

種目名	説明
ポッチャ	ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、6球ずつのボールを投げたり転がして、いかに近づけるかを競うスポーツです。
モルック	交互に木の棒を投げて、1から12までの番号のついた木を倒し、50点ぴったりを目指すゲームです。
ペタボード	キュー（木の棒）でディスク（ホッケーの玉のようなもの）を交互に押し出して止まった位置で得点を競うスポーツです。
カローリング	氷の上で行うカーリングの屋内版。プラスチック製の円盤をポイントゾーンの中心に近づけ、チームの得点を数えるスポーツ。
ソフトミニバレー	バドミントンコート of 広さでゴム製のボールを使用して1チーム4人で行います。必ず3回触ってから相手コートに戻します。
ファミリーバドミントン	通常のラケットよりもシャフトの短いラケットと、スポンジボールに羽がついたシャトルを使用して行うバドミントンです。
ペタンク	2チームにわかれひとつの標的に向かってボールを投げ合い、相手より標的に近づけることで得点を競うスポーツ。
パークゴルフ	ゴルフのようにボールを専用のクラブで打ち、ホールにホールインするまでの打数を数えます。9ホール1セット。打数の少なさを競うゲームです。
グラウンドゴルフ	ゴルフのようにボールを専用のクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を数えます。8ホール1セット。打数の少なさを競うゲームです。
ストラックアウト	1から9の数字が描かれたパネルめがけてボールを投げ、何枚のパネルを抜き落とすことができるかを競うゲーム。
ゴールキック (PK)	ゴールに向かってボールを蹴り、シュートが決まれば成功。
ウォークラリー	コース図をもとに、途中設けられたチェックポイントを通過したり、指定された場所での課題などに答えながらゴールを目指す。チーム内（家族や仲間）の協力が不可欠となる。
ウォーキングサッカー)	名前のとおり歩いて行うサッカーです。「走らない、人に触らない」などのルールが設けられています。
スカイクロス	中央に穴のある布製のリングをコーンに向けて投げる。何投で投げ入れることができるかを競う。ゴルフのようにコースを回り、合計投数の少ない人が勝ち。
フォースタンス理論	人の体の使い方には4つのタイプがあり、それぞれが自分のタイプにあった体の使い方をを持っているという理論。
チャレンジランキング	身近にあるものを利用した簡単な遊びなどの結果を記録し、そのランキングを競う活動です。例：8の字とび、紙飛行機飛ばし、空き缶積み等