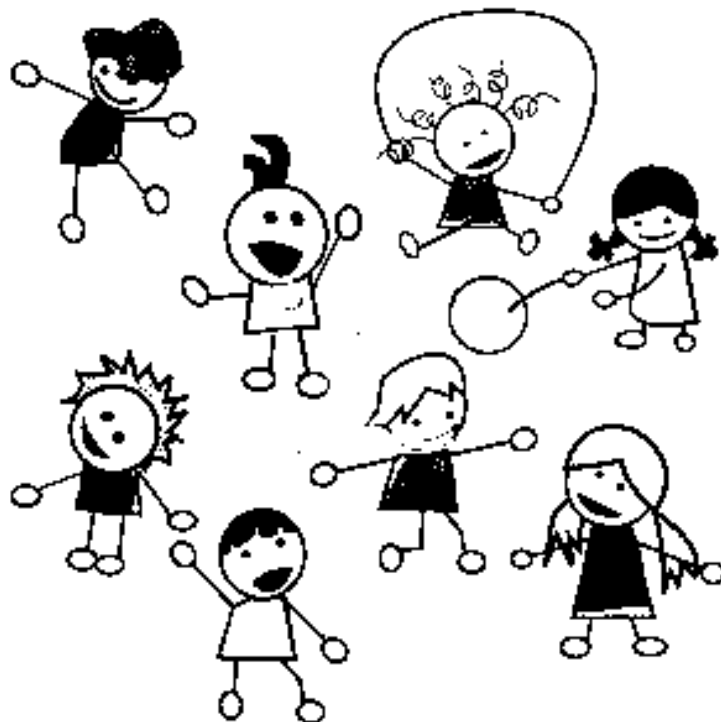




中華基督教會沙田堂
CCC Shatin Church

破冰遊戲手冊

2013



目錄

一、為何要玩.....4	19. 萬里長城.....16
二、如何準備.....4	20. 超級無敵馬拉松.....17
三、帶領者秘訣.....4	21. 天花亂墜.....18
四、好破冰之應有條件.....4	22. 拜拜你條尾.....18
五、果效分類.....5	23. 風起雲湧.....19
六、部份破冰遊戲之分類.....5	24. 雪糕筒——人牆穿越賽.....19
七、破冰遊戲.....6	25. 睇得快、好世界.....20
1. 7個茶壺6個蓋 / 「拍」橈 (漂流版).....6	26. 靜雞雞，無走雞.....21
2. 二龍爭珠足球版.....7	27. 水壺攻防戰 / 紙棍攻防戰....21
3. 找不同——立體版.....7	28. 下巴傳氣球.....22
4. 搶椅子 / 跟從我吧.....8	29. 橫行霸道.....23
5. 心臟病.....9	30. 運送核彈頭.....23
6. 七七 123.....9	31. 報紙長城.....24
7. 我是 XXX 幾多號.....10	32. bing bom wa 手指版.....25
8. Come 綿 Toy 二人組.....11	33. 爆煲九十九.....26
9. Big Echo.....11	34. 青蛙...青蛙跳.....26
10. 以手傳手.....12	35. 王子與屎.....27
11. 層層迭.....12	36. 超級無敵大聲公.....27
12. 穿針引線.....13	37. 自選花式接龍.....28
13. 田雞過河.....13	38. 人肉 Photo Hunt.....28
14. 金雞扯大纜.....14	39. 「捉」盲雞.....29
15. 彈弓手.....14	40. 混合版(掙手巾+閃避球+爭 橈仔).....29
16. 包剪剪.....15	41. 拋氣球.....30
17. 以訛傳訛—金句版.....15	42. 何家猜?.....31
18. 猜猜我是誰.....16	43. 環遊世界.....31

44. 撒但的謊言	32	67. 你會點反應？	43
45. 大海撈針	33	68. "Come"錦胎 X 心臟病.....	43
46. 解手	33	69. 說謊搭高.....	43
47. 滾幣大賽	34	70. 眾人皆醉我獨醒	44
48. 說做不一	34	71. J J 復 J J	44
49. 你我他	34	72. 圍搶	44
50. 雙拳比賽	35	73. 眼明 PAT 快	45
51. 氣球碰碰車	35	74. 怒蓋聖經人物	45
52. 「我愛你，唔知醜」	35	75. 捉緊真實的神.....	45
53. First impression.....	36	76. 翻方言	45
54. 喝水.....	36	77. 面對明天.....	46
55. 引蛇出洞	37	78. 家庭紙卡（長者組）	46
56. 世界之最	38	79. 聖經人物紙卡（長者組）	46
57. 畫畫.....	39	80. 畫圖查經（長者組）	47
58. 估估我是誰？	39	81. 耶穌話（婦女、長者）	47
59. 殺手遊戲	40	82. 步操（婦女、長者）	47
60. 扑傻瓜！	40	83. 齊齊數（長者、婦女）	47
61. 估領袖？	41	84. 耶穌話：食生果有益（婦女、 長者）	48
62. 這動物是誰？	41	85. 擲骰子（長者）	48
63. 我的圖畫？	41	86. 互相稱讚（長者）.....	48
64. 領瞎子路	41		
65. 你會揀邊個？	42		
66. 人肉 photo hunt - 模仿版.....	42		

不要輕看
準備遊戲的時間

不要輕看
遊戲在小組的作用

一、 為何要玩

1. 自身意義

甲、初階：

- 帶領組員進入小組氣氛
- 組員互相建立

乙、進階

- 組員間有進深的認識
- 與查經內容有關，首尾呼應

2. 深層意義

甲、牧養組員，操練他的：

- 準備方法
- 細心程度
- 處事態度
- 鼓勵人、發掘欣賞人、婉轉有效的提點

乙、事奉者學習牧養組員，操練他的：

- 跟進方式
- 細心程度
- 與組員一起帶遊戲時的態度

二、 如何準備

1. 人數：多 vs. 少

2. 組員：新 vs. 舊，瘋狂 vs. 斯文

3. 地點：課室 vs. 禮堂 vs. 戶外

4. 用具：啤牌 vs. UNO vs. 紙

5. 創新、改造：自創 vs. 參考

三、 帶領者秘訣

1. 自己要懂玩

2. 事前試玩過、試講過如何玩

3. 講解清晰 + 示範玩

4. 有信心

5. 自我要加倍投入

四、 好破冰之應有條件

1. 講解清楚

2. 示範玩

3. 不要有太多物資

4. 可大動作，大反應

5. 有人搞氣氛（e.g. 有詭詐的人）

6. 不讓氣氛「dead」

7. 多鼓勵新組員，但不集中目光在新組員身上

8. 特別照顧(並不是針對)玩得起的組員

9. 想好懲罰方法

10. 不「屈」人輸

五、 果效分類

<u>彼此認識</u> 認識其它組員的名字， 或是一些基本資料	<u>同心協力</u> 學習互相幫忙、合作同工， 藉此加深彼此的認識	<u>炒熱氣氛</u> 打破冰冷， 把氣氛帶起來
---------------------------------------	--	--------------------------------

六、 部份破冰遊戲之分類

	炒熱氣氛	互相認識	跑動	坐係度	啤牌	道具	備註
Running man	1		1			1	
踩波	1		1			1	
王子與屎	1		1				
埋洲	1		1				
紅綠燈	1		1				
狐狸先生	1		1				
麻鷹捉雞仔	1		1				
糖痴豆	1		1				
數字球	1		1			球	
閃避球	1		1			球	
掙凳仔 (+ 24 hrs)	1		1	1			
拋手巾	1		1	1		手巾	
拋手巾+閃避球	1		1	1		牛巾=球	
Dorki dorki	1			1			數拍子
廣東炒麵	1			1			數拍子
拍拍 123 (+成語) (+乘數表)	1			1			數拍子
估領袖	1			1			
拍凳	1			1			
Bing bang wa	1			1			
Sip Sap Soup (+動作)	1			1			
蒙羅麗莎	1			1			
拍 7	1			1			
朱古力波	1						
傻仔 123 +暴力搽手	1			1			
鋤大 D	1			1	1		
爆煲 99	1			1	1		
非洲話事啤	1			1	1		

	炒熱氣氛	互相認識	跑動	坐係度	啤牌	道具	備註
Com 綿胎 (+前後版)	1			1	1		
catch	1	1					
扑傻瓜	1	1				棍	
啤啤熊	1	1					
大細聲	1						
UNO (+暗黑版) (+勉勵版)	1			1		UNO	
Stop the bus				1	1		
潛烏龜				1	1		
MC killer				1	1		
狼人				1	1	Or 狼人 Card	
大衛與歌利亞				1	1	Or card	
矮人掘金				1		矮人掘金	
牛頭王				1		牛頭王	
大富翁				1		大富翁	
Photo Hurt				1			分組玩
pictionary				1		紙,筆	分組玩
Pictionar 傳下 位				1		紙,筆	
A 貨				1		紙	
求相同,求不同				1		紙,筆	
揸手 Killer				1			
心臟病 (+改名) (+唔准手指指)		1			1		

*以上遊戲可以加入「七級豬」

七、 破冰遊戲

1. 7 個茶壺 6 個蓋 / 「拍」機 (漂流版)

性質：炒熱氣氛

附注：5 人或以上

材料：

- 橈 + 比較大的空地

玩法：

- 選擇一個組員負責爭橈仔，其餘每個組員隨意選擇一個位置，坐在橈上，加一張空橈
- 負責爭橈仔的組員要站在距離空橈最遠的位置
- 爭橈仔的組員的目標是坐在任何一張空橈上

- 其它組員就要想辦法不讓爭欖仔的組員找到空欖坐下，所以他們要跟爭欖仔的組員鬥快坐上空欖，其它組員要配合填補空位（空欖）
- 假如爭欖仔的組員找到空位坐下，那麼之前離開補位的組員就算輸，他就要出來作爭欖仔的組員了



