# 2024年户外亲子活动方案 户外活动方案(模板15篇)

来源：网络 作者：雨声轻语 更新时间：2025-01-01

*方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。户外亲子活动方案篇一20xx年12月5日（具体时间暂定为：...*

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

**户外亲子活动方案篇一**

20xx年12月5日（具体时间暂定为：15：00——晚上）

龙凤生态园

志愿者、青年、团员、热心人士

在第xx个国际志愿者日到来之际，团县委及青年志愿者协会决定12.5当天开展户外烧烤活动，同时加强青年朋友们之间的交流与学习，增进理解与沟通，努力培育协作向上的团队精神，户外烧烤活动方案。

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）

团县委

1、每个人交50元报名费（用于烧烤及购买食物），晚饭及晚上唱k的费用由团县委负责。

2、参加活动的人员请留下手机号码及单位名称

3、活动参加者请遵守相关纪律，严禁个别人脱离组织。

1、 下午3点到五点半烧烤和开展互动游戏

2、 下午六点吃晚饭

3、 晚上唱k

1. 踩点（确认烧烤场地）

2. 人员确认： 活动人员：青年人

3. 物品采购

4. 食品采购

5. 车辆准备 （统一出发）

6. 节目准备 （每人准备一个节目，烤完玩游戏，总结）

集合地点：

出发，选出每组组长，规划方案《户外烧烤活动方案》。五组

到达，休整。每组负责搭灶 捡柴篝火 准备烧烤。

费用预算如下:

按实际费用平摊。在出发时支付。确保每人不超过40元

发生的费用如下：

车费：(待确认)

食品饮料费用：约26.5元/人 （调料饮料）

烧烤器具：约5元/人

燃料（木炭）：3元/人

餐具等：0.5元

其它：待商议。

财务管理负责人：

物品采购负责人：(三人以上负责)

铁网 每组一张

不锈钢叉 以参加人数定 （质量都不好 适中的多买点）

小刀每组一把

软刷子 （油，酱油，盐，辣椒粉，蜜糖等） 每组三把

垃圾袋 n个

盒装餐纸（抽取式） 每组三盒

餐具

竹签 n把

一次性手套 杯子 盘子 视参加人数定 废报纸

烧烤炭（每次二箱） 点火用：固体酒精或炭精

洗洁精2瓶

食品采购: (三人以上负责)

食物(允许并鼓励自带食物，饮用酒水，食量大的请带些干粮，嘎嘎不想让大家分享的请事先藏好,)

食品增加可视人员而定 不得浪费

**户外亲子活动方案篇二**

为了让学生走出课堂，走进社会，丰富学生的课余生活，拓展学生的知识面，进一步感受大自然之美，感受和了解家乡的变化和深厚的历史文化。培养学生热爱家乡热爱祖国热爱大自然的情感。我们班应家长建议，经学校批准，特在这春暖花开的季节开展一次春游活动，具体活动安排如下：

1集合：地点在xxx大酒店路北公园入口处

2参观：文化墙方鼎华表四季河等

3趣味游戏

4谈心歇息

5结束：17：00在公园入口集合的地点接孩子。

(一)安全教育：

1排队行走安全：一切行动听从老师和交警的指挥，紧跟队伍，不掉队，在队伍中行走不喧哗，不拥挤。

2游玩安全：1)不去河边玩耍，不攀爬不做凶险游戏;2)在老师视线范围内活动，不得随意离开，有事离队要向老师请假并结伴而行。

3回家安全：学生要等待来接的家长，不得自行回家;

(二)文明教育：

1在来回路途中要注重交通文明，不乱穿马路，走人行道和斑马线。

2在游玩过程中要注重卫生文明：不乱丢废弃物，扔在自己带的塑料袋里，离开歇息地，要搞好卫生。

3在游玩过程中要注重行为文明：不追跑打闹不损坏公共财物，爱护花草树木，在参观过程中做到文明安全。

4到指定地点后遵守规则，有秩序地参观玩耍。

注：本次活动本着自觉自愿的原则，家长也可陪同参加。学生穿校服戴红领巾。

**户外亲子活动方案篇三**

户外活动不仅仅帮助孩子增加体能，还可以提高孩子的智力、创造力以及言语发展，对于增加孩子的社交性和人格塑造都大有裨益。

百米定向主要锻炼参加者在奔跑下的短时间内读图并作出正确判断。是对参加者智力、体力、心理素质的综合考察和锻炼。

此次z户外百米定向活动以参加者为中心，通过充分利用场地器材的变化，把想象思维训练有机地渗透在教学活动中，使学生既体验了运动的乐趣，又学习了团队协作与沟通能力，通过快乐运动学会思考。

