# 集体外出活动策划方案(3篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-08-20

*为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案的格式和要求是什么样的呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。集体外出活动策划方案篇一1、通过本次活动使所有的活动成...*

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案的格式和要求是什么样的呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**集体外出活动策划方案篇一**

1、通过本次活动使所有的活动成员可以相互认识，相互初步了解。

2、通过这次活动让大家在户外可以贴近大自然。

【活动时间】

上午10：:00——晚上20:00

【活动地点】

【活动准备】

提前通知活动的时间地点，提醒衣鞋的舒适性;

提前进行相关物品的采购;

签到名单，参加成员的联系方式。

【活动流程】

一、活动开始：

1、上午10：00，活动人员到达指定地点(地点待定，短信通知)集合，签到登记后领取，男女分别领取各自的号码，作为分组的依据，以及本次聚会纪念t恤和勋章;

2、上午10：30，成员开始陆续登车，组织方清点人员;

3、上午11：00，成员基本到齐，发车前往密址乡()。在车上通过抽签的方式决定分组，每个小组为一男一女，分为7到12个小组。成员也可以根据自身意愿进行相应的调换。

二、登山活动

1、中午12：45，到达登山地点后，每个小组的两位成员进行短暂交流，然后以小组为单位进行登山前的准备;

2、中午13：15，组织方进行比赛之前的动员，同时宣读活动的安全注意事项，比赛规则;

3、中午13：30，登山比赛正式开始。比赛中途须有专人在路上接应，整个队伍的最后须有相关人员负责确认所有的成员没有掉队，同时还要有人在山顶接应。各个人员应该保持联系，确保人数;

4、下午15：00，确认所有成员到达山顶。然后对前三名的小组进行颁奖。颁奖结束之后开始游戏;

三、回城聚餐

1、下午17：00，确认成员人数无误，登车，前往密址乡进行丰富的豆腐宴。

2、结束之后乘车返回，在车上有组织方安排发放本次聚会成员的通讯录。

【活动附录】

一、相关注意事项

有特殊情况者必须及时向工作人员说明，不得擅自离队，在山上玩耍时不得个人单独行动;

本次活动的主要为登山，大家必须保证衣鞋的舒适;

在山上要注意自己的烟头等火苗，以免引起山林火灾，同时注意活动中产生垃圾不要随意丢弃，保持环境整洁;

气球50个，其中炸药20个，带球赛跑20个，剩余10个备用。

活动现场清理，及时处理垃圾;

活动总结，为下次活动总结经验。

二、活动预算

绳子10根……30元

勋章……350元

车费……1000元

其他费用……1000元

合计：6660元

**集体外出活动策划方案篇二**

一、活动主题、目的及活动意义

1、活动主题

我们班本次活动主题为“本硕大联欢和谐促发展”。通过在厚山举行纸牌游戏，素质拓展，集体游戏，烧烤等一系列活动来进行大联欢。

2、活动目的

为了让本硕班同学们之间更好的进行交流,另一方面,为了让同学们走出宿舍,走出教室去欣赏美丽祖国,欣赏美丽校园。我们本硕班要在郑州大学充满魅力色彩的厚山进行丰富有趣的团日活动。活动主要就是为了让大家在一起多交流交流，抛开往日的学习烦恼,放下昔日里的生活杂事,离开万恶之源的宿舍,大家尽情的进行联欢。去接近大自然,从另一个方面去了解昔日的伙伴。提升本硕班的班级凝聚力。

3、活动意义

通过本次活动，可以让我们本硕班的同学从另一个方面去了解班级其他同学，既加强了我们彼此之间的感情，又让我们的班级凝聚力得到充分的提升，而且让我们在游玩中去接近美丽校园。纸牌等一些游戏小游戏不仅让大家得到放松，而且可以锻炼大家的智力。素质拓展与集体游戏可以可以加大班级同学之间的配合与合作，有利于和谐班集体的构建。自己动手烧烤可以提升大家的动手能力，另外可以让同学们体会到食物来之不易，以后养成节约粮食的好习惯。