2. 二龍爭珠足球版

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：10 人以上

材料：

- 輕身的球（例如：報紙球）

玩法：

- 地上劃出一正方形，四隊分別圍在四邊，其中對立兩面放一龍門（椅子下方空位即是龍門）。
- 打對面站著的兩組為之一 pair；一 pair 人各自用一英文字母為代號(要順著 A,B,C)；另一 pair 人各用一數目字為代號(要順著 1,2,3..)。
- 主持人每次在場中間放置報紙球，然後身處場外，叫一個英文字母或一個數目字，兩人就在場中間設法把球射入對方龍門。
- 四圍站著的人作圍牆，作防線避免報紙球出界，但不得作弊,如加上一兩腳。



3. 找不同——立體版

性質：同心協力

附注：人多人少都適合

材料：

- 一個課室或某一特定場地

玩法：

- 把組員分成兩個小組比賽
- 主持人讓組員用 3 分鐘時間記住課室內物件的位置，然後請所有組員離開課室
- 主持人隨意移動課室內的物件(e.g. 拉開一張欖，掉亂組員袋子的位置，關掉一把風扇...etc)，然後自己記下與之前不同的地方作為答案
- 兩個小組各派 1 組員進入課室找出答案(可用 30 秒至 1 分鐘)，時間過後，第一位離開並請第二位進入，直到所有組員都進過課室
- 之後就讓兩個小組的組員自行討論答案

- 答對較多的小組就算贏

進深版

- 未有進深版，不過提醒主持人所有物件最後一定要維持原狀啊(特別是教會基覺課室的公物)~



4. 搶椅子 / 跟從我吧

性質：彼此認識 / 炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：

- 椅

玩法：

- 遊戲者圍坐成一個圈，主持人站在圈外。
- 主持人圍著圈走，並說：「X X X (其中一個參加者的名字) 出來跟我出去散步」 / 「X X X，跟從我吧」。
X X X 便需跟著主持人圍圈走。
- 圍圈走的人越來越多，人數由主持人決定。
- 當主持人喊出「我們回家吧」 / 「去天堂」，圍圈走著的人都要盡快找椅子坐。
- 沒有搶到的人就要出來成為主持人。

進深版 1

- 不只圍著椅圈走，可以整隊人跟著主持人離開課室

進深版 2

- 主持人帶領一班人時，主持人不停做不同的動作，跟著的人都要一個跟一個做

進深版 3

- 每人為自己改一個奇怪的名字

進深版 4

- 主持人作一個故事，故事內容只要包含組員名字的其中一個字，那個組員都要跟著他走
e.g. 主持人說：我今天去了意粉屋食豬扒飯，等了很久才輪到我，每到 lunch time 都是這樣，人山人海.....
那樣，意粉、珠、哈山都要出黎啦.....
主持人又可以想個狡猾一點的暗號，讓人聽見也不醒覺要開始搶位



5. 心臟病

性質：彼此認識 / 炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：

- 啤牌

玩法：

- 首先每人拿一張牌（可以讓其它人看到自己的牌）
- 之後各人再順次拿一張牌，如果新拿的牌和別人手上的牌的數字相同，雙方就要馬上叫對方的名字，較快的人可以將手上的牌全部轉交給較慢的人
- 如果有組員新拿到的牌和自己原有牌的數字相同，其它組員中任何一個都可以叫該組員的名字，該組員則要叫自己的名字一次，若其它組員較該組員快，則全組所有組員手上的牌都可以轉交該組員
- 自己的數字以手上最新拿到的牌為準
- 遊戲結束後，手上最多牌的組員輸

進深版 1 – 改名

- 可以不用自己原本的名字，全組定一個題目，然後改與該題目有關的名字
例：全組為自己改一個甜品名，即組員甲可以叫「西米露」，有組員可以叫「紅豆沙」，有組員可以叫「綠豆沙」，如此類推
注：建議限定名字的字數

進深版 2 – 不准手指指版

- 叫別人的名字時，不能用手指著對方，否則即使較快叫出對方的名字都算輸

進深版 3 – 大叫小版

- 每人獲發一張牌，主持人數 1.2.3，喊到 3 時一起翻牌
- 數字最大及最小的組員要互喊對方的名字，最快的便贏

進深版 4 – 相同數位互叫版

- 數字相同的人要互喊對方的名字，最快的便贏



6. 乜乜 123

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附 注：人多人少都適合

- 適合大約 8 個人以上玩

玩法：

- 各人圍圈站好，主持人先教大家一些指令與動作，最基本有三組
(1)飛機 123 (2)樹熊 123 (3)椰樹 123 (動作可以自創，總之是要 3 人合作而成的。)
- 玩的時候，一個人站在圈的中間，向其中一個人講指令，例如：飛機 123，那個人與左右兩邊的人一共三個人要合作做指定的那組動作，做錯、做多、無做以及太慢的算輸!!!輸的人就要成為中間那個人!本來站中間那人就可以入圈繼續玩。
- 動作詳情可以問我...呢度似乎唔可以形容得貼切...又或者你自己作啦...總之**奔放**
一 D 就好好玩 ga 喇~可以要求組員加埋聲!!例如：椰樹 123 就要加埋
“WOW~~~”嘅聲音

進深版

- 不斷創作不同的乜乜 123，自創不同的動作~
- 例如：大象 123、茶壺 123、企鵝 123、粵語殘片 123、herman123、智障龜 123(有興趣可問我，叫啲組員示範過你睇~亦都歡迎告知勁 GOOD 的創作，大家交流一下!)
- 最後可以玩淘汰賽，輸的人做完一次中間那人後就要被淘汰，越來越少人，越來越難玩



7. 我是 XXX 幾多號

性 質：炒熱氣氛

附 注：人多人少都適合

玩法：

- 每人輪流說「我是 XXX__號」，號碼由一開始數
注：XXX 自定，可以是：傻瓜、基督徒、組名...etc.
例：組員甲說：「我是基督徒 1 號。」
組員乙說：「我是基督徒 2 號。」
組員丙說：「我是基督徒 3 號。」.....如此類推
- 每一回合都可以隨時開始（視乎誰會首先開聲說），亦不會定下說話的次序，大家隨意、隨時說那句說話
- 如果同時有兩個或以上的組員出聲：「我是 XXX__號」，就要鬥快叫對方的名字，較慢的組員輸
- 每次最多只可以叫到（組員人數減一）的號碼，最後講的組員算輸。
例：如果那次小組有 10 人，最多只會講到「我是 XXX 9 號。」

沒有出過聲的那位組員亦算輸。

進深版 – 七級豬版

- 每回合輸的人加一級豬，同級的豬才可以傾談，如果不同級的豬傾談，較低級的豬會變成與較高級的豬同等，最快去到七級豬的人就輸。



8. Come 綿 Toy 二人組

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：至少 8 人

材料：

- 啤牌一盒

玩法：

- 兩個人為一組，一個為蒙在鼓裡（即被蒙眼者），另一個是金精火眼（即能看見者）
- 蒙在鼓裡者如平時玩 Come 綿 Toy 一樣，一個接一個放出啤牌，並同時叫出「煙、1、2、3、4、5……」
- 因為蒙在鼓裡者看不見東西，所以當放出的啤牌和喊叫的數位相同，唯有靠金精火眼者透過推／打／叫／喊等動作提醒前面的蒙在鼓裡者要 come card，come 得最快的蒙在鼓裡者，其二人組就算贏一局。最後，那組能最快把手上的啤牌出盡就算贏。



9. Big Echo

性質：同心協力

附注：人多人少都適合

玩法：

- 先請一個人出去外面，其它人在房內圍圈站好，商量一個題目，例如：迪士尼卡通人物，每人就要想出一個相關的名，例如：胡迪、米奇、巴斯、維尼、史迪仔、唐老鴨....然後，再請外面那人回來，並站在圈的中間。之後，數 123 大家一起向圈中人大喊(亦可按需要調節大細聲)自己之前想好的東西，中間的人要從中猜出題目。

注意：

- 大家喊的東西儘量字數相約
- 開始玩時，可以先向天大喊，因為真的很 Big Echo，且看不見口形，難度極高!如果覺得太難猜，就可以轉而向中間喊，降低難度。(這遊戲沒有進深版，基本上難度只會越降越低。)



10. 以手傳手

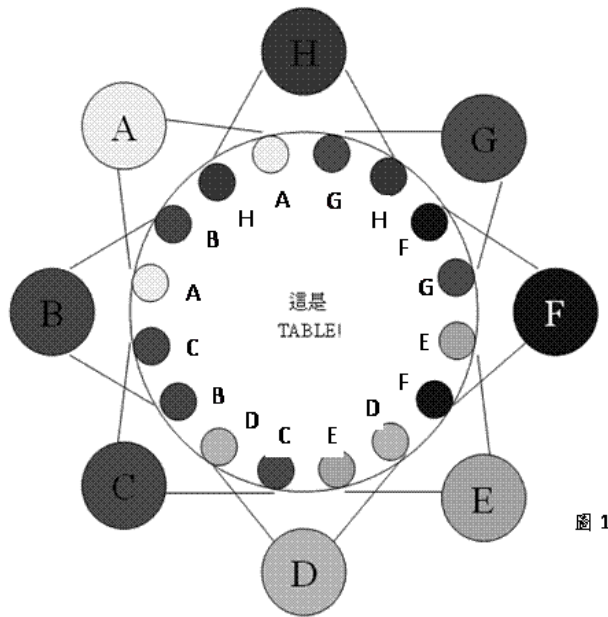
性質：同心協力
附注：3 人或以上

材料：

- 手（多隻）、台（一張）

玩法：

- 大家圍圈坐下（中間最好可放一張桌子以便把手放上面），自己的手隔著一個人的手（見圖 1）
- 好像傳信息般 A 手 B 手 C 手 D 手...A 手拍完，旁邊的 B 手拍，再到 C 手拍...如此類推...順時針/逆時針傳也可以
- 有以下幾個 signals
 - a. 拍一下 ----- 普通傳手
（A 手拍 → 到 B 手拍 → C 手再拍...）
 - b. 連拍兩下 ---- reverse
（例子：A 手拍一下 → B 手拍一下 → 但 C 手拍兩下 → 那就不是 D 手拍，而是返回到 B 手拍，如 B 手只拍一下，那下一個就是 A 手拍 {因為在反方向傳}；但如 B 手都拍兩下，則是再 reverse，下一個就到 C 手拍）
 - c. dap 拳頭一下 ----- skip 一隻手
（A 手 dap 拳頭一下 → B 手唔准拍 → 到 C 手拍，C 手可以選擇拍出任何 signal）
 - d. dap 拳頭兩下 ----- skip 兩隻手
（A 手 dap 拳頭兩下 → B 手同 C 手都不可拍 → 到 D 手拍，D 手可以選擇拍出任何 signal）
- 當有手做錯，那隻手需馬上離開手圈，當愈來愈少手在圈中玩，遊戲將會愈來愈刺激!



