# 最新登山活动策划书范例 登山活动策划书(汇总8篇)

作者：悠闲自在 更新时间：2024-01-10

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。登山活动策划书范例篇一登山运动对陶冶人们的情操、缓解心*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**登山活动策划书范例篇一**

登山运动对陶冶人们的情操、缓解心理压力、增强体质有着广泛的积极意义，所以我们要多组织登山活动。组织一次登山活动，从写好一份登山活动策划书开始。下面，是 为你整理的活动策划书范文，希望对你有帮助!登山活动策划书篇1 为了培养学生们团队意识，也为了增强同学们爱护大自然的意识，禀承“强身健体，团结合作”的宗旨，进一步加强班级凝聚力，也给学生们创造一个亲近大自然的机会。我们五年级一班计划在本周组织一次爬山活动，走进大自然，在锻炼身体的同时也捡拾山上的垃圾，特安排此次爬山活动。

一、活动目的：

有句名言说：种下思想，收获行动;种下行动，收获成长;种下成长，收获命运。

我们这一个活动就是想给同学们提供一个空间和平台，丰富他们的学校生活，并对他们进行热爱大自然的教育。以这一个活动为媒介，加强同学间交流，展示自己的才能，开阔同学们的视野，使同学们各方面都能得到全面提高和发展。

二、活动意义：

爬山是户外运动，可以享受到新鲜的空气和明媚的阳光。全班同

1 学一起爬山是一件非常惬意的事情。大家一边爬山，一边聊天，一边捡拾有人扔下的垃圾，一边欣赏美丽的风景，使同学们心胸开阔起来。

有人说：爬山可以培养学生的勇敢精神。通过此次爬山活动，学生在以下方面将有显著的提高：认识自身潜能，增强自信心;克服心理惰性，磨练战胜困难的毅力;认识群体的作用，增进对集体的参与意识与责任心;改善人际关系，更为融洽地与群体合作;学习欣赏、关注和爱护自然。

三、活动对象：班级学生(可自愿参加)四、活动时间和地点： 周五下午2：00 大南山 五、活动注意事项：

活动就有可能出现一些意外，本次活动主要做好以下防范。1、凡参加者均属自愿行为,需对自己的安全负全责,鉴于户外运动具有一定的危险性，对活动中因不能遵守纪律而出现意外的参加者自己承担责任,本次活动“组织者”会尽一切努力进行救护与援助。要一切行动听指挥。

2、集体活动,需有互帮互助的团队精神。

3、鞋要合脚，穿厚底防滑好的鞋子登山服装要以易于活动为基本。衣服要宽松(运动服和休闲服为好)。

4、随身要带一些水或饮料，爱护环境卫生不乱扔垃圾。 5、捡垃圾时要注意安全。

6、爬山时身体前倾，不可以打闹;下山时不要跑着下山，以免收不住脚发生危险。

2 7、爱护一草一木，不践踏草坪，不攀折花果。8、按指定的路线登山。

9、爱护公共设施，不在树木和公共设施上涂抹、刻画。 10、建议学生讲究节约，带适量的物品，不宜多。动员不带相机等贵重物品。如果带了，请教育好注意保管。

11、全班分成8个组,每组6人、小组长.1人，负责清点人数，组织同学捡垃圾和游戏。小组分工：带垃圾袋、带创可贴等。

12、本次爬山活动须由家长的同意并签字，否则不可以参加。 十、活动后续：

三、活动人数：小虫鞋业开发部和业务部全体成员

四、活动目的：为营造健康积极的工作环境，提升员工的精神文化品位，加深相互认识了解、培养成员之间互亲互爱、增进感情，加强社团团队凝聚力。

五、活动过程：

1、各成员于早上8：00准备备好物品在办公楼前集合。 2、会长在清点人员之后传达注意事项，和活动目的，完毕后分若干小组。各组配1-2名干部负责，一名组长，一名通信员。

