

2023年海洋馆亲子活动策划方案 暑假亲子活动方案(实用6篇)

在进行婚礼策划前，需要对新人的喜好、主题和预算进行充分了解和考虑。通过阅读下面的调研方案范文，你会对调研的流程和步骤有更清晰的认识。

海洋馆亲子活动策划方案篇一

- 1、走近自然，感受夏天，了解家乡，陶冶情操。
- 2、培养团结协作精神和能力，增进孩子与父母间的情感交流，体验照顾他人的不易与快乐。

新桐一大桐洲岛上。

xx月xx日（星期日），上午8:30——下午2:30

一（6）班学生与家长（自愿报名）

费用自理，大人每人50元，孩子每人30元

- 1、将全体报名人员以家庭为单位分成7个小组
- 2、具体筹备工作如下：

（1）工作人员安排：

总负责：一（6）班家长委员会部分成员

方案策划组织：陆xx爸爸汪xx爸爸

活动主持人：李xx妈妈朱xx妈妈

后勤负责人：李xx爸爸等6人准备好烧烤用具以及烧烤所需的一切物品以及烧烤的食物。

活动摄影：许x爸爸（备数码相机一部）。

安全负责人：吴xx爸爸（备急救箱一个：创可贴、纱布、酒精、棉花、红药水、开水等），落实整个活动的安全措施，要求车队严格按标贴顺序行进，不得超车！在出发前收齐每户人家的外出表。

经费负责人：石xx妈妈和袁xx妈妈（主要负责活动经费的收缴和开支等）。请以家庭为单位在东吴公园门口交清费用。

(2) 全体少先队员佩戴好红领巾。

(3) 以家庭为单位事先对自己的孩子做好纪律教育，卫生教育，安全教育以及文明礼仪教育工作，跟孩子讲清本次活动的目的和意义。

(4) 以家庭为单位自备其他自用食品：零食、饮用水以及水果等（教育孩子注意节俭）、风筝以及休息用的小凳子、桌布或帐篷等。

1、全体成员8:30左右在东吴公园正门口集中、整车队，有车的家庭进行自驾，没车的家庭由汪乐妍爸爸负责好拼车事宜。请各位家长在出发前交清所有的费用。

2、9:00前由汪乐妍爸爸发给车号标贴，整理好车队。9:00正式出发严格按车号标贴顺序行驶，一路观赏风景。

3、9:45左右到达目的地各自有序停车。

4、9:45—10:10：烧烤前各项的准备工作。

- 5、10:10—11:40：烧烤自助活动以及挖野菜活动。
 - 6、11:40—12:10：家庭自由亲子活动。
 - 7、12:10—13:10：放风筝比赛（以家庭为单位），看当天天气情况。
 - 8、13:10—14:10：家庭迎面接力跑比赛（以小组为单位）。
 - 9、14:10—14:30前：比赛颁奖活动以及离开场地前的整理活动。
 - 10、14:30整车队返回富阳。
- 1、召开部分家长委员会会议，明确各自职责。
 - 2、活动前后加强对孩子安全教育。
 - 3、严格选定划分活动区域，对于有危险的活动区域，禁止孩子去危险区域内活动。
 - 4、出发前以家庭为单位严格检查所带的食品，确保食品安全。
 - 5、考虑到活动属于大型集体外出实践活动，存在难以预料的安全隐患，所以以家庭为单位必须向家长委员会上交书面活动申请表。

教育孩子爱护公物，保护环境和绿化，严禁孩子攀摘花草树木，乱丢垃圾和随地大小便，返回时清理好环境卫生。

海洋馆亲子活动策划方案篇二

一、活动宗旨：

增进老师家长们的相互了解，沟通教育心得，增强孩子们的

活动能力及团队精神。

第一次活动以认识为主，简单游戏为辅。

二、活动时间及地点：

7月26日(暂时定)上午9：00，东莞植物园(绿色世界)正门。

(以后定期组织活动时将轮换选择周日和周六，以便不同时段的家庭参加。)

三、活动准备：

1、自带一条小布条。

2、自带食物与同学分享。

3、自带一至两件写上祝福语的礼物与同学交换。

四、活动内容：

9:00—9:30 集合 拍照(由一有像数较高的数码相机家长带，需找人配合)

9:30—11:00 亲子活动

1、我们大家一起边唱边舞《感恩的心》。(请爸爸妈妈先在家里跟孩子学习学习哦)

