

# 最新初中户外游戏策划方案设计(大全5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

## 初中户外游戏策划方案设计篇一

团结、友谊、合作、拼搏

为了丰富同学们的业余生活，展现我社团的独特的风采，体验我州绿色旅游，走进自然，亲近你我。以达到磨练意志、陶冶情操、完善人格、熔炼团队，培养参与者具有克服困难的毅力、健康的心理素质、积极进取的人生态度、敢于挑战自我极限的勇气和精诚合作的团队意识；加强新老会干及会员的交流和团队协作精神的目的。

主办单位：黔东南民族职业技术学院院团委

策划承办单位：黔东南民族职业技术学院旅游协会

活动时间：xx年11月19日（星期六）

活动地点：开发区果园场（桔园）

旅游协会会员、院团委老师、各社团代表

预计人数4人

1、介绍活动内容、规则

2、主持人宣布活动开始

3、活动结束

4、组织人员清理现场

5、清点人员返回

活动名称

活动程序

道具

热身

1、组织者宣布团体心理游戏的保密守则及注意事项。

2、所有成员根据组织者的口令，不断改变队列。如按照月份时间排列，按照高矮排列。

3、所有成员列队，根据成员多少分组。

4、两组成员，根据口令上前一步。犯错的同学表演节目。如：请戴眼睛的同学前行一步；请男生前行一步；请18岁以上的前行一步等等。

瞎子背瘸子

1、选十二名队员，六男六女。

2、男生背女生，男生当瞎子，用纱巾蒙住眼睛，女生扮瘸子。

3、瘸子为瞎子指引路，绕过路障，达到终点，最早到达者为赢。

4、路障设置树枝，需绕行；气球，需踩破；鲜花，须拾起，递给女生。

5、距离设置为3米，用时最少队为胜。并记录时间。

纱巾、气球、

鲜花

交通堵塞

1、在地面上画比各队人数多一个的一条直线方格，每个方格的大小以能站一人为标准。

2、将各队学员分成两组，一组从左边最后的方格开始，依次每个人各站在一个方格内。两组中间空出一个方格，两组人员相对而站。

3、小组以最少的步伐及最短的时间把左右两组的成员对调。要求如下：

(1) 每次只能有一个人进行移动。

(2) 人只能前进不能后退。

(3) 人不能离开方框。

(4) 只能绕过对方一个人，不能绕过两个人以上。

(5) 一个方框内只能有一个人。记下每队完成所用的时间。

将所有会员分成六组，每组1人，由两名负责人计时，在规定的时间内，看哪一组摘的桔多且未破坏桔树，进行适度奖励。

## 初中户外游戏策划方案设计篇二

### 一、活动目的：

- 1、团队激励，鼓舞斗志，挖掘个人潜能，增强凝聚力；
- 2、营造、烘托组织气氛，促进战略分享，增强集体荣誉感；
- 3、正确认识潜能、体会团队与自我潜能的突破；充分融入团队，增强归属；
- 4、增进了解、加强沟通；增进目标认同，激扬团队士气；

二、参加人员：公司全体员工及各子公司职工代表。

三、负责部门：公司行政人资部

### 四、活动具体方案：

（一）地点：

（二）时间：拟定

20\_\_年x月\_\_日

（三）活动方式：

- 1、随机分组开展拓展活动；
- 2、全员集体活动、队伍比赛制；
- 3、分享经验与心得。

（四）活动日程安排：

时间

活动流程

活动意义

负责人

备注

实施破冰

讲解活动注意事项及活动安排

1. 以上项目的安排，可根据团队情况作适当调整。
2. 方案里边标明的拓展科目所用时间段为大致用时，具体用时以实际用时为准。
3. 获胜小组可获得相应的奖品或奖金。

## 初中户外游戏策划方案设计篇三

金箍棒

### 一、游戏背景

大班的孩子特别喜欢跨跳、跑等动作，每当他们看到教室里面放着中班做操用过的金箍棒器械时，都想去玩一玩、跳一跳等，看到孩子们兴致勃勃的可爱样，引发我设计了“小猴玩棒”这一体育游戏，让孩子在自由、宽松、愉快的环境中体验身体运动的乐趣。游戏中，引导孩子们充分发挥想象不同方法，并随着情节的不断丰富与深入，逐步提高动作难度和运

