

蘋果組（細組） 每天日程表



幼兒月齡：約 1 個月至 6 個月



時間	活動內容
8:00 a.m. - 9:00 a.m.	回園 / 探熱、健康檢查 / 音樂欣賞
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	進食 - 引進固體食物訓練 (5 個月或以上) 果茸 / 飲水 ^{註2}
9:30 a.m. - 10:00 a.m.	 換片 / 個別訓練 ^{註1} / 小睡
10:00 a.m. - 12:00 p.m.	進食 - 引進固體食物訓練 (6 個月或以上) 奶餐 / 試糊 ^{註2} (視乎嬰幼兒回園前的奶量及進食時間作調整)
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	換片 / 遊戲欄玩耍 (5 個月以上)
12:30 p.m. - 3:00 p.m.	午睡及睡醒後換片
3:00 p.m. - 4:30 p.m.	進食 - 奶餐 ^{註2} (視乎早上的奶量及時間及當時狀態作調整)
4:30 p.m. - 4:45 p.m.	抹面 / 換片 / 整理
4:45 p.m. - 6:00 p.m.	床上玩具 / 音樂欣賞 / 坐臥椅 / 小睡 等候放學

註1

音樂欣賞 / 談話 / 輪流進行嬰兒運動 / 感官訓練 / 兒歌 / 故事 / 玩床上玩具 / 坐搖椅或木椅玩玩具等

註2

嬰幼兒飲奶及掃風或試糊後，會掃風及在搖椅/木椅上休息一會或進行個別訓練^{註1}



香蕉組 (細組) 每天日程表



幼兒月齡：約 7 個月至 12 個月^{註1}

時間	活動內容
8:00 a.m. - 9:00 a.m.	回園 / 探熱、健康檢查 / 床上玩具
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	進食 - 引進固體食物訓練 果茸 / 飲水
9:30 a.m. - 11:00 a.m.	換片 / 個別訓練 ^{註2} / 小睡
11:00 a.m. - 12:00 p.m.	進食 - 引進固體食物訓練 試糊 / 試粥 ^{註3} (視乎嬰幼兒回園前的奶量及進食時間作調整)
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	換片 / 遊戲攔玩耍 / 個別訓練 ^{註2}
12:30 p.m. - 3:00 p.m.	午睡及睡醒後換片
3:00 p.m. - 4:00 p.m.	進食 - 奶餐 ^{註3} (視乎早上的奶量及時間及當時狀態作調整)
4:00 p.m. - 4:30 p.m.	個別訓練 ^{註2}
4:30 p.m. - 4:45 p.m.	抹面 / 換片 / 整理
4:45 p.m. - 6:00 p.m.	床上玩具 / 音樂欣賞 / 坐臥椅 / 小睡 等候放學

註 1

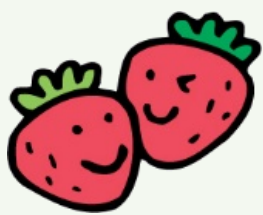
因應嬰幼兒能力而安排轉組 / 升組

註 2

音樂欣賞 / 談話 / 輪流進行嬰兒運動 / 感官訓練 / 兒歌 / 故事 / 玩床上玩具 / 坐搖椅或木椅玩玩具等

註 3

嬰幼兒飲奶及掃風或進食後，會掃風及在搖椅/木椅上休息一會或進行個別訓練^{註1}



士多啤梨組 (細組) 每天日程表



幼兒月齡：約 10 個月至 15 個月^{註1}

時間	活動內容
8:00 a.m. - 9:00 a.m.	回園 / 探熱、健康檢查 / 床邊玩具
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	進食 - 引進固體食物訓練 果茸 / 飲水 ^{註3}
9:30 a.m. - 11:00 a.m.	換片 / 個別訓練 ^{註2} / 遊戲欄玩耍 / 小睡
11:00 a.m. - 12:00 p.m.	進食 - 引進固體食物訓練 粥 ^{註3}
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	換片 / 床上玩具 / 音樂欣賞
12:30 p.m. - 3:00p.m.	午睡及睡醒後換片
3:00 p.m. - 3:30 p.m.	進食 - 奶餐 ^{註3}
3:30 p.m. - 4:30 p.m.	個別訓練 ^{註2} / 遊戲欄玩耍
4:30 p.m. - 4:45 p.m.	抹面 / 換片 / 整理
4:45 p.m. - 6:00p.m	床上玩具 / 音樂欣賞 / 教具 / 小睡 等候放學



