# 五四青年节活动策划[本站推荐]

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-01-12

*第一篇：五四青年节活动策划[本站推荐]今年的5月4日就是五四运动爆发101周年的日子，这样特殊的时刻，我们当然要好好庆祝了。下面是由小文档下载网网小编为大家整理的“精选五四青年节活动策划模板”，仅供参考，欢迎大家阅读。精选五四青年节活动策...*

**第一篇：五四青年节活动策划[本站推荐]**

今年的5月4日就是五四运动爆发101周年的日子，这样特殊的时刻，我们当然要好好庆祝了。下面是由小文档下载网网小编为大家整理的“精选五四青年节活动策划模板”，仅供参考，欢迎大家阅读。

精选五四青年节活动策划模板【一】

在迎来“五四”运动周年的时候，作为新时代的青年，弘扬“五四”精神，就要刻苦学习、勤奋工作，做素质全面的建设者；就要开拓创新、敢为人先，做改革开放的推动者和实践者。

山水行公司为各团委特别企划以“创青年文明号、增团队凝聚力”为主题的户外拓展活动，通过在大自然的环境中，其乐融融，释放工作压力，通过个人和团队之间紧密的协作。山水行公司采用体验式培训等先进培训形式，通过专业的熔炼团队体验激励您渴望下一个成功式课程帮助企业打造高绩效团队，提高团队的凝聚力和沟通力，释放工作压力，提高工作的热情，更好的熔炼团队。同时增进企事业单位团员之间的沟通与协作，增强企事业单位凝聚力，找到团队归属感。

让我们走出户外，将爱和青春一起放飞，让团员更加富有凝聚力，让青春更加富有活力，生命因此而感动，生活因此而感恩！

山水行“快乐体验式”主题拓展活动

经典项目：

登山、徒步穿越、溯溪、探洞、漂流、攀岩、速降、峡谷淘金、野营、篝火晚会、花样定向、野外定向、户外团队活动、抢滩登陆、野外拓展等。

山水行主题活动策划：团委活动、党员活动、同学聚会、三八活动、工会活动、教师节活动、建军节活动、圣诞节活动、年会、拓展活动、企事业单位团队活动、团队户外拓展、团队主题赛事（定向越野、沙滩排球、攀岩、龙舟赛、抢滩登陆、登山、野营、溯溪、速降）、主题年会等。

聚人团队三阶段体验式培训课程

□Ⅰ阶段户外活动

内容：户外活动、主题活动等。

目的：通过团队活动，提高员工工作激情，增强团队合作精神。释放工作压力、放松员工心情，娱乐性、趣味性、竞技性强。

□Ⅱ阶段户外拓展培训

内容：团队熔炼课程；高绩效团队课程；新员工融入课程；客户关系成长课程；会议增效课程；领导力发展课程；企业选材课程；营销团队激励课程等。

目的：加强团队的沟通、信任、合作，提高团队的执行力和凝聚力，激发个人的潜能。

□Ⅲ阶段体验式内训

内容：体验式学习、激情百分百、领袖风采、七巧板、红与黑、商战风云、兄弟连等。

目的：提高自我洞察能力，及培养严谨的自律习惯、有效运用领导要诀、加强感召能力，创造高效团队、强化目标感，创造超卓业绩和成果、提升自我素质，达成团队目标。

山水行户外运动拓展培训基地：浏阳赤马湖、平江连云山、浏阳周洛村、茶马古道、石门壶瓶山、娄底湄江、郴州莽山、浏阳大围山、宁乡沩山、双峰山、常德花岩溪、红安天台山、木兰古门、北湖、介子山庄、孝感双峰山、新洲道观河、咸宁星星竹海、黄石、东湖磨山、赤壁雪峰山、江夏梦天湖、马鞍山森林公园、南望山、五洪山、侨亚颐乐园度假村、侨亚颐乐园度假村、九真、凤翔岛度假村、大好河山、隆回虎形山花瑶、永州九嶷山、株洲桃源洞、江西井冈山、桂林阳朔、广西北海、海南三亚、云南丽江、江西婺源、湘西坐龙峡、湘西小溪、张家界、江西武功山、江西明月山、邵阳莨山、株洲酒埠江、湖北神农架、湖北九宫山等

