

5G 小组-游戏库

1.喜怒哀乐.....	2
2.同舟共济.....	2
3.言行不一.....	3
4.谁是卧底.....	3
5.猜名字.....	3
6.盲眼贴五官.....	4
7.真真假假.....	4
8.人生如戏.....	4
9.串词造句.....	5
10.谁是领袖（经典，百搭游戏）.....	5
11.不可或缺.....	5
12.大侠请喝茶.....	6
13.异口同声.....	6
14.疯狂动物城.....	6
15.泡泡糖粘什么？.....	7
16.合力吹气球（变式：彼此配搭）.....	7
17.珠行万里.....	7
18.载歌载舞.....	8
19.大风吹，小风吹.....	8
20.物尽其用.....	8
21.盲人摸号（寻找小羊）.....	9
22.盲人方阵.....	9
24.摸石过桥.....	11
25.耳朵跟心一起走.....	12
26.寻找肢体 1.....	13
27. 共筑高塔.....	13
28.乘船航海.....	14
29.拼字母.....	14
30.猜数字.....	14
31.沟通之道（彼此合作）.....	15
32.为主发光（传福音）.....	15
33.彩色人生（彼此分享类）.....	15
34.翅膀荫下（活跃气氛）.....	16
35.关于饶恕（特定主题分享）.....	16
36.我的曾经(彼此认识类).....	16
37.开火车.....	17
38.小鸡母鸡公鸡（互动，活跃）.....	17
39. 猜猜我是谁（彼此了解类）.....	17
40.天使点名(彼此认识类).....	18
41.鼓动人心（颠沙包）.....	18
42.踩气球.....	18
囊中失物.....	19
雨来雨去.....	19
核弹头.....	20

凝聚（游戏）的目的：

- 1.帮助新来者感到舒适自在、受欢迎和被重视。
- 2.帮助组员有归属感和联系感。

1.喜怒哀乐

目的：康乐游戏，增加欢乐气氛，也可带出非语言沟通的限制

时间：20~30 分钟

材料：字条

内容：

1. 报数“1,2”分成两组，“传表情”的组员一行直排向前望，可坐可站，但不可回头望。
2. 主持人把表情字条如“怒火中烧”等让最后的组员抽出一张。准备好后，并以任何方法传达字条的内容，不可发出声音。
3. “表情”一直传到最前面一位，主持人让他说出所传达的成语。
4. 进行一、二次后，在旁观者中选出另一组人，继续游戏。

属灵含义：

我们的人生也是这样充满喜怒哀乐，任何人都想一辈子快快乐乐的不要有悲伤难过，可是我们难免会遇到困难，让我们难过。圣经也说了“你们在世上有苦难”，这是事实。但是我们的主给我们一个更美好的应许那就是“主已经胜了世界”。他要用喜乐代替悲哀。所以，信了主之后，即使遇到困难，我们也可以从上帝那里支取安慰和力量。信主的人生不再是喜怒哀乐的人生，而是喜乐的人生。所以，对你身边的人说：信耶稣，有喜乐！

2.同舟共济

目的：锻炼耐力

时间：10~15 分钟

材料：每队一张报纸、预备数张报纸做后备之用、领队用的哨子。

内容：

1. 组员以平均人数分队，每队约三至四人。每队分派一张报纸，将报纸铺在地上。
2. 领队信号开始，所有队员一齐站到报纸上，不可弄破报纸，就另要一张补充，继续游戏。
3. 全体队员能够长时间两脚都站在报纸上是胜利者。

3.言行不一

围站一圈，说的话和做的动作不一样，例：A 做刷牙的动作，右边的人问你在干嘛？A 回答我在洗脸，则此人做洗脸的动作，右边的人再次发问。

注意：重复的人，言行一致的，卡壳的人为输，做不出动作的，输三次者游戏结束，输的人接受惩罚。

感想：

言行不一，会带来很多麻烦，给别人也带来很多不适。我们要做言行一致的人，主耶稣也教导我们，“是就说是，不是就说不是，若是多说一句，就是出于那恶者。”

4.谁是卧底

材料：纸条

游戏规则：

- 1.在场人员除 1 人之外均拿到相同的一个词语，剩下的 1 个拿到与之相关的另一个词语，还有一个是空白。
- 2.每人每轮只能说一句话描述自己拿到的词语（不能直接说出来那个词语），不能让卧底发现，但可给同胞以暗示。
- 3.每轮描述完毕，所有人投票选出怀疑是卧底的那个人，得票数最多的人出局，俩个人一样多的话，待定（就是保留）。若有卧底撑到剩下最后三人，则卧底获胜，反之，则大部队获胜。

感悟（属灵含义）：

主在马太福音中提醒我们会有好些假基督，假先知出来，甚至连选民也被迷惑了。因此我们也要警醒度日，免得入了迷惑。更重要的是我们要学会分辨，用真理来装备自己，以识破诡计。也求主赐给我们分辨的智慧，擦亮我们的眼睛，让我们可以辨认出异端或者敌基督的人。

游戏：谁是卧底（电子版）

规则：每个人用自己的手机关注“微派桌游助手”，输入房间号每个人将随机收到一个词语，用一句话描述这个词语，不可提及词语中的任何一个字，描述结束后，找出其中不是和自己相同词语的两个人，三轮比赛结束后找出卧底的平民获胜，反之卧底获胜！

感悟：

- （1）在追求上帝的道路中，我们会受到很多异端的诱惑，所以要坚守自己的心，不要随波逐流。
- （2）要有一颗分辨善恶的心，不要被表面的东西迷失了自己的眼睛！

5.猜名字

材料：卡纸、笔、双面胶

时间：30 分钟以内

规则：1、主持人给每个人发张纸，让其写下在场的任一人名字，随意贴在别人背后，不让他看见

2、大家站在一起，猜测自己背上的人名，可向别人提问是非题，只可包括外表特征，性格，兴趣爱好等特质，不可提问个人信息的问题。问 3 个问题后作出猜测。

3.待大家都猜到背后人名，游戏结束。

（注：如有新朋友，则先在游戏开始前进行自我介绍，彼此熟悉）

感悟：

1.从游戏中我们可以增进对彼此的了解，也会发现我们还有很多不了解彼此的地方。为了更好地彼此相爱，我建议大家更多地去了解教会中的弟兄姊妹，以更好的关心关怀对方。

6.盲眼贴五官

材料：两个空白人脸，对应的眼睛，眉毛，鼻子，嘴和耳朵（均带有双面胶，可粘贴），眼罩 2 个
规则：

- 1.将两个空白脸分别贴在墙上
- 2.分两组，每个组员分到一个器官，戴上眼罩将器官贴到本组对应的人脸上的相应位置
- 3.哪组用时短，贴的准为胜

可增加难度，如戴上眼罩后转几圈再出发等

箴言 20:12：“能听的耳，能看的眼，都是耶和华所造的”。可见我们身上的各个部位都是神的保守与许可。奥黛丽·赫本有句名言这样说：“如果想有优美的嘴唇，要说亲切的话；如果想有美丽的眼睛，要看到别人的好处。如果想拥有苗条的身材，要把食物分给穷人”。我们也应该这样珍惜并且善用这样的恩典，多看到别人的需要，多听别人的需求，给别人带来祝福。

7.真真假假

规则：组员分为 A,B 两队，队员分别说一件自己曾经做过的最疯狂的事，但是其中有一人说的事情是假的。一队猜测另一队中谁说的是假的，有两次猜测机会。猜出的为胜。

感想：

说一个谎话就要用很多其他谎话来圆，说谎的时候我们自己也很心虚，紧张，被捆绑。因此，我们要说诚实话，遏制说谎的舌。

8.人生如戏

规则：

所有组员分为两组，每组确定一个句子，此句子是一个含有连续 5 个动作的事件，然后表演出来，不能出声。5 个连续动作需要合情合理，贴近事实，表演者用动作告诉大家他在做什么。另一组观看，猜测并在纸上写出表演者所做的事，写的句子中必须包含 5 个动作，组员间互相不得讨论，最后逐个说出自己的所写内容，最接近的真实答案的组胜出。

感想：

1. 同一个人表演的动作在不同的人眼中却是不同的理解，说明有时我们的行为会给别人带来不一样的影响。
2. 不能言语交流只看行为难免有误解和迷惑，游戏让我们认识到语言沟通的重要性。爱不仅要用行为表达出来，还要大声说出来。
3. “人生如戏”，在生活的大舞台上，我们都在扮演自己的角色，有儿女，学生，员工或老板。我们要努“演”好自己的角色，而且带出基督的样式，让世人看见我们的好行为，为神赢得荣耀的。“因为我们成了一台戏，给世人和天使观看。”