11. 層層迭

性質：同心協力

附 注：人多人少都適合

玩法：

- 分兩組，各取任何屬於自己的東西當作磚頭，可以是銀包、書包、書本、腰帶、波鞋……
- 迭起來，迭得最高者勝
- 帶出意義——基礎很重要，要高就一定要打穩基礎



12. 穿針引線

性 質：同心協力

附 注：10 人或以上

材料：

- 金句紙（選一句金句（可以與是次查經有關的），每兩字寫在一紙仔上，如果分兩組就寫兩份）、眼罩（可不用！信任組員）

玩法：

- 分兩組（人多就分三組，而金句也預備三份），排成一直線
- 各組選一人出來，成為「針」，全程合上眼
- 將金句分給兩組，吩咐他們弄亂次序放在地上
- 全組人都是「線」，圍著「針」，不准觸碰「針」，只准用聲音帶領「針」去順序拾起地上的金句紙
- 最快完成者為勝



13. 田雞過河

性 質：同心協力 / 炒熱氣氛

- 附 注：10 人或以上、奔跑型的遊戲，最適合初中生！

玩法：

- 分兩組（每組人愈多愈好玩）
- 地上分出中線、以及兩邊的底線（若是室內，可以是手觸場為之到達底線）
- 兩組人均在中線相距一呎左右站好
- 各自的第一位為之一號，代表全組用腳猜「包剪錘」，兩組人看著結果，勝方捉敗方，敗方組員在逃到底線之前被勝方觸及身體，則為之敗
- 勝方在捉的過程中，觸及多少人，就得多少分
- 如是者，第二盤，雙方的第二號又用腳猜「包剪錘」，勝方捉，敗方逃，負責人每次

詢問捉到多少個，負責計分

- 一直猜到最後一隊為止，分數高者勝



14. 金雞扯大纜

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：8 人或以上

材料：

- 一兩個垃圾膠袋（夠韌，不易扯爛）

玩法：

- 分兩組，各自安排對壘的先後次序，報告負責人，定了就不可更改
- 各自派出第一隊對壘，兩位參賽者手持垃圾膠袋的兩端，自己的組員就站在參賽者後面，用一隻手支持參賽者（捉緊他以免被對方扯走）
- 參賽者和支持者都要單腳站，腳要提到膝蓋位
- 開始拉扯
- 輸的定義：被扯走膠袋、參賽者和支持者任何一人雙腳觸地
- 第一隊玩完，到第二隊
- 帶出意義：單腳企，每個基督徒都是不完全，很易被世界潮流風尚、個人罪性、撒旦欺哄、環境際遇所拉扯跌倒，不單要自己靠主站立得穩，也要靠弟兄姊妹扶持（當刻的提醒、責備、關心；平日的見證分享）。



15. 彈弓手

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：8 人或以上

玩法：

- 分兩組（每組人愈多愈好玩）
- 地上分出中線，兩組人均在相距中線一呎左右的地方站好（即雙方人馬面對面，相距兩呎），雙手均放在腰間，如繫馬出拳的姿態
- 各自的第一位為之一號，代表全組用手猜「包剪錘」，兩組人都看著結果，勝方要捉緊或觸及對方的手，敗方要立刻縮手
- 勝方只要觸及敗方的手就贏，全隊觸及多少人，就得多少分
- 如是者，第二盤，雙方的第二號又用手猜「包剪錘」，勝方捉，敗方閃
- 負責人每次詢問捉到多少個，負責計分
- 一直猜到最後一隊為止，分數高者勝

- 帶出意義：時刻儆醒留意；以及面對罪要「閃」得快，用來教導：提後 2:22「你要逃避少年的私欲」，是最好不過



16. 包剪剪

性質：炒熱氣氛
附注：8 人或以上

材料：

- 小禮物 / 無聊 o 野 / 可有可無

玩法：

- 每位參加者準備出拳的姿勢
- 只可出「相同」的拳名姿勢——例如主持人說「包錘包」，組員只可出「包」；主持人說「包剪剪」，組員只可出「剪」，否則便輸
- 如果主持人說「包剪錘」／「剪錘包」／「錘剪包」……，因為沒有「相同」的拳名，故組員不應出任何拳，否則亦輸
- 一隊人中，最遲起手做動作的，亦算輸
- 一直猜到剩下一個勝利者為止

進深版 1

- 主持人可嘗試邀請組員（尤其是中一生或新組員）作司令員，增加他們的投入感

進深版 2

- 轉用腳猜，增加難度



17. 以訛傳訛—金句版

性質：同心協力
附注：8 人或以上

材料：

- 經文金句咭

玩法：

- 將組員分成 2-3 組比賽，一位組員作主持人
- 各小組都排成一直行

- 主持人選出一張金句咭，每小組的第一位組員負責記住金句咭上的金句，然後向第 2 位組員背出金句，第 2 位組員又向第 3 位組員背出金句，如此類推。
- 每小組最後的一位組員要負責背金句給主持人聽，最快和最正確者勝出

進深版

- 可以叫組員背金句連章節，或限制第一位組員記金句的時間
- 小組越多人難度越高



綠色：ok 待放入書

18. 猜猜我是誰

性質：同心協力

附注：8 人或以上

玩法：

- 將組員分成 2 小組
- 主持人負責出題目，每個範圍設定兩個類近的答案，例如：

範圍	答案 A	答案 B
1. 水果	提子	榴槤
2. 卡通人物	比卡超	彈珠人
2. 馬鐵站名	馬鞍山	恒安

- 主持人先告訴大家要猜的範圍(eg:水果)
- 主持人只將答案 A(eg:提子)告知 B 組，同時，也只將答案 B(eg:榴槤)告知 A 組
- 待兩組都知道對方組要猜出的答案後，兩組可以輪流向對方提出「是非題」(eg:是不是兩個字的?是不是比手掌大?)
- 其中一組可以先開始發問，對方全組均可作答
- 最快猜出答案的一組（即 A 組要猜出答案 A，B 組要猜出答案 B），為之勝出

進深版

- 可以限制猜答案的總次數
- 可以要求兩組組員順序每人問一次，避免有一人壟斷的情況



19. 萬里長城

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：

- 各人自己的物資

玩法：

- 分成兩組至三組（按人數而定），將身上之物（可容許取用所攜之物）以直線形式首連尾排在地上（由此端到彼端後，接著轉過頭再排下去[即打蛇餅]），排成最長者勝
- 排到後期，可以鼓勵將身上的外套、襪也脫出來，甚至脫到無可再脫後，可以鼓勵全組人躺在地上！

帶出意義：

- 欣賞他們努力尋找合用的對象，並願意放在地上不怕污垢，全人奉獻、投入遊戲，眾志成城！
- 然而，人的東西都有限的，而且有些東西我們根本無法供應，唯有上帝無限供應我們每天所需。
- 試想想陽光、空氣、雨水、恩典等不是上帝源源不絕的供應我們嗎？
- 神的愛沒有盡頭，源源不絕的

留意：

- 玩後，要給予時間他們去收拾，例如拆出來的鞋帶要重新穿上



20. 超級無敵馬拉松

性質：同心協力

附注：人多人少都適合

玩法：

- 圍成一圈，第一人講「小組」，第二人用上詞的「組」字起頭構詞，例如「組員」，之後的人如此類推，例如「員外」、「外星人」、「人類」……

進深版：

- 限制詞的「字數」是要劃一的，例如一律只可說三字詞
- 限制要同音同字的，不可同音異字
- 累積上去：即每人都在講出自己的詞語前，須將之前所有人的詞語重述一次

帶出意義：

- 欣賞組員努力尋找詞語，然後人腦內的詞語會有窮盡，記憶也有限制，有些東西我們根本無法供應，唯有上帝無限供應我們每天所需。
- 試想想陽光、空氣、雨水、恩典等不是上帝源源不絕的供應我們嗎？
- 神的愛沒有盡頭，源源不絕的



21. 天花亂墜

性質：同心協力

附注：人多人少都適合

材料：

- 兩把雨傘（適合下雨天玩，因不用特意帶雨傘嘛）
- 一副象棋、一副啤牌

玩法：

- 分兩組
- 每組獲發一把雨傘、一副象棋
- 每組選出一人跪或坐在地上，把傘子撐開，雙手握持傘柄，傘柄不能再觸及其它地方以借力
- 兩組組員將棋子逐個逐個放在傘頂上（主持人留意兩把傘的布面滑度是否相近）
- 限時內（例如一分鐘），放得最多者勝

進深版：

- 再每組多發一副啤牌，同時將棋子、啤牌放在傘上
- 限時內（例如一分鐘），最多者勝（在計算上，棋子和啤牌都是一樣分數）



22. 拜拜你條尾

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：15 人或以上

材料：

- 一堆報紙紙條（一兩吋闊左右）、橡皮圈一紮
- 每人玩一次的話，每人須有兩條報紙紙條和兩條橡皮圈

玩法：

- 既可每人獨立作戰，又可以分兩組玩
- 須有指定的走動範圍，小一點的會更刺激；當大部份參加者被淘汰後，可以再收窄走動範圍
- 開始時，向每人分派兩條報紙紙條和兩條橡皮圈
- 指示組員把紙條分別用橡皮圈紮在左右手腕，紙條要由手腕起垂至觸及地面（不能將紙條卷起收藏在手裡）
- 每次玩半分鐘，組員四圍去扯斷／扯走其它人（別組）的紙條，在攻擊別人時又要保護自己的紙條

- 兩條都斷了的組員可以繼續攻擊
- 半分鐘後，主持人點算賽果，兩條都斷了的組員要離開比賽場地
- 再開始下一輪攻擊，如此類推
- 剩下一人還有紙條的，勝出！



23. 風起雲湧

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：10 人或以上

場地：建議在室內/無風的地方

材料：

- 氣球十數個

玩法：

- 平分兩組，人數均等
- 地上分做日字型的場地，即有兩邊場區、中線、邊線、底線，有多大要視乎有多少人參與
- 兩邊場區均放有均等數量的氣球（放多少，又視乎場地大小及有多少人參與）
- 雙方跪在自己場區的邊線及底線外，雙手雙腳均不能觸及場區的地上，又不能觸及對方場區
- 計時（例如：半分鐘，太長時間會無氣的），雙方把氣球吹向敵方場區，
- 時間夠後，場區較少氣球的組勝出

進深版 1：

- 加氣球、收窄場區、加時間.....

