

2009 親子運動日

康體遊戲

組別：按參賽兒童的年齡分組：A 組 7 至 10 歲、B 組 4 至 6 歲、C 組 2 至 3 歲；
每隊由 1 名兒童(組別規定年齡內)和 2~4 名家庭成員組成，性別不限；每隊 3 人出賽(包括一名兒童)

遊戲項目

C 組 (2-3 歲)：

1. 得心應手

每隊分派三球，小朋友分別把球推向前方之拱門內，計算其三球完成的時間。若未入之球，可由家長檢回再交給小朋友繼續進行，在旁的另一位家長可從旁提示及指導，直至把三球全部推入拱門內為止。(時限一分鐘)

2. 歡樂迴響

小孩手執鑼錘，向站在前方的家長(手持銅鑼)行前並打響。完成時間計算所需時間。

B 組 (4-6 歲)：

1. 環環相扣

小朋友及一位家長均站在起點線上，各人分別手持彩圈各 8 個，逐一向前方目標柱拋去，在 20 秒時限內，計算拋入目標柱的數量。為爭取時間，可把未入之彩環拾回繼續進行。

2. 運轉乾坤

每隊派出 2 人(小朋友及一位家長)，將中型彩球合力向前推進，按照規定之路線，中途必須繞過障礙，最後通過折返點按原路線返回起點為終止。計算所須的時間。

A 組 (7-10 歲)：

1. 手足情深

每隊派出 2 人(其中包括一位規定年齡的小朋友)，把兩人相鄰的兩隻腳網綁。共同向終點進發，計算各隊所需之時間。

2. 有球必應

每隊派出 2 人，每隊一球。小朋友司職投籃(每隊均設置一個小型籃球架)。家長負責檢球，於 30 秒時限內，計算各隊所投入的球數。