1、时间：5月5日上午8:40

2、集合地点：仁和小学操场

主要负责人：z爸爸、z妈妈

大学生志愿者。

活动项目 任务 组织者 参与者 其他

1 集合 家委会主任 家长及学生

2 开营仪式 z探索教育中心教官 家长及学生

3 分组、破冰游戏 z探索教育中心教官 家长及学生

4 百米定向规则与注意事项讲解 z探索教育中心教官 学生

5 第一轮比赛的回顾与总结 z探索教育中心教官 学生

6 第二轮比赛 z探索教育中心教官、大学生志愿者 学生

7 大回顾与总结 z探索教育中心教官 学生

8 闭营仪式 z探索教育中心教官 家长及学生

后勤：家委会人员

摄影：家委会人员

1、参加者从起点出发，计时员开始计时，根据地图标注依次找到10个点标，并在任务栏上盖上相应点的印章。

2、10个点标按顺序完成后，参加者快速返回终点。

3、终点裁判吹哨示意比赛，计时员终止计时并记录时间。

1、10个活动点标

2、指南针两人一个，鼓励家长携带。

3、百米定向地图30张（附任务表格）。

4、彩旗40米、标志桶17个、分组背心60个、软式飞碟12个，接接淘淘6个。

5、关卡印章10个

6、终点线、起点线

7、口哨4个、秒表4个

八、注意事项：

1、孩子们前一天早睡，做好体力准备。

2、吃好吃饱早饭，给孩子带食物、水。

3、参加者要穿适合运动的衣服。

4、相关负责人要认真负责，确保全体同学的安全。

**户外亲子活动方案篇四**

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。

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：拟定\*\*年 11月\*\*日-\*\*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。

**户外亲子活动方案篇五**

每人50元 （多退少补）包括：场地费+门票费+午餐费+培训费

目的：

1、增强班级向心力和凝聚力；

2、增进一班和五班同学的了解；

3、考过英语四六级，期末还有一段时间，给大家一个放松的机会；

早上八点半在学校门口集合，乘坐d1线新庄下车，步行300米到达情侣园（路途已经探过，至少保证每个班级有三个小队长带路），户外拓展活动方案。

九点半正式开始拓展训练：

活动意义：促进队员创新、沟通和了解，在活跃的气氛中发现队员的可爱之处。队长的组织协调，队员的协作，为荣誉而战。

内容：每个队员站在一定高度的台子上身体笔直地向后倒下作“背摔”，此小组其他成员及其它组的同伴在台下接住。

目的： 1、了解有效的沟通的环节和步骤。

2、信任，是精诚合作的基石。如果团队之间缺少了信任，那么不仅这个大家庭不会和睦，而且也直接影响到了整体的战斗力。

4、\"信任背摔\"经过心理专家的反复论证，形式虽然简单，但让人与人之间的信任迅速升值。

内容：您和您的队员需要穿越的是一张与地面垂直的“电网”（绳网），网上的一个洞就是一条生路，规划方案《户外拓展活动方案》。通过的身体的任何部分，包括衣服，都不许碰到其边缘，碰到即为“触电”。“牺牲”的同志可以继续前进，但每条生路却只能使用一次。

目的：1、培养团队合作精神增进沟通。

2、体现协同工作在解决问题的作用。

3、把队员团结在一起学会克服看似难以解决的问题。

寓意：没有完美的个人，只有完美的团队！

中午

下午

内容：比赛以游戏的方式进行，主要考察参赛选手的团队合作能力。游戏由“不倒森林”、“扭转乾坤”、“一圈到底”、“移动golf”、“激情报数”等五个部分组成，游戏合作性很强，需要选手融入团体，展现团体的智慧。

