



抗疫「家」油站－遊戲篇



在漫長的停課期間，年青人在家是否已經悶到生菇呢？

家福會社工為同學們準備了一些在家都能玩到的輕鬆小遊戲。同學們可以與家人一齊參加我們的遊戲打卡，消磨時間之餘，還可以增進溝通和感情！

玩遊戲過程記得拍下花絮照片換取禮物哦，詳情請留意【小獎勵】的部份。

#在家抗疫
#遊戲打卡挑戰
#停課不停fun
#廚藝打卡挑戰
#kahoot之百萬富翁體驗版

抗疫「家」油站 一遊戲篇



以家為本 Family Matters

遊戲一：快問快答
Kahooooooot!

遊戲二：一齊估估下

遊戲三：廚藝打卡挑戰

遊戲四：屋企都可以嘉年華之 DIY扔圈圈

遊戲五：Bingo

遊戲六：齊齊聞齊齊估

遊戲七：紙鶴層層疊

小獎勵

1. 請同學在遊戲時拍攝遊戲過程的照片。
2. 同學可以將照片經電郵傳送給家福會學校社工或復課後直接向家福會學校社工展示照片。
3. 同學完成七個遊戲中的三個後，可以在復課後向家福會學校社工領取小禮物一份。



Bonus!!!

同學可以選出你最喜歡的遊戲，分享與家人一起玩的過程及趣事，以電郵或手寫的形式交給家福會學校社工以換取另一份小禮物。



遊戲一：快問快答 Kahooooooot!

- 遊戲目的：挑戰自己增強知識
- 人數：一人

1. 掃描QR code/ 登入網站/
下載 Kahoot app並打
Game Pin。
2. 填上自己的姓名並括號自己
的學校，例如 陳大文 (KCM)。
3. 於限時內回答問題~GO!!!



千奇百趣問答題
題數:10題
Game pin:01217035

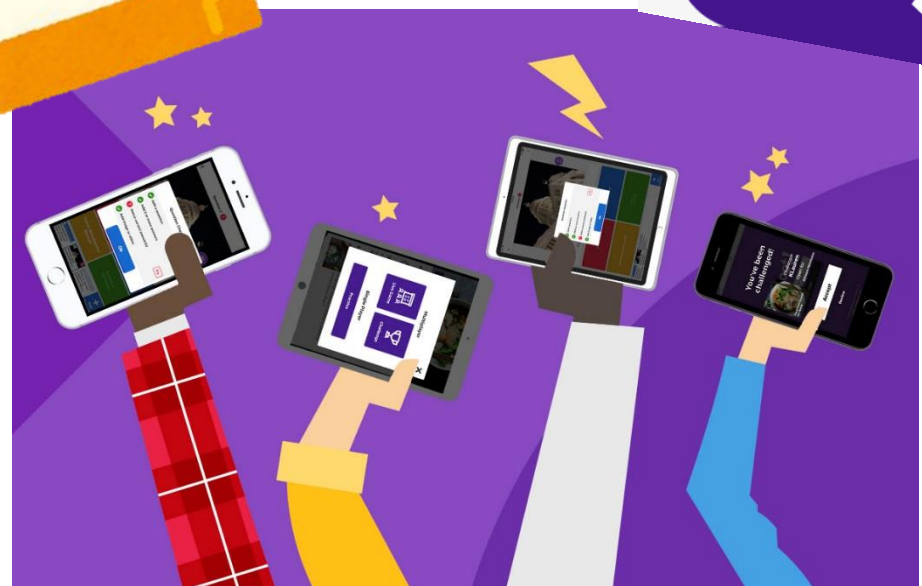


抗疫挑戰題(初階版)
題數:8題
Game pin:083130817



抗疫挑戰題(進階版)
題數:8題
Game pin:03252632

Kahoot係一個限時問答遊戲
比賽，我地預備咗三款題目
俾大家，分別係千奇百趣常
識問答題、抗疫初階題同抗
疫進階題！



遊戲二： 一齊估估下

- 遊戲目的：與家人了解不同年代的用語及同心抗疫
- 人數：兩人或以上的家庭成員
- 同學和家長在看到題目後，需設法利用手勢、動作等肢體語言讓對方猜到題目的內容。但注意不能說出題目中的字！
- 若有人猜對，表演者即可得分。過程中，大家可以問問題，表演者可以用點頭，搖頭等肢體語言回答問題。



