

2023年企业年会策划流程 虎年年会策划方案(汇总5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

企业年会策划流程篇一

融合梦想，努力超越！

二、年会目的

- 1、对_____年公司发展成绩总结，以及制定_____年公司总体规划，包括新年度计划、方向、目标等。
- 2、加强员工之间的交流，增强团队协作的意识，提升公司的综合竞争能力。
- 3、表彰优秀，通过奖励方式，调动员工积极性，鼓励大家在新的一年里，工作都有出色的表现。
- 4、丰富员工生活，答谢全体员工一年以来付出的辛勤努力。
- 5、让员工充分的展现自我，在年会的过程中认知自我及对企业大家庭的认同感。
- 6、加强领导与员工之间的互动，让我们在同一个舞台共同交流、联欢。

三、年会时间

1、年会策划及准备期(_____年_____月_____日至_____月_____日):

本阶段主要完成年会策划方案、通知发布、会场选址、节目收集, 节目报名截止日期_____月_____日。

2、年会协调及进展期(_____年_____月_____日至_____月_____日):

本阶段主要完成节目筛选、节目安排表、节目道具、礼品物品的确认及采买。

3、年会倒计时期(_____年_____月_____日):

本阶段主要完成主持人、节目单等全过程确定。

4、年会正式演出时间: _____年_____月_____日至_____。

四、年会概况

活动地点□x x x x 酒店, 提前20天预定酒店并协商好年会场地等各项内容。

参会人员: 公司股东和高管、公司研发全体员工、分公司全体员工、工厂全体员工, 约300人。

组织形式: 由公司年会工作项目组统一组织、执行。

五、年会工作项目组成员及分工

组 长: _____

副组长: _____

副组长：_____

副组长：_____

六、节目参与形式

以部门或以中心为单位选送节目，也可以跨部门合作选送，各部门选送的节目以“自编自演、内容丰富、全员参与、精彩火爆”为宗旨，要求气氛活跃、有声有色。节目内容可包括：各类游艺、小合唱、各类特色节目(如小品、相声、舞蹈、独唱、诗歌朗诵、哑剧表演等)等。

年会节目报名方式：邮件报名、电话报名、现场报名。

报名联系人：_____ 联系方式：_____ 邮箱：_____

七、年会筹备阶段

节目编排

为了使公司年会保质保量完成，节目选送之后要求进行定期彩排，以达到预期效果，在年会进入倒计时阶段需要进行三次整体彩排。

2、排练地点：_____；

5、参演所需服装或道具向年会工作项目组申请费用自行租赁；

6、主持人参与节目顺序的编排，并组织串台词。

企业年会策划流程篇二

二、年会地点：办公区大会议室

三、年会时间安排：

(1)年会策划及准备期(__月__日至__月__日)：本阶段主要完成通知、节目收集、主持人确定。

(2)年会协调及进展期(__月__日至__月__日)：本阶段主要完成节目安排表、礼仪小姐确定、音响确定、物品购买。

(3)年会倒计时期(__月__日)：本阶段主要完成年会全过程确定(包括节目单确定)。

(4)年会正式演出时间：__年__月__日晚__：__至__：__

四、年会节目报名方式：

1.及时通报名、电话报名、现场报名

2.联系人：__

3.联系方式：_____

五、参会人员：__、__

六、年会节目要求：__

1、歌曲类：

(1)喜庆、祥和、热烈的歌曲；

(2)青春、阳光、健康、向上；

(3)与以上主题相关的原创歌曲。

2、舞蹈类：

- (1) 积极向上、寓意深刻的艺术性舞蹈；
- (2) 具有高科技时代气息的创意性舞蹈。
- (3) 喜闻乐见的街舞、现代舞、健美操、武术等；
- (4) 相关歌曲的伴舞。

3、曲艺类：

- (1) 喜庆、热闹反映生活的的相声、小品；
- (2) 经典的传统曲艺类节目(戏曲、话剧、评书等)；
- (3) 其它类型的曲艺节目(乐器类)。

4、每个部门所报节目不限；

5、提倡跨部门组合报名；

七、年会进行流程

1. 参会人员入场

2. 主持人宣布年会开始

3. 总经理、董事长、讲话;对年终做总结、表彰员工

4. 表彰：各部门负责人做度工作总结与计划、对优秀员工予以表彰、为优秀员工发奖

5. 优秀员工发言

6. 联欢会节目表演

7. 互动小游戏

8. 闭幕词

注意事项：_____

行政部

____年__月__日

企业年会策划流程篇三

精彩纷呈的“感恩20__，腾飞20__”年会终于在1月14日落下了帷幕。这次年会中，我有幸担任了统筹全局，组织大家的角色，既有经验、也有教训，在此逐一分享：

1. 关于时间安排

筹备宜早不宜迟。接到年会提前到14日的通知后，__在7日上午、下午分别召开了内容策划会和全体动员会，构建了节目框架、调动了全员积极性，并在8日~13日都安排了演员排练，并同步进行了道具和服装的准备工作。