内容：在规定的时间内，团队的所有人不得借助任何器具，只凭借相互间的合作，从地面攀上离地高达4米的墙顶上。如果有一个人没有攀上或超过了规定的时间，那么所有的人将不能毕业，也就是说有一个上不去则全体失败。

目的：1、激励和强化顽强的的斗志和互助取胜团结必胜的信念。

2、这是整个拓展活动的精彩活动。也是考验大家一天培训成果的时候！

你们敢接受这个挑战吗？加油吧，精英们！

活动备注：活动结束，考虑到大家培训了一天，比较累，用班费支出用于包车费用。

1. 拓展期间要分好责任，小队长督促队员遵守活动的要求，不能单独行动。

2. 据充分了解，冬天天气对拓展训练影响不大，若因为天气突变，活动择日举行。

3. 这次请的是专业的拓展老师，拓展经验丰富，安全意识强。

4. 这次活动，是为了增强班级凝聚力专门组织的，既要尊重同学意愿，又要积极争取。

**户外亲子活动方案篇六**

兔子是老鹰喜欢吃的.小动物，小兔子蹦蹦跳跳也是小朋友喜欢模仿的，鹰抓兔游戏主要是锻炼幼儿的双脚跳的能力，同时在游戏中幼儿一边做游戏，一边唱歌，幼儿获得了快乐和满足，也增进幼儿体质和反应能力。

1、培养幼儿合作意识和配合能力，学会去保护自己，

2、增强了幼儿的自我保护能力和增强了幼儿的集体荣誉感。

老鹰头饰两个，兔妈妈头饰两个，兔乖乖头饰若干。

幼儿一起唱儿歌，边做动作便表演。

小白兔，白又白，两只耳朵竖起来，爱吃萝卜和青菜，蹦蹦跳跳真可爱

上次我们做了老鹰捉小鸡的游戏，小朋友们做的很好，但我们知道，老鹰还喜欢吃小白兔，今天我们就一起做鹰抓图的游戏好不好？(幼儿回答，好) ，老师问，你们谁想当大老鹰啊？你们谁想去保护兔乖乖啊？(幼儿举手回答)幼儿积极的踊跃的想参加到游戏中去。

教师说明游戏的规则，并和部分幼儿模拟鹰抓兔的游戏过程，其他幼儿认真看。

让一名幼儿带上鹰的头饰，站到指定地点，其余幼儿分成两组，站在自己的家里，有两个小朋友扮演兔妈妈，其他都是兔乖乖，游戏开始，兔妈妈带着兔乖乖在草地上玩耍，突然老鹰出现了，兔妈妈赶紧的招呼，“鹰来了，宝宝们赶紧回家！”兔乖乖们赶紧在妈妈的保护下，躲进家里，此时如果被抓住了或找错家的小兔都要表演节目。

将全班幼儿分成两个小组，选好了谁当老鹰，谁当兔妈妈，其他的小朋友都带上了兔乖乖的头饰。

哨声一响，游戏就开始了。在音乐的配合下，鹰和兔乖乖们都忙活起来，鹰很凶猛的扑过来，兔妈妈们也勇敢的和鹰周旋，全体幼儿一起唱着儿歌：(小白兔，白又白，两只耳朵竖起来，爱吃萝卜和青菜，蹦蹦跳跳真可爱)

游戏过程中，幼儿很快就进入了角色，通过游戏的体验幼儿学会了如何去躲避，去保护自己，同时也更进一步锻炼了幼儿的表演能力和机体运动的和谐，幼儿们都在游戏中获取了快乐和满足。

**户外亲子活动方案篇七**

1．报名的同学要靠谱

2．由于事先要租车，请不能确定去的就别报了。因为我们不好向你追讨租车费用，请不要让其他参与人员不愉快，谢谢合作！

3．报名时大家最好找朋友一起参加,组成临时拍档,否则抽签组合,整个行程由男生照顾女生，此次活动保证男女比例,以性别少的一方人数为准,请大家抓紧时间报名!