進深版 2：

- 每組派一人到自己場區中，可以自由在場區走動，吹氣球到敵方場區，又或者在中線擋著氣球

意義講解：

- 在舊約，神的「靈」又解作「風」，神的靈自由運行如風
- 由此引入查考有關聖靈的經文



24. 雪糕筒——人牆穿越賽

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：10 人或以上

材料：

- 大地方

玩法：

- 平分兩組，人數均等
- 兩組各排成一直線，扮成雪糕筒，每人相距兩個手臂位（即請組員伸出雙手，全人成一個十字，指尖觸及另一組員指尖）站住，主持人檢查兩隊的長度差距，以致公平
- 龍頭左右交叉穿越自己的組員，到最後一位後，自己又再接再上，成為最後一個雪糕筒（主持人提醒他們緊記與前者相距兩手臂位）
- 當龍頭到達最後，第二位可以立即動身跑，如上所述，左右交叉穿越組員，到達後自己又成為最後一個雪糕筒，如此類推
- 最快完成的，勝出
- 注意，若地方不夠，可以將龍尾 U turn、S 型又或是縮短雪糕筒之間的距離



25. 睇得快、好世界

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：10 人或以上

材料：

- 橡皮圈一紮（每個組員一條，再預備一些作後備）
- A6 紙（A4 紙對折兩次的 size 就是 A6）一迭（每玩一次每組員就要有一張）
- 主持人預先用粗筆（以便一眼就能看到）在每張 A6 紙上寫上三位數，例如 486、291 等，若有十位組員，玩三輪就要三十張，不能重複用的
- 另再準備一張 A6 白紙，供組員寫答案
- 筆
- 注意：在室內玩較好，因場地不大，又有物件可作遮掩

玩法：

- 可以獨立玩，又可以分兩組
- 每人獲發一張寫有數字的 A6 紙，一條橡皮圈，一張 A6 白紙、筆
- 每人用橡皮圈把有數位的 A6 紙箍在額頭，數位對外，期間不可以讓其它人看見自己的數位
- 主持人叫「開始」，各人要設法去看到別人額上的數字，又不要讓人看到自己的數字，把其它人額上的數位寫在 A6 白紙上
- 主持人自決何時叫「停」，此時各人圍圈抬頭，數算自己寫對了多少個三位數（要三個數字全對），寫對一個得 1 分
- 若再一玩，主持人要收起前一批 A6 數字紙，再發新一張，另看情況是否再發一張 A6

白紙供組員寫答案

- 若多玩幾次，可以將之前的 A6 數字紙重複用，因為組員此時已很難牢記之前的數字，誤撞機會率低，而猜中的機會率也低

進深版：

- 在寫上三位元數字的同時，也要寫上那人的名字，這有助新組員認識其它組員



26. 靜雞雞，無走雞

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：10 人或以上

材料：

- 眼罩幾個（基本上用兩個）

玩法：

- 分兩組
- 在地上分出日字型場區
- 每組選出一人做「盲雞」戴上眼罩，坐在中線兩邊的椅子上
- 雙方組員做「走地雞」，自由站在另外兩邊底線，準備穿越中線
- 主持人發師號令「開始」，「走地雞」自主決定是否去穿越中線，設法靜靜地穿越，不發出聲響，每輪只有一次走動的機會，不能走兩次
- 「盲雞」用聽力計算有多少「走地雞」穿越了中線，而主持人要一直留心準確數算答案
- 主持人自由決定何時叫「停」當主持人一叫「停」，「走地雞」要維持原動作不准動（好似玩「紅綠燈過馬路要小心」）
- 「盲雞」說出自己所數到的數目，主持人判別輸贏，猜中者得 1 分
- 如此類推，另一位組員戴眼罩做「盲雞」，再玩
- 當每個組員均做了「盲雞」，就計分，高分組勝出

注意：

- 要全身穿過中線，才算一人穿過；
- 可以慢慢走或快快跑，但不能在穿越期間在場區內來來回回，又或是 Z 型 S 型移動（因為很難聽到），要保持直線



27. 水壺攻防戰 / 紙棍攻防戰

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：

- 撲克牌一副
- 以下兩組材料，任擇其一：
 1. 水壺版材料：
 - 噴水壺（用作熨衫、噴花那類），若換了是水槍，就要顧及會否弄濕地方
 - 毛巾一條（洗面巾大小），用以擋住噴水
 2. 紙棍版材料：
 - 紙棍兩條（由報紙或是 A4 紙卷成）

玩法：

水壺版玩法：

- 不用分組，獨立作戰，圍成一圈，噴水壺和毛巾放在中間（距離要大家伸手可及的，故此人不能太多）
- 每輪每人獲發一張蓋著的牌，然後同一時間翻開放在桌面／地面（總之要令各人都看得見）
- 以「數位」及「花」鬥牌面大小
- 牌面最大者立即奪取噴水壺噴向牌面最小者的面孔（只可噴面孔），而牌面最小者立即奪取毛巾擋面
- 這是爭分奪秒的遊戲，若是對方已把毛巾擋著面孔，就不用再噴了

紙棍版玩法：

- 不用分組，獨立作戰，圍成一圈，兩條紙棍放在中間（距離要大家伸手可及的，故此人不能太多）
- 每輪每人獲發一張蓋著的牌，然後同一時間翻開放在桌面／地面（總之要令各人都看得見）
- 以「數位」及「花」鬥牌面大小
- 牌面最大者立即奪取紙棍，打向牌面最小者的頭頂，而牌面最小者立即奪取另一紙棍架在頭頂擋開，緊記只能擋不能攻擊
- 這是爭分奪秒的遊戲，最多只可打一下



28. 下巴傳氣球

性質：同心協力

附注：10 人或以上

材料：

- 氣球幾個（預備多一些，作為後備）

玩法：

- 分兩組，各排成一直線，雙腳固定在地上不能移動
- 龍頭先用下巴和心口夾緊氣球（所以氣球不能吹得太大，否則夾不到）
- 龍頭把氣球傳給下位，每人均只能用手腳以外的地方去夾
- 最快傳到龍尾的，勝出！



29. 橫行霸道

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：

- 氣球幾個（預備多一些，作為後備）

玩法：

- 分兩組（每組人數均要雙數）
- 在地上畫上起點線及終點線，兩組人都站在起點，每組獲發一個氣球
- 每組均是兩人為之一小隊，
- 首先兩組的第一小隊背對背夾著氣球，由起點線跑至終點線，再由終點線跑至起點線，將球交給同組的下一小隊，如此類推
- 中途如氣球掉下或走了位，須在原地夾好再起步
- 最快完成那組勝出

進深版 1：

- 用屁股夾、用額頭夾、用肩膀夾、用臉夾……

進深版 2：

- 不用氣球，改用其它東西，主持人留意：物件愈是扁平、體積愈小就難度愈高，例如：一包紙巾、一張歌紙、一張組員證



30. 運送核彈頭

性質：同心協力

附注：人多人少都適合

材料：

- 椅
- 空樽兩個（高身一點較好）

玩法（兩人腳掌版）：

- 平分兩組，兩組一起圍成一圈，坐在椅子上（坐在地上就不能玩了）
- 兩組龍頭均有一個空膠樽，全程用腳，先用腳掌夾緊空樽，再用腳傳給下位，下位也是用腳夾緊空樽，如此類推
- 最快傳到龍尾的，勝出！

進深版 1（自己手腳版）：

- 兩組龍頭均手拿空樽，在自己肩膀高度之上，放開手上空樽，同時間雙腳設法夾緊空樽(雙腳可以自由抬起)，若掉在地上，要重新再來
- 直至成功，便將空樽用手交給下位同組組員，下位組員如此類推
- 最快傳到龍尾的，勝出！

進深版 2（兩人手腳版）：

- 龍頭手拿空樽，下一位用腳夾（留意：依舊需在肩膀高度之上放手）
- 下一位成功夾到後，再如此類推，手拿空樽，讓第三位組員用腳夾



31. 報紙長城

性 質：同心協力

附 注：人多人少都適合

材料：

- 一迭報紙

玩法：

- 分為數組（兩三人一組為佳，以提高參與度）
- 每組分發一張報紙，要比賽撕出一條最長的紙條，可以很幼但不能斷開
- 每次由一位組員負責撕，主持人計時，每隔 15 秒就須交予下位組員繼續
- 最後由主持人判別輸贏

進深版 1：

- 分數組（組員數目要均等）
- 每組員均有一張報紙，同一時間各自撕出一條長紙條，再全組連成一線，兩組比比誰較長
- 若有斷了，那張報紙的所有紙條都要拋棄，不能參與合併



32. bing bom wa 手指版

性質：同心協力

附注：不能太多人玩，因難於迅速敲打別人的手指頭

玩法：

- 定出一個拍子：「長短短短長-短短」
- 組員圍成一圈，面向組員，各伸出左右手的食指
- 一起唱出那拍子「長短短短長-短短」，當唱到第二個長音時，主持人在同一時間先自選自己的一隻食指敲打別人的食指頭（可以是自己另一食指頭）一下
- 被敲中的食指（等於 bing bom wa 遊戲裡中了彈的人）先什麼也不用做，但在它左右的食指就須立即跟著拍子（此時尚餘兩下短拍子）上下跳動兩下（好像彈琴鍵一樣）彈出最後的兩個短音
- 應動而不動的食指算輸，不應動而動了的手指亦算輸
- 如果成功做到，被敲中的組員便再唱出拍子，食指再發彈攻擊，如此類推
- 注：如果拍子對組員出現困難，可以其他代替，例如：1234567 或 ABCDEFG