遊戲二： 一齊估估下

題目例子~



1. Frozen
2. Monica
3. 筆袋
4. 互讚互粉
5. 藥箱都變成手飾箱
6. SKRRRRR
7. 真情
8. 鐵達尼號
9. 重陽節
10. 口罩
11. 拉筋
12. 精靈球
13. 東方之珠
14. 北斗星
15. 金牛座
16. 汪啊tag
17. 懷疑人生
18. 撥個輪
19. 壞咗嘅人
20. 過大海
21. 送禮勤
22. 懶人包
23. 四大天王全名
24. 放飛機
25. 野狼disco
26. 照騙
27. 關公災難
28. KOL
29. 邊爐家族
30. 帽事嘅
31. Avenger
32. Netflix
33. 玄彬

遊戲三： 廚藝打卡挑戰

- 遊戲目的：增值自己及與家人朋友分享
- 人數：一人或以上
- 由於現今疫情尚未明朗，相信學生和家長外出用膳的次數大減。既然大家都要留在家中，何不花時間學習烹調一些自己或家人喜愛的美食/甜品。一起挑戰成為 Food Blogger 吧！
- 挑戰一：自己學習煮一樣喜愛的美食或甜品，將成品拍下。
- 挑戰二：與家人一齊合作煮一樣食物，把成品或者烹飪花絮拍下。



(p.s. 社工Home Office 都不忘參加廚藝打卡挑戰)

遊戲四： 屋企都可以嘉年華 之 DIY扔圈圈

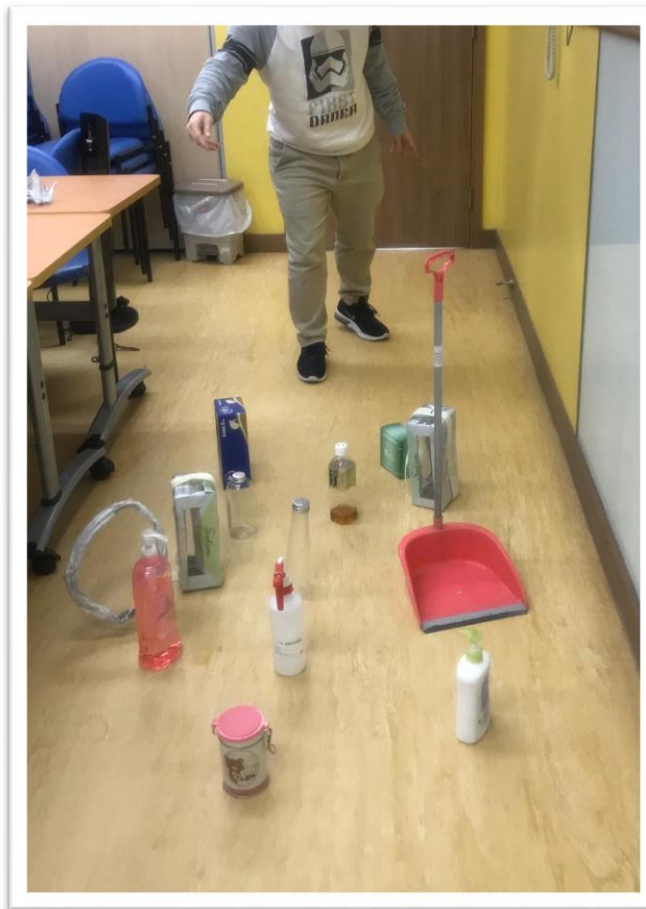
- 遊戲目的：增進家人間的互動及同心抗疫
- 人數：兩人或以上的家庭成員
- 玩法：把圈圈扔向不同物件。
- 物資：圈圈（每人3個）、不同高度的物件（如水樽、鞋盒等）