山水行（中国）拓展培训机构是山水行公司创立的全国性品牌拓展培训机构，是中国体验式培训的先行者和推广者，在8年的发展中，我们一直致力于提供专业的体验式拓展培训、野外拓展、体验内训、企业教练技术和沙盘模拟等培训课程和培训方式的研究、推广和实践，是中国体验式培训课程和项目提供商，是中国拓展培训和户外运动品牌。专业为客户提供团队拓展培训、体验式内训、野外拓展、沙盘模拟、户外主题活动、企业教练技术、青少年素质训练、主题年会、管理咨询等专业性服务。

精选五四青年节活动策划模板【二】

活动主题：

留下我们的足迹体现之江青年的风采

激发我们的热情凝聚之江青年的团结

活动目的：

为纪念中国共产主义青年团成立90周年暨五四运动xx周年，大力弘扬五四精神促进社会主义核心价值体系建设，对于进一步凝聚全乡广大青年朋友的意志和力量，激励团员们继承和发扬 五四精神，充分展现团员们的青春风采。

活动内容：

参观浙江革命烈士纪念碑

活动形式：

1、社区主要领导讲话（3分钟）。

2、缅怀先烈，默哀三分钟

3、在革命烈士碑面前，庄严的宣誓.（入团誓词：我志愿加入中国共产主义青年团，坚决拥护中国共产党的领导，遵守团的章程，执行团的决议，履行团员义务，严守团的纪律，勤奋学习，积极工作，吃苦在前，享受在后，为共产主义事业而奋斗。（5分钟）。

4、青年畅所欲言，交流经验以及对社区工作的建议等（30分钟）。

参加成员：

之江社区青少年50余人

活动时间地点：

5月4日 xx路100-1号

所需物品：

花圈1个，横幅1条、矿泉水若干

注：花圈，音响可现场租（租金40元）。

活动经费：

包车费用800元 横幅100元 矿泉水60元 租金40元

总费用：1000元

精选五四青年节活动策划模板【三】

一、指导思想

为纪念建团\_\_周年、五四运动\_\_周年，进一步丰富青年团员的业余文化生活，激发他们热爱生活、热爱学习、爱岗敬业、勇于创新的热情，在青年团员中形成乐于奉献的良好风气，增强团组织的凝聚力和战斗力，培养他们良好的生活方式，结合\_街道共青团工作实际，定于20\_\_年5月举行纪念“五四”运动活动。活动方案拟订如下：

二、活动主题

万枚团徽赠青年 万名青年忆五四

三、活动时间

2024年5月

四、活动内容

1、重温红色党史，列出奔跑清单

街道八个社区在5月份（具体时间自定）组织青年团员学习我党历史，重温入团誓词。结合当前党的群众路线教育实践活动，开展“奔跑起来吧，我的青春”大讨论。每位到会青年团员配一枚团徽，各社区要有团区委官方微信平台二维码，以方便青年团员使用“扫一扫”功能关注该微信公众账号。

2、回忆入团记忆，提高责任意识。

通过在团区委官方微信平台分享入团故事，使青年团员在工作生活中能以身作则，强化当好表率的意识，鞭策和激发青年团员的工作动力。

五、注意事项

1、抓宣传，营造氛围。充分利用黑板、公示栏等宣传阵地，交流经验、树立典型，营造比、学、赶、帮、超的浓厚氛围和百花齐放、生动活泼的良好局面。

2、抓进度，把握节奏。各社区严格按照活动方案和时间要求开展各项活动，切实做到以进度促成效，以活动促工作。

3、重实效，突出特色。将“五四”活动和当前正在开展的党的群众路线教育实践活动结合起来，把“五四”活动作为路线教育的有效载体，同时结合街道实际，在活动中突出重点，充分体现出特色。

4、集资料，创新亮点。为防止“五四”活动流于形式，各社区做好整个活动过程的台账制作，如实反映组织开展活动的全过程。

精选五四青年节活动策划模板【四】

今年是五四运动\_\_周年，为了继承和发扬五四运动的光荣传统，弘扬中华民族伟大精神，深入贯彻落实党的\_\_大精神，“五四”期间，在全社区广泛开展“五四”青年节活动，展示当代青年朝气蓬勃、奋发进取的精神风貌，活动方案如下：

一、指导思想

以邓小平理论和“\_\_\_\_”重要思想为指导，全面落实和自觉践行科学发展观，弘扬“爱国、进步、民主、科学”的“五四”精神，增强团的凝聚力，培养团队精神，展示青年风貌，引导和激励广大团员青年为建设和谐安化奉献自己的青春才智。

