

破冰游戏

一、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，一般用名字的最后一个字，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。

二、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，大家齐问“泡泡糖，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。

三、你画我猜

材料：白纸，词

规则：所有人分为两队，由猜拳决定先后顺序，每队派出一名成员将主持人给出的词语画给组员，只能画图不能说话，其他人猜词，每次可猜一次，若猜错而另一组猜对则换下一组。

感悟：在每个人眼里，对事物都有自己的理解，但在游戏中，要从别人的角度理解别人，同时作为表达者，也要尽可能用别人能理解的方式去表达问题。

四、猜猜我是谁

规则：参加的人员分成两边，依序说出每人的姓名或希望别人如何称呼自己，主持人和助手拿布幕隔开两边成员，分组蹲下，第一阶段两边成员各派一位代表至幕布前，隔着幕布面对面蹲下，训练员喊一、二、三，然后放下幕布，两位成员以先说出对面成员姓名或绰号为胜，胜者可将对面成员俘虏至本组。第二阶段两边成员各派一位代表至幕布前背对背蹲下，训练员喊一、二、三，然后放下幕布，两位成员靠组内成员提示（不可说出姓名、绰号），以先说出对面成员之姓名或绰号为胜，胜者可将对面成员俘虏至本分组。活动进行至其中一组人数少于三人即可停止。

五、大树和松鼠

适合人数：10 人以上 材料及场地：无 时间：5-10 分钟

规则：

- 1、事先分组，三人一组。二人扮大树，面对对方，伸出双手搭成一个圆圈；一人扮松鼠，并站在圆圈中间；培训师或其它没成对的学员担任临时人员。
- 2、培训师喊“松鼠”，大树不动，扮演“松鼠”的人就必须离开原来的大树，重新选择其他的大树；培训师或临时人员就临时扮演松鼠并插到大树当中，落单的人应表演节目。
- 3、培训师喊“大树”，松鼠不动，扮演“大树”的人就必须离开原先的同伴重新组合成一对大树，并圈住松鼠，培训师或临时人员就应临时扮演大树，落单的人应表演节目。
- 4、培训师喊“地震”，扮演大树和松鼠的人全部打散并重新组合，扮演大树的人也可扮演松鼠，松鼠也可扮演大树，培训师或插其他没成对的人亦插入队伍当中，落单的人表演节目。

六、你有我也有

规则：大家围坐一个圆圈，选其中一个人出来站在中间，要说“我曾经。。。。。”做过什么事情，也做过这件事的人要起来交换座位，但不能与自己左右的人交换，落单的人

来到中间。

七、手牵手

人数队形：分两组，各组人数不拘，并选出一领袖，排成两排。

游戏方法：

- A) 二组人面对面坐下，手牵着手；
- B) 领袖叫出植物或动物的名称（组员把手放开），叫到植物时，全部的人要将双手上举，叫动物时则放下，如果连叫两次植物或动物就保持上举或放下的动作；
- C) 例如：芹菜（上举）、兔子（放下）、狐狸（放下）、菊花（上举）…….
- D) 两组领袖轮流叫名，动作错误的人就要被淘汰，经过几次后剩下人数较多的那组获胜。

八、小鸡变凤凰

目标：活跃气氛

参加人数：随意

学员练习时间：随意

讲师向各学员说明：

- e 所有的学员一开始时都是蛋，都蹲着；
 - e 学员分对用‘剪刀，锤子，布’决出胜负，胜者可以半站着，成为小鸡，负者仍是蛋；
 - e 接下来蛋与蛋决胜负，小鸡与小鸡决胜负。胜者往上进一阶，负者往下降一阶。
 - e 整个次序为蛋，小鸡，老鹰和人。蛋要蹲着；小鸡半站着，两手放在两腋下做小鸡状；老鹰可以站着张开双臂飞翔；进化成人后则可以退出比赛。
 - e 各阶段的学员都只能与同一阶段的学员决胜负。
- 结果：最后的结果应是一个蛋，一只小鸡，一只老鹰，其余都是人。

九、面对面的介绍

游戏规则：将所有人排成两个同心圆，随着歌声同心圆转动，歌声一停，面对面的两人要相互自我介绍。

注意事项：

- (1) 排成相对的两个同心圆，边唱边转，内外圈的旋转方向相反。
- (2) 歌声告一段落时停止转动，面对面的人彼此握手寒暄并相互自我介绍。歌声再起时，游戏继续进行。

十、自我介绍

规则：大家围坐一圈，从一个人开始介绍 说“我是来自 xx 的，爱好 xx 的 xxx”，下一个人要复述上一个人的介绍并继续接上自己的介绍，即“我是来自 xx 的，爱好 xx 的 xxx 旁边的

来自 ee 的，爱好 ee 的 eee”，以此类推直到最后一个人。

十一、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。

十二、心有灵犀

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。

十三、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

十四、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！

十五、谁是领袖

每个人想一个自己的招牌动作，比如抹鼻子，扶眼镜，比爱心，比剪刀手等。

组中选一个人来猜信号在谁那里，站在大家中间，可以猜三次。其他组员中随机选择一个人做第一名信号，信号要不停传给别人，想传给谁就做谁的招牌动作，那人收到后作为反应要做出自己的动作，信号即传递到自己这里，然后继续。

感谢：

真理的源头只有一个，福音只有一个那就是耶稣基督，只有这一位神。

我们要跟随领袖/异象的带领。

十六、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。

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。

十七、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。

十八、言行不一

规则：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。

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。”

十九、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。

二十、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。”

二十一、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。

二十二、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完整的人。

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”。

二十三、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，也没有注意到经上有那样的词，因此我们需要多读经。

二十四、合力吹气球

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少。
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，必不可少，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。

二十五、同心合一

材料：带有数字的卡片

规则：主持人将标有数字的卡片按照一定的图形排出。组员分为两队，每队每人只能翻一张卡片，并记住相应位置卡片的数字，并以非语言的方式告诉彼此。最先翻完卡片并说出对应卡片上数字的队获胜。

感想：

团队合作很重要，队员间需要默契的配合；
在基督里，我们需要放下自己，在真理上合一。

行为和语言一样重要，我们既要言语传福音，也要用身传福音，活出主的生命。

二十六、相互理解

材料：彩笔，图案

规则：主持人按人数分组，每组在三人以上，一人描述图案，其余组员将其描述的画出，各组要求不同（如颜色必须一致、形状必须一致、特征必须一致而其他随意等）

感想：1.认真 做事要认真才能做好

2.细节 成功在于点点滴滴的细节

3.理解他人，需要倾听，需要关注对方而不是自己，不论是教会弟兄姊妹互相交通，还是与神都需要去理解。

二十七、旁若无人

规则：两人一组，秘密的察看一样物品，然后在众人面前进行讨论，不可提示物件的名称，其他组员听到后唱诗寻找答案。轮流讨论竞猜。

方便面 睡裙 耳机 热水袋 圣经 银行卡

小面包 睡裤 耳罩 暖宝宝 词典 交通卡

感想：正面：主耶稣用比喻的时候，很有目的，且要吸引那些渴慕神真理的人，只有认真听才能明白主所说的比喻，我们也要学习主耶稣那样有智慧的说话。

反面：主耶稣说不可论断人，在我们说闲话或主不喜悦的话时，也会给别人带来影响。