

## 花蓮秀林鄉召會 團康活動課程安排

日期	時間	地點	活動名稱	備註
8/20(二)	13:30~13:55	教室內	健康操時間	
	13:55~14:20	教室內	破冰遊戲：大風吹	雨天備案 團康遊戲：狼人殺
	14:20~15:00	戶外	破冰遊戲：踢罐子	
8/21(三)	13:30~13:45	教室內	健康操時間	
	13:45~15:00	教室內	家政課： 製作地瓜圓	
8/22(四)	13:30~13:45	教室內	健康操時間	
	13:45~14:20	教室內	家政課：製作風箏	
	14:20~15:00	戶外	家政課：放風箏	雨天備案 團康遊戲：三張紙
8/23(五)	13:30~13:45	教室內	健康操時間	
	13:45~14:00	教室內	家政課：珍珠奶茶	
	14:00~15:00	教室內	電影欣賞	

## 花蓮秀林鄉召會 團康活動詳細計畫

預計參與學生人數:30 人

預計參與隊員人數:11 人

日期	活動名稱	活動方法	備註
8/20(二)	健康操時間	1. 健康操教學 25 分鐘	主持人：簡嘉琳、郭安桓  事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 下載健康操影片</li> <li>● 學會跳健康操</li> <li>● 上課前打開電腦及投影機、音響</li> </ul>
	破冰遊戲： 大風吹	1. 將三十三張椅子圍成一個圈 2. 三位隊員自我介紹 3. 主持人介紹活動規則 4. 由一位主持人(簡嘉琳)下場先當鬼，開始遊戲 5. 每次輸的人都會被另一位場邊的主持人(郭安桓)紀錄下來 6. 遊戲結束時，在該遊戲輸最多次的人要當下一個遊戲的鬼(此時需要依照名牌吊牌顏色各選出一位)	主持人：簡嘉琳、郭安桓  事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 確定隊員各別要玩什麼遊戲</li> <li>● 製作名牌，吊牌需分為兩個顏色。要參與踢罐子遊戲的隊員名牌也須分色</li> <li>● 在早上上課之前先發放名牌</li> <li>● 道具：名牌、名牌吊牌、鐵罐*2、粉筆*1、哨子*1</li> </ul> 注意事項
	破冰遊戲： 踢罐子	1. 四位隊員自我介紹 2. 主持人介紹活動規則(限制活動範圍) 3. 將學生帶至戶外 4. 依照分組圍成兩個圈，請遊戲成員向自己的組員說自己的姓名 5. 主持人吹哨子開始遊戲 6. 14:50，主詞人吹哨子結束遊戲，集合 7. 14:50~15:00 回教室休息、整理桌椅 8. 提醒學生明天要製作地瓜圓，學生自行決定是否自備圍裙	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 除了攝影組以外，其餘隊員皆須擇一破冰遊戲與學生互動</li> <li>● 大風吹需由一位主持人與 3 位隊員一起下去玩，踢罐子則是另外 4 位隊員</li> <li>● 踢罐子遊戲分兩組，每組由 15 位學生與 2 位隊員組成，依照吊牌顏色區分組別</li> <li>● 若有出現學生不想當鬼的情形，需要隊員先幫忙頂替當鬼</li> <li>● 在玩踢罐子遊戲時，沒參與遊戲的隊員請幫忙將教室內桌椅恢復原狀</li> </ul>
兩天備案	團康遊戲： 狼人殺	1. 主持人介紹活動規則 2. 分發卡片 3. 由主持人擔任遊戲執行人 4. 開始遊戲 5. 14：50 最後收尾 6. 提醒學生明天要製作地瓜圓，學生自行決定是否自備圍裙	主持人：簡嘉琳 事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 狼人殺卡片</li> <li>● 狼人：9 占卜師：1 鎮民：20（其中還有其他不同職業）</li> </ul>
8/21(三) 8/22(四) 8/23(五)	健康操時間	1. 由主持人帶暖身運動 10 分鐘 2. 放影片讓學生跟著跳 3 分鐘(約二~三次)	主持人：簡嘉琳、郭安桓 事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 上課前打開電腦及投影機、音響</li> </ul>

