# 户外活动策划方案 户外活动策划方案免费(14篇)

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2024-07-22

*为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。户外活动策划方案 户外活动策划方案免...*

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇一**

春的绿色是为了映衬花的娇艳，花的妩媚是为了绽放生命的美丽，

[专题]。女人如花，摇曳于春风。在这个女人节的温暖里，带着花开般的美丽，走进春天的森林，感受瑜伽的“天人合一”，感受“春回大地”的清新与自然。呼吸吧!灵动吧!生命!

：

20xx-x-x

：

以森林公园或者其他公园为佳。

：

9：00城西森林公园正大门集合(天目山路)

9：15集合完毕，延顺时针方向，漫步森林公园的腹地，呼吸春的气息，聆听鸟的鸣啼。

10：00 到达腹地“大草坪”开始“户外瑜伽”的练习。静坐、呼吸、体式、放松――一起感受天人合一的意境吧。

11：30 再聊会天，慢悠悠的延着西溪湿地的东线，游历到位于东大门边上的“咖啡馆”

12：00品尝特别为大家准备的瑜伽素食套餐

13：00有机协会的健康讲座

14：00开始我们的“爱心手工坊”活动。

16：00自由离开或者继续在咖啡馆里品一杯果茶、一份小点心，一本书，一部“温暖”主题的电影。

：

完全免费，自带瑜伽垫

：

1、穿宽松的靓丽的衣服(会给大家拍漂亮的照片的)

2、要练瑜伽的自带瑜伽垫。

3、喜欢做手工的朋友们，自带针线，如果有什么小创意也可以和大家分享一下。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇二**

一、主题活动时间：20xx年4月25日 下午15:00――17:00

二、主题活动地点：篮球场

三、主题活动目的：通过几个游戏，让员工互相认识，增加团队的沟通能力和团队协作能力，使员工能够在训练中体会团队的重要性。

四、主题活动流程：破冰(30min)

(1)按照报数将所有员工分为4-6组，每组排成一排，从第一个人开始自我介绍，第二个人要先介绍第一个人再自我介绍，以此类推，说错即重新开始。哪组最先介绍完则赢。团队拓展主题活动方案四人三足(30min)

(1)小组赛：每个大组先组内比赛，分为3组，时间最短的组获胜进入决赛;

(2) 决赛：通过小组赛的小组以绑足的方式行进一个来回，时间最短的为最终冠军

(3)输的队伍要接受惩罚：对赢的队伍说：你真棒!赢的队伍则回答：小意思啦!

石头剪刀布 (30min)

每组派出一个人与另一组猜拳，赢的人要迅速抓住输的人，被抓住就

淘汰换下一个人，哪组最先被淘汰完所有组员，哪组就输。两两pk，最后赢得队伍获胜，输的队伍每个组员做俯卧撑10个。 滚珠子

每组队员各拿一节水管剖面，裁判扔下一颗珠子，以接力的方式将珠子滚到桶里，用时最短的队伍获胜。

报数：(40min)这个游戏可以替换成“石头剪刀布”

此游戏有两个规则：1.一切服从裁判;2.如有不服，请参照第一条。

(1)1,3组合为一组，2,4组合为一组;

(2)每组自愿(一定要自愿)选出一名队长;

(3)每组按照顺序开始报数，1,2,1，2・・・所有人报完之后报1

的人向左跨一步，报2的人向右跨一步，时间最长的一组队长需要接受惩罚：俯卧撑10个

(3)第二次报数，输的队长需做20个俯卧撑，第三次40个，第四次80个，以此类推。

在游戏过程中，不允许任何人代替队长受罚，必须是队长受罚。这个游戏告诉员工，在工作中，员工的任何一点点小小的失误，承担责任的永远是领导。所以员工在日常工作中需恪尽职守，勇于承担。

抬单杠(可以用木条，报纸卷成的长条代替)：(30min)――备选

每组分成两队，相向站立，伸出食指，将单杠放在食指上，保持单杠平衡并且每个人的食指都不能离开单杠，将单杠由胸前慢慢下移至膝盖。时间最短的队获胜。这个游戏主要考验大家的团队协作能力，游戏成功的诀窍是每个人的动作都要一致。

红与黑：――备选 游戏规则：

(1)两队均选红，各得1分;均选黑，各减1分;

(2)一队选红、一队选黑，选红者减3分，选黑者加3分

(3)第 9 与第 10 轮选择，得分乘 3 后计入总分。得分最高的队获胜

(4)沟通：两队在第四轮选择后，征得双方同意，可进行第一次沟通，双方各派一名代表外出面谈，面谈时间为一分钟;两队在第八轮选择后，双方必须进行沟通，面谈时间为一分钟。两队除按上述规则可召集的面谈外，禁止其它沟通。 游戏目的：

1要取得长期利益，必须采取合作的态度。

2团体合作的基础是相互信任。

3信任来自于畅顺的沟通。

4信任一旦逝去，难以补救。

五、现场人员安排：

主持人：xxx 拍照摄影： xxx

裁判：xxx xxx xxx

六、道具：布条;水管4根;桶;滚珠。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇三**

活动时间：20xx年04月30日(具体时间暂定为：14：30――00：30)

活动地点：梅山石房湾

活动人员：朋友20人左右

活动费用：自助每人缴费150元(多退少补，其中包含第二天另一景点尖峰岭游玩费用)

活动目的：加强朋友之间的交流与学习，增进理解与沟通，努力培育协作向上的团队精神。

活动内容：野外自助烧烤，分团队的互动小游戏，自由活动(内容的具体形式文中将详细说明)

活动组织者：吴淑思、张瑶等

活动要求：活动参加者请遵守相关纪律，严禁个别人脱离群体独自活动，同时必须注意安全，安全第一。

活动内容安排：

集合出发时间暂定为04月30日14：30

14：30分到暂定在明珠广场车站前集合，做好出发准备

到达目的地路途时间暂定为14:30~15：50

14：30分准时出发，约80分钟即可到达

准备时间暂定为16：00~19：30(自由活动和炒菜比赛等，自由活动时要切记安全，不提倡以个人为单位独自活动)

