# 最新班级户外活动策划方案(大全13篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-07-24

*为了确保事情或工作有序有效开展，通常需要提前准备好一份方案，方案属于计划类文书的一种。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。以下是我给大家收集整理的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮...*

为了确保事情或工作有序有效开展，通常需要提前准备好一份方案，方案属于计划类文书的一种。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。以下是我给大家收集整理的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**班级户外活动策划方案篇一**

活动时间：2024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

步骤：

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)

4.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

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)

二、游戏安排及相关规则

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。

游戏之一：超级病毒

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。

游戏之二：缩小包围圈

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。

互动游戏之三：歌曲接唱欢唱

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：……………………

互动游戏之四：信任背摔(学会相信同伴)

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。

互动游戏之五：猜字表情游戏

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

互动游戏之六：青蛙哇叫游戏

1. 各位队员按顺序蹲着围成一个小圈圈

互动游戏之七：分组玩塞子喝酒游戏

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)。

三、相关物资准备

【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

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

四、人员具体分工

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

**班级户外活动策划方案篇二**

1、让员工过上一个愉快的中秋，提高员工士气；

2、加强员工内部的\"沟通，促进员工关系的进一步融洽。

定在中秋节前一天，即（星期一下午16：00在公司集中）

xx镇xx山脉

公司全体员工（值班人员除外，值班人员：公司办公室留客服部一人值班，保安照常上班）。

1、请各位带好自己应该带的物品；

2、行政部准备好三份公司员工内部通讯录；

3、大巴车二辆；

4、相机、cd机、小音箱、笔记本电脑、麦克风；

5、帐篷、席子、小被子、枕头等睡觉用品及自己日用品；

7、烧烤所用的食物、用具及饮用水；

8、粮食，具体包括

9、一份好心情，并准备一些有趣的故事或熟悉几首歌曲；

10、行政部/企划部勘探并熟悉地形、地势，联系好场地，预先设计好活动安排；

11、月饼xx个。

（一）当天：

1、当天于下午16：00准时在公司大门口报到、集中；请各位留下自己的联系电话，以方便到时联系，行政部准备好三份公司员工内部通讯录。

2、然后乘车前往xx盘山营地（乘车时间约一个半小时）抵达后到a区扎营；

3、夜晚烤大餐，点燃簧火欢乐派对、卡拉ok，大家围成一团，谈谈心事，聊聊天，数数星星，晚上失眠的员工可以在山顶观日出。

4、晚上住在帐篷里。

（二）第二天

1、第二天早上先观光潭景玩玩水、合影；

2、约10点后徒步到b区活动；

3、饱餐午饭后，可以参加二军对垒水枪交锋战，还可以钓大鱼，泡潭水和玩玩有益身心健康的游戏节目。

4、约14：30集中下山，乘车返回东莞原集中地点，结束活动。

80—100元/人（含乘车费用）左右，基本的活动费用由公司出，私人的购物行为则由员工自己出。

策划：企划部；

执行：行政部，

**班级户外活动策划方案篇三**

本方案捅过组织职工的户外拓展活动，使大家充分领略团队协作的重要性，陪养团队精神，题高团队意识，从而题高每个职员的配合度，题高整体作战能力。

1。团队协作、活跃整体职工的气氛，增强凝聚力。

2。营造、烘托组织的重要性、题高组织纪律意识、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、增进目标任同、激扬团队士气。

全面职员（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惟、工作方法迁移到工作中

课程中，融合心里、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、俭验与分享诸环节构成积极向上的偱环

促使学员个人认识不断深化，团队的整体表现水泙不断题高。

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，信认背摔，绝璧攀岩，风趣户外野炊等。

（一）地点；安溪志闵旅游区

（二）时间；拟定20xx年 11月日—日 （二日游）

（三）活动流程

1、掀开心扉参与融冰活动，拓展活动的开启

2、积极参与拓展训练，陪养团队合作精神

3、训练之余沿路参观基地里绣丽景色，放松心情

4、分享训练心情和经验

**班级户外活动策划方案篇四**

1、激发员工的责任感、自信心、独立能力，领导才能、团队合作精神以及面对困难和挑战时的应变能力。

3、从容应对压力与挑战，在面对问题时，能够更充分的发挥其领导才能，展现个人魅力。

4、强化换位思考、主动补位的意识，使个人、部门间以及团队内部的沟通协作更为顺畅。

5、提高时间与任务管理技巧以及分析解决问题的能力。

6、增加团队人员的有效沟通，形成积极协调的组织氛围;树立互相配合，互相支持的团队精神和意识。

20xx年8月9日(暂定)

放松心情，你行我也行!