2、企鹅行走：小孩和家长面对面，小孩双脚放在大人双脚上，从一个地点走到另一个地点。

3、三人四足：以家庭为单位，若干个家庭为一个比赛组。道具：橡

皮绳或布条和折返点标志物，终点红线。方法：学生和家長单腿捆绑在一起，在20米距离处折返回起点竞速，先撞红线为胜。

4、接力游戏：坐轿子。两个家長搭档抬孩子

5、抓尾巴：家長背着小孩，小孩后面裤子上放一个手绢，不断移动，在保护自己“尾巴”的同时，去抓别人的“尾巴”

6、拔河比赛：拔河比赛三场：孩子与孩子拔一场，家長加油，第二场由家長参与，孩子加油，第三场由家庭参赛，孩子在前，家長在后，一起参与。

(绳子向学校借)

11:00—11:30 食物分享 自由活动 结束

1、每位家長预先带上食物和餐布，可以几位家長和学生一组。(野餐完后要把用餐过程中的垃圾清理干净)

2、自由活动，可以在周边踩单车，划船，或孩子们之间自己活动，家長们可以观察自己的孩子跟同班同学的交往，他(她)的朋友，也可以帮助孩子们交流交往。

五、备注：

1、星期三22:00之前报名，确定是否参加及参加人数，因为要给所有家庭分组以便参加游戏(因是家長委员会第一次组织活动，本次活动限定为本班级同学和家長参加，陪同大人不超过两名。

2、食物、水家庭自备。

3、家長委员会中要选部份家長出来做分时段义工，同时也保证每个家庭活动都能参加。

4、游戏项目顺序可能会变化，以当场情况为准。

5、如有遗漏问题会及时在班级博客上更新，请家长们及时查看班级博客情况。

6、本次为第一次班级集体活动，如有任何不周全的地方，希望家长们能谅解。下一次会更好！

海洋馆亲子活动策划方案篇三

活动目的：

1 丰富五(5)班学生的暑期文化生活，增强孩子体质，培养他们良好的环保意识、励志精神、审美情趣以及劳动能力，促进孩子德、智、体、美、劳全面发展。

2 结合学校创文活动、孩子暑假作业，开展社会调查实践活动，增强孩子的社会责任感与公民意识。

3 融洽亲子关系，增进亲子间的情感交流。五(5)大家庭彼此分享和共度一个富有意义的轻松周末，促进同学爱、师生情和家长谊，为孩子的成长创造一个更宽松和谐的人际氛围。

活动时间与地点：

时间：__年8月19日(星期日)

地点：三水迳口南丹山

活动对象：五(5)班师生及家长

活动流程：

1、7：30—8：00西南中心小学正门集中，收取活动费用，合

影。上车后孩子进行分组抽签，分成两队后，车上的热场游戏，亲子互动游戏、越野寻宝游戏，以及活动过程的纪律评比等都将以两队的形式展开竞争，胜出的一队小朋友可以优先挑选礼物。

2. 一个半小时后到达南丹山。初定以下活动：（本周末家谊会实地考察后确定游戏项目、顺序与规则）

上午：（1）爬山，捡拾登山途中垃圾，颁奖。

（2）分组登山比赛（初定比团队成绩）颁奖。

（3）越野寻宝（“宝”初定为伦敦奥运会上中国运动员图片，请大家多关注奥运冠军以及金牌背后的故事）颁奖。

中午：（1）野炊（请各组长协调本组成员备好以下物品：不同菜式、油盐酱醋等调味料、一次性碗筷。米、柴、锅、菜碟、菜篮等由景区提供）

（2）稍事休整；捡树叶制标本活动；“南丹美”摄影比赛（从博客上传的图片中评选）

下午：（1）水陆拓展游戏活动。颁奖。

（2）游泳。

3. 16:30 小结本次活动，颁发纪念品。结束开心周末亲子活动。

活动报名方式：

下周二前到各组长处报名。

活动费用预算：

景区门票(含中午野炊费用)：孩子每人25元，成人每人30元

旅游巴士：洽谈中

横幅：50元

奖品、纪念品费用：约每个孩子10元

医疗箱：100元(或由家长中的医务工作者负责保管)

综合以上费用，每个孩子： 每个成人：（随后发布准确数据，并依据实际情况多退少补，在博客上财务公开）

相关工作及分工安排(报名后再确定)