4．每个参加的朋友，请仔细查找和阅读我们要去的地方的相关历史资料。既然大家都是行走之人，那么我们就要为自己的行走和目的地找到出处。我们在车上和景点中互相介绍和补充，这样我们的花消就真的值了，也真的有意思了。我绝对不欢迎“坐享其成”和“自以为是”之人。

【安排】

〖06:00-8:00集合抵达〗

乘27座金龙空调车直达妙峰山，路上需时约两个半小时左右.上车后签免责声明…大家可以先吃东西，然后每人做自我介绍，如：呢称?年龄?哪里人?来京几年了?做什么工作?......之后大家可以一展歌喉或猜谜、惩罚游戏及我们要去景点的互相介绍和补充。。

整队上山,行程约两小时后停顿修整,大家自由组合或抽签成对,彼此两天的照顾,不要掉队,团结友爱!结成对子后，再分成小组，每组有领队，离队一定要请示分队队长，中午在山上集体就餐(食物自备)，餐后开始集体游戏,时间约两个小时。

〖14:00~18:00返回〗

休整结束开始下山，集合返程。

【装备要求】

1．登山鞋，或者越野鞋，或者至少是防滑的旅游鞋。

2．速干衣裤，护膝（如果有，就带上）。

3．2升饮用水/每人（视自己情况而定，但还是请为行程准备好自己的饮用水，这时户外行走的规矩，所以上车前我会检查）。可带巧克力、牛肉、体饮等高热量、易吸收食用方便的食品和水果。

4．请您根据自身情况自备常用药品（如感冒药、晕车药，胃药、止痛剂、创可贴、三角带、护膝等等）。

5．有对讲机、手台、gps的带上。

6．备用手机电池。山野信号不好，随时可以使你的手机电能迅速消耗。

7．如哪位会员有在地上铺的垫子,请带上。

8．垃圾袋。户外活动请一定带走自己的垃圾，尽可能的带走别人的垃圾。

【免责声明】 (此次活动每人必须详读免责声明)

公开帐目外，不对任何由户外运动本身具有的风险以及往返路途中发生的危险所产生的后果负责。

参加者应满20周岁，具有完全民事行为能力人。如在活动中发生人身损害后果，赔偿责任领队组不承担，由受损害人依据法律规定和本声明依法解决。代他人报名者，被代报名参加者如遭受人身损害，赔偿责任领队组不承担。本声明中关于免除领队组责任及赔偿责任之约定效力，同样及于总领队、财务官。

【注意事项】

1．本次活动要上下各一悬崖，请参加者量力而行。

2．早餐时进尽量多吃高热量的食品。

3．尽量不携带金属、塑料等不易降解包装的食品，活动产生的垃圾一律带离，不允许破坏自然环境。保护野生动物，保护环境，只带走照片，只留下脚印.4．因为没有消防道，山里落叶很厚,请不要有明火，吸烟的同学可以与大家过一个无烟日!

5．村民比较善良，问路要礼貌。遇见山民打柴负重下山，尽量避让。

6．因为天气情况或者其它不可控因素，发起人有权对活动内容和日程进行调整，并发布公告。

7．本活动属个人自愿参加的活动，目的在于放松心情，缓解工作压力，结识更多的新朋友，在活动中发扬互助、互爱精神。

8．严禁散布反动言论，严禁诽谤攻击他人，严禁泄露他人隐私

妙峰山自然风景区简介：

妙峰山自然风景区位于京西门头沟区涧沟村北，距北京城区55公里,面积20平方公里。有木本植物600余种，是天然的植物园。景区以“古刹、奇松、怪石”而闻名。妙峰山属太行山脉，火成岩结构，主峰海拔1291米，山势峭拔，花草清丽。妙峰山有日出、晚霞、雾淞、山市等时令景观、有戴“华北一绝”桂冠的千亩玫瑰花、有华北地区规模最大的传统朝圣庙会、是北京周边最具文化底蕴的风景名胜区之一。

妙峰山玫瑰已有多年历史，这里的气候、土壤条件极适合玫瑰生长。每年盛夏六月，漫山遍野，玫瑰盛开，香气扑鼻，景色迷人。怒放的玫瑰花，把山谷装扮得一片紫红。妙峰山的玫瑰花期长，花朵大，香味浓，出油率高，被誉为“华北一绝”。