19：30自助烧烤活动正式开始。

1.将人员划分成若干个由4~5个人组成的小组(根据我们的人数大致可以分成4组，1、2报数法，每组配备一只手电筒)。

2.各组在3分钟内给自己的团队起一个名字，名字可以有实际意义，也可用符号代替。

3.各组长进行自我介绍，介绍他们的队名以及为什么选用这个名字。

4.各组做好自我介绍之后用30分钟做比赛看谁捡的木材多谁就获胜，获胜者将得到其他队员的驼背待遇(捡木材是用来烧烤滴)

5.游戏过程中各个组长要负责队员的安全，安全第一。

烧烤开火篝火时间暂定为20：30――00：30

领取烧烤工具和食物，开始第一轮pk，最先烤熟食物的组获胜，每人可获得队员女生的亲吻，哈哈：)开玩笑滴……肯定有胜利品

游戏时间暂定为21: 30――23：30

开始户外游戏活动(相继开展pk活动)

互动小游戏：开展互动小游戏的目的就是要让大家消除距离，减少因为彼此之间的不熟悉而产生的尴尬与局促。因此，在设计互动游戏的时候我考虑可以多增加几个切实可行的、操作简单的游戏，原则是要确保游戏的覆盖面要宽泛，争取使每一位参与者都能感受到游戏带给大家的快乐。

游戏目的：

1.活跃团队气氛。

2.让队员们能够自然地进行身体接触和配合，消除害羞和忸怩感。

道具：在沙滩上画一个大圈，即是一个水果(超级病毒感染源)。

游戏准备：事先画出活动圈的边界线。

游戏时间：15--20分钟

游戏步骤：

1.告诉队员这个游戏类似于捉迷藏。

2、事先划定一个区域圈，不允许队员跑到区域以外，否则视为感染病毒。

3、首先让一名队员当捕手，其他的人尽量避免被抓住。任何队员只要被捕手接触，就算被抓住。然后他的手就和捕捉者的手拉在一起，成为一个新捕手，继续捕捉其他队员。

4、重复前面的过程，直到所有人连成一片为止。

游戏目的：

1.使队员充满活力。

2.创造融洽的气氛，为后续活动的开展奠定良好基础。

3.让队员们能够自然地进行身体接触和配合，更能消除害羞和忸怩感。

游戏时间：约10分钟左右。

游戏步骤：

1.让队员们紧密地围成一圈。

2.让每个队员把自己的胳膊搭在相邻同伴的肩膀上。

3.告诉大家我们将要面临一项非常艰巨的任务。这项任务是大家要一起向着圆心迈3大步，同时要保持大家已经围好的圆圈不被破坏。

4.等大家都搞清楚了游戏要求之后，让大家一起开始迈第一步。迈完第一步后，给大家一些鼓励和表扬。

5.现在开始迈第二步。稍停3秒直至迈完第三步完成任务，你可能就不必挖空心思去想入非非了，因为，目前的处境已经使大家忍俊不禁了。

游戏目的：

1.使队员充满活力。

2.培养大家的参与意识。

游戏时间：约30分钟左右。

游戏步骤：

游戏时间：15分钟

游戏目的：体验站在下面看上面的人时和自已站在上面时完全不同的感觉，从而理解每个人在生活工作中的位置不同，也感受着不同的道理。同时学会战胜自已和敢于相信同伴、彼此信任。

游戏步骤：背摔又叫“信心跌”做此项目的人站在一座1.6米高的矮墙上(哎：(沙滩那只有大石头，将就)，为了防 止摔下去时手臂伤人，要将双手绑在自已胸前，然后背朝墙下，身体站直，直挺挺地向后倒下去。下面有8人面对面站成两排，每个人都伸出双臂将上面倒下的人接住。

游戏目的：

1.促进小组成员间沟通与交流及默契。

2.引发大家的笑声。

游戏时间：约30分钟

1.每个人找好一个搭档，要有相当的默契的搭档

2. 一个人背对着字，一个人面对着字

3.面对者的同志做出能形容该字的任何表情形态直至他的搭档猜出字来，时间规定为2分钟超时算输甘愿受罚

1. 各位队员按顺序蹲着围成一个小圈圈

2.一个人开始叫：如2只青蛙噗通噗通接着下一个就叫3只青蛙噗通噗通噗通接着4只……(噗通一次代表一只青蛙)，一直叫直至有人叫错，叫错者甘愿受惩罚：(

游戏目的：增进更刺激的玩法

游戏时间：约n分钟

游戏步骤：……

本次互动游戏设置暂时确定为7项，如队员有新的游戏点子可以随时更改或多加。目的只要大家能玩得很high。总计耗时约2小时(大致上从21：30――23：30)。

另附游戏活动中所需要的道具尽量准备齐全，如蒙眼布，口哨等……

为调动大家的参与积极性和明早的螃蟹粥早餐欲望接着是大集体抓海螃蟹时间23：30―12：30。完事回住处洗洗睡觉等待第二天的行程(第二天7点半准时起床出发)。

【野外烧考必备物品清单】

装备:

1、烧烤炉、插、铲、铁夹子、尖针、木碳、锡纸等等

2、小刀、剪子、打火机(火柴)、竹签、刷子(用来刷油和酱之类的东西)、牙膏牙刷、香皂及洗发水(洗手洗澡用的)等等……

3、旧报纸、纸皮、塑料野餐布

4、铝锅、铲子、汤勺

5、刀、砧板、纸巾、湿纸巾、一次性筷子、碗等等

食物:

牛肉、羊肉、鸡肉、猪肉、生鱼、鸡翅、鸡腿、玉米、茄子、地瓜、馒头、海鲜等等

调味料:

基本调料：盐、孜然粉、椒盐、胡椒粉、辣椒粉,辣椒酱(满足喜欢吃辣的朋友)、调和油(考鸡翅时不刷油会没法吃的)、蜂蜜等等，还可以根据个人喜好选不同口味的烧烤酱、调味酱(刷在鸡翅上非常非常的好吃，分为很多种)。

