

智慧篇

1. 快手快脚

目的：考反应

内容：

1. 组员平均分两组。
2. 当带领者讲出想要的东西时，两组便要尽快收集。快而准的便为胜利。例如：带领者说要 5 只手表，各组便要立刻集齐 5 只手表送到带领者前。

2. 油头粉脸

目的：考技术和运气

材料：可吃的粉(例如：麦粉、豆粉、发粉)、几粒糖、一枝筷子、一张桌

内容：

1. 全组围着桌子站着。
2. 带领者预先把几粒糖埋在麦粉里，越多越好。
3. 游戏开始，大家顺序用一只筷子搬出一堆麦粉，如果没有糖，便轮到下一位。若有糖在麦粉里，那组员便要吃糖，不可用任何方法协助，只可用口吃。

备注：到最后，大家也会弄至粉头粉脸的，因为输了的会搞破坏，很是有趣。

3. 哎呀你是谁

目的：在最短时间内叫出对方名字

时间：10 分钟

材料：扑克牌 2 至 3 副

内容：组长说：“在街上遇到熟人，竟然叫不出名字，真尴尬！”

1. 组员围桌而坐，若未认识应先互相介绍。
2. 主持人顺序派给每人一张扑克牌，揭开并放在组员面前，若有两位组员取得相同点时，要以最快速度喊出对方的名字。先喊出的胜利，可把手中所累积的牌都交给负方。
3. 其中一人手中的牌都发出了，第一回合便算完结。

变化：可以用动物名，生果名来代替各人的名字。

4. 画什么

目的：打破隔膜、训练想象力

时间：15 分钟

材料：纸、笔、简单的图片（如一只龟，或一个人）

内容：

1. 单行排，面向组长坐下。
2. 最后一位组员得一图片，看后，用手指把图片画于前面组员的背上；
3. 这人依背上所感觉的，再画于前面的人背上，如此类推至第一位组员；
4. 第一位组员把感觉到的图画用笔画在纸上。
5. 组长展示图片作比较。

*如果怕尴尬，前面的人可以伸手去后面代替背脊，既方便又可增加难度。

5. I. Q. 反斗题

目的：考考大家的智慧

内容：

1. 鹿头向南，鹿尾向什么方向？
2. 一只公鸡在屋顶，鸡蛋会否跌落地？

3. 有一个人出到街外，突然下雨，他没有带雨具，但头发却没有湿，为什么？
4. 有 5 个人外出，他们只共有一把雨伞，但各人的衣服均没有湿，为什么？
5. 什么动物唔够人打？
6. 有什么问题一定要打“YES”呢？
7. 两个爸爸和两个孩子去钓鱼，每人钓了一条鱼，但结果只有 3 条鱼，为什么呢？
8. 有两个面貌、出生日期、父母都一样的女孩子，但她们却不是孖生姊妹，那么她们是什么关系？
9. 怎样可以把一个西瓜，平均分给 3 个人？
10. 如果亚洲是世界最大的洲，未发现亚洲时，最大的洲在哪里？

答案：

1. 向下
2. 公鸡是不会生蛋的
3. 光头
4. 没有下雨
5. 斑马
6. YES 怎读
7. 爷爷、爸爸和仔
8. 三胞胎或四胞胎``````
9. 将西瓜汁平均分给三人
10. 仍是亚洲

6. 真假难分

目的：学习观人真伪

内容：

1. 3 人一组，各组人数不平均也无妨。
2. 先用一段时间，小组分享后选出一人讲述一件真人真事，其余两位则分享虚构的经历。
3. 各小组回到大组内。让每小组的 3 人轮流分享，在限定时间内，其他人可发问，组员只答“是”与“不是”，时间一到便要猜猜谁真谁假。

备注：如果时间不足，抽签选出一组分享。

变化：在全组中抽出 3 人，选出其中一事实分享。回到大组中，3 个同时分享同一件事，大家可发问，3 人只可答“是”与“不是”，但讲实话的组员不可说谎。

7. 瞎子摸象

目的：靠触觉，凭想象

时间：10—15 分钟

人数：8—12 人

材料：每组一枝笔及一张纸：一个大袋，内有 10 件小的物件，例如苹果、气球、橡皮、领带、万字夹等等

内容：组长说：“谁自认触觉最敏锐，可以带瞎子摸象？”

1. 把组员分成两组，其中一组可多一人。
2. 在每组的 5 张椅子的距离，把袋放在一张椅子上，各人不可偷看袋内物件。
3. 每组同时各派一位组员出来，闭上眼睛用右手触摸袋内物件，不得把物件取出，可跑回去把物件名称写在纸上。
4. 其中一方组员摸完每件物品时，或指定时间够了，就倒出袋内物件验证，认出最多件又正确为赢。

改变：戴手套触摸待内物件，以增加难度。

8. 背后说你

目的：领悟、观察

时间：10—15 分钟

材料：纸、笔、胶纸

内容：组长说：“你怕不怕人背后说你？”

1. 每人写下一位当天出席者的名字，随意贴在别人背上，不要让他看见。
2. 大家站在场中央，尽快猜测自己背上的人名。
3. 可向别人问是非题，每次只可问一题，从答案中猜出自己背后所贴的人名是谁；只可以猜一次。
4. 待大家都猜到背上人名，游戏便完结。
5. 最后猜中的组员要唱歌或请吃东西，或其他惩罚。

9. 打破花瓶要你赔？

目的：认识组员对突发事情的回应

时间：20 分钟

材料：写上选择答案的字条 A 至 E

内容：组长说：“以下的游戏考考你对突发事情的反应。”

1. 故事：小明不慎打破会客室里一只大花瓶。害怕对在旁边的主任说：“对不起！”主任应声道：“哎，这是董事长珍惜如命的花瓶，现在要怎么办？”恰巧一位同事走过，给他们提供意见。
若你是这位同事，你有何意见？从字条上选与你的想法最接近的一句：
2. 字条：
 - A. “先跟董事长秘书谈谈，她一定会替你解决。”
 - B. “不要紧，我替你想办法。看我的，请放心！”
 - C. “坏了就坏了吧，管它的！”
 - D. “董事长很和气，向他道个歉就行了。”
 - E. “这花瓶要好几万块哪，真糟糕！”
3. 让各组员都选择后，组长读出以下说明：
 - A. 为人谨慎，凡事三思。一旦下定决心，就一直冲。但因采取行动后，往往操之过急而出岔。表现欲强，所以有时因自我膨胀而弄巧成拙。
 - B. 属灵活型，社交能力强。能言善道，不惧生，很得人缘。考虑周到，受人尊重，性格开朗，关爱别人，处处往好处去想。
 - C. 为富于活动力的行动派，说做就做。因自视甚高，不愿受人指使。是独挡一面的“一匹狼”型，不大适合团队合作。
 - D. 非常浪漫、憧憬美好远景，美的感觉特别强。思考属直觉型、幻想多，易情绪化、生性羞怯，受人之托，不敢推辞，因此事后常常懊恼。
 - E. 经常急躁、怨恨与不满，凡事难于知足。做一事，怨一事。重财轻义，喜怒无常。人际关系不够圆滑。
4. 给组员自我剖白的机会，看这性格是否吻合自己。

10. 你争我夺

目的：考反应

时间：15—20 分钟

材料：一样方便拿起的东西，例如笔、一个袋等

内容：

1. 组员一分为二队后，每队自编号码。
2. 两队人对排，相同号数相对。
3. 在两队中间位置放一物件，组长负责发号司令，当他说“一号”，那两队的一号也要走到中间抢那东西。在限时内拿得最多次的那队，就算赢。

变化：组长可随意同时叫两个或更多的号码，这会增加难度，斗得更刺激。

11. 哭笑难分

目的：考验反应力

时间：10—15 分钟

内容：组长先说一件开心或悲哀的事，例如：“你中了六合彩！”或“你亚姨昨晚死了！”之后，所有组员要作回应，而组员只能以“笑”或“哭”的表情来回应。之后，组长可以找一些较中性的事件，如：“你父亲把楼宇卖了。”或“你考入了中文大学。”看组员们的回应及挑选个别组员作哭或笑的解释。

12. 颠倒是非

目的：在欢乐气氛下考验组员的反应，增加身体接触

时间：10—15 分钟

内容：组长说：“有没有听过人说话颠倒是非，令你无从反应？”

1. 大家围圈坐，A 指着 B 身体其中一处，口中却说出其它器官的名字及用途。例如，用手指着他的眼睛，口中却说：“用耳朵听！”
2. B 又要指着 C 组员的耳朵，但又说出另外一个器官名称。例如，指着耳朵说“用口讲。”
3. 如此类推。不能做到便算输。
4. 完结时，组长要指出“是就说是”的道理。

13. 看图生事

目的：比较组员的观察力、记忆力、讲故事口才

时间：15—20 分钟

材料：图

内容：组长说—“今天要让大家较量较量讲故事的能力。”

1. 让组员看图 30 秒。
2. 用一分钟说一个故事，是基于自己从图中所看见的至少 10 件事组成。
3. 组长总结：“原来一件事可以有这么多观点-----。”

14. 悄悄告诉你

目的：考验组员的听悟力

时间：15—20 分钟

内容：

1. A 组员向 B 耳语一段讯息，B 耳语传给 C，如此类推直至最后一位组员说出该段讯息，并与 A 原本讯息比较。
2. 每人只能说一次讯息。

变化：可分为两组作赛。可用急口令增加难度。

15. 拇指之战

目的：考验组员的手指反应力，增加身体接触，建立融和气氛

时间：5 分钟

内容：组长说—“我向大家打个招呼好吗？是真的‘打’……”

1. 2 人一组，各伸出大拇指对‘打’。
2. 先将对方大拇指压下为胜。

3. 组长总结：“这就是不打不相识。”

16. 挪亚与野兽

目的：挪亚带动物行圈，考验组员的反应力，制造欢乐气氛

时间：10—15 分钟

内容：组长说：“神曾经用洪水灭世界，只有挪亚一家 8 口因敬畏神得免于难，神命令挪亚造一条大方舟，并使各种动物一对一对的进入方舟，保留活命。”（创世纪六、七章）

1. 大家围坐一圈，不要有空位。两人一对，取一动物名字。各对动物报上名字。
2. 带领者说：“我是挪亚，今天进方舟。老虎跟我来！小白兔跟我来！”被叫的“动物”就要跟在“挪亚”后面绕圈子走。
3. 挪亚喊“洪水来了！”时，所有跟在挪亚后面的动物都要赶快抢一个座位。抢不到的就算被洪水淹死了，由他出来当挪亚，而他的动物名称就由原来带领者取代。
4. 组长总结：“做挪亚其实不容易，要浸死好多动物，才集齐全世界的动物。”

17. 替死鬼

目的：考验组员的反应及体力

时间：15 分钟

材料：手帕一条

内容：

1. 组员围圈而坐，扮鬼的人在座位后绕圈行走。
2. 鬼悄悄在某组员身后放下手帕，继续漫步。
3. 其他组员要设法以眼神示意手帕所在。组员如果发现自己身后有手帕，就要拾起并追打鬼。
4. 鬼如果在挨打前坐到空位上，拿手帕的人就必需接着扮鬼，继续找“替死鬼”。
5. 若组员没有发现自己身后有手帕，鬼绕完一圈回来打他背，他便成为“替死鬼”。

18. 谁先归家

目的：速度比赛

时间：15 分钟

内容：

1. 大家拉手围圈。一个扮鬼，在圈外面向左或右绕行。
2. 鬼选一处用右手作刀将牵着的手切断。被切断的二人，各朝左右两方快速在圈外绕一周，回到原位。
3. 鬼也快速进入圆圈缺口。被切断手的二人要尽快回圈。
4. 留在圈外的人成为的人成为下一位鬼。