旅游巴士跟进：

全程保险跟进：

奖品、纪念品跟进：（涉及财务问题务必两人以上）

医护跟进：

拓展游戏：

财务跟进：（此处务必两人以上）

博客宣传：

温馨提示：

1、活动全程请注意安全，孩子的安全问题由各家长自行负责，请各家长在照顾好自己孩子的同时，多留意身边孩子的安全。

2、费用在活动当天早上7:30收取，请大家备好零钱交给财务

组成员。(如人数多, 则先打印表格)

海洋馆亲子活动策划方案篇四

20xx年xx月xx日

1. 7月30日活动方案初稿, 提报至园委会商讨定稿。
2. 8月5日制定出活动定稿, 上报少年宫和教委。
3. 8月15日各班下通知。制作宣传海报, 张贴在幼儿园宣传栏。
4. 8月18日确定名单, 全园仅限5对父子(父女)。
5. 联系有关部门和原山国家森林公园, 安排住宿等情况。
6. 8月20日幼儿园与家长签订合同, 要求家长提供体检报告。
7. 8月23日24日进行活动。
 1. 8月23日早上5点半集合, 点名后家长自己开车带孩子前往原山国家森林公园。
 2. 早上6点半到达原山国家森林公园, 安排房间, 玩游戏赢取早饭。(游戏: 心有灵犀爸爸或孩子一个做动作一个猜词, 1分钟内数量最多的获胜, 获得相应的早饭)
 3. 早上9点集合, 到原山国家森林公园工作滑草场, 进行滑草比赛。
 4. 10点活动结束, 自由玩滑草游戏。
 5. 中午11点活动结束, 回到宾馆吃饭午休。
 6. 下午3点集合, 进行汉字听写大赛, 由老师读出字或者词语, 爸爸书写, 正确率最高的`获胜。

7. 4点开始游戏环节，萝卜蹲、丢手绢等游戏。
8. 晚上6点晚饭。
9. 7点集合进行晚间游戏活动，根据公园情况进行篝火晚会或者游戏活动。
10. 8点半家长和孩子洗刷睡觉。
11. 24日早上6点起床，吃早饭
12. 8点开始爬山比赛。
13. 11点活动结束，宾馆集合吃午饭，午休至3点
14. 3点半集合颁发活动证书，合影留念，家长开车返回张店。所有活动结束。

1. 本方案为活动初稿，所有项目均为个人意见。
2. 活动需要报少年宫和教委批准，时间不确定。
3. 活动费用均由家长个人承担。

海洋馆亲子活动策划方案篇五

转眼间到暑假了，小学生们纷纷参与社会实践活动，本文为大家准备社会实践活动策划方案，一起来了解吧。

在参加这些活动的过程中，每位队少先队员以饱满的精神状态，虚心地去学习，认真地去观察，用心地去思考，取得了良好的实践教育效果，所表现出的良好的精神面貌也深得老师们的好评。实践期间，学校领导班子亲自带队，确保了每一次实践活动的顺利完成，通过对本次实践活动的讨论，实践队

对本次活动的特点、收获和存在问题以及对未来的展望进行了分析和总结。

一、活动特点

1. 主题突出

本次活动是在认真贯彻《中共中央国务院关于加强未成年人思想道德建设实施纲要》，中共中央、国务院关于全面推进素质教育的精神，进一步深化课程改革，加强对少年儿童热爱祖国爱家乡教育，全面提高少年儿童的综合素质背景下开展的。

2. 目的鲜明

本次活动让学生的身心在活动中得到放松，在与大自然的接触中感受人与自然和谐的重要，在与动物的亲近中增强保护动物的意识，在了解古蜀文化的同时见证成都的历史，进一步培养学生对历史的兴趣，增强学生作为成都人的自豪感。

3. 注重利用人文景观和自然景观进行爱国主义教育

在活动期间，少先队员们来到了动物园，金沙遗址，阳光教育基地，利用那里的人文景观和自然景观培养大家的爱国主义情感。活动结束后，队员们表示这次活动非常有意义。

4. 加强交流与学习

在这次实践中，学习交流是一大特点。在实践中注重向社会、向群众，向老师学习。同时实践队非常注意加强内部的相互学习和交流，在每一阶段结束后，都会进行讨论，在大家集思广益后总结收获与发现不足并提出展望。

