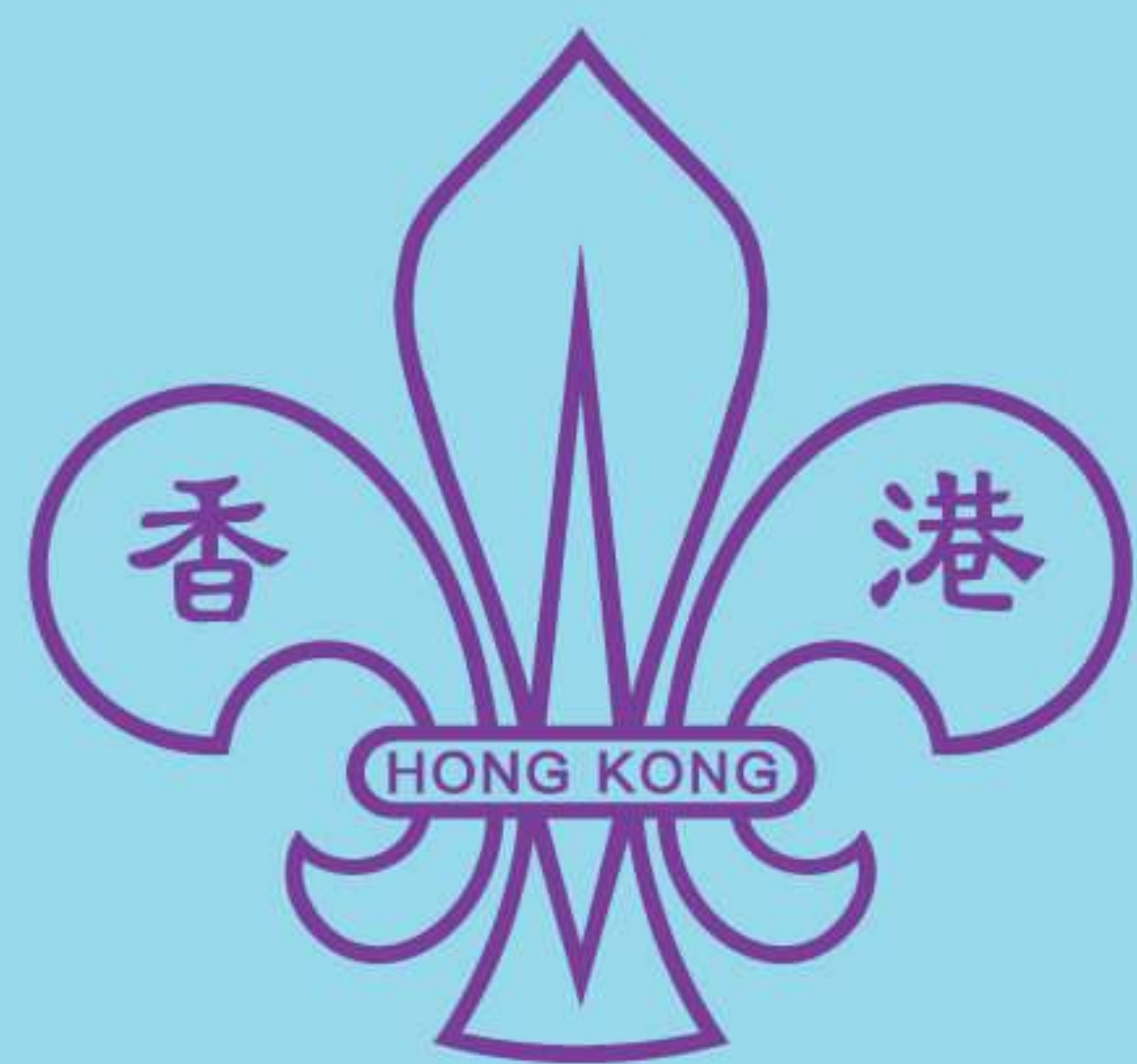




Scout Association of Hong Kong
Cub Scout Pack, 1385th New Territories East Group
The Salvation Army Tin Ka Ping School

香港童軍總會
新界東地域 第1385旅幼童軍團
救世軍田家炳學校

Positive Education Activities Resources Handbook for Cub Scouts
幼童軍正向教育活動資源手冊



My Cub Scout Life 我的幼童軍生活

Name 姓名 : _____



Preface - Scout Association of Hong Kong

Scouting in Hong Kong has, for 110 years, established itself not only as a non-formal educational process but also wellbeing and growth of scout members. We are blessed to host scouting activities in hybrid mode, amidst the lingering COVID-19 pandemic. We will not sugar coat the challenging condition we find ourselves in. In fact, growth of scout members is affected by these extraordinary times – emotionally, socially and, indeed, in terms of the impact on our members' wellbeing. We must jointly take proactive actions now to protect wellbeing and mental health of our scout members and need to adapt the way we work as well as enhance our thinking.

Our scouting movement and activities must keep pace with the changes and equip our next generation with the Attitude, Skills and Knowledge that are relevant and necessary for them to survive and thrive in the future world. According to the World Scout Bureau (2019), *The Essential Characteristics of Scouting*, “*scouting is grounded upon the optimistic view that each young person can be empowered with positive values and competencies for life to lead a fulfilling life project and to contribute positively to society. But we should not expect the result of education to be achieved before the educational process itself has started.*”

Consequently, Leadership Training Institute, The Salvation Army Tin Ka Ping School (NTER 1385th Group) and The Education University of Hong Kong students had jointly prepared the Positive Education Activities Resources Handbook for Cub Scouts (the Handbook). This is the first Handbook that integrated with Positive Education and scouting team activities for scouters, teachers and parents. The Handbook is providing readers with concepts of positive education, character strengths and potentials in life. Scouters are encouraged to apply these concepts in designing activities and trainings in their schedule.

Scouting does this by building a positive framework of dialogue and partnership around them (World Scout Bureau, 2019).

Scout members are expected to build resilience by bolstering each person's ability to cope with challenges based on an understanding of his or her signature character strengths. Support from scouters and family both are essential in the process.

We would like to take this opportunity to convey our wholehearted gratitude to the working group in preparing various resources which play a crucial role in facilitating Hong Kong's scouting development – creating a better world.

Dr. Simon Ho Sai-hau
Assistant Chief Commissioner (Leadership Training Institute)
Scout Association of Hong Kong

序言：香港童軍總會

香港童軍發展至今已經110年，不止著重非正規教育的方法，亦志在童軍成員的福祉和成長。在揮之不去的全球疫情大流行中，我們有幸能以混合模式持續舉辦各類童軍活動。然而，我們仍然要在充滿挑戰的環境中辨明方向。事實上，現身處非常時期的童軍成員成長已受到影響——在情感上、社交上，甚至對福祉方面。為保護童軍成員的福祉和心理健康，我們有必要聯手採取積極的行動，並需要調整工作方式並增強思維。

我們的童軍運動和活動配合變化的步伐，提供相關和必要的態度、技能和知識予我們的下一代，以便他們在未來世界生活和發展。世界童軍組織於2019年發文，指出童軍運動建基於樂觀的觀點，倡議年輕人可以被賦予正向的價值觀和能力，但如果我們不開展教育的過程，亦不應期望會獲此正面教育成果。

有見及此，領袖訓練學院聯同救世軍田家炳學校(新界東地域第1385旅幼童軍團)和香港教育大學學生共同製作《幼童軍正向教育活動資源手冊》。此手冊是童軍第一本結合正向教育和童軍活動的小冊子供童軍領袖、教師和家長參考。這本小冊子讓讀者了解正向教育、性格強項和發展潛力的概念。鼓勵童軍領袖可以此作為設計旅團集會和團體活動的參考。

童軍運動提倡以年輕人為中心，童軍的學習方法和機會協助他們建立正面溝通和伙伴關係，亦同時有助於成年人的成長。手冊提供的活動參考，期望參加者能透過參與其中，了解每人的性格強項來增強各人應對挑戰的能力，從而建立韌性。在此探索和體驗旅程中，各童軍領袖和家人的支持都是必要的。

藉此機會，我們衷心感謝工作小組的籌備和貢獻，這些資源對促進香港童軍發展——創造更美好的世界發揮了關鍵作用。

香港童軍總會
助理香港總監 (領袖訓練學院)
何世孝博士

Preface - The Education University of Hong Kong

The Department of Psychology at The Education University of Hong Kong (EdUHK) aspires to offer high quality undergraduate and postgraduate psychology programmes, nurture students to become intellectually competent through scientific studies of psychology and cultivate their professional ethics, sense of social responsibility, cultural sensitivity, and good citizenship. Industrial Attachment is one of the key features of the curriculum of the Bachelor of Social Sciences (Honours) in Psychology Programme at EdUHK. Through working in local community organizations, our students can not only gain the experience of working in a dynamic real-life situation, but also have the opportunities to apply their psychological knowledge and skills to contribute new ideas and initiatives to the agencies. As one of our Attachment Partners, the Scout Association of Hong Kong has provided valuable internship opportunities and experiences for our students and supported their professional development in the past years.

This year, we appreciate that our two undergraduate students were given the opportunities to participate in the production of the Positive Education Activities Resources Handbook for Cub Scouts. The handbook has incorporated the Positive Education Games designed by them during their attachment. The handbook will allow the Scout members to develop their character strengths and record their personal growth. We are pleased to see that our students have transferred their knowledge in positive psychology and created an impact to foster the wellbeing and growth of the Scout members beyond the attachment. This remarkable achievement would not have been possible without the support from the Scout Association of Hong Kong and The Salvation Army Tin Ka Ping School. We hope the Scout members will enjoy the games and have a deeper understanding of positive psychology and themselves through the use of this handbook.

In the future, we hope we can continue to work closely with the Scout Association of Hong Kong to promote public understanding of psychology and nurture future leaders in the community.