9.串词造句

规则：多人分别说出一个 2~4 字的词语，然后由一人将这些词语串成一个句子。

评估&感想：

- 1.此游戏规则简单易操作，可以开拓思维，造句的时候让我们发挥想象力；
- 2.在团队中，每个人都有不同的意见和思维，这就需要有人去领导，将大家的意见统一起来，这样团队才能形成有力的整体；
- 3.我们都是互不相同的个体，有不同的性格格，思维或特点，但是主耶稣以祂不变的爱爱我们每个人，让我们可以同负一轭。我们要靠着主的爱来彼此包容，理解，彼此接纳，鼓励，在主的爱中合一。

10.谁是领袖（经典，百搭游戏）

规则：大家围站一圈，选中一个人为信号的源头，做动作，比如抹鼻子，扶眼镜，比爱心，比剪刀手等，其他人要做的和他一样。选一个人站在人群中猜信号在谁那里。带领者做的动作 10 秒就要换一次，其他人也要跟上，但不能被猜的人发现。猜的人有三次机会。猜对的话，由原信号发出者站在中间继续猜。

属灵意义：

- （1）我们要跟随领袖/异象的带领，与他步调一致，在主里合一共同完成大使命。
- （2）虽然大家做得动作都很像，但是信号源头只有一个。这正如真理的源头只有一个，福音只有一个，那就是耶稣基督，只有这一位真神。

11.不可或缺

材料：小纸条；A4 白纸；笔

规则：

总规则：将一个任务分割为很多部分，写在纸条上，让组员抽取。抽取后，组员间不可语言交流，明确任务后，按顺序在纸上画出内容，查验结果完成得怎么样。

任务(1)：画一个人。组员将会抽到一个人的五官（如眼睛）及身体的部位（如一双手等）名称，抽到后不可说话，也不可用手指自己的五官，想办法交流，确定画画的顺序，然后挨个画出自己的部位，看最终能否在规定时间内画出一个。

任务(2)：画一幅风景画。可用手势交流。

属灵含义：

我们每个人就是这幅画的组成部分，少了你，这幅画就不完整。如同一个身体，少了一个肢体，就不完整。哥林多前书 12 章“但如今肢体是多的，身子却是一个”“你们就是基督的身子，并且各自作肢体”。

12.大侠请喝茶

游戏规则：全组围成一个圆圈

第一轮： 给每人一个代号，一般用名字的最后两个字，比如张三就是姗姗，李四就是丝丝，然后选择一个人开始游戏，比如是张三开始，张三说：“各位大侠请抱拳”，然后所有人一起双手抱拳，并大喝一声“哈”，张三然后继续说：“姗姗请丝丝喝茶”，李四就要马上跟着说：“丝丝不会喝茶”，然后张三就发问：“那么谁会喝茶？”，李四则回答：“欢欢会喝茶”，然后代号是欢欢的人则回答：“欢欢不会喝茶”，李四则发问：“那么谁会喝茶？”……

第二轮（升级版）： 组员间交换名字，再来一次。如张三换成李四的名字，那么角色全然变成李四，李四也要忘记自己的名字，全然变成另一个人。如果请喝茶过程中，请李四喝茶时，但是真正的李四回答了，那么李四出局一次，如果张三没有回答，张三也出局。

直到有一个人犯错（可以有 3 次机会），则此人接受惩罚。惩罚可以是喝一杯纯柠檬水或浓茶。

感悟：

1. 听话时需要十分专注，才能听清楚然后反应过来，同样我们也要如此地专注于上帝的话语。
2. 交换名字之后，我们就要全然的忘记自己，接受一个新的身份，这对我们来说比较难，我们也体会到做别人很难，所以我们要做真实的自己。

13.异口同声

规则：分为两组，游戏开始其中一组会拿到四字或三字词语，组员们要同时说这个词语中自己对应的一个字，同一时间异口同声说出，让另一组来猜说的词是什么。每轮有三次机会。

感想：

1. 异口同声说出的话很难听清，很多声音影响我们聆听，因此我们要更加专注，安静地聆听别人。
2. 有圣经上的词，我们猜不出来，也没有注意到圣经上有那样的词，因此我们需要多读经。

14.疯狂动物城

规则：分为四组分别为羊，狼，猫，鼠。羊 3 只，狼 3 个，猫 3 个，鼠 3 个，公鸡 4。由抽签决定自己所代表的动物。游戏开始后要用动物叫声来问人，但是不能是自己代表的动物声音，除非被问的人抽到的是和你一样的动物，那么你必须发出一个那个动物的叫声来应和。游戏开始后第一轮，每一个人不得发出自己代表的动物叫声，彼此问候。第二轮当自己第二次被问时就可以说出真相--发出正确的声音。哪一组成员最先找到所有组员便胜利。（可以带着眼罩玩）

属灵含义：

问神在第几日创造地上的野兽，牲畜的？

创世纪 1:25 于是 神造出野兽，各从其类；牲畜，各从其类；地上一切昆虫，各从其类。 神看着是好的。

1:30 我将青草赐给他们作食物。 事就这样成了。

15.泡泡糖粘什么？

规则：保证人数为奇数。泡泡糖，粘什么？粘的是身体的部位。选一个为司令说“泡泡糖”，大家齐问“粘什么？”，司令说“粘某个身体部位”。那两个人要迅速将那个部位黏在一起。谁落单了就要发号施令。

注意：1.一局中粘过的人，下一局不能再粘，要换人粘。 2.紧挨的左右两边的人不可以粘，要隔一个。

（升级版，隔两个。）

属灵含义：

1.连着两局不能在一起，告诉我们要破碎，也打破对熟人的依赖，而去跟其他人重组，这样才能更多建立关系。周日或者平时我们也不要总是找自己熟悉的人聊天，要去了解、熟悉和关怀更多的人。

2. 在教会中我们不能三三两两地牵连，分门结党，我们要合一在教会中。但是我们可以三三两两地组成属灵的同伴，彼此联结配搭，更好地寻求神。

16.合力吹气球（变式：彼此配搭）

道具：气球 2 只，纸条，椅子

规则：

1.分为 1,2 两队，5 人一队（也可 6 人，则将双脚改为左脚，右脚，两人将抽到屁股的人抬过去）

2.主持人请 1 组组员抽签，分别有嘴，左手，右手，屁股，双脚。

3.抽到嘴巴的必须借着抽到手的两人帮助来把汽球给吹起（抽到嘴巴的人不能用手碰汽球）；然后抽到脚的人背起抽到屁股的人去把汽球给坐破，用时少的队获胜。

感悟：

1. 通过游戏培养我们的合作精神，也替换到每个身体部位的功用和必不可缺。

2. 林前 12 章 你们就是基督的身子，并且各自作肢体；不但如此，身上的肢体，人以为软弱的，更是不可少的。我们都是基督的肢体，必不可缺，在教会中，在基督里也可以发挥我们的恩赐和功用来服侍主，服侍弟兄姊妹。

彼此配搭

分类：欢乐气氛，目的，破冰游戏

目的：发挥恩赐、互相配搭

材料：眼罩

内容：

1.4 人一组，分别是“脑”、“眼”、“手”和“口”。

2. 规则：“脑”只能发号司令，“眼”只能做动作，“手”只能作动作，“口”只能说话或饮食。除了当眼睛的一位，其他的人都要蒙眼。

3. 带领者讲出一个动作，例如：吹气球、吃香蕉、涂口红等，各组员便要各按职份合作完成。

17.珠行万里

游戏：珠行万里

人数：不限

目的：热身破冰，活跃气氛，增加沟通交流，引导团队合作

道具：乒乓球 5 只，u 形槽，水杯

规则：分为 1，2 两组（8 人以内），每人拿一只 u 形槽使槽连接起来。游戏开始后，裁判将 5 个乒乓球依次从 U

形槽一端放下去，使球沿着槽滚动，不可往回滚，最终目标使球落入杯内。

两组结束后，所有人一起来一次。

游戏目的：打破隔膜，活跃气氛，并培养团队协作能力和同心合意做一件事的默契。

属灵意义：

- 1.管道：每一个 U 形槽是个管道，它组成的通道得以让球同行。正如我们每个人都是神的管道，我们可以被神使用，成为传递神的福音和恩典，祝福别人的人。
- 2.谦卑：每一个 U 形槽只能降低自己，才可以让球向前滚，如果有个高于上一个，球则无法前进。从中我们可以学习到我们需要谦卑的样式，在这个团队游戏中，如果有做得不合我们心意的弟兄姊妹，我们不该生气着急，而是谦卑自己，彼此包容鼓励，如同主耶稣那样谦卑，爱神爱人。
- 3.游戏中我们有共同的目标，就是使球落入杯子中，为了这个目标我们每个人都参与进来并付出努力，正如我们完成主的大使命一样，我们的目标是使福音落入并扎根在丧失者的生命中，为了这个目标，我们也彼此配搭并且一同努力！

