

户外活动送礼物教案反思 户外活动方案(通用7篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。那么问题来了，教案应该怎么写？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

户外活动送礼物教案反思篇一

多数在校大学生日益懒散，缺少户外训练项目，大学生越来越脱离实践能力锻炼和团队协作精神。为了同学们在大学生活中留下更多难忘的回忆，增加互相之间的交流，学习团体精神，体验拓展训练的独特魅力。通过与队友的合作，克服困难，以竞技运动打破传统枯燥的课堂授课。我班特开展以“激扬青春, 团结拼搏”为主题的拓展训练活动。

:

激扬青春, 团结拼搏。

- 1、增进同学之间的友谊，促进相互的沟通。
- 2、增强了协作意识，加强合作意识。
- 3、拓展训练的本质就是生存训练，训练大学生在今后激烈的市场竞争中的生存能力与发展能力。
- 4、提高大学生的思想素质、锤炼意志品德、提升大学生的适应能力、迎接挑战的能力、开拓创造的精神以及团队发展的潜力。

三、:

6月11日16:30—18:00。

足球场。

全班同学。

（一）、活动前期：

1、人员安排：

裁判□xx老师□xx老师。

工作人员□xx□计分组□□xx□宣传组□□xx□摄影组□□xx□纪检组）。

2、在全班宣传本次活动，并征集同学们的意见。

3、提前准备好活动所需的道具及材料。

4、工作人员在活动开展前到活动现场，测试每个活动项目的活动时间，记录活动项目的注意事项等。

（二）、活动开展：

1、做好签到工作。

2□xx老师担任裁判及主持人，做开场词，并宣布活动开始。

3、随机分组，每队13人，工作人员不参与活动。

4、在8分钟内，每队至少要设计好队名、队徽、队歌、口号，可使用提供的材料发挥创意。

5、裁判宣读比赛规则及注意事项。

6、活动按照项目顺序正式开始比赛。每项活动前，每队有3分钟的准备时间；每项活动后，每队队员给大家进行活动总结，反馈各自的信息，将拓展训练中所得到的启示与实际生活联系起来，获得实际意义。每队都要至少3分钟的项目总结。每项项目中的分数和总结得分将进入每队的最终成绩。

7、统分时，安排游戏环节和娱乐节目，老师和同学都参加，工作人员组织并担任主持。游戏环节，五毛和一块。娱乐节目，经典重放，把这学年班团活动的经典节目重演，让同学们回忆这学年的我们班经历的点点滴滴。

8、裁判宣布比赛结果，并做总结，宣布活动结束。

9、集体留影。

10、同学们在工作人员引导下有序退出比赛场地，工作人员整理活动器材及清扫会场。

（三）、活动后期：

1、写好活动的后期材料。

2、把活动的照片做成ppt□

3、联系学生会宣传部，共同制作活动成果展的展板。

（一）、盲人方阵：

1、项目介绍：用裁判给的绳索围成一个面积最大的正方形。看似简单，但是当所有的人被蒙上眼睛的时候，队员会发现，原来难度一点也不小，并且大家将体会到团队的指挥、沟通、协调能力还真不能被忽视。

2、项目规则：每组所有人在蒙上眼睛的情况下将绳子围成一

个面积最大的正方形。

3、项目道具：眼罩13个，绳子三条（10米/条）。

（二）、孤岛求生：

1、项目介绍：三队分别安置于珍珠岛（岛上正常人，附任务书），哑人岛（岛上哑人，附任务书），盲人岛（岛上盲人，附任务书）各队队员扮演各自岛上的角色，在规定的时间内，按规定完成任务。

2、项目规则：

（1）、一段时间后盲人岛与哑人岛将沉没，岛的周围是激流，任何人和物品一旦落水都将被冲到盲人岛。

（2）、只有哑人可以协助盲人移动。

（3）、只有哑人可以移动木板。

（4）、只有盲人完成了盲人的第一个任务后才能移动木板。

（5）、哑人不得开口说话。

（6）、盲人只有第一个任务完成后才能离开盲人岛。

3、项目道具：眼罩13个，纸笔，乒乓球13个，桶1个，木板。

（三）、无敌风火轮：

1、项目介绍：前面是一条不可正常穿越的路，每队有的是报纸，剪刀，胶带，还有大家的智慧。

2、项目规则：利用报纸和胶带制作一个封闭式大圆环，大圆环立起来以后可以容纳全部团队成员站在大圆环内，边走边

滚动大圆环。

3、项目道具：旧报纸（若干），胶带，剪刀。

（四）、齐眉棍：

1、项目介绍：这是一个考察团队是否同心协力的体验。在所有学员手指上的同心杆将按照培训师的要求，完成一个看似简单但却最容易出现失误的项目。此活动深刻揭示了企业内部协调配合之问题。

