15-11:30	喝水 / 如廁訓練				
11:30-12:30	午餐時間 / 餐後教具工作時間 / 潔牙時間				
12:30-15:20	量體溫 / 甜蜜午休 / 起床如廁				
15:20-15:40	水果時間				
15:40-16:10	生活自理活動				
16:10-17:00	自己吃營養點心的時間 / 如廁訓練				
17:00-18:00	生活主題課程(禮節. 規矩. 合作. 分享. 輪流. 等)				
18:00-	如廁 / 量體溫 / 遊戲時間 / 等媽咪和爸比來接我 放學了				

★備註：實際作息時間依各班幼兒年齡需求不同及學習狀況會做部份調整。