

致各分隊家長：

謝謝家長一直對本機構的支持，總部除了有不同的活動讓隊員可參與，也有不同的親子活動讓家長也可一同參與。

我們將於 18 年 5 月舉行親子競技日，誠邀家長帶同隊員一同參與，並且可邀請你們的非 G. B. 的家庭成員、朋友、鄰居一同參與，讓他們也可一同認識 G. B.，加入我們的大家庭!!!

是次活動鼓勵家長與孩子以運動有更多溝通的機會及增加親子時間，除了競技賽，也加插攤位遊戲，以親子為主題。資料如下：

日期	26/5/2018(六)
時間	下午 2-5 時(如跟旅遊巴，集合時間由導師再通知)
地點	大埔循道衛理小學(大埔第九區棟樑路十號)
對象	歡迎隊員帶同家人出席並可邀請非 G. B. 鄰居朋友同學出席
內容	開幕禮、競技項目、攤位遊戲
參加方式	4 人組成一隊(2 大人 2 小孩) 大人：家長/長者/中學生(深資組)；小孩：小學隊員 / 小學生
備註	本機構會在指定地點提供旅遊巴, 詳情可向分隊導師了解

競技項目：

接力呼拉圈

在限時 5 分鐘參加者依次序手牽手排成一行，將呼拉圈由第 1 人傳到最後 1 人

障礙接力賽

第一關：頭頂著書本由起點步行往跑道另一端；

第二關：用匙羹由跑道一端運送乒乓球返回起點；

第三關：參加者必須彎身、手指指著腳尖，原地自轉 3 圈，再前往跑道另一端；

第四關：參加者須以蟹步返回起點；

拋接豆袋

1. 兩個隊伍同時進行比試；

2. 參加者依次序排列一行；

3. 每組獲發 5 個豆袋；

4. 由小朋友負責拋豆袋，大人則負責頭頂籃子接豆袋；

5. 第一位拋豆袋進第二位的籃子內；

6. 再由第三位籃子內取出豆袋，再拋進第四位的籃子內；

7. 如此類推，成功拋進第四位成員籃子內的豆袋較多的一組勝出。

帶球跨步行

1. 兩個隊伍同時進行比試；

2. 按指示在跑道兩側排列；

3. 每組獲發球 1 個；

4. 每位參加者必須以交叉形式，把球在雙腿中間跨過，並前行；

5. 參加者須由一方以上述形式前往另一方，並進行交接；

6. 如此類推，直至最後一位返回起點；

7. 第四位成員較快到返回起點的一組勝出。

合作趕球

1. 每個隊伍需按指示分為兩組；
2. 每隊獲發竹支 2 支及球 1 個；
3. 把球放在地上，並用竹支合作把球推往另一方；
4. 然後進行交接，由另一個組合以同樣方法把球推回起點；

籃球挑戰站

1. 兩個隊伍同時進行比試；
2. 每隊獲發籃球 1 個；
3. 每位參加者須輪流投球；
4. 大人投射範圍為「3 秒區外」，小朋友投射範圍為「3 秒區內」；
5. 大人投球成功每球得 1 分，小朋友投球成功每球得 2 分；
6. 於限時內得分最多的一組勝出。

-----回條-----

致：總部（傳真：2602 7663）/可請分隊導師轉交總部

由：第_____分隊；隊員姓名_____

家長簽署：_____（姓名：_____）聯絡電話：_____

出席及報名參與競技項目（歡迎邀請非G. B. 鄰居朋友同學出席組隊成員）

本人與家人/朋友願意參與競技項目，詳情如下：

組隊成員：（組隊必須為 2 大人 2 小孩）*深資組隊員/中學生當作大人

姓名	請圈出
	小學組隊員/深資組隊員/ 家長/導師/非會員/社區會員
	小學組隊員/深資組隊員/ 家長/導師/非會員/社區會員
	小學組隊員/深資組隊員/ 家長/導師/非會員/社區會員
	小學組隊員/深資組隊員/ 家長/導師/非會員/社區會員

參與（請在□內加✓）：可參與多於 1 項以上項目（可到時再選擇）

項目	參與
接力呼拉圈	
障礙接力賽	
拋接豆袋	
帶球跨步行	
合作趕球	
籃球挑戰站	

前往方法

與分隊一同前往（由分隊向總部申請旅遊巴/由分隊帶隊前往） 自行前往

不能出席

本人與家人/朋友不能出席活動