二、活动人员

本硕班全体同学。

三、活动时间及地点

时间：\_年11月14日10：00-15:30

地点：郑州大学厚山

四、活动准备

1、召开团支部大会，提出团日活动主题，说明团日活动目的及意义，听取大家意见。根据大家的建议及意见进行适当地调整。并协商团日活动的时间及地点。

2、由团支部制定活动详细过程并草拟策划书。

3、团支部进一步讨论，完善活动流程及策划

4、团支书收集有趣的纸牌游戏名称，准备素质拓展所需要的物品，提前查看厚山情况，向美食协会租借烧烤烤具，列举所需要的烧烤物品。

5、活动当天班长做好通知工作，一定要提前通知全班同学，让同学们提前到达的活动地点。

6、活动当天团支书及班委要及时将烧烤烤具及所需的各种物品拿到活动地点。

五、活动流程

1、班委提前到厚山选定活动场地，并提前通知全体同学到活动场地。

2、活动分组：将全体同学随机分成三组。

3、纸牌杀人游戏：

(1)参加游戏人数共13人(12——16人皆可)，选其中1人做法官。由法官准备12张扑克牌。其中3张a，6张为普通牌，3张k。众人坐定后，法官将洗好的12张牌交由大家抽。抽到普通牌的为良民，抽到a的为杀手，抽到k的为警察。自己看自己手里的牌，不要声张不要让其他人知道你抽到的是什么牌。(2)法官说：黑夜来临了，请大家闭上眼睛睡觉了。此时只有法官一人能看到大家的情况，等都闭好眼睛后。法官又说：杀手挣开眼睛，可以出来杀人了。

4、素质拓展

让十二个人组成六组，每一组都拉一根绳子，形成高低不同的障碍，让参加先挣着眼通过障碍，当熟悉两遍记下路程后，用布蒙住眼睛再次通过，旁边的同学可以指导，看通过的时间长短来分出胜负。

5、烧烤及野炊

快到中午时间时，开始进行烧烤，将提前准备好的食品拿出来，每组挑出两到三人进行烧烤，再挑出三到四名女生进行炒菜。其他同学可以为这些同学帮忙或在一旁做游戏，玩纸牌。当食物烤熟后，大家要通过排队来领取食物，大家一定要仁让。注意保护环境。同时注意安全。

6、活动结束后，班委负责打扫卫生，另外安排人员将借来的烧烤烤具及其他的炊具带回。

六、活动所需物品

小书桌两个，报纸数纸，三支笔，烤具三个，液化气一个，放调料的小碗数个，炭，油，调料，肉，蔬菜，丸子，纸牌两副，三国杀一副。

七、活动注意事项：

(1)在活动中要注意自身安全，防止摔伤，扭伤，碰伤，且要提前准备一些药品，以备紧急之需。

(2)活动过程以娱乐为主，不要因为比赛结果而争吵。

(3)在活动过程中，安排人员进行卫生打扫。不要将垃圾仍的到处都是。

八、后期工作：

1、团支书写好活动总结，班委和同学们也要写好活动感受。

2、班委开会总结活动的不足，做到及时改正，在下次举办活动不要再出现类似问题。

12级材料本硕班

\_年11月11日

**集体外出活动策划方案篇三**

一、前期资料准备

1)泰山旅游攻略出行：铁路：京沪铁路泰山站每天到发列车多达86趟。此外，泰山与青岛之间每天还有1趟快速列车对开。公路：京沪、泰徐(往徐州)、泰博(往淄博)三条高速公路在此交汇。从泰安到济南仅63公里，到曲阜也只有68公里，无论是乘火车还是坐汽车，1小时内皆可到达。泰安到青岛，汽车438公里，5小时内可达。到淄博汽车142公里，车程2小时

2)泰山旅游攻略购物：泰山崛起于华北平原之东，凌驾于齐鲁平原之上，东临烟波浩淼的大海，西靠源远流长的黄河，南有汶、泗、淮之水，在这片神奇的土地上孕育了品类繁多的土特产品。肥城桃、泰山板栗、宁阳大枣并称“泰山三大特产”;此外，泰山核桃、泰山大货山楂、泰山红玉杏、泰山美人梨(俗称小白梨)、三岔红星苹果、鹿角菜以及“中国八珍”之一的赤鳞鱼等，亦小有名气。

3)泰山旅游攻略游览：最经典——泰山东路(红门路)登顶路线：因为历朝皇帝也从这条道登山，又称泰山御道。它是历史悠久的登顶路，千百年来为登山主道。沿途树阴夹道，石阶盘旋，峰峦竞秀，泉溪争流，自然景观雄奇秀美。沿途古迹众多，共计有古寺庙8处，碑碣192块，摩崖刻石366处，传统文化韵味浓郁。

4)泰山旅游攻略餐饮：泰安城不大，如果住在市区以内，乘车去下面介绍的地方，车费不会超过15元的，一般在10元之内。豆腐宴和药膳宴酒店大都可以提供，尤以泰山宾馆、泰山饭店历史悠久。其它酒店需要提前预约。野菜宴最正宗的地方是去泰山东麓的大津口乡。山崖下、溪水旁、树林边的许多农家小院向游客供应野菜宴。四活动安排

二、活动内容

第一天：

1、早7时集合。

2、8点乘客车出发，大约3个半小时的路程到达目的地。

3、下午1点午餐，吃午餐(自带或农家饭菜)。

4、2点半开始行程，从红门开始上，可以体现爬山的乐趣，观赏十八盘，而且半夜的时候上，凌晨到山顶正好看日出，否则上的太早上边太冷了!下山的时候在南天门做缆车，可以纵览泰山风光，以解疲乏

