



女青昕兒駐校服務
Y Joy Early Childhood
School Social Work Service



反斗遊戲冊

復課小故事 及 在家小遊戲

高班小朋友終於復課了，各位小朋友心情如何？家長的心情又是如何？但是我們幼低班的小朋友仍然要待在家中，等候復課安排喔~ 為大家對復課隨時作好準備，我們設計了兩個復課小故事，好讓家長掌握幼兒在心理上及衛生上要留意的地方，及提供處理方法，讓家長安心！小冊子同時加插了20個幼兒自己都可以玩的遊戲，及預備了部份遊戲物資，方便家長即時讓幼兒進行遊戲！當然，孩子最珍惜的是和家長一起玩的歡樂時光，所以我們也預備了10個親子遊戲供家長與幼兒共享呢！

希望你們喜歡！



如欲領取遊戲物資包，
請留意學校資訊！



復課故事

建議親子
一同閱讀呢！

停課數月，家長和小朋友難免對復課有很多不同想法和感受。因此，我們準備了兩個復課故事，盼能解開小朋友及家長的疑難。



上學準備—心情篇



怪獸王國因為疫情
都已經停課數月，
不知道香港的情況
是怎樣呢？



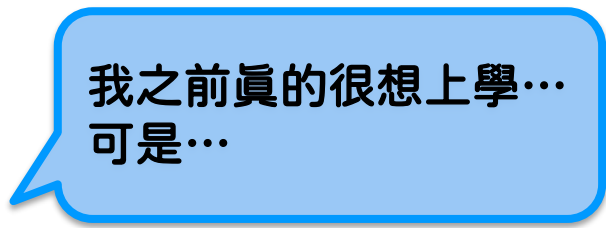


阿德，為什麼你看起來不開心呢？

媽媽，我
不想上學
啊……



你不是常常說想念學校、老師和同學嗎？之前因為有病毒，所以才停課不用上學！



我之前真的很想上學…
可是…

停課時，雖然不能外出，但可以..

- ① 常常留在家中玩玩具
- ② 經常與爸爸媽媽在一起
- ③ 不用每天交功課
- ④ 不用早起床

嘻嘻，感覺**很好**呢！



假如復課後…

我忘記了如何唱早會歌怎麼辦?



老師和同學忘記了我怎麼辦??



我想念媽媽怎麼辦???



我感染到病毒怎麼辦????



其實，媽媽也有一些擔憂。



如果小朋友不願意上學，
我可以如何做？

小朋友不習慣上學模式
怎辦呢？

小朋友不願意注意
衛生又怎辦呢？



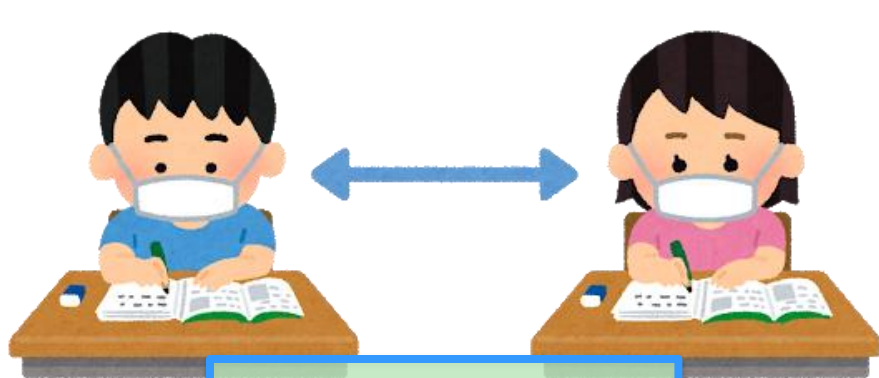
怎麼辦？

多謝你分享對復課的擔憂。其實，我有時候都有不同擔憂，例如擔心口罩是否足夠和想念上班的爸爸！

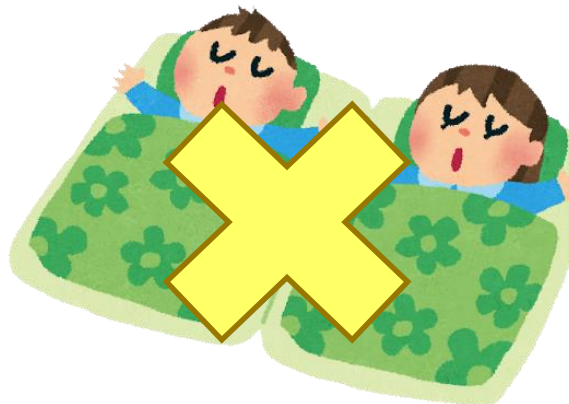
幸好，我有爸爸和阿德！我可以和你們分享擔憂的事情，一起想辦法解決。



首先，雖然復課，但上學時，學校可能有以下轉變…



與其他同學的距離變遠



上學時間短了，不會在
學校午睡和吃午飯



每人都會戴口罩上學

還有……(請家長與小朋友討論，從中再了解小朋友的想法)