3 3、开始出发，队伍行进。队伍行进过程中必须整齐，不可太嘈杂，干部和小组长注意观察队员的情况，确定适当的休息时间。

4、到达山脚时建议有十几分钟的休息时间。

5、爬山。爬山过程中建议各队分开行动，各队之间评比爬山快慢，最快的一组有优先向社旗上写名的权利，最慢的一组要有处罚性的节目演出。过程中有精彩的部分，做好拍照工作。要有一定秩序，注意安全。

6、休息。建议休息半小时后开展活动。

7、开展娱乐性活动，无固定时间，若爬山用时过长可对时间进行压缩，若短也可以增加。本活动在社团之中展开。备选活动(现场决定进行那几个)(1)接歌。分若干队，由干部带领，社长唱一句，各队根据其中最后一个字接唱，各队伍之间要有竞争，开始时可降低难度，所接唱的歌曲中必须有上句所唱句中最后一字，可谐音。

(2)拉歌。各队伍之间要攀比士气，互相拉歌。(3)成语接龙。

(4)类似于击鼓传花的游戏，选一人蒙住眼睛，同时进行传花，数停止后，手中有花者必须表演节目。

(5)给出几个成语编故事。

(6)小型辩论会。推举十个人，分成两队在社团就某一问题展开辩论。

(7)小型舞会，找一块平整的空地，会跳舞者参与其中不会的也

4 可以学习。

(8)超级模仿秀。自愿参加，模仿某一明星唱歌或表演.8、午餐。计划用时五十分钟。

9、自由活动。原则上不允许单独活动，可以几个人结伴活动或游戏，也可以成员之间互相认识相互交谈，看书或其它。

10、会员感言。再次集聚，每个人一句话来表达西安佳本次活动的感想和收获。

11、全体拍照留念。

12、社团统一组织下山，有序进行，注意安全。 13、回校。(计划用时一小时，到达b楼广场集合)14、社长做活动总结，并宣布成员写一篇活动感受，然后宣布活动结束.六、活动安排：