饮料: 可乐、果粒橙、雪碧、啤酒等

矿泉水：一定要多带点水，大桶水2桶。

水果: 西瓜、苹果、香蕉、梨、桔子等

准备工作：

报名登记：已基本完成

总协调：吴淑思同志

向导 ：张遥

活动方案策划组织：吴淑思、张瑶同志等

物品采购：吴淑思、张瑶、麦明锦同志协助(28日列出需采购清单，领取采购费用，开始采购，30日上午之前完成采购任务，30日下午14：30准时出发)

集合负责人：吴淑思、张瑶、麦明锦同志确认参加人员出席情况，确保所有人员按时集合

物资准备：吴淑思、张瑶、麦明锦同志负责将所有物品运送到活动地点

活动主持：吴淑思、张瑶、麦明锦、林伟同志等

后勤保障：吴淑思、张瑶、麦明锦、黎经纬同志负责(烧烤设备、食物、水果、饮用水等物品的分发)

拍照：吴淑思、张瑶、麦明锦、陈小铿同志等。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇四**

丰富员工业余生活，促进员工之间的沟通，让员工放松心情，增强集体凝聚力和团队精神。

20xx年x月xx日

放松心情、勇攀高峰!

xx森林公园

20xx年新进公司员工xx人以及公司管理层人企部x人

①、7:00统一乘车前往xx森林公园景区。

②、8:30到xx森林公园景区，进入山门开始游览。

③、9：30―12：00步行沿十八盘攀登而上，沿途可欣赏景点，了解山崩地震、地质科普知识，体验xx森林公园奇特景象，领略夏日春景，感受大自然得到魅力。

④、12：00―13：00在xx森林公园里用餐、休息。

⑤、13：00―15：30在xx森林公园自由游玩，可在xx森林公园留下青春美好的记忆和珍贵友谊。

⑥、15：30―17：00在外面餐馆就餐。

⑦、17：00―18：30统一在山门口停车场集合乘车返回公司。结束愉快的旅行。

1、此次活动为户外运动，请参与人员务必准备好背包，合适服装、鞋袜、相机以及必要的日常用品。

2、游玩当天早餐自备，中午由公司统一配发简便午餐，下午三点半在景点处统一就餐，员工可根据自身情况配备少量食物和水。

3、提醒全体人员出发前手机充足电，出游全程保持手机处于开机状态，方便联系。

4、行为举止大方得体，注意维护公司形象，不在风景区里大声喧哗，乱扔垃圾，破坏公物，破坏环境。

5、期间出现任何突发情况时，要及时上报负责人，负责人及时处理好应变工作。

6、在游玩中，请各组确认人数、注意安全，不要拥挤，依次进入景点。在危险区域，要尽量结伴而行，千万不要独自冒险前往。

7、必须严格遵守时间规定，并准时到达集合点，及时清点人数。一切听从负责人的安排。

8、请您保管好自己的行李。特别是手机、钱包及其他贵重物品。并应时刻提醒自己不要遗忘物品。

一定要将每个队伍负责人的电话都公布出来，并且每个组员之间要有联系，以免在游玩中丢失。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇五**

1、本地最具有影响力的网站和论坛。如合肥论坛，合肥团购，合肥酒吧网等。2、每个网站拥有可操作的id10个左右。3、策划人员，写手等。

1、网站首页或者论坛首页通栏广告位。2、提供交流的版块和专帖。3、组织活动和全程报道。

1、普通宣传广告，通过图片和文字以及效果，介绍活动大致内容。要做到能吸引网民和让网民点击，了解详细活动情况。2、互动式参与广告，通过趣味互动游戏或者问答，引导网民参与。

互动式广告构思：主要是宝贝选举互动。互动以问答：测试您喜欢什么类型的女人!===》10个左右选择题(题目要求容易理解，答案要求唯一选择性)===》做完题目得出喜欢女孩子的类型===》对应吻合的啤酒宝贝(同时能查看啤酒宝贝号和详细情况)===》投票===》复制地址，发给qq好友，同时填写简单联系资料，参与抽奖。

6月16日可能是初赛的时间。

首先，不开设专版和专帖，以及广告。只是用id，试探性的在一些比较聚集人气的地方，以询问和复制其他地方的内容发帖，同时用其他id相应，不断提高人气和排位。时间大概1天到2天。

接着，论坛管理员和斑竹可相应的配合，撮合。同时宣布连手，推出专版和专帖，发广告。开qq咨询群。

第三步，发活动介绍，国内国外类似活动图文介绍。同时发写啤酒文化知识等内容帖。采访活动主办方，内容发帖等。

第四步，在报名过程中，发现和挖掘好的\'选手。同时公布参赛选手资料，有意的抄做三类报名者：1、情纯学生类，2、个性时尚类，3、成熟白领类。同时结合70年代、80年代和90年代之间的争吵。扩大活动知名度。

第五步，初赛中，介绍获胜晋级的宝贝。同时推出投票评选活动，宝贝拉选票，迎接复赛。

第六步，复赛，有意的重点推出比较代表性的宝贝，培养粉丝团，抄作和挖掘选手生活和履历。

第七步，各个活动中选手风采展示，花车和晚会等等。可结合摄影大赛。

第八步，决赛，网上公布票选。收尾，后期宝贝活动展示等。

1、不断的收集和了解网民心理，以方便改变和完善活动计划。

2、各个环节效果评估，与期望的距离，问题出现的原因分析。

3、活动中的数据整理和挖掘。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇六**

“会生活，懂睡眠”

20\_\_年3月21日（9：30―16：00）

学校机关楼门前

学院团委

学院学生会\_\_部

进入21世纪全新的科技时代，人们的健康意

识空前提高，“拥有健康才能有一切”的新理念深入人心，因此有关睡眠问题引起了国际社会的关注。同时随着年轻人压力的增大和夜生活的丰富，他们的睡眠的质量也越来越下降。据调查，我国50%的年轻人睡眠不足。我们应该唤起大家对睡眠的关注，特举办此活动。