如果小朋友出現情緒時，家長可以…



家長可以嘗試疏導小朋友情緒

1. 先了解小朋友情緒及耐心聆聽小朋友想法

例子：你感到不開心，因為好想繼續留在家中與媽媽一起玩。

2. 分享自己經驗及想法

例子：媽媽都很喜歡和你一起玩，你上學之後，媽媽都會想念你。不過，小朋友本來就要上學學習知識呢！

3. 提出方案

例子：不如待你放學後，我們一同玩社工設計的遊戲冊，你想玩哪一個遊戲？

家長又可以…



與幼兒熟習上學
路線及附近環境



與幼兒一同
收拾書包



倒數上學日期
細說學習樂趣

家長還可以…設立固定時間表，讓小朋友習慣有規律的生活！

1. 慢慢減少使用電子產品時間



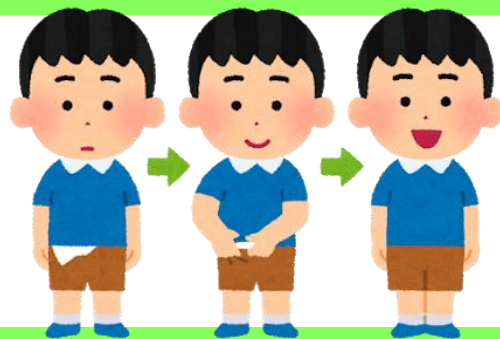
家長可每次減少幼兒使用電子產品的時間。家長亦可嘗試以親子遊戲來取代減少了的時間。