Dr. Joyce Lok Yin Kwan
Assistant Professor & Associate Head (Learning & Teaching)
Department of Psychology
The Education University of Hong Kong

序言：香港教育大學

香港教育大學心理學系致力於提供優質的本科和研究生心理學課程，通過科學研習學習心理學來增強學生的心智發展和培育學生的職業道德感、社會責任感、文化敏感性以及良好的公民身份。工作實習是香港教育大學心理學榮譽社會科學學士課程的重要特色之一。通過在本地社區機構實習，學生不僅能獲取在多樣性現實環境中工作的寶貴經驗，更有機會將課堂所學的知識和技能應用到現實生活中，為實習機構注入新思維和創新力。香港童軍總會作為我們的實習夥伴之一，在過去幾年一直為我們的學生提供寶貴的實習機會和經驗，並為學生專業技能的發展提供了大力的支持。

今年，我們的兩名本科生有幸參與《幼童軍正向教育活動資源手冊》的製作。手冊中納入了他們在實習期間設計的正向教育遊戲，進而能幫助童軍會成員發掘他們的優勢，記錄他們的個人成長歷程。我們很高興見證我們的學生能夠將所學的正向心理學知識應用到實際工作上，在實習後繼續為童軍會成員的心理健康和個人成長帶來積極的影響。承蒙香港童軍總會和救世軍田家炳學校的支持，我們的學生才能達成目標。希望童軍會成員會享受我們學生設計的遊戲，並通過使用這本手冊對正向心理學和自身發展有更深的認識和瞭解。

我們期望未來能繼續與香港童軍總會保持緊密合作，提高大眾對心理學的認識和培育社會的明日領袖。

香港教育大學
心理學系
助理教授及副系主任(教學)
關樂言博士

Preface - Bei Shan Tong Foundation

On behalf of the Bei Shan Tong Foundation Positive Education Team, I would like to express my sincere gratitude to the Scout Association of Hong Kong and The Salvation Army Tin Ka Ping School for inviting me to write the preface for this Positive Education Activities Resources Handbook for Cub Scouts (the Handbook).

Stepping into the 21st century, we envisage the purpose of education to go far beyond knowledge transmission. When the school community is determined to place well-being at the heart of education, schools can leverage a wide range of platforms (e.g., subject learning, cross-curriculum learning, extracurricular activities, or leadership training) for students to thrive. These opportunities allow them to enhance self-understanding, learn life skills, utilize one's potentials and pursue a flourishing life.

The Scout Association of Hong Kong, the largest and historic uniformed group in Hong Kong, offers school kids with diversified and practical training, close and disciplined community life, and meaningful social services. All of these serve as excellent opportunities to nurture their abilities and attitudes for feeling good in life, achieving their potential to do well, and contributing positively to society.

We highly appreciate the ingenuity that The Salvation Army Tin Ka Ping School team and The Education University of Hong Kong students have demonstrated in this Handbook. They have compiled a series of activities and games that are fun and practical for brain breaks, relationship building, and engagement enhancement by utilizing the character strengths as classified by Positive Psychology. We are honoured that our two cents shared on the Positive Education Hong Kong website could serve as a reference to the Handbook team and contribute to the industry.

We look forward to future interaction with the Scout Association of Hong Kong and The Salvation Army Tin Ka Ping School. I wish the trainers and students of this Handbook a healthy and flourishing life!

Antony Li
Programme Director
Bei Shan Tang Foundation

序言：北山堂基金

本人代表北山堂基金正向教育團隊，衷心感謝香港童軍總會及救世軍田家炳學校的邀請，為這本《幼童軍正向教育活動資源手冊》撰寫序言。

踏進21世紀的香港，我們對教育的願景已遠遠超越知識的傳遞。當學校重視學童的健康與幸福 (well-being)，無論是學科或跨學科學習、課外活動、領袖崗位，都可以成為他們認識及塑造自我、學習生活技能、發揮所長、實踐豐盛生活的平台。

其中，童軍作為一支在香港最具規模、歷史悠久的制服團隊，為學童編排多元化及實用的訓練、緊密而有紀律的群體生活、饒富意義的社會服務，都是絕佳機會裝備他們的能力及態度，為生活帶來正面情緒 (feeling good)、發揮個人潛能做到最好 (doing well)，並對社會作出積極貢獻 (contributing positively to the society)。

我們欣賞救世軍田家炳學校團隊和香港教育大學學生的巧思，善用正向心理學學者對性格強項的分類，編制生動有趣的活動和遊戲。這些活動和遊戲無論用於熱身醒腦 (brain-breaks)、關係建立、加強投入及興趣，都是非常有趣和實用的。其中參考了「香港正向教育」(Hong Kong Positive Education) 網頁的資料，亦是北山堂基金正向教育團隊的點滴貢獻。

我們期望日後與香港童軍總會及救世軍田家炳學校有更多交流的機會。在此祝願使用本資源手冊的導師和學生身心康寧、活出豐盛！

北山堂基金
項目總監
李文浩

Preface – The Salvation Army Tin Ka Ping School

As the 2021-2022 Chairman of The Salvation Army Tin Ka Ping School Parent-Teacher Association, a Registered Social Worker (RSW) / counsellor concentrated on emotional and relational counselling and youth work, whereas a dedicated scout leader who has served for more than 30 years in group level and cub scout section, it is my honour to give my recommendation to the Positive Education Activities Resources Handbook for Cub Scouts (the Handbook) from the 1385th New Territories East Group of Scout Association of Hong Kong. The Handbook, under the leadership of Headmaster Mr. CHAN, Chi-pun, is developed by a group of enthusiastic teachers, Ms. CHAN, Siu-ha, Ms. LO, Mei-yan, Ms. YEUNG, Oi-yan, Mr. LUNG, Ka-chun, as well as students from The Education University of Hong Kong LI Jonathan Daniel and WAI Ka-lai, Kelly, and it is based on the theoretical framework of Positive Psychology, a new domain of psychology began in 1998 when Martin Seligman chose it as the theme for his term as president of the American Psychological Association. The Handbook brings different amazing ideas to Akela and his/her assistants in developing the positive attitudes of their Cubs toward the lives in order to achieve the purpose of the Scouting Movement.

In the module of “Theory and Practice of Positive Psychology and strength-based interventions” that I was studying for the Master of Social Science in Counselling at the University of Hong Kong, Dr. Anthony K. K. TONG shared one of the core frameworks of Positive Psychology, i.e. the concept of 24 Strengths categorized by Six Virtues, which are, 1. Wisdom and Knowledge, 2. Courage, 3. Humanity, 4. Justice, 5. Temperance and 6. Transcendence, which are also the skeletons of the Handbook. These remind me of those characteristics possessed by those positive people that I've ever met, and, of course, I wish all of our children can be grew up with these qualities too. With the application of the Handbook, the personalities, in particular the resilience, of our Cub Scouts will be well developed and facilitates them to cope with different challenges in their lives.

The Scout Association of the United Kingdom adopted a vision that providing young people with skills for life. I do hope the issue of the Handbook is not the end of our effort in bringing more inspiring programmes to our children, but also the commencement of a chapter in the local scouting movement.

Mr. Herman Chan Kin-ming
Chairman of Parent-Teacher Association
The Salvation Army Tin Ka Ping School

序言：救世軍田家炳學校

本人很榮幸獲邀以救世軍田家炳學校家長教師會 2021-2022 年度主席、專門提供情緒和關係輔導和青少年工作的註冊社工/輔導員以及一名在童軍旅團服務逾30年的童軍領袖的身份，為香港童軍總會新界東第1385旅所出版的《幼童軍正向教育活動資源手冊》（本手冊）作序。本手冊在陳志斌校長的帶領下，由一群熱心的老師，分別是：陳少霞老師、盧美欣老師、楊愛恩老師、龍家浚老師及香港教育大學韋嘉麗同學和李浩德同學，以正向心理學的理論框架為基礎而編訂。正向心理學一個始於1998年新的心理學領域，由時任美國心理學會主席馬田·蘇利民 (Martin Seligman) 所提出和推動。本手冊為阿基拿 (幼童軍團長) 和他/她的副手們帶來了不同創新的意念，以培養幼童軍的積極生活態度，以實踐童軍運動的目的。

我在香港大學攻讀社會科學 (輔導學) 碩士課程期間，於湯國鈞博士任教的「正向心理學與優勢為本介入手法的理論與實踐」一科中，認識了正向心理學其中一項的核心概念，亦是本手冊的骨幹，就是統合了24種性格優勢的六種美德，包括：一. 智慧與知識、二. 勇氣、三. 仁愛、四. 公義、五. 節制 以及 六. 靈性與超越。這些美德讓我想起那些我曾經遇過的積極向上人士所擁有的特質。當然，我希望我們所有孩子也能在成長期間培養這些特質。透過應用本手冊，我們的幼童軍的性格優勢，尤其是應變能力，將得到很好的發展，並有助於他們應對生活中的不同挑戰。

英國童軍總會採納了一個願景，即為年輕人提供生活技能 (Skills for Life)。我祝願出版這本手冊不是代表了一個階段努力的完成，而是為本地童軍運動發展另一個新篇章的開始。

救世軍田家炳學校
家長教師會主席
陳健明先生

Preface – The Salvation Army Tin Ka Ping School

Since its establishment in 1983, The Salvation Army Tin Ka Ping School (TKP School) has opened doors to numerous children and families to pursue healthy growth and whole-person development through balanced and diversified school education. The year 2023 will mark the 40th Anniversary of TKP School. Our colleagues are constantly striving for excellence and continue to enhance the quality of our education services, embrace innovative ideas and open up new frontiers to cultivate generations that society needs.

TKP School is upholding the educational philosophy of whole-person development and diversified education. We will continue to steer new initiatives, including the development of mental health, optimization of moral education, and establishment of the quality of TKP students, which aim to train the next generation to become potential talents and responsible citizens for the benefit of society. We are concerning the experience of students, especially in this demanding period. Social-Emotional Learning is a vital ingredient in building up their characters and potential. Simultaneously, we also believe that 'Innovation Sharing and Resources Sharing' creates mutual benefits and fulfils developmental needs for all. In line with the school development, the cub scout group of TKP School brings in external expertise to enhance professional exchanges and collaborations with our teachers and parents in addressing the school's concerns. The group effectively refines the school-based activities for promoting students' well-being. Positive Education Activities Resources Handbook for Cub Scouts is an outcome of running the "Innovation Sharing and Resources Sharing". My thanks go to the Scout Association of Hong Kong, The Education University of Hong Kong and my colleagues for help with the handbook.

On such a momentous milestone for the 40th anniversary of TKP School, we sincerely hope that TKP School will continue to obtain strong support from diversified stakeholders and the community in developing quality educational services and activities. We are confident that through close ties and partnerships with non-governmental organizations and universities alike, our next generation will continue to excel and scale new heights together.

