



因爱而生，共享康乐

回家的路教案

本内容的著作权归上海福唏康乐活动发展中心
未经中心允许，不得擅自转载、复制以及盗用到未经许可的营业场所、
机构活动及培训中，如有上述行为将可能被追究其民事、刑事责任。

一、教学目标：

1. 通过手指操的运动锻炼活动参与者的手指肌肉。
2. 利用回家的路卡牌游戏作为语言能力训练的工具，达到锻炼语言功能的作用。
3. 通过团体游戏的氛围，促进活动参与者互相的沟通和互动。

二、教学重点：

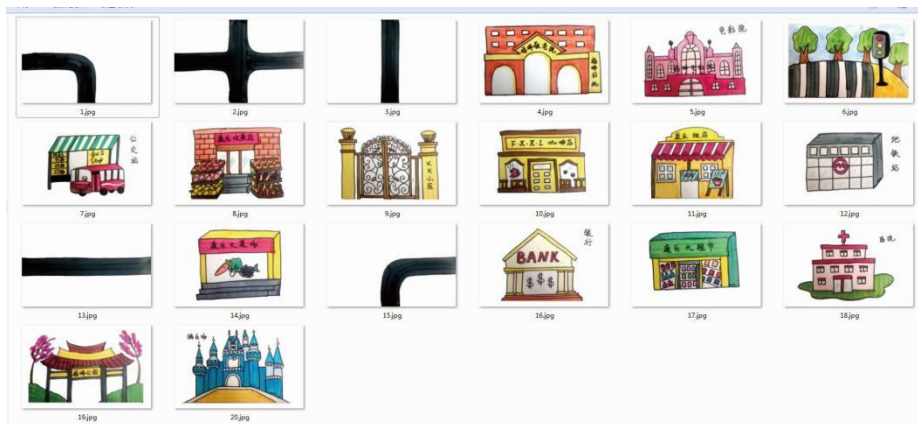
利用回家的路卡牌游戏作为语言能力训练的工具，达到锻炼语言功能的作用。

三、教具准备

回家的路功能训练套装。

音乐：大海航行靠舵手

套装内包含：



37 张卡牌分类：

功能牌：包括道路牌 4 种，各 4 张；红绿灯牌 1 种 4 张，汽车站牌 1 种 4 张，合计 24 张。
地点牌：包括养老院和日托（为 1 张卡牌）、地铁站、电影院、水果店、小区、咖啡店、饭店、菜场、银行、超市、医院、公园以及游乐场各 1 张，合计 13 张。

游戏人数：1 人以上。

游戏故事：阿毛爷爷入驻养老院（或者日托）了，有了许多新伙伴，这天大家围坐在一起询问阿毛爷爷家的住址，阿毛爷爷说呀，我家向南走穿过一个十字路口，经过一所饭店，一个



因爱而生，共享康乐

超市，再向东走，经过一个红绿灯，旁边是个菜场，就到我们小区啦。那么你们的家在什么地方呀？

游戏玩法 1:

- 1、让活动参与者先找出东南西北 4 个方位，然后在这些方位附近确定一个起始地点。比如阿毛爷爷从养老院出发，那么找到养老院的大致方位，放上养老院的卡牌。
- 2、确定一个目的地，让老人一边回忆路线，一边进行语言讲解，从东南西北哪里出发，经过哪条马路，经过的地方有包含到卡片信息的可以将卡片放置在相应位置上，比如阿毛爷爷回家的路线是这样的。
- 3、难易度可以根据目的地远近调节。可以从各个地方出发到各个地点的路线，更多有趣的路线等待您的开发。



康乐目的：回家的路是认知训练游戏的一种，该款游戏旨在锻炼玩家的方向定位性以及语言功能，并且在描述的过程中锻炼了玩家的逻辑思维。

四、教学内容：

1、 准备阶段：

课前提前 10 分钟到达活动现场，将所要用的教具整理好。如果已经有老人在现场了，先和老人打招呼，陌生老人可以询问名字、年龄，熟悉的老人直接问好，也可以聊一下今天的天气情况，穿衣状况等。