19. 一起去散步

目的：考验反应力

时间：10 分钟

内容：

1. 大家围坐一圈，一个在当中。
2. 圈中的人可随意拉着一人的手说：“我们散步去”。这人又可随意拉另一个人的手说同样的话。
3. 这样在中央的人愈来愈多，领头的人可随时说“让我们回家去吧！”于是各人都去抢一个空位子，没有抢到的人就变成当中的人，继续领导游戏。

20. 三人不成变

目的：考验组员反应力

时间：10 分钟

内容：

1. 两人一组，一前一后站立，各组围成一个圆圈，中间留空位。
2. 圈内有二人，一人追赶，一个逃跑。
3. 逃者可跑到任何一组的前面，而那小组后面的人就变成逃者，再跑向其他小组去避难。
4. 为增大范围起见，逃者亦可跑到任何一小组后面，这时前面的人就要跑了。

21. 接龙

目的：训练急才及记性

内容：

1. 全组围圈坐，人数不限。
2. 一个开始说一个词语，可用人名、地名、科目名等等，范围可以很广。下一位组员便以这词语最后的字为首，请出一个新的词语（可用谐音）。例如：太平山、山山相連、連蓉……
3. 接不上的为输

变化：

第二位除了要接新的词语，还要重述第第一位的。第三位要重述前两位的词语，如此类推。到最后的一位，便要请很多位词语了。

22. 口非心是

目的：考考大脑与动作的配合

内容：

1. 两人一组。
2. 二人轮流回答。回答时，用动作表达正面答案，但口中说出反面答案。例如，A 问：“你吃过饭了吗？”B 点头表示“吃了”，口中卻同时要说“未吃：”，然后轮到 B 发问，A 回答。
3. 多组同时进行，输者坐下，胜者找另一位胜者比拼，直至剩下一位为止。

23. 观察力

目的：观察新朋友

时间：10—15 分钟

材料：铅笔、纸、新朋友

内容：

1. 组长带一位新朋友进入房间，请他简单自我介绍，然后离开（约 20—30 秒）。
2. 各人写下新朋友身上至少 5 样东西。（例如：衣服的颜色、鞋子、款式等）
3. 组长请新朋友再进来。
4. 组员分享所观察到的，并与新朋友核对。

备注：

1. 可请新朋友讲一段话，他离开后，请自愿者模仿一次。
2. 可同时请两位新朋友，让各人观察。

24. 摇摆不定

目的：训练身手灵敏

内容：

1. 全组围圈坐，一人站在中间，留一张空椅。
2. 游戏开始，空椅右边的人要左移坐在空位上，大家跟着向左移，如此类推。若任何一位组员不移动，而用手拍一下空椅时，大家便要转移方向向右移。

3. 站着的组员便要抓紧机会抢位子。

备注：这游戏很刺激，请以安全为上。

25. 讲故事

目的：启发创意

时间：10—15 分钟

内容：

1. 大家围圈坐，讲故事，领袖在圈外行走。
2. 当故事说到组员的姓或名其中一个字，他就要马上起来跟在领袖后面，并接驳故事。
3. 当组员起来围圈行走后，最后一位讲故事者说出“完结”，大家就要立即回到椅上，最后一个坐下就要坐新的领袖。

26. 每次为你做多些

目的：训练记忆力及创意

时间：10 分钟

内容：

1. 大家围成一个圆圈。
2. 带领者先做一个动作，右边的组员重复此动作并自创一个动作，下一位组员模仿他，再加一个自选动作，如此类推。
3. 直至有组员不能重复或忘记之前其中一个动作，便算输。玩的次数不限

27. 改变生命

目的：了解小组对组员的影响

时间：15 分钟

内容：

1. 组员回答：“若你需要选一种动物去形容小组怎样改造你的生命，你会选择什么？”
 - a. 色彩鲜艳孔雀：因为有人让赞我漂亮，并让我相信我可以从此改变生命。
 - b. 可爱的河马：因为你让我可以面对和活在神的大爱之下。
 - c. 黑豹：因为你助我看清楚自己许多缺点及优点。我可以持着这些目标生活下去。
 - d. 跳舞中的熊：因为你教我在痛苦中跳舞，寻到快乐，并助我去爱与被爱。
 - e. 吼的狮子：因为你让我自由在草原上奔跑，再不需为自己忧虑。
 - f. 野生鹰：因为你帮我伸展翅膀，并教我重新滑翔。
 - g. 长颈鹿：因为你助我重新抬头和伸直颈项。
 - h. 湿水鸭：因为你教我享受天气，无论是晴天或阴天，在患难中犹如暴风雨中一只喜乐的鸭。
 - i. 恋爱中的鸵鸟：因为你非常爱我，所以我可伸出头来，找到一个全新的生存目标。
2. 可分享为何如此选择。

28. 惊人特技

目的：训练创意、松弛情绪

时间：10—15 分钟

材料：纸条

内容：

1. 每人一张字条，指定一个动作，例如站在檯上、扮狗叫、跳舞、金鸡独立~~~~~

等，尽量复杂古怪。

2. 带领者发号司令，各人施展特技。表演不可笑。
3. 最后叫停，大家互望数秒钟，然后大笑。

29. 小猪嘜

目的：考眼力

时间：15 分钟

材料：扑克牌一副

内容：

1. 组长预先把同一号数的 4 只扑克分配好。例如：1 心、1 梅花、1 砖、1 葵扇为一套。这可方便使用。如有 8 位组员出席聚会，就用 8 套。
2. 开始时，组长把与人数相应的牌放在一起洗牌，再派给各人 4 张。
3. 没人检视自己的牌，是否 4 张同一号码。如有便是第一时间胜出了。（但这情况并不常出现）
4. 大家同时用右手放出自己不用的一张牌，拿左边那人刚放出来的牌，按自己的需要决定保留或放弃那张牌，如此类推，直至集整 4 张牌。
5. 如果你是第一个集齐的人，就要立刻按自己鼻子。其他人就算未齐的也要跟着静静地按鼻子，最慢的一个算输。

注：“默默地”和“静静地”的原因是，通常大家会埋头脑地看牌，别人胜出了也懵然不知，看相十分可笑。

30. 排七

目的：考数学

时间：10 分钟

内容：

1. 一位组员开始数“1”。下一位跟着数“2”，如此类推。
2. 数到有“7”或 7 的倍数时（即 7、14、17、21 等），那人就不可出声，改为拍手。若出声就算输。下一位继续数出跟着的号码。

变化：当有人输了几次后，可增加难度。可以向左或右拍手，那左边或有的组员就要立刻相应数跟着的号码了。

31. 寻宝

目的：考眼力

时间：15 分钟

材料：用 8 张小字条，写下两句金句，再加 4 张是空白的。（数量随意）

内容：

1. 组员在活动前预先把 12 张小字条收藏好。一些可以放在显眼处。
2. 把组员分成两队。
3. 一声令下，大家四处寻找，最快集齐一句金句的那队，就算胜出。

32. 眼明口快

目的：认识组员

时间：15 分钟

材料：扑克牌一副

内容：

1. 组员围圈。组长洗牌后，轮流发给每个人一张，牌面必须向下。
2. 每个人再把分配到的牌洗好之后，放在自己膝上。牌面仍然朝下。
3. 在大家齐声喊“出牌”后，揭开自己第一张牌。

4. 牌现出后，必须马上确认有没有人的牌和你同号。
5. 如果发现有同号的牌出现，立刻指着对方叫出名字。先喊出的人即为优胜者，就把那张牌交给对方。
6. 如果有两人以上手持相同的牌，可任选一人呼叫名字，先叫出名字的人，可把牌交给对方；若在这期间，又被另一人叫出自己的名字，则必须接受那个人的牌。
7. 如果没有出现同号牌，就不能决定胜负，把牌插回自己手中所持有的牌里，再从最上面一张翻起。
8. 最早把手中的牌分给其他人者，即为优胜者。

33. 补缺

目的：考机警

时间：5—10 分钟

材料：粉笔或白板笔

内容：在白板或黑板上任意贴上人或动物图画，特意少画某部分，例如缺尾巴或耳朵。由参加者轮流蒙着眼，把所缺的部分填上，画在正确位置或接近者获胜。

34. 寻宝

目的：凭听觉找东西

时间：5—10 分钟

材料：眼罩

内容：

1. 大家坐成一个圆圈，请一人出去。将一件东西藏在某人手上。蒙眼者进来后大家则鼓掌，走进藏有东西的人前面时掌声加大，否则掌声小。
2. 当猜到是谁后，罩眼者要猜物件是放在右手。若猜对，就有大掌声。
3. 可用歌声或大叫声代替掌声。

变化：可把物件放在隐蔽外，而非人手中。

35. 安全岛

目的：考验反应敏捷

时间：10 分钟

内容：

1. 这两位组员扮鬼，其余组员向四处逃开。
2. 快被鬼追上时，赶快和离你最近的人背靠背，如此就可以暂时逃过一劫。
3. 背靠最长的时间只有十秒钟，所以心须趁鬼不注意时，赶快分头逃走。
4. 被鬼抓住的组员，必须扮鬼，继续进行游戏。

36. 谁的方法最妙

目的：培养合作性

时间：10 分钟

材料：笔

内容：

1. 桌上先排好数根铅笔，大家围在桌边。
2. 一下命令，各人将手放在背后，想办法将笔由桌上带到房子的另一端再带回桌边，将笔放回桌上。

注意：可用身体任何部分，但不能用牙咬住或用双唇夹住。

妙法：吩咐一人去取便可！

37. 头发谁属

目的：考验组员的观察力

时间：5—10 分钟

材料：白纸一张，胶纸

内容：

1. 先找一人离开场地。
2. 组员各拔下一条头发，排列好用胶纸贴在白纸上，另纸写答案。
3. 请那人进来，请他按纸寻找头发主人。
4. 那人可仔细核对组员头发，但不可触摸。
5. 可二、三个人玩，看谁猜中较多。

38. 大风吹

目的：联络感情

时间：5—10 分钟

材料：椅子（比人数少一张）

内容：

1. 椅子排成圆圈，各人坐下，没有座位的一人站在这场中间。
2. 在场中间的人说“大风吹”，大家齐声问“吹什么？”主持人说“吹戴眼镜的人。”被吹到的人要离开另找座位，场中的人趁机抢一座位。
3. 未抢到位置的人继续主持。

注意：穿长裤的、有头发的，或穿皮鞋的等等，皆可以被吹。但注意吹的对象要两人以上。

39. 汪汪请你来

目的：开心时刻

时间：5—10 分钟

材料：糖果、花生、或个别包装的零食

内容：

1. 游戏者分为狗和猫二队（可以再加别的动物），各有一位队长。
2. 先让全体到室外，主持人把 30 或 40 粒糖果、花生分散在室内地上。大家回来的时候，狗寻花生，猫寻糖果，如此类推。
3. 寻到后，狗猫皆不得拿起来，要作狗“汪汪”或猫叫“妙妙”唤队长来拿，首先找到全部糖果的一队得胜。

变化：建议其它动物如：蛇“施施叫”、雀“吹口哨”、狮子“咆哮”等。

40. 大灾难

目的：考验各人注意力

时间：5 分钟

内容：

1. 组员围圈坐下，由组长讲一个他自己编造的故事，大家都注意听。
2. 讲故事的人必须在故事上加插各种灾难的情节，不论灾难大小，讲故事的人必须要大声讲出各种灾难。
3. 大家听到有关灾难的内容后就要站起来。
4. 最后站立的人或错站的人，就和讲故事的人互换位置，继续讲下去。

41. 抢座位

目的：考反应

时间：10 分钟

材料：笔、汤匙、皮球、铅笔、纸等各一。（或其它物品）

内容：

1. 游戏开始，参加者坐成一圆圈，轮流传递上述物品。
2. 站立圈内的主持人可在任何时间内叫出两样物品，凡手中拿有这两样物品的人必须互换位置。
3. 同时主持人去抢其中一人的位置，没有抢到位置的人就变成站在中央的主持人。

