

宣明會- 誰是「煮」角體驗活動指引

A. 背景

世界糧食生產量不斷上升，糧食其實足以養活地球上的每一個人，但世界上仍有十分之一的人沒有足夠食物，超過八億人營養不良。除了資源分配不平均，氣候變化、貧窮、戰爭衝突及人類的浪費行為等都令問題加劇。

B. 目的

透過互動遊戲，讓學生體驗資源分配不平均及食物浪費的現況。
鼓勵學生反思個人生活習慣，學習珍惜食物及與人分享。

C. 建議對象

小四至小六學生 (100-150位；建議穿著運動服)

D. 流程

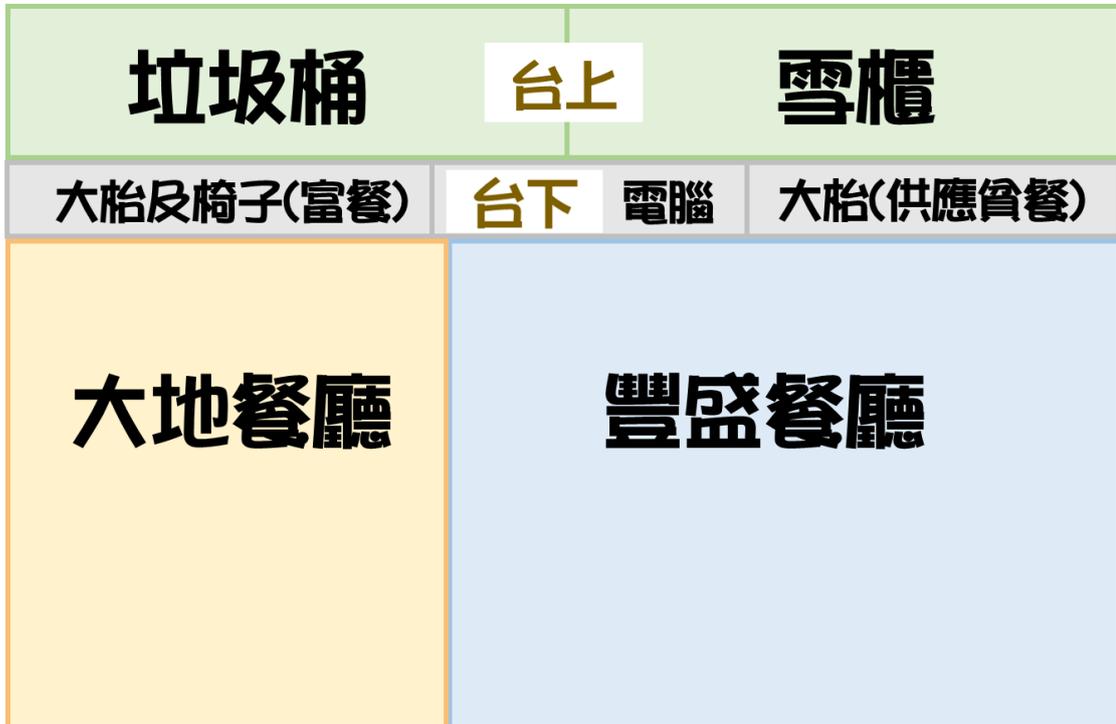
項目	所需時間	內容
活動前準備	30分鐘	物資準備及場地佈置 (禮堂)
同學進場	10分鐘	派發食物卡，到指定餐廳坐在地上
活動進行中 (60分鐘)	10分鐘	活動簡介
	20分鐘	食材分組遊戲
	30分鐘	1. 貧富餐 2. 分享感受及播放影片 3. 活動總結
同學離場	5分鐘	安排同學離場
活動完成後	15分鐘	清理場地

E. 人手分配

1. 所需人手：除負責老師外，按參加班別，每班約需至少1位老師在場
2. 活動前：負責老師及兩位同工，作場地佈置
3. 活動期間：
 - 1位老師負責到台上帶領活動及展示簡報 (或由宣明會人員負責)
 - 於「大地餐廳」及「豐盛餐廳」各需最少1位老師檢查食材組合 (請參考 F.場地佈置)
 - 1位老師帶領指定學生到達(或離開)台上的「雪櫃區」或「垃圾桶區」
 - 其餘老師協助學生每回合遊戲分組及維持秩序

F. 場地佈置 (禮堂)

1. 台前預先放置桌椅供應貧富餐食物
2. 台下主要分為「大地餐廳」及「豐盛餐廳」，台上另設「垃圾桶區」及「雪櫃區」。請於活動前提早以膠紙及繩在地上劃分不同區域，並在當眼處或椅背上貼上該區的區域指示牌
3. 場地佈置圖參考圖如下：