2、项目规则：

（1）、小组每人将一张报纸卷成细管，再连接在一起。

（2）、参与者只能以食指接触棍子，不得以手指相互勾结，不得将瘦子压在棍子上方。

（3）、整个游戏中只有在裁判宣布的短时间内可以交流讨论，而在游戏进行的整个过程中只能说两个字“停”或“放”。

3、项目道具：旧报纸，胶带。

眼罩13个，40元；剪刀3把，9元；绳子30米，10元；透明胶3组，9元；胶带3组，9元；矿泉水1箱，15元；活动奖品，60元。（旧报纸、水桶、图纸等活动材料可自备）

总计：152元。

1、本活动以安全第一为原则。

2、尊重比赛，尊重裁判，尊重对手。裁判必须做到公平、公正、公开。

户外活动送礼物教案反思篇二

盼望着，盼望着……今天下午，老师组织我们举行一次户外体验课。车子行进了大概四五十分钟，我们到了位于安阳市殷都区井家村的现代花园式企业——彰德水泥有限公司，盛夏的午后，天空没有一丝风，大地活像一个蒸笼，对现代水泥生产的浓厚兴致让我们忘却了炎热和辛劳，我们迅速排好队，聚精会神的听叔叔给我们开始讲解水泥的制作过程。

在第一个厂房，这里没有飞扬的尘土，没有空气污染，叔叔介绍道：“这是熟料库，水泥制作原材料有熟料、矿渣、石膏等等。十几年前他们都是人们都是用车装卸原料，车间内尘沙弥漫，现在方便了，修建了地下传输通道，原材料直接计量并输送到辊压机里，叔叔说科技越来越发达大大提高了劳动生产率了。最关键是人不再受粉尘的污染了。

硬硬的石头是怎样滚成面状的呢？下面我们就一起认识一下神奇的辊压机吧！这就是水泥磨，直径3.5米，长14米。石块在这里越磨越小，越研越细，看到这里，我心里不禁感慨：这真是不可思议呀！然后。叔叔走到一个大桶前，接着说：“为了增加速度，还要添加一种助磨剂。”这是不知道谁喊了一句：“也就是有助于“消化”，就像我们吃的乳酸菌素片一样！”哈哈，引来大家一阵会心的笑声。据叔叔介绍：“一条大型生产线每小时能研磨55吨水泥呢！”

到了会议室，置身于空调带来的清凉世界，主任热情地给我们发水降温解渴，我们争先恐后地抛出自己的问题。主任耐心做了详细的解答，不厌其烦地给我们讲了课本上学到的生产知识，比如水泥生产标准，粉尘排放量一直在减少，还有环评，等等。我们虽然听不太明白，但环保比生产更重要的理念却深深地刻在脑子里。

就要说再见了，我突然又想到，在闷热的车间头上身上满是汗珠的工人，不禁油然而生一份敬意。他们用汗水浇筑的不

是水泥，而是美好的生活，美好的世界。

户外活动送礼物教案反思篇三

近年来，人们对户外活动的热情不断高涨。当然，出门参与种种户外活动，带着各种不同的装备是前提。但是，有一种装备却能在多个户外活动中发挥出色，这就是所谓的“一物多玩”。在我多次参与户外活动的过程中，我深刻体会到了这种装备的重要性和价值，以下将就此进行探讨和总结。

首先，这种“一物多玩”的装备多功能性强，适用性广泛。举例来说，一个合适的背包对于徒步、登山、露营等多种户外活动都是必不可少的。它能容纳各种必须物品，比如衣物、食物、饮水装备等。此外，背包的结构设计往往兼顾了舒适度和负重效果，使得佩戴者相对轻松而舒适，能够坚持更长时间的活动。一个好的背包能够在很大程度上改善户外活动的经验，并提升效果。

其次，“一物多玩”不仅能够满足不同户外活动的需求，而且还可以解决一些意想不到的问题。比如，一个便携式电源可以为手机、相机等电子设备提供充电服务，无论是在徒步山林还是在沙滩边，都可以解决电源不足的问题。另外，一款防水、防风、保暖的外套可以在不同的季节和气候下使用，降低了出行的负担，提供了方便。