18.载歌载舞

规则：将队员分为多组，每组随机选一首歌，每组为下一组设计一个动作，主持人指定将歌曲中的某几个字，如“你”“我”“他”，每组依次演唱自己的歌曲，每唱到指定字时不能出声，用动作代替，其他组可派一名成员出来检验，退后则合唱，麦克风伸向谁，谁就独唱，出错就换下一组，看哪一组演奏完毕或最长。

19.大风吹，小风吹

规则：

1. 把比人数少一张椅子数目的椅子围成一圈。
2. 除司令以外，其余的人分别坐在不同的椅子上。每张椅子限坐一人。
3. 司令站在中央，他可以随意说大小风吹。如果他说大风吹，他说的有某特征的人必须起来换位置。如果说小风吹，则是相反，没有此特征的人起来换位置。换位置时不能持续两人互换或坐回原位。没抢到位置的人则是新司令。
4. 做司令三次的人则算输。

属灵意义：要认真分辨，不要被似是而非的话语带偏方向，学习圣经的话语也要认真求解，否则容易被异端趁虚而入。

20.物尽其用

游戏规则：将所有组员分为 3 队。第一轮：先让每队从所在场所中任意寻找 10 件不同的物品，之后主持人让每队将所选物品垒积起来，看哪个队物品垒得最高。第二轮：主持人让每队重新选择任意 3 件物品，选好后，请每队用所选的 3 件物品称作诗一首。现代诗，古诗均可，最好押韵。

游戏感悟：

（1）我们在还没收到“指令”前都不知道要预备这些东西干什么，就好像十个童女不知道新郎什么时候要来，我们也不清楚天父下一步计划，但是当我们愿意拿出我们仅有的，并且在当中发挥最大的价值的时候，神就帮助我们可以达到这些物资中最高的高度。各人的恩赐虽然不同，但是只要我们在主里彼此合一，共同服事，我们的生命就会被神带到高度里。

（2）游戏中我们将物品靠着墙摆放起了，可以让所有物品稳稳地垒起来，就如同在人生中我们每个人都需要依靠，

需要依靠神，我们才平安稳妥，不致绊跌。

（3）虽然 10 样东西里有些无法堆起来更高，但是他们却同样重要，因为在神的眼里每个人都是特别的创造。祝福大家可以被神更多的开启来领受更多的祝福，进入神的丰盛里。

21.盲人摸号（寻找小羊）

游戏介绍

每组6人，最少两组以上

游戏道具

眼罩或其他可以蒙住眼睛的东西

游戏规则



每组队员编号站成一列，然后带上眼罩，在和其他几组打散的情况下，寻找自己的队友，且重新按照顺序排列整齐，游戏期间不能用嘴发出任何的声音，每组队员可以在游戏开始前内部进行商讨计划，比如用手势沟通等等。

这里推荐一个比较好的方法，游戏开始前选择一位队长，游戏开始后由队长根据最初始的暗号找到大家，然后在进行排列，比如队长以快速的三节拍鼓掌将自己的队友聚拢到一起，然后在根据一次拍手叫第一位、两次拍手叫第二位，这样的方法排序。这只是一个建议，因为现场可能会有好几组同时比赛，尽量选择一些别人的暗号，不然要是和别的队伍相同或相似就很麻烦了。

22.盲人方阵

道具：长绳若干

时间：半小时以上

规则：所有队员蒙上眼睛，每人拿一根绳子，在混乱的状态下，将所有绳子连接一起，拉成一个最大的正方形，并且所有的队员都要均分在四条边上。

二轮：等边三角形，六边形，圆形等增加难度

属灵意义：

1.游戏开始时，每个人都有不同的想法去寻找出路，大家都急于表达自己意见的时候，就显得很混乱与焦虑，也会担忧能不能很好的完成任务

2.团队中需要有领导者，带领大家一起，一旦领导者产生且有序运转的时候，效率就会提高，或听指挥或提出宝贵意见，成为同心同行的一群人，更加容易达到目标

二人若不同心，岂能同行呢？罗马书 12 章，要彼此同心，不要志气高大，倒要附就卑微的人，不要自以为聪明……等等

23.辨别真理

规则：所有人站成一排，接下来将听到若干个真理性问题，大家需要用动作判断真理的对错，左跨一步为是，右跨一步为不是，错误的人被淘汰，正确的人继续游戏，直到最后一人，问题可提前准备好若快速结束可以升级闭着眼睛听

问题可以更换！

第一轮：

1. 我们现在居住的城市是南京
2. 平安夜是 12 月 25 号
3. 猪八戒有 72 变
4. 红楼梦是曹雪芹写的
5. 一年是十二个月
6. 地球围着月亮转
7. 我们教会是恩溪
6. 爱博是男生
7. 12 月份是 31 天
8. 一只青蛙两条腿
9. 南京是中国首都
10. 桂林属于广西省
11. 主日聚会上午九点开始
12. 男生都是长头发
13. 我们小组开始时间是每周六下午四点钟
14. 拇指比中指短
15. 人的血液是红色的
16. 大熊猫是中国国宝
17. 中国有 57 个民族
18. 一年有四季
19. 我们教会在三楼
20. 八月十五是元宵节
21. UFO 指不明飞行物
22. 地球是圆的
23. 人都用筷子吃饭
24. 董琦是周五小组成员
25. 月亮是发光体

第二轮

1. 耶稣是基督是神的儿子

2. 三次不认主的是约翰
3. 亚伯兰罕 100 岁生以撒
4. 大卫向上帝求智慧
5. 指着耶稣说“祂必兴旺、我必衰微”的是施洗约翰
6. 耶稣拣选了 11 个门徒
7. 箴言叫懒惰人去察看蚂蚁的动作就可得智慧
8. 亚当给他妻子起名叫夏娃
9. 耶稣生于伯利恒
10. 雅各因为一碗红豆汤出卖长子的名分
11. 撒母耳膏大卫坐王
12. 亚伯兰罕是亚伯兰的原名
13. 上帝称大卫是合我心意的人
14. 我们当纳的奉献是十分之一
15. 以撒的妻子是利百加
16. 耶稣被钉十字架，第二天复活
17. 耶和拉法意思是耶和是医治的神。“耶和以勒”意思是耶和必预备。“耶和尼西”和“耶和沙龙”分别是什么意思，(耶和是我旌旗、耶和赐平安)
18. 敬畏耶和是智慧的开端
19. 犹大因为 30 块钱出卖耶稣
20. 耶稣受洗的地方是约旦河

属灵意义：

有真有假时，需要我们认真去听认真去分辨，并作出正确的行动，有时候很容易受到大家的影响作出错误的判断，神说是就是，不是就说不是，在这末后的世代，我们也要警醒，随从内心的律，真理去生活

【可 13:22】因为假基督、假先知将要起来，显神迹奇事，倘若能行，就把选民迷惑了。

【约 14:6】耶稣说：“我就是道路、真理、生命；若不藉着我，没有人能到父那里去。

【林后 13:8】我们凡事不能敌挡真理，只能扶助真理。

【约 8:31-32】耶稣对信他的犹太人说：“你们若常常遵守我的道，就真是我的门徒。你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。”

24. 摸石过桥

规则：每人发三块砖头，然后所有参见比赛的人站在起点线上，大家需要站在砖头上穿过 20 米的距离，手脚不能碰到地面，然后到达终点线，最先到达的人获胜。

第一轮是一个一个地过

第二轮是两人一组一起过

技巧：1、向前放置砖头的距离不能大于手臂长度，最好和手臂长度相等，这样容易放和拿；

- 2、三块砖头最好在一条直线上，或者接近一条直线；
- 3、每次向前跨不同的脚，不要在砖头上换脚，身体的朝向必须是一左一右，这样速度最快。

游戏意义：

- 1.人生的充满未知，就像在摸着石头过河，但是靠着主，我们可以有依靠有平安。
- 2.两个人一起的时候，我们要彼此搀拉等候同伴，彼此相爱，互帮互助共走属天的道路。

