

1. KHUÂN THỐC

S - T - K - H - M - TP - NT

1. Mục đích: - Luyện tinh thần nhân ái, óc xả kỷ.
- Khởi động cho ấm người, gây không khí sôi động, vui vẻ
- Luyện nhanh nhẹn, dẻo dai.
2. Số người chơi: Từ 20 đến 40, chia làm hai phe bằng nhau.
3. Vật dụng cần thiết: Dùng mũ, dày, dép, sổ tay, cuộn dây v.v., tượng trưng mỗi cái là một thúng thóc. Số lượng thúng thóc thặng dư của mỗi bên (hai phe) là từ 3 đến 5 thúng. Ví dụ mỗi phe là 10 người thì phải có từ 13 đến 15 thúng thóc. Ít quá, dưới số này sẽ làm hỏng cuộc chơi, vì không đủ để khuân.
4. Chỗ chơi: Phòng rộng, trống trải hoặc ngoài trời, bằng phẳng.
5. Luật chơi:
 - a. Mỗi lần mỗi người chỉ được khuân một thúng.
 - b. Phải đặt thúng thóc bên trong đường biên của phe bên kia.
 - c. Không đứng từ xa liệng thúng thóc vào bên trong đường biên (cốt cho nhanh.)
 - d. Im lặng tuyệt đối.
 - e. Khi có tiếng còi dứt cuộc, không được chạy ráng thêm một chuyển nữa mà phải trở về sau đường biên của phe mình để điều hòa hơi thở.
6. Cách chơi:

Hai phe số lượng bằng nhau, mỗi bên đứng sau đường biên của mình đối diện với phe bên kia cách từ 8 đến 10 mét. Khoảng cách giữa hai phe không nên quá xa vì sẽ rất mệt.

Sau khi cho hai phe đứng vào đúng vị trí đối diện sau đường biên, trước mặt *biết nên họ làm việc trong im lặng hoàn toàn. Mỗi bên đều rất tích cực và khuân thóc rất cẩn thận. Bây giờ chúng ta khởi sự trò chơi khuân thóc này để xem bên nào tình thương anh em mạnh mẽ hơn !*

Người dẫn chơi nhắc lại 5 điều luật trên đây rồi huýt còi khởi cuộc. Thời lượng cho cuộc thi khuân thóc chỉ từ 1 đến 2 phút là tối đa vì ai cũng cố gắng chạy nhanh, khuân thóc thật nhiều nên rất mau mệt.

Sau tiếng còi chấm dứt, mỗi phe tự kiểm điểm số thúng thóc còn lại của phe mình và báo cho người dẫn chơi biết để tuyên bố kết quả. Bên nào còn ít thóc là thắng cuộc. Những thúng thóc ở bên ngoài đường biên không được tính vì không hợp lệ.

Phe thua kéo sang đứng xây lưng lại phe thắng và khi nghe tiếng còi thì công phe thắng về phía đường biên là xong cuộc.
7. Cần lưu ý.
 - a. Người dẫn chơi có thể cho chơi thử trước để điều chỉnh và nhắc lại luật chơi trước khi chơi thật.
 - b. Không được vượt quá thời lượng 2 phút vì các em sẽ quá mệt, ảnh hưởng đến phần sinh hoạt kế tiếp.