

2023年二十四小时活动方案 立冬二十四 节气活动方案(汇总9篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。那么方案应该怎么制定才合适呢？以下是我给大家收集整理方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

二十四小时活动方案篇一

- 1、立冬之日起大雾，冬水田里点萝。
- 2、深耕细耙苗儿壮。
- 3、立冬那天冷，一年冷气多。
- 4、麦子要长好，冬灌少不了。
- 5、腊月初八，冻掉下巴。
- 6、立冬有雨防烂冬，立冬无雨防春旱。
- 7、土地耕得深，瘦土出黄金。
- 8、秋冬多耕地，来年多打粮。
- 9、隔冬挖好南瓜窝，南瓜结得大又多。
- 10、立了冬，把地耕。
- 11、冻水浇罢紧划锄，保墒增温苗舒服。
- 12、冬天耕地好处多，除虫晒垡蓄雨雪。

- 13、立冬温渐低，管好母幼畜。
- 14、地里棉柴拔个净，来年少生虫和病。
- 15、日均温五度，浇麦好时候。
- 16、立冬节到，快把麦浇。
- 17、秋蝉叫一声，准备好过冬。
- 18、雷打冬，十个牛栏九个空。
- 19、立冬小雪紧相连，冬前整地最当先。
- 20、年前杈多，年后穗多。
- 21、今冬麦盖三层被，明年枕着馒头睡。
- 22、立冬东北风，冬季好天空。
- 23、立了冬，耧再摇，种一葫芦打两瓢。
- 24、干菜晒满筐，不怕年景荒。
- 25、一成坷垃一成苗，十成坷垃保全苗。
- 26、立冬落雨会烂冬，吃得柴尽米粮空。
- 27、立冬晴，一冬晴；立冬雨，一冬雨。
- 28、豌豆一条根，只要耕得深。
- 29、好地难得淤沙，碱地难得坷垃。
- 30、立冬无雨一冬晴。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

二十四小时活动方案篇二

冬至，是我国农历中一个非常重要的节气，也是我国汉族一个传统节日。冬至俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”等。在我国古代对冬至很重视，冬至被当作一个较大节日，曾有“冬至大如年”的说法，而且有庆贺冬至的习俗。《汉书》中说：“冬至阳气起，君道长，故贺。”人们认为：过了冬至，白昼一天比一天长，阳气回升，是一个节气循环的开始，也是一个吉日，应该庆贺。现在，一些地方还把冬至作为一个节日来过。北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃冬至米团也称汤团或汤圆、冬至长线面的习惯。

为进一步弘扬民俗文化，继承传统习俗，享受健康娱乐，彰显传统文化魅力。在这充满激情的十二月份，冬至节的步伐慢慢迈近，这正是我们举行活动的好时期，也是我们宣传自己，锻炼自己综合能力的大好时机。而作为新时代的代言人，大学生总是洋溢着青春的活力、充满着狂热的激情，对新奇的活动必定会踊跃参加，同时也是为了展示大学生的青春风采，增进思想交流，繁荣校园饮食文化，拓宽同学们的兴趣

爱好。

1、在冬至来临之际，让所有在院的同学一起过节，增进大家之间的亲密联系和相互交流，也各自送上节日的问候。在集体的温暖中度过异地的传统节日、感受家的温暖、集体的温馨。

2、通过亲自动手包汤圆、煮汤圆，让全院同学能更真切地去感受中国传统节日的内涵，了解更多具体的工艺，比如包汤圆的方法和馅料的搭配等等，以轻松的方式进一步锻炼同学的动手能力和学习能力。