二、活动内容

（一）举行以“老少同聚话青春”为主题的青年节座谈会。这次座谈会意气将由居住在本社区的退休党员、社区老知识分子、革命前辈和淮化中、小学生共同参与，会上不同年龄层次、不同生活经历、不同文化水平的人群各自讲述了自己生活年代青年节的过法以及如何使青年节过的有意义，同时，还探讨了青年成长和发展问题。

至此，安化社区纪念五四运动\_\_周年，迎接青年节到来的系列活动拉开序幕，接下来，社区还将组织社区青年观看励志影片、整理图书室、整洁小区环境来充实青年节活动。集中一天时间，在全区小学中举行团员重温入团誓词宣誓仪式，切实增强团员意识观念和光荣感。

（二）推进共青团基础工程。以“五四”青年节为契机，以激发团组织活力为主要内容，集中力量和时间，推进共青团基础工程。开展全社区非公有制企业的情况调查，在“五四”期间走访全社区非公有制企业，在条件成熟的企业成立非公有制企业团组织。

（三）开展迎世博系列活动。集中一天时间，带领全社区志愿者开展“迎世博、做文明市民”活动，通过设立宣传站，印发传，向广大群众宣传世博知识，宣传一些文明礼仪，树立文明风尚。同时，向全社区各学校发起“迎世博，从我做起，争当文明小市民”的倡议，引导学生不进网吧，讲究礼仪，倡导文明新风。

精选五四青年节活动策划模板【五】

一、活动意义

在第xx个五四青年节来临之际，我院将举行大型文艺晚会，本次活动意在展现我校学生的积极向上的精神风貌，进一步推动我校和谐校园的建设，表彰在工作方面有突出贡献的个人和集体。

二、活动主题

本次晚会是以“继承五四传统，构建和谐校园”为主题的文艺晚会暨优秀学生干部表彰大会。

三、活动概述

时间：5月4日晚6：30

地点：xx水利水电职业技术学院大礼堂

对象：我校领导及全体师生

活动流程：颁奖典礼晚会结束晚会开始后勤工作互动游戏

准备工作：

4月5日——10日在全院发出通知，征集参演人员。

4月11日——15日宣传开始，拉赞助。

4月16日——20日对参演节目进行筛选，确定参演节目单。

4月21日——25日统计所需物品，以便统一采购。

4月26日——30采购物品。

5月3日对晚会进行彩排。

5月4日热诚邀请学校相关领导观看演出。

四、前期工作的任务

赞助工作

1、由电力工程系团总支社会实践部完成具体操作，最迟在21日之前完成，以便舞台设计及各种用品的的购买。

宣传工作

1、由宣传部完成，与社会实践部协商横幅、海报的的内容。

2、联系学校广播站对本次晚会进行报道。

3、在4月28日之前完成横幅、海报的张贴。

节目编排

1、由组织部对参演节目进行初评，然后进行复评，最后确定参演节目名单。

2、选拔主持人时要选择应变能、表达能强，有责任心的人。

舞台布置

由素质拓展部进行舞台设计，对所需物品于25日前做好统计工作交到办公室。

**第二篇：五四青年节活动策划**

2024五四青年节活动方案一

今年是纪念“五四”运动xx周年，为隆重纪念这一节日，激励和动员我市广大团员青年继承和发扬“五四”精神，深入贯彻党的十七大精神，全面落实科学发展观，全力推动我市经济社会又好又快发展，规划方案《企业青年节活动方案》。团市委决定，在全市开展庆“五四”系列纪念活动。现将具体事宜通知如下：

一、活动时间

自四月中旬起，至“五四”前后形成高潮。

二、活动主题

高举“五四”火炬，争做创业先锋;创新创业，青年先行。

三、活动安排

(一)团市委主办的活动

1、举办全市青年创新创业先进事迹报告会。

2、举行18岁成人宣誓仪式。

3、参加威海团市委组织开展的“五四”系列活动。(二)各基层团委的活动

各基层团委除了要积极配合、踊跃参加团市委统一组织的活动外，还要结合自身实际，认真安排好本单位的活动。主要活动内容包括：开展栽植“五四”纪念树、纪念林活动;举办纪念“五四”运动91周年先进模范人物座谈会;以为革命和建设做出突出成绩的老党员、老干部、老模范为对象，开展“为奉献者奉献”的志愿服务活动;紧密围绕党的中心工作，开展各种形式的突击行动和建功立业行动;广泛组织本单位、本系统团员青年以“弘扬五四精神，争当创新创业先锋”为主题，开展各种技能比武、岗位争先、读书学习、知识竞赛、文艺汇演等青年喜闻乐见、丰富多彩的活动，使广大青过一个愉快而有意义的节日。(三)集中进行青年工作和青少年典型的宣传