总体而言，日程安排还算比较紧凑。但是也有两点没有做好。一是会前准备不够充分：由于与会人数众多，意见难以统一而导致频繁跑题，拖长时间；二是时间规划没做好：预订会议室不及时，导致大家排练要去到边远的“凯撒”而不是“维纳斯”。

2. 关于员工配置

人尽其才是王道。在组织活动之前，必须对年会性质和受众需求有深入了解，在此基础上合理分配任务。

年会主题：神曲串烧。注定了这不是一场正常的晚会，必然包含各种搞笑和雷人的元素，因此对演员性格要求务必放得下身段，经得起调侃，积极性高。

主要受众：谢总以及其他部门同事(主要是销售)。谢总在演出前明确要求，利用《桃花源》曲目特点，颠覆主编工作中建立的严肃形象，因此在道具选择上和舞蹈动作上都融入搞笑性元素；另据了解，各位销售非常眼馋本部门的美女，因此考虑在舞台大小允许的情况下，尽量多上女生。

在此特别指出，在选择员工时，必要时“软硬兼施”，表扬和威逼结合，在充分尊重个人意愿的前提下，强调集体利益优先的地位。

3. 关于紧急事件处理

讨价还价、暗度陈仓。在和国德酒店沟通的过程中，有出现许多突发情况。比如对方不愿免费提供灯光、地毯、更衣室、麦架，要求额外收费，这个时候就要充分发挥软磨硬泡的功夫，摆出一副我们是金主、以后有合作机会、外面市场价更便宜三大妥协条件，争取达成妥协(这方面颢馨和孝飞具备丰富的说客经验，值得借鉴)。另外，也要发挥主观能动性，积极调动可利用的外部资源，暗中想法自筹，作为后备选择。

在此，特别感谢全体演职员工的无私奉献和后台莫莫、孝飞、韵蕊、颢馨等人在布场、灯光、策划、服装/化妆的默默付出，正是因为你们才成就了桃花源“最佳节目”大奖的殊荣。

20__，轰轰烈烈的年会业已尘埃落定，__诸仙也该各自归位，在自己岗位上，继续为搜房用户编织着关于“家”的梦想。

20__，愿__诸仙芳华不朽，祝二手房事业蒸蒸日上。

企业年会策划流程篇四

一、年会主题

融合梦想努力超越！

二、年会目的

- 1、对20xx年公司发展成绩总结，以及制定20xx年公司总体规划，包括新年度计划、方向、目标等。
- 2、加强员工之间的交流，增强团队协作的意识，提升公司的综合竞争能力。
- 3、表彰优秀，通过奖励方式，调动员工积极性，鼓励大家在新的一年里，工作都有出色的表现。
- 4、丰富员工生活，答谢全体员工一年以来付出的辛勤努力。
- 5、让员工充分的展现自我，在年会的过程中认知自我及对企业大家庭的认同感。
- 6、加强领导与员工之间的互动，让我们在同一个舞台共同交流、联欢。