2. 逐步調節作息時間



家長可逐步提早幼兒睡覺及起床時間，從而讓幼兒復課後可容易適應作息時間。

3. 鼓勵幼兒獨自完成自理



家長可就幼兒能力鼓勵幼兒自行完成自理，讓幼兒上學後亦可有信心處理自己的事！

家長在調整生活前，可先向幼兒講述細節及調整原因，讓幼兒更能接受轉變。



當然，老師也很期待和你見面，學校也會有防疫的措施，確保小朋友的安全，相信你很快能重新適應校園生活，很快可以和同學一起學習、寫字、唱歌、吃茶點、午睡、和玩玩具喔～



我明白了！
從今日開始，我要早點
休息，**早睡早起**，
為上學做好準備，盡快
和老師、同學見面！



十分好，媽媽欣賞你！



所以你也可以和我們、老師、
社工及朋友們分享你的擔憂，
我們都樂意聆聽！

上學準備—衛生篇



阿德，明天就上學了！！

上學時要注意什麼？



1

上學前，要量度體溫！



如果有不適，就要留在家休息了！



體溫正常便可以上學了！



2

上學時，我們要戴口罩，還要放後備口罩在書包！



我們怎樣才是正確戴口罩呢？



3

我們要多洗手！特別去洗手間後及吃茶點前都要洗手呀！



4

如廁後記得蓋好廁板才沖廁呀！

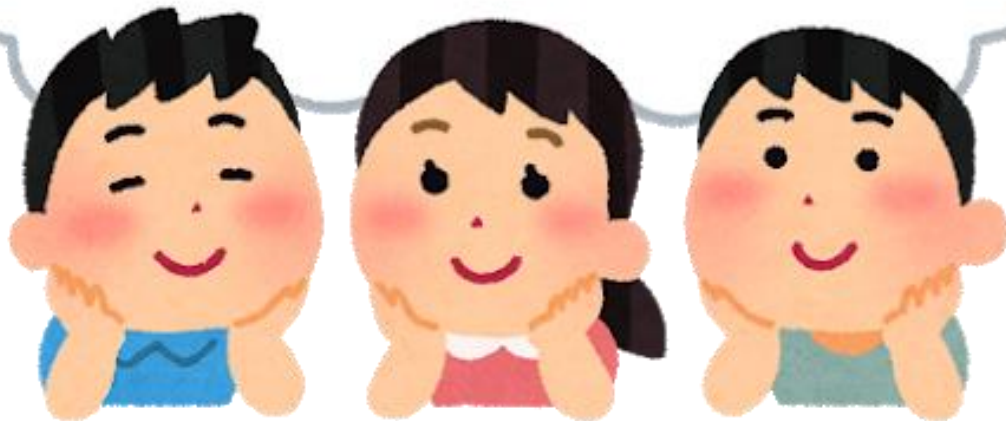


5

我們要避免用手觸摸眼睛、鼻子和嘴巴！
如果有需要，請用紙巾清潔，
如果有不適，便要告訴老師呢！



明白了！現在考考你們！
以下小朋友遇到困難，
你可以幫助他們嗎？



他生病了，該怎麼辦？



看醫生及在家休息



上學去

他生病了，該怎麼辦？



