

# 最新户外活动的方案(大全7篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 户外活动的方案篇一

**【活动目的.】**丰富员工业余生活，增加集体向心力，通过活动，使大家加强了解增进感情。

船山集合。

**【路线介绍】**船山在古代是天然避风港湾，因其山形像船而得名。传说陶渊明就是在这里写下了《桃花源记》。“山不在高，有仙则名”船山的三宫顶是传说中三元大帝的化身，历来倍受人们崇拜。“客至船山，一生平安”便是出自于此。山上有“阎王壁”、“帘洞”、“滴水崖”三处，形成三折瀑布，统称“船山飞瀑”。到达船山后安排在农家包饺子，自助烧烤，周边茶园、篱笆、水库等风景浑然天成。

**【活动流程】**户外景区穿越、浏览景点、包饺子、打牌、钓鱼

**【活动预算】**合计：320元，人均16元（按20人算）

矿泉水：约20元（1瓶/人）

餐费（饺子、烧烤材料）及饮料：约300元（15元/人）

**【人员安排】**活动负责人：陆晓青

购买菜品、矿泉水负责人：刘艳青

条幅制作：孙欣磊 发放食品负责人：陆晓青 药箱负责人：刘芸

说明：负责人在发车时清点人员后出发至船山。

【活动人数□xxxxxxxxxx□详见人员名单）

【车辆安排】宝来x几个，尼桑x几个，别克x几个。

【特别说明】：游玩时不得私自脱离团队。

## 户外活动的方案篇二

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、游泳环节泳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、因春秋季节早晚温差大；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

## 户外活动的方案篇三

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。

## 户外活动的方案篇四

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，并确定能和他一起来的学生和家。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

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、优惠券、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

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。

## 户外活动的方案篇五

组织策划：

裁判长：

裁判：

主持：

医务：

后勤保卫：

器材准备：

二、

1、个人项目:以办公室为单位组队共七队(学前班及一年级队6人、二年级科任队7人、三四年级队7人、五年级队8人、六年级队7人、教导处队6人、行政后勤队6人),每队每项目报2-3人,每人限报1项。

2、集体项目:学前班及一年级队6、二年级科任队7、三四年级队7、五年级队8、六年级队7、教导处队5、行政后勤队5,共七队。

1、集体项目按一等奖一名;二等奖两名;三等奖四名予以奖励。

2、个人项目取前三名颁奖。

3、参赛选手颁发参与奖。

1、召开各年级组长会,组织学习活动方案,要求分组落实,组织报名,4月23日上午将报名表上交到校工会。

2、4月27日下午,召开领导小组和裁判组人员会议,制定和分解运动会的任务、场次、时间和规则。

3、4月30日再次召开年级组长会议,将活动安排计划和比赛规则等有关事项反馈到年级组。

4、根据报名情况,临时抽调部分教师协助裁判工作。

## 户外活动的方案篇六

### 绿道骑游烧烤

为营造健康向上的企业文化,打造一个团结、朝气、高效的团队,增加每位员工的归属感,进一步促进员工之间的沟通。

二〇xx年x月x日早上9：00-下午4：00

绿园

公司全体员工自愿报名参加

1、绿道骑游

2、农家乐自助烧烤

3、自由活动

4、聚餐（暂定）

1、参加人员自备自行车（无自行车员工可到起点租用，租车费用自行负责）。

aa制100元/人

7：30食材购买人员准时到美好家园门口集合，购买食材；

9：00全体参加人员于交易中心集合；

9：10出发；

9：40到绿道入口处等候（需要租车同事可租用自行车）；

9：50从绿道入口开始骑游沿途可观赏绿道风景，领略夏日春景，感受大自然魅力；

10：30到达烧烤农家乐；

17：30（暂定）聚餐1、火锅2、连锅；

19：30结束愉快的行程；

- 1、此次活动为户外运动，参与人员务必准备合适服装（以休闲、运动为最佳）相机以及必要的用品。
- 2、绿道、农家乐植物较多，请准备好防蚊用品。
- 3、必须严格遵守时间规定，并准时到达集合点。