42. 别问我是谁

目的：考观察力

时间：10—20 分钟

材料：纸条

内容：

1. 组长预先用小纸条写下全组组员的(当天没有出现的也可写的)。然后让组员分抽一张。
2. 当你看到那组员的名字后，便想想他有何特征。例如：口头禅、小动作等，然后每人轮流以三个动作或发声来形容那人，各人完成才揭晓。

43. 捉虫

目的：考听觉和手的反应

内容：

1. 每组围圈坐，每人伸出左右手，左手围成一个小圈，右手食指放进右边人的左手小圈中。
2. 大家准备好后，带领者说一个简单的故事，若有提到“捉”或“虫”的字音时，大家便需立刻捉着别人的食指，但同时也要缩回自己的食指。被捉手指为输，捉到别人手指为胜。同时被捉又捉到别人的当和。

变化：再玩几次可变化只讲“捉”或“虫”，或其他词语。

44. 炒什锦

目的：营造气氛，打破僵局

时间：15—20 分钟

材料：每人一张椅子

内容：

1. 选出一位组员当厨师，拿走他的椅子。
2. 其他人把椅子围成圆圈坐下，椅子向着圈内，不要留出空位。
3. 厨师站在圈内，叫出一连串的菜名。每道菜必须包含一个姓氏，例如：“陈”皮炊鸭、老“薑”(姜)炒牛肉、“鱼”(余)香茄子、红烧“石”斑鱼、香煎“黄”花鱼。
4. 组员如听到自己的姓氏，要立刻出来跟厨师走。
5. 直至厨师叫“上菜”，各组员(包括厨师)尽快找空位坐下。
6. 找不到座位的组员要接替当厨师继续“炒什锦”。
7. 当厨师3次以上者要罚。

45. 放大砲

目的：考反应

时间：20—30 分钟

内容：

1. 先选一个“大砲”，其余的组员围圈而坐。
2. “大砲”一边走一边喊“砰”。当“大砲”立定在某人面前喊“砰”时，被炸的人要蒙上双耳，大叫一声“哎呀”，右边的人要蒙自己的左耳，左边的要蒙右耳。做错的就请他做“大砲”。

46. 投篮高手

目的：考集中能力

时间：20—30 分钟

材料：空盒或空篮一个，一些小石子，手帕

内容：

1. 每位组员 12 粒石子。
2. 前面 8 至 10 尺处放置一个空篮，让每人试将小石子掷入篮内。
3. 一、二次后即用手帕蒙眼。比赛正式开始，掷入篮内的石子最多算得胜。

47. 粒粒皆辛苦

目的：打破僵局

时间：20—30 分钟

材料：一大盆黄豆或红豆，每人一套碗筷

内容：

1. 将大盆豆放在中央的大桌上。口令一下，各人用筷子把盆中的都夹进自己碗内。
2. 在规定的时间内，夹得最多者获胜有奖。

48. 天堂地狱

目的：考反应，增加气氛

时间：20—30 分钟

材料：粉笔一枝或绳一条

内容：

1. 在地上中间划一条直线或放一条绳。两边各为天堂和地狱。
2. 大家先站在线上，组长喊“天堂”，就往天堂跳；喊地狱，则要跳到地狱去。
3. 跳错地方的要淘汰，最后剩下的人得胜。

49. 笑傲江湖

目的：令气氛融洽

时间：20—30 分钟

内容：组长首先要大家用四个动作及声音表示“蛋”、“小鸡”、“母鸡”及“笑傲江湖”。

1. 开始时，各人都是“蛋”，大家便要作“蛋”状及走动。
2. 每组 2 人猜拳“剪刀、石头、布”，输的人便是“蛋”，胜的变成“小鸡”。
3. 按着大家的动作及声音找同类猜拳“剪刀、石头、布”。例如：“小鸡”找“小鸡”，胜方变为“母鸡”。输的变回“蛋”。“母鸡”再找“母鸡”，胜方即成为“笑傲江湖”。
4. 如此玩下去，直至成为“笑傲江湖”的便胜利。最后会剩下 3 人，各为“蛋”、“小鸡”、“母鸡”，他们均找不到相同身份的来对猜，大家便可处罚他们。

50. 好消息

时间：增进记忆力与合作性

时间：20—30 分钟

材料：两个信封、内用纸条写着几节经句

内容：

1. 组员平均分成两队，相对而坐，选两位裁判。
2. 将信封交给每队排行第一的组员，口令发出后，他就要抽出信封内的纸条，以最快速度念完那几节经句，然后将纸条折好放回信封内传给第二人。
3. 第二人做同样动作，如此连续下去，传到最后一人则要把经句背诵出来，最先正确念完的一组获胜。

51. 爆破专家

目的：考反应

时间：20—30 分钟

材料：数十个吹好的气球

内容：

1. 每组员一个气球，将球绑在脚上。
2. 游戏时，一面去踩破别人的气球，一面保护自己的气球；气球被踩破必须立刻退场，不可再去踩他人的气球。
3. 场外旁观者不可冷箭伤人去踩场中人脚上的气球。
4. 最后在场的两人获胜有奖。

52. 你演我猜

目的：学习意会别人与表达自己

时间：30—40 分钟

内容：

1. 每组 3 人。
2. 选甲、乙、丙，3 人离场，另选一位组员编一个故事或事件。
3. 按着故事内容表演给首先进来的甲看，甲做相同动作给乙看，乙再做给丙看，由丙猜所看到的是什么意思，看看与原来的内容是否相符。

53. 听从命令

目的：听悟力

时间：20—30 分钟

材料：3 种颜色的小纸条及铅笔

内容：

1. 组员横排座，如教室上课状。
2. 发给组员 3 种颜色纸，不同颜色分别写上主词、动词和受词，组成一句话。如“我（主词）打（动词）你（受词）。”
3. 组长收集并依颜色分成 3 堆。
4. 组员从每一种颜色中任意去一张，然后交组长读。若有可表演者，组员当听从命令去做。

54. 暗渡陈仓

目的：考验观察力

时间：20—30 分钟

材料：硬币一枚

内容：

1. 组员坐成一圈，一人站在中间。游戏开始，站在中间的人闭眼，坐着的人就传一枚硬币。各人都假装手中握着东西。
2. 中间的人一睁开眼睛，大家就停止动作，让他猜那枚硬币在谁的手中。
3. 被猜中的人就与站在中间的人互换位置。

55. 不上不下

目的：考反应

时间：20—30 分钟

内容：

1. 大家坐成一圈，组长站在中间。以 3 个口令“上”“中”“下”代表站、坐、蹲 3 个动作。

2. 组长喊“上”大家就要站好；“中”大家仍要坐好；“下”大家就要蹲下来。
3. 连续喊同一个口令，很多人就会做出些神经过敏的动作，可增加欢乐气氛。

56. 拜访农场

目的：考验听觉

时间：20—30 分钟

材料：手帕

内容：

1. 组员围成一圈，一人蒙眼站在中间做农夫。
2. 瞎眼农夫慢慢走至一人面前。组长说出一种牲畜的名字，那人要扮牲畜叫声，让瞎眼农夫猜他是谁。
3. 若猜中，两人互换位置，猜不出仍继续下去。

57. 星艦遇险记

目的：测验一般常识，训练思考，营造一些难题，让组员有交流的机会

时间：30—40 分钟

材料：每人一份问题纸和答案纸，笔一枝

内容：

1. 每组理想人数 6 至 8 位，年龄 16 岁以上。最好于室内进行。
2. 派发问题纸，请各人选择、计分。
3. 介绍：你们是太空船的技术人员，本来安排到月球光亮的一面与母船会合，但由于鼓掌，太空船被迫降落在离母船约二百里的地方，很多机件损坏了，惟有设法到达母船才有生存的希望。现在你要选择 5 项有决定性的物品，以备前往母船途中使用。
4. 问题：以下 10 种物品，按重要性排列，最重要的是（1），最不重要的是（10）。

问题纸

- 火柴一盒
- 浓缩食物
- 尼龙绳（50 公尺长）
- 降落伞
- 100 磅氧气两罐
- 月球的星座地图
- 月球救生船
- 5 公斤清水
- 药箱（包括针筒器具）
- 太阳能超短波接收器

答案纸

物品名称

理由

火柴一盒	月球没有氧气，不能燃烧，没有实际用途。（10）
浓缩食物	最有效的事物，能迅速供应身体消耗的能源。（4）
尼龙绳 50 公尺	可用作攀登峭壁及将伤者捆在一起。（6）
降落伞	对抗太阳光，对身体有保护作用。（8）
100 磅氧气两罐	在月球上维持生命最需要的物品。（1）
月球星座地图	作指示方向之用。（3）
月球救生船	在救生船上储存的二氧化碳可用作推进器。（9）
5 公升清水	补充所失去的水分。（2）

药箱（包括针筒器具） 打针器可作补充维他命及注射药物之用，亦可作在太空衣上穿孔。（7）

太阳能超短波接收器 与母船作通讯之用。（5）

5. 相差数的计算

将个人决定的数字（或小组数字）与专家的数字比较，将相差数相加后成总分。总分显示你们对太空知识和生还的希望：

0—25 优异	26—32 优良	34—5 良好
45—55 平平	56—77 很难抵达母船	71 以上没有生还希望

58. 射环

目的：考技术

时间：20—30 分钟

材料：手杖、铁环（环的大小可视游戏者的技术而定）

内容：

1. 组员平均分为两组，组员各执手杖一根。
2. 先由其中一组排成一行，各人相距 5 尺。另外一人把铁环自场地侧面沿组员前面滚去。滚铁环的路径与组员的距离，可视组员的技术而定。
3. 各组员在铁环滚过面前时，轮流以手杖自环中掷过。
4. 全组都把手杖掷过之后，轮到另一组射掷。
5. 每一组员射过铁环一次，该组获一分。得一百分者即获胜。

备注：若人数太少，可设个人比赛。先得 20 分者获胜。或以规定时间内得分最高者获胜。

59. 追追追

目的：增加气氛、考反应

时间：20—30 分钟

材料：一条约 10 尺长的绳子

内容：

1. 在地上划一圆圈，或用绳子围一圆圈，直径约 3 尺。
2. 选一人追者，立在离圆圈 10 尺处。其他组员坐在位上。追者呼叫一人的名字，被呼叫者就离座跑过圆圈，或绕道避开追者，再跑过圆圈，才跑回原位。
3. 追者也要先跑过圆圈，才可追打逃者。
4. 如追者能追打到逃者，就继续呼叫另一位。如逃者不被追者打到，则变为追者。

60. 背后传物

目的：考反应

时间：20—30 分钟

材料：薄纸卷一条

内容：

1. 一人立场中，其他各组员排成圆圈站立，彼此肩膀靠紧，在背后传递东西时，不可被站在圈内的人看见。
2. 拿到东西的人，可以用这东西打击圈内的人，然后立即把东西藏在背后，传给他人。
3. 如果被抓到，被捕者要与圈内人彼此换位。
4. 各组员若手中没有东西，也可假装传递。

61. 斗牛

目的：考反应力

时间：15—20 分钟

材料：数张白纸、笔

内容：

1. 组长在白纸上写“水牛”、“黄牛”、“公牛”或“公鸡”、“母鸡”、“野鸡”等。
2. 组员站成圆圈，面向中央。两人一组，面对面隔二步站立。两人背后由组长贴一张动物名。
3. 喊“开始”则互相设法去探看对方背后的文字，并设法躲避不让对方看到自己背后的文字。先说出对方名者为胜。

备注：可请局外人鼓掌，但绝不得泄漏任何一方背后之动物名。

62. 答非所问

目的：应变大考验

时间：15—20 分钟

内容：

1. 轮流对每人发问，各人答案要风马牛不相及，紧记“答非所问”。否则便被淘汰。
2. 例如：“你是男孩子吗？”
答：“我今天早上刷了牙。”
问：“你最喜欢吃什么？”
答：“太阳快下山了！”
3. 能误导对方答对问题的为胜。