Mr. Chan Chi Pun
School Head
The Salvation Army Tin Ka Ping School

序言：救世軍田家炳學校

救世軍田家炳學校自1983年創校以來，為眾多學生及其家庭提供均衡多元的學校教育，以助他們擁抱健康成長和全人發展的機會。2023年是本校成立40周年誌慶，我們繼續致力追求卓越，持續創建，提升學校教育服務的質素，融匯嶄新意念，拓展新領域，協助培育社會需要的人才。

學校秉持「多元教育·全人發展」的辦學理念，為使學生能全面而健康成長，一直推陳出新，包括促進精神健康、優化品德教育、建立學生素質等，培養下一代正向而具服務精神的人才，同時對社會負責任的公民。我們著重學生在校園中的經歷，尤其處於充滿挑戰的時期，而近年備受注視的「社交及情緒教育」(Social and Emotional Learning, SEL)國際教育趨勢是我們努力的方向，能發展學生品格及潛力。同時，我們相信「共創共享」能打造有益於各方發展需要的模式。本校幼童軍因應發展需要，配合校本方案，有計劃地引入外部專家，加強與教師的專業交流與合作，進一步發展學校的關切事宜，從而有效完善校本學生活動，促進學生的全人發展活動。本校衷心感謝工作小組善用「共創共享」的信念，凝聚力量，製作了《幼童軍正向教育活動資源手冊》。

在此里程碑上，我們衷心希望本校能繼續獲得各方持份者和社會各界的鼎力支持，以發展具質素的教育服務和活動。我們有信心透過與非政府組織和大學等的密切合作夥伴關係，能令我們的下一代繼續脫穎而出，共同邁上新的高峰。

救世軍田家炳學校
陳志斌校長

Contents 目錄

	頁數
Vision, Mission, Method 願景、使命、方法	1
Cub Scouts 幼童軍	2
Positive Psychology 正向心理學	3
Positive Education 正向教育	4
Character Strengths 美德與品格強項	5 – 8
Our Pledge to Act 我們的行動承諾	9
Programme Plan 活動方案	10
Wisdom 智慧與知識篇：	11
● 數字接龍	12
● 圖畫/Emoji 估成語/歌名	13
● 童軍問答遊戲	14
● 聖誕估歌仔	15
● 誰是臥底	16
Courage 勇氣篇：	17
● 猜猜畫畫	18
● Zoom In Zoom Out	19
● 水果動動樂	20
● 健康操	21
Humanity 仁愛篇：	22
● 心靈相通	23
● Emoji 猜祝福語	24
Justice 公義篇：	25
● 大電視	26
● 收買佬	27
● 記憶層層疊	28
Temperance 節制篇：	29
● 數一數 找一找：眼力大考驗	30
● 數學拍拍拍	31
● 世界之最	32
Transcendence 靈性及超越篇：	33
● 開心傳球	34
● 5 秒定律	35
● 收收手指	36
Reference 參考資料	37

Vision, Mission, Method

願景、使命、方法

Our vision is for every scouting member to be the best that they can be.
我們的願景是讓每一位童軍成員盡其所能，突破所限，追求卓越。

Our mission is to nurture quality citizens and future leaders with positive values and attitudes.

我們的使命是要培育具正面價值觀和態度的良好公民及未來領袖。

The method will be the provision of an enjoyable and attractive scheme of progressive training, based on the Cub Scout Law and Promise and guided by positive atmosphere.

透過營造正向氛圍，以幼童軍規律與誓詞為本，提供歡愉而富吸引力的進度性訓練。



Cub Scouts 幼童軍

The aim of Cub Scout Section is to encourage the physical, mental and spiritual development of children of Cub Scout age, as an integral part of an overall plan of continuous training throughout the age ranges of the Movement.

幼童軍支部旨在促進幼童軍年齡之少年身心及精神之陶冶與啟發，乃貫徹整個童軍運動年限的連續性訓練計劃的一部份。

Diversified Activities: experience the spirit of mutual cooperation through joyful activities, learn Scouting and life skills, conduct group learning, engage in group activities.

活動多元化包括：透過歡愉的活動，體驗互相合作的精神，學習童軍及生活技能，進行小組學習，從事團體遊戲和群體活動。



Positive Psychology 正向心理學



Positive psychology emphasizes on holistic development. It aims to help individuals in discovering, nurturing, and utilizing their character strengths and potentials, and in facilitating personal development on positive elements such as optimism, joyfulness, and love; and in turn, people can better encounter their stress and challenges in daily life, and ultimately to have a flourishing life (Tang, Yao & Qin, 2010) .

正向心理學則著重全人發展，以發掘、培養和發揮個人的長處和潛能為目標，推動個人發展正面的元素如樂觀、愉快和互愛等，積極面對生活中的壓力和挑戰，從而邁向圓滿的人生（湯國鈞、姚穎詩、邱敏儀，2010）。

Positive Education 正向教育

Positive Education helps nurture children to possess happiness, health and good morals to face different challenges in life and enjoy a meaningful life.

正向教育能夠協助培養孩童擁有快樂、健康及良好德行，好以面對生命中不同挑戰、享受有意義的人生。

At present, an increasing number of schools in the US, UK and Australia have incorporated Positive Education into their curriculum and school programmes with promising outcomes (Noble & McGrath, 2008; Park & Peterson, 2006; Shoshani & Steinmetz, 2013). It was found that with specific courses and skills training, Positive Education encourages students to strengthen their relationships, build positive emotions, enhance personal resilience and pursue a healthy lifestyle.

目前，在美國、英國及澳洲等地越來越多的學校已經將正向教育融入到校內課程及學校發展裡去，且成果理想（Noble & McGrath, 2008; Park & Peterson, 2006; Shoshani & Steinmetz, 2013）。研究發現，透過特定的課堂教學及技巧培訓，正向教育能鼓勵學生強化校園內的正向關係、建立正向情緒、提升個人抗逆力，以及追求健康的生活方式。





Wisdom 智慧與知識

- Creativity: Thinking of new ways to do things. Never content with doing something the conventional way if a better way is possible.

創造力、靈巧性和獨創性：能够想出新方法去做事。如果有更好的方法，決不會滿足於用傳統方法去做同樣的事。

- Curiosity: Curious about everything. Always asking questions, and finds all subjects and topics fascinating. Likes exploration and discovery.

對世界的好奇和興趣：對任何事都感到好奇。經常發問，對所有話題和題目感到著迷，並喜歡探索和發掘新事物。

- Judgment: Thinking things through and examining them from all sides. Does not jump to conclusions; but relies only on solid evidence to make the decisions. Able to change your mind.

判斷力、批判性的思考和開明的思想：能從多角度思考和考證事物是你重要的特質。不會妄下結論，只會根據實際的證據做決定。

- Love of Learning: Loves learning new things. Has always loved school, reading, and museums-anywhere and everywhere there is an opportunity to learn.

喜愛學習：喜愛學習新事物。喜愛上學，閱讀，參觀博物館和任何有機會學習的地方。

- Perspective: May not think of self as wise, but friends hold this view. Friends value perspective on matters and turn to person for advice.

洞察力及智慧：不認為自己有智慧，但自己的朋友卻看得到。他們重視自己對事物的洞察力，並向我尋求意見。



Courage 勇氣

- Bravery: A courageous person who does not shrink from threat, challenge, difficulty, or pain. Speaks up for what is right even if there is opposition. Acts on convictions.

勇敢和勇氣：無所畏懼的人，不會在威脅、挑戰、困難或痛苦面前畏縮。即使面對反抗，仍會為正義而大聲疾呼，並根據自己的信念而行動。

- Perseverance: Works hard to finish what has started. No matter the project, "gets it out the door" in timely fashion. Does not get distracted during work-ing.

勤奮、用功和堅毅：努力去完成自己開展的工作。無論怎樣的工作，都會盡力準時完成。工作時，不會分心，而且在完成工作的過程中獲得滿足感。

- Honesty: An honest person, not only by speaking the truth but by living life in a genuine and authentic way. Down to earth and without pretense.

誠實、真摯和真誠：誠實的人，不止說實話，還會以真誠和真摯的態度生活，更不虛偽，是個「真心」的人。

- Zest: Regardless of what one's do, approaches it with excitement and energy. Never do anything halfway or halfheartedly. Life is an adventure.

興緻、熱情和幹勁：無論做什麼事，都是懷著興奮的心情和幹勁。做事不會半途而廢，也不會覺得沒勁，因為對於自己而言，生命是一場歷險。



Humanity 仁愛

- Love: Values close relations with others, in particular those in which sharing and caring are reciprocated. Feels most close are the same people who feel most close to him / her.

去愛和被愛的能力：重視與別人的親密關係，特別是那些互相分享與關懷的關係。那些給自己最親密感覺的人，他們同樣感到與自己最親密。

- Kindness: Kind and generous to others, and never too busy to do a favor. Enjoy doing good deeds for others, even if one does not know them well.

仁慈和寬宏：對別人仁慈和寬宏大量。別人請自己做事，從不推搪。享受為別人做好事，即使是那些人和自己認識不深。

- Social Intelligence: Aware of the motives and feelings of other people. Knows what to do to fit in to different social situations, and knows what to do to put others at ease.

社交智慧：明白別人的動機和感受。在不同的社交場合，知道該做甚麼，也知道做些甚麼，才能使其他人感到自在。



Justice 公義

- Teamwork: Excels as a member of a group. A loyal and dedicated teammate, always does sharing, and works hard for the success of group.

公民感、團隊精神和忠心：作為團隊的一份子，表現突出。個人是一個效忠和致力於團隊的隊員，經常完成自己的分內事，並為團隊的成功而努力。

- Fairness: Treating all people fairly is an abiding principle. Does not let personal feelings bias decisions about other people. Gives everyone a chance.

不偏不倚、公平和公正：對所有人公平是堅持不變的原則。個人不會因為個人的感情影響，而對別人作出有偏差的判斷，並給予每個人平等的機會。

- Leadership: Excels at the tasks of leadership: encouraging a group to get things done and preserving harmony within the group by making everyone feel included. Does a good job organizing activities and seeing that they happen.

領導才能：在領導方面表現出色。鼓勵組員完成工作，並令每名組員有歸屬感，維持團隊的和諧。

Temperance 節制

- Forgiveness: Forgives those who have done one wrong. Always give people a second chance. The guiding principle is mercy and not revenge.