反思：

本次活动取得了圆满的成功，但是也存在者一些不足之处，比如：关注细节还不够，在教育的形式上还要多下功夫。社会实践的成果意识有待加强。

2. 指导思想：

为了丰富学生的课余生活，拓展学生视野，了解家乡的种植产业，领略家乡与众不同的现代特色农业，感受家乡的秀美景色，感受学习科学文化知识的重要性，感悟劳动光荣的美好情操，接受热爱家乡，热爱祖国的教育，培养和提高学生的自主合作能力，社会实践体验，经学校研究决定开展一次小学生社会实践活动。

一、活动目的

- 1、让小学生们亲近社会、学习知识、开阔眼界；
- 2、提高学生自身的综合素质，增强学生的学习意识和吃苦耐劳精神；
- 3、提高学生独立生活能力，培养学生的实践体验能力和团队协作精神。

二、活动时间□20xx年10月18日

三、活动地点：杭锦后旗陕坝镇中南渠村康尔莱生态基地

四、活动主题：走进特色农业了解科学种植

五、参加人员：杭锦后旗陕坝镇五星中心校3—6年级学生

六、出行方式：自行车到达，步行参观。

七、领导小组：

组长： 陈向军(总指挥)

副组长： 窦永生 魏慧琴

组员： 陈俊峰 柴仙桃 刘彩云

各班班主任(张爱萍徐仙 赵美丽 王萍)

照相： 李军

资料整理： 刘彩云

保安： 张瑞峰

校医： 孔淑珍

八、安全负责人： 各班班主任及搭班老师

九、领队：

总领队： 刘彩云

各班领队： 各班班主任

十、活动过程：

1、集中学生宣布活动主题，说明目的，意义；

2、强调要注意的事项：

(3)、参观村委办公室等时，不可随意拿取或破坏室内设施设备；

(4)、进入种植区避免踩踏，更不可私自采摘；

(5)、在向农户询问农业知识时要做到严肃认真，有礼貌；

3、活动结束后要求每人完成一篇观后感。

4、学校将对学生观后感进行评比、奖励。

十一、活动路线

十二、活动要求

各带队老师认真做好学生的参观路线及内容安排，让学生学有所收获，保证学生在学习、活动时的绝对安全。要求学生须遵守纪律，服从学校统一安排，确保社会实践的安全和活动的顺利开展，须遵守各项规章制度，爱护参观地的每一株和当地财物、公共财物，要加强自我服务管理意识，培养生活自理能力，锻炼实践能力和合作交流能力。加强对学生生活常规的教育和良好习惯的培养。

十三、注意事项：

后上交大队部。

2、从遵纪、礼仪、劳动光荣、实践体验等方面进行一次专项教育，为社会实践做好准备。

3、安全第一(游玩、上、下路骑车等)。学生一律穿校服。

4、以班级为单位管理，班主任与分到各班的老师共同管理学生。班主任事先将班级学生分成几组，各组安排组长负责清点人数，召集本组人员，遇到情况及时汇报。

5、下午2：30集合，5：00集合回校。

6、班主任手机号码留给学生，班主任记住领队的电话，遇到情况及时反映。教育学生万一走散可站在原地不动或打电话

或找管理人员。各班学生跟好本班带队老师，不准个别行动。

7、爱护公物、文物，不大声喧哗。遵守园区管理制度，不乱丢瓜果壳，做文明参观者。

8、请所有师生保管好自己随身携带的物品，防止丢失和损坏。

海洋馆亲子活动策划方案篇六

1、崎岖的下山之路：爸爸和孩子在山顶选择必要的行李，和骡子一起前往目的地选房。（选择、克服恐惧、吃苦耐劳、意志力）

2、蹲马步顶碗游戏：爸爸蹲着马步，头顶一个装有水的碗，坚持时间最久的爸爸获胜，可获得优先选房权。

3、泥地世界杯：分两组，爸爸和孩子一起在泥田踢足球，进球最多的队获胜。（合作与竞争、克服恐惧与不适应、贴近自然）

4、为孩子洗衣服：爸爸们给孩子洗澡并清洗衣物。

5、给孩子煮晚餐：爸爸们给孩子做最拿手的菜，共进温馨晚餐。

6、抢早餐：爸爸早起，并叫醒孩子，背着孩子跑去指定目的地抢早餐，早餐被挂在热气球上，最先到达的爸爸不仅可以更容易取到早餐（热气球越飞越高），还可领取到更丰盛的早餐。