1、分组行动。可以延续培训时的队伍或者以各部为队伍，有队长安排调度。队中也可以男生帮扶女生以收到“男女搭配爬山不累”的效果。

2、队伍在行进和爬山过程中务必统一行动，队伍要整齐，队长要负好责任。

七、注意事项：

1、一切听从领导，遵守活动纪律，以安全为主，为安全起见，5 一切成员不准擅自离开队伍，如有特殊向干部报告。单独行动，至少三人或三人以上活动。

3、个成员注意团队精神，主动关心帮助周边同学。

4、各成员需带好午餐，饮用水及桌布等，切记保护环境，午餐后下山前将垃圾收集起来，统一处理，不得乱扔。

5、秋高气爽，天气干燥，不允许生火。 6、干部或组长维持各组的秩序和纪律。八、活动声明：

1、本活动由社团人员自愿参加。

2、凡是参加者可以允许有请假者的存在，但请假者必须服从上级的安排。

3、由于不服从管理而引发的意外伤害个人承担。 爬山的活动方案活动方案 九、准备物品：

1、合身的服装(校服)，鞋子 2、药品。如创可贴、药棉等。3、相机，口哨。

4、每人准备个人适量的水和食物。 5、会期(由两名同学负责)。策划人：

1、丰富文化生活，倡导全新的健身理念，增强健身意识。 2、加强各所的交流，增加同事的凝聚力。

二、活动时间： 2015年10月22日(星期五)上午 8.45准时到xx集合三、参加人员：分局全体人员(各所、窗口留一人值班)四、登山地点：xx 四、具体方案：

(一)登山活动路线：瓯海娄桥东耕村山脚;;山间小径;;白云山庄(二)活动安排：

(1)上午8：45;;在瓯海娄桥东耕村山脚集合，领导宣读登山活动注意事项。

(2)9：00;;开始登山(按照指示路牌)。(3)11：00;;11：30集合，领导颁奖。

(4)11：30;;14：00中餐(开车同志请勿喝酒)、自由活动、呼吸新鲜空气。

(5)14：00集合、返回。六、工作人员： 活动总指挥：xx

总领队：xx

7 组长：xx 终点总裁判：xx 男子组顺序号发放：xx 女子组顺序号发放：xx 安全保障人员：xx 本次登山活动，重在参与，整个过程要注意礼让，安全第一。从起点到终点不得抄近路或乘坐交通工具，一经发现取消成绩。

八、奖项设置

分设男子组和女子组：男子组取前12名，女子组取前3名(到达山顶并从工作人员手中取得顺序号的先后)给予物质奖励;团队奖一名：取前15名中合计个数最多的团队(以每个所为一团队、分局科室合并为一团队)注意事项：

1、本次登山难度中等，请大家根据自己的身体状况酌情考虑参加。各所及科室负责人做好本所(科室)人员的安全教育，一切以安全为重，一切行动听指挥，发挥团队协作精神，相互关照，严禁冒险的攀爬行为。

2、着装轻便(宽松衣服和运动鞋)，鞋子要有防滑功能，以方便登山。

3、登山前做好热身运动，特别是踝和膝关节要活动开。如遇意外受伤或体力不支无法完成登山者请及时联系。

3、注意环保，不乱丢烟头和垃圾，保护山上的一草一木。

**登山活动策划书范例篇二**

秋季分组登山比赛

通过组织学生进行登山提高学生身体素质以及团队合作精神

将所有参加活动的同学分成若干组，没组选出队长一名，负责带领各自的小组。各小组自由选择登山路线，一先到的一组为获胜组。

通过本次活动使学生提高对身体素质的重视，增强学生的团队合作意识

通过成功的进行本次登山比赛活动，使我们社团的内部合作更加默契，各部门对于各自职责更加明确。也在活动中发现了社团内工作分配的成功与不足，对我们社团未来的发展起到了积极的推动作用。

**登山活动策划书范例篇三**

为丰富公司员工文体娱乐活动，提高员工身体素质，营造健康积极向上的企业文化氛围，拟于20\_年月日组织一次爬山竞赛活动，具体方案如下：

一、指导思想和目的

以增强公司员工团队意识、协作意识、大局意识，提高员工身体素质，增强体质，营造健康向上的企业文化氛围为目的，进一步加强公司凝聚力，全面促进公司企业文化建设和精神文明建设全面发展。丰富员工业余生活，促进员工之间的沟通，让员工放松心情，增强集体凝聚力和团队精神。

二、竞赛内容、时间和地点

（一）内容：

爬山竞赛：竞赛共分3个组，分别为男女两组和团体组，男女各组以最先到达终点的人员为各组第一名、第二名，团体组以本团体人员全部到达山顶的为第一名。

（二）活动时间及地点：

1、时间：20\_年\_\_月\_\_日

2、地点：\_\_山

三、参加人员

全公司人员

参加人员务于\_\_月\_\_日前在潜山公园门口集合,开始登山

四、组织领导

本次活动由邹学军校长任总指挥。设竞赛评比、管理保障小组。

（一）竞赛评比、管理保障组

组长：邹学军庞尚勇王静(主持人)王洁(协作)

成员：潘正邦（摄像）赵奇（司机）胡宇（拍照）

主要任务：

1、负责参加活动人员的行政管理、安全保卫工作；

2、负责后勤供给保障，协调车辆；

3、评定竞赛情况

（二）参加活动团队编组：

按照报名人员安排编制分组。具体分组如下：

按实到人数进行分组，每组成员不高于6人，双数。

五、奖项设置

活动共设三个奖项，分别为第一名、第二名、团结奖（按活动名次等）。

六、活动流程

1、公司领导就本次活动致词，作赛前动员，宣布比赛正式开始；

2、评委会根据各组到达时间，选出各组前2名和团体前1名；

3、主持人宣布名次，由公司领导为获奖的选手颁奖；

4、公司领导作总结发言，活动结束。

七、团队游戏

游戏一：五毛和一块裁判：

规则如下：在游戏中，男生是1块钱，女生是五毛钱,裁判一旦喊出钱数，游戏中的人就要在最短的时间内组成那个数的小团队，打比方说喊出的是3块5，那就需要三男一女或七女或一男五女之类的小团队。