8/21(三)	家政課： 製作地瓜圓	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過影片及 PPT 教學製作方法</li> <li>2. 將學生分成四組，隊員自成一組，合併桌子，教室前方留一張桌子</li> <li>3. 把塑膠袋用膠帶貼四個角固定在所有桌上</li> <li>4. 請所有人先去洗手</li> <li>5. 主持人發下食材(地瓜、碗公、叉子或湯匙)</li> <li>6. 工作人員將木薯粉、磅秤、刀子放在教室前方的桌上</li> <li>7. 請一組派一位學生到教室前方秤量木薯粉 120 公克、領一小包太白粉</li> <li>8. 投影螢幕放 PPT 製作流程，開始製作地瓜圓</li> <li>9. 成團後每組可派一人找主持人領刀子一把</li> <li>10. 工作人員將糖水從冰箱拿出放到教室前方桌上</li> <li>11. 依照主持人指示將做好的地瓜圓交給工作人員</li> <li>12. 工作人員分組煮地瓜圓</li> <li>13. 煮好後請學生領回</li> <li>14. 好的組別就可以自行到教室前方裝糖水吃</li> <li>15. 14:50~15:00 收拾鍋碗瓢盆，桌椅歸位</li> <li>16. 提醒明天是要製作風箏，我們會提供各種顏色的奇異筆，學生也可以帶其他著色用具</li> </ol>	<p>主持人：郭安桓</p> <p>食材準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 大塑膠袋*6</li> <li>● 小塑膠袋*5</li> <li>● 剪刀*1</li> <li>● 一網膠帶</li> <li>● 一包手扒雞用的塑膠手套(不能有塑膠味)</li> <li>● 大盆子五個</li> <li>● 叉子或湯匙*10</li> <li>● 刀子*5</li> <li>● 碗公*5</li> <li>● 磅秤*1(電池多帶一組)</li> <li>● 量杯*1</li> <li>● 大鍋子*3(一個煮、一個冰、一個裝糖水)</li> <li>● 小篩網*5</li> <li>● 大篩網*1</li> <li>● 煮湯湯匙*1</li> <li>● 地瓜五斤(3000 公克)</li> <li>● 木薯粉(地瓜粉)1200 公克</li> <li>● 太白粉 600 公克</li> <li>● 白砂糖 600 公克(400 公克煮糖水用，200 公克拌在煮好的地瓜圓內用)</li> <li>● 水 4 公升(500 毫升為沸水、350 毫升為一般水)</li> </ul> <p>事前準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 下載教學影片</li> <li>● 製作教學用 PPT</li> <li>● 將太白粉分裝成五小包</li> <li>● 前一晚煮糖水冰冰箱</li> <li>● 早上先煮好水一大鍋放涼</li> <li>● 12:30 削地瓜皮</li> <li>● 13:00 蒸地瓜</li> <li>● 將地瓜分成五份，裝進大盆子裡</li> <li>● 學生揉地瓜圓時先在廚房煮滾熱水</li> <li>● 下載其他有趣的影片</li> </ul> <p>注意事項</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教學影片來源： <a href="https://www.youtube.com/watch?v=RnnsCLmmSnc">https://www.youtube.com/watch?v=RnnsCLmmSnc</a></li> <li>● 如果製作時間較快，可以讓學生邊品嚐地瓜圓邊看有趣的影片</li> <li>● 除了攝影組以外，其餘隊員皆須配合家政課程的進行</li> </ul>
8/22(四)	家政課：製作風箏	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生及隊員分成五組，合併桌椅</li> </ol>	<p>主持人：郭安桓</p> <p>事前準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 吸管*82</li> <li>● 白色書面紙全開*4</li> </ul>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. 教室前方擺一張桌子，桌上放置剪刀、雙面膠、膠帶、膠台、線、打洞機</li> <li>3. 主持人說明風箏製作方式、主題、製作時間</li> <li>4. 發下製作材料(吸管、書面紙、原子筆)</li> <li>5. 開始製作</li> <li>6. 視學生製作狀況進行分享交流</li> <li>7. 最晚 14:20 收拾美術用具</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 各色奇異筆共*41</li> <li>● 剪刀*6</li> <li>● 雙面膠*2</li> <li>● 膠帶*2</li> <li>● 膠台*2</li> <li>● 縫衣服的線 3 捆</li> <li>● 打洞機*2</li> </ul> <p>注意事項</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 除了攝影組以外，其餘隊員皆須配合家政課程的進行</li> <li>● 材料準備的數量包含兩位主持人及兩份備用品</li> <li>● 放風箏時間依照學生製作完成時間調配</li> </ul>
	家政課：放風箏	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 全班皆製作完成後帶至戶外放風箏</li> <li>2. 14:50 結束，統一集合回教室</li> <li>3. 提醒大家明天要製作珍珠奶茶，自行帶玻璃杯或粗吸管</li> </ol>	<p>主持人：郭安桓</p> <p>事前準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 三張紙遊戲道具</li> <li>● 下載其他有趣的影片</li> </ul> <p>注意事項</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 視學生情況決定回教室時間</li> <li>● 若課程提早結束，可進行三張紙的遊戲或看其他有趣的影片</li> </ul>
兩天備案	團康遊戲：三張紙	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 主持人發下每人一張紙(含隊員及學生)，請大家寫上自己的姓名，寫完後收回紙張，放置於第一個盒子內</li> <li>2. 主持人發下每人一張紙(含隊員及學生)，請大家寫一個地點名稱，寫完後收回紙張，放置於第二個盒子內</li> <li>3. 主持人發下每人一張紙(含隊員及學生)，請大家寫出一件可以事情，需要是動詞加名詞，寫完後收回紙張，放置於第三個盒子內</li> <li>4. 主持人說明遊戲規則並開始遊戲</li> <li>5. 主持人會從第一個盒子內抽出一~三張紙，並唸出姓名，主持人需將抽過的紙放置於第四個盒子內</li> <li>6. 請被唸到姓名的人上台，從第二個盒子及第三個盒子中各抽一張紙並表演</li> <li>7. 表演方法是大喊：「我在(第二個抽到的地方)」並做出從第三個盒子中抽到的紙上指定的事情樣態，但不能說出來</li> </ol>	<p>主持人：郭安桓</p> <p>事前準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 白色書面紙全開*1</li> <li>● 盒子*4</li> <li>● 將書面紙分割成 111 張小紙條</li> </ul> <p>注意事項</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 除了攝影組以外，其餘隊員皆須配合團康遊戲的進行</li> <li>● 若是遇到學生不知道怎麼表演時，需要隊員幫忙一起表演或重抽一張紙</li> </ul>