25.耳朵跟心一起走



规则：

- 1.所有人站成一排，选出一个队长，队长站第一个。两人间距为胳膊能够到对方的耳朵，所有人伸开双臂，用手抓住两边的耳朵。
- 2.口令开始后，从最左边第一个开始做下蹲后起立的动作，期间手不能松开旁边人的耳朵，让整个队伍看上去像一个人浪或者是舞龙的样子。

提示：相邻的人一定要注意把握节奏，在左边蹲下的同时自己就要跟随蹲下，不然旁边人的耳朵就会很疼哦。

提问：大家觉得这个游戏有哪些困难点？有什么感受？

感想：通过该游戏可以培养团队统一步调，相互配合和协作的能力，并感受团队合力，同心合一完成目标的重要性。也让每个人都可以成为控制节奏的人，而且学会不抱怨他人，专心做好自己的工作。在神的家中，在小组中也是如此，我们都是可以控制节奏，调节氛围，发挥功用的一员！

26.寻找肢体 1

人数：15 人以上，越多越好

道具：纸条

目标：找到相应的肢体，凑成组。游戏可能因为人数原因，凑不成组的只能落单。

规则：1.准备写有眼睛，鼻子，嘴，耳朵和脸颊的纸条。再准备写有头，躯体，双臂，双腿的纸条。

2.第一轮：所有人抽签，拿到自己代表的五官部位，游戏开始后以最快的速度去寻找其他五官，凑成一张“脸”，寻找时可以说话。即使小组组成了也可以被别的人邀请过去。

3.第二轮：所有人再次抽签，拿到自己代表的肢体部位，游戏开始后以最快的速度去寻找其他肢体，组成一个完整的身体，此轮不可说话，只能用肢体语言交流。尽量要避开上一轮的人重组。

游戏结束：采访落单的人的感受，采访成组的人的感受以及如何看待落单的人。

属灵含义：

1.林前 12：12 就如身子是一个，却有许多肢体；而且肢体虽多，仍是一个身子。基督也是这样。

在主里面，基督是身体，我们是肢体，共同建造基督的身体，每一个肢体都可以发挥价值和功用，少一个肢体身体就不完整。

2.林前 12:26 若一个肢体受苦，所有的肢体就一同受苦；若一个肢体得荣耀，所有的肢体就一同快乐。

当有肢体落单或软弱时，他自身是比较伤心难过的，我们要去关心他，鼓励陪伴她，一同奔走属天的道路。

玩法 2：

《寻找肢体 2》

规则：1.准备写有头、眼睛、眉毛、鼻子、耳朵、嘴巴、胳膊、腿、手、脚的纸条。所有人抽签，拿到自己代表的肢体部位，游戏开始后以最快的速度去寻找其他肢体，组成一个完整的身体，不可说话，只能用肢体语言交流。

属灵含义：

1、徒 4:11-12 节说：“他所赐的有使徒，有先知，有传福音的，有牧师和教师”。为要成全圣徒，各尽其职，建立基督的身体，

在基督里我们彼此互为肢体，共同建造基督的身体，每一个肢体都可以发挥价值和功用，少一个肢体身体就不完整。我们是一个团队，是一个共同体，每个人无论你是脚还是手，都是神在我们身上的功用。

2.林前 12:26 若一个肢体受苦，所有的肢体就一同受苦；若一个肢体得荣耀，所有的肢体就一同快乐。

当有肢体落单或软弱时，他自身是比较伤心难过的，我们要去关心他，鼓励陪伴她，一同奔走属天的道路。

27. 共筑高塔

材料：扑克牌 1 副，量尺

人数：3-5 人一组，可多组，组数不限

时间：20 分钟

目的：热身破冰，促进沟通，发散思维，团体解决问题，结合圣经故事反思感受

规则：

1.将团队分成 3-5 人一组，每组发 10 张牌。如果牌很多，每组可再多发一些，但每组的张数要一样。

2.每组可讨论 5 分钟，讨论结束后想办法在 1 分钟之内将现有的牌搭成最高的牌塔。不可利用其它资源，也不可将牌折叠或撕裂。

3.评判计分：最上面牌的数字乘以塔的高度，就是小组得分。

4.第一轮结束可进行第二轮，多发 5 张牌，变乱口音，限制交流用语只能用各自方言或手语（可进行热身，用方言交流一分钟），不可说普通话。（模拟造巴别塔的时神变乱人的口音）



讨论：在过程中遇到哪些压力？为了搭成最高的塔，什么需要舍弃？在建塔过程中是不是全身心地想要搭建，忘记了，

属灵意义：

Q：在圣经中何处提到人们共同建造高塔？

创世纪 11:6 人们建造巴别塔时如此说：“来吧！我们要建造一座城和一座塔，塔顶通天，为要传扬我们的名，免得我们分散在全地上”。

起初人们是这样想通过建塔来彰显自己的成就，挑战上帝的位置。可是这样的高塔只是在世短暂的，它可能随时被外物摧毁，生命结束后也无法带走。

我们思想自己，在生活中是否有这样的高塔代替了神的位置。我们可以为建造自己的高塔而不懈努力，可能也会为自己树立一些标记，如贵重的衣饰、房子、名贵的汽车、待遇丰厚的工作等等，叫别人留意我们的成就。这些事本身也并没有错，但我们以这些东西来肯定自己的身份和价值时，它们就会取代了神在我们生命中的位置。因此，我们在许多方面都可以自由发展，我们有自己的追求，却不能以自己来代替神，要将根基建立在耶稣基督了，不要另建高塔。

28.乘船航海

材料：扑克牌一副

人数：12-28（合理分组亦可更多人）

时间：20-30 分钟

1.主持人先挑出需要的牌，每个花色的牌数量要一样多，如是 15 人，则可分为 3 组，需要黑桃，方块，红心各 5 张。

2.所有人分为 3 组 A,B,C。主持人让每个人抽一张牌，组员间可以互看或交换，但是不可让组外的人看到。

3.游戏目标是让每个组凑成同一花色，如拿黑桃的人一组，方块的人一组，红心各一组游戏算完成。组别之间不能沟通或者打暗号，也不能让其他组知道你们组正在凑什么花色。

4.当主持人说“乘船航行”时，每组要派出一名组员，带着他的牌离开，同时会有新的组员加入进来。新加入的组员不能提供任何情报给新的小组，因此不能说话。

5.当有任何小组凑成同花时，就要说“完成环球旅行”。

6.可以是一个小组完成就算赢了，也可以是所以组都完成才算游戏结束。

讨论：

1.小组是如何决定要凑哪个花色的？

2.每当喊“乘船航行”时，小组是如何决定派出哪个成员去其他小组呢？

3.过程中有谁曾被派去其他小组呢？当被派去其他组而须离开原本的小组时，你心中的感受如何？

29.拼字母

材料：写有 A、B、C、D 等 26 个字母的纸片

规则：选个队长抽一张纸片，队长指导队员站位，让队形是所抽字母的形状。

第一二轮摆出单个字母，第三轮摆出一个单词

意义：抽出的字母是整个队的蓝图，这就如同在教会，我们有共同的异象时就一起努力去实现。

30.猜数字

规则：根据人数，规定数字范围如 1-50，随机从一个人开始，报范围内的任意一个数字，之后大家

可以抢着站起来说数字，如果有人的数字重复了，就被淘汰，其他人继续，直到只剩 2-3 个人结束。数字范围根据人数变动，范围大就难一些，范围小就简单一些。升级版：每个人给自己起个外号，人所报数字重复时要第一时间喊出对方的外号，反应慢的为输。