提高学生们关注睡眠的程度，从而提高睡眠质量。

1、前期准备

（1）活动申请

（2）制作宣传板、横幅和宣传海报，复印宣传卡片。

（3）安排工作人员工作项目。

（4）采购记号笔，小纪念品。

2、活动实施

（1）将宣传板以及活动用的道具搬到机关楼前的广场准备开始，将海报张贴到宣传栏上。

（2）9：30活动正式开始，向前来参观的同学介绍科学睡眠的重要性，引导他们在横幅上签字并送给他们印有睡眠小贴士的卡片和纪念品。

（3）在中午下课人多的时段召集大家，请学校老师讲话并提倡大家当日早睡。

（4）利用空白宣传板统计制作统计表统计图。

3、注意事项

（1）海报尽可能持久的保留，避免被覆盖

（2）由于活动时间较长，应合理安排人员，实现工作人员流动。

（3）活动结束后宣传板尽量可以在人流密集的地方多展出。

（4）尽量多印制贴士卡片以免不够用。

（5）活动结束后将桌椅还回原处。

（6）将制作的统计表统计图在学校展出，并上传。

（7）合计活动费用，上报。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇七**

1、在“xx”来临之际，全园同庆同乐，让孩子们度过一个难忘的节日。

2、在户外清新的环境下，让孩子们享受美好的自然风光，促进身心健康发展。

3、让家长在工作忙碌之余陪陪孩子，与孩子共同分享活动的乐趣，增进亲子情。

4、通过活动使孩子、家长、老师互动起来，增进情感，加强家园间的沟通、交流，促进家园同步。

活动时间：20xx年4月29日下午3：30――6：00

活动地点：xx

参加人员：全园师生及幼儿家长

组织人员：xx幼儿园全体教师

(一)材料准备：

1、公共汽车1辆(欧阳萍负责)。

2、横幅2张、彩旗20面、大喇叭、哨子、照相机2个、礼品。

3、积分牌两张;积分卡各150张;红、蓝队标志牌各50张(全体教师集中制作)。

4、班主任打印本班级幼儿名单，出发前和回来时都要进行点名。

(二)活动前需向家长沟通的事项：

1、本次活动属全园性集体活动，希望各班幼儿家长都能按时参加，如有特殊情况，需提前告知本班老师。

2、为了使孩子能够更好地欣赏路边的风景，各班老师建议有车的家长自驾车到目的地，并在本周六前做好统计上报园长处，以便园内做好车辆安排。

3、各班提前印发家长活动须知，要求每位家长认真阅读并自觉配合。

4、各班老师提起与家长沟通好活动当天的乘车安排，提醒家长务必准时到园集中出发，不参加活动的幼儿家长需提前来园接幼儿，做好幼儿的离园交接工作。

1、主持人：xx助主持xx

2、红队成员：xx

3、摄影：xx

4、计分员：x

5、物品看管：xx

6、活动材料负责人：xx

活动程序：

1、4月29日下午星期天3：30分参加活动的所有人员准时在幼儿园内集合，3点50分开始出发。

2、旅途中教师可带动家庭间进行互动，促进彼此间感情，以便游戏时能够更好地合作。

3、到达目的地后，及时确定好活动场地，做好活动前相关准备。

4、主持人组织家长和孩子排队，宣读活动相关注意事项，各队队长及时组织好本队人员积极参加接下来的游戏活动。

5、游戏过程中，各队成员各司其职，主动配合活动负责人做好引导与护导工作。

6、开展游戏活动时，主持人需说明游戏规则后方可开始游戏，每项游戏结束后休息10分钟，把握好活动时间，确保活动的连续性。

7、活动结束，主持人组织“环保小卫士”活动，清理活动现场垃圾。

8、集中――-点名―拍照――-返园。

9、负责活动小结老师发送相关内容与博客分享。

户外亲子游戏家长须知：

1、为了使活动顺利开展，请您一定遵守活动时间与规则，尊重自己和尊重他人。

2、请您与4月29日下午3：30分在幼儿园集合，3：50分准时出发。活动地点为x，为便于到达目的地集中，所有自驾车都有序的跟随校车前往。

3、请家长为孩子准备1-2套衣服，以防汗湿时更换。

4、请家长自备干粮和水，活动过程中能为孩子补充体力。

5、请您为您的宝宝提前准备一份淘沙用具，于活动当天带到活动现场。

6、请您带上防晒、防雨用具(如帽子、雨伞、毛巾)。

7、为了活动安全、有序的开展，请家长在活动过程中看护好自己的宝宝，不要随意带宝宝离开集体。如有特殊原因，需告知本班老师后方可离开。

8、活动过程中，需要您和宝宝合作完成任务。请您多鼓励、欣赏、支持你的孩子，使孩子保持良好的情绪，并积极的配合老师，使孩子体验活动的乐趣。同时建议您穿着便于活动的服装和运动鞋(尽量不要穿裙子和高跟鞋)。

9、在活动中请您全程照顾好自己和孩子的安全，建议不要带孩子下海游泳。

10、活动当天，请为孩子统一穿园服参加活动。

11、为培养孩子们的环保意识，请各家随身携带垃圾袋，并引导幼儿做个文明的宝宝。

12、活动结束以后，请您带孩子到本班老师处办理交接手续后再离开。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇八**

为了丰富学生的校园生活，陶冶情操，激发学生热爱生活，热爱家乡，热爱大自然的热情，同时深化社会实践教育，进一步培养学生生活实践能力、自主活动能力，我校计划组织学生开展“走进青青世界，感受自然风光”的秋季观赏之旅。开展此次秋游活动，既可以为全体成员营造一种轻松自由的气氛，放飞同学们的心情，让学生增长知识，拓展视野，在陶冶性情的同时提升实践探究的能力，又可以增强同学们的集体意识，培养学生互帮互助，文明谦让，自觉遵守社会公德等良好行为习惯。