63. 抢宝

目的：考反应

时间：15—20 分钟

材料：任何一件易拿而不破损的物品

内容：

1. 组员平均分成两组，面对面隔 5 步左右排列站立，各组由相反方向报数，宝物置于两组中间。
2. 组长站一侧，随意叫号数，被叫到号码者要快速抢宝物，抢到先跑回原位者为胜。
3. 抢到宝物者未返回原位前，若被对方拍到肩背，即应放下宝物，重新再抢，直至带着宝物返回原位。
4. 抢回宝物次数多的一组获胜。

64. 海、陆、空

目的：考反应

时间：20—30 分钟

内容：

1. 大家围圈坐下，面向圈内。
2. 指定一人开始，将手巾随意抛给别人，口中喊“水”，对方接住后，就要说出水上或水中的一样东西，如“船”或“海草”，然后将手巾再抛给别人，并喊“陆地”，对方接住手巾后，就说“地下铁道”，如此类推。
3. 主要类别最好限制在“水”、“陆地”、“空中”三方面，答案不可重复。
4. 答不上或步骤错误者被淘汰。

65. 听“角”行事

目的：反应能力

时间：20—30 分钟

内容:

1. 大家围圈坐在椅子上，以食指置膝上。
2. 带领者说“角向上”，各人食指向上；“角向下”则各人食指向下，置膝上。
3. 带领者说“猫角向上”时，食指不可向上，因为猫没有角。若“羊角向上”或“羊角向下”时，须以食指向上或置膝撒谎能够，因为羊有角。
4. 做错动作的人与带领者换位。

66. “颠倒王”

目的: 逆向操作

时间: 20—30 分钟

内容:

1. 大家围圈坐。猜拳决定坐在圈中央的人。
2. 开始时，大家两手放在膝上。圈中人称“开”，大家握拳；喊“合”，就把拳头打开。意即做出相反动作。
3. 做错动作的人，就用眉笔画脸，或涂粉。
4. 以上述方法玩 14—15 次后，6 上干净的人就被封为“颠倒王”。

67. 环环相扣

目的: 考眼力、估计力度

时间: 20—30 分钟

材料: 橡皮圈（较坚挺的）

内容:

1. 每人拿出相等数量的橡皮圈散开放在地上，距离约 1 米画一条投掷线。
2. 猜拳决定先后次序。
3. 每人用手中的橡皮圈投向地上的橡皮圈，能重叠就可以把地上橡皮圈占为己有。
4. 轮流投掷直至地上橡皮圈被取完。取得最多的人便是优胜者。

68. 斗鸡

目的: 平衡技术

时间: 20—30 分钟

材料: 在地上画一个 2 平方米的正方形，或设定范围

内容:

1. 每组 2 人，相对站立。左脚向后提起，双手反后握住左脚腕。
2. 两人用身体互相碰撞，尽力把对方挤出场外。
3. 被挤出场外的人便被淘汰，加入新组员，如此类推，最后一位留在场中便得胜。

69. 对对碰

目的: 考平衡及反应

时间: 20—30

材料: 较大的杂志或书本、在地上画一个长 2—3 米的圆圈或指定一个范围作为游戏场地

内容:

1. 每次 2 人，站在圈中，头上各顶一本杂志。
2. 组长下令，两人用头上杂志互相碰撞，杂志先落地就算输。
3. 之后加入另一人与胜利者比赛，剩下最后一位便是胜利者。

70. 抓尾巴

目的: 反应、节奏感

时间: 30—40 分钟

材料：废纸条若干

内容：

1. 两人把废纸条绑在腰间或束在皮带上，做成一条尾巴。
2. 面对面站着，自己先拍一次手，再与对方互拍一下，反复做这种动作。同时说“丁一山，你好吗？我要跟你尾巴握握手，好不好？”（可跟随拍手的节奏，每3个字停顿一下，气氛会更热烈。）
3. 当说“好不好”时，要立刻伸手抓对方的尾巴。若一次没抓着，可继续绕到对方背后去抓，先抓到者就胜利。
4. 为了不让对方抓到尾巴，向后退或用手遮挡，都算犯规。

71. 砌报纸大赛

目的：组织能力

时间：20—30分钟

材料：旧报纸或杂志、与人数相同的空箱或纸盒

内容：

1. 组长将空箱子分给每位组员，把一张报纸撕碎放入箱子。
2. 各人尽快倒出碎报纸，重新组合，先完成的人为胜。

备注：为求公平，旧报纸的图片结构或文字的联贯性要一致。

72. 先下手为强

目的：考反应

时间：15—25分钟

材料：小石子或小物件（比参加者人数少一件）

内容：

1. 组长将每粒石子放在桌上，相距约为10至30厘米。
2. 参加者环绕桌旁，双手垂下。
3. 组长一声令下或吹响哨子，各人就动手抢一粒石子。没有抢到、或抢超过一粒的，就被淘汰出局。
4. 最后剩下两人争一粒石子，夺得者是总冠军，是最具敏捷性的人。

73. 字海捞针

目的：考眼力

时间：20—30分钟

材料：每人一张旧报纸、一枝笔

内容：

1. 发给组员每人一张报纸。组长令各人从报纸中找出某些字，用笔圈出来。
2. 组长下令“停”，看各人能找到几个相同的字。
3. 结束后与别人交换报纸，检查有没有错误。

备注：组长可以一次找几个不同的字；或找完一个字，再找另一个字来增加难度。

74. 百发百中

目的：眼界大比拼

时间：15—20分钟

材料：每人5粒豆子或小石子、一个空罐（大小要一样）

内容：

1. 每位组员5粒豆及罐子。罐口朝上，各自放在脚旁。
2. 组长一声令下，各人用手指捏起一粒豆子，从眼睛位置的高度对准脚旁空罐投下。
3. 以5分钟为限，投最多豆入罐者便得胜。

75. 彗星撞地球

目的：考反应与策略

时间：15—20 分钟

材料：一个皮球

内容：

1. 二人一组，面对面站立。
2. 组员 A 双手紧紧环抱皮球，组员 B 用力从上面捶球，5 次之内把球打落地面。
3. 游戏以淘汰方式进行，剩下最后一位球不离手的组员便得胜。

76. 明察秋叶

目的：增加感官的觉察力

时间：20 分钟

材料：每人一片树叶（最好是拾地下的枯叶）

内容：

1. 组员围圈坐下，每人一片枯叶。告诉大家没有两片完全相同的枯叶，所以对自己手中的枯叶需要有相当的认识。
2. 让组员用 4 分钟熟悉他的枯叶。先用 2 分钟观察枯叶的视觉特征，再用 2 分钟闭眼感受枯叶的触觉特征。
3. 之后，2 人一组，根据自己所熟悉的特征向伙伴介绍自己的枯叶。
4. 交换枯叶，感觉不同之处，
5. 把两或三组并成一个新小组，围圈坐下，把枯叶堆放在中间混和一堆，各人尝试寻回自己的枯叶。
6. 讨论经验，导出运用感官技巧的感觉。

77. 全身而退

目的：考反应

时间：20—30 分钟

材料：绳子、剪刀、每位组员 3 至 5 个球

内容：

1. 组长首先将绳子剪成 20 吋长，然后将 3 至 5 条绳、气球分给组员。
2. 组员将气球吹大，将绳的一端捆在气球的结上，另外一端捆在组员腰部以下任何位置。
3. 各组员在 15 分钟内尽力弄破别人的气球，但要保护自己的气球不被别人弄破。（为增加难度，组员不可以用手或脚去弄破别人的气球）。
4. 15 分钟后，剩下最多气球的便得胜。

78. 禁忌游戏

目的：考考说话的反应

时间：20—30 分钟

内容：

1. 每人分发一张写有：学校、运动、电视、事物、电影或教会的纸张。
2. 组长需告诉组员，轮到自己玩游戏时，才可以打开纸张，告诉大家纸上写了什么，才可开始。
3. 若收到写着“学校”的纸张，便要在 1 分钟内说出有关在学校发生的一件事，但不能用“学校”这两个字。
4. 在 1 分钟内，每说一个人或物便得一分，不小心说了禁用字眼，便扣一分。
5. 在指定时间内取得最高分的便是胜利者。

79. 眼花缭乱

目的：考反应

时间：15—20 分钟

材料：3 种不同颜色的纸

内容：

1. 组长预先说好，哪个颜色代表那个动作：例如，红色：双手叉腰；蓝色：跳起；绿色：与人手拉手。
2. 组员围圈，当组长每数“1、2、3”后，便出示不同颜色的纸。组员便要做指定的动作。
3. 做错动作的人便要退出。
4. 剩下的最后一位组员便是胜利者。

备注：组长可连续出示相同颜色，或加快速度来增加刺激性。

80. 人体运输机

目的：触觉大考验

时间：20—30 分钟

材料：任何物品，例如：乒乓球、一串钥匙、笔等等

内容：

1. 组员平均分为两组，直排。
2. 分给每组第 1 位组员相同的物品。
3. 当组长一声令下，第 1 位组员便要用双手举起物品，从头上传给后面的组员，一直传到最后一位组员。传递期间大家不可转身或说话。
4. 若中途物品跌下，便要将物品从后面传回前面第 1 为组员手中，才可以重新开始。
5. 最快传完所有物品便得胜。

备注：因为看不见及不能说话，大家就要靠触觉感应，组长可以用一些大小不同的物品来增加游戏的难度。

81. 拾薯乐

目的：考反应

时间：20—30 分钟

材料：汤匙、马铃薯（形状愈大愈扭曲，会因不易拾取而增趣味）

内容：

1. 将组员分为两组，排成单行。站在前面的领袖脚踏起跑线上。
2. 按各队人数在队前放置马铃薯一行，每个相距 2—3 尺。
3. 每队前面地上放置一个篮子或盒子，领袖各执一支汤匙。
4. 组长号令一发，领袖即跑出用汤匙舀起一枚马铃薯，跑回放在篮内，把汤匙交给第二人，自己则退出队伍。
5. 最后一人把马铃薯放在篮子后，应举起汤匙表示完成。最先完成即为胜队。

备注：如马铃薯掉落，不可用手拾取，要用汤匙舀起。

82. 群雄竞逐

目的：考反应

时间：15—20 分钟

材料：零食一包

内容：

1. 组员围圈坐，零食放在中央。
2. 组长秘密地个别告诉组员他是什么动物，至少有两个人是同一种动物。各人的动

物身份要保密。

3. 组长宣布开始抢食物，先故意呼叫一些没有的动物名，以致大家都没有行动，正当大家莫名其妙时，突然大叫“野狗”，于是造成许多“野狗”冲出来抢食物的有趣场面。
4. 被叫到的动物要立即出来争抢食物，没抢到者要受罚或退出。

83. 联词比赛

目的：考急才

时间：20—30 分钟

内容：

1. 组员分为数队，每队选队长一人。各队围坐成圈。组长站在中央。
2. 组长随意说出一句话，例如：“今夜是良宵”，指定某队以“宵”字开头造一词，例如：“宵夜吃得好”，下一队接着说：“好花不常开”，其余类推。
3. 若半分钟内无法联词，或 3 次造词错误，该组就算失败一次，而由下一队接上；失败 3 次就被淘汰。

84. 头头是道

目的：眼明手快

时间：15—20 分钟

材料：长布条、长手帕

内容：

1. 组员平均分为两组，两组面对面坐下。
2. 将布条交给排首位的组员。
3. 组长一声令下，第 1 位组员首先将布条缠在头上打个结，打好后，全队立即一起拍手 3 次；再将布条解下，交给下一位组员，如此类推。
4. 最后一位组员先解下布条的那队便是胜方。

85. 左邻右舍

目的：考记忆力

时间：20—30 分钟

内容：

1. 规定一个绰号题目，例如“花”或“动物”。组员各自取个绰号，逐一宣布自己的绰号，及牢记别人的绰号。
2. 围圈坐下，推选组员 A 坐在中央，大家一起唱一首大家熟悉的歌。
3. 唱歌时，A 突然喊出一个绰号，被喊的人必须赶快以自己右边或左边的人绰号回答之。
4. 如果一时答不出，便要与 A 对换座位。如此类推。
5. 玩几次后，可互换绰号。