第二季第二期

1、买食材、添新衣：孩子们去集市购买食材，并为爸爸添置新衣。（金钱意识、学会合理花钱、社会交往、完成任务的能

力)

2、挑战蜂房取食：爸爸自己寻找道具做成防护服，去蜂房取蜂蜜和大米。

3、爸爸们利用食材做午饭。

4、修猪圈、赶猪：爸爸们学唱当地的“号子”，抬大石头帮村民修猪圈，孩子们去室外帮村民把猪赶到爸爸们修好的猪圈里。

第二季第三期

1、寻女搭档配合演戏：每个爸爸都要去村里寻找一个女搭档配合演一段电视剧的场面，最先找到搭档演完戏可优先选择住房。

2、寻找高人(姚明)，摘枇杷给爸爸吃，寻找食材：给俩个孩子们一张路线图，去一处民居寻找最高的人帮她们摘枇杷给爸爸吃。其他四个孩子去村里寻找午餐食材。(合作、互助、社会交往)

3、古村亲子篮球赛：分成两组，孩子从远处把篮球递给爸爸，爸爸来投篮，投进球最多的队获胜。(竞争意识、规则意识)

4、和姚明打篮球：爸爸们加上姚明分成两组进行篮球比赛，孩子当啦啦队。

5、合作做晚餐，宴请姚明。

第二季第四期

1、铁人五项(每一项完成后才能进行下一项，五项最先完成者得胜)

穿大鞋——孩子拿着爸爸的鞋子奔赴目的地，在目的地要脱下自己的鞋子，穿上爸爸的大鞋，然后跑回到爸爸的身边，并帮爸爸穿上鞋子、系好鞋带。保龄球——用塑料瓶摆成一排，要求家长与孩子想办法(可用袜子装上石头等)一次性把瓶子都击倒。

抱俩样——爸爸抱上一条冬瓜以及自己的孩子，跑向目的地。

抬轿子——爸爸和工作人员用古轿子把孩子抬向目的地，先到达可以领到更好的勺子当划桨(有长柄木勺、长柄铁勺、短木勺、短铁勺、漏勺等)。

包粽子——在湖中央摆好一个接近肩膀高的大木桌，上面放有包粽子的食材，但是只有三个位置最利于包粽子，其他俩个地方可能会够不着食材。爸爸用木盆和勺子划向大木桌(木盆随时会翻)，并寻找有利位置开始包规定数量的粽子，然后用木盆划回终点，最先完成任务的爸爸获胜。(竞争意识、意志力、吃苦耐劳)

2、找搭档上台秀：孩子到村里物色小搭档与自己完成晚上的t台秀，并为自己的搭档进行服装搭配。(社会交往能力、设计感、表现力)

3、表演《白蛇传》：爸爸重编“白蛇传”剧本，一人饰演一角，根据自己的创意重新演绎“白蛇传”。

第二季第五期

1、分享与分担测试：把俩个孩子安排在一间房子里，爸爸们在录像棚观察孩子的表现。村长给俩个孩子端来俩份盖起来的早餐，然后离开。俩个碗中有一个是空的，而例外一个碗则装有孩子们都很喜欢的食物，如玉米、巧克力蛋糕，还有很难吃的乳酪(要求必须吃完)，看孩子们是否懂得分享食物或者分担都不愿做的任务。(学会分享与分担)

2、捡鸡蛋、做蛋汤：去鸡棚捡鸡蛋，然后亲手做鸡蛋汤给爸爸喝(克服恐惧，孝道)

3、守猪考验：把俩个孩子和俩头猪关在一起，事先告诉孩子这两头猪是中午的午餐，而且这两头猪会讲话，让孩子们看好猪，无论猪说什么都不能打开猪圈的门。爸爸们在录像棚观察孩子的表现并为这两头“会讲话的猪”配音，看能不能骗孩子把猪圈的门打开，让猪跑出来。(防骗意识)

第二季第六期

1、袋鼠宝宝：爸爸两手两脚触地，作起跑姿势，孩子挂在爸爸的胸前，两手抱着爸爸的脖子，两脚夹住爸爸的腰，扮演袋鼠宝宝。哨声响后，家长从起点开始跑，手和脚都必须着地，最先到达终点即可获胜。

2、家长打糍粑、小孩与家长一起捏糍粑

3、摘杨梅、卖杨梅、买礼物：孩子们摘杨梅去集市上卖，为村里的老奶奶买一份礼物(社会交往、劳动意识、财商意识、爱心)