看醫生及在家休息



上學去

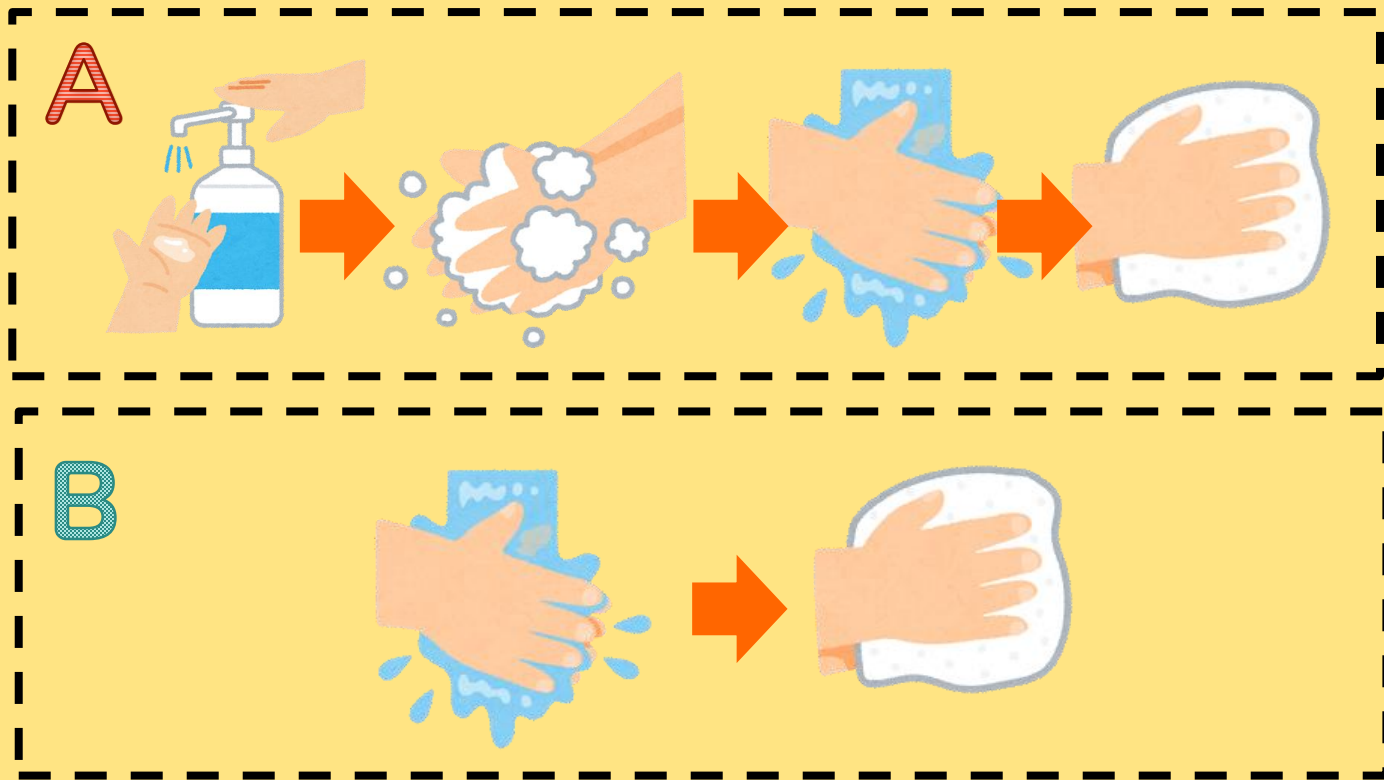
哪一位男孩子是正確配戴口罩呢？



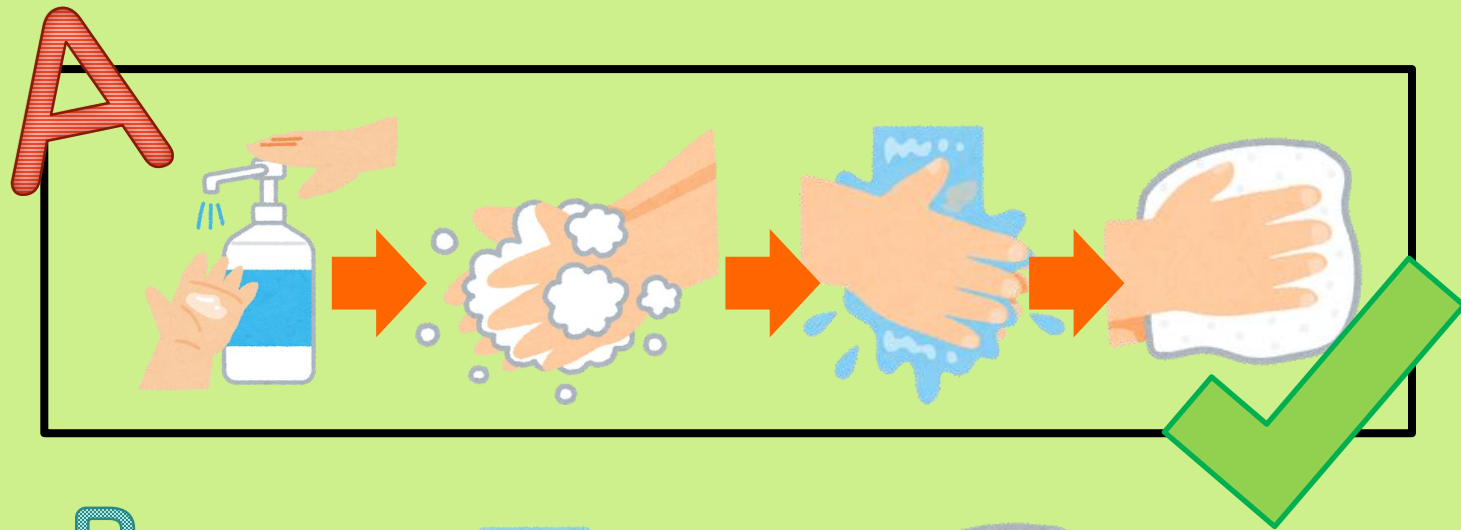
哪一位男孩子是正確配戴口罩呢？



噢！她忘記了正確的洗手步驟！請告訴她吧！



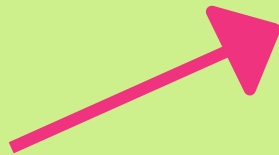
噢！她忘記了正確的洗手步驟！請告訴她吧！



去完洗手間後應該要怎樣呢？



去完洗手間後應該要怎樣呢？

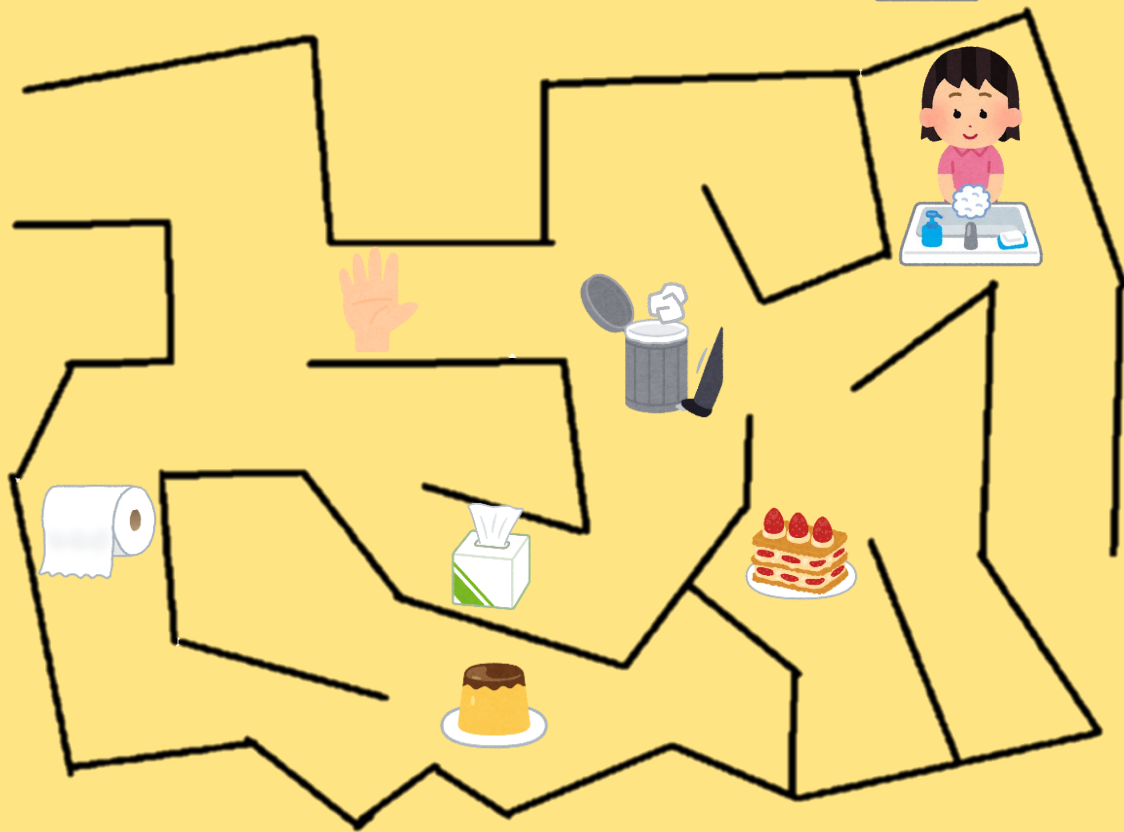


哎呀！她流鼻涕了！

你可以根據這個次序

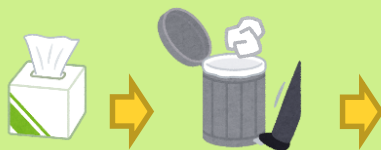


教她正確處理方法嗎？

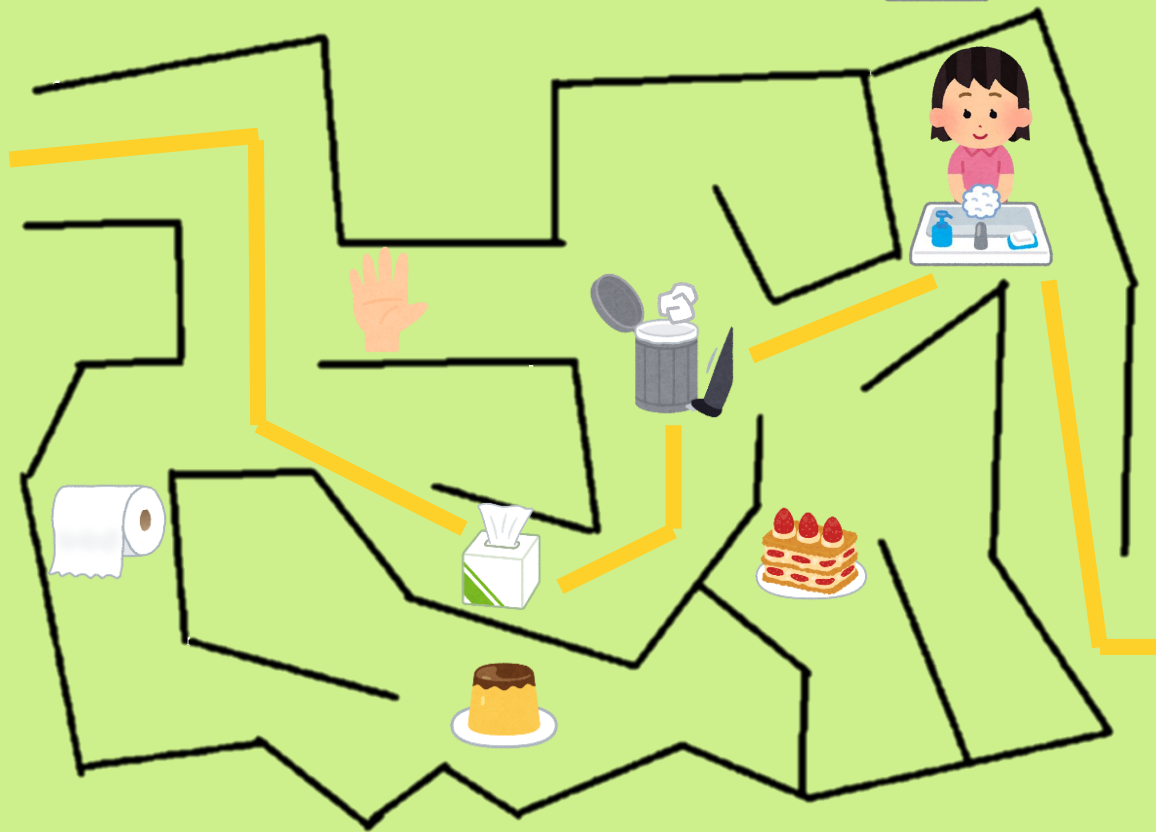


哎呀！她流鼻涕了！

你可以根據這個次序



教她正確處理方法嗎？



多謝小朋友教
他們如何做！

你們都做得非
常好！



我準備好上
學了！
各位小朋友
我們在學校
見啦！

「幼兒自己玩」

我們準備了**20個**「幼兒自己玩」遊戲，
小朋友只需**簡單材料及指示**，便能夠**獨立完成**遊戲了。

記得填寫記錄表
和意見問卷呀!



所有遊戲都附有示範短片，
可以手機掃瞄尾頁QR
code，了解遊戲玩法。



擊退病毒

材料：病毒卡、任務卡、紙球、賣貼

玩法：

1. 用賣貼把十張病毒卡貼在牆上
