

綠野

農場

桌上型遊戲



／朝陽科技大學景觀及都市設計系

王傳程





- ✦ **方案名稱：**綠見農場 桌上型遊戲
- ✦ **創作者：**王傳程
- ✦ **方案目標：**
促進高齡長者學習種植植物相關知識活化腦力，
促進社會互動並放鬆心情。
- ✦ **參與者條件、資格及人數：**
12 歲以上、3-15 人。
- ✦ **摘要：**
運用有趣且不複雜的植物成長桌遊促進長者在遊戲過程中與他人互動，放鬆心情。接續的種植植物（播種）活動則利用實際種植與討論促進長者學習植物的相關知識。
- ✦ **活動時間與長度：**
90 分鐘
- ✦ **活動地點與設備：**
養老院中庭廣場（室內），需有桌遊、桌椅及投影幕。



★評估方式或方法：

考量長者的喜好與對植物的認知程度，選擇較為合適的植物種子，依長者需求桌遊進行時建議每桌須有 1 位桌長。

★材料與工具

- 桌椅
- 桌遊 (數套)
- 水
- 容器 (裝土用)
- 盆器
- 土壤
- 植物種子 (數種)
- 鏟子
- 手套
- 電腦
- 投影設備

★方案內容說明與實施程序

活動分為兩大部分，第一部分為桌遊遊戲，主要以與種植植物成長過程、照顧方式相關的桌遊牌卡，讓長者分組進行 (每組參與人員為 6 人)，藉由遊戲過程促進長者與他人互動、產生歡樂正向情緒、放鬆心情。第二部分為種植活動，讓長者選擇一種自己喜歡的蔬果，從播種開始種植。過程中，活動帶領者也藉由說明或問答、討論的方式，協助長者獲得照護植物的知識。



創意綠療育活動方案表

★單元名稱：綠見農場 桌上型遊戲

★活動次數：1 次

★時間長度：90 分鐘

★活動目標：

促進高齡長者學習種植植物相關知識、活化腦力，促進社會互動並放鬆心情。

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
破冰及自我介紹 10 分鐘	<ol style="list-style-type: none">1. 主持人開場自我介紹，講述今日活動方案執行介紹，拉近參與者彼此的距離。2. 破冰活動實施 3 次，投影片放出兩張多種蔬果的畫面，參與者較少時可將圖卡印出，讓年長者要在最短的時間找出圖卡中兩個重複的蔬果，即可獲勝。	麥克風、 破冰圖卡、 電腦、投 影設備、 桌椅	
活動引導 10 分鐘	帶入活動主題，運用簡報教學講述植物的一生。	麥克風、 投影設備、 電腦	



活動內容 與時間	實施程序	設備 與材料	備註
桌遊活動 執行 25 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 1. 選擇蔬果的圖卡，依照參與者喜好選擇一種喜歡的蔬果進行種植。 2. 由主持人指揮輪流擲任務骰，每人依照骰子點數完成相對應任務。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 植物健康長大 (往前 1 步) (2) 颱風天農務受損重新種植 (重新種植蔬果) (3) 忘記澆水 (往後 1 步) (4) 施肥中快速長大 (往前 2 步) (5) 發揮愛心幫助他人澆水 (指定 1 人往前 1 步) (6) 農務公休 (下 1 回合暫停 1 次) 3. 植物完成生長全步驟即可獲勝 (種子、發芽、綠葉、盛開、結果及枯萎 6 個步驟即可過關)。 	桌遊	
蔬果種植 15 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運用遊戲中所學到的知識進行蔬果的種植。 2. 種植的程序從裝土→挖洞→放種子→覆土→澆水。 3. 利用說明與問答的互動方式，說明如何照顧種植的植物。 	容器 (裝土用)、盆器、土壤、植物種子 (數種)、鏟子、手套	
活動結束 與回饋 30 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動收尾統整今日的課程，請參與者分享當天學習到的內容及心得。 2. 活動帶領者統整植物的一生並提醒照護種植的方法，使長者往後照顧植物更為順利。 3. 共同清理環境。 	回饋單	