各基层团委在开展“五四”系列活动期间，要主动与团市委及新闻单位沟通协商，大力选树和宣传各条战线、各个领域涌现出的先进青少年集体和个人典型，宣传青年工作取得的杰出成绩。各单位务于4月10日前将活动方案上报团市委办公室。

四、有关要求

1、“五四”系列庆祝纪念活动是共青团工作的重要组成部分，也是团市委工作考核的重要内容之一，各级团组织要从思想上给予高度重视，切实加强领导，精心组织筹备，确保活动效果。

2、各级团组织在策划开展本单位活动时，要充分结合党政中心工作和全年团的重点工作目标，要按照“主题鲜明，面向团员，立足基层，务求实效”的原则，突出思想内涵，强化教育内容，增强感染力、说服力，形成全市上下互动，各具特色，异彩纷呈的良好局面。

3、各团委要将“五四”期间开展活动的相关情况于5月10日前上报团市委办公室。

2024五四青年节活动方案二

活动名称：“咏党史 书党爱”诗文征集大赛 活动主题：回望从前，过去，展望祖国的发展。主办单位：社团联合会?晨帆新闻社 活动对象：xx农大全体学生 活动地点：xx农业大学农学院三楼 活动时间：20xx年4月1日

活动的目的及意义：在“五四”运动来临之际，我院特举办红色日记：“咏党史?书党爱”诗文征集大赛。以该活动为载体，培养学生的爱国主义情怀，为学生创造一个个性发展的舞台，提高学生综合素质，丰富学生的课余生活，发掘学生的潜力。用发展的眼光去看中国的发展，用年轻而又真实的文笔勾绘出祖国美丽的画卷。

预期效果：唤醒同学们最深处的记忆，通过一个月的诗文征集活动，不仅使学生在写作方面有所提高，更重要的是在本质上提高了对待中国的历史，对待党的观念。在师生中树立起了党的丰碑.活跃了大学校园文化，凝聚起文学的文化氛围。可行性分析：

(1)在活动方式的选取上，我认为还是颇具独特之感的。此次活动的征文范围是全校性的并且没有年级和专业的限制，所以只要想写，就会有机会让同学看到你和别人不同的观念，和别人不一样的思考角度。这是作为吸引参赛人员的亮点，因此在这方面我们有100%的把握。(2)活动的举办地即编辑部门的所在地，我们选择了农学院三楼的一间空闲办公室，不许另行租用。而且我们会有特邀各院领导为我们担当临时主编，由晨帆新闻社社长任常驻编辑，新闻社的干事负责文章的整理和各类事务的通知，这样我们就解决了人员问题。

(3)征文的方式也是很有保证。为了方便同学们，保证把最新的诗文第一时间通过最便捷的渠道汇集到我们这里，所以，我们将用电脑24小时不间断征稿，各大主要征文箱每天查收。

(4)活动的经费预算上，我们采取的是节约制，譬如我们在活动的宣传上节约了大概比初期少30%的资金，在获奖文章的奖励上压缩到了初期的50%。最后的图书出版方面我么本着质量与消耗成反比的宗旨。因而，我们所涉及到的预算都是经过反复的思考，确认其实用意义后决定的。综上所述，我们已经对此次红色日记所涉及的资金、活动统筹地点、活动人员安排等存在疑问的地方做了尽量详细的阐述。尽一切的可能去把活动的可行性做到最大。我们也希望诸位领导可以认真审阅，准许举办一场农大的文字节日。活动开展：

1、报名方式：

(1)、网上报名：我们将建立专门的网络邮箱，各参加投稿比赛的同学都可以通过网上报名的方式参加到此次的活动中来，在农学院网站上下载报名表格，填好信息后发至(xxxxxxxx@)，邮件名称统一以“1+文章名称+本人姓名+学院+专业+班级+联系方式”命名。(2)、现场报名：每周二至周六12：00-13：00，持本人学生证、身份证，到农学院三楼报名。

2、比赛流程 第一阶段——策划

确认参赛资格(网络报名当天电邮回复确认;现场报名时当场确认，若有问题请及时联系，联系电话：xxxxx 王同学)后。所上交文章需一式两份：一份以书面的形式(a4纸)，一份以电子文档word的形式。以“1 +文章名称+本人姓名.doc”命名。(正文第一行为文章名称，第二行为本人姓名+学院+专业+班级+联系方式)第二阶段——初赛