2. 抽出一張任務卡，按卡上圖示把紙球擲向牆上的病毒卡

調節難度：

1. 抽卡後記住圖案，把紙球擲向牆上的病毒卡

遊戲目的：

1. 提升專注力
2. 提升組織及執行能力



重鎚出擊！

材料：膠杯、皮球、環保袋

玩法：

1. 把膠杯倒轉擺放
2. 把皮球放進膠袋，手臂穿過膠袋把手作鎚子
3. 擺動手臂，將膠杯擊倒
4. 提升手眼協調

反斗貼士：

1. 善用家中物品，可以卷裝衛生紙或其他有重量的物品作鎚子
2. 以膠袋代替環保袋

遊戲目的：提升手眼協調





迷你炮架

材料：彩色雪條棒、橡筋、樽蓋、毛絨球、雙面膠紙/超能膠

做法：

1. 以雪條棒及橡筋製作一個炮架，用雙面膠紙/超能膠把樽蓋黏緊
2. 把毛絨球放在樽蓋上，以指頭壓下樽蓋，發射毛絨球

調節難度：使用「幼兒遊戲15：球仔碌碌」的分數紙，訂立目標

遊戲目的：提升手部控制能力

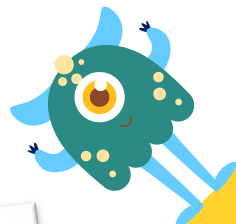


蟹夾夾

材料：蟹圖案，不同顏色的衣夾

玩法：按蟹身上的數字，夾上相應數量的衣夾

遊戲目的：提升小手肌能力



城堡大戰

材料：積木、皮球、盒子

玩法：

1. 用積木或盒子蓋一座城堡
2. 把皮球推向城堡，直至城堡倒塌

遊戲目的：

1. 促進創意力
2. 加強手眼協調



發射氣球

材料：

紙杯、氣球、毛絨球、廁紙筒

玩法：

1. 先綁氣球，再按圖示把紙杯及氣球部份剪掉
2. 把氣球套在紙杯底部，並把毛絨球放在杯子內
3. 擺放廁紙筒作發射目標
4. 輕輕拉氣球底部，放手後即可發射毛絨球