3、感受节日气氛、发扬传统文化，继承传统习俗。

20xx年xx月xx日下午13：30—15：20包汤圆煮汤圆

15：30—16：30邀请师生品尝汤圆

xx理工第一食堂餐

xx幼儿园全体师生

“汤圆”的制作及吃汤圆共庆冬至佳节

（一）宣传：海报、横幅、广播站宣传、报名单传单

1、海报：3张贴在宣传栏（其中三期1张，教学楼1张，食堂1张）。

4、横幅2条：内容（待定），挂在校园、宿舍醒目处、活动现场等以增加宣传力度。

（二）参加方式：组织各班全体同学参加

1、安排人员到各班进行通知，请各班同学于21日13：00到食堂的班级定点进行汤圆的制作。

2、各班同学到各班活动地点同庆冬至，共品汤圆。

3、主材料由赞助商提供，副材料材料由各班自行决定，21号13：00—13：30摆放到各班活动地点。

（三）邀请主持人：2名（待定）。

（四）会场所需物品：照相机4台，邀请摄影协会。一个音箱，两个移动话筒

（五）布置场地

1、在主教楼宣传栏及食堂宣传栏各贴一张海报场地设置指示图。

2、嘉宾席设于食堂一楼三张圆桌

3、全体成员

4、全体老师

2、13：20各班代表团入场

3、13：30由材料系主任张厚安老师致开幕辞

4、各班进行汤圆的制作

5、16：20邀请嘉宾入场，进嘉宾席

6、有请嘉宾致节日庆贺

6、16：30各班同学就席，同庆冬至佳节

7、由请到场嘉宾致闭幕辞

1、拍照留恋：各位领导嘉宾，学生会成员，全体人员。

2、各班班委及学生会人员留下整理现场卫生

3、对活动的照片进行展示（待定）

4、学生会主席及部长做工作总结

1、横幅2条

2、预备面粉100斤

3、活动气球

4、一次性手套

5、饮用水

6、海报

7、白糖

总经费□xxx□元)

二十四小时活动方案篇三

学校每月一次的亲子主题活动，正好利用冬至节气来让大家一起参与包饺子，既有教育意义，又能达到亲子交流的意义。

1、让孩子们了解冬至节气，还有冬至吃饺子的习俗。

2、通过分组进行包饺子比赛活动，让孩子懂得食物的不易，锻炼动手的能力。

20xx年x月x日上午9:00——11:00

大班全体老师和幼儿

每组选出6名选手参加比赛，每组分面1盆、馅1盆、案板1个、擀杖2只、刀1把。

要求在固定时间内，完成制作剂子、擀面皮、包饺子全部工序，比赛结果从数量和质量两方面打分，数量方面每包出一个的完整饺子得1分，包的饺子越多，得分越高，质量方面按照饺子“成品”的质量来打分，如果包出的饺子出现漏馅情况，属质量问题，出现一个扣0.5分。

最终按照得分高低评出三个等次的奖项，其中一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，参赛风尚奖1名。

（一）最靓饺子比赛

最靓饺子比赛为个人比赛项目，由每组推荐2名选手参赛，要求参赛选手至少要包出3种以上花色的饺子，由裁判组评选出6名获奖选手，荣获最靓饺子奖。

（二）吃饺子比赛

吃饺子比赛为个人比赛项目，由每组推荐3名选手，比赛以在1分钟内吃完饺子数量作为评分标准，数量越多得分越高，比赛分3轮进行，每轮每组派1人参加，每轮有2名选手胜出，三轮评选出6名参赛选手，荣获吃饺子最快奖。

二十四小时活动方案篇四

《3—6岁儿童学习与发展指南》指出：应利用传统节日适当向幼儿介绍我国的民族文化，帮助幼儿感知文化的多样性，深刻了解我国传统文化，激发幼儿的民族自豪感。学思路幼

儿园近年来一直利用中国传统文化中的各种教育契机让幼儿获得知识与情感的发展。

本学期□xx幼儿园尝试以节气为切入点，将围绕民俗传统之“二十四节气”展开一系列主题活动，让孩子在愉快的实践中体验、感悟，从而发挥教育的情感教育功能，让祖国优秀的传统历史文化与美德能代代弘扬与传承，让民族文化根植于每个孩子幼小的心田中。立春，农历二十四节气之首，是中国民间重要的传统节日之一。

立春、雨水、惊蛰、春分、清明、谷雨、立夏、小满、芒种、夏至、小暑、大暑、立秋、处暑、白露、秋分、寒露、霜降、立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒四、具体实施：

【立春】立春，春天的开始时间：2月4日前后习俗：

(1) 迎春：一年之计在于春，家家户户做好准备，迎接春天的到来。

(2) 咬春：用饼皮包裹生菜，做成春卷或春饼，大家分食，祈求身体健康。

(3) 鞭春牛：用鞭子轻轻抽打农牛三下，象征着春天的开始。

幼儿园可以做什么：

(1) 带孩子去户外游游春。

(2) 请食堂制作春饼作为点心。

(3) 观察迎春花、小燕子。

『雨水』雨水，有绵绵的春雨时间：2月19日前后习俗：

- (1) 接寿：女儿给父母、女婿给岳父母送礼，表达感恩。
- (2) 拉保保：给孩子找个准干爹，为其指引命运。
- (3) 占稻色：爆炒糯谷米花，来占卜今年的收成。