86. 武林高手

目的：考反应

时间：15—20 分钟

内容：

1. 组长示范三种武功招式。例如：“蛇形刁手”、“虎爪拳”、“空手道”。
2. 组员围圈站立，组长说出及作出一种招式。其他人就同时要做其他招式动作。例如：组长叫“虎爪拳”，其他组员便要做“蛇形刁手”或“空手道”的动作，若跟着组长做同样动作的便要坐下。
3. 最后坐下者得胜。

认知篇

1. 问答题

目的：学习圣经

时间：15 分钟

材料：每人一本圣经

问题：

1. 第一个杀人犯是谁？（创世纪）
2. 第一座摩天大楼的建筑师是哪些人？（创世纪）
3. 第一对双胞胎是谁？（创世纪）
4. 第一次选美大会在哪一座城举行？（以斯帖记）
5. 第一个牧羊人是谁？（创世纪）
6. 第一个喝醉酒的人是谁？（创世纪）
7. 第一位看见主复活的人是谁？（约翰福音）
8. 非洲的第一位基督徒是谁？（使徒行传）
9. 基督徒的第一位殉道者是谁？（使徒行传）
10. 第一队报佳音的队员是谁？（路加福音）

答案：

1. 该隐。（创四 1—15）
2. 挪亚的后代（创十 32—十一 9）
3. 以扫和雅各。（创廿五 10—26）
4. 书珊城。（斯二 1—18）
5. 亚伯。（创四 2）
6. 挪亚。（创九 20—27）
7. 抹大拉的马利亚。（约廿 1—18）
8. 埃提阿伯的太监。（徒八 26—40）
9. 司提反。（徒六 8—七 60）
10. 天军天使。（路二 8—20）

2. 在哪卷书

目的：考圣经知识

时间：10 分钟

材料：纸和笔

内容：

1. 主持者叙述一些圣经中发生的事情，请组员写下记载这故事的书卷。
2. 答案正确的书卷。

3. 神是爱

目的：帮助新朋友明白及经历神的爱

时间：20—30 分钟

材料：气球、写“神是爱”的纸条

内容：

1. 把纸条放进小气球内，再顺序放入中气球、大气球内。
2. 每组 5 至 6 人。各得一套气球。
3. 一声令下，各组尽快把气球吹大，用不同方法把气球弄破：大气球 2 人用背压破；

中气球 2 人合掌弄破；小气球用脚踩破。

分组讨论：

主持人引述：“人需要爱人和被爱，但我们却像行走在沙漠中，缺乏爱。我们知道要爱人，却没有能力去爱，反倒自私自利，损人利己。我们往哪里找到爱的源头，叫我们的缺乏得到满足，有能力去爱人呢？（请胜组将金句再讲一次）没错，神就是爱的源头。现在我们从圣经看看神如何爱我们。”请约翰一书四章 9 至 19 节。

讨论问题：

1. 刚才的经文，说出神如何以行动表明他对我们的爱？
2. 是他主动爱我们还是我们先爱他？
3. 神的爱带给我们什么？
4. 一个人如果没有神，在审判的日子会怎样？
5. 如何才能得着神的爱呢？
6. 神的爱今天要临到你的身上，你如何回应呢？

4. 第一印象

目的：消除非基督徒对基督徒的偏见

时间：30—40 分钟

内容：

1. 每人寻找一位不熟悉的组员，互通姓名后，猜出对方的嗜好、对人生的看法。
2. 把自己的猜想告诉对方，把理由告诉他。并让对方讲出自己的实况。
3. 主持人选出两对组员，讲出他对同伴的猜想，他猜对了吗？为什么？
4. 主持人总结：我们给人的第一印象，影响别人对我们的态度。别人留给我们的第一印象，也深深地左右我们对他的看法。有些人我们一看就觉得喜欢，有些则感到厌恶。初次见面所留下的印象，决定了以后的关系。在日常生活中，我们不知道以前曾给人留下什么印象，也无法改变这些印象，我们也直觉地从别人留给我们的印象，肯定他是怎样的一个人，而从不征询他人的意见。事实上，我们或多或少对人存有偏见。若单凭第一印象，而主观地给某人下定论，实在有点不公平，因此，我们需要客观地看人。

成见或偏见不单影响人与人的关系，也妨碍我们接受新知识，或是正视一个信仰，有些人对基督徒的标准很高，当他与基督徒朋友有摩擦，或是那位基督徒朋友的生命不够好，他就觉得信耶稣没有什么分别，也对基督教没有什么好感。

我们与人接触的正确方法，或是接受知识的步骤，或是明白信仰的途径应该是：

- A. 除去先存的观念、偏见、成见、自问：“我这个看法是否不对？”
- B. 客观研究：“他是不是这样的人？”“这个信仰是否如我所想的那样？或许需要点时间研究。”
- C. 主观体会：“我要跟他多些交往，或是从不同的人、不同的场合认识他。”“或许我要参加不同的聚会，尝试祷告、读经，亲身体会这位耶稣对我的爱。”

5. 眼见为凭

目的：澄清未信者的思想，使他赞同普遍的原则，然后把这些原则应用在信仰上

时间：30—40 分钟

材料：

1. 用录音带收集电话铃声、虫声、门铃声、击打声……等
2. 考味觉用的太白粉、面粉、糯米粉，分别用 3 个碗盛着
3. 考视力用的 3 杯水：清水、糖水、盐水

4. 砌字：用字条写下约翰福音十章 24 节，一个字一张，放进信封，每组一个

内容：

(一) 分组比赛

1. 先播放录音带，让各组抢答是何声音。答中 20 分，答错扣 10 分。补答对得 10 分，补答错扣 5 分。
2. 把 3 碗粉及 3 杯水放在组员面前，让他们猜碗和杯内盛的是什么，把答案写在纸上，然后逐组讲出答案，最后组长道出答案。答对一个得 20 分，答错扣分。（可请每组派人尝一尝每杯水，由他们讲出答案。）
3. 派给每组一个信封，比赛最快砌金句。砌对一个字得 10 分，错不扣分。

(二) 分组讨论

你认为这些或对吗？为什么？

1. “让我看到神迹，我才信神的存在。”
2. “信就好，不信就无。”

(三) 主持人总结

1. 一件事的存在与否，是客观的事实，主观的感受并不能决定它的存在与否。
2. 人的器官有不同的功用，也有一定的限制。若错用器官，必找不到答案。
3. 人除了有五官外，还有心灵的触觉。
4. 神是个灵，不是物质，不能用眼睛来看，也不能用手摸，必须用心灵去触摸、去感应。
5. 知识的来源除了凭观察外，还靠推理及常识。
6. 人若肯客观地研究，谦虚地接受，就能看见神。

6. 追寻

目的：反省自己所追寻的是什么

时间：20—30 分钟

材料：白纸、笔

内容：

1. 每人 1 张白纸和 3 张纸条。
2. 问组员最希望得到什么，组长把建议答案写在白板上，如一个幸福的家庭、亲情、爱情、长寿、健康、学业进步、事业有成、金钱、房屋、子女等。
3. 各人在白纸上依次序写下 3 项他认为最重要和最希望拥有的东西。又在 3 张纸条上各写上一项，最后把纸条交给主持人。
4. 主持人收集纸条，随意发给每人 3 张纸条。
5. 组员与其他组员换取自己白纸上的理想。看谁能在一分钟内，集齐自己的理想。
6. 合组或分组讨论：
 - A. 当你为自己的理想去追寻时，你有何感受？
 - B. 你有没有得到想要的理想？你有何感受？为什么？
 - C. 在游戏前所定的理想次序，游戏后，你认为需要修订吗？为什么？
 - D. 从游戏中，你发现人生所面对困难及限制是是什么呢？应该如何克服？
 - E. 下面的经文（传道书一 2—11，二 18、22、23，五 10，六 3，十二 1、13、14），对你所追寻的有何启发？

7. 趣味圣经

目的：知道圣经的特别数字

时间：30—40 分钟

材料：问题纸、比

内容：

1. 每组成 4-6 人，排成一直线。
2. 组长出问题，由排第一位的抢答。
3. 答对得 20 分；答错扣 10 分，然后由其他组补答，答对 10 分，答错 5 分。
4. 所有排第一位的回答问题后，走到队尾排队候答。

参考问题。答案以中文和合本为准：

1. 旧约有几卷书？
2. 新约有几卷书？
3. 新旧约共有几卷书？
4. 旧约共有几章？
5. 新约共有几章？
6. 新旧约共几章？
7. 旧约有几节经文？
8. 新约有几节经文？
9. 新旧约合共几节？
10. 旧约哪卷书最长？有几章？
11. 新约哪卷书最长？有几章？
12. 新旧约哪卷书最长？
13. 旧约哪卷书最短？有几章？
14. 新约哪卷书最短？有几章？
15. 旧约哪章最长？有几节？
16. 新约哪章最长？有几节？
17. 旧约哪章最短？有几节？
18. 新约哪章最短？有几节？
19. 旧约哪节最长？有几个字？
20. 新约哪节最长？有几个字？
21. 旧约哪节最短？有几个字？
22. 新约哪节最短？有几个字？

答案

1. 39 卷	9. 31, 173 节	17. 诗一一七；共 2 节
2. 27 卷	10. 诗篇；共 150 篇	18. 多二；共 15 节
3. 66 卷	11. 使徒行传；共 28 章	19. 斯八 9；共 77 字
4. 929 章	12. 诗篇	20. 启二十四；共 97 字
5. 260 章	13. 俄巴底亚书；共 21 节	21. 创一 1；共 8 字
6. 1, 189 章	14. 约翰二书；共 13 节	22. 约十一 35；共 4 字
7. 23, 214 节	15. 诗一一九；共 176 节	
8. 7, 959 节	16. 路一；共 80 节	

8. Seven-up

目的：赞美主

时间：20-30 分钟

内容：

1. 组员围圈坐下，轮流数 1 至 100。
2. 当数到有“7”的数字，便以“哈利路亚”取代。例如：17 及 71。
3. 当数到 7 的倍数时，便以“赞美主”来取代。例如：21、49。
4. 当数到有 7 的数字，同时又是 7 的倍数，便站起身说“哈利路亚赞美主”。例

如：7、70。

5. 数到 100，找出错最多次的几人受罚。

9. 圣灵果子“IQ”题

目的：加强合作性，以趣味的形式使组员在比赛的气氛下，认识“圣灵果子”，加深记忆。

时间：20—30 分钟

材料：IQ 题目，每组（3 或 4 人）一份

内容：

1. 强调这游戏注重合作性。每组在 5 分钟内完成 IQ 题目。可给经文提示：“
2. 各组尽快完成，由组长读出答案，组员以鼓掌表示答中。

备注：组长要背熟 9 个果子的名称，结束时让组员一同背诵一次。（务必将答案印给组员）

答案：

- | | |
|-------------|-------|
| A. 邮差叔叔满载而归 | A. 信实 |
| B. 百货公司停止减价 | B. 节制 |
| C. 温水游泳池畅泳 | C. 温柔 |
| D. 地铁车票为何失效 | D. 恩慈 |
| E. 直升飞机垂直升降 | E. 喜乐 |
| F. 买汽水连接樽 | F. 和平 |
| G. 不向人讲心底话 | G. 忍耐 |
| H. 按重量派餐 | H. 良善 |
| I. 流浪狗有人收养 | I. 仁爱 |

10. 猜猜我是谁

目的：轻松认识圣经人物

时间：20—30 分钟

材料：空白的工作申请表两张、笔

内容：

1. 两人一组，每组两份申请表及每人一支笔。
2. 各组先决定用哪两位圣经人物作申请人，然后填写申请表，试运用想象力去尽量描述，增加趣味性。
3. 然后组与组之间互相交换表格，猜猜这人是谁。
4. 最后组长可以设立一个“猜中最多奖”及“最具有创意奖”。

11. 为你感恩

目的：提醒组员，有许多事情值得向神感恩，可能是他并不察觉的

时间：20—30 分钟

材料：纸、笔

内容：

1. 至少 3 人一组。每人一张纸、一枝笔。
2. 各人写下自己的名字，3 人互相交换。
3. 拿到别人的名字后，为他写下值得向神感恩之处，把纸张归还给他。
4. 每人轮流读出别人为他写的感恩之处。
5. 一起回应和讨论：
 - A. 你同意别人为你写的感恩事项吗？
 - B. 你對自己有什么新发现？

C. 还有什么别人未提出，而你自己觉得需要感恩的？

5. 结束时一起祷告，每人说一两句话，向天父表达感恩之心。

12. 时光穿梭

目的：深入研读圣经，认识圣经人物的特性

时间：30—40 分钟

材料：圣经、信纸、笔

内容：

1. 每组 4、5 人，选择一位旧约的圣经人物，找出有关经文。
2. 首先一起阅读这人物的事迹，讨论他的优点和缺点，然后以现代人的身份写信给他，表达你们对他的感受和评价。
3. 也可从四福音中，选一位曾被耶稣医治或赦罪的人物，例如：瞎子巴底买（可十 46—52）、税吏撒该（路十九 1—9）、格拉森被鬼附的人（可五 1—20）、撒玛利亚井旁的女人（约四 1—29）。
4. 设身处地，试揣摩那人被主耶稣医治或赦免后的心情和反应，写信给主耶稣，你会告诉主耶稣什么呢？
5. 各组诵读自己的信，与大家分享。

13. 完美的标准

目的：了解圣经与现今社会对完美的观点与比较

时间：30—40 分钟

材料：报纸、杂志、圣经

内容：

（一） 现今完美的定义

1. 组员从报纸、杂志搜集 5 段有关男女的报导或广告。
2. 每组 3 至 5 人，用下列问题讨论“现今社会完美的人应具备的素质”。

根据这些报导或广告，完美的男性和女性是怎样的？

还有那些素质是你认为完美的人必须具备，但这些在资料中并没有提及的？

有没有一些素质是现代完美的人需要具备，而 50 年前却不需要的？

（二） 神的标准

1. 研读圣经中神所赞许的品格。例如：诗一；太五 3—12；箴三十一 10—31；弥六 8 等，试比较经文与上列问题所提的异同之处。
2. 思想神对我们有什么要求？要实现神的要求，有什么困难？我们怎样可以达到神的标准？

14. 金句 puzzle

目的：加深对分享经文的印象

时间：15—20 分钟

材料：报纸、胶水、白纸、剪刀、圣经

内容：

1. 3—4 人一组，每组发给以上材料一份。
2. 组长先选一段与今日分享内容有关的经文，一同打开圣经找出，在 15 分钟内最先在报上找到经文内的字，剪下并贴在白纸上的一组为胜方。
3. 若 15 分钟内没有一组能完成经文，则以贴上最多正确字者为胜方。

价值篇

1. 爱情组曲

目的：了解组员的爱情观

材料：纸、笔

内容：

1. 全组一分为二。
2. 先用纸条写下情歌歌名和部分歌词，请组员配对，又快又准的为胜。
3. 用一点时间，让组员分享他的情史或对爱情的看法。

备注：

1. 这游戏很适合情人节玩。
2. 必要时组长需要纠正一些错误的爱情观或完组后，个别约见某些组员。

2. 修补破碎的心

目的：难忘的情人节

时间：15—20 分钟

材料：粉红色纸若干张、剪刀

事前准备：

1. 将粉红色纸剪成心型，数量按照组别数目。
2. 在每颗红心上写一节有关爱的经文。
3. 再将每颗心剪开数块，数目与组员人数相同。每颗心要用不同方法剪开。

内容：

1. 发给每个组员一片“碎心”。
2. 组员尽快找其他碎片，合并成一颗完整的心。
3. 从圣经中找出“心”上的经文，全组一起朗读出来。
4. 最快拼成红心及读出经文的组别获胜。

3. 电视串烧

目的：对电视节目应有的态度

时间：30—40 分钟

材料：纸、笔、胶纸

内容：

(一) 猜猜看

1. 4 至 6 人一组
2. 每组轮流出题目，谜底是电视节目或电视广告。让别组猜。
3. 请每组各派一人，用身体语言或绘画的方法，将谜底表达出来。每次限时 1 分钟。
4. 最快猜对的组别得一分。
5. 于 15 分钟后，得分最多的组别获胜。

(二) 看看自己看看别人

1. 每人一张纸、一枝笔，在自己的纸上画一个电视荧幕。
2. 在荧幕上写出下列问题的答案：

你最喜欢哪种电视节目？

有哪些节目你只是惯性收视，却不是留心地看？

你最喜欢的电视人物是谁？为什么？

每星期你花多少时间看电视？

你对自己看电视的习惯感到满意吗？

3. 在自己的荧幕上写名字，贴在墙上，让大家参考，彼此观摩。

(三) 小组讨论

1. 问题讨论：

- A. 你觉得电视有什么特性？
- B. 怎样才算是好的电视节目？
- C. 电视对你的日常生活影响有多大？为什么？

2. 主持人总结。

4. 好男好女

目的：正视传媒的性别意识

时间：30—40 分钟

材料：杂志、报刊、剪刀、胶纸或水、彩色笔、壁纸两张

内容：

1. 请大家在杂志和报刊里，找一些能够代表今日传媒如何表达男女角色的广告或图片。
2. 将男女图片分两边贴在壁纸上。
3. 在旁写上其中想表达的男性或女性的特点。（如女性身材窈窕，男性豪迈奔放。）
4. 分成两组进行辩论，以“传媒里的两性角色能不能全面地反映真实的男性和女性”为辩题。
5. 每组轮流派一代表作 2 分钟的演说，并以壁纸上的男女两性特征作为证据。
6. 约 15 分钟后，组长总结：究竟这些传媒意识如何影响我们看待身边弟兄姊妹的态度？
7. 请组员一起草拟矫正方案，并付诸行动。

备注：从圣经看真男性、真女性的特征，从而学习其榜样。

5. 以古鉴今

目的：增加现今世界的触觉，了解圣经对时代的迫切性

时间：30—45 分钟

材料：报纸（新闻版）、圣经

内容：

1. 每组 5 至 6 人。
2. 每组派发一叠报纸。各人细读 3 分钟，找出不合理、不公义的事情。
3. 各人在组内简述自己找出的一或二则新闻，报导内容。
4. 讨论那些不公义事情发生的原因：是因为人的自私？贪心？天意？抑或是意外？天灾？
5. 各组派一人汇报。
6. 在组内研读阿摩司书一至二章，试从中找出现今类似的不公义事情，并看神如何责备当时不公义的社会。
7. 请各组派另一人鉴报。
8. 组长与组员一起讨论，如何回应不公义的事情，并作总结。

6. 杀一救百

目的：价值观

时间：30—40 分钟

材料：纸、笔

内容：

1. 较适合爱认真讨论及思考的组员。
2. 问题：“你见到一人企图引爆炸弹，附近约有 100 人。你手上有一把枪，目前的形式是：你是这 100 人的救星，若不开枪射杀凶徒，他们必被炸死。你开不开枪？”

讨论：

1. 若果你会，原因是：（英雄感/杀一人救百人是值得的/人有生存之价值~~~~~）
2. 如果那 100 人都是穷凶极恶的坏蛋，死有余辜，你开不开枪救他们呢？
3. 如果你仍会开枪，为什么？（人有生存之价值/你相信人有改变的可能~~~~~）
4. 如果你不开枪，原因是：（坏人应得惩罚~~~~~）
5. 如果你因为相信人的生命是有价值而开枪，那么那价值是什么？你自己的生命价值又是什么？
6. 你觉得自己“坏”吗？你觉得自己应得惩罚吗？（次问题之用意是探讨外展对象曾做过坏事后，恐怕被惩罚之焦虑感。）

7. 掌握时机

目的：善用时间

时间：10—20 分钟

内容：

1. 组员站成一列。组长宣布开始时，各人在心中计时一分钟，坐下。
2. 一分钟中后组长举手示意，不让参加者看到。
3. 那些一分钟后还站着的人，是慢性子；而提早坐下的则较为急噪。
4. 讨论对时间的看法。

备注：每次可有 2 至 3 位参加者，其余组员在过程中大声唱一首大家熟悉的歌，节奏时快时慢，扰乱参加者的专注力。

8. 神奇百宝箱

目的：思考价值观

时间：20—25 分钟

材料：纸、笔

内容：

1. 组长带领大家幻想：今天，你下班或放学回家，一个满载希望的“神奇百宝箱”等着你开启，它装着你想得到的有形或无形东西。你最希望里面有什么？
2. 问题：
 - A. 你想从百宝箱中拿出什么来送给妈妈？
 - B. 你想拿出什么送给爸爸？
 - C. 你想拿出什么送给你最要好的朋友？
 - D. 你想拿出什么来送给世上的穷人吗？
 - E. 你想要的最大东西是什么？
 - F. 你想要的最大东西是什么？
 - G. 你想~~~~~

9. 价值阶梯

目的：思考自己的价值阶梯

时间：30—40 分钟

材料：纸、笔

内容：

1. 请组员按照个人想法，把不同事物依优先次序排列成阶梯。如下列八件事即可让组员来排列：
 - A. 提高学业成绩或工作效率。
 - B. 结交更多朋友。
 - C. 学习改变自己。

- D. 改变世界，使它成为更适合人类居住的地方。
 - E. 别人告诉我，我的所为如何，作为瑕疵行为的依据。
 - F. 使自己更可靠，更开放、更信赖他人。
 - G. 生活得更充实。
 - H. 使自己的脾气能“化愤怒为力量”，做些有益的事情。
2. 组长在地上划出 8 个等次范围，让组员依个人之优先次序站在相符的范围，例如，组长说：“想生活得更充实”那位组员便根据自己的排列，站到范围内，用这机会环顾左右看看别人站在什么地方，互相交换意见，以及说明何以如此排等的理由。

立志篇

1. 一家团聚话心声

目的：新年反省、展望

时间：30—45 分钟

材料：纸、笔、圣经、打印台

内容：

1. 每位组员一张纸、一枝笔。在纸上随意画成 3 栏。
2. 在一栏写出至少 10 项在过去一年中令自己鼓舞的新经验、突破和对自己的新发现。
3. 在第 2 栏写出最多 10 项去年的困扰和挣扎。
4. 主持人读哥林多后书五章 17 节及歌罗西书三章 14 节。
5. 分为 2 至 3 人一组，分享各人所见有关神改变人的例子，及神改变自己的例子。
6. 在第 3 栏写下新年展望，各人按自己情况定下 5 项可行的计划或目标。
7. 重读 5 项计划和目标，圈出 2 项最可行、最具体、最希望能完成的，在此栏右下角签名，印上指纹。
8. 在组内每栏里的其中一项。各人互相鼓励、代祷。

2. 慾壑难填

目的：将人生的不满足和不断的追寻，化成有趣的游戏

时间：10—15 分钟

材料：预备几个大小、形状、质地不同的杯，一堆用来填塞的材料（如纸屑、被子、橡皮圈、夹子等东西）

内容：

1. 将组员分组，用各样材料把杯填满，限时 3 分钟。
2. 各组员在限时内填满自己的杯。设 3 个奖：“最多物件奖”、“最多种类奖”及“最满奖”。
3. 约 3 分钟后，进行评判及颁奖。
4. 没有人会得到“最满奖”，因为被子还有容纳水的空间。
5. 讲解人生有许多追求，但永不能满足，因为世上找不到真正能满足人的东西。可引用奥古斯丁的话：“神为他自己创造了我们，所以我们的的心灵得不到安息（或满足），除非我们找到他，又活在他里面。”
6. 请基督徒分享从信仰中找到满足的见证，分享这份满足的特别之处。
7. 可考虑分享约翰福音四章 13—14 节里象泉源的活或，直涌到永生。

3. Trust Me. You Can Make It?!

目的：付上努力和代价

时间：30—45 分钟

材料：报纸（广告版）、杂志、白纸、笔

内容:

1. 每人从报纸或杂志中找出 3 段吸引人的广告, 例如: 强健的体魄、流利的英语、光滑的皮肤。
2. 尝试一起分享这些广告的承诺, 讨论下列问题:
 - A. 你为何会希望得到这 3 个承诺? 它们对你有什么吸引力?
 - B. 你相信这些承诺吗? 购买这些商品是否真的可以达成你的希望?
 - C. 若不购买那些商品, 还有其它途径达成你的希望吗? 要付上什么代价?
3. 最后分发每人一张白纸, 鼓励他们写下自己的希望, 并列出发达成希望的方法和计划。

4. 时光机

目的: 展望未来, 增进自信

时间: 25—30 分钟

材料: “时光机座椅”、纸、笔

内容:

1. 组长先告诉大家, 这是一个未来取向的游戏, 各人对未来的展望, 投射他现在的感受, 并由其他组员的回应中, 增进其自信心。
2. 每人用 2 分钟的时间, 想想自己 5 年后会是什么模样。把自己未来的展望及人生观写在纸上。
3. 各人轮流坐上时光机, 述说自己五年后的情形 (年数可由组长弹性设定)。
4. 讲述完毕, 各人给予回应。

5. 生存馅饼

目的: 帮助个人具体、客观、系统的分析与检查自己的生活。

时间: 20—30 分钟

材料: 纸、笔

内容:

1. 组长在黑板或纸上画一个大圆圈, 代表一天 24 小时的“生活馅饼”。
2. 每人在纸上画上自己的馅饼。估计自己在下列各项所占用的时间, 按比例加以分割 (画在个人的纸上)。
 - A. 睡觉 B. 学校 C. 课外补习 D. 家庭作业
 - E. 朋友 (聊天、打球、下棋) F. 家庭琐事 (洗碗、洗地板等)
 - G. 独处 (阅读、玩乐) H. 与家人共处 I. 其他
3. 问题:
 - A. 你对你目前使用时间的情形满意吗?
 - B. 在你的理想中, 应该怎样使用时间? 现在再画一个圆圈代表你理想中的生活馅饼。
 - C. 你能不能采取行动, 改变你目前的生活馅饼, 使它更接近你理想中的生活馅饼?

备注: 这种方法可用来分配时间、金钱、精力。

6. 优点轰炸

目的: 学习发掘别人的优点, 追求个人成长的动机

时间: 30—45 分钟

材料: 纸、笔

内容:

1. 各人轮流用 2 分钟时间 (由别人计时) 说出自己的长处。不得使用“假如”和

“但是”说法。

2. 用大约 5 分钟，倾听别人说出自己的优点。不需给予任何回应。
3. 听别人说自己长处：轮流“轰炸”，无一幸免。
4. 一起讨论“被轰炸”经验（15 分钟）

7. 谁来挑战

目的：激发竞争心志，身心参与

时间：20—30 分钟

内容：三种不同的施行方法

1. 顶拳头：两人各以右手握紧拳头，在桌面上尽力向前推进以争取胜利。
2. 拗手臂：两人在桌前，面对面伸出右手彼此握紧，设法把对方的手向右边压倒，直至制服为止。
3. 压肩膀：甲站在乙背后，把两手放在他的肩上，尽量施压力使乙站立不住，而最后仰卧地后，甲立即将乙扶起，然后交换。

8. 灰飞烟灭

目的：以特别的仪式，让组员预备自己的心迎接复活节

时间：20—30 分钟

材料：纸、笔、火柴或打火机、铁罐

内容：

1. 组长向组员简略地讲解救罪与恩典。
2. 组员各自在纸上写下一件自己希望获赦免的罪。将纸折好交给组长。
3. 组长在所有组员面前，将所有纸张烧成灰烬，放进铁罐内。
4. 让组员用手指沾一些灰，在自己额上或手背上画一个十字架，代表认罪悔改，主耶稣已赦免我们，与我们同在。
5. 以诗歌、默想或祷告结束。

备注：深入不想用火，可以预先准备一些灰烬，改将纸张撕碎丢入废纸箱。

9. 复活剧场

目的：重温主耶稣被捉拿至复活的时间，思想主为我们所作的一切

时间：20—30 分钟

材料：圣经、卡纸

事前准备：

1. 这些有关耶稣被捉拿至复活期间，曾出现的人物及有关经文的资料，写在卡纸上。人物：彼得、大祭司、大祭司的仆人、彼拉多、兵丁、马利亚等。
2. 把场地分成舞台和观众席，台上摆放几张椅子。

内容：

1. 组长请组员自愿当演员，其余的人充当观众。
2. 请演员细读资料卡，投入自己的角色。
3. 演员上台，观众可访问他们有关主耶稣被捉拿至复活期间的所见所闻和感想。
4. 观众投票选出最佳演员。

历奇篇

1. 运明珠

目的：组员互相合作

时间：5—10 分钟

材料：4 个胶碗、10 个厕纸筒及 20 粒弹子

内容：

1. 组员分为两组，每组有 5 个厕纸筒。过程中各人不得用手或身体其他部分接触弹子。
2. 组长在起点和终点分别放两个碗，碗内各有 10 粒弹子。
3. 组员排成一直线，一只手拿着厕纸筒，由第一位组员用厕纸筒兜起一粒弹子，传给第二位组员，第二位组员用厕纸筒接着弹子，传给第三位组员，如此类推，直至运到终点，放在另一个碗内。
4. 若要减低难度，可用瓷匙或筷子代替。

2. 指点迷津

目的：组员互相合作及彼此信任

时间：5—10 分钟

材料：多个眼罩及 4 至 5 张椅子（这游戏需要很大空间）

内容：

1. 组长预先将椅子分散在房内，制造障碍。
2. 两人一组。其中一人戴上眼罩，听从伙伴的指示。
3. 负责指示的组员只可用声音，不可用手拖蒙眼的伙伴。
4. 最快走到房的另一端而没有碰到障碍物为胜利者。

3. 蒙眼接棒

目的：组员互相合作

时间：5—10 分钟

材料：多个眼罩及 4 个至 5 个厕纸筒（这游戏需要很大空间）

内容：

1. 两人一组，其中一人戴上眼罩，不戴眼罩的伙伴负责指示。
2. 所有蒙眼者预先被安排站在房中不同位置。
3. 没有蒙眼的人指示自己的伙伴将厕纸筒带给别人。
4. 游戏后，大家分享感受。

4. 背脊夹气球

目的：组员互相合作

时间：5—10 分钟

材料：多个气球及数张椅子

内容：

1. 组长先在房中不同位置放椅子作障碍物。
2. 两人一组，每组吹涨一个气球，彼此用背脊或头夹着气球，由起点开始行，绕过障碍物，抵达终点。
3. 若中途弄跌了气球，必须返回起点，重新开始。
4. 游戏过程中不得用手接触气球。

5. 人体绳结

目的：组员互相合作

时间：5—10 分钟

内容：

1. 大家围圈站好，合上眼，将手交叉伸出。当大家已伸手捉住对方的手，便可张开眼。
2. 若发现有组员握着他身旁组员的手，大家便需要再合上眼，将手交叉伸出。
3. 全组人的手在游戏中不得松开，大家要想办法令全组人的手不再交叉而围圈站

好。

6. 有耳可听

目的：考听觉

时间：5—10 分钟

材料：一盒录音带，预录不同的声音（也可以多首诗歌代替）

内容：组长预先录好撕纸、吹哨子、手提电话、火车站月台宣布、按键盘、上网、风筒等声音，播放给组员听，全猜中的就是胜利者。

7. 空中飞“弹”

目的：考智慧

时间：5—10 分钟

材料：数只鸡蛋、数件旧衣、海绵、胶袋

内容：

1. 组员分成两队，设法保护一只鸡蛋从两尺高的地方抛下仍然完整无缺。
2. 可用房内任何物资或组长提供的物资，惟不可用任何东西垫着地下。
3. 若要增加难度，可将鸡蛋从更高处抛下。

8. 保龄球

目的：合作性

时间：5—10 分钟

材料：10 个“保龄球”（盛了半樽水的胶樽）、2 个小皮球、2 个眼罩

内容：

1. 组长预先将 10 个保龄球排列好。
2. 将组员分为两组，各派一位代表戴上眼罩。
3. 其他组员在旁指示，协助蒙眼者将皮球滚向“保龄球”。
4. 组员可轮流蒙眼，击倒最多“保龄球”的人就算胜利。

9. 抛球

目的：考组员的合作性

时间：5—10 分钟

材料：用一条丝巾结成一个球、一个篮子

内容：

1. 组长手拿球站在房间的一端，旁边放一个篮子。
2. 将组员分为两人一组，各组排成一直行，站在房间的另一端。
3. 组长把球抛向一对组员，组员不可用手接球，可一齐用背、脚、或其他方法接住，把球运到组长旁边的篮子内。
4. 若球中途跌下，须从头排队再试。

10. “说”画“解”画

目的：组员互相加深认识（冲突期适用）

时间：5—10 分钟

材料：画纸多张、颜色笔

内容：

1. 两人一组，每人有一张画纸及几支颜色笔。各人用 5 分钟时间在纸上画自己的现状。
注意：不得换纸，即使画错，仍要继续画。
2. 完成后，互相看对方的图画，并尝试猜对方目前的心情、健康状况、工作等。
3. 听完对方的看法后，告诉他哪些是对的，哪些是错的。

4. 游戏变化：大家围圈坐。各自画完后，将画纸交给右边的人，请他尝试当众“说”画，然后由原创者“解”画。

11. 你还可活多两分钟！

目的：组员互相加深认识（冲突期适用）

时间：5—10分钟

内容：

1. 每位组员有一张纸和一支笔。假设大家只剩两分钟性命，赶快抓紧时间写一封信。
2. 两分钟后，组长可邀请组员大声读出信中内容。但若组员感觉不方便读出，请尊重他/她的意愿，让他/她选择性地读出部分内容。

12. 我所认识的你是……！

目的：组员互相加深认识（冲突期适用）

时间：5—10分钟

材料：多张椅子

内容：

1. 组长预先将椅子围成一个内圈和一个外圈。
2. 一半组员坐在内圈，面向外面；另一半组员则坐在外圈，面向内圈。
3. 内圈的组员不用转位。外圈的组员望着对面的组员说：“我所认识的你是……”或“我觉得你是个……的人”等，然后向右面转位，又望着对面的另一位组员说上述的句子，直至转了一个圈。
4. 组长亦可叫组员重新配搭，务求令所有组员都能够表达对大家的感受。

13. 抛诸脑后

目的：组员互相分享

时间：5—10分钟

材料：纸、笔

内容：

1. 组长预先在一张纸上画一个脑袋或人头，影印分给每位组员。
2. 组员用3分钟时间，在纸上写下令他最担心的事，或最不开心的事等等。
3. 组员互相分享后，组长可邀请组员互相代祷，并将刚才写完的纸扭作一团往后抛掉。告诉大家，既然已将忧虑交托给神，便不用再愁烦。大家可以尽情投入敬拜！

14. 我需要你帮一帮！

目的：组员互相合作

时间：5—10分钟

材料：15个气球（此游戏需要较大空间）

内容：

1. 组员围大圈站着，各人双手放后面。
2. 组长将已吹好的气球分别放在组员手上。有些人可有1个、2个或3个气球，但有些人没有气球。各人不得偷看其他人手上有多少气球。
3. 接着，组长站在圈内将3个气球抛向空中，不让气球跌在地上。当他控制不了时，可大叫一位组员的姓名，叫他出来帮忙。若那人手上也有气球，他就必须将自己的气球抛向空中，他们俩要保持气球不跌在地上。
4. 当组长和这位组员应付不了时，可大叫另一位组员的姓名，叫他出来帮忙。如此类推，直至全组人都走入圈内，或直至超过5个气球跌在地上。

15. 编织蜘蛛网

目的：加强关系

时间：5—10 分钟

材料：一个尼龙绳球

内容：

1. 组员围圈站着，由组长拿着绳球。当他对着某组员抛出绳子时，要大声讲出他曾为那组员做过的事，例如曾为他祈祷；或说出与那组员一起做过的事，例如一起逛街、一起上沙浸 Alive 课程等。组员互相抛绳球，如此类推，直至大家再也想不出其他连系为止。
2. 蜘蛛网织好后，一齐检视小组内的关系如何及有什么需要改善。

16. 广告歌比赛

目的：训练小组合作性，增强小组的归属感

人数：20—50 人

时间：30 分钟

内容：

1. 主持人将参加者分成 3 或 4 小组，每组选一组长，负责领导小组挑选广告歌曲。
2. 各组先准备 10 分钟才开始比赛。
3. 各组轮流齐唱广告歌，不可重复，否则被扣一分。
4. 游戏继续十数分钟，至很多歌曲重复时，游戏便可结束。扣分最少的一组获胜。

17. 请朋友

目的：带动聚会的气氛，鼓励参加者主动邀请朋友

人数：15 人以上

时间：10 分钟

内容：

1. 大家围圈坐在椅子上，另加一张空椅子。音乐开始时，空位两旁的人要拉着手往前面去请另一人坐上空位；于是又有空位，旁边两人继续拉手去请朋友。
2. 音乐在游戏进行中停止，空位旁的两人，和来不及回座位的 3 人，则被罚唱歌或作其他表演。

18. 风车走

目的：训练群体的合作性和纪律性

人数：13—41 人

时间：20 分钟

内容：

1. 参加者分成组，其中一人不入组，负责发号令。每组单行直排，向着中心，4 组相对盘坐，形状便象风车叶。
2. 准备好后，负责发号令的人绕着风车慢慢走，然后拍一下其中一组最后那人的肩膀说：“跟我跑！”于是全组人便立刻各自以顺时针方向跑一圈，返回草地坐下。最迟到达的人，便负责下次发号令。
3. 如那人说：“快点跑！”那么全队人都要以逆时针方向跑一圈返回原地，然后坐下。
4. 游戏继续，至每队人都跑过 3—5 次，便可结束游戏。

19. 譬虫行

目的：训练小组的合作性

人数：15—30 人

时间：15—20 分钟

内容：

1. 参加者将报纸的中央撕一洞，小心地套过头部放在肩上。
2. 大家排成直行，相距约半米，然后各自轻轻拿起身前报纸的两角，连接前面的人身后的报纸的两角。
3. 连接以后，便慢慢起行，保持报纸不脱。练习完毕，分成 2 队或 3 队进行比赛。

20. 杀手

目的：加强非语言的沟通和表达能力

人数：12—30 人

时间：20 分钟

材料：与组员人数相同的小纸张，其中一张有“杀手”二字，其余的空白，用作抽签之用

内容：

1. 游戏前，参加者可练习“死亡”的动作（想象与电影演员一样）。
2. 开始时，先抽签，看后交回主持人，下个回合可再用。
3. 大家保持沉默，在会场范围内慢慢移动，当中有一“杀手”。
4. “杀手”隐藏身份，静静向场内其中一人眨眼，对方看见，便要做出“死亡”动作，并加“骇人”的叫声，然后离开游戏范围之外。
5. 每个人随时有被“杀”的危险，大家猜测谁是“杀手”。
6. 游戏继续，渐渐会有更多人“被杀”，“杀手”可能被人发现。如果有人抓着“杀手”，又有另一人和议，便重新开始游戏。如被抓到的人不是杀手时，举报的二人便要宣告“死亡”。

21. 我的“花生漫画”

目的：组员互相加深认识彼此的自我形象（冲突期适用）

时间：5—10 分钟

材料：纸、笔及大粒有壳花生

内容：

1. 每位组员有两粒花生、一张纸和一支笔。请清楚观察每粒花生的特征，包括大小、形状、凹凸、光滑度、老嫩等，看看与自己有没有相象之处，如果不像，请用纸笔划出象你自己的一粒花生——称为“花生漫画”。夫妇组可以用两粒表示自己 and 配偶的不同。组长告诉大家：如果觉得有困难的，可以提出，需要多少时间？
2. 两分钟后，组长邀请组员解释花生或花生漫画的内容。若组员不方便分享，请尊重他/她的意愿，让他/她选择性地说出部分内容。

22. 盲侠听声锤！

目的：组员互相合作及体谅（冲突期适用）

时间：5—10 分钟

材料：多张椅子，眼罩，吹气锤

内容：

1. 组长预先将椅子横向排成一行。
2. 将组员分成 3 组。第一组人分别站在椅子前（A 位），第二组坐在椅上戴着眼罩、拿着锤（B 位），第三组站在坐着的组员背后（C 位）
3. A=撒旦，B=人，C=圣灵。A 偷偷取去 B 的一只鞋，B 要用大锤打击撒旦，但因为看不见，必须靠听圣灵 C 的指导，才能击中目标。

4. 组长亦可叫组员重新配搭，务求令所有组员都能表达大家的感受。

23. 暗战

目的：组员互相合作和分享

时间：5—10 分钟

材料：眼罩，气球

内容：

1. 组长预先将椅子直排一行。
2. 组员分成两组，两组分别站在椅子的各一边，形成楚河汉界。
3. 每一组有一半组员戴上眼罩、带一个气球，另一半组员站在戴上眼罩的组员背后作军师。
4. 司令员一叫“开战”，双方军队立刻可以用气球击向敌军，中弹的一对即死，要离开战场。如果所有气球都发出了，司令员会叫“停火”，开眼的人要最短时间内“上一粒子弹”。司令员随时再一叫“开战”，才可发射。
5. 但因为看不见，必须靠听军师的知道及部署，才能击中目标。
6. 组长亦可叫组员重新配搭，务求令所有组员都能表达对大家的感受。

24. 明修栈道

目的：组员互相合作

时间：5—10 分钟

材料：两个气球（次游戏需要较大空间）

内容：

1. 将组员分成两组，每组要选一位组长及有一个气球。
2. 每组围成大圈站着，各人双手屈曲放在胸前，做成栈道。组长站在圈内。
3. 组长将已吹好的气球放在一位组员的手上。司令一叫“开始”，组长要将气球沿栈道吹一圈，先达到终点的一组就算胜利。
4. 第二回合，只可以用一只手做栈道，但不可以帮手拍球，所以各人要紧靠，组长可以选一位组员代替自己，然后与其他人一同围圈做栈道。
5. 第三回合，负的一方可以提出另一种栈道的方式，例如双手做一个大圈，要令气球全部通过。

25. “笔”生难忘

目的：组员互相沟通及合作

时间：5—10 分钟

材料：每人一张纸、一枝笔

内容：

1. 每人有一张纸、一支笔，自由组合 3 人一组。每组派一卷胶纸。
2. 组长给他们一分钟时间沟通及计划，合作做成一个最完美的笔座，使 3 枝笔直立，一声“开始”之后，3 分钟内不准说话，彼此的连系全靠默契。
3. 最后，由组长作评分。组长可以赞赏、分享观察他们沟通的情况。

26. “写我心情”造句比赛

目的：训练小组合作性，增强小组的归属感

人数：6 人以上

时间：15—20 分钟

内容：

1. 主持人将参加者分成 3 或 4 小组，每组有一张纸、一枝笔。
2. 每组选一组长负责领导小组作成一句表达情感的句子。句子全部用字都要有

“我”字。

3. 各组先准备 5 分钟才开始朗读比赛。
4. 各组轮流齐声朗读。读得不齐不扣分，句子通顺有感情加分，句子最长加分。
5. 全部以组长评分为准。

27. 回旋沟通

目的：

1. 帮助组员在小组中学习其他成员打开话匣子
2. 促进小组成员的人际关系、沟通
3. 透过活动练习倾听的能力

人数：8 位以上

时间：20 分钟

材料：组长预先准备数条问题

内容：

1. 这是一种面对面，一对一的强迫谈话的活动。藉着特殊的座位安排，以及有趣的话题，使每人都有机会表达一。
2. 指导语如下：“本活动的特色是新奇、有趣而富有变化，现在我们要进行的是一种很有趣的活动。首先请各位报数 1. 2. 1. 2……现在我们要围两个圆圈，1 号的是外圈，2 号的是内圈；内圈的脸朝外，而外圈的朝内，要正面对着内圈的一位。现在这里有几个问题，请你将你的答案告诉你对面的人，内圈先讲，然后外圈讲。转换第二个问题时，请内圈的人向顺时针方向转一个人，然后如前面的方式。

28. 独特的柠檬

目的：透过活动使组员明白个别的不同，且需要敏锐的观察力，及对个别特征的观察力

人数：8 至 12 人

时间：15—20 分钟

材料：每一位组员有一个柠檬，可用其他生果代替

内容：

1. 请组员坐成一圆圈（如人数太多可分成多组）。每人分派一个柠檬。
2. 解释没有两个柠檬是完全相同的，每人需要相当认识他那个特别的柠檬。
3. 请组员用 3 分钟时间观察他的柠檬，然后再用 3 分钟时间闭上眼睛，用触觉感受一个柠檬的特征。
4. 之后两位组员一组，请组员向对方介绍自己的柠檬，根据所熟悉的特征说明。
5. 将每个柠檬贴上姓名。
6. 集合所有柠檬在中央，让组员蒙上眼睛找回自己的柠檬。（或者可以用传柠檬的方法）
7. 组员找到一个认为是自己的柠檬。
8. 讨论：
什么人可以找到自己正确的柠檬。
找到自己柠檬的人可以分享找到的原因。
在寻找过程中有否发觉与其他柠檬不同之处。

结论：可因应参加者特征、需要，从而帮助他们解决成长阶段所遇到的困扰。

29. 残忍游戏

目的:

1. 体验牺牲的重要, 及各人对组员的价值考验
2. 增进小组气氛
3. 这是一个身体接触的活动, 藉着小组成员的思考合作, 达到解决困难的目的, 并体会个人在小组的价值

人数: 8 至 12 人

时间: 10 至 15 分钟

材料: 报纸或粉笔

内容:

1. 组长在地上画约一平方公尺的正方形 (可按人数的多少来决定大小), 或放一张打开了的旧报纸。
2. 组长说明规则: 所有成员都进入正方形内挤在一起。若脚踏正方形外则是输。
3. 由组长发号令, 正方形内的人就要合作挤走一个组员到正方形外。
4. 组长再发号令, 大家又要挤走另一人。
5. 如此下去, 直至正方形内剩下一人为止。

30. 女皇的圈子

目的:

1. 增进组员们的合作及信任
2. 减少陌生感及紧张的气氛
3. 引导组员参与团体活动
4. 训练集体的合作性

人数: 20 人以上, 越多越好

时间: 15—20 分钟

注意事先通知姊妹穿长裤!

内容: 据说, 在很久很久以前, 奥地利有一位很聪明的女皇。有一次她带着一支军队行军, 当士兵刚坐下休息时, 突然下起大雨来, 地上全湿了。聪明的女皇想出一个既能让士兵休息, 又不会弄湿衣服的办法……

程序:

1. 参加者面向同一方向, 一个接一个成一圆圈。
2. 主持人发号令后, 参加者相继收腹弯膝, 轻轻地一个接一个地依次坐在后面朋友的膝盖上, 或以同一时间一齐坐下。
3. 直至参加者都已坐下, 而觉得很舒服, 一点也不费力气时, 主持人便带领大家一齐做动作。如挥手、拍掌、唱歌、慢移转圈等。
4. 主持人可在适当时结束游戏。

注意事项:

1. 当大家都很舒服地围圈坐下休息时, 主持人可以告诉大家, 这便是当时奥地利女皇为士兵想出的坐下休息办法。
2. 主持人应告诉参加者, 只有大家同心协力, 圈子才不会被破坏, 大家才会觉得舒服。