游戏要领：反应要快，裁判一说出来钱数，就要立刻知道分别由几男几女的团队可以达到要求；动作也要快，抢五毛和踢一块都要又快又狠。

游戏二：带球赛跑裁判：

规则如下：50m距离一男一女2搭档（没有那么多女生就随意），男生吹起气球，2指头夹着球嘴（不准打结），女生用手掌挡住气球，裁判喊开始，2人手掌夹着气球用脚提着篮球往前跑，一人只能轮流踢一下，由裁判记录到终点时间！当然气球不准离开双方的手，更不准气球气跑了！

游戏三：夹皮球裁判：

规则如下：两人一组，男女不限，面对面或背靠背夹住一只气球，在规定时间（1分钟）内哪组跑得最远获胜，双方不能用手去护球，只能运用身体的配合前进，球落地后迅速回到起点重新夹起气球跑；气球夹破者不计成绩。

游戏四：蹲跳接力裁判：

规则如下：两人一组，男女不限，出发时的交工是姿势是运动员应面向跑道向前，背靠背挽住手臂蹲在起点线后，听到发令后，第一组由起点向终点线蹲跳，两人都跳过终点线后，再跳回到起点线击第二组的手掌，第二组进行，依次类推。比赛途中两人挽臂不可分开，以最后一组返回起点，用时少者胜出。

游戏五：摸石过河裁判：

规则如下：以三块石头为道具，每组8人，在相聚30米的跑道上进行接力。比赛开始运动员脚踩两块砖头站在起跑线后，手拿第三块石头，听到起跑信号后，运动员必须依次将石头踩在脚下交换向前移动，以最后一块石头到达终点线计完成一次接力。然后由下一位选手从线后开始接着往回继续比赛，直到本组的第8位选手脚下的最后一块石头越过终点线，比赛结束；用时少者胜出。

游戏六：绑腿赛跑裁判：

规则如下：游戏开始前先把每组人员左腿和另一人右腿绑在一起，三组并排一起站在起跑线上，听到哨声时，各队齐出，以计时方式最快到达终点站的获胜。

八、准备工作：

1、协调各部门，安排好值班人员；

2、购买奖品：一等奖，总价值\_\_元；二等奖，总价值\_\_元;团体奖1~3人,各价值\_\_元。预计支出\_\_元。

3、矿泉水：\_\_元；红牛：\_\_元；糖：\_\_元；零食\_\_元。

**登山活动策划书范例篇四**

在广州增城市派潭镇的边陲,与从化市交界的地方有座名山叫鹧鸪山。它是增城市与从化市疆界的分水线,也是地域上东江流域与北江流域的分水岭。鹧鸪山有大小鹧鸪峰两座,为雌雄山峰,大鹧鸪海拔793米,小鹧鸪海拔651米,大小鹧鸪双峰巍峨仿佛是牵着手的情侣,耸立在北回归线附近,有“鹤立鸡群”的美誉。它高峻雄伟,增城市派潭镇的.当地群众称之为“双凤朝阳”。鹧鸪山位处大广州的东北部,据考察的学者说在天高云淡万里晴空的时候,立于大鹧鸪的峰顶可望见广州城。而正是在鹧鸪山脚下的就是伟大古人张九龄的后裔——旧高埔村。

