

親子體能遊戲

遊戲5

接毛巾



玩法

- 1 在不同顏色的毛巾中間打結
- 2 家長背向孩子，向後拋出毛巾，同時說出其中一條毛巾的顏色
- 3 孩子需接住所說顏色的毛巾



目標

- 1 鍛鍊反應和靈敏度
- 2 鍛鍊拋接技巧

變化

- 1 朝着不同方向拋出毛巾
- 2 使用更多毛巾，拋毛巾時說出兩種顏色

物資

不同顏色的毛巾