吸引众多游客到此观光，还不仅是妙峰山美丽迷人的风光，还有那令人神往的名胜古迹在海拔1000米的峰顶，有一座远近闻名的娘娘庙。始建于明末，清康熙二十八年（1689年）以后，香火逐渐兴旺。乾隆二十六年（1761年）重建，改称灵感宫。娘娘庙坐北朝南，山门殿三楹，内供四大天王像。正殿三楹，内悬慈穆太后亲书匾额三块，龛台上列坐五元君像。数米高的碧霞元君塑像，是天仙圣母娘娘的化身。自清朝延续到民国，三百多年间，每逢农历四月初一至十五是这里的开庙日，届时，佛号钟声，晨昏不断；烛光香火，日夜不绝。北京、天津、吉林，乃至湖、广、闽、川、贵的香客纷至沓来，进香的队伍绵延十余里。来此烧香许愿、还愿者有数十万之众。“香火之盛，实可甲于天下矣！”直到抗日战争爆发才骤然冷落。近年这里的香火重新点燃，文化庙会、花会、茶会均在此举行。景区还有不少古代建筑，如：长廊、灵官殿、连心亭、半山亭、玫瑰亭、童子亭。自然景观有：猿人石、久吻石、一线天、飞来石、舍身崖等。千年的古松遍布景区，十月的红叶鲜艳夺目。

妙峰山峰底天阔，空气清新，灌木群英，生机盎然。有大量木本植物和优质药材，各类奇花异卉四季常开，山桃花、野丁香、野茉莉、杜鹃花、麦杆菊、千亩玫瑰花、千亩梨花此开彼落，形成了“四面有山皆如画，一年无日不看花”的特有景致。

妙峰山浓聚各名山之奇景，汇聚人间福地之精华，境内古寺、名胜众多，著名的有辽代皇家名刹仰山栖隐寺、大云寺、宛平八景之一，名“灵岩探胜”的滴水岩、末代皇帝溥仪的英文老师庄士敦的别墅等庞贝遗址，可谓“山为佛生景，佛为山增色”，二者相得益彰。

妙峰山奇松傲站峭壁，皆以形赋意，令人称绝，有迎客松、携手松、胜利松、凤凰松展翅松......；怪石灵幻奇巧，与奇松巧妙结合，猿人石、状元石、茶壶山，惟妙惟肖，若静若动，幻海沉浮，令人浮想联翩；登顶远眺，犹如置身天庭，无限风光尽收眼底。身临名山古刹，您时时能感受到鬼斧神工的宗教建筑艺术与广袤深邃的大自然相和谐的无穷意境！

**户外亲子活动方案篇八**

增强团队的凝聚力，让学员了解一个群体内各个成员的角色和责任，增强团队成员的责任感和荣誉感：

启发想象力与创造性,提高解决问题的能力；

树立相互支持配合的团队精神和整体意识，增强团队的凝聚力；

认识自身潜能,增强自信心, 克服心理惰性，磨练战胜困难的毅力增进了解与沟通；

提高创新意识；

通过团队游戏培养良好的心理素质、提高相互间的配合与沟通、打破人与人之间的隔膜、熔炼团队、建立友谊、挖掘潜力、释放激情。

09：00 抵达基地

09: 30 精神整装，闯拓展培训第一关

形式：15—20人组成一队，自我介绍

选队长：主要领导者

起队名：队伍的名字、队伍的文化和理念

编队训：放下压力、敞开心扉

设计队徽：本队的标志、前景与展望

设计队旗：旗帜飘扬，代表着整支队伍，代表着“1”代表着我们不败的信念

编队歌：表现创造力、展示活力、焕发激情[破冰训练]

目标：

用特殊的形式相互了解，团队成员“融冰”

形成热烈的团队氛围，为接下来一天的培训做好心理准备

了解学员状态，使学员初步熟悉培训形式

10：30 户外场地培训，有效沟通与协作

项目介绍：

将每队学员分为三组，安置在不同的岛屿上（珍珠岛、聋哑岛、盲人岛），在规定时间内完成各项任务，其中一项任务贯穿三个岛屿。

12：00 午餐

13：30 场地挑战类项目

现代团队越来越重视团队与成员之间的情感交流和对个人归属感的培养，而拓展则是实现这一目标非常重要的一环！

加深个人对团队的感情;