寬恕和慈悲：寬恕那些對不起自己的人。常常給別人第二次機會。個人的座右銘是慈悲，不是報復。

- Humility: Does not seek the spotlight, preferring to let the accomplishments speak for themselves. Does not regard oneself as special, and others recognize and value their modesty.

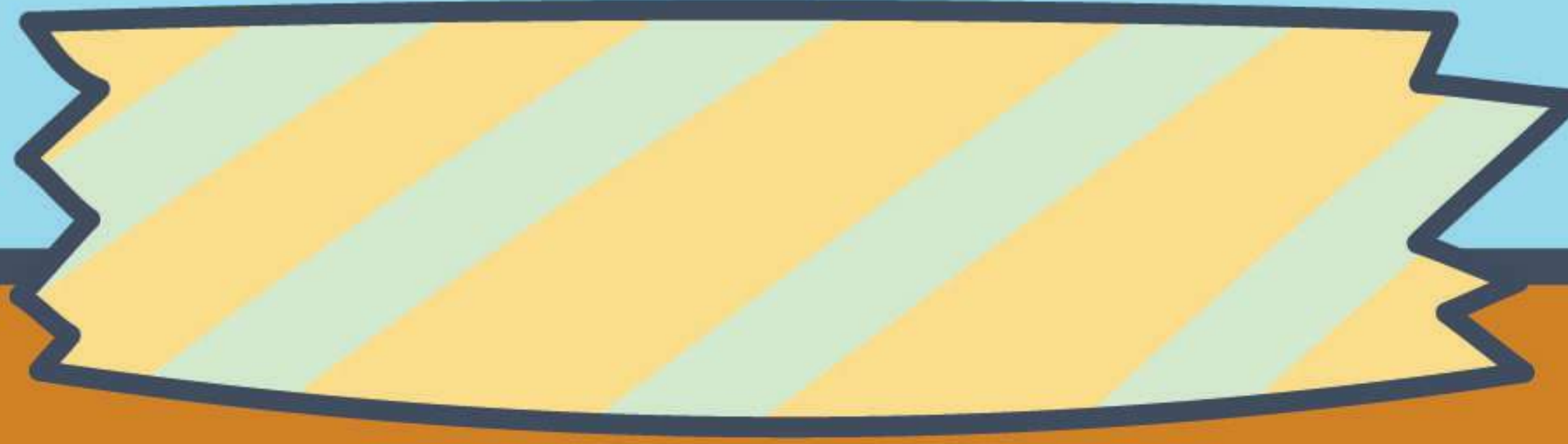
謙恭和謙遜：不追求別人的注視，比較喜歡讓自己的成就不言而喻。不認為自己很特別，而自己的謙遜是公認和受重視的。

- Prudence: A careful person with consistently prudent choices. Does not say or do things that they might later regret.

小心、謹慎、審慎：個人很小心，做選擇時，總是一貫地審慎行事。你不會說那些將來自己會後悔的話，或是做將來會後悔的事。

- Self-Regulation: Self-consciously regulates feelings and actions. A disciplined person in controlling their appetites and emotions, not vice versa.

自我控制和自我規範：自覺地規範自己的感覺與行為，是個自律的人。對自己的食量和情緒有自制力，不會反被它們支配。



Transcendence 靈性及超越

- Appreciation of Beauty & Excellence: Notices and appreciates beauty, excellence, and/or skilled performance in all domains of life, from nature to art to mathematics to science to everyday experience.

對美麗和卓越的欣賞：在生命中的一切一切，從大自然、藝術、數學、科學以至日常生活體驗，都有留意和欣賞到其美麗、優秀，和富技巧之處。

- Gratitude: Aware of the good things that happen to oneself, and never take them for granted. Usually takes the time to express thanks to others.

感恩：留意發生在自己身上的好事，但從不會視為理所當然。因為常常表達謝意，朋友和家人都知道自己是個懂得感恩的人。

- Hope: Expect the best in the future, and work to achieve it. Believes that the future is something that one can control.

希望、樂觀感和未來意識：對未來有最好的期望，並努力達成心願。相信未來掌握在自己手中。

- Humor: Likes to laugh and tease. Bringing smiles to other people is important. Tries to see the light side of all situations.

幽默感和挑皮：喜歡大笑和逗別人快樂，為別人帶來歡笑很重要。在任何情況下，自己都嘗試去看事情輕鬆的一面。

- Spirituality: Have strong and coherent beliefs about the higher purpose and meaning of the universe. Know where one fits in the larger scheme. Beliefs shape actions and are a source of comfort to oneself.

靈修性、對目的的觀念和信念：對崇高的人生目標和宇宙意義有着強烈和貫徹的信念。知道自己怎樣在大環境中作出配合，個人的信念塑造了自己的行為，也成了自己的慰藉之源。

Our Pledge to Act 我們的行動承諾

We 我們 _____ (Parent Name 家長姓名)

_____ (Cub Scout Name 幼童軍姓名)

adopt a positive and optimistic attitude towards life, in order to face the challenges and difficulties when growing up.

抱持積極樂觀的人生態度，勇敢面對生活和成長的機遇和挑戰。

Signature of Parent 家長簽署：_____

Signature of Cub Scout 幼童軍簽署：_____

Date 日期：_____



Programme Plan 活動方案

Wisdom 智慧與知識篇

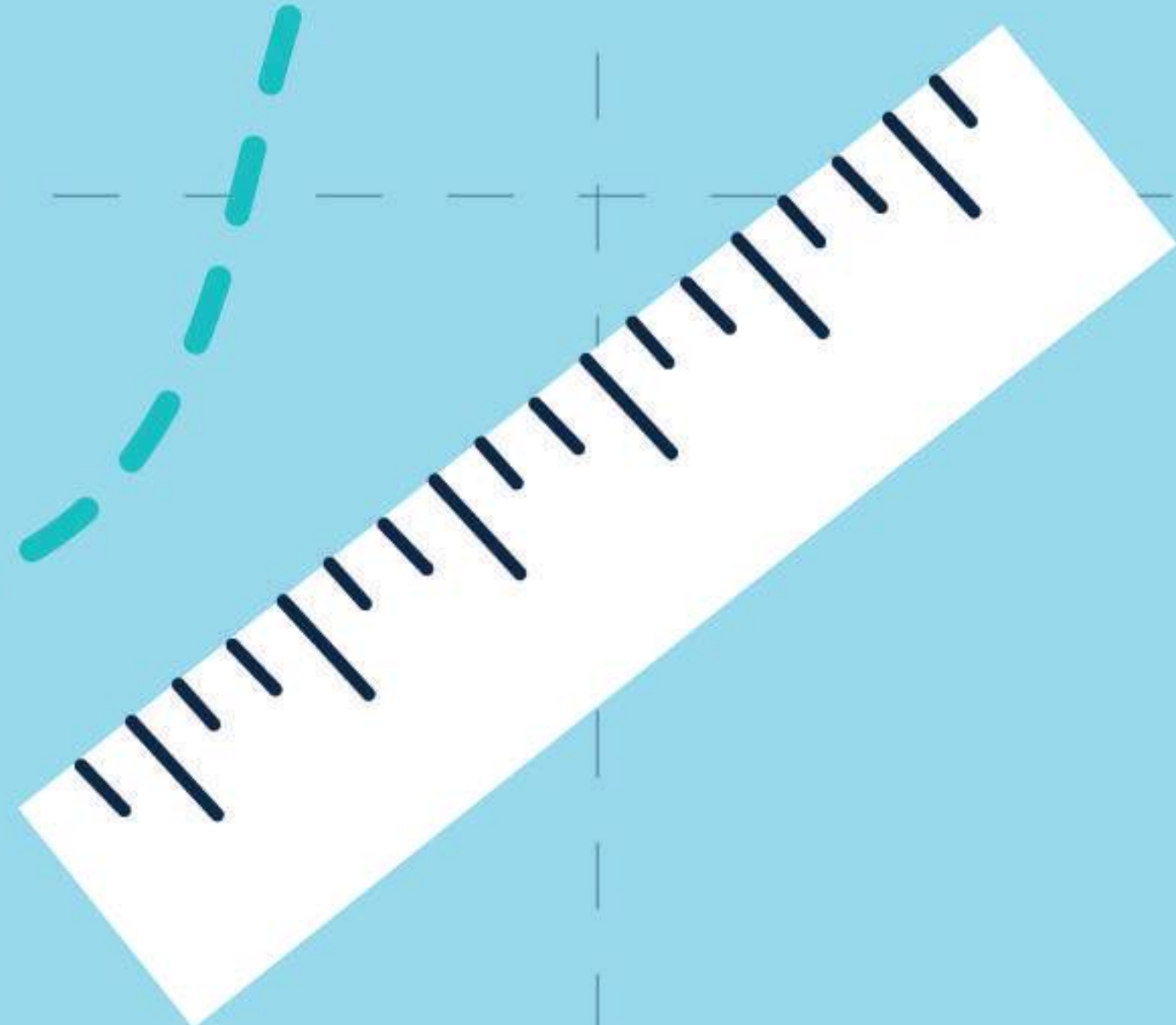
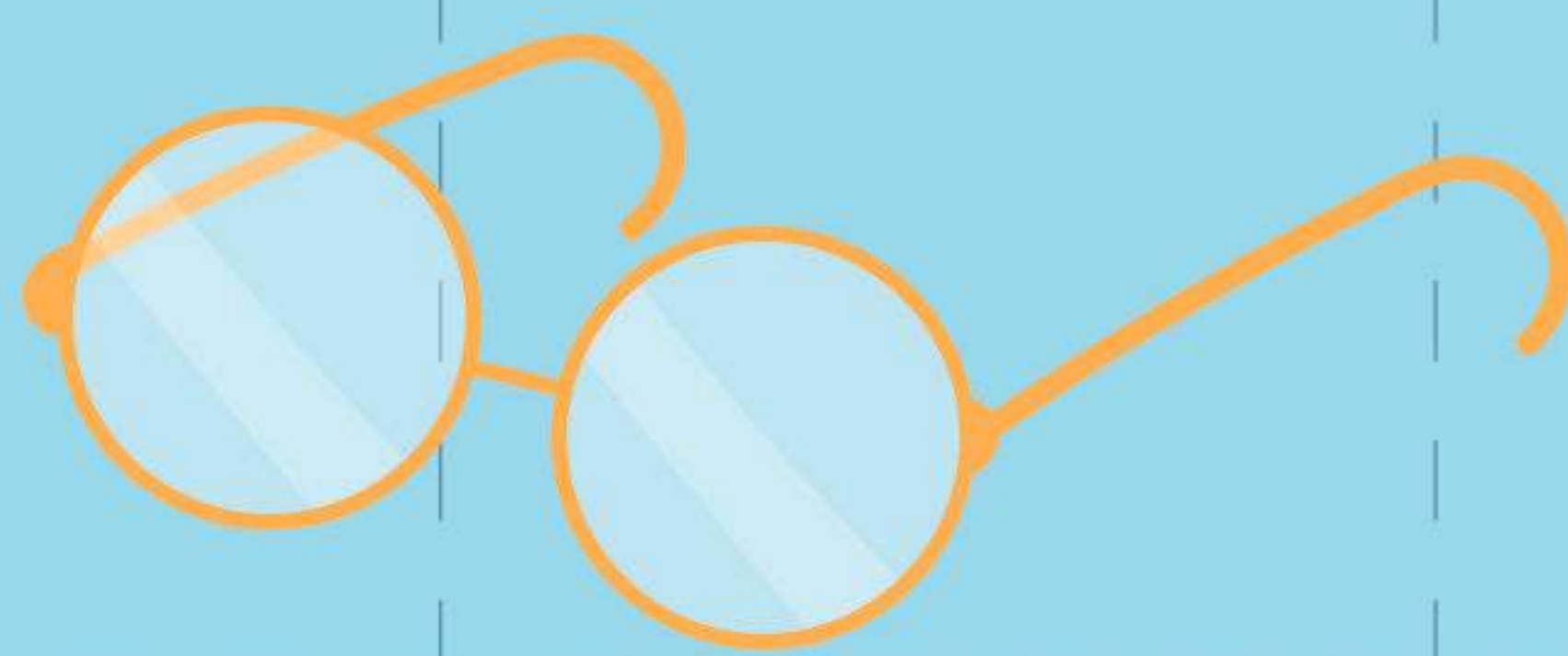
Courage 勇氣篇