G. 物資準備

由宣明會提供		
饑饉活動海報		3 張
食材卡 (每位同學1張；於活動進行中拿著)		150張
場地區域指示牌		8 張
感謝卡 (活動後派發)		每位同學1張
饑饉反思工作紙 (以電郵寄出，請學校自行打印)		每位同學1張
活動當日學校所需物資		
投映及音響設備 (手提電腦、投影機、上網設備、無線咪3支)		1 套
大枱		2張
座椅 (只供富餐同學使用)		20-40張
座椅 (場地佈置用)		8-12張
繩 (場地佈置用)		1卷
膠紙 (場地佈置用)		數卷
剪刀 (場地佈置用)		數把
計時器		1 個
食物 (*請盡早與飯商溝通午膳安排改動) (貧富餐人數: 請參考 H.活動內容1.1部份或向宣明會職員查詢)		
貧餐食物	全麥麵包	每位貧窮人1-2片
富餐食物	漢堡包或薄餅	每位富有人1個/件
	小食(例如雞翼，香腸等等)	每位富有人1份
	甜品(例如蒟蒻或布甸)	每位富有人1份
	汽水或果汁	每位富有人1盒

* 為支持環保，請同學自備飲用水，避免訂購樽裝水

H. 活動內容

活動分為兩大部分：1. 誰是「煮」角遊戲；2. 貧富餐

1. 誰是「煮」角遊戲

1.1 進場安排

- 每位學生進場時均獲派一張食材卡，每位學生代表一款食材。請學生收到食材卡後到所屬餐廳（大地餐廳/ 豐盛餐廳）的區域就坐
- 食材種類及數量（請務必按照以下指定數目派發遊戲卡予學生）

大地餐廳(黃卡)：固定 50 張 = 菜(20 張) + 薯仔(20 張) + 粟米(10 張)

*必須確保派發所有黃卡，遊戲方可順利完成

豐盛餐廳(藍卡)：(總人數 - 50) ÷ 5 = 肉/ 芝士/ 蕃茄/ 青椒/ 面粉

*必須確保派發最少 50 張藍卡，遊戲方可順利完成

(*如有餘數，肉及芝士則佔較少)

例子：

總人數	菜	薯仔	粟米	肉	芝士	蕃茄	青椒	面粉
100	20	20	10	10	10	10	10	10
125	20	20	10	15	15	15	15	15
137	20	20	10	*17	*17	17	18	18
150	20	20	10	20	20	20	20	20

1.2 遊戲玩法

- 螢幕會顯示兩間餐廳需製作不同的食品，以及所需的食材（如下圖顯示）



- 學生需按各餐廳需要，於每回合**限時 3 分鐘**內跟其他食材組合成所需食品，然後舉手示意；老師檢查組合正確後請全組坐下
- 遊戲共 **4 個**回合，每回合都會出現不同狀況或結果，部分學生有機會到台上的「雪櫃區」或「垃圾桶區」，又或從台上返回所屬餐廳。請老師按情況向學生提供指示
- 請老師協助學生組合食品，盡可能讓最多學生完成組合，以配合遊戲結局

2. 貧富餐

- 在遊戲中扮演肉及芝士的學生吃富餐，其他學生吃貧餐
- 富餐食物可預先放在大枱上
- 貧餐食物可在同學坐下後，由老師派發

I. 參考資料

1. 教學資源：

如想了解更多有關飢餓議題，請於宣明會網頁內的「教學資源」搜尋主題「飢餓與糧食保障」

<http://www.worldvision.org.hk/learn/hongkong/educational-services-resources>

2. 全球飢餓問題：

如想了解更多，請瀏覽宣明會「專題探討」網頁

<http://www.worldvision.org.hk/learn/hunger>

J. 籌備時間表及備忘清單

(請在已完成項目上加上)

最少4星期前
派發家長信
預約場地
訂購食物
預備及購買所需物資
向宣明會索取宣傳海報，在學校進行宣傳
申請借用宣明會物資及捐款箱(如適用)
細閱宣明會籌款活動指引(如適用)
(可於 http://www.worldvision.org.hk/images/Learn/download/fundraising_activity_guidelines_chi.pdf 下載)
2星期前
安排同事到本會索取活動物資
提醒同學穿著運動衫及帶備所需物品
確定及檢查場地、設備、食物及物資
活動後1個月內
在校內張貼分享活動照片及學生感受
進行活動檢討，填寫活動意見表
與宣明會分享活動/學習成果/相片/影片
與宣明會跟進捐款事宜(如適用)
歸還借用物資(如適用)