增进队员之间的沟通和交流;

增强队员之间的团队协作意识;

创造企业内积极向上的工作氛围,提升队员士气!

a 能量传输

规则：利用所给工具在制定人数后将“能量”传送到终点在“能量”向前运动过程中，禁止回流 触手和掉落 停止。如出现犯规将退回起点从新开始。

目的：提高整体协调能力，体现领导意识。

b 巧接彩球

c 不倒森林

目的：整体的协调能力 信任的重要性

d 激情鼓掌

规则：挑战no1的最后一项 所有人围成一圈以鼓掌形式进行每队将总结4字代表自己团队的口号在教练所述规则完成在整个过程中需口径一致如有先后便从头在来最短时间完成者为获胜。

目的： 领导力 团队合作力 思维方式互换

16：30 总结与评估

介绍：每个队派代表展示一天培训的收获培训师对一天的活动总结颁发证书培训评估

目标：经验分享，理论总结树立“大团队”观念，团队气氛再一次达到高潮评估培训效果

17：00 返程

1 所需设备和资料：由基地负责提供，需要特别通知个人携带的物品另行转告；

2 在计划实施前将本次活动预先告诉参加的员工，以尽早做好准备；

4 参加者身体健康，有一定体力保证；有心脏病、高血压史者不参加高空项目；

6 培训期间，任何人不得饮酒；

7 培训课程可根据时间、天气、安全等因素做出相应的调整；

8 参训者需妥善使用和保管各种培训器材，如有故意损坏，必须按价赔偿；

9 注意环保，不乱扔垃圾，不破坏植被，不随意浪费食品，共同保护基地及周围环境的清洁，自己的垃圾自己带走；基地内严禁吸烟；饮用水采取空瓶换新瓶方式。

**户外亲子活动方案篇九**

1、保育员组织幼儿入厕、洗手、饮水。

2、主班教师检查户外活动场地及运动器械是否安全，负责将锻炼和活动教具放到活动场地。

3、主班教师和保育员一起清点幼儿人数，检查幼儿衣服、鞋子。

4、主班教师向幼儿提出户外活动要求。

1、保育员照顾个别幼儿。

2、主班教师安排各种运动项目，锻炼的内容要丰富、有趣味性，让每个孩子都锻炼到，

3、随时提醒幼儿注意安全，同时要求每天的锻炼内容要有所不同。

4、根据年龄特点指导幼儿进行活动。

1、及时清点幼儿人数。

2、活动后注意提醒幼儿洗手、喝水、如厕。 3、及时总结活动中遇到的问题，表扬表现好的幼儿。

**户外亲子活动方案篇十**

为了营造一个文明，健康，向上的校园文化氛围。促进人文学院团委学生会的交流与合作，增强干部同学体质，活跃和丰富学生的文化娱乐生活，从而更好的推进大学生素质拓展计划的实施。

促进部委交流 丰富校园文化 增强学生体质

人文学院全体团委学生会成员

(一)篮球。每队队员12名(含主力与替补)，分上下两个半场，每半场2分钟。

(二)排球。每队队员1名(含主力与替补)，采用三局两胜制，每局局分15分。

(三)七人制足球。每队队员12名(含主力与替补)，场地为标准足球场的一半，规则与十一人制足球相同。分上下两个半场，每半场3分钟。

(四)拔河。每队队员18名(12男6女)，采用三局两胜制，先拔过身后线两米为胜。

(五)跳大绳。每队队员2名(12女8男，含摇绳者)，18人轮流穿过摇动中的绳子，5分钟内穿过人数多者胜。

(一)横幅2\*3=6 手制海报5\*5=25 综合展板2\*2=4

(二)运动员用水5\*2=1

(三)运动员奖品2

(四)非固定资金2

合计625元

**户外亲子活动方案篇十一**

秋高气爽校园集体活动已经成为大学生们丰富多彩的生活的一部分，同学们可以通过到外面集体活动去领略外面的风景和适应外面的生活，更家增进同学的.友谊和集体荣誉感。

丰富我们的大学生活

xx年xx月xx日 星期x

活动地点：

一师范农家乐

院团委策划部

院团委全体成员

全体成员共分成x个小组，各小组在校门口集合，乘校车至目的地

2、宣传工作：

(1)由各个部长及书记相应配合，协助工作开展，做好宣传组织工作;