進深版

- 當組員輸了，要多伸出一隻手指

圖解

- 見下圖 1，當 4 人一起玩時，各伸出左右手的食指，即共有 8 隻食指
- 當手指 1 敲打了手指 6 之後，5 及 7 就要彈出之後的兩下短音
- 若手指 5 沒有彈出兩下短音，便算輸，若 5 及 7 有正確震動兩下，就由手指 6 繼續按拍子，當唱到第二個長音時，自選敲打那一隻手指
- 進深版，見下圖 2，當手指 5 應動而不動便為輸，就需多伸出一隻手指作懲罰（見紅圈）。

圖 1

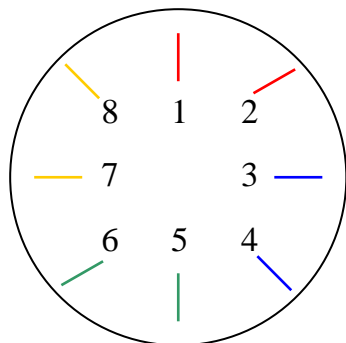
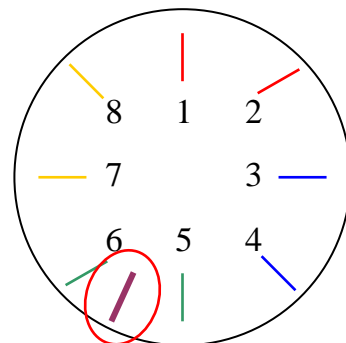


圖 2



33. 爆煲九十九

性質：炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：啤牌

玩法：

- 主持人解說特別牌：
 - King 代表：立即把數位變成 99 或 維持數字為 99
 - Queen 代表：加 20 或 減 20
 - Jack 代表：加 10 或 減 10
 - 6 代表：reverse
 - 5 代表：skip
- 小組組員圍成一個圈，每人獲發 3 張牌，把餘下的牌放在一旁作取牌之用
- 主持人隨意抽出一張牌作開始 (例如：3)
- 由組員輪流出牌，每次出牌都要加上牌的數值 (例如：第一位組員出 4，即目前總數值是 $3+4=7$)
- 出牌後，請在下一位組員出牌前取牌；時機過後，不得取牌
- 如果組員出特別牌，就如上述所示自由決定加、減、變成 99、維持 99；如果特別牌是 5 或 6，則 skip 或 reverse，但總數值維持不變(即不用加 5 及 6)
- 例如：
 - 第二位組員出 King，即總數值立即變成 99；
 - 第三位組員出 Queen 並決定減 20，即總數值是 $99-20=79$
 - 第四位組員出 10，即總數值是 $79+10=89$
 - 第五位組員出 5，即 skip 下一位組員，總數值維持 89
 - 第六位組員被 skip 了，不能出牌
 - 第七位組員出 Jack 並決定加 10，即總數值是 $89+10=99$
 - 第八位組員出 King，即總數值維持 99
- 最後令總數值超過 99 者為輸

注意：自己緊記要取牌，爭取得到特別牌的機會；同時，擾亂組員，令他忘記取牌，或自己超快出牌，令上一個組員無機會取牌，因為手上愈少牌就愈大機會被逼到「爆煲」；講解遊戲的時候也不用刻意提醒組員取牌



34. 青蛙...青蛙跳...

性質：炒熱氣氛

附注：人多人少都適合

材料：

- 手指、桌子

玩法：

- 參加者圍著桌子坐
- 每人都將右手放在桌上
- 主持人（組員輪流做）叫「青蛙...青蛙跳...」後，其中一隻手指需要彈起，同時其他人亦需要將其中一隻手指彈起，若彈起的手指和主持人相同便為輸
例：主持人彈起食指，彈起食指的人便輸了
- 累積輸了若干回合便要接受懲罰

進深版

- 左右手一起玩



35. 王子與屎

性質：炒熱氣氛

附注：6人以上

玩法：

- 參加者閉起雙眼圍圈企，主持人站在中央，定下誰是王子及屎（在參加者身上點一下是王子，兩下是屎）。
- 參加者開眼，不停問別人「你是不是王子？」，首兩次王子可以說謊，回答「不是」，到了第三次王子必須講真話，回答「是」。目的是要找出誰是王子。
- 知道誰是王子後，所有人需要盡快以王子為首搭著膊頭排成一條隊。
- 此時，屎公開身份，在屎的前後兩位便為輸。

注：組員可以輪流做主持人，定下誰是王子及屎

進深版：

增加廁所

- 在參加者身上點三下便是廁所
- 以上玩法不變，並新增一條：廁所公開身份時，若屎在廁所的前或後，屎便是輸家



36. 超級無敵大聲公

性質：同心協力

附 注：人多人少都適合

玩法：

- 把小組分成兩隊，各隊派一位組員出場
- 主持人會把一個活動或動作告訴代表，組員要各自向所屬小隊扮出那動作的聲音
- 例如：主持人說「跳水」，組員便要扮跳水的聲音，而不可以做任何動作
- 兩隊鬥快猜出組員的聲音代表甚麼



37. 自選花式捲龍

性 質：同心協力

附 注：人多人少都適合

玩法：

- 組員圍成圓圈站著或坐著，每位組員設計一個動作代表自己（為配合拍子，動作需限定在一拍之內）
- 由組員 A 開始，根據拍子先拍大腿兩下，然後先做自己的動作(動作 A)，又依拍子拍大腿兩下，再會自選做另一個組員的動作，例如組員 A 做完動作 A，然後做動作 D，組員 D 看見動作 D，他就要做一次動作 D，然後再自選做另一個組員的動作，如此類推
- 其它組員可幫忙打拍子，拍子為拍大腿兩下，拍手一下
- 接不到動作的組員就算輸



38. 人肉 Photo Hunt

性 質：同心協力 / 炒熱氣氛

附 注：4 人或以上

材料：

- 身體、任何道具

玩法：

- 先分成兩至三組
- 第一組先擺自選甫士，之後定型，其餘的小組有 1 分鐘時間去觀察
- 觀察時間完結後，其餘小組要離開現場，而第一組有 1 分鐘時間去改變他們的甫士，每次要有 5 個錯處（細微程度可自行調節）
- 之後，其餘的小組有 1 分鐘時間去尋找錯處
- 如錯處被找到，第一組組員要一同發出「嘩！（高音）」

- 如找錯了，第一組組員要一同發出「deedee....(低音)」
- 遊戲回合數可視乎人數和時間而定，可以玩 2-3 個回合，找到最多錯處的一組勝

進深版

- 錯處的地方較細微
- 如估錯可以扣減時間（估錯一個減 5 秒）



39. 「捉」盲雞

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：4 人或以上

材料：

- 蒙眼物(風褸、毛巾、膠袋、口罩)

玩法：

- 一開始猜拳，猜輸了的人要蒙眼
- 其餘的人便四處走開
- 蒙眼的人要四處去把人捉回來
- 為增加遊戲的投入感，被捉的人可以發出不同聲響

注意：玩這個遊戲的場地必須安全！如見到蒙眼者有危險，一定要提醒他。

進深版

- 所有人都需要伸手觸碰蒙眼者
- 每個觸碰蒙眼者後的人，需大聲說出由 1 開始的排列數字，即第一個觸碰蒙眼者的大聲說 1，第 2 個說 2，第 3 個說 3，如此類推
- 每次觸碰後要盡快縮手，若被蒙眼者碰到就算輸
- 而最後才觸碰的人(即若有 10 個開眼者，第 10 個才碰的)，亦算輸



40. 混合版（捉手巾+閃避球+爭機仔）

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：8 人或以上

材料：

- 皮球一個（就算被擊中亦不太痛的那種）

玩法：

- 開始時，先玩遊戲--掙手巾，不過以皮球代替手巾。
掙手巾玩法
 - ✧ 先坐在地上圍圈，當中有一個人拿著皮球的，需要在圈的外圍走動（下稱放球者）。
 - ✧ 在走動期間，他可以將皮球放在任何一個人的身後。當那個人發現皮球在自己的背後時，便要馬上站起來，然後拿著皮球（須向著同一方向奔跑）去追放球者。
 - ✧ 而放球者則要在被追到之前，坐在圈中的空位（即持球者本身的位置）。
 - ✧ 如果持球者追不到則為輸；如果被追到的話，放球者便算輸，要繼續做，並重覆以上玩法。

- 玩過幾局掙手巾後，便再加入閃避球的元素。
 - ✧ 仍然沿用掙手巾的模式繼續遊戲，不過這次持球者不單只可以朝同一方向追對方，還可以用手中的皮球作炮彈直接攻擊放球者。
 - ✧ 若然放球者被擲中，便算輸。若然擲不中，持球者仍可盡快撿回皮球補中，但當放球者已坐回圈中的空位，持球者便輸了。

- 幾局後，又可再加入爭櫈仔的元素。
爭櫈仔的玩法
 - ✧ 這個玩法是分開男女比拼。
 - ✧ 放球者一定要將球放在異性的背後
 - ✧ 假設放球者是男性，則持球者一定是女性
 - ✧ 持球者（女）此時起身用球攻擊放球者（男），而放球者（男）趁機坐在空位
 - ✧ 在外圈爭持的同時，坐在圈中的男方組員（與放球者同性別）便要盡力走位，讓出最接近放球者（男）當時位置的空位出來，讓放球者（男）在被擊中之前趁機坐下，如此持球者（女）就輸
 - ✧ 而當男方組員（與放球者同性別）四處讓位的同時，坐在圈中的女方組員（即與持球者同性別）都要盡力填補空位，不讓放球者（男）太快坐下，以致能拖長放球者（男）在圈外的時間，創造機會給持球者（女）炮擊放球者（男）
 - ✧ 簡而言之，圈中組員都需要不斷配合、補位或讓位給圈外的組員