幼儿园可以做什么：

- (1) 穿上雨衣，去室外看看雨、踩踩水
- (2) 去幼儿园里找找雨后初生的嫩芽。

【惊蛰】惊蛰，小动物被春雷惊醒啦时间：3月6日前后习俗：

- (1) 打小人：用清香熏家中四角，祛除害虫，逐渐演变为到庙里打小人驱赶霉运。
- (2) 吃梨：惊蛰吃梨，提醒你不忘祖先，努力创业。
- (3) 炒豆：爆炒盐水泡过的黄豆，用噼噼啪啪的声音象征害虫在锅中受煎熬。

幼儿园可以做什么：

- (1) 读读《昆虫记》，上一节关于昆虫的教学活动。
- (2) 玩传统游戏“炒黄豆”。
- (3) 今天的水果可以吃梨呢。

【春分】春分，把春天劈成了两半时间：3月20日前后习俗：
竖蛋：“春分到，蛋儿俏”，找一枚合适的鸡蛋，努力让它竖起来吧。

- (2) 放风筝：春分阳光和煦、春风平缓，是放风筝的好时光。

幼儿园可以做什么：

- (1) 在教室里开展一次竖蛋活动。
- (2) 去公园开展亲子放风筝大会。
- (3) 和孩子们一起在教室里摆上几盆植物做装饰。

『清明』春分，万物生长时、清洁而明净时间：4月5日前后
习俗：

- (1) 扫墓：去陵墓中打扫，祭拜祖先、祈求平安。
- (2) 插柳：将柳枝插在屋檐下，预报天气、纪念神农氏。
- (3) 斗鸡：古代清明盛行斗鸡游戏，连皇帝都忍不住参与呢。

幼儿园可以做什么：

- (1) 组织一场插柳的活动。
- (2) 请食堂制作青团作为点心。
- (3) 玩传统游戏“斗鸡”。

『谷雨』谷雨，雨水下、百谷生时间：4月20日前后习俗：

- (1) 喝谷雨茶：传说谷雨这天的茶清火、明目、辟邪，人们喝茶来祈求健康。
- (2) 祭海：祭奠海神，祈求海神保佑，捕鱼时能平安。
- (3) 走谷雨：青年妇女去野外走一走，象征与自然融合、身体健康。

幼儿园可以做什么：

(1) 带孩子们喝一杯“谷雨营养水”。

(2) 在幼儿园的绿化间走一走。

二十四小时活动方案篇五

立冬节气的到来，是草木凋零，蛰虫伏藏，万物活动趋向休止，以冬眠状态，养精蓄锐，为来春生机勃勃发作准备。人类虽没有冬眠之说，但民间却有立冬补冬的习俗。人在这个进补的最佳时期，进行食补，为抵御冬天的严寒补充元气。

我们平时都忙于工作，加上缺乏锻炼，对自身健康的忽视，这便给我们每个员工及客户的健康埋下了隐患。为了让每个客户及员工都有个健康的身心投入到工作及生活中，我们联合xxx健身俱乐部，开展一场冬季健康养生的专题讲座，以帮助各位尊敬的客户、亲好的员工更好的了解并掌握冬季养生的科学方法。

20xx年11月下旬（具体时间待定）

xxx路xx广场xxx健身俱乐部

xxx内部员工及银行vip客户

- 1、参会人员以现场签到
- 2、主持人致辞，活动开始
- 3、健身及养生知识讲座
- 4、集体《动感单车》专场课

- 5、专业有氧运动、无氧运动训练指导
- 6、理疗排毒spa[汗蒸)
 - 1、健身及养生知识讲座备课（力美教练团队完成）
 - 2、《动感单车》专题课备课（力美教练团队完成）
 - 3、专业有氧运动、无氧运动训练指导（力美教练团队完成）
 - 4、理疗排毒spa[汗蒸）（力美运营团队完成）
 - 5、客户及员工接送交通工具（光大银行完成）
 - 6、活动现场饮料及点心（光大银行完成）
 - 7、运动时所需运动服运动鞋（客户及员工自带）
 - 8、汗蒸时所需汗蒸服（力美提供）
 - 9、运动出汗后换洗衣物（客户及员工自带）