Humanity 仁愛篇

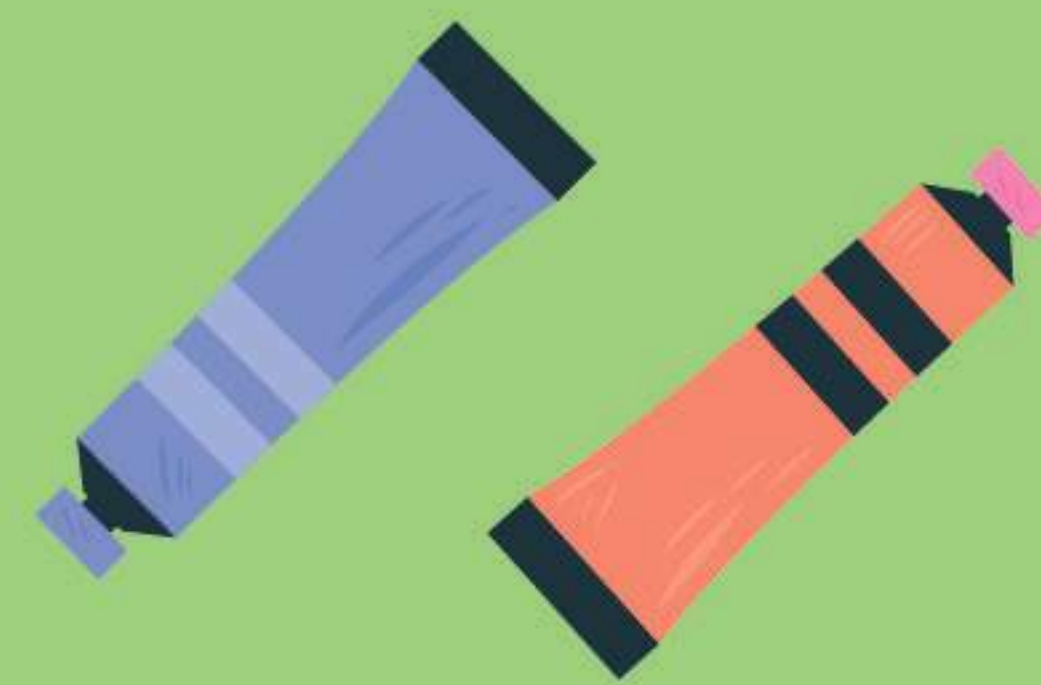
Justice 公義篇

Temperance 節制篇

Transcendence 靈性及超越篇



Wisdom 智慧與知識篇



Creativity 創造力、靈巧性和獨創性



Curiosity 對世界的好奇和興趣

Judgement 判斷力、批判性的思考和開明的思想

Love of Learning 喜愛學習

Perspective 洞察力及智慧



數字接龍

目的：考驗幼童軍的詞彙量及反應能力，並從遊戲中學習更多詞彙。

人數：6-10人 **時間：**15-20分鐘

1. 介紹遊戲玩法---3分鐘
2. 遊戲時間---12分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：由導師開始，隨意說出一個詞語，同學根據班別和學號的順序來回答。同學需跟據上述詞語的第一個字作為自己出詞語的開頭，並必須與第一個詞語為相同字數，但不可與其他同學的詞語重複，直至有人說不出詞語為止。如有同學接不上詞語就完結遊戲，並需說出一個新的詞語來開始新的回合。



https://docs.google.com/presentation/d/11PqhYua2m_X7IJy-gUUz6iGuV6EpliL5Q/edit?usp=sharing&oid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true

參考題目：

電話 / 時間 / 心態 / 美德 / 字母 / 一石二鳥

美德與品格強項：智慧與知識（創造力、靈巧性和獨創性）

數字接龍考驗幼童軍從一個詞語想出其他同音同字數的詞彙來接龍，訓練幼童軍的變通能力，並培養他們的靈活思維。

注意事項：當同學經過10秒後還接不上詞語，導師可以邀請同學說出一個新的詞語來開始新的回合，以勉勵同學再作嘗試。



圖畫/Emoji估成語/歌名

目的：遊戲訓練幼童軍的觀察能力，並考驗幼童軍四字成語的詞彙量及對流行兒歌的認識，並從遊戲中學習更多詞彙。

人數：8-12人 **時間：**20-25分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---17分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：根據附錄的簡報，每版簡報也有一幅圖畫或幾個Emojis。同學要在看到圖畫或Emojis猜測對應的答案。如果同學答對題目，會獲得一分。經過所有回合，最高分的同學便獲勝。



<https://docs.google.com/presentation/d/1p5ut-MCX8SENFWRP-BGSU4UXdAzr5YtCP/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true>

美德與品格強項：智慧與知識（喜愛學習；洞察力及智慧）

幼童軍能夠從遊戲中體現他們對日常生活的好奇心，鼓勵他們觀察日常事物的細節特徵；更能在分析答案的過程中，應用到慎思明辨，推敲出不同的可能性。

注意事項：如果同學答錯題目或沒有反應，導師可給予提示，以勉勵同學再作嘗試。



童軍問答遊戲

目的：讓幼童軍能夠對以往集會學習到的童軍知識溫故知新，鍛鍊幼童軍的記憶力，並考驗他們對童軍知識的熟悉程度。

人數：8-12人 **時間：**15-20分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---12分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：根據附錄的簡報，每版簡報也有一條題目供同學作答。同學在看到題目時，要嘗試回答題目。如果同學回答正確，會獲得一分；回答錯誤，則沒有分。經過所有題目後，最高分的同學便獲勝。



https://docs.google.com/presentation/d/1tclOXt98_C-qb2qgnkp1pZs5K5yx1dabB/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true

美德與品格強項：智慧與知識（喜愛學習）

透過互動方式的問答環節，讓幼童軍彼此交流童軍知識；以及提供機會予幼童軍積極擴闊思考空間，並從遊戲中獲取成功感。

注意事項：導師可於每題過後，詢問幼童軍相關問題或再作解說，以讓他們了解更多童軍知識，溫故知新。





聖誕估歌仔

目的：除了讓幼童軍從遊戲中感受節日氣氛，也能考驗他們的觀察力及反應力。

人數：8-12人 **時間：**15-20分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---12分鐘
3. 總結及反思---3分鐘



玩法：根據附錄的簡報，每版簡報也有一首聖誕歌曲供同學猜測。同學在聽到歌曲時，要嘗試說出對應歌曲的歌名。如果同學答對題目，會獲得一分。經過所有回合，最高分的同學便獲勝。



https://docs.google.com/presentation/d/1exN6_64L-DrFdBpxA-JodSlz9FU6Url5s/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true

美德與品格強項：智慧與知識（喜愛學習；洞察力及智慧）

幼童軍能夠從遊戲中活用他們在過往聖誕節日中聆聽過的聖誕歌曲，把生活經驗實踐於遊戲中；並鼓勵他們在歡度節日的同時，也能多加觀察節日的習俗及特色等。

注意事項：附錄的簡報沒有相應歌曲的聲帶，導師要用額外的電子儀器來播放對應的歌曲。另外，如果題目太難，導師可以給予提示，例如歌詞與歌曲名稱的關聯。



誰是臥底

目的：透過描述物件，訓練幼童軍對日常事物的觀察力及表達能力。另外，引導幼童軍思考正確答案的同時，培養他們的獨立思考能力，鼓勵幼童軍獨自判斷並推測臥底身份或平民的詞語。

人數：6-10人 **時間：**15-20分鐘

1. 介紹遊戲玩法---3分鐘
2. 遊戲時間---12分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：大家會分成「平民」和「臥底」，但是都不知道別人的身份。接著，每位同學都會拿到一個詞語，通常臥底和平民的詞語非常類似，大家要用暗示或形容的方式來描述自己手上的詞語，描述不可與其他同學相同。臥底要隱藏自己的身份，並猜到平民拿到的詞語，而平民的任務是把臥底找出來！



<https://docs.google.com/presentation/d/1bvX9GSYxFkNRUn-q7sz405iINmNNQqxwA/edit?usp=sharing&oid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true>

參考題目：

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 平民：巴士；臥底：地鐵 | 2. 平民：蛋糕；臥底：面包 |
| 3. 平民：漢堡包；臥底：三文治 | 4. 平民：手機；臥底：電腦 |