41. 拋氣球

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：5 人或以上

材料：

- 氣球，紙條（寫上字，見下文）

玩法：

- 開始前，先在紙條上寫上身體不同部位的名稱
- 部位：大拇指、手指尾、手背、手肘、手臂、肩膊、額頭、後腦、膝蓋、腳跟、大腿、背部、屁股、頸等等
- 每一位組員都需要抽出一條紙條，然後用紙條上所寫的部位去接球
- 然後再報數，1,2,3,4,5,6,7,8...
- 遊戲開始時，1號要用所抽出的部位去碰球（不能刻意將氣球碰到地上），救球時不可以控定氣球
- 然後按報數的次序去救球，氣球碰到地，應救球者便輸
- 幾輪完結後，再抽紙條，換另一部位接球

進深版：

- 請組員抽出兩張紙條，需要用兩個部位一同連起來去救球



42. 何家猜？

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：2人以上（為較少人參與的遊戲）

玩法：

- 眾人先圍圈
- 說明猜贏、猜輸和打和時要做的動作，例如：
 - ✧ 猜贏 = 扮公雞
 - ✧ 猜輸 = 扮小雞
 - ✧ 打和 = 扮母雞
- 開始玩時要叫口號：「何家何家何家猜」
- 之後猜包剪揲，然後馬上做動作
- 如果所做的動作不配合，就算輸
- 累積輸掉三次要受罰
- 如沒有人扮錯，就不斷繼續猜拳，直到有人輸為止

進深版：

- 改扮其他的動物再猜



43. 環遊世界

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：8人或以上

材料：

- 三條尼龍繩圈，大小要能讓身體穿過
(注：留心組員中有沒有身材健碩的人啊！)

玩法：

- 將參加者分成兩組，分別手牽手圍成圓圈
- 每組有一條尼龍繩圈，之後放進組員手拖手的圈內，兩組鬥快將繩圈穿過全組每個組員的身體

進深版

- 兩組合而為一圍成一圈，梅花間竹的手牽手
- 先傳第一個繩圈；不久，在相距不遠處再放入第二個繩圈，要向同一方向傳，第二繩圈向前追；再不久，再放入第三個繩圈，都是向著同一方向傳
- 若在同一個人身上有兩個繩圈，此人（屬某一組）為輸



44. 撒但的謊言

性質：同心協力 / 炒熱氣氛

附注：8 人或以上

材料：

- 椅子 × 2

玩法：

- 在參加者中隨意選出二人蒙眼，並請他們離開現場一會
- 此時，把兩張椅子分別放在房間的左邊，再把兩張椅子分別放在房間的右邊，將椅子分別指定為天堂椅及地獄椅
- 把餘下的人分成兩組，一半為天使，一半為魔鬼(可由帶領者編排或由參加者自由選擇)
- 請蒙眼者進場
- 天使隊及魔鬼隊要用說話令蒙眼者選擇坐上某一張椅：天使要把蒙眼的人帶去天堂椅，天使隊便勝出；相反魔鬼隊要把蒙眼的人帶去地獄椅，魔鬼便勝出

彼此分享

- 例如：蒙眼者分享被騙的感受、魔鬼隊分享用了什麼方法欺騙蒙眼者、天使隊分享蒙眼者心硬不聽、中途變節而令自己不開心的感受等等

解說：

- 撒但常用美麗的謊言使世人不知不覺間落入了他的詭計之中。



45. 大海撿針

性質：同心協力 / 炒熱氣氛
附注：人多人少都適合

材料：

- 兩份報紙

玩法：

- 分兩組，每組各有一份報紙
- 兩組鬥快撕下報紙中的字用以砌出：「耶穌愛你，你愛祈禱」；同音字也接受，例如「爺須愛你，你愛其土」；英文拼音字也接受
- 視乎情況而定，若花了不少時間但句子仍未完成，就以能夠找出最多正確的字的一方為勝（即不計同音字、英文拼音字）

進深版

- 加長所砌的句子；砌出是日查經的主題句子等

注意：自行估計所設計的句子同音字，是否較易在報上找到



46. 解手

性質：同心協力
附注：5 人或以上

玩法：

- 所有人圍成一圈
- 每個人都伸出左手與對面的人牽手
- 伸出右手與另一人牽手，設法解套，使大家恢復成一個大圓圈。

注意：

- 開始前，要玩一次「觸電」，以試驗大家是否圍成一圈
- 觸電：先由一位組員用左手捏一下正在握著的手，被捏者再用另一手捏另一人，如此類推，當第一個發電的人的另一隻手都已被捏，就代表已成一圈
- 若果發現有組員的任何一隻手沒被捏，即表示各人不能組成一圈，須重新再來一次「手牽手」，否則，這解手遊戲一定不成功。
-



47. 滾幣大賽

性質：炒熱氣氛
附注：4 人或以上

材料：

- 硬幣 (按參加人數 ~ 1 人 1 個)

玩法：

- 組員分別將一枚硬幣從高處滾下
- 硬幣滾得最遠的組員可以第一個開始遊戲
- 他應以自己的硬幣去攻打(以手指彈)與自己距離最近的硬幣，如命中了，就可以得 1 分
- 成功後，可繼續攻打其它硬幣；如未命中，即放在原地，由第二人（即所滾硬幣距離第二遠的人）繼續按上述玩法攻打
- 直到全部的組員都玩過一次，遊戲便告結束（積分最高的便是勝利者）。



48. 說做不一

性質：炒熱氣氛
附注：人多人少都適合

玩法：

- 主持人邊說邊做，但“說”的與“做”的是不同的。例如：主持人指著眉毛說：『這是我的耳朵』，被問者則要指著耳朵說：『這是我的眉毛』
- 如此類推下去，看誰錯得最多次，就是輸家。



49. 你我他

性質：同心協力
附注：人多人少都適合

玩法：

- 請組員們兩個兩個的交談，談話內容不能說出“你”、“我”、“他”，若說出這三個字的話，便是輸家
- 輸的人要跟在贏的人後面，再找另一位組員交談，看誰是最後的龍頭(勝利者)。



50. 雙拳比賽

性質：同心協力

附注：人多人少都適合

玩法：

- 組長先設定幾個規定動作
如將雙拳放頭上、放鼻前、放右耳邊、放左耳邊、放下巴、放嘴前
- 每兩個人一組，先猜拳，贏的人有主動權
- 兩人同時將拳頭先放在鼻前，同時變換規定動作，如果兩人動作一致。例如：兩人都將拳頭放在耳邊，那麼主動者就贏。
- 採三戰兩勝，贏的人再找別組贏的人比賽，直到找出總冠軍



51. 氣球碰碰車

性質：同心協力

附注：至少分兩小隊，每隊最少五至六人

材料：氣球多個

玩法：

- 將組員平均分成數小隊
- 每個小隊圍圈，隊員如玩「解手」時的開始般，伸手握向其它組員的手，形成一個「手網」（組員的手要放低一點，手網才會大一點）
- 在手網上放入比適量多一點的氣球（令氣球有將要跌出的感覺）
- 開始計時，各小隊在特定時間內，一方面要保護、承著自己的氣球。
- 另一方面亦可以去撞擊其它小隊，等別隊的氣球跌出來，或者跌入己方的手網中
- 時間到後，擁有最多氣球的小隊為之勝，而擁有最少氣球者為輸



52. 「我愛你，唔知醜」

性質：炒熱氣氛

玩法：

- 組員圍成一個大圈，其中一個組員向身邊(假設向右邊)的組員(A)說「我愛你」
- A 可以繼續將「我愛你」向右傳
- 假如其中一個組員(D)不想傳「我愛你」，那他可以向相反(左)的組員(C)說「唔知醜」
- C 可以繼續向左傳「唔知醜」，或向 D 說「我愛你」，如此類推
- 簡單地說，即是要向右邊的組員說「我愛你」，向左邊的組員就要說「唔知醜」

進深版：

- 組員 A 先向身邊(假設右邊)一位組員(B)說一句話(假設是「你好嗎」)
- B 可以將「你好嗎」傳向 C，然後 C 傳向 D，如此類推
- 假如 D 不想向右傳「你好嗎」，他可以改變對白然後向相反方向傳給 C
- 假如 C 不想將對白向 B 傳開，他又可以改變對白再傳向 D，如此類推
- 簡單地說，即是改變對白無數次，但改變對白的組員要向相反方向的組員說出

設計人：陳灼輝



53. First impression

性質：彼此認識

附注：人數十來個較佳

材料：撲克牌一副

玩法：

- 將組員分成兩組，假設 A 和 B 兩小組
- 假設 A 和 B 兩小組都有 4 位組員，A 分別以 4 張撲克牌(如紅心 2345)代表 B 的 4 位組員，4 張撲克牌放在兩組中間
- 遊戲是要 B 組組員要猜出紅心 234 和 5 所代表的是誰
- B 可以問 A 組組員問題，問題內容是關於自己組員的，如「誰最文靜？」
- A 組組員就要按自己的答案投票給紅心 2345 所代表的其中一個
- 問題次數可以不限，直到 B 組組員可透過投票的結果猜出紅心 2345 分別代表誰

設計人：李文翠



54. 湯水

性質：炒熱氣氛、同心協力

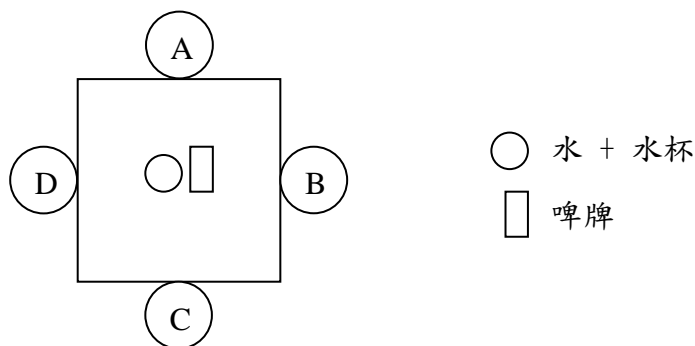
附注：三個人以上

材料：啤牌一副（若組員人數為十五人以上，可使用兩副啤牌）
糖和鹽數包（二選其一都可以，而用鹽更好）
熱水一杯（因為凍水難令糖和鹽溶化）

玩法：

- 組員圍圈坐，把啤牌及一杯盛滿水的水杯放在中間。
- 每人先有啤牌一張（數字向上）

- 組員需要輪流取牌，將取得的啤牌放在已有的啤牌上面，即每一回合後各人的啤牌數位都會轉變。
- 若遇到相同數位的啤牌，這樣相同數字的組員則要拍枱面一下。
 - a. 一開始組員A的面牌是「1」、B是「2」、C是「3」、D是「4」
 - b. 再由組員A開始取牌，A得到「8」，遊戲亦會繼續
 - c. 組員B取牌，B得到「4」，那樣B及D就要鬥快拍枱一下
 - d. 若B拍得較慢，那B便是輸家