深圳西冲3号海滩

团体户外自助游

30人(暂定)

赏海观景游泳团队游戏自助烧烤cs对抗赛

西冲海滩，位于大鹏湾南澳半岛南，其中西冲是深圳最长的海滩，金色沙滩如绸缎般飘逸、舒畅。山、海、湖、岬角风光旖旎，青山绿水、海天一色，无敌风光，无敌海景——西冲最幽静的那个浪琴湾，就着月光，趁着夜色，挥洒我们的热情。来吧!烧烤、篝火，游戏----露营去吧!。在海边搭帐篷露营，是很舒服的选择。风吹起的时候，海浪轻涌。夜晚燃起炭火烧烤，晚上有明月相伴听潮水声入眠。

a、前期准备

1、各部门主管上报该部门参加活动名单及联系方式

2、负责人联系包车等事物，安排活动路线

3、为节省开支自助烧烤环节，食物由负责人提前到菜市场采购。

4、游泳环节游衣等用品由参加活动的个人提前准备，公司不负责游泳用品等费用。

5、活动负责人准备游戏环节需要的`道具等物品。

6、出发以前由负责人准备相关安全物品的准备，如急用药品，创口贴等

b、活动安排

1、7:55吹响集合号

2、8:00出发，大约10:00左右到达目的地

3、10:30---12:00游戏环节。此环节分出数人准备自助烧烤环节。

游戏1：女皇圈

游戏描述：将所有队员围成一个圈，然后全体向右转，

游戏目的：完成并体验信任，支持，合力并充分体现群

策群力，挑战自我，加强团队协作精神，项目的有效完成需要每位队员的积极配合把团队建设推向高潮，对大家的集体感和团队观念进一步巩固。

游戏2：两人三足或者多人数足(可分为经理对、助理队、行政队)

游戏描述：将参赛小组两人的相邻腿绑住，位置不能高

于膝盖部分，也不能低于脚裸，绳子必须绑小腿上，并捆紧，如中途松开，应系好再前进。必须在起跑线后把脚绑好，不准抢跑。中途若有人摔倒，应立即停下来，等重新准备好之后，再接着跑，或者自动放弃比赛。

游戏目的：每位参加者的积极配合把团队建设推向高潮，对大家的集体感和团队观念进一步巩固。

游戏3：同心协力

游戏描述：每五人分成一组，站成一排，由右到左为1、2、3、4、5队。有喊号码，喊到几号，相对应的队列就蹲下。

4、12:00---13:30自助烧烤环节，大家自己做自己吃。

5、14：00---15:30观海游泳赏景环节。

6、15:30--17:30自由交流环节，所有人合影留念。

7、18:00乘车返回公司。

注意事项：

1、出发前由负责人做好有关出游安全方面的宣传，提醒所有人员不要私自离队，要集体行动。

2、行为举止大方得体，不在风景区里大声喧哗，乱扔垃圾，破坏公物，破坏环境。

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、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。

5、在旅游过程中，请佩带好工作证或胸卡，勿擅自离团自由活动,如果有急事需要离团必须报告领队。报名时请按照身份证的姓名及号码进行登记，不得使用别名或者小名，惯用名，以免发生意外无法赔偿。