“血浓张九龄，情系鹧鸪山”之第一届“张九龄杯”鹧鸪山登山节

在五一劳动节之际，张九龄的后裔旧高埔村村民与派潭二中学生通过这次登鹧鸪山活动，使他们更了解张九龄文化、锻炼身心和学习团队精神，通过这次活动让社会更了解张九龄文化、关注“留守的天空”快乐成长营的项目活动，让更多的人关注或参与到我们的活动中。也能锻炼当代大学生志愿者的服务社会、回报社会的意识和深入农村基层的组织实践能力。

活动时间：20xx年5月2日

活动地点：鹧鸪山旧高埔村祠堂草洞村

活动对象：旧高埔村村民派潭二中学生华农大志愿者

活动形式：以组队合作共同完成的形式，每组5人（包括有村民和学生）进行比赛。以草洞村（即鹧鸪山脚下）为起点，旧高埔村祠堂为终点。

1、5月2日早上8:30在草洞村举行登山启动仪式（主持）

2、在启动仪式前各村民和学生需完成组队，并商量出自己队的口号（安排每队加入一个志愿者协助每队顺利组建、口号的确立和队伍标志）

3、7:30点华农大志愿者需到达草洞村（即鹧鸪山下）进行布置启动仪式的场地（志愿者与村民合作完成）

4、9点启动仪式结束后登山比赛正式开始（部分志愿者需回到终点布场）

6、1点待到全部队员都到达了终点后举行颁奖仪式，最后总结

奖项设置：

1、冠军（奖品:)

2．亚军(奖品：)

3、最具团结精神奖（奖品：）

**登山活动策划书范例篇五**

二、活动时间：

三、参加人员：

四、活动地点：贵阳市乌当区盘龙山省级森林公园

五、活动组委会：

(一) 总活动策划组：

(二) 现场组：

(三) 安全保卫组：

(四) 医疗护卫主：

(五) 裁判组：

六、活动细则：

(一)、 集合地点：盘龙山森林公园万米云梯入口处

(二)、 活动方式：“过五关，斩六将”，以团队为单位，分成机关队，自由组合队(具体多少队由组委会决定)，开展智能冲关趣味式登山活动。参赛队必须通过团队协作努力，通过“寻找装备”“逃出迷宫”“ 铁锁攀岩”“ 愚公搬运”“芝麻开门”五个关口任务。活动中通过装备中的道具对竞争队进行阻击，也叫做“斩六将”。参数队必须依据游戏规则，最终抢先到达游戏目的地的团队为优胜者。名次的排名以对旗排列的先后顺序为准。若需通关，必须依靠体力、智力、耐力、团队协作能力等综合能力的使用。凡取得通关签章的，即为过关。

(三)、 活动规则：

1、五关

(1)寻找装备

装备主要有：景区地图，通关钥匙(只有在相应的关卡才能使用)，饮料和干粮(全程的能量补给)，通关宝典(相应的关口才能)，对讲机(用于队员联络，情报监听)，通关碟文(但凡每通过一关时，有关主签盖过关章，最终芝麻开门将对其进行验证)，求助电话薄(一般不能拨打，除非放弃游戏)，“斩六将”阻击道具(象棋、围棋、扑克、骰子等)。

(2)逃出迷宫

本关是万里云梯的第二关。有一个进口，一个出口。参赛队必须全队通过方能取得通关盖章。通过此关可以借助通关宝典来完成，也可以硬闯本关。(本关通关宝典所能提示的只能是通关地图的位置，需要团队协助才能完成。)

(3)铁锁攀岩

本关是第三关，场景为以个比较高的大树或者是陡坡，其上可设为通关签章点，参赛者必须通过指定路径全数到达其地，取得签章，方可过关，本关只能由一个团队单过，若遇到两支队伍同时到达，则可以由两支队伍通过阻击道具进行阻击，胜出者率先通关。