此外，在户外活动中，一个好的多功能工具也是不可或缺的。无论是在露营中搭建帐篷，还是在登山中修整绳索，一个好的多功能工具都能够节约时间和精力。而且，不同的工具往往具有不同的功能和用途，适应不同的场景和需求。因此，准备一个工具箱或者收藏一些实用多功能工具对于户外活动来说是非常必要的。

同时，“一物多玩”还能够为户外活动增添一些乐趣和挑战。一副好的望远镜可以让我们在观鸟活动中更加清晰地观察得

到更多的细节。一把小型天文望远镜能让我们在露营中的夜晚观赏星空，享受宇宙的神秘之美。这些装备不仅增强了户外活动的乐趣，还可以让我们更加深入地了解 and 体验大自然。

综上所述，户外活动一物多玩的心得体会是：多功能性和适用性广泛是这种装备的最大优势，解决了不同户外活动中的各种需求，提供了方便和舒适；此外，它还能够解决其他一些问题，增添乐趣和挑战。在参与户外活动时，准备好一些适用于不同情况的“一物多玩”装备，将能够提升整个活动的效果和体验。让我们在大自然的怀抱中尽情畅玩，收获更多的快乐和感悟。

户外活动送礼物教案反思篇四

第一段：引言（150字）

片区教研户外活动是提高教师教学效果和素质的重要手段，通过与同行的交流与合作，让教师们共同成长。最近，我们参加了一次关于片区教研户外活动，通过这次活动，我深刻认识到了户外活动对于教师的重要性，以及与同行合作的魅力。

第二段：活动内容与目的（250字）

这次教研活动我们选择了远足和野餐的方式，目的是通过户外活动的方式促进教师之间的交流与合作。在远足过程中，我们教师们以小组的形式组队，通过合作解决难题和互帮互助，不仅锻炼了我们的集体合作意识，还增进了与同事之间的了解和信任。野餐环节中，我们共同准备食材，亲手烹饪美食，不仅加深了彼此之间的友谊，也提升了我们的专业技能。

第三段：心得收获（300字）

通过这次户外活动，我深刻认识到了户外活动对于提高教师的教学效果和教育素养的重要性。在解决问题和面对困难的过程中，我们教师们展现了极高的合作精神和团队意识，这对于我们未来的教学工作非常有益。此外，通过与同事的交流和互动，我学到了许多新的教学方法和经验，这将进一步丰富我的教学内容和提升我的教学水平。

第四段：团队合作的重要性（250字）

这次户外活动很好地展示了团队合作的重要性。每个小组都需要各自分工合作，共同解决问题。只有通过共同的努力和合作，我们才能攻克每个环节中的难题。团队合作不仅能够提高工作效率，还能够减轻每个人的负担，促进资源共享与整合。在这次活动中，我体会到了团队合作的力量，深深感受到了“众人拾柴火焰高”的道理。

第五段：展望未来的教学（250字）

通过这次户外活动，我激发了对未来教学的热情和信心。通过与同事的交流，我不仅学到了很多新的教学方法和理念，还开拓了思维的广度和深度。在未来的工作中，我将更加注重团队合作和交流，积极参与各类教研活动和“互动课堂”的探索与实践。我相信，在集体的智慧和力量的指引下，我能够更好地为学生创造一个积极、开放、丰富的学习环境。

总结（100字）

片区教研户外活动是一种有力的提高教师专业水平和教学质量的方式。通过户外活动，我不仅从同事身上学到了许多宝贵的经验和教育理念，也提升了自己的合作意识和团队精神。展望未来，我将积极参与更多的教研活动，与同事们共同进步，为学生创造更好的教育环境。

户外活动送礼物教案反思篇五

一个星期天的早上，我被妈妈告知：7：20就要到至善教育集合，去资兴的红色教育基地参加户外活动。

到学校后，八点钟准时出发，大概坐了一个小时的车，我是头也晕，眼睛也花，当时就听见一句：“已经到达目的地啦！”于是心里开始激动起来并带着一丝丝期待。

刚下车，就看见一条弯弯曲曲的小河和零星几朵快枯萎的荷花，还听见那潺潺的流水声，感觉十分惬意。

休整了一会儿，我们立马整队集合向山上进发，没多久便到达了我们的根据地。首先，我们来到了换衣服的地方，只见红军服的帽子上绣着一颗红星，就连我们的皮带上也有一颗闪亮的红星，在阳光照射下发出耀眼的光辉。当我们换上那崭新的红军装，顿时觉得自己好像就是一名小军人，一种自豪感油然而生。