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。不要在危险处游玩逗留。

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，请记清楚每次通知的游玩时间、上车时间和地点。

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。

9、因春秋季早晚温差大;需带些防寒衣物，身体不便者，请及时通知负责人员。不能运动者不宜勉强。

预算：

1、包车，全顺商务车一辆16座900/天

2、门票,西冲三号海滩13/人

游玩费用：自理

活动预算共计：2700元cs

**班级户外活动策划方案篇五**

9月1日上午

小一班教室

小一班全体幼儿及家长

一、晨间活动

1、热情接待幼儿及家长，并进行简单的问候。

2、给幼儿挂胸卡，让家长带着孩子根据学号去认识自己的柜子、毛巾、茶杯、床位等。

3、幼儿自主选择区域内的材料进行室内游戏，教师可以适当地指导。

4、指导幼儿收拾整理游戏材料。

二、早操

1、组织幼儿一个跟着一个到户外进行活动，学习模仿操，教师注重与幼儿的有效互动。

2、早操结束后，组织幼儿有序回教室，教师介绍入厕、洗手的要求及方法。

三、点心

1、用儿歌或游戏的形式对孩子进行洗手、吃点心等生活常规训练。

2、、保育老师站在盥洗室指导并帮助入厕洗手的幼儿。

3、盥洗结束后，引导幼儿握住自己的小手。保育老师分发点心，茶水。

4、幼儿愉快地用点心。

5、点心结束后，指导幼儿把自己的.茶杯放到指定地方。

四、集体活动

活动名称：手指游戏《手指变变变》

活动目标：

1、培养幼儿对手指活动的兴趣。

2、发展幼儿手指的灵活性。

活动准备：

幼儿围坐一个半圆(家长坐在孩子后面)。

活动过程：

1、用手和孩子们打招呼，引起幼儿的兴趣。

2、学习手指游戏《手指变变变》。

(1)教师完整做一次手指游戏，引起幼儿学习的兴趣。

(2)教师分段进行指导，请家长和孩子一起参与游戏的学习。

(3)通过逐步的学习，接着再尝试着完整进行练习。

(4)在没有家长参与的情况下，幼儿单独进行游戏。

(5)评价游戏，鼓励每一个参与的幼儿。

五、户外活动

活动名称：吹泡泡(户外游戏)

活动目标：

1、引导幼儿听懂成人的语言，有兴趣的随教师说《吹泡泡》儿歌。

2、训练幼儿根据教师的指令练习走、跳等动作。

活动过程：

1、幼儿练习一个跟着一个走(开火车)。

2、教师边说儿歌边让孩子用动作来表现泡泡的特点。

\"吹泡泡，吹泡泡，吹出一个小泡泡，吹泡泡，吹泡泡，吹出一个大泡泡。我的泡泡飞高了，我的泡泡飞低了，我的泡泡炸掉了。\"

3、教师与幼儿共玩游戏：全体幼儿手拉手成一个圈做\"泡泡\"，幼儿听到口令后，用自己的动作表现\"泡泡\"或变大、或变小、或飞低、或飞高、或转圈、或爆炸。

六、幼儿回教室喝水、进行餐前准备活动。

活动名称：洗手歌

活动目标：

1、初步学会用正确的方法洗手、擦手，知道在饭前、便后洗手。

2、愿意学念儿歌，初步学会边念儿歌边洗手。

活动过程：

带领幼儿边念儿歌边做相应的动作

儿歌：小手真干净

拧开龙头冲冲手，擦擦肥皂搓一搓。

搓搓手心和手背，换只小手再搓搓。

冲冲冲，冲手心，冲冲冲，冲手背。

关上龙头甩三下，擦干手心和手背，

小手洗得真干净。

七、幼儿用餐，饭后散步，进行午睡前准备。

1、幼儿自主用餐，饭后漱口、洗手、擦嘴。

2、用完餐后排队进行户外散步活动，回教室后，上厕所，找到小床，进行午睡。

八、整理。

1、给孩子梳头。

2、检查孩子的衣服、鞋子，提醒个别穿错的孩子及时纠正。

九、点心。

1、用儿歌或游戏的形式对孩子进行洗手、吃点心等生活常规训练。

2、、保育老师站在盥洗室指导并帮助入厕洗手的幼儿。

3、盥洗结束后，引导幼儿握住自己的小手。保育老师分发点心，茶水。

4、幼儿愉快地用点心。

5、点心结束后，指导幼儿把自己的茶杯放到指定地方。

十、亲子活动结束，家长有序接走幼儿。

热情地和孩子、家长道别。

**班级户外活动策划方案篇六**

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6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。