总领队：张xx

副领队：夏xx

成员：各班班主任

： 10月31日

：青青世界

：李xx

安全教育

1.要求正副班主任、配班老师通讯保持畅通，服从指挥，做好管理服务学生工作。

2.加强对学生进行人身、活动、交通、饮食、物品方面的安全及其他安全教育。

3.教育学生活动时听从老师指挥，统一行动、要有团队精神，同学之间互相照顾，互相协作，不得擅自离开班级、不掉队。

4. 教育学生要有较强的时间观念，严格遵守作息时间。

5. 各班主任在本班做好布置宣传，每班设若干安全小组，并设安全员，随时提醒督促，及时向正副班主任或随班教师报告偶然性事件，上下车安全提醒，人数清点。

文明教育：

1、在来回路途中要注意交通文明，不乱穿马路，走人行道和斑马线。

2、在游玩过程中要注意卫生文明：不乱丢废弃物，注意公共卫生。

3、在游玩过程中要注意语言文明：不讲脏话，不大声喧哗。

4、在游玩过程中要注意行为文明：不能在公共场所拥挤喧哗，不追跑打闹、不损坏公共财物，在游玩过程中做到文明、安全。

5.引导学生积极参与社会实践活动，认真观察、主动体验、记录感受。

1、本次秋游活动时间定为： 10月31日 (8：10到校，8：10~8：30分班教育，8：30出发。)中午12:00从青青世界返回，12:20请家长到校接孩子。

2、如有不参加的学生一定要家长写好请假条，同时班主任电话联系确定。

3、每位班主任老师在活动前着重对学生进行安全文明教育，讲卫生、遵守纪。

4、以班级为单位，不独自行动，不玩危险游戏，一切活动均听带队老师的指挥。

5、建议学生讲究节约，带适量的物品，不宜多。建议不带相机等贵重物品。如果带了，请教育好注意保管。

6、活动结束后，对学生强调一定要立即准时回家，不能在路上、同学家逗留、玩耍。

7、建议同学统一穿校服、穿运动鞋。

：可根据具体情况上报安排附件。

出发时，各教师随班级乘坐车辆，协助班主任管理班级。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇九**

xx镇有10所幼儿园，42个教学班，共计1400多名幼儿，其中大班 人，中班 人，小班 人。xx镇幼儿园地处农村，自然资源丰富。针对各村幼儿户外活动场地的设置、活动形式及内容等情况，首先各园以年级组为单位划分了户外活动场地，保证各年龄段幼儿户外活动有充足的时间和空间，并发动家长积极配合利用废旧物品和农村的自然资源制作大量体育器械，器械投放符合幼儿年龄特点及体能发展目标，针对器械的不同设计了流动式、循环式、自由区及原地区等场地设置，将多种技能综合体现，使幼儿在户外活动中将各个技能得以巩固和练习；其次丰富了户外活动内容，将集体操节、年级组集体器械活动、班级分散器械活动、体育游戏、队列对形练习及大型玩具交替穿插在每日户外活动中，有集中有分散，提高幼儿的活动兴致。

幼儿园户外活动是幼儿园教育的重要内容之一，是孩子身体发展、智力发展、性格品格形成的良好途径。《幼儿园工作规程》明确规定：“幼儿园户外活动的时间，在正常情况下每天不得少于二小时。”根据xx镇幼儿园的具体情况以及孩子的年龄特点制定此计划。各班再根据自己的实际情况制定各班的户外活动计划。

各班要以体育活动的开展为根本，依据各年龄段基本动作发展目标，注重幼儿技能的掌握，趣味性地让孩子在活动中能够有创新的空间，突出本园特色，以集体活动（集体课间操、队列队形、民间游戏等）与分散活动（器械、体育游戏）相结合的户外活动形式加强幼儿对技能的巩固和练习，培养幼儿参加体育活动的兴趣和习惯，增强体质，提高对环境的适应能力。

根据集体创编、自主研发、多途径收集等设计策略，以晨间锻炼、早操、民间体育游戏、自制体育器械游戏为主要内容，设计相应的集体、分组、个别等活动形式，制定了户外活动的基本框架。让幼儿做到：

1、能合群地参加民间体育游戏，在老师的带领下能运用自制的玩具进行户外活动。

2、不迟到，积极、乐意地参加晨间活动，手脚协调性地参加课间操活动。

3、愿意参加民间体育游戏并执行游戏规则，愿意运用自制玩具进行户外活动。

4、会使用多种运动器械锻炼身体，以轻器械操为主进一步增强幼儿的运动协调能力。

5、喜欢参加民间体育、自制玩具等游戏活动，动作协调。

6、能独立地、创造性地运用其他器械锻炼身体，有良好的整理习惯。

7、能运用自己制作的活动器械进行活动，能创编简单的游戏，制定规则等。

实施原则：结合农村幼儿园的地域特点，我们在“户外2小时活动“的实施过程中，主要遵循开放性、安全性、循序渐进、趣味性、全面锻炼等原则展开。根据农村幼儿身心发展特点和教育规律，坚持以健康游戏活动为基本载体，突出课程的乡土性――民间体育游戏的挖掘、农村自制体育器械游戏活动的开发，玩中有练，练中带玩，以玩促练，为农村孩子服务。活动设计时遵循多形式、游戏性、整合性、乡土性、高低结构相结合、器械自制与购买相结合六大设计原则。

各年龄班体育教学活动每周安排2次。在无特殊情况的条件下，要求在户外场地上进行。注重幼儿实际发展水平及个体差异，体现因材施教。活动形式注重多样性、趣味性，保持幼儿活动的兴趣。尊重幼儿及时评价，在掌握规定动作后，可根据自己的主现愿望，运用自己已获得的知识、技能进行锻炼，激发幼儿积极思维。活动前后对幼儿体育活动提简单明了的安全要求，教育幼儿自我保护。加强教师对幼儿基本动作发展目标及体育活动组织方法培训，增强目标物化材料的准确性。以观摩研讨（全园交流、年级组交流及示范课）为手段，提升教师组织体育活动的教学水平

1、课间操。（集体活动）

作为各园的特色，本学期将继续进行徒手操和轻器械操的巩固与规范。 让幼儿有场地体操相互配合的意识。 基本姿势到位标准、动作路线及活动部位规范。动作有力、动作幅度适当。相互配合协调。

2、器械活动（分散活动）

本学期器械活动以年级组集体器械活动与班级分组器械活动相结合形式交替进行。班级分组器械活动注重单个侧重基本动作的练习，主要是结合班级体育活动中幼儿对基本动作的掌握情况，有计划、有目的的利用相应器械进行巩固和锻炼。年级组集体户外活动是多个基本动作的综合体现，注重幼儿创新玩法和合作意识。能够有充足的活动时间和空间，器械材料符合幼儿基本动作发展的目标要求，能激发幼儿的活动乐趣，保证每位幼儿都有活动器械并且会使用。激发幼儿会用一种器械玩出多种方法，会与同伴合作使用器械。取放器械有序，有自我保护意识。

3、体育游戏

通过游戏对幼儿的基本动作和技能得到巩固和丰富。游戏目标要具体要便于操作，包含的内容要全面。要从幼儿的年龄特征出发。培养幼儿关心集体、团结友爱、遵守纪律、勇敢、主动、积极上进的优良品质，激发参与体育活动的乐趣。

4、大型玩具

教师要了解玩具的特点，根据幼儿的运动发展水平有计划、有目的地组织活动。活动中培养幼儿相互谦让，不推搡的习惯，注重提安全要求。

措施：

（1）按计划完成器械活动的场地设计安排，器械材料的修补和更新，材料的摆放及人员安排，器械的摆放位置，教师引导幼儿自主取放器械的方法与规则。

（2）发动家长丰富、优化制作适合班级各年龄段幼儿年龄特点器械材料，能够有助于幼儿基本动作的巩固和练习。

（3）组织教师研讨自制器械的创新玩儿法。

（4）在无特殊情况（主要指雨雪或过冷）的条件下，亦要求在户外场地上进行；

（5）各班级按照大型玩具安排表和户外活动安排表内容开展活动，保证每日交替进行课间操、器械活动、体育游戏、对列队形。

（6）加强户外活动的检视，规范教师在户外活动中的行为，加强教师观察指导，适时参与幼儿游戏，及时发现幼儿的创新玩法，给予支持、鼓励，引导幼儿间的相互学习。

每天组织开展实施“户外2小时活动”，主要从4条途径进行：

1、晨间活动：每天上午7：30开始，针对所有来园幼儿进行的体育锻炼活动。结合它“时间自由掌控、随到随玩、形式灵活、喜好自选为主”的特点，我们进行有针对性地指导：关注个体差异和玩中技能指导。

2、课间操：是一项集中性体育锻炼活动，针对幼儿体育技能的发展、选择适合的音乐进行创编。结合它“趣味创编但不忘技能发展、混龄出操却不失年段特色”的特点，进行有针对性地指导：集中学习时的技能掌握、每天“娱乐”中的巩固训练。

3、民间体育游戏：上午两个集体教学活动后的半小时活动，通过多渠道的收集，组织进行一些“被遗忘在角落”的民间体育游戏。根据它“游戏选择由易→难、规则制定从独断→民主”的实施特点；重点对游戏过程中动作技能、过程完整性等进行指导。

4、自制体育器械游戏：通过各类废旧材料制作的运动器械进行集中的体育锻炼。重点体现它的原生态及实用性；游戏过程中不断创设情景、变换角色，让全体幼儿在玩游戏中获得发展。

xx镇幼儿园

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇十**

公司团队户外拓展活动

为了提高公司团队的协作精神，提高员工的积极性，为员工创造一个融洽、和谐、健康的氛围，增进员工之间的默契和感情。

本方案通过组织公司员工的户外拓展活动，使大家充分领略团队协作的重要性，培养团队精神，提高团队意识，从而提高每个员工的配合度，提高整体作战能力。

1.团队协作、活跃公司整体员工的气氛，增强凝聚力。

2.营造、烘托组织的重要性、提高组织纪律意识、增强集体荣誉感。

3.体会团队与单兵作战的效果，充分融入团队、增强归属感。

4.增进了解、加强沟通、增进目标认同、激扬团队士气。

公司全体员工(约60名)

烽火丛林野战

以“团队”为主题和组织形式，以体验式团队训练为工具：

增进学员的团队意识和团队凝聚力

将培训中学习和体验到的新思维、工作方法迁移到工作中

课程中，融合心理分析、管理理念和工作技巧：

加强培训师与学员之间的互动性

让体验与思考、检验与分享诸环节构成积极向上的循环

促使学员个人认识不断深化，团队的整体表现水平不断提高。

绝佳的自然环境融合经典的团队活动，让学员们在自然轻松的氛围中领悟“激情挑战，携手共赢”的团队理念

从各景区了解到有以下活动可供选择：烽火丛林野战、穿越碧水谷、丛林野战、定向越野，穿越电网，无规火车，信任背摔，绝壁攀岩，风趣户外野炊等。

(一)地点：安溪志闵旅游区

(二)时间：拟定xx年11月xx日-xx日(二日游)

(三)活动流程

打开心扉参与融冰活动，拓展活动的开启

积极参与拓展训练，培养团队合作精神

训练之余沿途参观基地里秀丽景色，放松心情

分享训练心情和经验

安溪野山谷基地

住宿，若有空一床位，补房差70元/人

迷彩服：衣服+裤子+皮带。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇十一**

一、活动主题：班级五莲山山一天游

二、活动目的：经过一年多的相处，同学们关联已经基本融洽，但男生与女生之间，各寝室之间还是存在不一样程度的隔阂。为打破这种隔阂，增进班级团结，增加班级凝聚力、亲和力。战斗力，同时，本活动也有助于增进同学之间的交流，培养大家的动手潜质和团队合作意识，丰富大家的课余生活，并开拓大家的视野，使大家的身心得到陶冶，为同学之间的相互学习带给平台。

三、活动时刻：20xx年12月30号

四、活动地点：日照五莲山

五、参与人员：20xx年选修野外生存训练的全体学生出发前的一晚把租好的单车踩回学校，放到宿舍楼下寄存。第二天早上9:00左右从学校踩单车出发去五莲山(事前有班委已做好踩点工作)，大概9：45左右到达五莲山。到达后，同学们带好登山的必备用品，然后把自己的自开车上锁

六、人员分工：

七、经费来源：

八、人文景观和自然景观说：

九、活动注意事项：

1、团结友爱、互相帮忙。一齐出去，就是个团体，要发扬团队精神，听从安排!