属灵意义：神的心意我们也是不能一下子就明白的，所以我们要在生活中寻找他，琢磨他，就像猜数字一样，不断地明白。

31.沟通之道（彼此合作）

1. 将团队分成两大组，站在线外（可用椅子摆成一排），主持人让两队学员拿出一些物品，散布在两队之间的区域内。

2. 两组同时轮流派出一个人到中间区域的两端，准备蒙眼进入编带区寻找物品。两组的伙伴可以使用语言指引蒙眼者找到物品，（但不能进入到区域触碰蒙眼者）。

3. 升级版：找到不同物品，并且组合使用物品，完成任务。可让每组出任务给对方组完成。

如：找到纸杯和有水的水壶，倒一杯水喝掉。

找到笔和纸，写出一句经文或者画出一个画。

属灵含义：

1. 在黑暗中摸索的时候，需要话语来指引我们，不然我们很容易跌倒或者失去方向。在人生的道路上，我们也是在摸索着前进，因着有神话语的光照和引导，我们才有方向。

2. 对同伴的信任，对神要有信心并且顺服神的话语。

32.为主发光（传福音）

道具：手电筒、纸、笔

规则：1、每人发张纸，写下自己的名字或朋友亲人的名字，并贴到手臂上。

2、组员分成两组，每组定个拿手电筒和记录的人员。

3、室内灯光关掉，组员跟着手持手电筒的人，去寻找另外一组人手臂上的名字，并且记录下来。

4、每个人要尽量不让其他组的人看到自己手臂上的名字。

5、最后记录的人员，报下组员搜寻到的名字。

属灵意义：

1. 去发现还有哪些人仍未认识主，努力搜寻，为主发光 2. 黑暗中需要光明，神就是光，需要神来照亮我们的道路

33.彩色人生（彼此分享类）

规则：

1、每人发一张 A4 的纸，纸张中划分成四等分(格)。

2、第一个格子中请写出一种颜色，代表自己的颜色；第二格写出自己快乐时的颜色；第三格写出自己生气时的颜色；第四格写出自己难过时的颜色。

3、写好后，分小组互相分享。

属灵意义：

(1) 分享彼此的生命色彩，因着耶稣，我们生命的色彩将是积极、亮丽，充满希望的。

(2)颜色也是需要光来反射的，如果没有光就反射不了相应的颜色到我们的眼睛当中，所以如果没有上帝，我们的人生就一片黑暗，我们需要神

(3)我们每个人对不同的颜色反应也不一样，有的人喜欢紫色，而有的人不喜欢紫色，有的人心情好了喜欢黄色，有的人心情好了喜欢红色，所以我们每个人也都是独特的，神给我们每个人独特的思想和性格，而不是千篇一律，可见神的伟大与奇妙！

34.翅膀荫下（活跃气氛）

分类：团康游戏，目的，破冰游戏，身体接触

目的：合力竞赛

时间：10~15 分钟

内容：

1. 和小时候玩的老鹰捉小鸡类似。分成 2 队。每队约 5 人。第一位当老鹰，第二位当母鸡，其他的跟在母鸡后面当小鸡。母鸡和老鹰对立。
2. 母鸡张开两手，阻挡老鹰捕捉小鸡。每只小鸡把手搭在前面一位的肩膀上，第一只小鸡搭在母鸡肩上，躲避老鹰时，松手即算是被捉到。
3. 老鹰尽力捕捉小鸡，拍到身体就算捉到。母鸡张开翅膀阻挡老鹰，小鸡们要搭手跟在母鸡身后一旦有小鸡被捉到后，最后一只小鸡换作老鹰，老鹰换作母鸡，原来的母鸡退在新母鸡后面，当作第一只小鸡。之是要让每一位组员都有机会做母鸡及老鹰，这样大家才玩得起劲。
4. 等各队输过一次后，大家集合。由最后一次的母鸡念有关的经文。

注意：

每队最好都有一位带领者，喊“开始”口令。并且测定时间，如果一分钟后，老鹰未能捉到小鸡，就轮换下去，以免出现冷场。

属灵意义：主耶稣曾经哀叹，向耶路撒冷的百姓说：“耶路撒冷啊……我多次愿意聚集你的儿女，好象母鸡把小鸡聚集在翅膀底下，只是你们不愿意”（路十三 34）。我们投靠在神的爱中，神要保守我们，照顾我们，如同母鸡把小鸡保护在她的翅膀底下。如果我们远离神，自己会遭受灾害。

有关经文：路 13：34，得 2：12，诗 17：8，诗 61：4，诗 91：4。

35.关于饶恕（特定主题分享）

道具：约 30 公分的铁丝（或黏土）

规则：用铁丝折出表达自己心境的形状。

第一轮：用铁丝表达出“自己一直未能饶恕或原谅别人时的心情”，折好后，彼此分享。

第二轮：用铁丝表达出“自己期待得到别人饶恕或原谅的心理状态”，折好后，彼此分享。

【活动意义】不能饶恕别人时的心情很复杂往往让人难以释怀，看到人的爱的有限和在这方便的软弱，唯有靠着主的爱和力量我们才能学会真正的饶恕。

36.我的曾经(彼此认识类)

游戏规则：所有人围圈坐，选择一人站在中间，说：“我叫***，我曾经（做过的事）”。如果有人和他做过同样的事，就要起来迅速交换位置。注意不能坐在左右两边，原来站在中间的人也参与抢座位。最后，如果谁没有坐到座位上，他就站在中间说话。以此类推。再次一站在中间的人需增加一项自我介绍的信息，让人更多地了解你。

（升级：增加难度，没有做过的人起来交换位置）

游戏目的：活跃气氛，促进彼此认识了解

属灵意义：我曾经做过的事，原来也有和我一样做过的，我们都是拥有一样性情的人，圣经中说，我们是按照神的形象造的，是有灵的活人。

37.开火车

人数：8人以上，越多越好

规则：

两两剪刀石头布，三局两胜，输的人要成为赢者的俘虏，双手搭载他的肩膀，最后看谁最终胜利。

属灵意义：（1）如同经上芥菜种与面酵的比喻，这原是百种里最小的，等到长起来，却比各样的菜都大，感谢主借着我们的组，组倍增，我们不就能够断扩张福音的境界，带领更多的人认识主。

（2）在游戏中，有的队由起初的几个人，到后来的很长的一队人，扩增的速度非常快。我们 5G 组带出的果效也是这样，我们每个人都能够带出倍增的生命，扩展神的国度。

38.小鸡母鸡公鸡（互动，活跃）

人数：8人以上，越多越好

规则：更开始每个人都是鸡蛋，然后找人剪刀石头布，三局两胜，赢得人升级小鸡，再找小鸡对决，赢得升级为母鸡，若输了则降级，母鸡赢了升级为公鸡，输了降为小鸡，公鸡对决赢了，升级为鸡王。前 10 名鸡王请跑到台前，有奖励。

属灵意义：（1）人生有成功有失败，我们要不在失败中打转，为成功努力。

（2）服侍中，有低谷有兴盛，有属灵的争战。我们还是要一直地奋斗。

（3）每个人在服侍中也要能上能下，在所处位置做好本份。

（4）鸡蛋可以成长为鸡王，人人可以有机会从组员-属灵家长-组长-区长成为优秀的领袖

变式：“剪刀石头布”改为“剪刀石头比心”，最后鸡王有特权用爱心将鸡蛋浇灌成长为鸡王（比心互动）

39. 猜猜我是谁（彼此了解类）

道具：格式纸、塑料袋或纸盒

A. 发给每位组员一张纸和一支笔（笔要全部同样的颜色）

B. 游戏指示：在你的纸上，完成这些句子

我最喜欢的圣经人物是-----

我最喜欢的食物是-----

我最喜欢收到的礼物是----

我最喜欢的赞美诗是----

C. 把纸放进一个纸盒中，让你右边或者左边的人依次开始，每位组员抽出一张纸，大声读出来，猜猜看这是谁写的（前面一半人是 3 次机会，后面一半人猜的时候是一次机会，因为猜对的几率增大了）

D. 如果拿到自己的需要退回去，猜出来那个人，写的那个人要承认。如果机会用完了还未猜出来，就把该纸条放入纸盒，让下一个弟兄姊妹猜，直到纸盒里的都被猜完了。

E. 问的问题

要猜出一个人是谁，会不会很难？你有什么感觉？有没有新朋友（刚来教会的），问下新朋友的感受，从而引入属灵意义！

属灵意义：

- 1、如果我们对那个人很熟悉，就比较容易猜对。——我们对弟兄姊妹以及福音对象也要深入的了解，才能够传好福音。
- 2、我们和上帝的关系也是如此。当我们很认识祂，知道祂喜欢什么，不喜欢什么，我们就认得祂的声音，做祂喜悦的事情，成为神忠心的好仆人。

40.天使点名(彼此认识类)