(4)愚公搬运

本关为第四关，是一个体能大挑战的关卡。参赛队通过通关宝典提示，找到道具，道具为负重包袱。所有的包袱可以由队员自行分配重量。直到本队所有的队员尽数到达下一关取得通关签章后方能卸下其包袱。

本关可以使用阻击道具。

(5)芝麻开门

本关为最后的关卡，有一铁门，必须要特殊道具才能将铁门打开，本关必须通过寻宝，才能得到所需要的道具。从而打开铁门将其队旗插于威风台。以此完成任务活动，方能获得胜利。本关可以使用阻击道具。

(6)“斩六将”阻击道具的使用，可以每隔10分钟使用一次。若在活动中，对手在10分钟内尚为完成任务，则可以向对方再次提出挑战。若遇到几队人同时冲关，则需要通过联盟阻击，如有多对人到达关前，则可以自由组合成两队，进行阻击。待阻击完成后又在其内部进行阻击。但凡对手已经在进行冲关时，不可以对其使用阻击冲关道具。

七、其他人员安排：

医务组：为预防登山活动中的突发事件，需要安排医务人员在各段要地。 后勤组：

1.比赛前每人人发统一服装及矿泉水。

2.比赛中工作人员带足适量药品和用品，以备不时之需。

八：注意事项：

1、为了使整个活动更加具有组织性，参赛队员必须穿戴统一制作的文化衫、文化帽参加比赛，这样在行进途中可以很好的认出本队人员，避免人员走失。

2、每个队的领队个分发一面印有活动参赛队标志的旗子。

3、登山时，速度一定要根据自身条件自我掌握，并注意中途休息。如果发现胸闷、头晕、眼睛发黑，要马上停下来休息。比赛要量力而行，如发现体力不支或下降，难以承受时，不要勉强向前，原地休息，并拨打求助电话通知组委会工作人员。

4、所有员工务必按照登山路线前进。

5、员工要严格遵守景区的管理规则，爱护景区环境，服从组织者的安排，注意登山安全。

九、奖项设置：

1、冠军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

2、亚军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

3、季军奖：颁发获奖证书，奖品待定。

4、最佳协作团队奖：颁发获奖证书，奖品待定。

5、最佳组织奖：颁发获奖证书，奖品待定。

6、最佳组织奖：颁发获奖证书，奖品待定。

十、开幕式程序

1、开幕前准备分发各队队服及其其他：

2、领导开幕致辞

3、领导宣布开幕并按动开幕大门

4、参赛队员进入活动区域

5、活动开始

十一、气氛营造

1、 开幕式会场

2、活动现场制作彩旗 活动开幕会场制作空飘8个，大型拱门3-5个，音响设备，活动开幕式背景喷绘。

3、  景区道路制作赞助商旗帜 活动终点站制作威风台供参赛队悬挂旗帜。并准备获胜礼花。 活动终点站制作空飘8个，大型拱门及宣传背景。

开幕式所用电子开启大门及其开幕式舞台。 装备存放点。 迷宫阵，用原木制作，面积为20xx—5000平米 铁索塔，可以以大树，斜坡为基点，制作大型攀岩网。 负重体育用品 威风台及芝麻开门封闭围墙。

**登山活动策划书范例篇六**

宁波大红鹰学院校kab创业俱乐部全体成员、实践部全体成员（欢迎携带家属参加）。

荪湖入口——下灵峰寺——小灵峰寺---茶园

1、11：30工作人员到达集合点（学校东一门门口）做好活动前的一切准备

2、11：45进行签到集合

3、12：00准时出发，出行方式路线暂定

4、12:25到达北山步道荪湖入口景区集合（有宁波大红鹰学院kab创业俱乐部旗帜引导，进行再次点名工作，确认人数。）

7、晚饭后可自由分组活动（第四次点名）

1）周边湖体散步聊天

2）垂钓

3）保国寺游览（门票20元/位）

4）中途休息游戏：具体游戏见解：

游戏规则：

1、所有人围成一个圆圈，一人站在圆心。

2、主持人宣布规则：有站在圆心的人随机问圆圈里的人（比如说a），你喜欢我吗？如果a回答喜欢，则a周围相邻的两个人就要互换位置，在互换位置的时候，站在圆心的人就有迅速的插到a周围相邻的两个位置之间，这样a周围相邻的两个人有一个就没有位置，那么就由他表演一个节目或作自我介绍，然后就由他站在圆心，游戏开始下一轮。