美德與品格強項：智慧與知識（判斷力、批判性的思考和開明的思想）

幼童軍必須對其他同學的描述作出客觀的分析，從多角度考證事實，不會妄下定論，從而訓練幼童軍的慎思明辨。

注意事項：本遊戲的玩法比較複雜，導師可於適當時候引導同學，令同學樂在其中。

Courage勇氣篇

Bravery勇敢和勇氣

Perseverance勤奮、用功和堅毅

Honesty誠實、真摯和真誠

Zest興緻、熱情和幹勁



猜猜畫畫

目的：猜猜畫畫是一款考驗幼童軍之間默契的遊戲，同時透過繪畫及猜測圖畫，讓幼童軍發揮自己的創作能力及想像空間。

材料：紙和筆 **人數：**6-10人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：首先，由導師說出一條題目給其中一位同學，這位同學需於限時內畫出圖畫，但全程不能說話。在畫畫期間，其他同學要猜測相應的題目。當其中一位同學成功猜測答案，那位同學和負責畫畫的同學都會獲得一分。大家會輪流負責畫畫。經過所有回合，最高分的同學便獲勝。

參考題目：放風箏 / 外星人 / 畫蛇添足 / 笑裏藏刀 / 熱狗 / 颱風

美德與品格強項：勇氣（興緻、熱情和幹勁；勤奮、用功和堅毅）
熱衷畫畫的幼童軍能夠從遊戲展現自己的畫功，從而在繪畫的過程獲取滿足感。再者，幼童軍也可在遊戲中體現興緻和幹勁，即使未能成功猜測答案，可鼓勵他們繼續嘗試繪畫更好的圖畫，以展現永不放棄的精神。

注意事項：本遊戲的過程比較靜態，導師可於同學畫畫時，詢問其他學生問題，以營造輕鬆氣氛。另外，導師在同學猜不到答案時，可給予提示。



Zoom In Zoom Out

目的：考驗幼童軍於日常生活中的觀察能力。

人數：8-12人 **時間：**20-25分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---17分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：附錄的簡報中，每版簡報也有一幅相片，每幅相片是一個物件、動物或卡通人物放大了的一部分。同學要在看到圖畫時，猜測相應的物件、動物或卡通人物。如果同學答對圖中的物件，會獲得一分。經過所有回合，最高分的同學便獲勝。



https://docs.google.com/presentation/d/1_18CAR0H0Pi18kiom-wynXN0ZIl_n_vYu5/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true

美德與品格強項：勇氣（勇敢和勇氣）

遊戲中某些題目會比較困難，勇敢的幼童軍在面對挑戰時，仍會勇於嘗試回答。導師的鼓勵更能給予他們勇氣去挑戰困難。

注意事項：本遊戲的玩法比較簡單，但導師要根據同學的能力，來判斷要給多少時間猜測相應的物件。另外，導師可在展示答案後，和同學講解關於答案的背景資料，以增加同學各方面的知識。



水果動動樂

目的：於有限的空間內，讓幼童軍能夠透過遊戲做一些簡單的運動或伸展動作。同時，增加幼童軍的反應力、專注力及聯想力，並能加強他們對各種水果的了解。

人數：15-25人 **時間：**20-25分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---17分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：不同年級同學將會被分為不同顏色的組別，當聽到導師叫自己相應顏色的水果名時，便要跟著做動作。例如草莓屬於紅色，紅色組別便需要做動作。



<https://docs.google.com/presentation/d/1Tchwvm2A2ZQT-nH3Oc0Z97QwjsSZHGeVB/edit?usp=sharing&oid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true>

美德與品格強項：勇氣（興緻、熱情和幹勁）

透過給予幼童軍正面、有挑戰性及程度合適的指令，鼓勵他們懷着興奮的心情，充滿幹勁地完成遊戲，從中體現永不放棄的精神。

注意事項：本遊戲可以根據同學的程度來調整指令的難度，高年級同學的組別可以嘗試做一些高難度的動作。



健康操

目的：讓幼童軍在有限的空間內（房間 / 客廳）鍛練身體，運用活動中學習到的健康操，養成每日運動的良好習慣，同時增加親子互動的機會。

人數：6-10人 **時間：**20-25分鐘

1. 介紹活動---1分鐘
2. 播放影片---12分鐘
3. 運動時間---7分鐘
4. 總結及反思---3分鐘

玩法：首先，導師在開始時介紹活動。然後，播放適當的影片供幼童軍觀看。看過影片後，導師可以和他們跟據影片內的健康操一起做運動。



活力健康操

<https://youtu.be/jEUWEPZ689w>



人人起勁活力操 (親子篇)

<https://youtu.be/JWS7-l2l7VI>



活力操 (挑戰版)

<https://youtu.be/hfpAsqWYx90>



美德與品格強項：勇氣（興緻、熱情和幹勁；勤奮、用功和堅毅）

適當的運動能夠釋放安多酚，令幼童軍能夠懷着興奮的心情參加集會。在導師悉心的鼓勵及指導下，即使遇上困難的動作，也能堅持到底，增加幼童軍的自我效能感。

注意事項：本活動比較簡單，但導師要跟據同學的興趣及程度，提供合適的影片予同學觀看。

Humanity 仁愛篇

Love 去愛和被愛的能力

Kindness 仁慈和寬宏

Social Intelligence 社交智慧



心靈相通

目的：遊戲考驗幼童軍之間的默契，讓他們在繪畫的過程中，發揮創意及想像力，並提升他們對畫畫的興趣。

材料：紙和筆 **人數：**6-10人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：首先，由導師說出一個主題，同學需於限時內，根據主題畫出圖案。待所有同學完成後，在鏡頭前一同展示自己的作品。畫出與大多數同學相同的圖案，便是心靈相通，同學便能獲得一分。經過所有回合，最高分的同學獲勝。

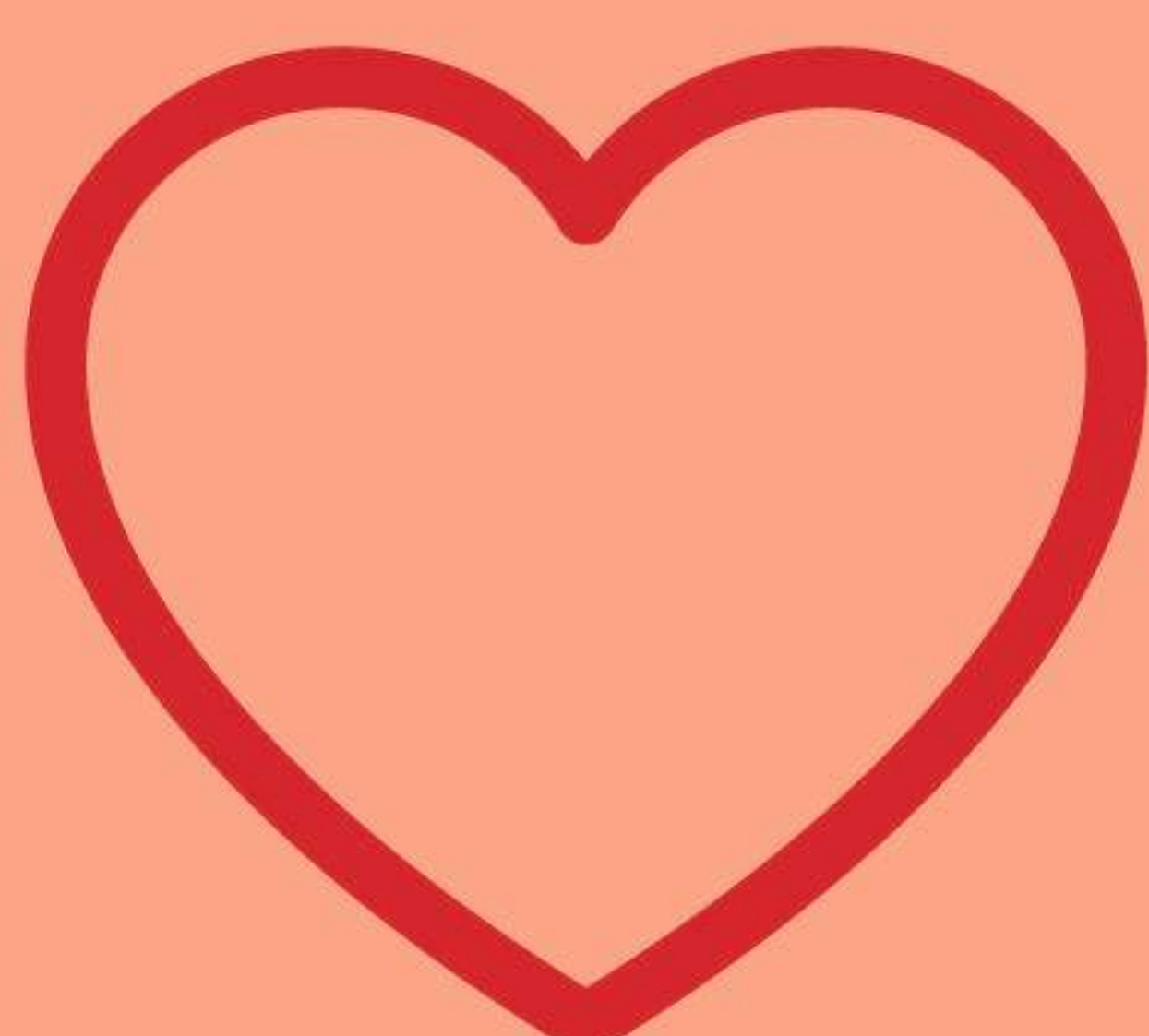


https://docs.google.com/presentation/d/1XChPjd_r55Nj2-smN4wLk-jKhhRIDA-_p/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true

參考題目：雨傘 / 星星 / 花花 / 熊啤啤 / 蘋果 / 音符

美德與品格強項：勇氣（興緻、熱情和幹勁；勤奮、用功和堅毅）
訓練幼童軍從他人的角度去思考，觀察別人的行動，從而令幼童軍學會身同感受。

注意事項：本遊戲的玩法比較複雜，導師可於開始時提供一個例子，令所有同學都明白遊戲玩法；導師也可揀選較為簡單易畫的圖案作為題目，減低遊戲難度。



Emoji猜祝福語

目的：考驗幼童軍對農曆新年祝賀語的認識，同時豐富他們對農曆新年傳統觀念的了解，令幼童軍能在往後的節日中學以致用。

人數：8-12人 **時間：**20-25分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---17分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：根據附錄的簡報，每版簡報也有幾個Emojis。同學要在看到Emojis後猜測對應的祝福賀詞。如果同學答對題目，會獲得一分。經過所有回合，最高分的同學便獲勝。