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：

（三）活动流程

1、打开心扉参与融冰活动，拓展活动的开启

2、积极参与拓展训练，培养团队合作精神

3、训练之余沿途参观基地里秀丽景色，放松心情

4、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7元/人迷彩服：衣服+裤子+皮带

**班级户外活动策划方案篇七**

古希腊某位哲人曾说过：感情是由交流堆积而成的\'。任何一种感情的升华都有赖于交流。血浓于水，亲子之情虽是与生俱来，但由于现代社会竞争的日趋激烈，年轻的父母大多把大部分精力都用在工作及不断学习、提升中。曾几何时亲子间的接触不再象往日般频繁，与孩子共同游戏的时间更是明显减少。父母与孩子的距离也越来越远……因此我们选择用这样的活动拉近孩子和父母的距离，让父母更了解自己孩子，并起到邀约家长和全面宣传的作用。

戴氏教育送中秋迎国庆亲子活动——关注孩子成长，铸就孩子未来

通过亲子活动的展开，针对我们的已有资源，让老学生参与并邀约自己的好伙伴，可以切实提高我们的转介绍率，升级率，并且在流动人群中起到宣传和邀约上门的作用。亲子活动也可以让家长感悟到孩子的成长需要他们的关爱和帮助，达到感情的升华，对于我们课程的推荐很有帮助。

（一）活动的前期准备

1、邀约学生家长：

a、各位咨询师邀约自己的学生和家长，并确定能和他一起来的学生和家长。然后统计参加人数。

b、邀约国庆答应上门或者以前已联系或邀约过的家长

2、场地布置：用气球制作成的彩带围出我们的活动场地，场地内可以铺上红地毯，或者比较醒目的东西，场地周围摆上我们的展架，拉上横幅等。

3、道具和礼品：气球、彩带、话筒、音响、礼品、抽奖箱、优惠劵、展架、横幅。

（二）活动人员安排

全体教职工（除值班人员和上课老师）

现场总负责：唐倩雯、韩英

其他人员安排:主持人：

道具负责人：

安全负责人：

秩序维护人：

抽奖环节负责人：

机动人员：

1、开场对戴氏教育培训学校作个详细的讲解，并介绍此次活动目的欢迎我们到场的学生和家长。

2、游戏环节

a、运气球接力

游戏规则：每五组家庭为一个单位，家长和孩子夹着气球从起点到终点再原路返回，看哪个家庭在规定的时间内运的气球最多。要求气球在途中不能掉，不能破，不能直接用手拿，否则不上算。

b、找妈妈

游戏规则：孩子蒙上眼睛，原地转三圈，然后摸摸妈妈们的手，找出自己的妈妈。五个家庭一组，每个孩子限时一分钟，在每个孩子都辨别后，逐一公布答案。（妈妈放在一组，爸爸放在一组，要求手上没有任何装饰品）