接着老师带领我们来到宽阔的草地上，开始了我们第一个小游戏——毛毛虫。起初听名字时就觉得一定很有趣而且应该会很简单，谁知却出乎我意料之外，难度之高让我们队频频败下阵来，但我们一直坚持着不放弃，终于在掌握了方法后取得了胜利。俗话说得好：“坚持就是胜利！”

午饭后，我们又来到了一个高地，在那里装着大家心心念念的滑索。管理员让我们一个一个先排好队，再一一帮我们系好安全带，然后再用力推了出去。当滑到半空中时，我感觉自己像一只小鸟在空中飞翔，微风吹拂着我的脸庞，感觉特别的凉爽。大家滑完之后都感觉意犹未尽，个个还想再来一次。

这次户外活动真的是令人开心的一天，它也将会是我记忆里最难忘的一天。

户外活动送礼物教案反思篇六

在现代社会的高速发展下，人们的生活方式也在日渐改变。伴随着科技的进步，人们的生活越来越多地与户外活动疏远。然而，户外活动不仅能够丰富生活，还可以带来很多意想不到的乐趣。而在户外活动中，一物多玩则成为了最佳的选择。在这篇文章中，我将分享我对户外活动一物多玩的心得体会。

首先，在户外活动中，一物多玩可以带给我们更多的乐趣。以一台相机为例，当我们拿着相机去户外拍摄风景时，我们不仅仅是简单地按下快门，而是能够通过不同的光圈、快门速度等参数来拍摄出完全不同的效果。我们可以用它来拍摄风景、人物、动物等各种类型的照片。每一次的拍摄都会让我们体验到不同的快乐和惊喜，丰富了我们的生活。

其次，一物多玩还可以锻炼我们的观察力和创造力。比如，当我们拿着一根简单的绳子，在户外找到适合搭建帐篷的位置，并将绳子巧妙地搭建成一个舒适的帐篷时，我们的创造力得到了充分的发挥。而在这个过程中，我们还需要通过观察天气、地形等因素，选择最佳的搭建位置，锻炼了我们的观察力和决策能力。

然后，一物多玩还可以培养我们的合作精神和团队意识。比如，当我们拿着一把铁锹去户外挖掘地洞时，我们不仅仅是一个人的力量，而是需要与他人一起协作才能够完成任务。在这个过程中，我们需要相互配合、分工合作，培养了我们的合作精神和团队意识。而当我们看到一个个完成的地洞时，我们会感到由衷的满足和成就感。

同时，一物多玩也可以让我们更加接近自然，感受大自然的美妙。比如，当我们拿着一块木板去户外雕刻时，我们可以亲手感受到木头的质感和温度，听到小动物的叫声，呼吸着新鲜的空气。而在雕刻的过程中，我们可以根据木板的形状、纹理等特点，发挥自己的想象力，创造出独特的艺术品。这

样的一物多玩让我们更加贴近大自然，感受到了大自然带给我们的美妙。

最后，一物多玩还可以培养我们的生活技能和实践能力。比如，当我们拿着一条鱼线去户外钓鱼时，我们需要了解鱼的生活习性、饵料的选择等知识，并通过实践不断地调整钓鱼的技巧和方法。在这个过程中，我们不仅培养了自己的生活技能，还学会了从实践中不断总结和改进，提高了自己的实践能力。

总之，在户外活动中，一物多玩为我们提供了更多的选择和乐趣。通过一物多玩，我们不仅可以丰富自己的生活，还可以锻炼观察力、创造力、合作精神和团队意识，接近自然，培养生活技能和实践能力。因此，我相信，一物多玩是户外活动中的最佳选择，也是我们在现代社会中追求多元化生活的重要途径。希望大家都能够尝试一物多玩，找到属于自己的乐趣和心得体会。

户外活动送礼物教案反思篇七

在寒冷的冬日中已离我们渐渐远去了，在所有支持与爱护密山户外旅的驴友、朋友的关怀下，我们走过了密山户外旅成立的第三个年头。

这忙碌的一年，过多的事务缠身，三周年的庆典及年终的总结表彰大会未如往年按时进行，在春节年头即将到来之时，特发贴向驴友们汇报这一年来俱乐部以及领队工作的情况总结：

户外活动，安全最重要。我们始终坚持“安全第一”的宗旨，每次出行做到“一个也不能少”□xx年，密山户外旅作为密山户外运动的先驱者，在这优秀的网络平台上，共开展了42次常规户外活动，从召集前的认真策划，到召集贴的发布，密山户外旅策划层都用心做好目的地选择与设定，做好目的地