<https://docs.google.com/presentation/d/1W8jE1Ya3iGHJ9EgAGG-MGACGoRaBZktKc/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true>

美德與品格強項：仁愛（社交智慧；去愛和被愛的能力）

幼童軍能夠在遊戲中學習到社交技巧，了解到如何在節日中運用祝福語，傳達祝福及表達愛意；明白在不同場合可以運用適當的言語，表示對別人的關懷。

注意事項：導師可加以解說祝福賀詞的意思及新年習俗，以營造新年節日氣氛。另外，如果同學沒有頭緒，導師可給予提示。

Justice公義篇

Teamwork 公民感、團隊精神和忠心

Fairness 不偏不倚、公平和公正

Leadership 領導才能



大電視

目的：鼓勵幼童軍發揮他們的創意，並提供機會讓他們體驗與其他幼童軍一同合作完成遊戲的樂趣。

材料：題目卡 **人數：**8-12人 **時間：**15-20分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---12分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：首先，導師將所有同學平均分成兩隊。每隊派出一位同學，輪流用動作給提示，這位同學不能夠說話，然後其他同學負責估題目卡的詞語。隊伍在限時內估中最多的題目，就為勝出。

參考題目：

第一組：牙刷，廁所，手機，雨傘，企鵝，吃西瓜

第二組：鋼琴，書包，足球，電風扇，字典，吃香蕉

美德與品格強項：公義（公民感、團隊精神和忠心）

大電視是一個強調團隊合作的遊戲，幼童軍須於遊戲中互相合作才能完成動作，達成遊戲目標。另外，遊戲鼓勵幼童軍致力效忠於團隊，與他人在合作的過程中，建立良好的社交關係，從而對團隊產生歸屬感。

注意事項：題目卡可以用電腦及PPT檔案來代替。如在Zoom進行，可以運用聊天室，私訊題目給負責做動作的同學。



收買佬

目的：適合在熱身遊戲中使用，可以增加小組的氣氛，鼓勵團體合作、溝通及鍛練記憶力。

人數：8-12人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：首先，導師將所有同學平均分成兩組。然後，導師先建議每組派出一位同學做代表，負責記住需要收買的東西。負責的同學有三分鐘時間記住五樣物件，然後每組需於五分鐘內收集相關物資。物資最齊全而且最快的組別為勝出。

建議收集物資：

5毫子硬幣3個 / 1隻鞋 / 鞋帶1條 / 鎖匙扣 / 膠布

美德與品格強項：公義（公民感、團隊精神和忠心）

遊戲要求幼童軍與他人合作，共同為團體付出以獲取足夠的物資，達成遊戲目標。另外，透過幼童軍於遊戲中為團隊付出及互相合作，培養他們的團體精神及責任感。

注意事項：各組距離集齊物資的位置要相約，避免引起爭論。如在Zoom進行遊戲，可以邀請同學們把收集好的物資，一同在鏡頭前展示。



記憶層層疊

目的：適合作為破冰遊戲，提供機會讓幼童軍互相了解，並考驗幼童軍的記憶力。

人數：6-10人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘

2. 遊戲時間---6分鐘

3. 總結及反思---5分鐘

玩法：同學坐成一圈，導師邀請一位同學開始，試著記住每位同學的答案，並直接覆述前面同學的答案，之後其他同學以順時針的方式作答。如有同學接不到答案，便要退出，剩下最後的一位同學便獲勝。

熱身題目：名字

題目1：今個學期的目標

題目2：曾經收到的禮物

題目3：假期的活動

範例1：第一位同學說：我是XX。下一位同學接著說：XX，我是OO。再下位同學就說：XX，OO，我是AA。如此類推。

美德與品格強項：公義（不偏不倚、公平和公正）

幼童軍於遊戲中，聆聽到其他同學不同的答案，可能會從中作出比較。因此，導師可於討論環節中，引導幼童軍講述答案背後的想法，藉此讓他們明白到社會上每個人各有不同的需要，了解不公平背後的原因，減少與他人比較。

注意事項：導師可在每一回合結束後，作一個簡短的反思時間，詢問同學選擇該答案的背後原因，以讓同學互相了解。



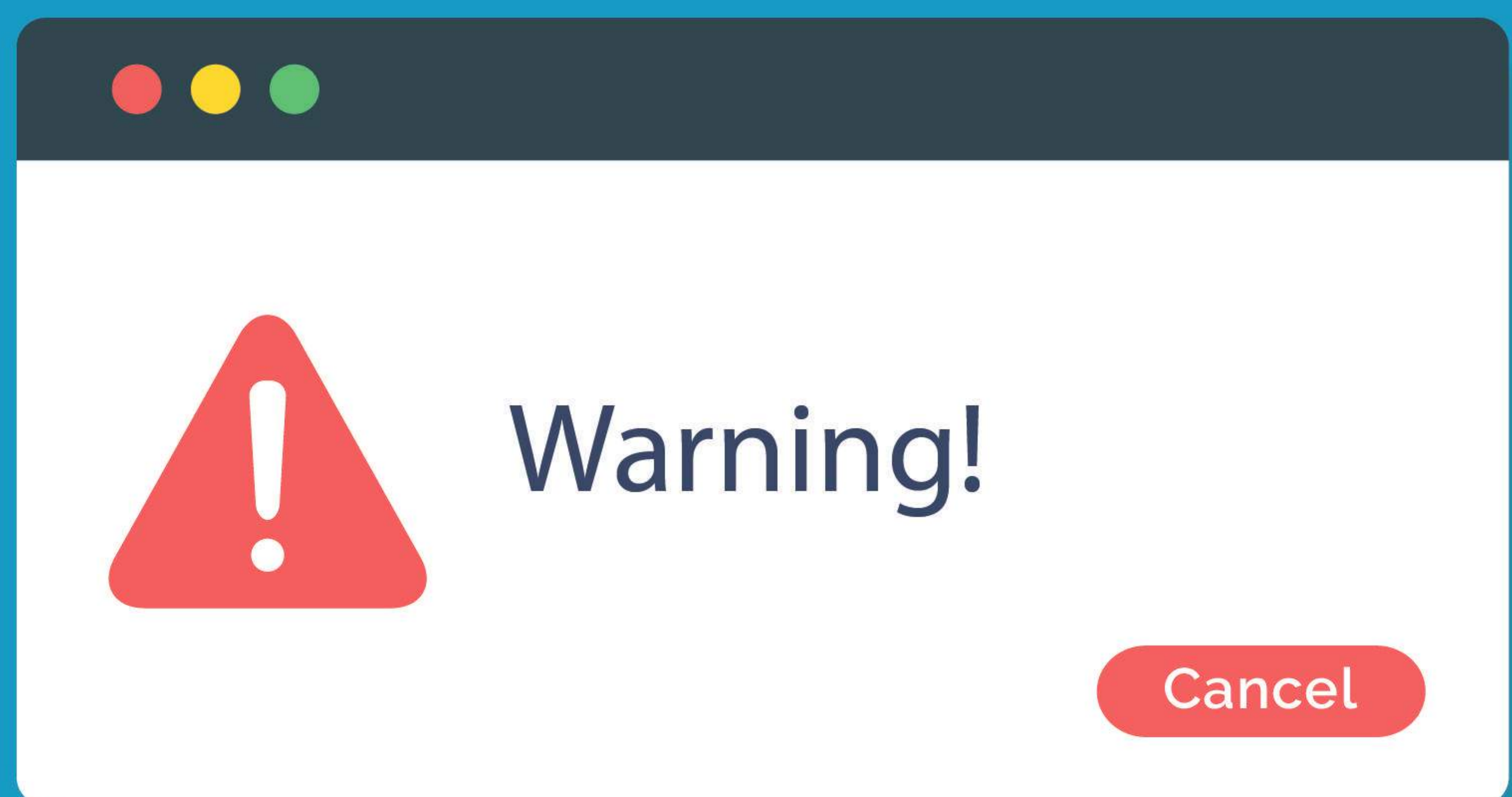
Temperance 節制篇

Forgiveness 寬恕和慈悲

Humility 謙恭和謙遜

Prudence 小心、謹慎、審慎

Self-Regulation 自我控制和自我規範



數一數 找一找：眼力大考驗

目的：遊戲考驗幼童軍對日常生活中事物的觀察，訓練他們的觀察力及判斷能力。

人數：8-12人 **時間：**20-25分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---17分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：根據附錄的簡報，每版簡報也有一幅圖畫。同學要在看到圖畫時，數出相應的物件。如果同學答對圖中物件的數量，會獲得一分。經過所有回合，最高分的同學便獲勝。