二十四小时活动方案篇六

冬至这一天是全年中白天最短、夜间最长的一天。由此，白天开始一天天变长，夜间开始一天天变短。是冬天真正来临的日子，这一天，大家都要吃饺子“以防天冷冻掉耳朵”，为了让小朋友既感受到冬至的节气，又能感受到自己动手包饺子的气氛和乐趣，培养小朋友集体生活的乐趣，我们特举行了本次集体活动。

- 1、锻炼小朋友的动手能力，培养自力更生的意识。
- 2、感受集体劳动的快乐。

3、和父母一起包饺子增进父母亲情。

冬至日□xx月xx日

小班9：40开始

中班9：50开始

大班10：00开始

大大班10：10开始

1、请家长准备：擀面杖、锅拍、围裙（班主任合理安排）

以校讯通、黑板报形式告知家长时间、地点、家长需要准备的物品（提前三天通知家长）。

2、幼儿园厨房准备：饺子馅、包饺子面。

厨房以班级为单位分好，厨房12月22日上午9：40之前准备好饺子馅、包饺子面。等待班级生活老师来领取。

3、班级准备：洗手、带好围裙

以班级为单位亲子活动开始包饺子

分工：

1、家长孩子分别擀皮、包饺子。

2、班级生活老师：负责厨房领取包饺子面团、和指定家委会人员负责把包好的饺子送到厨房。

3、班主任和配班教师：负责维持班级秩序、指导家长孩子擀饺子皮、包饺子、活跃班级亲子包饺子气氛。

4、家委会指定专人：负责拍照、指导、维持秩序。

1、生活老师和指定家委会专人：集中包好的饺子送进厨房并负责把煮好的饺子送回班里。

2、班主任和配班教师协同家委会：组织孩子开展儿歌、唱歌、故事等活动（班主任设计好）（等待饺子煮熟）。

3、家委会指定专人：负责维持家长秩序。

1、生活老师和指定家委会专人：负责把煮熟的饺子分发到小朋友的餐盘中，请小朋友们品尝自己包的饺子。

2、邀请家长品尝——家委会指定专人负责分发和维持秩序。

1、家长品尝完毕家委会指定专人：负责组织家长回到班级门口填写表格、顺序离开幼儿园。

2、班级整理、餐后散步、午休——活动结束。

二十四小时活动方案篇七

本次活动由宏光文学社主办，面向全体师生为进一步提高学生的作文能力而办。高校文学社凝聚着当代当代文学气息；是学创作的先锋队，折射出当代文学的气质；是中国当代文学复兴的先锋队，展现现代文学的风貌；是高校青年文学爱好者精神的象征与承载者。作文，是一片神奇的空间，是一方肥沃的土壤。这里海阔鱼跃，天高鸟翔；这里百花盛开，莺飞草长。心灵之树结出丰硕的果实，思维的触角伸向了四面八方。家共同期盼着，在作文的天地里能够收获那一轮鲜红的太阳。为此举办此次活动为爱好文学的人提供一方舞台。

通过本次活动，促进全校文学爱好者之间的交流，提高文学

社的凝聚力，为我们的校园生活增光添彩，更是为了让我们校园的原创文学作品有一个展示的舞台，让我们的理想、情感、信念有一个挥洒的空间，让一股清新的文学风，吹拂在我们的星空之下。

日照职业技术学校宏光文学社现场作文赛

宏光文学社

增进友谊，促进团结

全体学生

打造校园文学 放飞青春梦想

- 1、充分发挥宣传部的`作用，利用海报为主要宣传形式，在又新广场对整个学院展开宣传工作。
- 2、比赛只有一场比赛将在地滋楼教室进行（自带笔和纸）。
- 3、本次赛将严格遵循公平、公正、公开原则进行评定。