3、如果a回答不喜欢，则站在圆心的人将会继续问a：“那你喜欢什么”。如果a回答我喜欢戴眼镜的人，则场上所有戴眼镜的人都必须离开自己的座位寻找空位，而站在圆心的人需要迅速的找一个位置，这样没有找到位置的人就需要由他表演一个节目或作自我介绍，然后就由他站在圆心，游戏开始下一轮。

4、a如果回答不喜欢之后，还可以回答例如我喜欢男人，那么全场的男人必须全部换位，如果a是男的，他自己也要换位。为了增加难度和趣味性，还可以回答，我喜欢穿白袜子等不被人马上发现的细节。

游戏规则：

1．选一块宽阔平整的游戏场地。

2．队员们以小组为单位站成一圈。每人相距约一臂长。作为培训专员的你也不例外。

3．告诉小组游戏将从你手里开始。你大喊出自己的名字，然后将手中的球传给自己左边的队友。接到传球的队友也要如法炮制，喊出自己的名字，然后把球传给自己左边的人。这样一直继续下去，直到球又重新回到你的手中。

4．你重新拿到球后，告诉大家现在我们要改变游戏规则了。现在接到球的队员必须要喊出另一个队员的名字，然后把球扔给该队员。

5．几分钟后，队员们就会记住大多数队友的名字，这时，再加一只球进来，让两个球同时被扔来扔去，游戏规则不变。

6．在游戏接近尾声的时候，再把第三只球加进来，

其主要目的是让游戏更加热闹有趣。

7．游戏结束后，在解散小组之前，邀请一个志愿者，让他在小组内走一圈，报出每个人的名字。

游戏规则：

1.将全班学生分成两大组，推荐产生两位组长，两路纵队排好。

2全组学生把双手搭在前面同学的双肩上组成一条“大蜈蚣”，开始练习一下“大蜈蚣”跑动，看看彼此是否协调。

3．接下来开始做“蜈蚣”翻身比赛，要求第一位组员依次从第二、三人拉手处，第三、四人拉手处……一直到队伍最后两位的拉手处钻过去，第二位组员、第三位组员……跟随前面的组员一直钻完所有的拉手孔。

4．完成“蜈蚣”翻身用时最少的组为胜。

游戏规则

参加游戏的人都必须站在塑胶帆布上，然后需要将塑胶帆布翻过来。规则：

1、所有人都必须站在叶子上（包含讨论）

2、只要有人的身体任何部分碰触到地面就要重来讨论。最后一组接受惩罚。

游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词，然后用最短的时间摆出这个单词.