調節難度：可更改發射的目標物，如積木、水樽等

遊戲目的：提升幼兒手眼協調能力





杯子餓了

材料：4個紙杯、4粒毛絨球、衣夾、飲管

玩法：

1. 用衣夾固定紙杯，打橫放置
2. 用口或用飲管把毛絨球逐一吹進各個杯子內

遊戲目的：

1. 加強運氣能力
2. 提升氣量



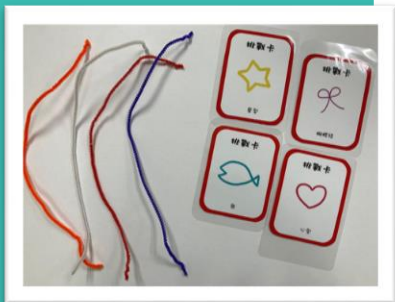
扭扭樂

材料：挑戰卡，毛絨條

玩法：

1. 抽出一張挑戰卡，用毛絨條按圖示扭出圖案
2. 把製成品送予家人或朋友

遊戲目的：提升手眼協調能力





超長氣賽道



材料：

積木、乒乓球、粗飲管、紙杯、油性筆、膠紙

玩法：

1. 在桌上用積木砌出一條賽道，在終點用膠紙把紙杯固定在桌邊
2. 用粗飲管吹動乒乓球，到達終點

調節難度：

1. 自創賽道
2. 增設位於終點的紙杯數量

遊戲目的：

1. 加強運氣能力
2. 提升氣量



快樂彈起來



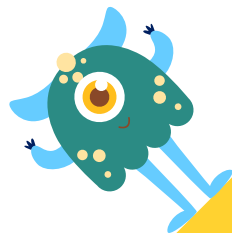
材料：乒乓球、紙杯

玩法：

1. 在桌子上把6個紙杯並排
2. 用手把乒乓球彈向桌面，使乒乓球再彈入杯子
3. 成功把4個乒乓球彈進杯子為完成遊戲

遊戲目的：

1. 提升手眼協調
2. 加強力量控制





協調高手

材料：路線圖，寶貼

玩法：

1. 以寶貼固定路線圖位置
2. 左右手各以一隻手指進行遊戲
3. 用手指按住紅點，兩手手指同時按路線移動
4. 每個路線走兩次，完成後換下一張路線圖

調節難度：

1. 自由搭配雙手的路線圖
2. 自創路線圖

遊戲目的：

1. 提升手眼協調
2. 提升專注力



彩色砌圖

材料：彩色雪條棒，任務卡

玩法：

抽出一張任務卡，按卡上圖示砌出圖案

遊戲目的：加強空間感





尋找同伴

材料：動物卡24張

遊戲目的：

1. 訓練記憶力
2. 提升專注力



玩法：

1. 把動物卡洗牌，卡面向下排列
2. 設定遊戲目標
3. 如揭開兩張卡均符合遊戲目標，可收集該兩張卡
4. 如兩張卡不符合遊戲目標，把卡放回原位
5. 重新揭卡，直至收集所有動物卡

遊戲目標例子：

1. 收集同一底色/圖案/生活習慣/相同的動物卡（符合其中一項便可收集）
2. 收集相同生活習慣及底色的動物卡，如黃色卡蝴蝶與黃色卡蜜蜂





快樂吹乒乓

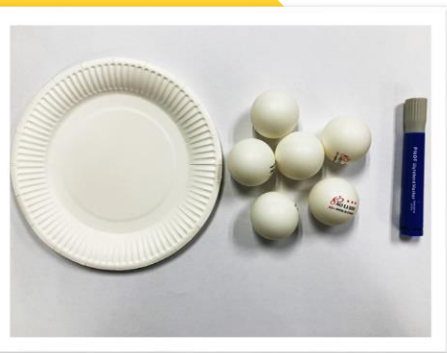
材料：乒乓球、紙碟、油性筆

玩法：

1. 在乒乓球上寫上數字（1-6）
2. 把所有乒乓球放在紙碟上
3. 選定一個數字，然後吹走其他數字的乒乓球，剩下所選的數字球

遊戲目的：

1. 訓練口肌
2. 提升專注力



球仔碌碌

材料：分數紙、紙球

玩法：

1. 把分數紙放在平面地方
2. 於離分數紙約1米距離外碌出紙球

遊戲目的：提升手眼協調



6 速跌杯



材料：紙杯，白紙

做法：

1. 裁剪紙張，約 $1/2$ 或 $1/4$ A4紙尺寸
2. 紙杯杯口向下擺放，在上放置一張白紙，接著再放一個紙杯（杯口向下）
3. 快速抽走白紙，讓上方的紙杯掉在下方的紙杯內