内容要求：文章的内容需保证积极向上，同时又兼备对党和祖国在这么多年以来所取得成绩的思想体会与心得;可以从不同的层面、角度入手进行主题的切入与选择。但所写文章中不得有反政府、反人民的言论，内容健康，不涉及色情、暴力等与法律相抵触的内容。每周将在评审委员会的评审下选出每周的优秀文章，我们将会以电子邮件的形式通知获选人，所以请注意查收您的电子邮件。第三阶段——决赛

最后我们将在每周评选出来的优秀文章中评选出此次活动的经典红色日记，评选的最新过程及结果我们将及时的发送到农学院的网站及校报上，对于入选的文章，我们将通过您所留联系方式第一时间对您进行通知，收到通知后请您携带本人的学生证和身份证前往农学院“红色日记”编辑部领取您所获的稿酬。奖项设置

一等奖：1名 奖金150 二等奖：2名 奖金80 三等奖：3名 奖金50 优秀奖：若干名

**第三篇：五四青年节活动策划**

五四青年节活动策划

一、活动背景

五四青年节是为了纪念1919年5月4日中国学生的爱国运动专门设立的节日。1919年5月4日，北京的青年学生为了抗议帝国主义国家在巴黎和会上支持日本对我国的侵略行为，举行了声势浩大的游行示威，最后发展成为全国人民的反帝反封建的爱国运动。“五四”运动表现了中国人民保卫民族独立与争取民主自由的坚强意志，标志着中国新民主主义革命的开始。

1949年国务院正式宣布每年的5月4日为中国青年节。2024年4月，经国务院法制办同意，14至28周岁的青年在青年节放假半天。

二、活动目的今年是第八十一个青年节，为促进我行青年更加团结向上，积极努力，特别策划这次活动增强青年间的凝聚力，鼓励青年在工作、学习上有更好的表现。

三、活动简介

1、关爱同事，美化环境

鉴于我行绝大多数员工长时间在电脑前工作，不可避免会受到电脑辐射，为了同事们的身体健康，以及工作环境的美化，选购小型的绿色植物（芦荟或仙人球）配备给每个柜面。

2、五月天，游园日

五月正是北方草长莺飞的时节，初夏渐渐走近，春天的姿态恣意舒展，在放假的半天里组织我行青年一同游园，可以放松大家因紧张的工作而长期紧绷的神经，同时可以培养同事间的友爱，展现年轻人的风采。

3、头脑风暴，席卷有礼

可在室内或户外组织一场“头脑风暴式“的有奖竞赛，单人或组队均可参加，内容分为抢答、情景适应、团队作战等类型。抢答题目包括金融，历史，政治，生活常识等方面的知识；情景适应题包括设定情景解决问题，假设情节角色扮演等；团队作战可以选定主题分组对抗。在这些项目中对优胜者给予一定小礼品的奖励，失败者需接受小小的惩罚。

四、活动地点及负责人

游园活动地点待定，可在大同公园、儿童公园及御河公园中选择，问答系列活动可穿插在游园活动中进行或者在游园结束后举行。

各项活动负责人待定。

五、活动步骤

1、前期准备

植物提前统计种类和数量，然后提前在网上订购或是直接在大同花鸟鱼虫市场购买。游园活动事先由参加活动的人员一起商量选定地点，确定时间。头脑风暴提前采购所需小奖品，相关题目提前选定，负责选定题目的人员不得参加此项活动，多个分项尽量由不同的人确定题目，以使大家都有机会参加游戏获得奖品。

游园前查询好天气情况，如天气情况不允许，及时调整活动计划。

2、活动实施

(1)统计柜面人员选择植物的种类、数量，购买后发放。

(2)游园由负责人领队，集体准时集合后一起出发。园内游玩尽可能选择集体项目，如需离队需向负责人说明。负责人在游园结束时应统计所有人员的去向，避免活动中出现意外。

(3)头脑风暴如在有游园时进行，奖品回行后发放。游戏进行时由一个负责人总控，及时记录各分项的获胜者。如在行内举行，选择独立空间，尽量不影响行内其他同事的工作。

六、活动预算

小植物（芦荟或仙人掌）„„„„„„„„„„„„„„„„„„10~15元/盆

游园经费„„„„„„„„„„„„„„„„„„„„„„„„每人待定

小奖品种类待定

植物总价：170元~255元

其他活动总价待定

七、预计影响

三项活动既有青年间轻松的文体活动，又有竞技型的问答，还有体现新老同事融洽关系的关爱活动。这一方面展现了新一代青年的良好风貌，团结了行内的年轻人们，另一方面也促进全行员工的和谐融洽，使广场支行这个集体更加积极向上。