## 户外活动的方案篇七

周末两天

东星集团职工

1. 下坪仙人谷（仙人谷风景旅游区位于中方县下坪乡境内，距离怀化市城区21公里。风景区由峡谷、溶洞、奇山异石、飞泉瀑布、幽幽溪水组成，集“奇、险、幽、特”于一体，有大小景点二百余处，是五溪风景区重要组成部分。）2. 迎风公园（具备勇士过河，走钢丝等场所带给，）

项目达成目标：  
• 激发员工的潜能，激励其热情和斗志，培养其获得成功的信心和勇气。  
• 在员工中构成良好的团队氛围，促进团队成员之间的相互了解和沟通。  
• 帮忙员工构成良好的工作理念和习惯。  
项目培训功能：  
• 挑战参加者智力、体力、心理的综合素质，考验其压力之下做出决策和解决问题的潜质。  
• 加强参加者团体精神、合作意识的建设和培养，增强彼此间的交流。  
• 强化员工“分析任务、明确目标、研究方法、锐意创新、制定计划、合理分工”的工作模式。  
• 回归自然、放松身心、休闲娱乐。

为了更好的到达培训效果，我们将培训分为四个阶段：

第一阶段：破冰游戏（活跃气氛，打破僵局，加速团队成员间的了解和沟通，培养团队的支持和信任）项目安排：1.

【说】全体人员围成一圈，每个人都把自己名字前面加上一



个修饰词，但不能重复。然后第一个人说出：如坚强的汪庆胜，第二人要之后说：我是坚强的.汪庆胜后面的漂亮的xxx[]第三人说：我是坚强的汪庆胜漂亮的xxx后面的简单的xxx[]第四人之后说：我是坚强的汪庆胜漂亮的xxx简单的xxx后面的复杂的xxx[]四个人一个循环，错误的要罚节目表演等！如此反复两次，差不多惩罚了一批人后，活动结束。（以幽默来调动气氛，从而为下方的活动打下简单愉悦的基础）

2、【人椅】全体人员围成一圈，每位同事将双手放在前面一位同事的双肩上，请每个人让自己的脚尖顶在前面人的脚后跟上，听从培训师的指令缓缓的坐在身后同事的大腿上，坐下后，培训师再给予指令喊口号：或分组后每组确定一个自己的队名，一句自己的口号。看看哪组能够坚持最长时刻。（是否能即使调整自己的精神状态？是否有依靠思想？团队合作的重要性）

3、【扯龙尾】分成几个小组，排成一列，手放在前面那人的肩膀上，在最尾的人背上挂上彩带（需备此道具和别针）。游戏开始后最前面的人要去捉其他组尾的色带。若捉到别队的尾巴，则两组并成一组，一向到全部并成一组为止。最后为优胜者。（游戏之中每组都处在守和攻的转变中，如何处理这种变化？过程中手不能松开。务必要配合默契，和谐行动）

第二阶段：个人突破（以个人挑战为主，建立对团队的信任）

2、项目安排：【穿越雷区】在平地上画出相隔4米的平行线。每组要透过间隔，只能碰地面三次。电子雷区，碰到地面就会发生爆炸。团队怎样透过或身体的哪个部位着地都无限制，只要求总着地三次。（当遇到困难时我们就应以一个什么心态来应对呢？培养冷静的分析和解决问题的潜质，组员要相互信任充分协调才能完成任务。

第三阶段：团队【娱乐竞猜】每组选一个人出来，面队小组

队员，给每个人一顶帽子上写着一个名人的名字。其他人不能说。从一号开始猜，务必要问封闭性问题，如：他是政治家？等。只能是用是或不是回答。猜错就轮到下一个。谁最先猜出的为优胜者。幽默乐观的训练学动物园里的动物叫声：两坐的人互相发声，彼此盯着看，目光不能转移，同时嘴巴大声的学动物叫，至少10秒钟。在这个简单的游戏中，你的感受如何？你是否既感到幽默又感到尴尬？狮子，狗，公鸡，猪，牛，羊等等杀人游戏等很多其他培训类小游戏。

- 1、培训活动在室外进行，请着户外装、户外鞋或宽松、方便活动的服装。
- 2、戴眼镜的同事应备有防跌的眼镜架或准备小绳加固眼镜。
- 3、队员中有心脏病或高血压病史的请事先声明。
- 4、培训期间请不好离开您所在的小组单独活动。