动的负荷程度，使肌体协调、灵活。

## 二、过程实录

1、探索金箍棒的多种玩法，发现并分享成功的方法。

2、学习利用器械练习助跑跨跳动作，发展跨、跳、跑等综合能力，锻炼腿部力量，发展身体协调性。

3、体验与同伴合作的快乐，培养勇于挑战的精神。

能用个别、小组合作等形式探索金箍棒的多种玩法。

学习利用器械练习助跑跨跳动作，发展跳跃、奔跑等综合能力。

1、物质准备：幼儿人数相等的金箍棒、纸球、录音机、音乐三段。

2、空间准备：游戏前检查场地上是否安全，幼儿的衣着、鞋袜是否合适。

1、开始部分：热身运动教师：天气真好，今天我们要变成一只小猴子，带着金箍棒一起出去玩喽(音乐律动)

2、基本部分：

(1)自由探索金箍棒的玩法教师：谁来介绍一下你的玩法？

(2)合作玩金箍棒教师：合作玩金箍棒进一步探索玩法，结伴说说合作玩的方法并进行示范。

(3)小猴练习本领“助跑跨跳”小结助跑跨跳：两手放两边，距小河5-8步，跑到小河前，一只脚用力蹬地，另一条腿跨跳过小河，单脚落地，保持平衡。

(4)小猴运果子，练习向指定方向助跑跨跳教师：小猴们真能干，都认真地练了助跑跨跳的新本领，现在要带你们去运果子，让我们一起用刚才练的本领出发吧！

(5)比赛：看谁运得快(交代游戏规则)

3、结束部分：

“今天，我们的小猴本领真大，真为你们高兴。”听——，你听到了什么？(舒缓音乐)坐下互相捶捶腿，放松自己。(舒缓音乐)

4、游戏延伸：

金箍棒不但可以帮助我们锻炼身体还可以变出很多的数字呢！我们一起和好朋友合作拼数字。

## 初中户外游戏策划方案设计篇四

快乐的赤脚游戏

1、探索赤脚在沙中河水中游戏的方法，体验赤脚游戏的乐趣。

2、懂得赤脚游戏的好处，游戏中能克服困难，注意安全。

玩沙池和玩水池。

1、引发幼儿赤脚游戏的兴趣。

夏天时人们愿意赤脚走路游戏，想想看，光脚游戏有什么好处？

2、玩沙游戏。

(1)幼儿赤脚在沙上走，说一说自己的感受。(麻麻的软软的

感觉，碰到小石子有点痛的`感觉)。

(2) 踩脚印。用脚在沙上踩出各种脚印，并与小伙伴交流自己的作品。

3、玩水游戏。

(1) 幼儿赤脚在水里走，说说自己的感受。

(2) 玩水球。

4、结束。将脚洗干净，擦干净回班。

## 初中户外游戏策划方案设计篇五

### 跳跳小袋鼠

1、练习多种跳的方法：单脚跳、双脚跳。

2、通过游戏中不同障碍物的设置，尝试多种跳的'方法。

3、乐意参与跳的游戏，并努力克服困难，一直跳到结束。

圈若干、椅子两把。

一、准备活动。

师：请幼儿手拉手围成一个大圆圈，大家边唱歌边跳跃，可以手拉手跳，也可以自己叉腰跳，教师注意在过程中引导幼儿按照儿歌内容变换跳的姿势。

二、游戏活动：“跳跳小袋鼠”。

1、幼儿扮演：小袋鼠，教师带领幼儿原地练习单脚跳及双脚开合跳。再将幼儿分成数相等的两队站在场地的一端，另一



端两把小椅子。

2、游戏开始前，教师先师范讲解动作要领及过程，让幼儿明白游戏的规则及玩法。

游戏开始，排头的两位先单脚跳过圈，再绕过弯曲的小桥(即绳子)，再进行开合跳圈，最后绕过小椅子，跑回自己的小队，拍一下第二位幼儿的手，站至对尾，第二位幼儿继续进行第一位幼儿的动作。

三、放松活动。

教师带领幼儿边唱边进行游戏“袋鼠跳”。

附儿歌：跳跳歌

跳跳跳，双脚跳，

跳跳跳，单脚跳，

跳跳跳，转身跳，

天天跳，身体棒。