后续老人陆续进场，依次问好，并且在正式上课前做好签到工作。尽量营造轻松欢乐的氛围，缓解老人紧张的情绪。

座位摆放：围一桌而坐即可。

2、 健康操阶段：（10）

引入话术：叔叔阿姨欢迎今天来参加我们今天的活动，在参加活动之前呢，让我们来小小的运动一下吧，现在请大家伸出你们的手。

健康操：可以是手指操、上下肢操、健脑操等各种操，可以整套操一起做也可以几套操混合做，例如做 8 个小结的手指操再做 4 个小结的下肢操。

做健康操的时候要求老师先做一个示范动作后喊开始，然后数拍子进行做操，而不是跟着音乐直接做操，这样做的好处有一是能够老师灵活方便的根据季节、天气情况对操进行调整，二是能够方便活动参与者进行跟做，因为有些活动参与者的能力较弱，如果直接跟着音乐做操也许跟不上，喊拍子的话老师能够根据活动参与者能力进行速度调节。

结束话术：好了，今天的健康操就做完了，接下来我们一起来玩一个很好玩的的游戏。（一边说一边把教具拿出来。）

3、 康乐阶段：（45 分钟）

- （1）引入话术：先找出一张养老院牌，将这张卡牌作为起始点，然后告诉他们阿毛爷



因爱而生，共享康乐

爷的故事，随后分别介绍各个卡牌的功能。工作人员可以自己演示一遍玩法，从这里出发到达家里的地址。（5分钟）

（2）随后邀请一名比较活跃的活动参与者，在桌面上摆出从起点到家里的位置，一边摆放一边要求说明方向，不能说明方向的可以以前后左右作答，但是经过一些标志性地点时候，需要摆放出卡牌。（如果卡牌老人看不清，可以由工作人员来摆放）（20分钟）

（3）等所有人都讲过路线后，设计一条新的路线，可以是周围的超市、电影院、公园等各种有特色并且在附近的建筑，找到相应卡牌，起点可以设置成家里出发，然后找到相应的地点路线，也邀请比较活跃的老人开始。（20分钟）

（4）总结今天游戏概况，讲述游戏目的，回家的路是认知训练游戏的一种，该款游戏旨在锻炼玩家的方向定位性以及语言功能，并且在描述的过程中锻炼了玩家的逻辑思维。

3、互动阶段——猜谜达人（5分钟）

引入话术：那我们回家的路都找到了，接下来我们动一下脑子，猜点谜语，等一下，我说谜语大家抢答，不用举手，谁先知道答案说出答案即可。

- （1）一个黑孩，从不开口，要是开口，掉出舌头。【谜底】瓜籽
- （2）人脱衣服，它穿衣服，人脱帽子，它戴帽子。【谜底】衣帽架
- （3）屋子方方，有门没窗，屋外热烘，屋里冰霜。【谜底】冰箱
- （4）两只小口袋，天天随身带，要是少一只，就把人笑坏。【谜底】袜子
- （5）弟兄七八个，围着柱子坐，只要一分开，衣服就扯破。【谜底】蒜
- （6）独木造高楼，没瓦没砖头，人在水下走，水在人上流。【谜底】雨伞
- （7）身穿大皮袄，野草吃个饱，过了严冬天，献出一身毛。【谜底】绵羊
- （8）一个小姑娘，生在水中央，身穿粉红衫，坐在绿船上。【谜底】荷花
- （9）颜色白如雪，身子硬如铁，一日洗三遍，夜晚柜中歇。【谜底】碗
- （10）有面没有口，有脚没有手，虽有四只脚，自己不会走。【谜底】桌子

4、结束阶段（2分钟）

结束话术：好了，你们都非常厉害，谜语都被你们猜中了，那么我们活动也要结束了，感谢大家参与我们今天的活动，下周的同一时间我们将会和新游戏和大家见面哦，不要忘记下周继续来参加哦！

然后和大家打招呼再见，并且告诉离别的活动参与者下次活动具体的时间。

整理教具，将教具放回原处，方便下次再用。