5、6点搭建帐篷、点燃篝火、烧烤晚餐开始(可以喝酒)，也可去农家居住。

6、9点篝火晚会，游戏娱乐。

7、11点入帐就寝。

第二天：

1、5点观日出，7点晨起，洗漱。

2、7点30分营地早餐。

3、8点游“花果山景区\"的?白蛇吐布?、?鲤鱼跳龙门?、?水帘洞?、?晴天雨露?、?卧佛山?、?笔架山?、?绝顶天灯?等景点，进行山地穿越、观瀑布等活动。

4、12点农家午餐。

5、下午2点，乘车返回。路线，山下到山上

日程，两天

三、物品准备清单：

①帐篷：选择结构稳定、重量轻、抗风、防雨性能较强的双层帐篷为佳

②睡袋、防潮垫：羽绒或鹅绒睡袋轻便，保暖效果好，但前提是必须保持干燥，环境条件比较潮湿时，人造真空绵睡袋可能是更好的选择

③背包、背包防水罩、：背包负重的秘密在于，它将大部分重量分担在臀部上，背包构架应符合自己的身体结构，并有结实而舒适的腰带

④生火用具：防风打火机、防水火柴、蜡烛、放大镜、打火石、小煤油瓶。

⑤野炊用具：水壶、多功能野炊锅、锋利的多功能多锋折叠刀、餐具

⑥水、食品：盐、干肉类、糖果、脂类、榨菜、汤料、压缩饼干。

⑦救生箱、衣物

四、迷路后的措施

其实，在发现迷路的时候，自己离原有的路径一般不超过20分钟。这时不要着急，更不能乱喊乱跑，应冷静下来，仔细回忆一下刚才走过的泉水、巨石、大树、水流、洞穴、山峰、岔路口等参照物，然后凭着自己的记忆寻找自己的足迹，退回到原来的路线上。

有一种可行的办法就是立刻分析山势走向和地理地貌的环境，然后判断出是否有野生动物并寻找到其走过的痕迹，沿着\"兽道\"走出险境，但必须非常警觉，以免遭到野兽的袭击或狩猎者设下的套、夹的伤害。一般来说山鞍或山脊会有兽道。

不论是在林木遮蔽的山林中，还是在丛草盖地的山坡上，低头近看，根本找不出路迹来，只有远看，看到几十米以外，才能隐约地看出一条草枝微斜、草叶微倾、叶背微翻的痕迹，然后再由远而近、由近再远、远近比较之后，就能分辨出路来了。

争取回到原来有旅游山路的那座山上去。即使你已经下到谷底，而且已经很累，也要咬牙爬上去。不要偷懒，也不要心存侥幸去试别的路。

如果已经找不到原来有旅游山径的那座山了，争取找到一条小溪，顺着溪流走。一般情况下溪流迟早会把你引出去。遇到瀑布也要想办法绕过瀑布继续沿着溪流前进。

如果山里没有溪流，你应该做的，仍然是想办法登上一座较高的山岗。根据太阳或远方的参照物(如村庄、水库、公路)辨别好大致的方向和方位，在这个方向上选定一个距离合适、也容易辨认的目标山岗，向目标山岗前进。

人多的话，可以把人员分成两组。一组留在原地山顶，另一组人则下山，向另一选好方向的山岗前进。下山的人要时常回头，征询山顶留守者对自己前进方向的意见。若偏离了正确方向，山顶的人要用声音或手势提醒他们纠正错误。当下山者登上另一个山岗时，他们再指挥原来留守山顶的人下山前进。这样，用“接力指挥”的方式交叉前进，就不会在山谷里原地打转了。

登山者只有一个人，可做的，就在是辨别好方位下山时，要不断抬头看着自己原来选定好的目标山岗前进，只要你沉着冷静地去想办法，就一定会走出大山，脱离险境的。

五、在野外对动物的防范

①熊

经常听到有熊闯入营地的事，这是因为以前有人用自带食物喂熊，后因此举危险而被禁止。但熊可不知道这一点，它仍然以为您的野营饭盒是为它准备的，于是大饱口福。

要说明的是：熊不会主动伤人，在它眼里人并不好吃。

1、一般只在两种情况下主动袭击人类：你站在母熊和小熊之间(母子问题);

2、你站在熊和熊的食物之间。所以当你在有熊出没的地方行进时，在身上带上铃铛，一路上吹口哨，熊能听见，知道是(可怕的)人类来了，会躲开的。

但一定要记着：童话寓言说的“趴地上装死”是绝对行不通的，因为真的有人试过，结果是：他在给熊扇了一巴掌，并少了一大块头皮之后一跃而起大叫一声然后爬到树上去了。当然，在他爬树的时候熊也没闲着——它被那一声惊吼给吓跑了。