調節難度：增加紙杯的數量，遊戲更刺激

遊戲目的：1. 加強手眼協調 2. 提升專注力

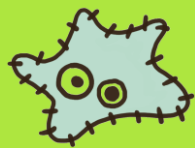
7 穿越黑洞

材料：紙碟、乒乓球、剪刀/鏢刀

玩法：

1. 紙碟上剪/鏢出一個乒乓球能穿過洞口
2. 放乒乓球在紙碟上，雙手抓住碟邊
3. 移動紙碟，讓乒乓球從洞口跌出

遊戲目的：提升專注力



一氣呵成

材料：飲管、數粒毛絨球、紙杯

玩法：

1. 深吸一口氣
2. 用飲管吸住毛絨球，並迅速放到紙杯內

遊戲目的：加強口部肌肉耐力



任你點

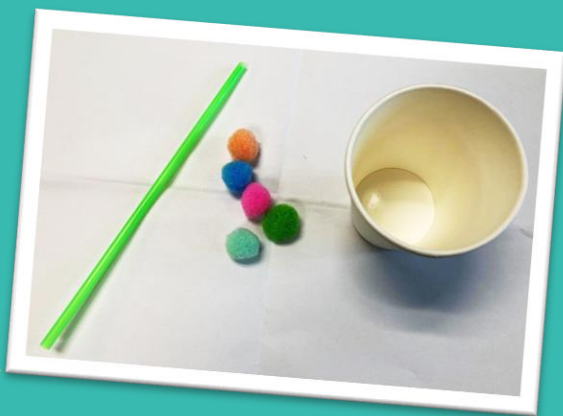
材料：牙簽、泥膠、圖案紙

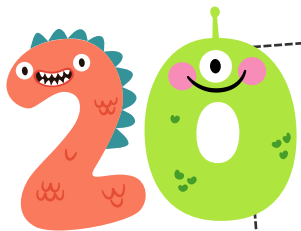
玩法：

將圖案紙放在泥膠上，以牙簽在泥膠上點出圖案

遊戲目的：1. 發揮幼兒創造力 2. 訓練小手肌

反斗貼士：以用麵粉代替泥膠





蟲蟲探親

材料：彩紙、剪刀、飲管、顏色筆、
動物卡（「幼兒遊戲13」動物卡）

玩法：

1. 按圖或網上短片制作蟲蟲
2. 隨意放動物卡在蟲蟲附近
3. 用飲管吹動蟲蟲到達動物卡上

遊戲目的：

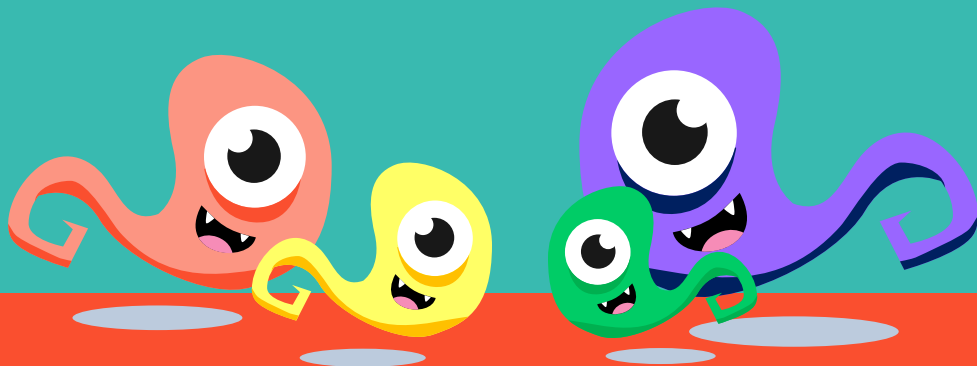
1. 加強口部肌肉控制力



「親子一起玩」

家長和小朋友可以利用我們準備了的物資進行挑戰。

停課期間，玩玩這**10個親子遊戲**吧！



還可以繼續玩之前的「停課抗疫在家活動小冊子」呢！





動物衾棉胎


材料：動物卡24張（「幼兒遊戲13」動物卡）

玩法：

1. 平均派發動物卡予每人，整理成一疊，卡面向下
2. 家長說出是次回合的目標（如：拍黃色底色的卡）
3. 輪流出牌，出現指定卡牌，鬥快拍卡
4. 輪流發出指令，重複以上玩法

遊戲目的：

1. 提升專注力及反應力
2. 幫助小朋友歸類能力

一桿入洞

材料：

2個A4紙盒/膠箱、報紙棒、紙球

玩法：

1. 把報紙捲成棒狀，變成報紙棒
2. 親子各執一枝報紙棒
3. 以A4紙箱作龍門，紙球放於中間，雙方用報紙棒把紙球推進對方龍門

遊戲目的：

手眼協調能力、促進幼兒的反應力及策略思考



乒乒乓乓

材料：一個乒乓球、紙／扇子、膠紙

玩法：

1. 親子相隔約1米面對面坐。
2. 可於地上用膠紙（或紙上用筆）劃分分隔線，並在線上放乒乓球。
3. 限時一分鐘，每人都用紙／扇將乒乓球撥到對方的區域。成功將乒乓球撥到對方區域則勝出。

調節難度：

可加多個乒乓球，時限完結時，較少乒乓球的區域勝出

遊戲目的：1. 提升專注力 2. 訓練手部肌肉運用



建高塔

材料：10-15件家中物品（如紙盒、玩具、積木、圖書、水樽等）

玩法：

1. 每人輪流揀選物品
2. 輪流建高塔，建築最高塔者勝出

反斗貼士：

揀選安全的物品，玩得開心又放心

遊戲目的：

1. 加強空間感
2. 提升手眼協調






快樂滑梯

材料：乒乓球、紙杯、報紙



玩法：

1. 用報紙製作滑道，把紙杯放在桌子的不同位置
2. 家長站離桌子約兩步的位置，把滑道放在紙杯口上
3. 幼兒把乒乓球放進滑道，滑進紙杯裡
4. 把所有乒乓球滑進紙杯
5. 調換角色，重複以上玩法

遊戲目的：

1. 訓練手眼協調
2. 加強空間感及距離感





搖頭擺尾

材料：面紙盒、4-6粒毛絨球、3條毛絨條、剪刀

玩法：

1. 剪走面紙盒上抽紙口的透明膠膜
2. 量度幼兒頭圍，連接毛絨條作頭帶
3. 把頭帶穿過紙盒底部，把紙盒固定在前額，調整毛絨條長度，固定位置
4. 把毛絨球放進紙盒
5. 搖動頭部及身體，使毛絨球跌出來
6. 較快完成者勝出。

遊戲目的：加強肢體協調



齊齊拍拍拍

材料：A4紙

玩法一：

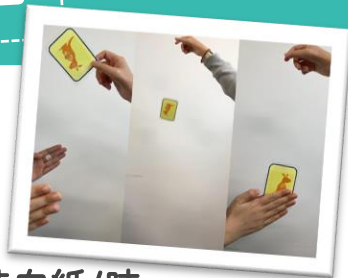
1. 親子面對面坐，家長舉高手，手持白紙/咭
2. 家長數「123」，數到「3」時放手，幼兒快速拍紙/咭

玩法二：

1. 親子面對面坐，雙手手掌緊貼白紙
2. 家長數「123」，數到「3」時，雙方手掌快速離開白紙，再快速拍紙

反斗貼士：按幼兒能力，選擇適合的玩法

遊戲目的：提升專注力及反應力



水的探索

材料：透明膠杯，硬幣

玩法一：

1. 把膠杯注滿水，水離杯口約有1 - 2cm距離
2. 輪流把硬幣放入膠杯，過程避免水外溢

玩法二：

輪流放一滴水在一個硬幣上，避免水溢出硬幣

反斗貼士：

避免水外溢，可輕力及慢慢把硬幣放進膠杯內

遊戲目的：提升手眼協調



小青競技場



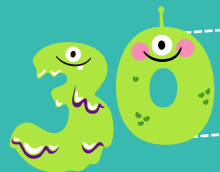
材料：手工紙

玩法：

1. 按圖或網上短片摺青蛙
2. 進行不同挑戰：高台競技、跳遠挑戰、木箱競技等等

遊戲目的：

1. 學習為自己訂立目標
2. 完成所訂立目標



手繪熱香餅



材料：（約2-3人份量）熱香餅粉130克、油、冷水180毫升

工具：大碗、唧樽、抹油掃、膠刮、平底鑊

做法：

1. 把熱香餅粉及冷水倒進大碗，用膠刮拌勻
2. 把粉漿倒進唧樽，平底鍋掃上油，較至小火
3. 在平底鍋上唧出自己喜歡的圖案慢煎
4. 當粉漿轉至金黃色，反轉另一面煎至金黃色即可

反斗貼士：

1. 加上時令水果作裝飾，健康又美味
2. 購買現成的熱香餅粉，快捷方便

遊戲目的： 1. 與家人共同創作 2. 分享自己的喜好



恭喜您已完成所有遊戲呢！



如完成填寫遊戲紀錄冊和問卷，
可交給駐校社工以換領一份禮物





例子：代表當天完成了「遊戲六：發射氣球」及「遊戲二十八：水的探索」

在適當日期格內，填寫你當天完成了的遊戲。如完成所有遊戲並填妥月曆紀錄，幼兒可於復課後交給駐校社工，即可換領小禮物乙份！例子如下：

日	一	二	三	四	五	六
28 (28) (6)	七月		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	

意見問卷調查



你們喜歡反斗遊戲冊嗎？請根據你對以下句子的同意程度，在笑面上塗上顏色。完成後，請沿虛線剪下，並交回駐校社工。



笑臉愈多代表愈同意以下句子！

1. 復課故事可以幫助我為孩子作好復課的準備。



2. 「幼兒自己玩」的遊戲適合孩子獨立完成。



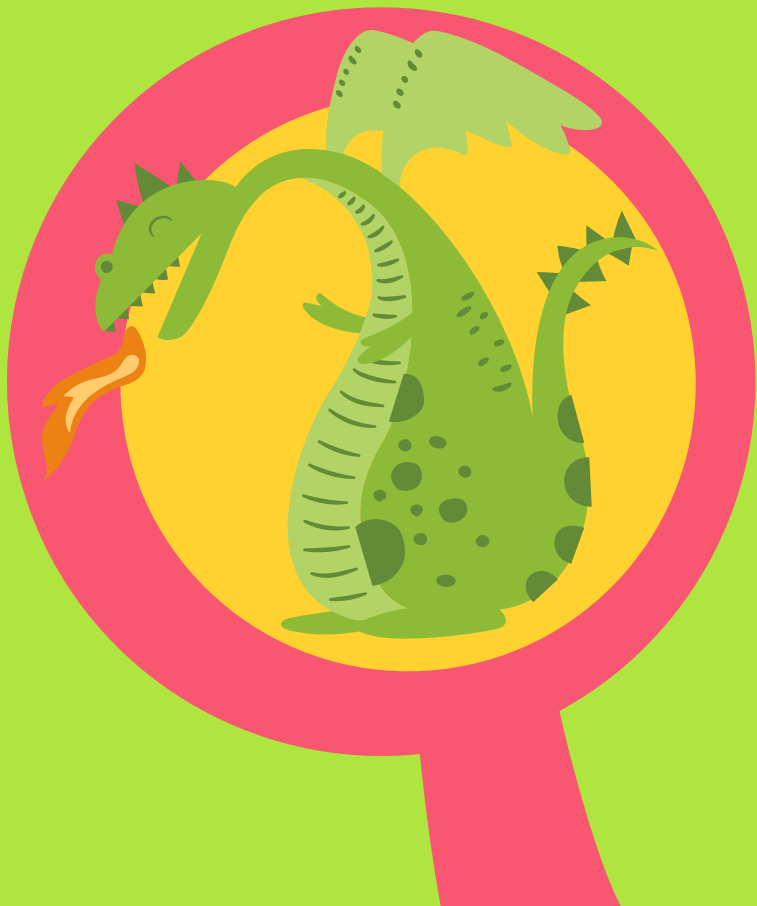
3. 「親子一起玩」的遊戲富趣味性。



4. 整體上，我滿意反斗遊戲冊的內容及物資包的預備。



家長可掃描以下的QR碼以觀看**所有遊戲的示範影片**



掃描以下的QR碼可觀看其他活動冊、故事和短片！

停課抗疫在家活動
小冊子



抗疫小柑手札



「家庭小故事：
抗疫一家親」短片



聯絡我們

 女青听兒駐校服務辦事處

 服務時間：9:00-6:00 (一、二、四、五)
9:00-5:00 (三)

 聯絡電話：3792 0669

 電 郵：yjoyb@ywca.org.hk

如在停課期間，家長對
管教、處理孩子情緒或
有其他需要，歡迎於停
課期間聯絡駐校社工！



謝謝細閱

出版者：女青昕兒駐校服務

督印人：郭巧玲

編輯成員：何嘉碧 劉小珊 梁穎彤 岑子盈

出版日期：2020年6月14日

©版權屬香港基督教女青年會所有

歡迎轉載，但必須註明出處。如此小冊子被擅自翻譯後轉載，屬於侵權行為，本會保留追究權利。尊重知識版權，敬請自重。

CREDITS: This presentation template was created by Slidesgo, including icons by Flaticon, and infographics & images by Freepik.

CREDITS: かわいいフリー素材集いらすとや
<https://www.irasutoya.com/>