目的：彼此认识类，欢乐气氛，考验反应，考验记忆

规则：

- 1、全体组员围成一圈，依次介绍自己的名字。（可以用真名，也可以用代号，由带领游戏的人决定）
- 2、选出一人站在圆圈中间当天使，由天使来点名，点圆圈中任意人的名字。如：点到“戴某某”时，被叫的人不可以答“有”，只有“戴某某”左边的人举手答有。（这个带领游戏的人决定，可左可右，也可左右一起）
- 3、动作做错的人，与天使互换位子（如有多人做错，与被叫的人离得最远距离的人，与天使互换位置。）

注意：游戏可以分成两轮，在游戏的过程中，可以随时换位置。

如有新朋友，在介绍完名字的时候，可以问下新朋友，还有没有不知道名字的人，以缓解新朋友的压力，或者当天使的人再次介绍下自己的名字。

第一轮：各人都是自己的名字。

第二轮：各人忘记自己的名字，各人的名字变成左人或右人的名字，举手答有的人也可以变动。

问题：

- 1、如有新朋友，可以问新来的朋友的感受，有没有通过这个游戏认识更多的人，比如有谁？
- 2、可以问问弟兄姊妹，当你不是自己的时候，是什么样的感受等？

属灵意义：

- 1、听人讲话时需要十分专注，才能听清楚然后反应过来，同样我们也要如此地专注于上帝的话语。
- 2、交换名字之后，我们就要全然的忘记自己，接受一个新的身份，这对我们来说比较难，做别人很难，所以我们要做真实的自己。在生活中，换位思考也很重要。

41.鼓动人心（颠沙包）

目的：团队合作，活跃气氛

道具：穿孔的盘子记上绳子，沙包，各 2 套

规则：分成两组，每组 6 人，颠沙包，分组进行。第一轮看要求沙包颠得越高越好，可设置碰到天花板，第二轮颠的数量越多越好。

属灵意义：

- （1）游戏中我们的关注点是盘子和沙包，大家都有着共同的焦点，生活还是信仰我们也许这样以耶稣基督为中心，定睛在主耶稣身上。
- （2）平衡
- （3）目标设置的不要太高，要合理。

42.踩气球

道具：气球若干，牛皮筋若干

规则：吹好足够的气球，用皮筋记上，然后套在脚脖子上，每只脚套一只气球。分为两组进行对抗赛。游戏开始后，两组对抗，不能用手，尽力将对方的气球踩破。规定时间内，气球保留最多的组获胜，感兴趣的可以挑人单独 PK。

属灵意义： 不要害怕退缩，勇敢向前

囊中失物

形式：11-16 个人为一组比较合适

材料与场地：有规律的一套玩具、眼罩

适用对象：所有人员

时间：30 分钟

活动目的：

让学员们体验解决问题的方法，学员们之间面对同样一个问题所表现出来的态度，如何达到共识，并进行配合共同解决问题。

操作程序

1、培训师用袋子装着有规律的一套玩具、眼罩，而后发出游戏规则：

我有一套物品，我抽出了一个，而后给了你们一人一个，现在你们通过沟通猜出我拿走的物品的颜色和形状。全过程每人只能问一个问题“这是什么颜色，”我就会回答你，你手里拿着的物品什么颜色，但如果同时很多人问我就不会回答。全过程自己只能摸自己的物品，而不得摸其他人的物品。

2、现在培训师让每位学员都戴上眼罩。

有关讨论

你的感觉如何，开始时你是不是认为这完全没有可能，后来又怎样呢？

你认为在解决这一问题的过程中，最大的障碍是什么？

你对执行过程中，大家的沟通表现的评价如何？

你认为还有什么改善的方法？

雨来雨去

互动游戏是一个以营造环境气氛为目的的团队活动，通过游戏达到潜层的感官知觉练习，让听觉充分的扩散开来。通过游戏可以让学员们懂得自己曾经忽略的既有能力，在处理人际关系时也许应该更多的倾听。

游戏规则

首先，所有人员以培训师为圆心围成五个同心圆并面向内站立，然后由培训师示范以下动作，告知伙伴将毛毛雨、大雨、暴雨的来去。

各种雨声和动作的对应关系如下：

手掌相互摩擦——下雨之前的风声；

单手指交互拍打——开始有雨滴；

多指一起拍打——毛毛雨；

拍打大腿——下大雨；

拍打胸口——下暴雨；游戏程序

1、培训师示范完后大家练习一次，然后将每个动作依序由最内圈向最外圈传递；

2、请所有人将眼睛闭上，保持安静，再由培训师在圆心开始将雨（1~5 的动作）向外传递，第一圈感知培训师，第二圈感知第一圈，依次发出自己感知到的雨声，等所有声音停止，再让所有人睁开眼睛进行一次，让学员感受张开眼练习与闭上双眼时的不同和声音与视觉的差异。

问题思考与讨论

1、游戏过程中你的专注力是向外还是向内？除了既有的动作声之外，还有听到其它的声音吗？（考验以下大家是否注意力集中）

2、过程中声音是此起彼落，还是整齐画一？你又是如何掌握到团队的节奏的？在这个活动中，是否有团队默契的因素呢？

核弹头

核弹头游戏是一个让学员在游戏中体验团队精神、计划的重要性以及提升自我解决问题的能力

游戏人数

每组 10 人，可多组进行比赛

游戏道具

25 米长绳一条，纯净水一个、剪刀一把

游戏规则



每组队员，需要围在一个直径 5 米的圆圈外，每人间距相等，在圆心处放置一个纯净水瓶（装满水，不要盖盖子），所有人需要每人抓住一个绳子将这瓶水抬的越高越好，高度就是每组的成绩，当有水洒出时，此时的高度即为成绩。

有的队伍会将绳子剪成 5 个 5 米长短，然后将瓶子在中间绕一圈，也可能会有队伍每人一根 2.5 米的绳子，每个绳子和瓶子绑住，不管使用什么方法，能够将瓶子很好的固定平衡最好。游戏开始前各组可以内部商量一个计划。

游戏后的谈论

1、你认为实施一项计划前，内部讨论是否会好于领导直接下达命令？

2、你认为自己的表现如何，是否对团队有共享呢？

时间炸弹：

- 1、两队队长猜拳比大小，决定先后顺序；
- 2、猜拳大的人就是出题人，出题人在手机计时器中选择 20 秒到 2 分钟的任意时段；
- 3、然后提问，并将手机交到对方队友手中，对方队友回答后，在进行提问，把手机交过来；
- 4、当手机定时闹铃在谁的手中响起，谁就被淘汰；
- 5、然后由胜出的队伍继续出题，直到有一队的人全被淘汰。

本次时间炸弹游戏中的问题有：

- 1.某某主演的三部电影名字？
- 2."杜"有几划？
- 3.你每天早上第一件事干嘛？
- 4.春夏秋冬你怎么形容？
- 5.请说出十个水果的名字？
- 6.请说出十二生肖属相？

游戏规则



团队拓展训练

户外拓展训练

上海拓展公司

趣味游戏

- 1、在前方桌子上放三个水杯，在距离桌子3米远的地方画一条安全线；
 - 2、参加游戏者站在安全线外，使用卷尺将乒乓球输送到前方桌子上的水杯中，具体的方式可以将卷尺拉出，将一头搭在水杯边上，然后将乒乓球放在卷尺上滚过去；
 - 3、3分钟时间，成功将乒乓球送到水杯中数里最多的人获胜；
 - 4、游戏可以采用轮流的方式，也可以几人同时进行，但是必须每人前面放一张桌子和三个水杯。
- 该游戏操作的时候主要考验人的稳定性，卷尺的凹槽很浅，距离长特别容易滚出去，另外，游戏的时候乒乓球尽量准备多点，第一个水杯满了后，可以给其他水杯放，游戏也可以以组的形式来比赛，每组三个卷尺同事进行，这样参与性更强，游戏更好玩。

3、超级大头贴

简述：用不同的是非问题猜出头顶上的答案

人数：最少十人

场地：室内

适用范围：适合熟悉团体中人物的朋友们

游戏方法：

1. 分组，每组人数不限
2. 每组派出一人面对面坐在中央(中间可放一张椅子)
3. 老师在宣布题目后，分别把二张答案放在出来的两人头上。这两人只能看到对方头上的答案，但不能看到自己头上的。
4. 当老师说开始时，二人可以开始问问题猜自己头上的答案，但必须先拍打放在中央的椅子或地板来做抢“问”。问的问题也只能问是非题。
5. 队员可在旁边帮忙回答，但不能问问题或讲答案出来。
6. 每队有三十秒到一分钟的时间来问问题(看题目难度而订)，有三次(看题目难度而订)的机会猜答案。
7. 每一轮派不同的人上来猜不同的题目，直到所有的题目被猜完。
8. 可看每组猜对的数目来算分数，输的队必须接受处罚。题目例子：这个游戏的题目不一定只能猜人物。可适团体中的熟悉度来出题目。每个题目必须要有二个答案。比如：团体中最爱唱卡拉 ok 的人?;孔子学生的名字?

42. 穿針引線

材料用品：針數枝，五十公分長之線數條。

人數組合：6人以上。

步驟與說明：

主耶穌曾說“倚靠錢財的人進神的國是何等的難哪，駱駝要過鍼的眼比財主進神的國還容易呢”現在我們來做穿針引線遊戲。

1. 分成數隊，人數相等各成一直列坐好。
2. 第一人拿針和線穿過針，並把針移到中央，傳給第二個人再將針穿過移至中央傳給第三個人，以此類推，看那一隊最先完成全部的針即得勝。

3. 由該隊第一人唸可十 17-27。

彼此祝福：

以本週聚會主要經文彼此祝福。

68. 卸下憂慮

材料用品：背上，身上背著很多的包包(越多越好)。

人數組合：4~8人以上。

步驟說明：

1. 二人一組，各自背一個包包。
2. 猜拳輸的人背起贏的人的包包。
3. 所有背著包包的人，再組成2人隊，再猜拳，依方法2再進行。
4. 進行直到2~4人身上有包包(可依小組人數調整)。
5. 請這些人分享自己的憂慮。

彼此祝福：

以上背重擔的人說完憂慮後說“我將身上的憂慮卸給神，因為神顧念我”，其他人同聲祝福說“阿們”。(彼前五7)

73. 相愛魚

材料用品：彩色紙，迴紋針，磁鐵，筷子，小紙箱。

人數組合：3~6 人以上。

步驟說明：

1. 用彩色紙剪成魚的形狀。
2. 迴紋針叉在魚的嘴巴。
3. 筷子綁著一個磁鐵。
4. 把魚分給每個組寫下自己的名字。
5. 每位組員輪流釣魚。

彼此祝福：

釣到魚後請為魚身上的名字祝福禱告。(約十五 12)

四个一样的杯子里只有一个杯子里装有白酒，其余三个装的是水，让参赛的队员猜是谁喝的是酒。

小游戏：绕口令

时间：2015-7-7 15:34:38

作者：未知

来源：网络转载

浏览：1412

评论：0

游戏目的：

锻炼人们的口才和说话能力。

游戏准备：

人数：不限。

时间：不限。

场地：不限。

材料：无。

游戏步骤：

大家轮流念绕口令，谁念得最不流利，或念不下去了，则表演节目。

推荐几个绕口令：

一面小花鼓，鼓上画老虎。宝宝敲破鼓，妈妈拿布补，不知是布补鼓，还是布补虎。

车上有个盆，盆里有个瓶，乒乒乓，乒乒乓，不知是瓶碰盆，还是盆碰瓶。

金瓜瓜，银瓜瓜，地里瓜棚结南瓜。瓜瓜落下来，打着小娃娃。娃娃叫妈妈，妈妈抱娃娃，娃娃怪瓜瓜，瓜瓜笑娃娃。

肩扛一匹布，手提一瓶醋，看见一只兔。放下布，摆好醋，去捉兔，跑了兔，丢了布，泼了醋。

高高山上一条藤，藤条头上挂铜铃。风吹藤动铜铃动，风停藤停铜铃停。

西关村种冬瓜，东关村种西瓜，西关村夸东关村的西瓜大，东关村夸西关村的大冬瓜，西关村教东关村的人种冬瓜，东关村教西关村的人种西瓜。冬瓜大，西瓜大，两个村的瓜个个大。

毛毛和涛涛，跳高又赛跑。毛毛跳不过涛涛，涛涛跑不过毛毛。毛毛教涛涛练跑，涛涛教毛毛跳高。毛毛学会了跳高，涛涛学会了赛跑。

四是四，十是十，要想说对四，舌头碰牙齿；要想说对十，舌头别伸直。要想说对四和十，多多练习十和四。

灰化肥发灰，黑化肥发黑。

【游戏心理分析】

绕口令是训练口才的一个有趣的工具，同时也可在聚会中活跃气氛。这个游戏还能训练人的注意力和反应力。人需要有非凡的反应能力，最好能够借助周围的环境，迅速转移话题，以有效

分享

10、“滚来滚去”

游戏规则：持棒赶球，20米往返（于10米处设置折返点），每个队3名队员同时站在起点处排成一路纵队，第一名队员手持木棒，当听到裁判发令后，利用木棒将球赶至并绕过障碍物，然后再赶球返回起点交与下一名队员，用时最少的队伍获胜。

疯狂的设计

一、游戏类型：益智型、团体合作型

二、游戏目的：增强组员的团体合作能力

三、游戏人数：至少两个小组，每组10人左右

四、游戏道具：小纸条、笔(工作者提前准备)

五、游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词，然后用最短的时间摆出这个单词。

六、游戏时间：30分钟

杀人游戏

一、游戏类型：心理游戏、策略游戏

二、游戏特点：

1. 简单易学：任何人只要明白规则或看别人玩过一盘，马上就会玩了。

2. 参与性强：只要认真对待所扮演的角色，无论是老朋友还是第一次见面的新朋友，马上会“杀”成一片。

三、游戏环境：室内室外均可，最好大家围坐一起。光线暗一点效果更好。

四、游戏人物：

法官：控制游戏进程的人。明确每个人的身份，要做到绝对公正。

杀手：白天隐藏在好人中间；黑夜出来杀人。被杀后没有遗言，并不得再发言。

好人：白天和大家一起抓出坏人；黑夜闭眼，对杀手行凶完全不知；被杀后有遗言，然后不得再发言。

五、游戏规则：

以9人为例

- 1、根据人数准备好9张牌，按照不同的花色事前规定好法官1人、杀手2人、好人6人。
- 2、每人取一张牌，明确自己的身份，除法官外，不要让任何人知道。
- 3、法官宣布：所有人闭上眼睛，杀手睁眼相互认识。
- 4、法官知道谁是杀手后，宣布：杀手闭眼，所有人睁眼。
- 5、下面开始个人发表意见，按照座位顺序依次发言，相互指正，找出坏人。
- 6、所有人发言完毕后，被指正最多的人有一次为自己申辩的机会。
- 7、申辩完毕后，大家举手投票决定是否处决这个人。没过半数则该人存活。(接9)
- 8、得票过半则处决，法官宣布亮牌，让大家明确是成功抓到一个杀手，还是错杀一个好人。如错杀好人则有最后的遗言。
- 9、法官宣布天黑，所有人闭眼，杀手出来杀人。杀手用眼神相互交流，统一杀害的目标，并用眼神告诉法官杀谁。
- 10、杀手杀人完毕后闭眼，所有人睁眼。法官宣布哪个好人被杀。被害人遗言。
- 11、继续新一轮的讨论。因为大家都发过言了，并且也有人被指正，被杀害，因此线索会越来越……思维会更活跃，讨论会更激烈。
- 12、如此重复，直到好人将杀手全部抓出，则好人获胜；如好人全部被害，则杀手获胜。

七. 捉住你尾巴

目的：组员互相认识

时间：10 分钟

材料：绳、纸和笔

注意事先通知姊妹穿长裤！

内容：

1. 组长预先把绳子剪成每条约 3 尺长，共 10 条(视乎组员人数而定)。每位组员将绳头束入裤后面的袋或裤头后面，让绳尾拖在四上。
2. 各人在指定时间内设法弄走别人的尾巴，但同时要保护自己的尾巴。
3. 守则：
 - (a) 不得用手拿走别人的尾巴或保护自己的尾巴。
 - (b) 不得坐下或贴着墙走。
 - (c) 一旦尾巴被人拿走，便算输，须即时出局。
4. 组长可局限组员走动的范围，以增加难度。

大瞎话

由一人蒙上眼睛扮"瞎子",坐在"瞎子"左侧的人开始不断的指在座的每一个人。当他指向其中的人和一个人,就问"瞎子", "这个行不行?". "瞎子"如果说不行,就继续指下一个人。知道"瞎子"同意的时候,被指的那个人就是被游戏选中的人。"瞎子"摘下眼罩,根据每个人的表情来猜测谁被选中了,而参与的人不能告诉瞎子。当然,被选中的也可能是"瞎子"自己。瞎子要出一个题目或者说指定一个节目,要被选定的人去完成。和大冒险一样,节目越荒唐越刺激越好。

下一轮,由上一轮被选定人来做瞎子。

和你一样

规则:分为 A, B 组,首先 A 组所有成员一起摆出一个动作造型,可借助道具,主持人拍照, B 组观看并要记住动作,注意细节。做完后, B 组一起绕场走一圈后,立即做出 A 组的动作。重合度要高。

注意细节

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、组员横排坐,如教室上课状 2、发给组员 3 种颜色纸及笔,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取一张,然后交组长读。若有可表演者,组员当听从命令去做

十二. 我是谁?