1. 可以用廢紙卷成條狀，再粘合成一個紙圈，可塗上不同顏色以分辨不同參加者（建議直徑約為20-30cm）。

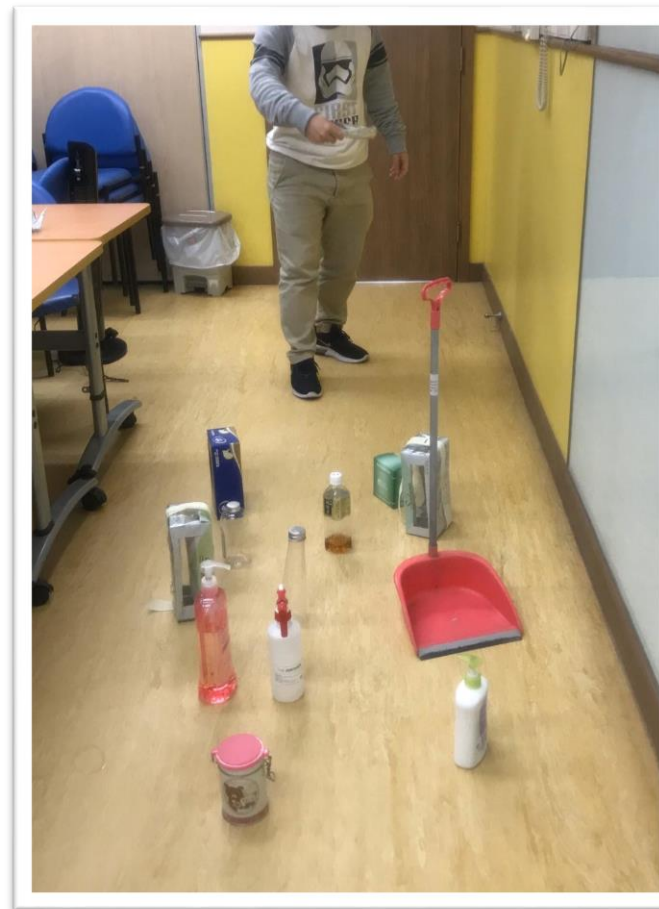


遊戲四： 屋企都可以嘉年華 之 DIY 扔圈圈

2. 把不同高度的物件擺放在一起。
3. 參加者最少距離目標一米。
4. 每人輪流向物件扔圈圈，每次扔一個。
5. 圈圈成功套中物件就得分。
6. 可自訂不同計分準則，例如：
 - a. 得分按物件高度而定，物件越高，得分越高
 - b. 扔中的圈圈需符合指定排列，e.g. 要連成直線



我扔~



一米距離準備好~

遊戲五：Bingo

- 遊戲目的：增進家人的互相了解及同心抗疫
- 人數：兩人或以上的家庭成員
- 玩法：

1. 每人有一張遊戲卡(可使用我們提供的例子，或兩個人分別在各自的空白遊戲卡上隨機填入1至50的數字) 及剪出數字卡

2. 每人輪流抽號碼(1 至50)，並將自己或對方指定到的數字在遊戲卡上標示

3. 若在同一直列或橫行上有五個標示的數字，或是在對角線上有五個標示的數字，即為集滿一條線，就可以喊「BINGO」，此人獲勝。

4. 各家庭成員依據標示的數字進行以下的活動或分享



BINGO遊戲卡				
B	I	N	G	O

遊戲五：Bingo



分享題



1. 各人分享你最喜歡的生果
2. 各人分享最深刻的生日
3. 父母分享孩子出生那天的特別事情
4. 孩子分享一件在學校的尷尬事件
5. 每人都分享今日一件感恩的事情，
例如：天氣好
6. 每人分享一個不用手可推開門的方法
7. 各人分享自己最喜歡的活動
8. 各人分享自己最喜歡吃的餸菜
9. 父母講結婚那天的一件特別事
10. 父母講孩子讀幼稚園時的一件趣事
11. 各人分享想去旅行的地方
12. 孩子分享自己最喜歡的網上遊戲
13. 每人分享一個眼痕但不用手搓的方法

遊戲五：Bingo

情緒題



分享一件事有以下情緒的事

- | | | | |
|-----|------|-----|------|
| 14. | 憤怒 | 22. | 妒忌 |
| 15. | 開心 | 23. | 焦急 |
| 16. | 無奈 | 24. | 羨慕 |
| 17. | 擔心 | 25. | 心煩意亂 |
| 18. | 興奮 | 26. | 充滿力量 |
| 19. | 滿懷信心 | 27. | 輕鬆 |
| 20. | 害怕 | | |
| 21. | 害羞 | | |



遊戲五：Bingo

行動題



28. 一起去洗手
29. 一起數下家裡有多少卷廁紙
30. 選擇一個家庭成員，然後讚賞他
31. 多謝其中一個家庭成員最近為你做的事
32. 為最近生日的家人唱一首生日歌
33. 請其中一個家人示範戴口罩的重點
34. 一起數下家中的口罩存量
35. 倒水到廚房/廁所的地台去水位
36. 一起清理每人的私人物品，棄掉一樣不用的東西
37. 一起數一數家中的搓手液的數量

遊戲五：Bingo

動作題



- 38. 原地轉圈一圈
- 39. 用右手繞過頭後面，直至碰到自己的左邊耳朵
- 40. 右手作槍的手勢，左手作四字的手勢，然後以快速轉換手的動作
- 41. 做一個手部的伸展動作
- 42. 做一個拉小腿的伸展動作
- 43. 用肩膊向前轉圈十次
- 44. 坐「無影橈」十秒
- 45. Sit-up十次
- 46. 蹲下手指碰地，再跳起將雙手舉起，做三次
- 47. 不眨眼十秒
- 48. 做一個「鬼臉」
- 49. 幫對方按摩肩膊
- 50. 引對方笑



