**战狼生存挑战夏令营活动方案**

1. **活动主题**

军事自强

**二、活动时间**

2018年7月30日—8月3日

**二、活动目标**

1、树立爱国主义精神。教育营员了解我军光荣传统和艰苦历程，掌握必要的国防常识，让爱党、爱国、爱军成为自觉行动。

2、培养军事国防素养。组织营员通过以个体和团队的方式，开展军事技能、军事体能、军事常识等训练和学习，培养吃苦耐劳的精神和坚韧不拔的意志，增强挑战自我的能力。

3、提升自学自律品质。引导营员践行社会主义核心价值观，通过自学培养学习能力，通过自律约束自我，在共同生活中学会做事、自我服务和团队协作。

**三、活动特色**

1、充满挑战的争章模式。根据营地荣誉中军事体验系列的技能章、星级肩章和自强勋章的获取办法，营员按活动课程参加争章体验项目。各争章活动项目均设闯关激励，由营地教官发放闯关成功技能章，并获得相应的营元奖励。

 2、彰显品质的志愿服务。营地提供有社会角色体验的各类志愿岗位，营员可根据营地勋章争章要求，自主参加志愿服务工作。

3、合理安排的活动课程。设置了小学3、4年级、5年级及以上各3个中队，每个中队招生20人，同时活动课程中设立了21个（14天营）、15个（7天营）自强争章项目，每个年龄段营员均可挑战1星级到4星级肩章；为丰富营员体验活动，还安排了一些自理、自护系列的活动项目，营员可获得生活自理、生存训练技能章，为挑战自理、自护星级章和勋章做好准备；营地还特别安排了完成暑期作业的时间，培养营员自主学习的能力。

**四、食宿安排**

1、一日三餐按时按点用餐，午休后安排冷饮、点心。

2、榻榻米住宿方式，保证营员安全，营地辅导员随寝管理。

**五、活动课程**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **主题与内容** | | **训练目的** | |
| **目的：**通过基础军事队列训练和高强度的体能训练磨炼营员的意志，学习军人不怕苦、不怕累、敢打拼、能坚持的作风，全面提高营员综合素质。 | | | | | |
| 第一天 | 上午 | | 1、入营，分 配 房 间、营服  2、开营仪式 | 感受军旅文化，养成军人般良好的行为习惯及日常生活习惯，让营员能够自我定位，认识一个全新的自己。 | |
| 下午 | | 1、团队建设  2、树规矩，改习惯，正脊梁（三声三相） |
| 晚上 | | 1、内务整理  2、视频学习 |
| 第二天 | 上午 | | 1、军事队列  2、下肢力量训练 | 1、建立良好的时间观念、组织纪律观念和集体观念；  2、通过专业体能特训，让营员从体能、力量、协调性、敏捷度等方面全面提高。 | |
| 下午 | | 1、军事队列  2、耐力训练 |
| 晚上 | | 1、走进《战狼2》  2、军旅日记 |
| 第三天 | 上午 | | 1、射击瞄准  2、攀岩 | 1、培养营员军事技能，具备军人基本素质；  2、培养钢铁意志，打造不屈勇士。 | |
| 下午 | | 1、防身术  2、柔韧性训练 |
| 晚上 | | 1、手洗衣物  2、整理物品 |
| 第四天 | 上午 | | 捕俘刀 | 在严格的军事训练中，增设营地特色自强活动项目，使“枯燥”的军事训练富有趣味、生动活泼； | |
| 下午 | | 1、军事五项  2、平衡性训练 |
| 晚上 | | 1、暑假作业  2、军营日记 |
| 五天 | 上午 | | 1、枪械知识学习  2、95式步枪战术基础 | | 在严格的军事持枪特训中，激发营员的热情，掌握基本技能，同时增设营地特色自强活动项目，并在活动中巩固军事训练成果。 |
| 下午 | | 1、互动留言  2、告别营地 | |
|  | |  | |