註 1

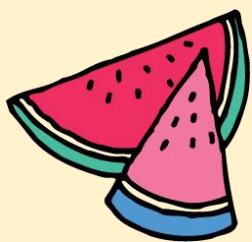
因應嬰幼兒能力而安排轉組 / 升組。

註 2

音樂欣賞 / 談話 / 輪流進行嬰兒運動 / 感官訓練 / 兒歌 / 故事 / 玩床上玩具 / 坐搖椅或木椅玩玩具等

註 3

嬰幼兒進食後，會坐著休息一會或進行個別訓練^{註2}



西瓜組（中組） 每天日程表

幼兒月齡：約 15 個月至 18 個月^{註1}

時間	活動內容
8:00 a.m. - 9:00 a.m.	回園 / 探熱、健康檢查 / 床上玩具
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	進食 - 水果 / 飲水 ^{註3}
9:30 a.m. - 11:00 a.m.	換片 / 分組活動 ^{註2} / 遊戲欄活動
11:00 a.m. - 12:00 p.m.	進食 - 午膳 ^{註3}
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	換片 / 床上玩具 / 音樂欣賞 
12:30 p.m. - 3:00p.m.	午睡及睡醒後換片
3:00 p.m. - 3:45 p.m.	進食 - 奶餐、茶點 ^{註3}
3:45 p.m. - 4:30 p.m.	大肌肉活動 
4:30 p.m. - 4:45 p.m.	抹面 / 換片 / 整理
4:45 p.m. - 6:00p.m	床上玩具 / 音樂欣賞 / 圖書 / 教具 / 小睡 等候放學

註 1

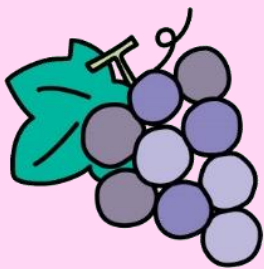
因應嬰幼兒能力而安排轉組 / 升組。

註 2

音樂 / 談話 / 故事 / 社交 / 感官訓練 / 大、小肌肉訓練 / 兒歌等

註 3

幼兒進食後，會坐著休息一會或進行個別訓練^{註2}



提子組 (大組)

每天日程表



幼兒月齡：約 19 個月至 24 個月

時間	活動內容
8:00 a.m. - 9:00 a.m.	回園 / 探熱、健康檢查 / 桌上玩具
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	進食 - 早餐
9:30 a.m. - 9:45 a.m.	如廁訓練 / 換片
9:45 a.m. - 10:30 a.m.	分組活動 ^{註1}
10:30 a.m. - 10:50 p.m.	進食 - 水果 / 飲水
10:50 a.m. - 11:20 a.m.	大肌肉活動
11:15 a.m. - 11:30 a.m.	如廁訓練 / 換片
11:30 a.m. - 12:15 p.m.	進食 - 午膳
12:15 p.m. - 12:30 p.m.	如廁訓練 / 換片
12:30 p.m. - 2:45p.m.	午睡
12:30 p.m. - 2:45p.m.	如廁訓練 / 換片
3:00 p.m. - 3:30 p.m.	進食 - 茶點
3:30 p.m. - 4:15 p.m.	分組活動 ^{註1}
4:15 p.m. - 4:30 p.m.	如廁訓練 / 換片
4:30 p.m. - 4:45 p.m.	抹面 / 換片 / 整理
4:45 p.m. - 6:00p.m	桌上玩具 / 音樂欣賞 / 圖書 / 教具 等候放學

註1

故事 / 音樂 / 談話 / 圖工 / 社交訓練 / 感官訓練 / 大、小肌肉訓練 / 兒歌等