**第四篇：五四青年节活动策划**

五四青年节活动策划

一、策划背景

“五四青年节”来临之际，为了庆祝五四青年节，继承和发扬五四运动的光荣传统，体现企业青年员工乐观、积极向上的劲头，特举办一次青年交流活动。

二、活动主题

将“五四精神”与我公司企业文化发展相结合，是企业发展的动力之源、管理之本、凝聚力之魂。

三、活动地点

临港道路项目部、滴水湖

四、活动时间

2024年4月25日

五、活动形式与内容

本次活动内容包括：项目管理交流会、游玩踏青

于2024年4月25日上午9:00参加人员准时到达临港道路项目部。

9：00-12：00 项目部会议室举行项目管理交流会，请陆经理讲话，由李志明（深基坑）、周杰（精装饰）、蔡丙刚（市政道路）主讲PPT，交流经验。

12：00-15：30滴水湖烧烤、游玩。

15：30踏青游玩结束，各位同事安全返回。

六、参与主体（预计35名）

邀请嘉宾

二分公司青年员工

七、主办部门

第二分公司行政综合、人力资源部、工团

八、场地布置

临港道路项目部会议室摆上茶水、水果。

租用烧烤场地，准备烧烤食品。

九、车辆安排

淮海路项目各自安排车辆

十、经费预算

1、水果购买约 500 元

2、矿泉水购买约 200元

3、烧烤场地租用费约 500 元

4、烧烤食品约 2300元

共计：约3500元

编制人：宋茜茜、霍旭光

审批人：

日期：2024年4月3日

**第五篇：五四青年节活动策划**

游戏规程

1、打沙包

游戏规则：四个队分成两组进行游戏，游戏时间为10分钟，被打中的队员下场，剩下的人多的队获胜。若全部被打下去，坚持时间长的队获胜。获胜的队参加下一轮冠亚军决赛，输了的队参加三四名比赛。团体第一名得40分，第二名30分，第三名20分，第四名10分。说明：接包可以救人，但是不计分。不能接地包。

2、斗鸡（撞拐）

游戏规则：四个队分成两组进行游戏，比赛时间5分钟。每个人抱起自己的一只脚，单脚着地。用抱起的一条腿去撞击另外一方的人，只要双脚落地，就被淘汰。最后哪队人全部双脚落地或是被淘汰的人数多，为失败方。获胜的队参加下一轮冠亚军决赛，输了的队参加三四名比赛。团体第一名得40分，第二名30分，第三名20分，第四名10分。

3、踢沙包

游戏规则：

1、常规赛：每对队员轮流踢沙包，只能踢一次，计入总数。

2、附加赛：每对组成队形，踢沙包接力，不能让沙包落地，每个人不能连续踢。从第三个开始计数，每增加一个总数增加十个。每队有三次机会，算踢得最多的一次。

常规赛成绩加上附加赛成绩就算总成绩。总成绩数字最大的为第一名。以此类推。团体第一名得40分，第二名30分，第三名20分，第四名10分。

4、叠纸飞机掷远比赛

游戏规则：每个队员可以叠一个纸飞机，每次每队派出一名队员比赛，所扔的飞机飞的直线距离最远的为第一名，第一得小分4分，第二名得小分3分，第三名得小分2分，第四名得小分1分，最后将小分汇总，分数最高的为第一名。以此类推。团体第一名得40分，第二名30分，第三名20分，第四名10分。

5、沙包掷准

游戏规则：每次每队派出一名队员比赛，女队员掷准距离为10米（12步），男队员掷准距离为15米（18步），画两米直径的一个圆，圆心放置一个沙包，队员所掷的沙包距离圆心最近的为第一名。第一得小分4分，第二名得小分3分，第三名得小分2分，第四名得小分1分，最后将小分汇总，分数最高的为第一名。以此类推。团体第一名得40分，第二名30分，第三名20分，第四名10分。

6、沙包接力

游戏规则：每队派出3名队员接力，接力距离为30米，可以减去前面所得成绩的米数，队长跑双程（折返跑一次），最先到达终点的为最终比赛团体第一名。以此类推。

奖励与惩罚：

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！