评定方法：由宏光文学社编辑部成员进行初步审稿，然后由专业老师评分，评出获奖人员。

5、奖项设置：

赛总冠（一等奖） 一名

赛掩（二等奖） 二名

赛季（三等奖） 三名

最具潜力文学新人奖 一名

最佳创意奖 一名

优秀作品奖 六名

6、 奖品设置：给每位选手颁发获奖证书及奖品(另：赛冠颁发奖杯)。

7、 人员安排：

1)、 开考时安排人员监考，或请专业老师监考，其他人员协助管理。

2)、 请顺便带上贵社的刊物，做交流用哦，呵呵

1、 参赛选手与开赛前10分钟进入考场，我们将事先安排好座位，作为安排采用随机安排。到点准时开考，迟到30分钟者视为自动弃权，以免影响到其他参赛选手。

2、 比赛时间为两个小时，中途不得离场，除非已完成作品。离场后不得在附近徘徊或逗留，以免影响到其他选手。

3、 比赛是请各位参赛选手及相关人员关掉手机或调成振动。

4、 获奖选手我们将以电话形式告知，并以海报形式张贴出去，并举行颁奖仪式。

围绕主题，根据所给的话题或命题进行创作，体裁不限，字数800-2000字，诗歌15行。

谁不想采撷最美的花朵？谁不想让个性自由翱翔？谁不想拥有动人的瞬间？谁不想拥抱明天的朝阳？要坚信：你自己独一无二，你的作文与众不同。因为一人一个性、一文一特色！欢迎广大文学爱好者积极参与！

最后预祝本次赛圆满结束！

联系人：赵华 邵莹

二十四小时活动方案篇八

20xx年活动主题确定为蓝天自造，呼吁每一位公民、每一家企业、每一级政府从自身开始，同呼吸共奋斗，用实际行动应对雾霾，清洁空气地球一小时。

活动时间

3月29日(周六)晚20:321:30。

活动安排

2、3月28日，由市教育局要向市区中、小学校做好地球一小时活动的宣传发动工作，向城区中、小学生散发地球一小时活动倡议书，号召家长积极参与活动。

3、3月29日，由市城管局负责在活动期间关闭市区所有标志性建筑物的景观灯

4、东城办、西城办及东城社区、西城社区负责组织所辖各大社区张贴地球一小时活动倡议，号召社区居民关闭家中不必要的灯光，同时安排保安加强治安巡逻，确保活动期间居民的人身财产安全。

5、西北工业学校组织学生观看环保电影，开展纪念性活动地球一小时活动方案_关于地球熄灯一小时活动方案活动方案。

6、市公安局负责安排专门的警力加强治安巡查，防范在熄灯期间发生安全事故。

7、市电视台负责做好地球一小时活动主管市长讲话的录制工作、活动倡议书的播报以及活动当天各大社区及街道活动开展情况的宣传报道工作。

8、市电力局负责做好活动期间城区用电情况的监测、分析，活动结束后负责向市环委会办公室提供活动前后同一时段用电数据的比对。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

二十四小时活动方案篇九

保意识的一项活动，仅仅是一个开始。对于一个履行了“地球一小时”承诺的个人、城市、企业、学校，熄灯之后提倡节约能源和环境保护带来的.变化才是真正的意义所在。

“地球一小时”熄灯仪式——我们牺牲一小时，地球健康数十年

一、全院共同参与全球性的“地球一小时”公益活动，积极支持应对全球气候变化的行动；提高个人节能环保意识，承担起每个公民对改善全球气候应尽的责任，让大家充分认识

到节能减排的重要性。

二、“地球一小时”旨在让全球社会民众了解到气候变化所带来的威胁，并让他们意识到从个人到整个社会的一个小小动作将会给他们所居住的环境带来怎样深刻的影响。在全球各地都付出努力应对气候变化的时候，我院也做出积极响应，为地球健康付出自身的一份微薄力量，同时通过此次活动的大力宣传，引发全校师生节水节电的意识。

20xx年3月27日20时30分至21时30分

共青团玉林师范学院委员会

玉林师范学院学生委员会

玉林师范学院学生团体联合会

玉林师范学院青年志愿者协会

一、熄灯仪式

于3月27日晚8点30分至9点30分，关闭学院一半路灯及不必要的用电设施（由学院决定），学生以自愿形式宿舍区照明设施，教学楼待定。

二、熄灯一小时中的活动内容另附方案

一、海报宣传

海报内容要求：

- 1、介绍“地球一小时”的来源；
- 2、全球气候变化现状；

3、号召全体同学共同参与“熄灯仪式”。

二、使用东、西校区的大屏幕播放“地球一小时”的宣传内容。

三、广播站宣传，播报全球气候变化、节能减排相关知识。