4、爸爸们在当地的油作坊为老奶奶家榨茶籽油

5、怀旧运动会：打棍子——用特殊器具抛出短棍，用另一根长棍来打击短棍，看谁打得最远。(类似打棒球)

踩高跷——以组为单位、踩高跷赛跑。(高跷可用易拉罐和绳子自己制作)爬竹竿——以组为单位，两两之间进行比赛;爬架子上悬挂的两根青竹竿，爬得最高的队员获胜。

木头人——队员一起喊“木头人” 口令，口令停止，所有人都不能动，坚持最久即可获胜。

传吸管——以组为单位，队员之间需撅起嘴传递一根吸管，最先传递完即可获胜。

6、孩子给爸爸洗脚、按摩(孝道)

第二季第七期

1、找食材：工作人员将食材才分别投放在森林的不同地方，爸爸和宝宝分成三组将所有的空投食材找回来。

2、宝贝找小动物比赛：宝贝们在规定的地区内找到自己喜欢的小动物，然后一起找事先准备好的赛道中进行比赛，看谁的小动物跑的最快。（节目组将小狗事先准备好，放在一起，小朋友找到后选择自己的喜欢的小狗，进行比赛）

3、三大炮：下午茶时间，宝贝们学做四川特色小吃三大炮，先要趁热抓出一大团糍粑，然后分成三小团，用力摔向有铜锣的案板中央，听到三声铜锣响，糍粑在竹簸箕上滚满芝麻和黄豆粉之后，再浇上糖汁就算完成了。

4、树上的城堡：让小朋友们离开爸爸，独立的去树上的城堡度过一晚上。小朋友们选择一个爸爸陪同。（独立、勇气）

第二季第八期

1、干瞪眼：宝贝和爸爸们一起睁眼睛，谁可以最长时间不眨眼，谁就可以优先挑选住宿帐篷。

2、丛林找野菜：宝贝们和爸爸一起去丛林中找野菜，老乡介绍可以食用的野菜。

3、丛林寻宝：将宝贝们分成三组，分别去寻找神秘的宝藏。其中发现突发状况，爸爸装扮的野人出没，（探索、合作共赢、应变力、对待陌生人的态度）

4、画全家福：准备好彩笔和画纸，让宝贝们画全家福，宝贝们心中的全家福是怎么样的。

第二季第九期

1、记者提问：组织一批这对宝贝们进行提问，只有宝贝可以回答问，爸爸们不可以回到。(分享)

2、销售商品：用劳动换取食材，爸爸和宝宝一起帮助集市中的老板，销售商品换取旅行需要的食材。(推销能力)

3、射箭比赛，爸爸们通过射箭比赛，即爸爸们依次射箭，射中靶即算一分。进行五轮，射中最多可以优先挑选住房，以此类推。

4、草原篝火晚会：剧组准备篝火晚宴，当地居民介绍篝火晚会的礼节，篝火晚会——烤全羊的祭祀，切烤全羊，当地居民的风俗，民俗舞蹈表演。动物舞蹈——当地居民表演动物舞蹈，宝贝们猜是什么动物，猜中给奖励。(观察)

5、挤牛奶：宝贝和爸爸们一起挤牛奶，要安抚心情不是太好的奶牛，唱歌给奶牛听，然后顺利挤到牛奶。(动手、耐心)

第二季第十期

1、帮牧民抓羊：爸爸们分成两组，每组必须抓到六只羊，用时最短获胜。

2、小朋友也要分成两组在十分钟内抓到最多的羊那组就获胜，同时要在羊的头上刷上记号。结束后发奖品。(勇气、合作)

3、厨神大比拼：爸爸中挑出两个最会做菜的进行比拼，每个被选出来的爸爸可以找一个爸爸帮忙，评委是宝贝们。对每道菜进行品尝，认为哪个好吃就讲票投给谁。其他爸爸们做

面食。

4、摔跤比赛：请两个当地摔跤手做示范，先讲解摔跤礼仪和技巧，将爸爸们分成两组进行比赛，然后挑战蒙古摔跤高手。接着是然宝贝们和当地的小朋友进行摔跤比赛。（友谊、挑战）