目的: 考智慧

时间: 10 分钟

材料: 卡纸、胶纸和笔

内容:

1. 两人一组,每人一张卡纸及笔。各自在卡上写一位圣经人物(或名人),千万不可让别人看见,然后将自己的卡纸贴在对方的衣领后面。

2. 调动小组,组员互相发问,对方只可答是与否。最先猜到“自己是是谁”的一组为胜利。

十三. 心心相连

目的: 考智慧

时间: 10 分钟

材料: 尼龙绳(约 36 寸长)

内容:

1. 组长先将一条尼龙绳头尾打结,并放在其中一个组员的手臂上。请所有组员围圈站着及手牵着手,手臂上有尼龙绳圈的组员亦站在其中。

2. 组员须设法将尼龙绳圈一个转一个,但不得脱手。

二十一. 你有什么感受?

目的: 协助组员更有效地沟通

时间: 10~15 分钟

材料: 胶纸一卷、笔、卡片 10 张

内容 1. 组长预先在卡片上分别写下“让我成为领袖!”、“不用理会我!”“我说什么都取笑我!”“反对我的意见!”“我说什么都打断我的话柄吧!”等等。卡片的数目视乎组员的多少。

2. 组员分为 4 至 5 人一组，围圈而坐，用 5 分钟讨论一个题目，例如“小组下一次该有什么户外活动”。讨论之前，组织哪个将先前预备好的卡片贴在每人额头上。千万不要让组员本身看见那些字！

3. 各人在讨论时要跟从对方额头卡片上的指示。

4. 5 分钟讨论时间过去后，各人除下额头上的卡片，述说刚才的感受，或问他们能否猜到自己额头上的卡片写了什么字。

5. 组长可自己问组员刚才没有理会他的感受，继而带出沟通技巧及基本礼貌。

6. 游戏变化：卡片上亦可写“我很易动怒！”、“我是个大话精！”“请相信我，我是诚实的！”“我需要你的关心！”“我的意见一向都是有建设性的！”所写的指示最好是一半好的，一半差的。

四十五. 谁为大

目的：打破隔膜，投入小组

时间：20~30 分钟

材料：扑克牌，橡皮圈

内容：

1. 人数 5 人或以上为佳。每人一张牌，将点数亮出放于额头前，用橡皮圈绑好，各人只能看到别人额头牌之点数，不能偷看自己手上的牌，估计自己会输者，可在这时认输，收牌；或可以向小点数的人挑战，一起放出牌，看谁的牌点数大。

2. 其他人各想一种方法，惩罚输者。

3. 最小点数为输，最大点数者可惩罚输者。

18、寻宝

目的：考眼力
时间：15 分钟
材料：用 8 张小字条，写下两句，再加上 4 张是空白的。（数量随意）
内容：1、组长在活动前先把 12 张小字条收藏好。一些可以放在当眼处。 2 把组员分组 3 队 3 一声令下，大家四处寻找，最快集齐一句金句的那对，就出

二十五. 解结

目的：同心合力

内容：

3. 全组人围圈站着。

4. 当组长数出“1.2.3！”时，大家便要一同伸出一只手，握着其他人的手，记着一手捉一手。

5. 捉好后便可开始解结。用穿、转、爬、拗手等方法都行，但握着的手不可断开，如果尝试多次仍解不开便为输。

备注：紧记不可握你左右两边的人的手，否则这个结是解不开的。

二十七. 我笑你哭

目的：打破隔膜，轻松玩乐

时间：5~10 分钟

内容：

1. 全组围成一个圆圈。

2. 带领者转向右边的组员，做一个搞笑的面部表情，这组员依样做给下一位组员看。但如果该组员转回左边扮演一悲痛的表情，左边的组员就要改变方向，向左传表情如此类推，直至有组员输了为止。可重复玩多次。

猜职业：

事先准备一些纸片，上面写好各种职业，或者体育运动。然后让每个人分别抽一个，不要让别人知道。然后分别表演，不能说话，让别人猜猜看是什么职业。

官兵捉贼：

这个游戏最好是四个人来玩。将四张纸折叠起来，参加游戏的四个人分别抽出一张。抽到"捉"字的人要根据其他三个人的面部表情或其他细节来猜出谁拿的是"贼"字，猜错的要罚，有猜到"官"字的人决定如何惩罚，由抽到"兵"字的人执行。

无敌风火轮

一、项目类型：团队协作竞技型

二、道具要求：报纸、胶带

三、场地要求：一片空旷的大场地

四、游戏时间：10 分钟左右

五、详细游戏玩法：12-15 人一组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来
全体成员站到圆环上边走边滚动大圆环。

六、活动目的：本游戏主要为培养学员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；培养计划、组织、协调能力；
培养服从指挥、一丝不苟的工作态度；增强队员间的相互信任和理解。

9、虫虫危机



游戏类型：破冰船/团队建设

参加人数：不限，8-12 人一组

游戏时间：10 分钟左右

所需材料：无

场地要求：空间稍

大即可，最好是户外

活动目的

- ❖ 让学员活动起来。
- ❖ 让学员体会通过协作完成团队目标。

操作程序

1. 将学员分成 8-12 人的小组。
2. 任务：各小组要用学员的身体创造出一条虫。这条虫有 2 只手和 2 只脚可在地上行走，全体学员必须连接在一起成为一个整体。小虫做好后要进行 10 米比赛。所有小组的小虫从起点爬到 10 米的终点，虫头先到者为胜利。
3. 比赛过程中“虫体”不能散开。

相关讨论

问题及可能答案请参阅游戏：“怪兽”

游戏总结

请参阅游戏：“怪兽”

编者提示

请参阅游戏：“怪兽”。

21、提供赞美



游戏类型：破冰船/沟通技巧/团队建设

参

加人数：2 人一组

游戏时间：15 分钟

所需材料：无

场地要求：会议室

活动目的

- ◆ 鼓励学员向他人说出正面的感想：知道如何赞美他人和接受赞美。

操作程序

1. 两人一组将学员分为若干组。
2. 要求每位组员写下 4—5 条有关你和另一个组员的特征评价。
3. 这些特征评价都必须为正面、积极的（如穿着整洁、好听的声音等等）。
4. 几分钟后，观察者向人家说出他对其组员的描述评价。

相关讨论

- ◆ 你对这次游戏是否觉得不太自在？如果是的话，为什么？

可能答案：不习惯。给予或接受他人的赞美，是一个新尝试。

- ◆ 怎样能使我们能更轻松地向他人提供正面的评价？

可能答案：先发展一个亲密的关系；选择恰当的时机；提供有力的证据。

- ◆ 怎样能使我们能更轻松地接受他人的正面评价？

可能答案：而带微笑地接受、表示感谢。让自己学会感觉良好地接受赞美。

- ◆ 为什么人们总是会很快给出负面的评价，而正面赞扬却是少之又少？

- ◆ “人们倾向于做那些我们通常认为应该去做的事。”你同意这种说法吗？为什么？

引导方向：是的，我们可以通过赞美来获得那个被赞美的行为再次重复。

游戏总结

为什么要给予赞美？

- ◆ 想加强和获得某个行为时，我们会赞美那个行为；改善沟通和关系。
- ◆ 让人即时获得反馈，了解自己的行为是否正确；被赞美的行为可能会做的更好。

给予赞美时我们要：

- ◆ 选择适当的时机；选择合适的措辞；赞美时要说明对方具体的值得赞美的事例。

接受赞美时我们要：

- ◆ 表示感谢；大方的接受。