		8. 表演完後，由台下同學舉手回答 9. 反覆表演直到猜出為止 10. 14:55 結束活動	
8/23(五)	家政課：珍珠奶茶	1. 將學生分成四組，隊員自成一組，合併桌子，教室前方留一張桌子 2. 請大家拿出裝珍珠的容器後去洗手 3. 主持人教學 4. 學生開始進行珍珠奶茶的調配	主持人：簡嘉琳  事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 珍珠一包</li> <li>● 茶包</li> <li>● 鮮奶 9290 毫升</li> <li>● 果糖 3 罐</li> <li>● 冰塊</li> <li>● 手機碼錶</li> <li>● 大鍋子*2</li> <li>● 大碗*1</li> <li>● 勺子*1</li> <li>● 量杯*2</li> </ul> 注意事項 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 前一天先冰水置成冰塊</li> <li>● 早上先煮茶包、珍珠</li> <li>● 鮮奶課程開始時再拿出來，不用先加</li> </ul>
	電影欣賞	1. 學生調配完珍珠奶茶，開始欣賞電影 2. 最晚 15:00 結束電影	主持人：簡嘉琳  事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 公播版電影</li> </ul> 注意事項 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 若電影於該堂課尚未看完，可以在今日所有課程結束後看完</li> </ul>

花蓮秀林鄉召會 團康活動預算表

項目	價格	數量	總金額
名牌+吊牌	30(條)	41	1230
鐵空罐	20(罐)	2	40
A4 名牌紙	10(張)	11	110
大塑膠袋	45(包)	1	45
一包手扒雞用的塑膠手套	16(包)	2	32
小篩網	60(個)	5	300
大篩網	120(個)	1	120
地瓜	60(包)	6	360
木薯粉	30(300 公克/包)	4	120
太白粉	25(300 公克/包)	2	50
白砂糖	36(300 公克/包)	2	72
吸管	12(包)	2	24
白色書面紙全開	15(張)	5	75
各色奇異筆	30(枝)	41	1230
雙面膠	34(捆)	2	68
打洞機	60(台)	2	120
茶包	400(40 入/包)	1	400
珍珠	250(包)	1	250

狼人殺卡片	2(張)	27	54
鮮奶	170(1858 毫升/瓶)	5	850
果糖	75(500 克/罐)	3	225
			總計:新台幣 5775 元