2、注意安全，听从班委们的指挥

3、如不听从班委们的指挥，或者擅自冒险行动、离队，安全自负。

4、提倡团结协作和自助，个人的事情务必由自己完成。

十、活动费用：

1、大概每人40元左右(采用多退少补的原则)

2、租单车自费

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇十二**

人生的路上充满坎坷与磨难，而在这一路的风雨中谁又与你同行？给你鼓励和帮助？当你失落、无助需要有人陪伴时你是否想起了你心中的那个他/她，你的最佳拍档？

这是一档由普通民众报名参与的比赛，我们将以常德地区为中心，接受常德地区及周边地区民众的报名。比赛不分年龄、不分性别。选手们将通过筛选进入海选赛、复赛、总决赛三个阶段。趣味的竞技比赛、卡通的道具设置。选手们不停的冲刺挑战自我，为的就是在限定时间内突破高难度的重重难关，看谁以最少时间完成整个体能挑战过程。

主办单位：常德市水星楼

承办单位：常德双百文体活动策划有限公司

冠名单位：常德市水星楼

协办单位：

媒体支持：常德电视台新闻频道

（1）现场报名：指定报名点领取报名表报名。

（2）电话报名：拨打指定报名电话预约报名。

（3）参赛人数：活动初期人数不限

（4）参赛对象：凡年满16周岁或以上的中国公民。

海选时间

每周六、周日分上下午2场每场时间为3小时注：海选期间报名人数不限，可随时报名。取海选总成绩前50名进入复赛复赛时间

1期20\_\_年9月27日28日每周六、周日分上下午2场每场时间为3小时

注：复赛由海选前50名进行比赛，取复赛总成绩前20名进入决赛决赛时间

1期20\_\_年10月1日下午1场时间为3小时注：总决赛由复赛前20名进行比赛，取总成绩第一名获得冠军

活动宣传时间为期1个月赛制时间为期1个月

：常德水星楼。（不分主客场，所有比赛都在常德举行）

1。成立赛事组委会。

2。组委会成员培训。

3。制作t恤、横幅、海报、宣传单、旗帜。

4。赛前活动宣传、新闻发布、报纸、广播。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇十三**

人生的路上充满坎坷与磨难，而在这一路的风雨中谁又与你同行？给你鼓励和帮助？当你失落、无助需要有人陪伴时你是否想起了你心中的那个他/她，你的最佳拍档？

继湖南经视大型户外竞技类节目＜＜奥运向前冲＞＞之后，由湖南常德双百文体活动策划有限公司，推出常德本土大型户外竟技类节目＜＜最佳排挡＞＞。全国各地刮起“奥运飓风”。为了引导广大群众在喜迎奥运的同时积极参加体育活动，以自身的行动实践奥林匹克“重在参与”原则＜＜最佳排挡＞＞将推动常德地区人民对奥运的激情，它将激发人类最潜在的能量，是团结活作与精神力量展现的一种和谐相结合的体育竟技活动，我们将以常德为中心，以2人为单位推出城市之间的极限体能竞技赛。无论你是情侣、兄弟、姐妹、父母…只要你勇于挑战，勇于展现和你最亲的人之间的情谊，那么我们愿为您做个见证，您们就是“最佳拍挡”！不管你是生活小人物，还是体育全能王，只要你有足够勇气挑战自我，你就能成为20xx年万众瞩目的耀眼明星。

这是一档由普通民众报名参与的比赛，我们将以常德地区为中心，接受常德地区及周边地区民众的报名。比赛不分年龄、不分性别。选手们将通过筛选进入海选赛、复赛、总决赛三个阶段。趣味的竞技比赛、卡通的道具设置。选手们不停的冲刺挑战自我，为的就是在限定时间内突破高难度的重重难关，看谁以最少时间完成整个体能挑战过程。

主办单位：常德市水星楼

承办单位：常德双百文体活动策划有限公司

冠名单位：常德市水星楼

协办单位：

媒体支持：常德电视台新闻频道

（1）现场报名：指定报名点领取报名表报名。

（2）电话报名：拨打指定报名电话预约报名。

（3）参赛人数：活动初期人数不限

（4）参赛对象：凡年满16周岁或以上的中国公民。

海选时间

每周六、周日分上下午2场每场时间为3小时注：海选期间报名人数不限，可随时报名。取海选总成绩前50名进入复赛复赛时间

1期20xx年9月27日28日每周六、周日分上下午2场每场时间为3小时

注：复赛由海选前50名进行比赛，取复赛总成绩前20名进入决赛决赛时间

1期20xx年10月1日下午1场时间为3小时注：总决赛由复赛前20名进行比赛，取总成绩第一名获得冠军

活动宣传时间为期1个月赛制时间为期1个月

六、赛事场地：常德水星楼。（不分主客场，所有比赛都在常德举行）

七、赛事项目及设置：（见付表1）

八、赛事奖项设置：待定

九、赛事宣传/预算宣传：

1.成立赛事组委会。

2.组委会成员培训。

3.制作t恤、横幅、海报、宣传单、旗帜。

4.赛前活动宣传、新闻发布、报纸、广播。

十、活动价值分析及冠名与回报：15万元限一家

1、此次活动伴随着奥运会的召开而举行，让我们在欣赏奥运的精彩赛事为中国喝彩时，也点燃了自己心中的奥运激情。承载着奥运飓风让我们一起飞扬。

2、此次活动规模大、波及范围广，将产生良好的社会影响力。

・直接影响范围：常德市武陵区、鼎城区、德山开发区

・直接影响人数：100多万常德市民含常住人口

3、此次活动参与度高，广告目标群大、含金量高。

8月是激情燃烧的岁月，伴随着奥运会的开幕及比赛的进行，人们对于奥运的热情在不断高涨。与此同时我们推出此挡活动，让人民在欣赏奥运赛事的同时自身的参与必将受到广大市民的热切关注。