②狼

狼是最危险的动物。如果正面与狼相遇，可以参考应对狗的办法。一头狼并不危险，但是，狼大多是群体活动。如果在行进中发现只有一头狼，千万不要轻视它，特别是当它远远跟随的时候--狼很少独自发起攻击，当它认为不能独立获取猎物时，会通知其所在群体，并远随猎物之后，在路途中留下记号，吸引更加多的狼加入，入夜时分即会发起攻击。当发现有狼跟随时，尽快回到公路或安全营地。狼怕火，可以利用这一点脱险。千万不要想着把那只跟随的狼消灭即可脱险，相反，这样只会引发狼群的仇恨，当狼群想复仇或想救援被捕捉的狼时，会召集其它狼群(直到它们认为有绝对实力获胜为止)一起进攻，这时，火也无法让其退缩。

③蛇

打草惊蛇是常用的办法，在一些潮湿的草丛、林间及灌木丛里，或者大雨前后，都是蛇出没的地方和时间。不论是否有蛇，都应拿一根棍子，边走边打草，使蛇惊吓而逃。在营地扎营时，如果有防蛇的必要，应当带上一些雄黄粉之类的驱蛇之物，将其撒在帐蓬或者营地四周，可以避蛇。如果蛇已被惊动并且立起前身准备攻击时，大家不要惊慌，要原地不动，慢慢地拿出手巾之类的东西，抛向别处以将蛇的注意点引开，随后，要么用带\_的长棍灭之，要么避开。

六、遇险时的求救方法：

放烟火：

利用反光镜：

在地面上作标志：可用国际民航统一规定的地空联络符号所示sos(求救)①留下信息：当离开危险地时，要留下信号物，让救援人员发现。营救者能了解你的位置或者过去的位置，方向指示标有助于他们寻找你的行动路径。一路上要不断留下指示标，这样做不仅可以让救援人员追寻而至，在自己希望返回时，也不致迷路——如果迷失了方向，找不着想走的路线，它就可以成为一个向导。

七、生存训练计划

①野外生存训练之找水、收集水

生命离不开水，没有食物正常人可以活三周，但没有水，三天都活不了，所以水要优先考虑，几点小提示，希望帮助你在野外迅速找到或收集到水。

1.找水源首选之地是山谷底部地区，高山地区寻水，应沿着岩石裂缝去找，干涸河床沙石地带往往会挖到泉眼。

2.饮用凹地积水处的水时，必须做到先消毒、沉淀后煮沸饮用。

3.收集雨水：在地上挖个洞，铺上一层塑料，四周用粘土围住，可以有效地收集雨水。

4.凝结水：在一段树叶浓密的嫩枝上套一只塑料袋，叶面蒸腾作用会产生凝结水。

5.跟踪动物、鸟类、昆虫、或人类踪迹可以找到水源。

6.植物中取水：竹类等中空植物的节间常存有水，藤本植物往往有可饮用的汁液，棕榈类、仙人掌类植物的果实和茎干都含有丰富的水分。

②野外生存训练之野外生火

首先是要寻找到易燃的引火物：如枯草、干树叶、桦树皮、松针、松脂、细树枝、纸、棉花等等。其次是捡拾干柴：干柴要选择干燥、未腐朽的树干或枝条。要尽可能选择松树、栎树、柞树、桦树、槐树、山樱桃、山杏之类的硬木，燃烧时间长，火势大，木炭多。不要捡拾贴近地面的木柴，贴近地面的木柴湿度大，不易燃烧，且烟多熏人。接下来是要清理出一块避风、平坦、远离枯草和干柴的空地。将引火物放置中间，上面轻轻放上细松枝、细干柴等，再架起较大较长的木柴，然后点燃引火物。火堆的设置要因地制宜，可设计成锥形、星形、“并”字形、并排形、屋顶形、牧场形等等。也可利用石块支起干柴或在岩石壁下面，把干柴斜靠在岩壁上，在下面放置引人物后点燃即可。一般情况下，在避风处挖一个直径1米左右，深约30厘米的坑。如果地面坚硬无法挖坑也可找些石块垒成一个圆圈，圆圈的大小根据火堆的大小而定。然后将引人物放在圆圈中间，上面架些干柴后，点燃引人物引燃干柴即成篝火。如果引火物将要燃尽时干柴还未燃起，则应从干柴的缝隙中继续添入引火物，直到把干柴燃烧起来为止，而不要重新架柴点火。

最后，点篝火选在近水处，或在篝火旁预备些泥上、沙石、青苔等用于及时灭火。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找