遊戲五：Bingo

小編為同學們準備了遊戲所需的材料和BINGO 紙，有需要的同學請自行列印使用。



1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50

遊戲五：Bingo



Bingo 紙

B	I	N	G	O
8	26	11	25	41
6	19	34	47	13
46	20	3	14	9
30	18	7	39	48
23	43	17	32	2

Bingo 紙

B	I	N	G	O
12	45	32	2	27
8	47	15	42	31
38	1	49	34	4
17	35	24	37	10
23	16	20	11	19

Bingo 紙

B	I	N	G	O
40	35	20	44	23
50	7	49	5	18
9	26	13	38	11
19	33	2	31	42
28	46	16	4	21

Bingo 紙

B	I	N	G	O
24	32	17	4	34
30	26	28	22	14
12	3	45	50	48
29	12	8	43	39
36	41	15	6	5

遊戲五：Bingo



Bingo 紙				
B	I	N	G	O

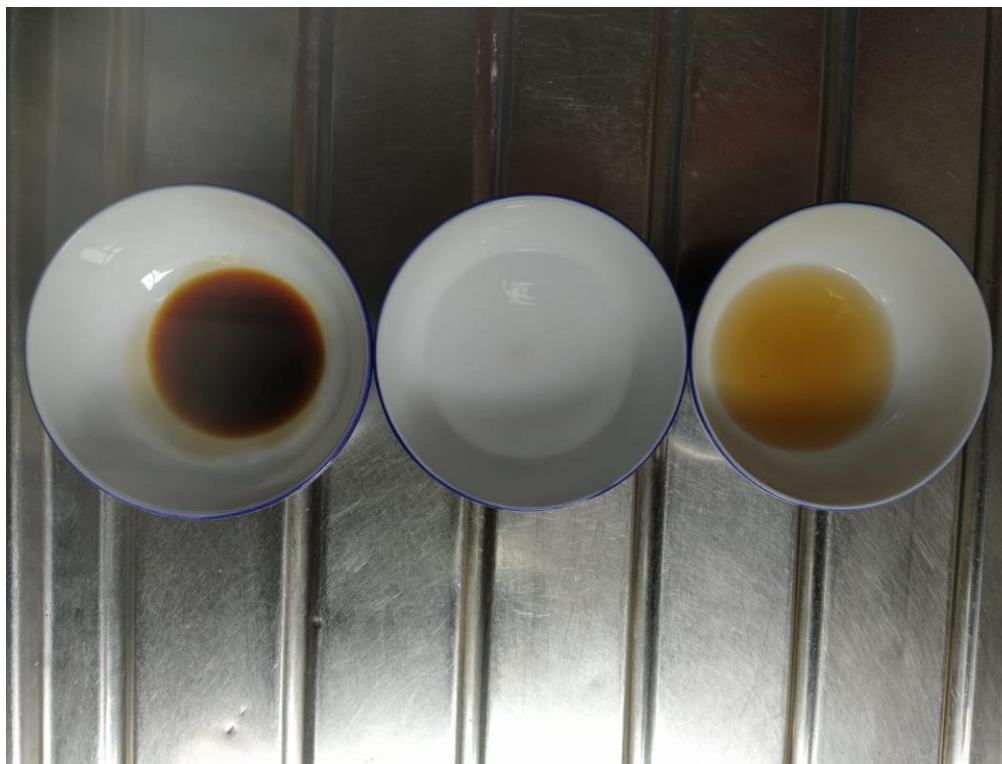
Bingo 紙				
B	I	N	G	O

Bingo 紙				
B	I	N	G	O

Bingo 紙				
B	I	N	G	O

遊戲六： 齊齊聞齊齊估

- 遊戲目的：增進家人間的互動及同心抗疫
- 人數：兩人或以上的家庭成員
- 玩法：選用家中數種調味品盛於器皿，讓家人以毛巾遮蔽眼睛並試聞，並估出調味品名稱。
- 註：
 1. 調味品可以用其他家居物品代替，如清潔用品、香水、精油.....
 2. 試聞物品數量及難易程度可隨意調整



你估下我係咩味？

遊戲七： 紙鶴層層疊

- 遊戲目的：訓練玩家的手指動作及細心程度
- 人數：兩人或以上的家庭成員
- 玩法：
 1. 用雜誌紙/報紙/廢紙，裁成10-20張不少於15cmX15cm的正方紙，然後摺成紙鶴。大小可以不同。
 2. 將紙鶴不規則地擺放一堆，置至2-3層高。



遊戲七： 紙鶴層層疊

3. 每位玩家需準備筷子，輪流地夾走堆上的紙鶴。

4. 要留意夾走紙鶴時不能令其他紙鶴有郁動，否則該玩家在本回合內失去機會。

5. 無論夾走成功與否，之後輪到下一玩家進行遊戲，直至堆上的紙鶴全被取走為止。

6. 擁有成功夾走最多紙鶴者勝。

7. 進階玩法，可以在紙鶴上寫上不同顏色或數字代表不同分數，最後由分數最高者勝出。