三、年会时间

- 1、年会策划及准备期（x年xx月xx日至xx月xx日）：

本阶段主要完成年会策划方案、通知发布、会场选址、节目收集，节目报名截止日期x月x日。

- 2、年会协调及进展期（x年x月x日至x月x日）：

本阶段主要完成节目筛选、节目安排表、节目道具、礼品物品的确认及采买。

3、年会倒计时时期（x年x月x日）：

本阶段主要完成主持人、节目单等全过程确定。

4、年会正式演出时间（x年x月x日至）。

四、年会概况

活动地点：x酒店，提前10天预定酒店并协商好年会场地等各项内容。

参会人员：公司股东和高管、公司研发全体员工、分公司全体员工、工厂全体员工，约300人。

组织形式：由公司年会工作项目组统一组织、执行。

五、年会工作项目组成员及分工

组长：

副组长：

副组长：

副组长：

主持人：

六、节目参与形式

以部门或以中心为单位选送节目，也可以跨部门合作选送，各部门选送的节目以“自编自演、内容丰富、全员参与、精

彩火爆”为宗旨，要求气氛活跃、有声有色。节目内容可包括：各类游艺、小合唱、各类特色节目（如小品、相声、舞蹈、独唱、诗歌朗诵、哑剧表演等）等。

年会节目报名方式：邮件报名、电话报名、现场报名。

报名联系人：联系方式：邮箱：

七、年会筹备阶段

节目编排

为了使公司年会保质保量完成，节目选送之后要求进行定期彩排，以达到预期效果，在年会进入倒计时阶段需要进行三次整体彩排。

2、排练地点：；

5、参演所需服装或道具向年会工作项目组申请费用自行租赁；

6、主持人参与节目顺序的编排，并组织串台词。

与会公司领导的安排：

1、提前告知领导年会的具体时间和地点以及致辞准备和颁奖顺序安排；

2、领导及其家属座位的安排；

3、迎接及引导入座。

与会嘉宾的邀请与安排

2、嘉宾胸花的准备；

3、嘉宾的迎接与引导入座。

会场布置与酒店协调

1、负责人应提前4小时（或更早）到酒店与酒店负责人协调会场布置事项安排；

2、请酒店人员帮忙配合摆放公司领导和嘉宾的座位；

3、年会舞台背景搭建、现场装饰布置、横幅悬挂，入口醒目地方张贴员工座次表；

4、请酒店配备一名专业音响师和多媒体操作员。

与会人员的安全返回

1、领导和嘉宾，公司包车和自驾车。

2、员工，公司包车。

可能出现问题及解决方案

1、路上堵车

可提前2-3个小时出发，避开高峰期。

2、公司领导或嘉宾迟到

尽量提前去接，若迟到可先开始节目。

3、音响设备故障

提前调试好设备保证运转正常，若出现故障及时联系酒店专业音响设备维修人员排除故障。

4、出现醉酒

通知其家人、朋友或找专人陪护送回休息。

八、年会流程

年会整体分为五个部分：领导致辞、优秀员工表彰、节目表演、幸运大抽奖、年会聚餐。抽奖环节会在节目表演当中穿插到进行。

领导致辞

- 1、播放暖场音乐，员工签到入席，查看各自座次表；
- 2、公司领导及嘉宾入席；
- 3、开场舞蹈；
- 5、董事长致辞。

优秀员工表彰

- 2、公司本年度优秀员工评选活动最迟在之前确定获奖类别及人员名单；
- 3、提前整理好优秀员工简单介绍，做好ppt在主持人宣读获奖时投影展示；
- 5、颁奖结束后所有获奖人员与公司领导合影留念；
- 6获奖感言，人力资源提前通知，建议放到总结会议上。

节目表演

- 1、主持人串词，将节目起到承上启下的作用；

- 2、节目单确定后，主持人按照事先串好词的节目单顺序依次进行；
- 3、公司领导对节目进行评分，具体评分表在节目开始提前发放；
- 4、主持人宣布节目评选结果；
- 6、领导颁奖后，所有演员与颁奖领导合影，表演节目环节结束。

幸运大抽奖

- 4、所有抽中奖品的员工需当场表演节目一个，抽奖领导和中奖者合影留念；
- 6、会务组进行会场清理，我司设备等尚可使用的办公及装饰用品归位装车。

年会聚餐

- 1、地点：与节目表演场所在同一地点。时间：开始；
- 2、员工入场时餐桌上摆放好瓜子、花生、糖果、边吃边看演出；
- 3、在节目表演结束前十分钟与酒店负责人进行沟通，准备上凉菜；
- 4、明确桌长姓名和职责（调节气氛，保证员工安全）可让主持人在台上明确；
- 5、祝酒词结束后聚餐开始。

全体起立，共同举杯，共同祝愿公司明年勇创佳绩，硕果累

累。聚餐中间如有临时增加的节目主持人可灵活掌握。员工借助气氛相互祝酒，领导与员工相互祝酒，烘托气氛，表现公司业绩蒸蒸日上的势头。

聚餐结束，整个年会结束。

九、注意事项

- 1、提前确认年会现场舞台大小，按照其尺寸制作活动横幅和背景板。
- 2、提前采购年会所需的物品；
- 3、会场需提前布置，包括布置公司领导和嘉宾入座位置和姓名台卡；
- 6、严禁酒后闹事，如若发生，公司将追究事故责任人。