最后一组接受处罚

游戏规则：

每组队员前五个用嘴传吸管，中间的用吸管吹气球，后面两个用脚把气球夹破。用时最短的组获胜。

最后一组接受处罚。

主持人喊数字然后就几个人抱在一起

（如有具体情况，请联系相关人员）

活动总负责：陈嘉宇（640205）

签到工作：潘红艳（624821）、徐梦琳（627420）

协助工作（13级）：晚饭后活动方式地点：余颖（519725）

登山过程活动环节、kab总负责：王讨红（534698）

晚饭活动地点路线：白炳雷（530968）

零点活动：刘文滔（534105）

活动主持人：

100元/位（包含晚饭、水和水果，因要预定农家乐和提前准备水等，望能理解）

自驾行车建议路线：机场路高架——保国寺收费站左转----“星期九”生态农庄右转—--荪湖——步道荪湖入口（设有停车场）。

1、本次活动为13级第一次组织活动，望参与者互相转告邀约，发动更多kaber和实践部伙伴参加本次活动，联络感情，进行简单的跨年仪式。

2、可因个人需要，自行准备温水或用于补充能量的食物。

3、活动中不丢弃不能自然降解的垃圾，鼓励拾捡垃圾，提倡环保，尽量不破坏植被、不留下污染的痕迹、严禁猎杀野生动物；注意团队形象，不得破坏大自然和公物。除了我们的脚印，什么也别留下；除了所拍的照片，什么都别带走。

5.如登山当日有雨，活动取消。

6.听从集体安排，大家一起同行，途中互相照顾。

7、自驾路线示意图

8．北山布道简介

北山休闲游步道起点是江北庄桥灵山村，经保国寺、荪湖、毛岙、五湖、环英雄水库周围山脉，终点至慈城五星村，全长为62公里。62公里的游步道中，33公里是自行车休闲绿道，起至保国寺，终至五星。自行车道与登山步道相接，形成完整的北部山林休闲道体系。整条游步道把庄桥街道、洪塘街道、慈城镇范围内的群山全部串联起来，区域总面积50平方公里，覆盖了江北区5000亩山林，串连了保国寺、慈城古县城、五星绿野山庄3个国家4a级景区，直接辐射了沿线的15个行政村。

**登山活动策划书范例篇七**

深圳市重阳节登山比赛活动方案

：10月16日下午2：00乘车前往笔架山公园。教师在正校门口上车，学生由班主任组织在本部北校门乘车，1-20班学生分乘1-20号车，剩余学生则乘预备车(21、22号车)。

：教师、学生到达笔架山公园西门后，迅速在停车场前(公园内)集合整队。比赛分两组进行，第一组为教师，第二组为学生。教师组出发后5分钟后学生组出发。参赛队员按各路口指示牌(各路口有体育老师)指引完成比赛。教师、高三女同学登至第一座山峰为终点，男同学登至第二座山峰为终点(笔架山最高峰)。达到终点时终点裁判会将取得名次人员的名次牌发放到队员手中，奖品组按此颁奖。登山到顶后，所有人员应尽快下山到出发点集中，各班清点人数后由各班主任安排本班工作(学生不返校，就地解散回家)。

：体育老师负责比赛线路的勘查和组织比赛，学生处、办公室负责落实和公园的联系以及交通、奖品。

：时逢重阳节，登山人数较多，大家应特别注意安全。原则上不组织比赛之外的其他活动。

**登山活动策划书范例篇八**

为进一步营造我市创建“中国优秀旅游城市”的氛围，动员广大市民群众积极的参与到我市的创建行动中来，团市委决定在昭山组织一次登山比赛，以实际行动支持湘潭市创建“中国优秀旅游城市”工作。

20\_\_年11月3日下午1点集合

湘潭市昭山旅游风景区(下107国道后参照指示牌)

团市委一级机构社会各界人士

个人赛：

设置一、二、三等奖各一名

团体赛：

只取优胜团队一支。

其他奖项(个人、团体均设)：精神奖、服饰奖、搞笑奖五、参赛要求

1、各单位参加个人赛的人员限1名，参加团体赛的队伍限1支。

2、团体赛各团队人数为10人，团队中成员必须有40%以上的女性，比赛成绩取团队最后到达终点者。

3、活动不收取任何参赛费用，昭山旅游风景区门票全免。

4、各单位参赛人员自备车辆前往比赛地点，往返途中一定要组织严密，确实保证队员的人身安全。

共青团湘潭市委20\_\_年10月30日

昭山登山比赛活动报名表

单位：(盖章)

个人(限1名)：

团体(团队中成员必须有40%以上的女性)：

注：不得同时参加个人和团体赛。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com