的情况收集，对活动安全系数进行预估。我们坚信态度决定一切，因此做好活动召集前的准备工作更显关键，多次活动目的地是经过领队的亲自探路后确定的，领队及探路人员带着户外专业工具到达预选目的地进行资源测评。

为活动的更好开展，领队认真记录每一次探路经过与细节，有些预选目的地进行了不止一次的探路测评，有些预先目的地在测评后因条件不理想而取消；对于一些较远而无过多时间亲自测评的目的地，需要联络多个当地人或有出行经历的驴友，以确定目的地的可行性、可玩性，在了解了各方面的情况后，行文发布活动方案，在方案中注明活动目的、地情况、活动注意事项、以及需要准备的东西等等。

活动方案的发布后，密山户外旅认真做好应答咨询的工作，对来人来电的活动咨询进行认真且耐心的解答，在见面会上重复一切与活动有关的事项，并突出“安全第一”的要求与原则。在有了妥善的准备工作下进行开展活动也不能掉以轻心，活动过程中的前后呼应、联络；休息节奏的调整；队员志气的鼓励；与驴友进行不断的沟通等等，最终保证一个也不能少安全的完成活动。

经过几年的共同驴行，在xx年，我们明确增加了三年以来的第一位荣至名归的男女领队——*****—*****，增强了密山户外旅领队力量，更好的为驴友组织更好的活动。

为了让活动安全进行，密山户外旅安排领队参加了中国登山协会组办的“户外指导员”培训班，在经过系统学习后取得了优异的成绩，并有1人取得全国优秀学员称号及荣誉证书。通过专业的培训，让密山户外旅专业领队对户外运动的多方面知识有了进一步的了解，更好的运用到活动的每一项工作中去，让活动更专业，更精彩，更安全。

通过培训后，我们纠正了一些以往活动中不专业的作法，专业的开展了绳降活动，让这一项在外行人眼中显得异常危险

的极限运动，成为我们精彩的，让我们体验到他人无法体力的欢悦。在通过培训后，让我们在陌生的环境下，更好的对地形进行解图与判断，更加安全的与驴友共同达到目标。

星晨走过三个年头了，我们的活动由以往单一的周边山区活动，发展到更远的地区，由于增加了行业间的合作，我们开展了去雪乡看雪、去珍宝岛看湿地、去宝清转山等丰富多彩的长途旅行活动。与兴凯湖俱乐部一起，我们一如既往的组织了穿越兴凯湖50公里。

在xx年，我们一起走过的42多次外出活动中，我们有徒步、有穿越、有溯溪、有绳降、有漂流，我们还组织了多次自驾活动，让有车一族加入我们的活动，体验不一样的户外生活。

在日常日子里，以锻炼身体、增强友谊为目的，召集了在城市里以及不远离密山的几十次休闲活动锻炼。从市区开始徒步至兴凯，徒步至将军峰，徒步至黑台等中短途的徒步锻炼活动，不定期的自发召集的羽毛球活动，环市骑行活动，夏天湖边游泳泡水等等活动，都受到众多朋友的喜欢。

以外还开展了数不清的大中小范围的休闲活动，烤羊、窑鸡、钓鱼、烧烤、聚餐等等，已经成了驴友间日常联络、交流、增强友谊的生活方式。

我们在去年取得大的发展的基础上更上了一层楼，参加活动人员有了进一步的增加，同比增加了100人。密山户外旅依然本着活动积分晋级会员的制度，“会员”作为星晨驴友中的一种无尚的荣誉，成为驴友间争相谈论的重要话题。xx总结会上，曾称xx年为会员的丰收年，而这令人欢心鼓舞的xx再一次成为会员的丰收年，人数为前三年之最。

在取得进步及收获的同时，我们仍深感有不足之处，由于无法掌控天气等因素，百密而总有一疏，让穿越铁西山、兴凯湖看花等个别活动未能达到所期望的目标；另外，由于个人

性格与认知的不同，在活动中未能做到所有队员都满意，与希望得到驴友的包容与继续的支持。在q群的管理上，由于暂时无法升级高级群，在年中曾有一次较大的失误，误踢了部分关怀与支持过密山户外旅的老队员，借此总结的机会向驴歉，望大家原谅密山户外旅工作中的失误，让我们解除误会、不计前嫌，让这件难能可贵的友情延续下去。