(2)由本宣传部在院里张贴海报宣传;

(3)活动中主要由组织部对活动过程进行拍照记录;

3、准备工作：(1)做好踩点工作，针对学校较近的地区进行踩点，选出最佳地点;

(2)召开团委讨论会;

(3)做好活动各项工作分配，如：拍照负责人、踩点人员、采购人员、活动记录人员等;

(4)购买活动相关所需物品;

(2)召开团委会，做好本次活动总结;

(3)结算此次活动经费，并在团委公布;

(4)信息委员把活动照片传到群空间相册中，让大家回味。

1、召开团委会，商定外出活动事宜;

2、明确分工，确定各成员的工作及责任;

3、团委分组以系部为单位，具体名单如下：

策划部：蔡世明

组织部：

督察部：

礼仪部：

宣传部：

办公室：

书记处：

4、组织大家集合，清点好人数，乘车至目的地;

5、准备会餐食物，拍照留影;

6、会餐结束后，组织清理活动场所;

6、清理完后，组织同学观赏樱花，拍照留念;

7、组织同学们安全返校。

具体如下：

1、集合时间：

2、出发时间：

3、到达时间：

4、现场活动时间：

6、返校时间：

7、到校时间：

**户外亲子活动方案篇十二**

活动目标：

1、培养幼儿积极的参与意识和在集体中的配合能力。

2、增强了幼儿敢于战胜自己自信心和勇气。

3、培养初步的规则意识。

活动准备：

1、哨子一个，小红旗两个

2、音乐《向前冲》

活动过程：

1、幼儿随音乐入场，做热身运动。

2、练习弯腰半蹲走。

3、教师首先说明游戏的规则和过程，并和部分幼儿一起模拟掩饰过隧道的清景，其他幼儿认真看。

师问：隧道里面黑乎乎的，你们怕不怕?幼答：不怕。你们想不想参加这个游戏啊?幼答：想。下面我们一起看看谁是一个小勇士好不好?幼答：好。此时幼儿以急不可待的想参加到游戏中去。

4、游戏分组

将全班幼儿分成两个小组，每个小组的一半幼儿站成两排，按顺序每两个幼儿手抓手，举过头顶，身子稍微向前倾斜，两队之间便有了一个长长的洞，这就是隧道的模拟，另一半幼儿要弯着腰快速的从隧道中过去，看看那个小组最先完成，就发给他们一个小红旗。让后幼儿换角色进行游戏。

5、开始游戏

幼儿准备好以后，哨声一响，游戏就开始。在音乐的配合下，幼儿紧张而忙碌起来，当隧道的小朋友努力的支撑着，并嘴里一起喊着加油!!!过隧道的幼儿紧张的，有序的，匆匆的穿越隧道，小眼睛还不时看看另一组的小朋友，害怕被他们争了先。

6、一轮完成后，幼儿换角色进行游戏。

活动反思：

过隧道游戏对幼儿来说，很刺激，是个有点冒险的游戏，所以幼儿们精力都很集中，专注，在这个游戏中，幼儿学会了集体合作，理解了集体合作的重要性。也进一步获取了游戏的快乐，锻炼了自己的自信心。

**户外亲子活动方案篇十三**

“会生活，懂睡眠”

20xx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xx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

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。

**户外亲子活动方案篇十四**

拥抱大自然

为了开阔幼儿的眼界，感受秋天大自然的美，丰富幼儿的知识，我们幼儿园准备组织“走进湿地公园”秋游活动。通过活动让孩子们体验社会实践活动带来的快乐，并激发孩子们的好奇心和探索欲。