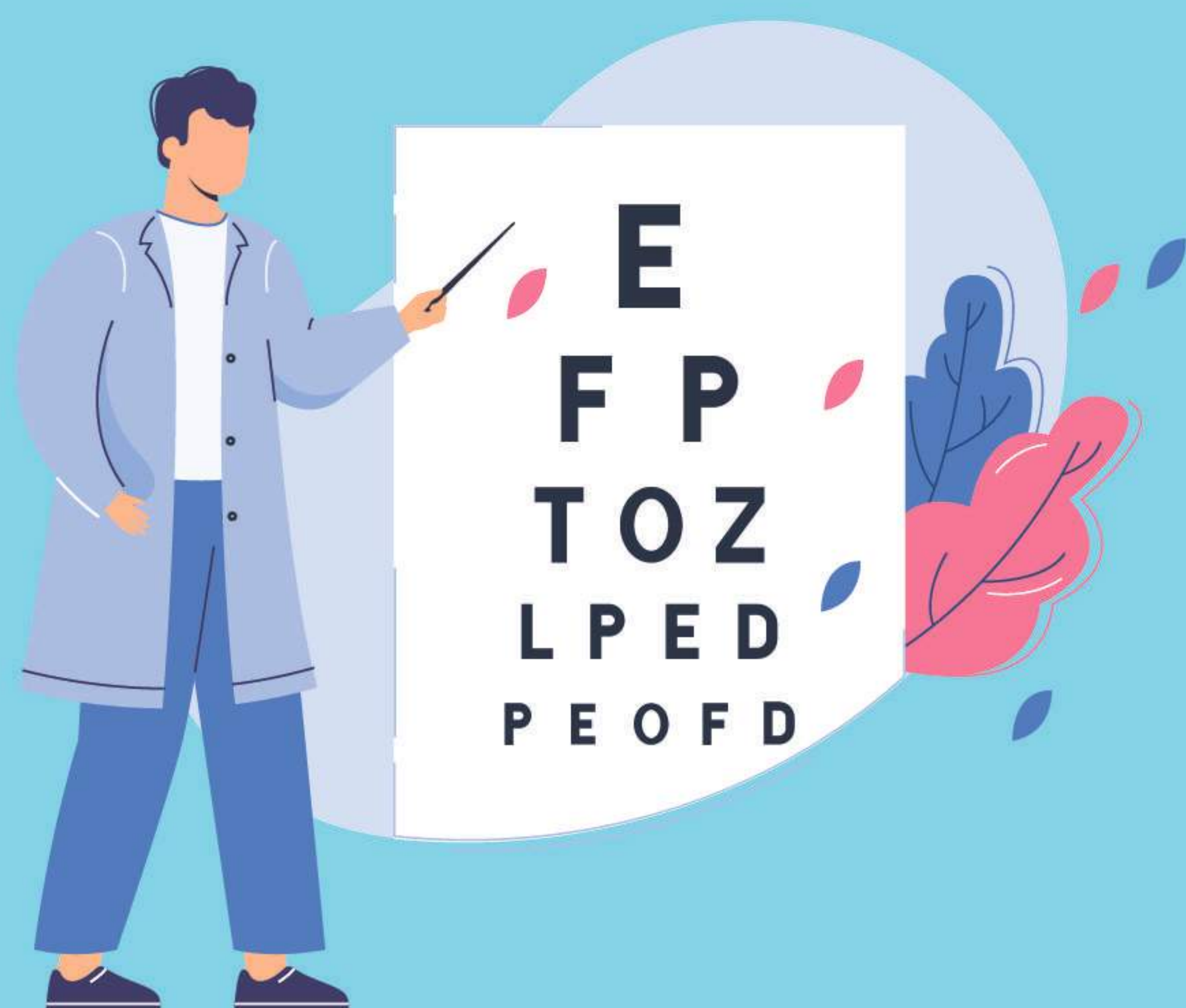


<https://docs.google.com/presentation/d/1R8bJai5mMey0C9yxO-2Z1wEVwj44u4K4f/edit?usp=sharing&ouid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true>

美德與品格強項：節制（小心、謹慎、審慎）

題目中有不少相似的圖案，例如單車與電單車。幼童軍於作答前，必須作出仔細分析，減少因為衝動決策而出錯，訓練他們審慎思考的能力。

注意事項：本遊戲的玩法比較簡單，但導師要跟據同學的能力，來判斷要給多少時間數出相應的物件。另外，遇上相對困難的題目時，導師可給予適當的提示，以鼓勵同學作答。



數學拍拍拍

目的：遊戲訓練幼童軍的反應能力，同時考驗幼童軍對數字的觸覺。

人數：4-8人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：由導師說出一個數字，大家依次從1開始順序數數，數到含有該數字的數量或該數字的倍數，要以拍手來代替，下一位同學繼續數下面的數，直到有同學做錯，便完結回合。



https://docs.google.com/presentation/d/1w_9kA2zFPiFw0qX-VgEqULsNUwfMrMBSe/edit?usp=sharing&oid=110071141230517363097&rtpof=true&sd=true

美德與品格強項：節制（小心、謹慎、審慎）

幼童軍於拍手前，須小心審視該數字是否含有題目的數字或倍數，讓他們學習小心審視自己的行動。

注意事項：當同學做錯動作後，導師可以先安慰及鼓勵同學，才開始新的回合，以增加同學的信心。另外，題目可因同學的數學程度及年級，作出適當的調整。



世界之最

目的：讓幼童軍互相欣賞大家的優點，藉著讚美的說話，培養組員之間的感情。

人數：6-10人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：大家輪流從紙箱中抽取一張題目卡，把內容讀出來，然後將它交給在小組中形容得最貼切的同學。

參考題目：善良 / 誠實 / 隨和 / 大方 / 樂於助人 / 開朗

美德與品格強項：節制（謙恭和謙遜）

遊戲的題目卡皆為正面的性格特質，鼓勵幼童軍謙遜地欣賞其他同學的性格強項。另外，收集到題目卡的同學能對自己的強項作出肯定，學會接納自己。

注意事項：如在Zoom進行，題目卡可以用電腦及PPT檔案來代替，並由導師挑選題目，再由同學一起討論及揀選。



Transcendence 靈性及超越篇

Appreciation of Beauty & Excellence 對美麗和卓越的欣賞

Gratitude 感恩

Hope 希望、樂觀感和未來意識

Humor 幽默感和挑皮

Spirituality 靈修性、對目的的觀念和信念



開心傳球

目的：適合在熱身遊戲中使用，可以增加小組的氣氛，並考驗幼童軍在日常生活中對不同事物的觀察。

人數：4-8人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---3分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：於回合開始前，導師及所有同學需展露燦爛的笑容，並大聲地說「開心傳球」。然後，導師要定一條題目，並說出一個與題目相關的答案。跟著，導師邀請其中一位同學作答。那位同學需跟據導師的題目來說出相關詞語，然後邀請其他同學作答，但答案不可與其他同學的詞語重複，直至有人說不出答案為止。如有同學說不出答案就完結遊戲，並需說出一個新的題目來開始新的回合。

參考題目：卡通人物 / 想多謝的人 / 四字詞語 / 自己的優點 / 今日發生的好事

美德與品格強項：靈性與超越（幽默感和挑皮；感恩）

開心傳球要求幼童軍於遊戲期間面露笑容，強調遊戲以輕鬆活潑的形式進行，為小組帶來愉快的氣氛，增添幽默感。另外，遊戲題目包含感恩的元素，幼童軍可以籍著遊戲向身邊的人表達謝意，並鼓勵他們多留意日常生活發生的好事，培養感恩的心。

注意事項：當同學想不到或說出重複的答案後，導師可以先安慰及鼓勵同學，才開始新的回合，以營造輕鬆氛圍。



5秒定律

目的：遊戲考驗幼童軍的反應能力、創意及對日常生活的認識。

人數：4-8人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---3分鐘
2. 遊戲時間---7分鐘
3. 總結及反思---3分鐘

玩法：由導師開始，說出題目，然後邀請一位同學作答。該位同學面前有一個5秒計時器，他必須在計時結束前，答出符合題意的答案。當大部分同學同意其答案，即表示回答成功，該同學會獲得一分。當計時器計時結束，但該同學未能回答，即表示回答失敗。無論該同學回答成功與否，都要邀請另外一位同學接受挑戰，聆聽導師說出下一條題目。經過所有回合，最高分的同學便勝出。

參考題目：3種顏色 / 3個想多謝的人 / 3項運動 / 3個自己的優點 / 3種交通工具 / 3個自己未來想做的職業

美德與品格強項：靈性與超越（對美麗和卓越的欣賞）

遊戲題目牽涉不同範疇，考驗幼童軍有否留意及欣賞生活及周遭的事物，包括及不限於大自然、藝術、數學、科學及日常生活的點滴，從而鼓勵他們多欣賞身邊美麗和卓越之處，提升快樂感。

注意事項：如有同學未能在限時內回答問題，導師可加以鼓勵，使其更有信心參與活動。



收收手指

目的：適合在熱身環節中使用，以輕鬆愉快的氣氛進行遊戲，探討大家對未來的想法。

人數：4-8人 **時間：**10-15分鐘

1. 介紹遊戲玩法---2分鐘
2. 遊戲時間---6分鐘
3. 總結及反思---5分鐘

玩法：首先，每位同學舉起手並打開五根手指。然後，同學輪流說出自己想做的某一件事情或目標。如果同學也有相同的想法，便放下一隻手指。最先放下五隻手指及握拳的同學就勝出。

美德與品格強項：靈性與超越（希望、樂觀感和未來意識）

導師於反思環節中，可以引導幼童軍檢示自己對未來的期望，並協助他們訂立明確的目標，鼓勵他們付諸實行；讓幼童軍從遊戲中建立希望感，對未來感到樂觀。

注意事項：導師可在反思時間中，與同學討論他們的目標以及將來想完成的事情，以協助他們實踐。



Reference 參考資料

Positive Education Laboratory, CityU HK (香港城市大學正向教育研究)

Positive Education Hong Kong (香港正向教育)

World Scout Bureau (世界童軍組織)

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.

Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. New York: Free Press.

Tang G.J., Yao Y. S., & Qiu M. Y. (2010). Xi Le Gong Cheng. Hong Kong: Breakthrough.

康文署. (2021, July 7). #活力仔有心水 - 人人起勁活力操. Facebook Watch.

Retrieved March 25, 2022, from

<https://www.facebook.com/LCSDPlusss/videos/%E6%B4%BB%E5%8A%9B%E4%BB%94%E6%9C%89%E5%BF%83%E6%B0%B4%E4%BA%BA%E4%BA%BA%E8%B5%B7%E5%8B%81%E6%B4%BB%E5%8A%9B%E6%93%8D/550122112694758/>

活力健康操 - 鏡面教學 - YouTube. (n.d.). Retrieved March 24, 2022, from

<https://www.youtube.com/watch?v=jEUWEPZ689w>

活力操 - 挑戰版 lively dance - level three - YouTube. (n.d.). Retrieved March 24, 2022, from

<https://www.youtube.com/watch?v=hfpAsqWYx90>

Joint Authorship 聯合製作單位：

1. Scout Association of Hong Kong, Leadership Training Institute
香港童軍總會 領袖訓練學院
2. 1385th New Territories East Group (The Salvation Army Tin Ka Ping School)
新界東第1385旅(救世軍田家炳學校)
3. Department of Psychology, The Education University of Hong Kong
香港教育大學教育心理學系

© 2022 香港童軍總會、救世軍田家炳學校

All rights reserved. Any redistribution or reproduction of part or all of the contents in any form for commercial purpose is prohibited.

版權屬合作著作權所有，歡迎以任何形式轉載用作推動童軍運動，請註明出處。