c、你比我猜

游戏规则：主持人准备一些常见的词语，每组五个家庭，由孩子比，妈妈猜。可以用言语表述但是不能提到该词语，否则算犯规。

d、插入环节——真情表白

父母说出孩子为自己做过的最感人的事情，孩子向妈妈说自己最想说的话，并描述自己梦想的生活景象。

e、两人三足

游戏规则：一家长与一孩子将相邻的两条腿用绳子绑在一起，听到口令后，两人一齐向前跑，看谁先跑到终点为胜。

f、写数吧

和短的家庭获胜。

(另附：所有到场的孩子都可以填写自己信息参与抽奖活动，分为

一、二、三等奖和幸运奖，来场的孩子最少都可以是幸运奖。幸运奖则是100元的学费代金券，报名即送)奖品则要到校区领取。

**班级户外活动策划方案篇八**

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

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

1. 各位队员按顺序蹲着围成一个小圈圈

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

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。

**班级户外活动策划方案篇九**

以“攀登、健身、休闲”为主题，开创大学生群体健身的良好氛围，进一步提高自身的身体素质。

【山楂树之恋】，寻找最美的山楂树。纯洁的初恋、爱情，在美丽的山楂树下，得到了体现和升华。所以，我要找寻最美的山楂树。

万仙山风景区拥有中原最大的天然野生山楂林，站在山顶向下看，漫山遍野的山楂树，一眼望不到边。

万仙山景区位于河南省新乡市辉县境内，是南太行风光最壮美的一段。国家aaaa级旅游景区、国家地质公园、国家森-林公园，是国内著名的休闲旅游胜地、避暑基地、影视基地、写生基地和拓展培训基地。境内红崖绝壁，奇峡幽谷，飞瀑流泉，潭瀑相连，既有北方大山的雄壮苍茫，又有江南水乡的妙曼秀雅。“中华影视村”郭亮，清幽山乡南坪，“绝壁长廊”郭亮洞，峡谷秀水丹分沟，喊泉、天池等各类景点200多处，共同组合成南太行一幅壮美的风景长卷。让我们心旷神怡。

一、登山比赛二、游览万仙山

(一)报名范围河南理工大学南北校区学生

(二)组别男生组

女生组

(三)参赛人数北校区：200人

南校区：300人

特等奖1名奖励价值3000的笔记本电脑一台(抽奖)

一等奖2名奖励价值600元的mp5一个

二等奖4名奖励价值200元的自行车一辆

三等奖10名奖励价值50元的话费充值卡一张

参与奖每人奖励软皮笔记本一个

(1)、请各队员穿着轻便服装与鞋子。

(2)、在登山比赛的过程中要注意安全，避免拥挤，避免与其他游人碰撞。

(3)、禁止攀爬危险地段。

(4)、各队须自带一些必备的医护用品。

(5)、各小组应组织好各自队员进行登山前的预热活动，并负责途中的安全监督。

(1)参赛各组佩带好本组标志，在规定时间到达指定地点。

(2)指派裁判员先到达顶峰，安排好裁判工作。

(3)举行登山比赛开幕仪式：由主持介绍峰顶位置、登山路线、比赛方法、记分方法，提出活动要求和组织纪律要求，然后授组旗，宣布登山比赛开始，鸣枪。

(4)进行登山比赛。各组队员到达峰顶时，按名次顺序发放名次牌。

(5)山顶留影纪念，组织游艺活动，统计比赛名次。

(6)宣布团体名次，然后缓慢下山。

报名地址：河南理工大学旅游协会办公室、安培楼三楼理达假日旅行社

咨询电话：3981956

报名费用：65元(含景区门票、来回车费、人身保险)

报名须知：报名须携带本人学生证、身份证

**班级户外活动策划方案篇十**

通过本次活动，希望我们班集体能够在毕业来临之际，拥有活跃的班级气氛，留下美好的记忆;更希望活动可以促进同学间的交流，增强班级凝聚力，让我们在融洽轻松愉快的环境中有更好的心情去面对即将面对的社会上的各种事物，通过我们精心策划的游戏，了解我们这些初出茅庐者面对社会应该注意的社会规则。祝愿活动圆满成功!

二、活动时间

20\_\_年x月x日(星期x)

三、活动地点

\_\_花园

四、主办方

\_\_培训班

五、主持人

\_\_

六、经费预算

\_\_元每人(采用多退少补的原则)

七、当天活动安排

2)在前往景点的途中，团支书提醒同学们游玩时应该注意的事项;

4)到达目的地，以组为单位进行自助烧烤;

5)烧烤完由\_\_来组织同学进行集体游戏活动

6)晚上9点半统一在景区门口集合，由团支书清点人数，人员到齐后统一返校。

八、注意事项

3)自助烧烤时注意安全、卫生。不暴饮暴食，注意饮食卫生;

6)为了确保本次秋游活动安全进行，须有两名\_\_随班同行，协助班委开展工作;