十、费用预算

一、年会的意义

年会是企业重大节日！

- 1、年会的纲领：为了父母的微笑，我在努力的路上！
- 2、操办原则：怎么让员工有感觉就怎么来！
- 3、企业的灵魂：经营好员工的动力，实现员工的梦想，顺便实现老板的梦想！
- 4、年会的核心：让员工明年在公司拼命做事！
- 5、年会的目的：

拉动员工

a□是为了减少员工流失，用活动来留住员工；让员工兴奋采取行动，让更多的员工看到跟我们公司干的希望；展示公司辉煌，让员工家庭更支持自己在公司干；所以年会一定要与往年不一样，一定要让员工有感觉；让员工明年赚到更多的钱！

b□是为了激发员工的动力、调动员工的积极性，让员工在新年伊始就对工作产生高度热情，迅速进入工作状态。

拉动顾客

a□一定要邀请一些我们的大客户来参加我们的年会，在年会的现场让我们客户感到神圣，感恩我们的客户，并且向客户展示我们的团队及公司文化，借此向客户传递一个印象！

b□可以邀请一些意向客户来参加我们的年会，在年会的现场让老客户做一个分享，以此来打动新客户，让新客户对我们公司产生一个良好的印象。

拉动其他力量

a□邀请几位上下游或者合作伙伴，向他们展示我们的规划及团队，以此来增加他们对我们的信心及依赖度。

b□邀请几位地方相关部门的（或者行业）领导，向他们展示我们的文化及对地方（或者行业）的拉动性和贡献度（如：我们要成为某地区的纳税大户等）。

二、会场的布置

1、有好的音响和好的环境，能让大家一起就餐。

2、会场两边挂着关于公司理念的一些条幅（如：公司文化的展示，产品，愿景，使命，口号，以展架的形式展示在年会现场，并通过员工展示体现）。

3、座位安排结合天、地、师、君、亲的理念，如：第一排为年度业绩前十名及其父母。第二排为客户和嘉宾，其他座位按各部门划分。

4、会场后方悬挂年度业绩前十名巨幅照片。

5、公司优秀员工和元老，总经理的照片做成展架放在会场两侧。

6、老板年会期间不用上台说话，而是坐在最后一排看所有员工展示、表演。

（会场布置以天、地、师、君、亲的原则，以此来激发员工的动力，当业绩前十名在现场看到自己的巨幅照片，内心深处一定会发出一股强烈的神圣感，内心自然会升起一股冲劲，所谓一念升起，所向披靡）

三、拟邀嘉宾

1、员工：要求全员必须参加，不可请假。

2、公司各部门领导

3、客户：尽量邀请重要的大客户，或者对公司有恩的客户。

4、优秀员工及主管父母：提倡孝文化。

5、重量嘉宾：地方领导或者行业内知名人士等（可提前说为神秘嘉宾）

四、岗位安排

1、成立专门会务组：

年会最重要的参与者是员工而非领导，所以所有领导必须为员工服务，每上领导各自申请会务组职位，定好机制，如果不全身心付出怎么办！

1) 会务总监：

2) 场外：签到组二人（同时负责茶歇）

3) 场内：

4) 主持人：

5) 男女dj□

6) 负责在场后给所有前十名包括优秀员工颁奖时戴红花的：

7) 灯光摄影：

8) 物资：

9) 白板组：

10) 迎宾组：

11) 礼炮手：

2、围绕流程进行采购。

所需要所需物资：红地毯，追光灯，花环，奖杯，奖牌，嘉宾胸花，礼炮，奖品，元老条幅，水，茶点等！必先提前两天配齐！

五、具体流程

1、全员到签到处点名，安排岗位（要求会务组的所有成员必须着统一服装，特殊岗位除外，例摄影）。

2、客户签到，（客户要佩戴胸花）走红地毯，签名（场外由主持人引导，红地毯两侧主管们热烈欢迎伙伴们、嘉宾入场，由主持人引导进会场，会场门口宣布客户进场，聚光灯引导客户座位上（注：大屏幕和这期间场内必须放非常非常动感的音乐）（门口要有三位礼仪的人引位）

