作息表

節	一	二	三	四	五	六
	入園 自由探索	入園 自由探索	入園 自由探索	入園 自由探索	入園 自由探索	
一	出汗性大肌肉活動	出汗性大肌肉活動	出汗性大肌肉活動	出汗性大肌肉活動	出汗性大肌肉活動	
二	美味點心	美味點心	美味點心	美味點心	美味點心	
三	主題活動	主題活動	主題活動	主題活動	主題活動	
四	學習區探索	學習區探索	學習區探索	學習區探索	學習區探索	
	午餐時間					
	午休時間					
五	借書時間	借書時間	借書時間	借書時間	借書時間	
六	美味點心	美味點心	美味點心	美味點心	美味點心	
七	綜合活動	綜合活動	綜合活動	綜合活動	綜合活動	
八	整理收拾 放學	整理收拾 放學	整理收拾 放學	整理收拾 放學	整理收拾 放學	
九						