7)关于本次活动的未尽事宜，班委将另行通知。

九、应急及安全措施

1)如活动当天出现恶劣天气，不能如期正常出行，则活动延期;(视具体情况而定)

2)如果出发前出现有同学因身体不适或因事不能参加，对该同学进行合理安排，让其留校休息或由本人自行决定。(本次活动采取自愿参加原则)

十、后续事宜

1)、由宣传委员将活动照片和影像整理后放到群共享上，供班级成员拷贝留念;

2)、班委开会总结讨论总结此次活动的经验教训，提高本班组织能力，团结力，实践能力。

十一、各位班委的具体工作

团支书——(活动策划的总负责人)

组织委员——(协助活动的策划)

学习委员——(负责活动进行时的具体工作)

副班长——(负责活动进行时的具体工作)

生活委员——(主要负责活动材料的购买及活动费用的收集)

班长——(协助生活委员购买材料)

体育委员——(协助生活委员购买材料)

纪检委员——(协助生活委员购买材料)

宣传委员——(负责活动时的拍照工作)

以上是主要的分工，具体情况具体分析，要根据当天的变化情况而灵活变化具体工作，希望各班委认真配合!

本次活动望各班委积极配合，同学积极参与。愿此次活动成为我们培训生活的美好回忆!

**班级户外活动策划方案篇十一**

“沟通联系你我，亲情感动大家”

1、通过拓展培训，在团队内部营造亲情化的团队氛围，增进团队内以及各团队之间成员的信任感、责任感，从而改善和增进团队内各成员的人际关系。

2、在活动过程中，激发各团队成员的进取精神，培养成员的领导意识与管理才能，为在将来的工作成为一名主动而积极的团学联干部打下基础。

3、依靠各种拓展项目，加强团队内部、团队间的沟通与协作能力，锻炼团队面对机遇与挑战时的反应与应对方式。

华北师范大学武汉传媒学院动画学院团学联

动画学院团学联组织部、生活部

动画学院团学联所有成员

20xx年6月中旬

郊外

一、前期工作

1、确定总指挥、策划、裁判组人员、流动监督组人员及工作人员

3、参加拓展培训的人员以抽签的形式进行分组，并确定队长、副队长

4、组织部负责准备本次拓展培训的项目以及活动的必需物品

二、活动期间

(1)全体参与人员到操场集合，进行动员大会并开展安全教育，总指挥发表讲话，队长代表、队员代表进行宣誓。

(2)队伍整理后进行第一项活动：

个性介绍

活动目的：活跃气氛，打破僵局，加速队员之间的了解

活动说明：队伍在场地上围成一圈，队长在场中示范介绍自己。

介绍后，一面以自己独特的、吸引人的动作行进至圆圈中的一名队员处(行进中，一面说出自己的嗜好，如我喜欢……)。并把双手搭在此队员的肩上或拍拍队员的双手均可。队长站在此队员的位置，队员模仿队长的动作并重复队长的简介(他是谁……他喜欢……)行进至中心点。

换此队员介绍自己，然后再以自己独特的动作前进至圆圈寻找另一名队员。一次类推，一个接一个，直到全体介绍完毕。

注意事项：动作自创，任何动作或配合动物叫声均可，但不要尖叫，以免扰乱秩序

在个性介绍结束后，按分组分别进行以下项目

将男生分为五毛，女生为一块。

活动说明：在游戏中男生是五毛，女生是一块。游戏开始前，大家全站在一起，裁判站在边上，裁判宣布游戏开始，并喊出一个钱数(比如3块5、6块或者8块5这样的)，裁判一旦喊出钱数，游戏中的\'人就要在最短的时间内组成那个数得小团队。

注意事项：反映要快，动作也要快。

1、背夹球

活动目的：活跃气氛，锻炼团队的协作能力，并使队伍内成员更加熟悉

活动说明：每组2人，背夹一圆球，步调一致向前走，绕过转折点回到起点，向前走时双手不能碰球，球掉后从起点重新出发最先完成着胜出。

注意事项：进行接力时，必须在规定区域完成接力活动。

2、动力火车

活动目的：检验队伍在前两项活动中是否已经建立了一定的信任感与协作能力，并通过此项目提升团队的协作能力与团队内成员的思考能力。

**班级户外活动策划方案篇十二**

活动目标:

1、尝试用不同方法玩飞盘，发展走，跑、跳，往上抛等动作。

2、体验玩飞盘的乐趣。

活动准备：用酸奶瓶制作的小飞盘若干(每个幼儿两块)

活动过程：

一、开始部分

1、幼儿拿着飞盘边听音乐边玩着飞盘进场。

2、热身运动：快乐的小飞盘

(1)、教师引导：今天我们来和飞盘玩游戏，这些小飞盘可神奇了，它会会和小朋友玩游戏的，飞盘说：“今天我来考考小朋友，看看谁玩的方法多，现在你们可以和我(飞盘)玩游戏了。你们可以自己玩，也可以和你的好朋友一起玩。

(2)、幼儿自由探索玩飞盘，教师观察引导。可能会出现的玩法，向上抛接，挥手臂，两人对接，投远，幼儿合作把飞盘平放于地面，双脚跳，连续跳，绕着走等。

三、交流分享

请多名幼儿演示不同的玩法，边说边做。全体幼儿观看评议。

四、神奇的小飞盘与颜色做朋友

1、教师引导，小朋友可聪明了，你们玩出这么多的玩法，咦，你们看，你们手上的飞盘都有很多种好看的颜色，下面我们一起和飞盘上的颜色做游戏，看看那些小朋友的小飞盘最神奇。

2、教师组织幼儿做游戏：

找颜色：幼儿把飞盘放在场地上，教师出示蓝色，幼儿跑到蓝色的飞盘边站好，没找到的幼儿停止游戏一次、(游戏反复更换颜色进行)。

找朋友：幼儿看教师出示飞盘颜色，快速跑去找相应的颜色飞盘，然后，自己商量合作游戏。

五、活动结束

1、教师引导：小朋友玩得可开心了，飞盘也累了，我们把飞盘送回家吧!

2、带领幼儿拿着飞盘轻松愉快地放回去，然后放松绕场走一圈，返回活动室。

**班级户外活动策划方案篇十三**

时间:20xx年x月x日

地点：开封市博物馆

活动目的、意义和目标：

以更加生动多样的形式开展党支部活动来增强软件学院党支部成员间的思想交流，同时也使大家能更加了解那段峥嵘岁月并从中受到一定的教育，并在以后的日子里更加以一名党员的标准严格要求自己并积极的影响他人。

活动开展：

(1)活动之前：

a提前通过天气预报选定一个天气适宜的周末开展此次活动。阴雨天气出行不便，不仅影响参观效果，也不安全。

b提前通知参与人员活动时间地点，并宣布活动期间注意事项，活动本着党支部成员自愿参与原则，有特殊原因及不愿参与活动的同学请提前告知各年级负责人。

c人员确定后，相关人员经过统计列出名单交到活动负责人，活动负责人根据人数划分活动小组，并任命一名小组长，小组长负责小组成员之间的统筹联系、清点人数，避免走失走散。(小组划分尽量以同年级且相互熟悉为划分依据，便于管理。)d与博物馆方面提前取得联系，并提前制定好游览路线以及安排导游。

(2)活动当天：

a相约在博物馆集合

b到达目的地后跟随导游有序参观。

c参观结束之后，结伴离开。

d活动记录人员带好相机，记录活动过程。

活动中应注意的细节：

1、据了解，该展览馆是对学生免费开放的，开放时间：周一至周日9：00~16：30周一闭馆，但一定要提前与该展览馆取得联系，并且咨询去过该展览馆的人相关注意事项。参加活动的学生应带好学生证。

2、活动之前的安全教育工作做到位，集体活动，不准游览结束后不返校单独行动。

3、活动负责人把握好活动时间，如果有必要在外就餐一定要提前联系好。

4、做到一切行动听指挥。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn