

十個團隊遊戲

(一) 筷子轉、轉、轉

時間：十五分鐘

地點：課室

物資：筷子十五隻

玩法：

- I. 全組需圍成一圓圈並面向圓心
- II. 每位組員之間需有一隻筷子，並以食指支撐著
- III. 全組需由面向圓心而轉各圓心，但組員間的筷子不可跌在地上或手執筷子



(二) 過大河

時間：廿分鐘

地點：操場

物資：板 x 8

眼罩 x 20

玩法：

- I. 全組站在一邊，組員需由一邊過到對面
- II. 組員不可在地上行走，他們只可踏在預先準備的板而過
- III. 若有組員不小心踏在地上，組長會收起其中一塊板或其中一個組員需帶上眼罩



(三) 跳大繩

時間：十五分鐘

地點：操場

物資：繩 x 1

玩法：

- I. 全組需一起及連續跳十下大繩
- II. 若失敗便要重新開始
- III. 其中兩位組員負責揮動大繩



注意：遊戲頗有難度，若連續一起跳大繩都三至五次都不能成功的話，需分拆成細小組：- 6人或2-3人一起跳，大目標是要確保參加者獲得至少一次成功經驗為止

(四) 拍次序

時間：五分鐘

地點：有蓋操場

物資：繩

計時器

數字咭(1-30)



玩法：

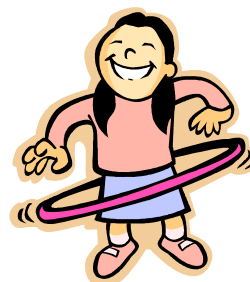
- I. 工作人員把一至三十的數字咭放在一範圍中
- II. 組員需由 1 拍開始拍，然後到 2,3,4.....直至拍到三十為止
- III. 組員需在一分鐘內完成
- IV. 若失敗需重新開始
- V. 若組員完成後，可問他們會否再挑戰，縮短時限

(五) 呼拉圈

時間：廿分鐘

地點：活動室

物資：呼拉圈 X 3



玩法：

- I. 組員手拖手成一圓圈，而過程中不可鬆手
- II. 工作人員會把一個呼拉圈放入其中兩組員的中間
- III. 組員需把呼拉圈順時針方向傳給下一位組員
- IV. 如此類推，傳一個圈而傳到最後一位組員
- V. 期間，工作人員會把第二個呼拉圈放在他們之間，但這個是由逆時針方向傳遞

(六) 腹背受敵

時間：廿分鐘

地點：五至六樓走廊

物資：汽球 x 80

玩法：

- I. 各組員有一個汽球，並把它吹脹
- II. 組員排成一行，把汽球夾在自己的腹前和前面組員的背後之間
- III. 組員一起移動
- IV. 期間，汽球不可跌在地上或爆破



(七) 畫、畫、畫

時間：廿分鐘

地點：課室

物資：一幅圖書

A4 紙 x 10

鉛筆 x 10

玩法：

- I. 組員需畫下重新一幅圖畫
- II. 組員分成兩組，其中一組以動作描述畫中內容但不可發出聲音，而另一組需把對方的描述重新畫在 A4 紙上
- III. 只有畫畫的組員可以說話



(八) 人人拍

時間：十分鐘

地點：操場

物資：沙灘波 x 1

玩法：

- I. 每位組員需拍高沙灘波而不可把它跌在地上
- II. 拍過的組員不可重拍
- III. 每位組員都需拍一次沙灘波



(九) 你砌、我砌

時間：十五分鐘

地點：課室

物資：砌圖 x 2

玩法：組員需把兩副的砌圖在十五分鐘內砌好



(十) 高樓大廈從地起

時間：廿分鐘

地點：課室

物資：報紙

膠紙 x 2

剪刀 x 2

玩法：

- I. 組員以任何方法及限定的用具(膠紙、剪刀)把報紙砌高
- II. 高度以 2 米為準 (門口高度)