- 拍得較快的組員（即D）便有權選擇以下其中一項：
 - a. 將糖/鹽加在水中
 - b. 將自己全部的啤牌給組員B
- 當啤牌取完後，遊戲完結
- 啤牌最多的組員便是輸，他須要喝下桌上的那杯鹽糖水

進深版：

材 料：熱水兩杯

玩 法：

- 取啤牌的組員可先看啤牌，在打開啤牌給其它組員看時，可講出錯誤的牌數以誤導其他組員
- 拍錯枱的組員便是輸，他要喝一口鹽糖水
- 較快的組員有權選擇以下其中一項：
 - a. 將糖/鹽加在水杯1中，水杯1是給被誤導而拍錯的組員喝的
 - b. 將糖/鹽加在水杯2中，水杯2是給遊戲完結後輸掉的組員喝的
 - c. 可以將自己全部的啤牌給拍錯枱的組員
 - d. 除拍錯枱的組員外，可按他的喜好多叫任何一位組員喝水杯1的水



55. 引蛇出洞

性 質：炒熱氣氛

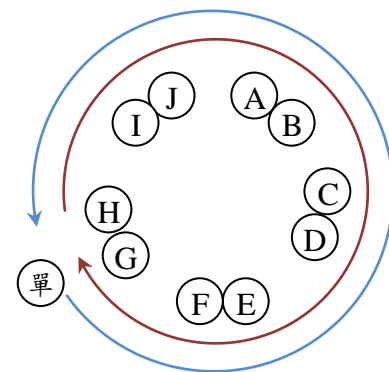
附 註：十個人以上（總人數要單數）

玩法：

- 二人為一組面向圈內圍圈企
- 剩下來的一位組員在圈外走
- 該位單獨的組員可隨意選擇一個圈內的組員，並給予訊號給那組員，例如：在該組員身上拍兩下
- 被拍的組員就要立刻離開圓圈，跟圈外剩下的那位組員反方向走一圈，鬥快走回那空位

圖示：

- 若圈外的組員(單)拍了組員H
- 該組員就沿著藍色線箭嘴方向跑
- 組員H就要向該組員的反方向跑，即紅色線箭嘴方向跑
- 該組員及H組員就需要鬥快跑到組員G的身旁填補空位
- 較慢的組員便為輸，那他便成為剩下的組員繼續遊戲



進深版：

玩法 1：

- 拍其中一人，但同組的組員都要走
- 例如拍了H組員，G組員也要一起走
- 即同時有三個人在跑，而三人所走的方向都沒有特別限制

玩法 2：

- 該位單獨的組員拍了組員H後，組員H、G要分別向左右跑一圈，鬥快跑回原位
- 而拍人的那位組員則不用跑，站在組員H、G的空位就可以了
- 組員H、G就要鬥快填補剩下的空位，跑較慢的為輸，要當圈外的組員並繼續遊戲



56. 世界之最

性質：炒熱氣氛／同心協力

工具：預備五個世界之最的問題（組員身上或物品），如最長？（誰組員鞋帶是最長？）

玩法

- 將小組人數分成兩組或三組（按人數多少而分，最少分兩組）
- 然後負責人讀出問題，如最長？
- 然後每組派一個組員作代表
- 然後負責人讀出甚麼最長，如哪個組員的鞋帶是最長？
- 最後，各組代表拿出自己的鞋帶，度度誰的鞋帶是最長，這組員代表的組便勝出，得一分
- 遊戲結束時，那一組得分最多，那組便得勝。



57. 畫畫

性質：互相認識

工具：

- a · 顏色筆一盒。
- b · 紙張十數張。

玩法：

- 每組員選一支喜愛的顏色筆。
- 每組員有一張紙。
- 每人在自己的紙上畫一些圖案。
- 然後各組員把自己的紙，傳給旁邊的弟兄姊妹，而旁邊的弟兄姊妹便在這
 - 張紙上用自已的顏色筆畫上圖案，如此類推，每一個組員都能在每一張紙上用
 - 自己的顏色筆畫上圖案。
- 這樣，每張紙上都有不同的圖案。
- 最後，大家輪流分享自己的紙上圖案，並分享這幅圖案的意思或意義。

總結：

- 遊戲分享完畢時，負責人作總結，強調上帝給每組員有不同的恩賜，要我們彼此配搭，使簡單的顏色變成美麗的圖案，我們在教會裡並不孤單，因為上帝為我們預備小組。



58. 估估我是誰？

性質：互相認識

工具：筆與紙

玩法

- 給每組員一張紙和一枝筆
- 負責人讀出五條問題，請組員在紙上將答案寫出來。
 - 你家中有多少兄弟姊妹？
 - 你喜歡的顏色？
 - 講喜歡的食物？
 - 你喜歡做的事情？
 - 你喜愛的運動？
- 寫完答案後，將紙摺好，由一位組員隨機讀出紙上的答案，最後，大家鬥快估出紙上的人是誰？誰估中最多便是勝利者。



59. 殺手遊戲

工 具：紙牌

玩 法：

- 組員要圍一圈(務求各人能看見大家)
- 遊戲中有許多的角色，有村長，村長是負責主持這遊戲，不需要玩的。
- 每次遊戲，每人能得一張紙牌，若抽到A代表他是警察，抽到K代表他是殺手，其他紙牌便做村民。
- 然後，村長宣報大家要睡覺，這時大家要安靜，低頭閉上眼睛。
- 然後，村長宣報殺手可起身殺人，這時拿到K紙牌的組員，可靜靜地睜開眼，用手或眼睛向村長表示你會殺誰，當村長明白殺手的指示後，便宣告殺手要睡眠，殺手這時便要低頭閉上眼睛。
- 然後，當殺手低頭閉上眼睛後，村長宣告警察要起身尋找兇手，於是，拿了A的組員，要靜靜睜開眼，用手或眼睛表示他猜被指的哪人是兇手，每次只能指一次，村長用點頭或扭頭表示他猜對或猜錯，表示後，便請警察閉上眼睛睡覺。
- 然後，村長宣告天亮了，請大家起身，睜開眼睛，然後，說出誰人被殺了。然後，村長請死者講出遺言和猜猜誰是兇手
- 接著，各組員可自由討論誰是兇手。
- 若有組員想舉報兇手，要得參加者一半以上的人贊成，便可舉報這人，若這人真是兇手，舉報者便勝出，若這人不是兇手，他便要馬上死亡，不能繼續參與這個遊戲。
- 若猜不到兇手，便繼續這個遊戲，程序像先前一樣，直到猜到殺手/場中剩下三名生還者(殺手的勝利條件)為止。



60. 扑 瓜！

工 具：用報紙捲成一枝棒。

玩 法：

- 組員要圍成一圈(務求各人要看見大家)
- 選出一人做扑傻瓜者，並站在圈中
- 做扑傻瓜者可自選一人，並用棒扑他的頭，而被選的人可即時叫出另外一個組員的名字，做扑傻瓜者便隨名字去扑人傻瓜，若被叫名字者不能叫出另外一個組員的名字，而被人扑中的話，
- 他便要出來做做扑傻瓜者。
- 不可「翻炒」(即重叫 叫你那人的姓名)，若有人在這遊戲輸了三次，便要出來受罰。



61. 估領袖？

玩 法：

- 組員要圍成一圈(務求各人要看見大家)
- 選出一人要做估領袖者，請他暫時出去，需有人監管他(以防偷看)。
- 然後在小組選出一個領袖，當估領袖者回來要猜誰是領袖的時候，這個領袖要帶領組員小心地做動作，如拍手，摸頭，每次這位領袖要轉換動作的時候，其他組員要立即跟隨，看看估領袖者是否能猜出當中誰是領袖。
- 若估領袖者猜出領袖的話，這位領袖便代替他出去做估領袖者。
- 若有人在這個遊戲猜錯三次，即做過三次領袖的話，他需要接受懲罰。



62. 這動物是誰？

工 具：紙和顏色筆。

玩 法

- 每人一張紙和顏色筆
- 每組員在紙上畫出一隻動物代表自己，如牛，老虎等
- 畫完之後，輪流分享紙上的動物，並分享這個動物代表你的原因何在？



63. 我的圖畫？

工 具：紙和顏色筆。

玩 法：

- 每人一張紙和顏色筆
- 每組員在紙上畫出你想畫的圖畫，內容不限。
- 畫完之後，輪流分享紙上的圖畫，並分享這幅圖畫代表你甚麼？eg 心情．．．



64. 領瞎子路

工 具：眼罩

玩 法：

- 二人一組（男女均可）
- 一個做瞎子，一個做領路
- 瞎子需戴上眼罩，完全信任領路者。
- 領路者只在他的旁邊用口領導他行路，如向左，前行等。
- 領路者不可扶著瞎子，彼此在身體上不可有任何接觸。

- 領路者可選擇帶領瞎子走的路線，可讓瞎子摸一些東西，如花，草，杯子等
- 到了所限的時間，負責人宣告角色對調，領路者要做瞎子，瞎子要做領路者，直至時間到了為止。
- 最後，組員圍圈輪流分享剛才遊戲的感受，包括你做領路者或瞎子時的感受。



65. 你會揀邊個？

類別：互相認識

參加人數：4 或以上

材料：題目一堆(可邀請參與者當場想)

步驟：

- 首先，主持人在每局開始前提出一條題目。
- 參與者只可在每一條題目選擇一位在場的參與者作為答案。
- 之後，參與者需要把手按在那人身上作為答題方法。
- 最後，主持人隨機訪問參與者選某人作答案的原因。