5、滑草比赛：五组家庭分成两轮，从小坡上划下来看谁划得远。首先是宝贝和孩子们一起进行一轮比赛，然后是宝贝们独自挑战。（独立、勇气）

第二季第十一期

1、抢房子：每组家庭选一头驴车，要讲行李、宝贝、爸爸、驴车一体，谁先到哪个房子，那个房子就属于他。

2、爸爸指导宝贝做拉面：每位家长指导宝贝们进行拉面制作，然后进行拉面比赛。

和面——在各自的房子里爸爸教宝贝们和面；然后集合，宝贝们展示展示自己的和面。

做出真正的拉面——爸爸们要将宝贝们和的面做成拉面，比赛的规则是谁拉的越细就算获胜。然后请出专业的拉面师傅，示范真正的拉面制作过程。

3、划羊皮筏子：每个爸爸一个羊皮筏子，给每个爸爸发一个棒棒糖，那个爸爸先划到对岸把棒棒糖给宝贝吃谁就获胜，同时在划的过程中爸爸们还要回答工作人员的问题。头两名到的可以什么都不要做，输的老爸要到村子里找食材，为大家做饭，而且是赢的爸爸们想吃什么就要给他们做什么。

4、看宝宝：将宝贝们分成两人一组小爸爸、小妈妈，然后去村子里找到小宝贝，给他们喂米糊和换尿布。（体验、付出）

第二季第十二期

1、山洞寻宝：宝贝们单独到后山去寻宝，主要采摘中午的食材，山洞探险，找到事先藏好的食材。（探索、勇气、团队协作）

2、拍微电影：将爸爸们分成两组，选出两个导演分别带队，一天内完成一部微电影

抢道具——准备若干道具，拔河，一个导演将绳子绑在身上，另一队的一个成员则拉住绳子尽量组织导演拿到道具。每轮比赛限时2分钟。宝贝们帮助爸爸拍电影。（表演）

3、宝贝为爸爸们烤食物：将找到的食材进行烧烤，为爸爸准备食物。（关心、照顾）

4、吃西瓜：将西瓜挂起来，爸爸们蒙上眼睛，原地转10圈，然后由各自的宝贝指导前进，找到挂着的西瓜，咬三口就算成功。

第二季第十三期

1、溯溪：在峡谷溪中从下游往上游方向走，考验参与者的登山、攀岩、游泳的综合能力。

接龙：专业人员辅助，宝宝和爸爸们一个紧抱一个横渡小溪，戴上水上护具，趟在水上，双脚加紧队友，由专业人员牵头横渡。

悬崖跳水：爸爸们从对面的悬崖上跳下水中，要求在空中摆各种动作，给宝贝们展示什么叫真正的勇气。

2、抢房子：爸爸和宝贝们一起，将饼干放在额头上，然后要靠脸部肌肉把饼干运到嘴里，掉到地板或者用手帮忙都要重

新来，谁最先吃到就可以优先选房。

3、找食材：宝贝们分成两人一组，根据提供的食材图片到村子里寻找食材。

第二季第十四期

1、宝贝和爸爸们兵分三路：分别去采槟榔、凤梨、做刨冰。把采到的槟榔和凤梨拿去卖，卖到钱才可以有钱吃午饭。宝贝们要帮爸爸们买饭。

2、做刨冰：小朋友将自己diy制作不同口味和加不同的食材制作刨冰，做五份，然后拿去卖。（想象力、沟通、销售）

3、海上取鲜：爸爸们通过事先准备好的竹筏划到中央的大船上取一条鱼、两只蟹、三只虾。看谁最快回来。输了的要接受惩罚。对着最大的海浪做十个俯卧撑。

4、烧烤演唱会：沙滩烧烤+k歌

5、小小乘务员：在飞机上，宝贝们要变身乘务人员，为飞机上的乘客服务一次。（服务、奉献）

第二季第十五期

1、搭车：每组家庭要单独找当地的人搭车，不可以给钱，找到各自的住宿地点。

2、悠溜球，抓鳗鱼、骑自行车

3、买食材：小朋友要当独去超市买菜，老爸们为宝贝们列好要买的食材（独立、勇气）

第二季第十六期

- 1、萝卜蹲：谁喊错了，或者反应迟钝则淘汰出局，直至最后一名。
- 2、找魔戒：爸爸们要并腿，绑在一起，然后在温泉里找到魔戒
- 3、地热火锅：
- 4、英式橄榄球比赛：比赛规则：英式橄榄球只能向横向或者后方队友传球。持球冲进对方得分区叫达阵，达阵的可以得5分。