xxxx公园

xxxx年11月1日（星期五）上午8：00——11：00

1、教师对幼儿进行安全教育、良好行为习惯养成教育，对幼儿进行一次交通规则教育。

2、教师准备幼儿点心、卫生用品等。

1、各班活动前谈话：教育幼儿要注意安全，要爱护花草树木，讲卫生、有礼貌。一切听从指挥，遵守活动规则。鼓励幼儿能去大胆地发现、大胆地提问。

2、在教室门口操场清点人数，整队步行去目的地。（顺序：小班——中班——大班）

3、观赏湿地公园美景，感受秋天大自然的美（小班在南区，中班和大班在北区）。

4、各班开展活动、拍照留念。

1、总负责：xxx（本部园区）、xxx（外校园区）

班级负责：各班教师及保育员负责本班幼儿安全和活动。

2、安全保卫：xxxx

3、后勤负责：xxxx（摄影、活动召集）、xxx

**户外亲子活动方案篇十五**

为了加强公司员工的凝聚力和向心力，调动员工的工作热情和斗志，增强组织活力，改善组织文化，走进自然，放松情绪，提升组织整体沟通与协调的精神和潜质，同时欢迎新员工的加入，让新员工尽快融入公司，培养新员工对公司的信任感和归属感。人事部决定于本周六前往广州笑翻天乐园参加一天的户外拓展活动，具体流程如下：

08：00集合，从公司出发，前方广州笑翻天乐园。

09：00--09：30集中进入笑翻天拓展基地：由教练说拓展活动的科目，讲解安全等注意事项。

09：30--09：45组建团队：进行拓展分队，选队长，取队名，确定新队的队歌和口号。

09：45--10：00破冰训练（团队热身）

视团队队员的男女比例、年龄状况组织进行2-3个团队热身游戏，目的让队员之间增进了解，消除隔阂，逐步增进队员的团队意识。为拓展活动作前期准备。

10：00--11：45(山谷游乐区)竞技项目：

突出重围---攀壁：参与人员站立于悬空的钢丝上，持续良好的身体平衡状态，障碍物重重的包围圈后须徒手攀登5米高的斜壁上。需要良好的心理素质、队员的紧密配合，坚韧不拔的意志是成功的关键。（良好的体能，坚强的耐力和意志力是完成任务的关键！）

（要步调一致、灵活应变、果敢的行动，才能完成任务！）

空中钢丝—极速圆木：参训队员从出发点透过位于高空的钢丝，然后再经过连绵起伏的圆木桥回到原地。须具备良好的心理素质和相互支持、紧密配合团队协作精神才能取得优异成绩！（克服心理障碍，应对困难，勇于挑战自我！）

竖网桥---悬空摇摆：参训队员分别站立于竖网的两侧，双手抓紧网绳透过跨度长达40米之宽的终点站，然后从晃荡不定的伸展桥回到。（良好的身体及心理素质、队员的紧密配合，坚韧不拔的意志是成功的关键）

11：45--12：00活动点评：根据上午各参训竞技团队的具体表现，各队队长的组织领导和队员的组织纪律、精神面貌、团队协作以及团队中存在的不足等方面进行点评！

12：00--14：00午餐时刻（参观杨四将军庙）

14：00—16：00团队大比拼竞技项目：

踏笼飞渡：此项目由连绵起伏的浮箱和摇晃不定的竹笼组成，极大地考验参训队员的体能和意志，参训队员务必一步一个脚印，脚踏实地，坚定不移，才能顺利透过。（检验队员的团结协助、互相支持、相互配合的精神！）

鼓浪屿—平安桥：此项目波涛起伏、连绵不断，钢韧有余。既有连绵起伏又有欢声笑语，让你在欢笑中体验参与的乐趣！（平衡比速度更重要！）

搭桥过河：此项目难度较大。已经将人正常的步伐已经打乱，要求队员有果敢的行动潜质、勇往直前的精神才能完成此项目的拓展训练。（检验队员应对困难重重的项目，务必有果敢的行动潜质和相互协作的精神才能完成此项目！）

荡悠台：参训队员务必从岸边的起点，利用空中的长绳荡到水面的两个1平米的平台上，一个平台站满人后再转移到另一平台上，队员落水扣分或出局。

（相互明白、互相包容，相互支持与紧密合作，打破队员之间、男女之间、干部员工之间的隔阂才能顺利完成任务！）

16：10--16：40自由体验“闯关酷地带”

此项目是我基地难度最高、挑战性最强的项目之一，共由10关组成。让队员在挑战自我、超越自我的过程中体验闯关成功的喜悦。

自费项目：水战船：（水上争霸赛），精彩刺激、留恋忘返！

16：40--17：00活动总结，返程！

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