題目設定原則：

- 設定一些能幫助大家分享及認識的題目，參考：
 - i) 你最想收到哪一個參與者的結婚請柬？
 - ii) 如果你掉進山谷，你會打給哪一個參與者求救？



66. 人肉 photo hunt - 模仿版

類別：炒熱氣氛

參加人數：6 或以上

材料：數碼相機一部

步驟：

- 首先，參加者按人數報數分成兩至三隊。
- 每隊需要在會場中做出不同表情、動作，然後拍下。其他隊伍按所拍照片作為標準模倣然後拍攝。
- 主持人按不同組模倣相片的相似程度給予該組分數，以十分為滿分。
- 如是者，遊戲可重覆進行，最高分數的隊伍就勝出。

進深版：

- 把相機轉換成十秒自拍模式，每隊需要在十秒內在會場中做出不同表情、動作，以所拍照片作為模倣標準。



67. 你會點反應？

類別：炒熱氣氛

參加人數：5 或以上

材料：題目一堆(可邀請參與者當場想)

步驟：

- 首先，主持人在每局開始前提出一個題目 1。
- 參加者需在主持人指示下，一同做出反應以回答題目。
- 主持人可在每局開始前，設定得分準則：反應者的動作需相同或不同。
- 如是者，每局可以轉換主持人出題。
- 最高分數的參加者就勝出遊戲。

進深版：

- 如設備許可，主持人可用數碼相機來拍下大家反應，以增加趣味。

題目設定原則：

- 設定能帮助大家分享及認識大家的題目，參考：
 - i) 如果你遇見 Eason，你會有什麼反應？
 - ii) 如果發生山火，你會有什麼反應



68. "Come" 錦胎 X 心臟病

物資：啤牌 (兩副或以上會更好玩)

玩法：

- 與「心臟病」玩法一樣，每人輪流翻開一張牌，看看自己的數字有否與另一人相同，如果有，擁有相同牌的兩人，就要以最快速度喊出對方名字(同時不準用手指著對方)，較慢那人要接收對方所有牌。
- 一路翻牌的同時，又一路像"COME"錦胎般(由 A[煙],2,3 數到 J,Q,K)，如果翻開那隻牌上的數字與喊出的數字一樣，那全部人都要拍，最慢者輸，要接收數出那數字的人的牌
- 然後會由剛剛翻完牌的人的旁邊那人由 A 再數過，如此類推，一直玩至中間沒牌為止
- 這個時候，手上有最多牌的人就算輸



69. 說謊搭高

人數：屬多人遊戲。

玩法：

- 其中一人說出關於自己的一件事，可以是真，可以是假，其餘的人要以手作票，放在「信」或「不信」的紙上「落注」，較遲落者要搭在較早落者的手上。
- 當所有人都將手放在紙上，那人便可揭曉那件事屬真或屬假。
- 若是真的，放在「信」紙上的手便可拿走，那人便可拍打放在「不信」紙上的手一次，

縮得快好世界！

- 倘若所有人都放在「信」上，而那件事又屬真，所有人就可打出題人的手一下；
- 若所有人都放在「不信」上，而那件事又是真的，出題人便可逐隻手打一下。



70. 眾人皆醉我獨醒

玩 法：

- 分兩組。
- 司儀事先要教他們唱一首短歌。跟著司儀會將題目分給兩組，兩組的題目可有不同，題目寫上其中一個組員要做一種動作，與其他組員的不同。
- 例如其中一人要向左轉，其餘要向右轉。
- 在做動作的同時，要一起唱著歌的。另一組則要估出那一個是做不同動作的組員。
- 這個遊戲可分不同難度，例如可兩組一同做，同時一起猜。



71. J J復J J

玩 法：

- 分三至四組。預先將J的撲克牌和其他不是J的牌放在板上，每組派一名組員出房間等候。
- 司儀將J的位置告訴其餘組員。
- 之後，每組的代表可走進房間根據他組員的提示最快將J拿走，每隻J一分，拿錯倒扣一分。
- 提示必須要在拿牌之前給。牌的擺放位置不是固定的。



72. 圖搶

玩 法：

- 分三至四組。
- 將不同的物件，例如筆、間尺、書、擦膠等放在可旋轉的椅上。
- 每組派一名代表站在椅前，圍著旋轉椅。然後每組商量要代表拿那一種物件。
- 當司儀發號司令後，每組都要大聲說所選物件的名稱，只可說一次。
- 每組的代表都要在最快的時間拿走組員提出的物件。
- 在拿物件之前，司儀可轉動那張椅。每一回合所選的物件都要不同。
- 此遊戲可進階，例如組員的提示不可出聲，只可做口型或動作。又或當組員提示要筆

的時候，卻要拿書等的進階規矩。



73. 眼明 PAT 快

物 資：紙 N 張、椅子 N 張(N=參加人數減一)、

人 數：多人遊戲

玩 法：

- 現每人會獲分一張紙，紙上畫上不同的動物，各人要紙上動物的叫聲，當發現自己同類後，便要跟他坐在一起。
- 當有一個人發現同類後又坐下，其他的人便要馬上找一個位坐。找不到的便算輸。



74. 怒蓋聖經人物

玩 法：

- 分三組至四組。
- 先將不同的聖經人物寫在卡紙上，可加一些不是聖經人物的名稱例如碧咸等。
- 司儀先開一個題目，例如新約人物，每組皆要派一個代表，拿著預先分好的卡，說著「新約人物」，輪流揭開卡，如不是新約的人物，則到下一個；若是新約的人物，各人便要馬上拍在那卡上，最後拍的要拿走桌上所有的卡。



75. 捉緊真實的神

人 數：多人遊戲

玩 法：

- 各人圍圓坐，左手豎起食指，右手將手板放在右邊那人的左手食指上
- 司儀會讀出一個故事，若說到有「神」字，左手食指要閃避，右手手板要捉著右邊那人的食指。
- 其他同音的字不算，例如「辰」不計算在內，又或不是有「神」解釋的也不算，例如「精神」也不算。

解 話：各人都要捉緊「真實的神」。



76. 翻方言

人 數：分組遊戲

玩 法：

- 由負責人說「方言」，方言由文字組成，例如「好很天今的氣天」，翻方言的組要將方

言組成有意義的句式「今天的天氣很好」。



77. 面對明天

人 數：分組遊戲

玩 法：

- 每組派一個代表出來做面部表情，面部表情的樣版由負責人畫出來，代表要盡量扮到樣版的樣一樣，由其餘的組員以最快速度選出正確的樣版。
- 第二個層次是由組員繪畫出樣版。



78. 家庭紙卡（長者組）

類 別：互相認識

參加人數：6 人 或以上

材 料：卡通家庭成員紙卡（自製）

玩 法：

- 派發家庭紙卡予每位組員，卡通紙卡包括父母、伴侶、兄弟姊妹及子女。
- 詢問組員的家庭成員包括甚麼人，舉起手上紙卡作表示。
- 詢問最熟識是那位成員，舉起手上紙卡作表示。

進 深 版：

1. 可以聯繫到信仰，如神要取去家人會如何等。



79. 聖經人物紙卡（長者組）

類 別：團隊建立，炒熱氣氛，認識聖經

參加人數：6 人以上

材 料：聖經人物紙卡（自製）

玩 法：

- 預先製作幾套紙卡，每套紙卡寫上某時期某家族的人名，如亞伯拉罕、以撒、雅各。
- 首先要組員排好介紹卡上各人物(名字)的關係，誰是誰的父親。
- 選擇其中一套卡，把卡派給組員，每位組員拿著紙卡討論，由左至右排行父親到後代的次序。

進 深 版： 可以分組比賽



80. 畫圖查經（長者組）

類別：團隊建立，炒熱氣氛，認識聖經

材料：畫紙、筆

玩法：

- 先向組員做示範，一邊描述一個聖經故事，同一時間以簡單圖畫表達出來，如耶穌上山就畫一個山。
- 當組員明白該聖經故事，以及如何畫畫，便可以分組進行。每次說出一個片段，便引導組員畫圖。

進深版：

- 每位組員自行畫畫



81. 耶穌話（婦女、長者）

類別：炒熱氣氛

參加人數：6 人或以上

材料：不須

玩法：

- 主領者發出指令，若他講「耶穌話」，要做某些動作時，組員就要聽耶穌話，跟著做動作，若果沒有講耶穌話，就不要跟，若果跟了，就輸。



82. 步操（婦女、長者）

類別：炒熱氣氛

參加人數：5 人或以上

玩法：

- 主領者表示：我們一起步操（婦女可以站著玩，長者坐著玩），左手前後擺動，右腳原地踏步，右手提起，其間，可以不斷換動作，讓這些動作運作一段時間，有誰不能協調，就輸。

進深版：

除了做動作之外，還可以叫口號，加強聲勢！



83. 齊齊數（長者、婦女）

類別：團隊建立，炒熱氣氛

參加人數：8 人或以上

玩法：由 1-100 每人輪流順序說出一個數目字，凡有 4 字（由主領者訂定），就拍手或叫

聲（哈哈），若果沒有拍手，說出了數字，就算輸。

進 深 版：加多一個數目字，即有兩個數字，就拍手或哈哈



84. 耶穌話：食生果有益（婦女、長者）

類 別：炒熱氣氛

參加人數：5 人或以上

玩 法：

- 第一個組員說：「耶穌話：食水果有益：蘋果」，
- 到第二個組員時，除加入自己的水果外，還要重覆前面的人所說的水果，例：「耶穌話：食生果有益：蘋果、香蕉」
- 第三個則要說：「耶穌話：食生果有益：蘋果、香蕉、提子」
- 如此類推……直到有人說錯



85. 擲骰子（長者）

類 別：炒熱氣氛

參加人數：5 人或以上

材 料：造一個大骰，每一個面寫上（動作：拍手三次、說一句感恩的話、用一句話讚賞左邊的人……）

玩 法：每人輪流擲骰，擲到那一面，就依著動作做。

進 深 版：擲骰後，由左邊的人代其做動作。



86. 互相稱讚（長者）

類 別：團隊建立，炒熱氣氛

參加人數：5 人或以上

材 料：小紙張，在每張小紙上各寫一個身體的部位（手、頭、足、眼、耳、口、鼻等）

玩 法：

- 將這些小紙張（印有身體不同部位）派給各組員，讓他們主動送給另一位組員，並向他稱讚他的身體這部位。
- 留意，被稱讚的人不可重覆，務求使每個組員都有機會被稱讚。

