



因爱而生，共享康乐

## 火山探险教案

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. 用火山探险游戏训练老人的算数能力，同时增强老人之间的交流。
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：

用火山探险游戏训练老人的算数能力，同时增强老人之间的交流。

### 三、教具准备

火山探险功能训练套装。

#### 套装内包含：

1. 火山模型一件
2. 骰子 1 个，分别为 1 点、2 点、3 点。
3. 立体人物 5 个
4. 3 套题卡（每套题卡 40 张，其中 35 张数字题卡，5 张陷阱卡），共 120 张。

**游戏人数：**2 人以上。

#### 游戏玩法：

1. 将火山模型放置于桌面中央，每人选取 1 个人物角色。
2. 从第一套基础题卡开始，每人利用 7 张题卡（6 张算术题卡，1 张陷阱卡）以火山为目标铺成一条路。
3. 从一人开始扔骰子，根据骰子上的点数向前走步，同时需要正确回答出题卡才可以前进，否则原地停留，如果遇到陷阱，则该玩家暂停游戏一次。以此类推，轮流扔骰子向前进，最先到达火山的人获胜一轮，将火山模型翻转放置可看到火山喷发。
4. 接下来按照第 3 步相同的方法玩第 2 套题卡和第 3 套题卡。

**康乐目的：**此游戏目的主要是训练老人的算数能力，同时增强老人之间的交流。



#### 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：活动参与者围坐在一桌即可。如果桌子为长方形，则开两桌。

##### 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，接下来来做一个小游戏。（一边说一边把教具拿出来。）

##### 3、康乐阶段：（40 分钟）

（1）引入话术：（打开游戏盒，拿出火山，探险小人，卡牌），猜一下这是要做什么？给活动参与者一些小提示，数字卡牌。（2 分钟）

（2）示范游戏玩法，讲解一下，并且示范一下成功后的火山探险是如何摆放的。（3 分钟）

（3）由年龄最大的玩家开始扔色子，然后走步，走到哪里就要计算出哪一个卡牌上的数字。就一轮一轮的玩，直到第一个走到火山口的赢得胜利（30 分钟）

（4）总结今天游戏概况，并且讲述游戏技巧。

##### 3、互动阶段——数字反反（10 分钟）

引入话术：今天计算数学的游戏做完啦。。。我们都已经了解了火山内部，探险成功，接下来我们要玩个跟数字有关的小游戏，数字反反。

打印出一个 4，有正 4 和相反的 4（水平翻转 180 度即可）可以是各种角度的，然后拿出来让玩家猜测是正 4 还是反 4。

##### 4、结束阶段（2 分钟）

结束话术：好了，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有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。