**“一学一做”支部对抗赛活动规则**

“一学一做”支部对抗赛活动共分为两个阶段，具体规则如下：

1. 第一阶段：问答环节。

规则：此环节共10提。每正确回答一题得2分。

二、第二阶段：实践环节

在趣味性强的活动开展“学习总书记讲话,做合格共青团员”开展教育，实行对抗赛。本环节共分为三轮：第一轮：团结的协作；第二轮：运动的青春；第三轮：信任的力量。

每个活动可获得相应的积分，积分实行累加制，积分最高者获得最终的胜利。活动一、二、三为第一轮，第一轮结束后，积分前八的进入下一轮。活动四、五、六为第二轮，第二轮结束后积分前四的进入最后一轮比赛，最终按照总积分进行排名。

**第一轮：团结的协作**

**活动一：一 “学”，一 “做”**

活动规则：

1.每队出2人，负责将“团结友爱、共青团员、一学一做”等词语用肢体语言表现出来，同组其余3人负责猜出队员所想表达的词语；

2.计时90秒，每答对一题得1分，答题过程中发出声音进行提示即为犯规，每犯规一次扣1分；

3.计时结束后统计每队得分情况；

**活动二：石头剪刀布**

活动规则：

1.四个组一起比赛，分成两组，两组人员面对面站立，手背后，小组队长决定出拳的方案，并在背后用手发出信号传给下一位队员，依次传递下去，注意要秘密传递；

2.比赛过程中，任何人不得移动脚步，不得交头接耳，要始终看着对方。传递完毕后，听工作人员口令，一起出石头剪刀布，若一方队员手势相同且按石头剪刀布规则赢了对面一方的为比赛胜利者，若两方队员都有手势出错的，出错少的一队获胜；

3.所有队伍全部结束后，统计得分排名情况，第一名获得5个积分，第二名获得3个积分，第三名获得2个积分，第四名获得1个积分；

**活动三：卡牌风云**

活动规则：

1.两队一组进行比赛。有若干组卡牌，每组卡牌组成一句话（如“学习总书记讲话做合格共青团员”）。比赛开始前将卡牌打乱顺序倒扣向下；

2.参赛小组成员依次上前按照一句话中每个字的前后顺序进行翻牌，每人每次只能翻一张卡牌，若第一名队员翻到第一个字，则将卡牌正面朝上。由下一名成员继续翻牌，若第二名成员翻的牌不是第二个字，将牌原样放回，由下一名成员继续翻牌；

3.组员在游戏开始前可以讨论策略，开始游戏后，队员之间不得交流传递信息；

4.先完成的一组得3分，后完成者加1分，没有完成的不加分；

**第二轮：运动的青春**

**活动一：汉字大作战**

活动规则：

1.每四个队一起进行，每队出4人。比赛开始前，参赛人员站在事先划定好的起点处，距离起点十米的地上放有卡片；

2.裁判宣布开始后，参赛人员同时跑向卡片位置，并选择一个卡片，卡片上的字便是自己代表的字，随机组合配成指定词组（共青团员、预备党员、一学一做等），最终没有匹配成功的淘汰出局；

3.计时一分钟，比赛过程中，可以抢夺他人卡片。比赛进行三轮，三轮结束后，统计留下来人数，每队留下1人即得1分，以此类推；

**活动二：翻山越岭**

活动规则：

1.每两组进行对抗，每组各选出两个人参加游戏，共两条赛道，每条赛道长30米；

2.两支队伍分别位于两条赛道，同时开始比赛。比赛开始时每个队伍中的一人俯身做“山”，听到开始信号后，另一人双手撑队友背部越过队友并跑到下一个标记点做“岭”，再由队友翻过。如此往复，直到到达终点。起点设置一个标记点，之后每隔五米设置一个标记点；

3.中途有未翻过障碍者，需再重新翻越；小组两人都到达才算结束；

4.先完成者得3分，后完成者得1分 ；

**活动三：金鸡独立**

活动规则：

1.四组同时进行比赛，每组各出1人成语接龙，其余四人站在指定位置；

2.主持人先讲一个成语，第一组需要进行成语接龙，若5秒内若回答不上，需将该组的纸折成一半，在让参赛者站上去，并且答题权顺延到下一组；

3.若某一组的纸小到参赛者无法站上去，则该组被淘汰；

4.按照淘汰顺序依次积1、2、3、4分；

**第三轮：信任的力量**

**活动一：仙人指路**

活动规则：

1.每组1个人指挥前进，其余4人依次接力完成比赛；

2.每名队员原地旋转5圈后，拿到指定位置的水杯，通过障碍后将水杯中的水到入终点指定容器中；

3.开始比赛后计时，按照时间长短进行排序，若时间相同，则水量多的一组获胜；

4.按照时间先后分别积1、2、3、4分；

**活动二：女王躲避球**

活动规则：

1.将场地划为两块，每两组为一队，每组选4人比赛，两队进行PK；

2.每队选出一名“女王”（性别不限），剩余7名队员留守女王；

3.如果用手阻挡住球，则阻挡成功；如果用手以外的部分阻挡或被球击中则OUT；若队员被击中该队员OUT，若“女王”被击中则全队OUT；

 4.限时3分钟，若两队最终剩余人数相同则各组加1分，若两队剩余人数不同，剩余人数多的一队每组加3分，剩余人数少的一队每组加1分；

**活动三：撕名牌**

活动规则：

1.四组队伍同时进行比赛。每组选出1名队长，只有队长知道自己的队员。队员不知道自己属于哪一支队伍；

2.游戏开始后，队长要博取队员的信任，也可以制定策略来迷惑对手。所有参赛队员在寻找队友、队长的同时，要撕掉非同队人员名牌并保护好自己的名牌；

3.名牌被撕则该参赛者OUT，限时15分钟 ；

4.游戏结束后，剩余人数最多的一组获胜，获胜一组加5分；