

身體感覺 任務卡



觸感探索

你不小心跌入湖泊中，被八爪魚先生捉住，要你成功回答問題才放你走。

請你閉上眼睛摸摸身邊的一件物品，感受它的觸覺。

(請上一個玩家選一件物品給你)

- ▶ 你有什麼感覺？這件物件是硬的還是軟的？
- ▶ 你覺得它是什麼物品？



完成任務，八爪魚先生一噴墨汁，送你到第18格。

身體感覺 任務卡



鏡子動作

你拾到一塊魔鏡，它要你邀請一位玩家，請他做一個動作。

你要留意他的動作，並模仿出來。



完成後，兩位玩家可一同行前2格。

身體感覺 任務卡



感官探索

你來到一條村莊，族長很熱情的招待你，在你面前放滿食物。你現在要選一種食物。

(請於自行準備的2-3種食物中，選出1種食物並回答以下至少2個問題)



看看是什麼顏色？



摸摸這個食物，你有什麼感覺？它是軟還是硬的？



聞聞是什麼味道？



吃吃看，是什麼味道呢？



吃得很飽了，充滿力量後，轉眼你就到了第44格。

身體感覺 任務卡



企鵝走路

來到冰山區，你要抵擋著風雪前進。

請扮成企鵝，雙腳拍齊，慢慢在原地行4步。



完成後，小企鵝帶你前進至第88格。

身體感覺 任務卡

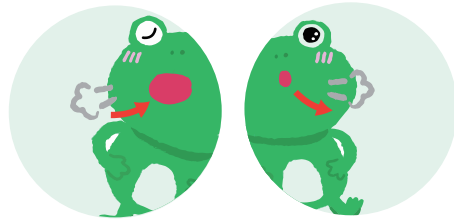


腹式呼吸

青蛙合唱團邀請你運用腹式呼吸。

請跟從青蛙們以下呼吸方法做2次。

(請家長先向幼兒示範一次)



\\ 吸氣 \\
肚脹

\\ 呼氣 \\
縮肚



完成後，
青蛙帶你跳到第57格。

身體感覺 任務卡



抱抱呼吸

熊熊要訓練你關懷自己。

請你跟熊熊的指定動作一齊呼吸
2次。



\\ 吸氣 \\
緊抱身體

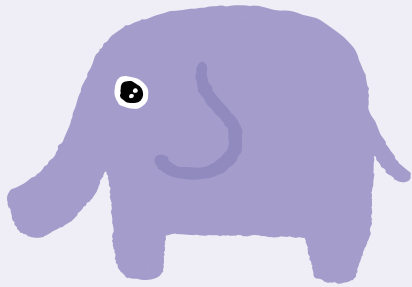
\\ 呼氣 \\
放鬆身體
雙手張開

*身體動作可對調，如吸氣時雙手張開。



熊熊一口氣就
把你吹到第50格。

身體感覺 任務卡

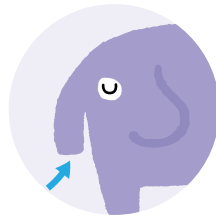


數1-4呼吸

大象先生被獵人抓著，需要你的幫助。

請你和大象先生一起慢慢吸氣4秒，
然後再慢慢呼氣4秒，吹走獵人。

(玩家心中數4秒便可)



\\吸氣4秒\\



\\呼氣4秒\\



成功吹走獵人了！大象先生
用象鼻送你到第63格。

身體感覺 任務卡



聲音偵測

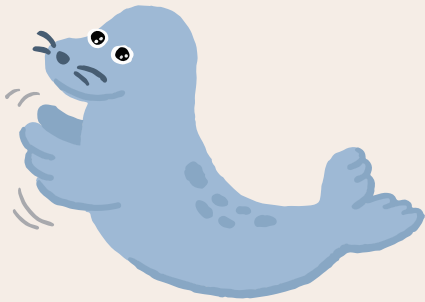
來到蝙蝠洞，蝙蝠首領要你回答以下
兩條問題才讓你通關。

- ▶ 你聽到身邊/房間內有什麼聲音？
- ▶ 你聽到遠處/窗外有什麼聲音？



完成任務，
蝙蝠首領帶你飛往第80格。

身體感覺 任務卡



海獅拍手

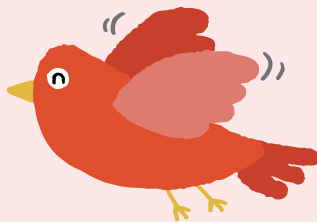
來到海邊，遇見了海獅先生，你想與牠成為朋友。

請扮海獅做拍手動作，拍4下。再告訴海獅先生，手掌有什麼感覺。



和海獅先生告別後，你可以到第8格。

身體感覺 任務卡



小鳥拍翼

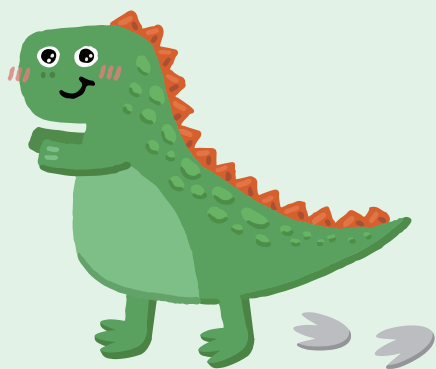
大鳥先生受傷了，請你協助牠練習飛翔！

請你扮成小鳥，想像雙手變成翅膀，伸直雙手上下拍動，拍動5次。



大鳥先生帶你向前飛到第97格。

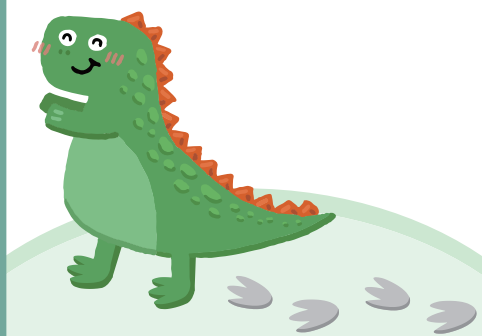
身體感覺 任務卡



恐龍走路

來到冰川，有很多恐龍，你要扮成小恐龍，免得被發現！

請扮成恐龍，用很重的步伐向前走4大步。



你避過了恐龍，
前進至第71格。

身體感覺 任務卡



摘香蕉

前面有一棵好高的樹，你看見小猴子怎麼也摘不下香蕉。

請你跑到最高，並伸長雙手幫牠摘香蕉。



成功摘取香蕉，
小猴子送你到第34格。