1、专场新闻发布会冠名启动仪式。

2、电视台新闻专题采访跟踪报道。

3、专题新闻稿x篇

4、所有对外广告宣传印刷都将出现冠名单位名称。

5、赛事所有选手号牌都将出现冠名单位名称。

6、工作人员所穿t恤的“胸前冠名广告”活动现场显要位置的广告牌，广告条幅得到充分的体现；工作人员t恤背后广告。

7、赛事授奖仪式将由企业冠名单位领导颁奖。

8、向“冠名单位”赠送本届活动的相关资料，包括活动vcd碟片、活动专题剪报

活动发布会仪式场所内外的照片；还将制作纪念品赠送每一位赞助人员。

9、户外广告。

预算项目：

→物资费：活动使用的各类器材及布置应用物品及场地，服装所需费用预算：60000元

→宣传费用：记者费、录像费、广告宣传、印刷品宣传预算：40000元

→行政费：筹备期间的办公费、交通费、通讯费等预算：10000元

→奖品费：比赛活动的奖品赞助待定

→不可预支的费用机动费用预算：10000元

组织费用：10000

总计：150000元

付表一赛程设置：

本赛程共由五个比赛项目构成，全程项目完成形式为两人三足。

一、“双人跳”

此赛道设置为两块泡沫板，长2m，宽1.5m，厚度约为80cm，中间相隔约1.5m。此环节赛道约为6m

两人三足一起跳，同时跳上第二块板即可。

两人身体任何部位都不能接触地面，否则淘汰。

两人绑在一起同时起跳有一定难度，很容易被同伴绊住。

中间距离约为1.5m，看似简单，但实际操作困难。

二、“过障碍”

此赛道设置为一根横杆，离地面高度约为1m。此环节赛道约为4m。

两人三足继续前进，但必须从横杆底下穿过。

选手可以采取不同姿势通过，但手不能触地。

横杆只是轻轻被架着，只要碰到即会脱落，横杆落地则选手淘汰。

横杆设置较低，不仅考验着选手的技巧，同时也考验了选手的协调性与柔韧性。

此环节同样也是看似简单，操作起来有一定困难。

三、“独木桥”

此赛道设置为两个桥墩，大小为1m3，中间相隔5m，上架一根半径为10cm的独木桥，下面为水池。此环节赛道约为7m。

两人必须从独木桥上通过，依然是两人三足。

通过方式可自行选择，跌落水池则淘汰。

两人绑在一起通过独木桥，速度必将减慢，随之导致桥身晃动厉害，很容易跌入水池。此环节的难度和趣味性也就体现于此。

四、“小心陷阱”

此赛道设置为15个废弃轮胎。

每个轮胎内圈直径约为50cm，以三列形式摆放。此环节赛道约为5m。

此环节比的是速度，两人迅速踏过轮胎区即可。

选手可选择踏在轮胎上或轮胎圈中即陷阱，但不能踏出赛道两侧所设的黄色警戒线。

选手单脚或双脚踏在黄色警戒线上或踏出警戒线则淘汰。摔跤不淘汰

轮胎设置较多，两人三足一起快速通过有很大的难度。

两名选手如配合不当，则很容易踏入陷阱或摔倒，那么选手如何通过此环节就是其趣味性所在。

五、“爬梯子”

此环节为赛程终点，因此赛道设为1.5m高、4m长、3m宽的小型舞台。

一架3m长、2m宽的木梯斜靠并固定在舞台上，木梯底端为0.5m高的起步台。安全起见，木梯由圆木制成

此环节赛道所需约为7m

两人三足通过木梯爬上舞台，在未到达全程项目的规定时间顺利通过，即获得了最后的胜利。

选手必须通过木梯到达舞台，身体任何部位都不能触及地面或木梯下铺放的软垫，否则即为淘汰。

爬楼梯对一般人来说轻而易举，但两人三足一起来完成这个项目则需默契配合才能获取成功。圆木木梯也导致了一定的难度，因此选手的完成技巧很重要。

注：全程赛道长约为29m，因此赛场长需30~40m。完成全程项目规定时间为。

选手必须在规定时间内完成全程项目即五个环节，超过规定时间即使完成全程项目也算失败。

每个环节都有裁判严格监督，在环节中违规者由裁判吹哨明示。

**户外活动策划方案 户外活动策划方案免费篇十四**

班级户外烧烤活动

春暖花开，正是同学们踏青春游的好时节，班委会举办此次烧烤活动，为丰富同学们的课余生活，加强班级同学之间的联系，增进同学之间的感情，促使我们09环科这个新班级能尽快成为一个具有凝聚力的团结的大家庭。

20xx年3月28日

天雹水库

09环科班委会

09环科全班同学

骑自行车。这种自助游方式更适合我们年轻人，相信大家会喜欢的。（亮点1）

全班分成五组,每小组十个人（可按照策划的分组），烧烤计划不变，并在烧烤过程中插入各种小游戏和小竞赛项目，按组积分，最后得分最高的一组将得到奖励。除积分外，期间在游戏中的获胜者也给予小奖品，以活跃气氛调动大家的积极性。下面是具体的活动流程：

1、提前买好烧烤用具，提前一天到市场去预订烧烤食物，并在出发当天清晨去买回来。具体工作分到各组。（所需食物和用品清单列在后面）。

2、出发的时间定在早上8点整。请同学们在7点50在法学楼前面集合。

3、指定几名负责人，按组组织带领同学们安全有序的前往目的地，到达目的地的时间大约为早上9点。

4、到达目的地之后自由活动1小时，参观景区景点。组织者利用空隙吹一些气球。

5、自由参观活动完之后，大约10点，召集大家玩一个踩气球的小游戏。每3人为一组，单脚绑在一起，每个人脚上绑5个气球，三人互踩对方身上的气球，谁的气球留到了最后为胜，可为所在的那一组加一分。（亮点2）

6、玩完游戏，大约11点，烧烤活动开始。每组烤出老师指定的某一食物，最终由老师评出最佳厨师奖。（亮点3）

7、视当时的气氛而定，中场可以踢毽子，打气排球，填字游戏。

8、大约16点，返校。

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