3、主持人上场，自我介绍及热场，介绍到场嘉宾

4、主持人带动全员先来一或两支开场舞（由所有的领导上前领舞！）

5、放视频（全年回顾）

6、颁发奖励，主持人逐次邀请受奖人上台来领奖、分享、合影、（中间可穿插一些文艺节目）

a□业绩前十名（从十到一的顺序邀请前十名逐次走上讲台领奖）

b□状态奖（公司里状态最持续的，并且可以感染周围的人，带动周围人的状态）

c□无私奉献奖（公司里平时默默无闻，但却默默的为公司奉献着，无怨无悔）

d□狼性团队奖（公司所有的部门参选，评选标准由公司商讨决定）

e□最上进员工奖（在公司最努力，最有动力，最有上进心的，是新员工，或是工龄一年以内的员工）

f□天使奖（此奖的人选应该是对公司员工关心最多，大家有什么事都愿意和她去说，像天使一样关爱身边的人）

g□贡献奖（在过去的一年里，对公司有着某一方面的巨大贡献的）

h□状态奖（公司里状态最持续的，并且可以感染周围的人，带动周围人的状态）

i□晋升任命书

j□给客户颁奖

7、下半场入场两场热场舞

8、团队展示，向在场所有的人展示我们的团队，展示我们的文化，展示我们的状态，展示我们决心，展示我们的优势，势气，状态，礼仪。

9、让各部门定明年业绩目标。

10、地方领导发言或者相关领导发言（主持人一定要把领导塑造到位，让领导高兴。可以提前与其沟通，也可以突然袭击，视领导的脾气来决定，核心是让其乐。

11、行业内重量嘉宾（神秘嘉宾）发言（同样主持人要提前准备，拟好塑造词，向当下师学习，向行业里的精英学习，更利于员工的进步和对此行业的理解。

12、颁布新一年里公司的各项政策（可由副总颁布，要有书面文件，是红头文件）

13、颁布20xx年的各项奖励机制（要清晰要透明，要让人一目了然，不可含糊不清）

14、老板做总结激励性发言！将全场所有人推向顶点。（话不用太多，重在激励，塑造公司发展方向和发展前景，将现场所有的人点燃就可以了！）

15、主持人宣布大会正式结束；

16、晚餐（中间可穿插一些文艺节目）

六、重点备注

1、主持人要在每个版块之前要塑造本版块的给企业带来什么！

2、每一位上台的领奖者礼仪小姐必须给带花环；

3、每一个上台者都必要求走上红地毯；

4、每一位上台者聚光灯必须配合；

5、会务必须严谨每个一个环节，物资，人员的调配；

6□dj师、礼仪小姐和主持人对接每个环节；

7、颁奖此过程乃重中之重，乃大会的核心部分，公司想要达到哪些结果，就针对此类事件举行重大而隆重的仪式，所有获奖的人都有一到三分钟（做一个“时间到”的提示牌）的获奖感言，主持人提醒感谢的话要少说！（每个领奖的人挑自己喜欢的人用自己最喜欢的方式给自己颁奖）。

企业年会策划流程篇五

开场曲：

双重“小苹果”

推荐理由：第一次听小苹果的时候：这是儿歌三百首吧。第二次听：这样的歌也能火起来？第三次听：你是我的小呀小苹果，怎么爱你都不嫌多……筷子兄弟的这首《小苹果》是20xx年怎么也动摇不了的“神曲”，也是各家单位年会上必定出现的“嘉宾”。

表演方式：用小苹果开场，气氛还是比较容易被炒热的。服装方面不用愁，网上有很多“《小苹果》筷子兄弟mv同款”可供购买。音乐响起，可以从场外跳到场内，台上跳到台下，还可以随机挑选安心坐在座位上的观众一起“小苹果”一下。当然，作为开场曲，可以供应一下“苹果系列”的小物。比如舞者到最后拎一筐红富士到台下发一发，或是向四周抛撒一些苹果口味的水果糖。既是图个热闹，也是讨个平平安安的好彩头。

互动游戏：

微笑挑战“萌主”

推荐理由：今年有很多“挑战”红了起来。先是冰桶挑战，接着又是微笑挑战。在年会现场要是浇冰桶实在是太生猛，还是走“微笑挑战”的温情路线比较切合主题。“微笑挑战”是去年年底在微信朋友圈里突然流行起来的点名游戏，由感恩节而来，目的是“刷屏朋友圈，用微笑感恩身边所有人”，最后变成了一场群体性的狂欢。

表演方式：nba比赛中场休息过程中，常常会玩kiss cam即镜头摇到哪对情侣，哪对情侣就要大方kiss一下。在年会现场的微笑挑战，就可以玩类似这样的形式。镜头转到哪两位同事，两个人需要第一时间摆出自己认为最美、最搞怪、最萌的微笑表情。然后根据现场观众们的笑声或掌声来评选出全场的最佳微笑“萌主”。

技术为王

现场弹幕vcr

推荐理由：年会vcr年年有，这一次年会可以尝试一下20xx年火起的弹幕元素。20xx年弹幕电影悄然兴起，《小时代3》、《秦时明月》、《绣春刀》纷纷试水弹幕场，支持与吐槽的声音不绝于耳，腾讯视频、优酷土豆纷纷加入弹幕大军，还有演唱会也前卫地用起了“弹幕演唱会”的形式。在很多人的使用体验里，弹幕不再是一种骚扰，而是一种新的社交方式。

表演形式：这个比较适合一些精通软件设计的it公司，其实只要掌握相关技能，做一个简易的弹幕并不是难事。vcr可以走以往的套路，比如由各位同事出镜的改编过歌词的mv。有搞怪胡闹的风格，也有温情脉脉的风格。平时一本正经的大boss也可以在vcr里扮一次怪咖。有了弹幕，大家的点评就可以不再仅限于交头接耳了，而是可以和其他同事们共享。有什么犀利评论，手机一点发送到大屏幕上，想拍老板马屁也行，趁机吐槽也行，反正弹幕上的评论不留名。

歌舞表演：

时间都去哪儿了

推荐理由：这首《时间都去哪儿了》从年头一直红到了年尾，唱到心里去的歌词无论唱多少次，依旧屡屡打动每个人的心田。与此同时，最近在朋友圈里当红的《可以好好说话吗》的帖子也是贯彻了珍惜与家人交流时间、多陪伴家人的主题。一台年会总要有一个稍带煽情的节目，这首歌不妨成为催泪点。

表演形式：独唱、合唱、现代舞、舞台剧……《时间都去哪儿了》红了一年，衍生出很多版本供年会节目参考和选择。如果不想变成一个人的独秀，可以集结部门的力量一个上。

比如找一个“部门好声音”作为主唱，再找两个“身手好”的进行伴舞，抑或是大家cosplay一下自己年老时的状态，演一出舞台剧。

体力大比拼：

平板支撑谁最强

推荐理由：马拉松、彩色跑、荧光跑、慈善跑.....20xx年突然变为了一个全民热衷健身的时代，在街上跑步的忙着秀跑步手表，在健身房里的忙着秀八块腹肌，在网球场的忙着秀自己的大牌纯白网球服。而宅在家里的小伙伴们也有了一项炫酷的新技能：平板健身plank。热衷于推广这项新技能的是前美国驻华大使骆家辉，他能够把这项“坚持两分钟就是英雄”的运动坚持51分钟。在年会现场，也可以比拼一番，让各位男士在众美女前秀一下一年的苦练成果。

表演形式：平板支撑已经变为了一项大众运动，现场报名的参赛者一定不会少。台上瑜伽垫一字排开，主持人宣布比赛开始。独练plank不如众练plank。谁优谁劣一览无余。台下的观众都是评委，可以监督是否达到正确的姿势：人的头部、肩部、背部、臀部和腿部放得像钢板一样直，让腰腹臀肌集体工作。看看谁的腰部、腹部以及背部稳定性与平衡性是最好。

年会颁奖：

和土豪做朋友

推荐理由：年会最最期待的环节自然还是抽奖，谁来颁奖呢？最期待的颁奖嘉宾应该是一个叫“土豪”的人，因为大家都爱和他做朋友。最受欢迎的年会奖品肯定是手机、电脑、现金等实惠的东西，除此之外，组织方还可以准备一些特别的礼物。

表演形式：让老板或是比较福相员工进行“土豪装扮”，上台发挥创意进行颁奖。对于一些特别的礼物，这里作几款推荐。

20xx年雾霾是逃不了的话题，可以送一些空气罐头。去年两会期间，夸了一句，“西南省份的风景区以后也可以卖‘空气罐头’了。”于是贵州省旅游局就打算推出空气罐头，网络预订价88元。另外一款著名的秦岭专供空气则打出了“早上闻一闻精神抖擞，中午闻一闻增强抵抗力，晚上闻一闻睡得香”的口号。这些空气罐头淘宝上都有卖，可以让员工们“尝个新鲜”。

另外，“自拍神棍”、“汪峰大眼贴”、“暖男证书”也是不错的选择，只要是对一年里曾经流行过的东西稍有了解的人，一定不会对它们感到陌生。