

最新海洋研学实践活动 野外活动方案(通用10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

海洋研学实践活动篇一

因为你您在开阔的地方宿营，所以一定要把下一条露营技巧牢记于心：这将有助于保护和维护自然环境，使我们和子孙后代都能共享自然之美。不留痕迹就是说应该在离开之前收拾干净营地，使生态环境不受侵扰。饭后要彻底清理，食物要远离地面。

尽管这看起来像是常识，您也有可能做不到上述那样不留痕迹。如果预先计划和准备是一个小队去旅行，确保你们的活动范围要离开河流和湖泊至少60米。按照预先制定的路线和营地来旅行和露营。把固体废弃物掩埋到地表以下15到20厘米的位置。洗澡或者洗刷餐具也要离开河流和湖泊60米。用过的水要进行过滤，把滤出物放进适当的废品收容器里，然后把水泼洒到四周。不要破坏您找到的遗迹和自然景观。营地面积尽量要小，使用建好的火堆，用火炉做饭。远离野生动植物，不要随便喂动物。

海洋研学实践活动篇二

野营拉练

策

划

书

冶金学社

二〇一二年十月二十四日 一、活动背景：

每个季节都有不同的感想，而深秋，对人们出行有了自然而然的亲切感。秋天的山平添了许多浪漫的诗意，于是我想在10月底，让冶金学社全体社员来一次登山活动。这不仅可以让呼吸到大自然的清新空气，也可以让我们体验到运动的快乐，也是为了增进新社员间的友谊。

二、活动主题：

攀五泉之巅，增社员之情” 三、活动时间： 2012年10月27日。四、活动地点：五泉山公园。五、活动人员：

冶金学社全体成员。六、活动目的：

(一)丰富社员课余时间，提高社员身体素质以及团队合作精神 (二)让同学们掌握户外运动的技巧,利于学生之间的友好发展。(三)培养社员不怕苦、不怕累、齐心协力、团结互助的精神,体现当代大学生积极活跃的精神面貌。七、活动流程：

(一)预定好校车，统一前往五泉山公园。

(二)全体社员当日早晨7点在指定地点集合,各部长清点人数,提前传达注意事项和活动目的,以部门为单位,各部长负责。

(三)到山脚时,依次有秩序上山。

(四)爬山,爬山过程中各部统一行动,做好拍照工作,要有秩序,注意安全。

(五) 休息，建议休息30分钟后开展活动。(六) 开展娱乐性活动:无固定时间，若爬山用时过长，可对时间进行压缩，若短也可增加。(娱乐活动各小组可唱歌，玩游戏。但要注意安全)(七)午餐用时50分钟，可与娱乐性活动相结合。(注：午餐由各部长提前打好包装，带到目的地。)

(八)自由活动，原则上不允许单独活动，可以结伴活动，也可以社员之间互相认识互相交谈，看书或其它。

(九)同学感言，再次集聚，每人表达此次登山活动的感想和收获。

(十)拍照留念。

(十一)集体统一下山，有序进行，注意安全。

(十二)回校 八、活动安全：

(一) 我们沿着正规的道路前进而不是抄小道，因此排处很多危险。

(二) 我们是团队行动，每小组必须有部长跟随，在途中如有人有事离开必须向说明原因和回来时间，防止人员走失。

(三) 各部需带好午餐饮用水以及桌布等。切记保护环境，下山前将垃圾收集起来，统一处理，不得乱扔。

(四) 登山是一个集体行为，不要以自我感觉体力良好而一往无前，忽视了落后的队友。

(五) 尽量空出双手，要求身着长袖长裤，穿登山鞋或轻便平底鞋。

九、经费预算：

冶金学社

二〇一二年十月二十四日

海洋研学实践活动篇三

今天全班同学及班主任的一致决定，决定到校外烧烤店举行烧烤计划还决定邀请所有任课老师参加此次活动。

一、分组，以寝室为单位。

1、芦雄慧、方涛、杨涛、刘玉龙、张舟、林英赞、陈剑、胡洪铭、胡港男、王芝明、。

4二、烧烤注意事项：

1、不能随便扔垃圾

2、不得过分打闹，不得私自行动

3、不能拿食材当武器，也不许浪费

4、中午12点半集合5、在校外必须听从班干部和老师的管理

6、如有急事必须向老师或班干部请示

三、食材、工具

2、刷子、烧烤铁网、油刷、一次性纸杯、桌布、锡纸、纸巾、竹签、煤炭、打火机。

四、活动策划人

林英赞，班主任（李婷婷），胡洪铭

五、活动过程

周二中午12:30前在教室集合，在此之前，做好班级寝室所有的卫生。以小组为单位在教室门口集合，小组组长领物品，班委带队出校门！

地点：小水坝！

各组找到地点后就可以点火开始准备，每个小组组长已经将本组成员每个人做什么事落

实到位！

大概4点，差不多时候拍集体照！留念！卫生工作将所有垃圾装进垃圾袋！整理工具，带队回校休息！

六、小结

通过本次集体活动，可以让班级的所有成员参与其中，不仅锻炼了班委的组织能力还能体现出班集体的团结动手能力！

2012年10月30日班级：12电器（2）班

海洋研学实践活动篇四

1、大学生野外生存之露营活动策划书

一、活动意义

野外生存就是通过一系列的富有挑战性的个人项目.具有艰巨性困难性的团队项目，让成员全身心地投入，仿佛真的置身其中，通过这种培训方式，激发成员内在的潜能，强化个人的心理素质和应变能力，不断地认识自我和超越自我，同时让成员感受到个人与团队唇齿相依的关系，真真感觉到一个团队的力量，已达到增强全队活力、凝聚力和创造力。

3. 增强体魄，锻炼坚韧不拔的意志.；
4. 培养团队精神，提高动手能力；
5. 掌握野外生存知识，学习野外生存技巧和野外急救方法。

三、地点

黄峪沟(交大野外生存班每年去的地方，这个季节里风景怡人，所以成为我们进行野外生存的首选。)

四、时间五月12到13号(如有雨，则向后推)

五、行程路线及时间安排

具体时间与路线

07:20---07:30

图书馆前集合、报数、合影

7:30-8:20

出发到兰工专

到目的地

休息

熟悉环境、放松、游戏

搭帐篷、用餐

游戏，篝火晚会

6: 00-7: 00 早餐

7:00-8:00

登山比赛、生态摄影

8□30-9□00

收拾行李

六、活动对象及分组

此次活动面向军事爱好者协会成员，自愿报名参加，预计人数在30人左右。分为4组，每组一人组长，8人组员，组长负责联系组员，并在集合、乘车清点组员，发现组员有却，即刻告知露营总负责人。（相约雨季信守花开一诗歌节策划书）

七、活动准备

前期准备

1. 踩点

杨伟伟前往黄峪沟，熟悉环境，选好露宿地点，询问并弄清楚当地物资情况。

2. 装备租用

魏周梅同学联系租用露营装备，确保周五装备到手。李永峰同学联系包车，确保车准点到。

3. 准备应急物资

刘津津同学准备应急物资，包括手电、驱虫剂、花露水、创可贴、感冒药等。

4. 露营娱乐策划

何攀同学负责露营娱乐游戏方面，游戏要有可行性，尽量保证大部分同学参与到游戏中来，游戏安全系数要高，尽量少用道具。

5. 分配部署工作

周五晚9:30点，军协同学聚在一起，分配部署工作，讲解露营注意事项，发放本次露营同学同学录及工作安排(另见露营活动工作安排表)。(自带餐具，外套，水杯，防晒霜，雨伞)

活动中

按照时刻表并根据实际情况安排活动进展，游戏环节参照游戏清单。

八、注意事项

1、出发前通知所有同学把手机充满电，魏周梅方备份好所有人的联系方式，活动过程中请同学们手机保持开机状态，以便及时联系。 2、活动期间采取班长负责加组长负责，组长协助班长定时清点人数，同组同学相互照应。

3、篝火周围三米内不允许有可燃物。

4、请同学们只饮用带去的饮用水，食用带去的食物。

5、参加集体活动，不支持小团体，独立团，远离露营地点请通知组长，组长酌情上报。

6、严禁私自爬山，做危险性动作。

7、垃圾专人负责回收，严禁乱扔。

8、活动摄影摄像专人负责。

九、经费预算

装备租赁 20元

除装备外，药品外其他食品车费自带。

委员职责：

摄委：拍摄活动过程中的照片(个人照、集体照、猥琐照、艺术照等等)

安委：保障大家的安全，上车前的报数，行进中保持队形，行车经过提醒靠边走等

伙委：安排大家的伙食，买菜，生火做饭。

医委：准备基本药物，对受伤营员进行简单护理。

装委：负责装备的管理，搭帐篷收帐篷，清点装备等。

垃委：负责清理我们在路上和露营点产生的垃圾。

露营的纪律：

1. 遵守纪律，听从队长及负责人的安排。 2. 注意安全，不得擅自离队，单独行动须汇报并征得同意，且三人以上行动。
3. 外出活动要互相帮助，团结协作，要积极融入集体，不搞小团体。
4. 不得随意丢弃垃圾，集体垃圾由垃圾委员统一安排处理。
5. 外出与他人接触，须有礼貌，尊重当地风俗，保持良好形

象。

6. 一定要守时，不要拖拉，听从指挥。

2、夏季野外露营活动策划书

一、活动背景

继龙泉戏水后的再次露营活动，让我们相约在美丽的太平水库，赏荷，品莲，捉捉小鱼小虾，捡捡螺蛳，呼吸新鲜的空气。

二、活动时间

20xx年7月28日晚上

三、活动地点

太平水库边，想游泳的亲，只能偷偷的下哦，在边上玩玩水，捉捉小鱼小虾，捡捡螺蛳还是允许有的。

四、与会人物

招募中！

五、活动流程

7月28日晚，本人（吕凤钗，联系电话□xxxxxxx□□会在6点前在太平新村广场等待各位到来，晚饭请大家吃鱼面（现在还不知道能不能找到大师掌厨）饭后水库边烧烤、玩水、捉小鱼小虾、白花，自由活动啦。29日可以早起看日出，日出下的荷花莲蓬别有一番风味哦，早餐接受点餐，（限包子馒头豆浆三角饼）。接下来的行程自行安排了。烧烤餐具等还需各位亲们提供。想吃什么的，可以提出，也请有经验的亲提

供一下烧烤需用的材料清单，好方便我安排俺家老公去购买。

六、注意事项

- 1、来回路上的咂嘴小吃以及饮料、水，请自备；
- 3、没有帐篷的请自行租借，租借费用个人承担；
- 4、活动产生的垃圾请带回，村子里有垃圾桶，请大家注意保护环境；
- 5、安全，户外活动本身具有一定的危险，请勿擅自离队，并注意自身安全。
- 6、费用aa

七、报名截止时间□20xx年7月27日中午10点

3、野外露营活动策划书

活动全称：微笑志愿者团队野外露营活动

活动目的：

微笑志愿者团队成员主要以成都理工大学工程技术学院学生为

主，成员分属各个不同专业，因此团队成员间彼此交流、沟通机会较少，为促进成员间交流、沟通、对平时工作开展中存在的一些问题进行讨论解决及团队未来发展方向进行探讨。其次，微笑志愿者团队与乐山市qq志愿者协会同属公益性组织，并且两者间联系紧密，通过两者成员的交流、沟通，探讨更好的合作方式以及双方经验的相互借鉴从而更好的开展今后的活动。最后，希望通过本次活动能够更好地锻炼团队

成员间协调、合作及其他各方面能力，从而能够在今后活动中更好的完成任务。因此决定开展本次野外露营活动。

举办机构：

主办单位：乐山市微笑志愿者团队

合作单位：乐山市qq志愿者协会

参与人员：

乐山市微笑志愿者团队成员

乐山市qq志愿者协会会员

热心于爱心公益事业的学生、社会各界人士

活动形式：

以野外露营、野外生存为主体

微笑团队□qq志愿者协会、爱心人士交流会

分组进行各项目竞赛（详见附表.1）

亲近大自然（游玩）

露营地点：

活动时间：

报名时间□20xx年09月xx日--20xx年09月xx日

活动准备□20xx年09月xx日--20xx年09月xx日

露营时间□20xx年09月xx日--20xx年09月xx日

活动负责人：

活动总负责人：

活动策划：

活动报名：（通讯录制作、联系参与活动人员）后勤组组长：
（财务、物资采购、露营装备、交通）活动组组长：（交流会开展、活动竞赛组织）第一小组组长：

第二小组组长：

第三小组组长：

活动流程：

活动报名□20xx年09月xx日--20xx年09月xx日，负责人

汇总报名人员详细信息后制作电子表格交与总负责人。

露营人员分组：由总负责人及相关人员对成员进行分组并及时公布分组结果以便后期活动开展。

20xx年09月xx日--20xx年09月xx日各组负责人开展各自准备工作并定时汇报工作进展状况，确定工作完成时间。

20xx年09月xx日早上xx:xx参与活动人员准时到达预定地点，并由活动总负责人讲解相关事宜并再次强调注意事项□xx□xx准时出发前往露营地。

20xx年09月xx日到达露营地后各小组负责人选址搭建帐篷，后勤组分发各组物资，活动组着手准备活动内容。

20xx年09月xx日xx:xx露营结束，乘车返回乐山市区。

20xx年09月xx日到达乐山返回各自居住地后参与人员向活动总负责人发送到家短信或打电话告知。活动总负责人统计到家人数，并核实未到家人情况。

总结报告：微笑志愿者团队成员各写一份活动总结交与活动总负责人，活动总负责人汇总后总结上传至团队群共享。

活动经费：

活动经费由参与活动人员各自上交元于后勤组组长，露营结束后由后勤组结算，多退少补。并制作财务收支报表上传团队群空间。活动经费预算：

注意事项：

出发当天或者接下来几天时间露营地点如果出现恶劣天气，露营计划将进行更改，参与活动人员须时刻保持通信正常等候通知或者询问相关负责人。

参与活动人员须服从各负责人安排，不得私自离开露营地，有事离开露营地须经过总负责人同意，并规定返回时间。各组负责人须及时完成各自准备工作，总负责人负责监督跟进各组准备情况，确保露营活动圆满完成。

总负责人须果断做出决策。必要时及时向社会求助。为保证本次露营计划圆满完成，参与活动人员务必相互理解；各组间须紧密配合、相互协作，杜绝不愉快事情发生。

微笑志愿者团队20xx年08月28日

海洋研学实践活动篇五

20xx年临园一店第一届“快乐工作--快乐生活”员工家属联谊会

联谊晚会的目的是：

- 1、增强员工亲属对于公司及员工工作的了解。
- 2、增加员工亲属对于员工及公司的理解和支持。
- 3、增进员工与公司的感情，强化员工的归属感。

二、主题定位与阐释

快乐工作，员工对公司有归属感，工作的开心；快乐生活，工作得到家人的支持和理解，生活的开心。

三、时间

20xx年7月3（4）日

四、地点

新益大厦6楼平安保险代理有限公司绵阳分公司销售办公室

五、晚会组织单位、参与人、晚会领导工作组成员

主办单位：平安保险代理有限公司绵阳分公司

参与者：公司领导、员工、员工家属

领导工作组成员：

组长：童宇星

成员：何文奇赵晓琪张伟侯婉璐

六、执行方案

人员安排及工作要求

节目策划组

组长：侯婉璐

主要工作职责：负责节目的排练和筛选、会场布置。

在20xx年6月29日以前确定晚会节目和节目顺序编排。

负责会场的设计、布置，并对布置舞台所需物品列出清单。

外联宣传组

组长：赵晓琪

主要工作职责：

在20xx年6月30日以前确定与会的员工及家属的人员情况

后勤组

组长：张伟

主要工作职责：

负责活动费用总预算

负责奖品、礼品及所需物品的采购工作。

负责协助节目策划组进行活动现场整体氛围的布置工作（会

场的设计、布置等)

安保组

组长：张凌峰

主要工作职责：

负责会场迎宾接待和会场秩序晚会后期工作分配

会议结束后，所有会务人员共同打扫清理会场。

【附】家属联谊会主持词

(女)：尊敬的各位嘉宾：

(男)：女士们、先生们、亲爱的朋友们：

(合)：大家上午好！

(女)：夏日，骄阳似火、热情奔放，洋溢着希望；

(男)：夏季，江山多娇、花红柳绿，处处无限生机；

(女)在这充满幸福，充满甜蜜的季节里；

(男)在这充满温馨，充满感激的日子里；

(女)我们有幸请到了您——平安寿险最尊贵的客人；

(男)：首先请允许我代表中国平安梅河404营业组的全体员工，
对您的光临表示热烈的欢迎和衷心的感谢！

(女)您的到来一直是隐藏在我们内心良久的期盼

(男)让我们以最诚挚的心，感谢您，祝福您——

(合)我的朋友，我的伙伴，我相濡以沫的知心爱人！

谢谢!(鞠躬)

(女):同时，我们更感谢您多年来对我们个人及平安人寿的支持与厚爱，为了答谢您这份不变的依赖，为了让您的生活过得更加幸福安康，我们404营业组精心准备了今天的家属联谊会，希望为您带来愉悦的同时，还能略尽绵薄之力，为您在家庭理财方面提供一些帮助。

(男):我宣布:中国平安梅河404营业组家属联谊会踏青结束，进入会程!

(女)为了感谢您在百忙之中光临我们的联谊会，也为了让您度过愉快的一天，下面我们要送出今天的第一个节目。为您表演手语舞《感恩的心》，以感谢您多年来对我们的呵护与关爱!

(男):大千世界，茫茫人海。相识、相知、相爱，缘之所在;能共同携手创建二人世界、三口之家、四世同堂，让锅碗瓢盆交响曲弹奏出和-谐的乐章，归功于夫妻间不懈的追求与奉献。

(女)现在我们要请出所有嘉宾，由每个家庭即兴表演一个小节目，为的是让您能忘却昨日疲劳、体验休闲、享受快乐!不过要附加一个温馨提示，节目数量上不封顶，但下必保底。好，请各位:

(男)说学逗唱，无所不能，八仙过海，各显神通。悠扬的歌声和翩翩的舞姿。见证了每个家庭的幸福与和-谐。今后，我们将继续寻找契机，努力为您排忧解难，制造健康快乐。

(女)：今天我们队伍中就有一位资深的理财专家，她会给您提供一些有益的建议和帮助。她自xx年加盟中国平安人寿保险公司，一直用心经营着这份事业，创造了很多骄人的业绩，她就是资深业务主管、国家投资理财二级规划师，优秀讲师，新加坡理财高峰会会员张玉霞女士。

(男)好，让我们用热烈的掌声，有请本次联谊会的主讲人———张玉霞主任

(女)：张主任的谈吐深入浅出、极富哲理。其中穿插的几个短片，内容生动鲜明、寓意深刻、扣人心弦。有力地诠释了保险理财之重要，使我们从中受到了震撼和启迪，可谓为合理规避风险、做好家庭理财之良策。好，再一次感谢张主任的精彩讲解。

(男)做好明天的规划，让理财成为今天的习惯，通过理财专家生动、生活化的讲解，相信您对家庭理财一定会有新的认识与感受。

(男)普及保险知识，让大家在休闲中受益，足见寿险人对事业的执着。送人玫瑰，手有余香，为的是每个家庭能拥有平安，一生幸福。

(女)踏青、娱乐，其乐融融；

(男)亲情、友情、情意绵绵；

(女)欢乐的时光总是短暂，期待的日子却依然漫长；

(男)无论在何时何地，都希望您能忆起我们今天的相聚；

(女)日后当您从平安人寿保险公司门前经过，希望您能暂停脚步，进来坐坐，我们会在此恭候您的光临。

(男)您无微不至的关怀我们会时时铭刻在心，平安也将永远呵护您的人生。衷心地祝福您身体健康、事业发达、永远平安!

(女)享受生活、休闲娱乐、远离喧嚣;

(男)回归自然、陶冶情操、柳岸观槽;

(女)为了丰富今天的郊游，我们避开了以往餐桌上吃腻了的大鱼大肉，特意为大家准备了各式别样小吃，薄酒素菜，不成敬意，请君分享。

(男)席间，大家可以对酒当歌，尽情交流，乘兴感怀;

(女)天下没有不散的宴席，餐饮毕，我们将启程返梅;

(男)再见意味着新的开始，衷心感谢各位嘉宾的光临，让我们在品尝美食中结束今天的家属联谊会，也作为我们再相聚的期待。

(男)中国平安梅河404营业组家属联谊会会程，到此暂告一段落!下面，就餐开始，请各位慢用。

文档为doc格式

海洋研学实践活动篇六

洛阳市伊滨区诸葛一中郭正献

一、活动主题：青春踏春，感受家乡美好；挑战极限，磨砺坚强意志。

2、拥抱春天、拥抱自然，陶冶学生发现美、观察美、热爱美的高尚情操；

3、了解家乡变化，感受伊滨区城镇化建设所带来的丰硕成果，增强爱国主义情感。

三、活动组织

组长：周（校长）

副组长：田（教导主任）马（总务主任）

郭（八年级级主任）宋（政教主任）

成员：王韩李梁梁

曹马郭刘

主要职责：拉练活动方案的起草及实施，制定安全预案，人员的安排，物资准备，车辆调度，各部门、班级间的协调工作，负责召开活动前的工作协调会并明确具体要求，负责拉练活动过程的具体组织、处理突发事件、拉练活动总结。

（一）筹备组：田、郭

职责：1. 活动的方案制定、落实、总结；

2. 协调各领导小组之间工作，协调各班工作；

（二）安全纪律组：宋、李、韩

职责：提前到达各路口，对过往车辆提醒、监督，对途中突发事件做应急处理，对违纪学生进行批评教育。

（三）后勤医疗保障组：马、姬

职责：车辆、校旗、彩旗、班牌、音箱等物资准备，创可贴、碘伏、棉签、藿香正气水等应急医疗物资准备。

（一）时间：4月2日下午1:30—5:50。下午1:30集合，简短强调注意事项—1:50出发，4:00薰衣草庄园、伊滨公园，4:30返回，5:30校园集合，5:50结束。

（二）路线：

1. 出发：学校东侧小道（向北）——协和路（向东）过道棘路口——梁村北新修

南北路（向北）——希望路（向西）——马村——伊滨公园（目的地）

2. 返回：伊滨公园——马村南（向东）水泥路过高速路涵洞——司马村西土路（向

五、拉练活动具体要求

（一）参与学生名单确定（各班班主任与家长共同确定）

1、有下列情况之一者，不得参加拉练活动：

（1）身体有不宜长途跋涉的心脏病、肾病、心肌炎、高烧、哮喘等严重疾病的；

（2）严重扭伤、摔伤等不适宜参加强体力活动的；

（3）女生正处于特殊生理周期的；

（4）其他不宜参加长途拉练活动的情况；

2、所有参加学生要自愿在《拉练活动自愿书》上签名。

（二）拉练队伍行进要求

1、队伍最前面由郭、马、姬（车牌号_____）；队伍

最后面由周、田垫后（车牌号_____）。车辆正面设置本次活动主题。车辆距学生队伍约50米，尤其是弯道处应作停留，提示过往车辆注意安全。

2、每班两路纵队，行走公路右侧，有人行道的则走人行道。

3、各班队伍前面举班牌和彩旗，各班拉练口号自己负责设计。

4、班主任、跟班教师必须跟随所负责的学生小组，不能让学生脱离视线。

5、到达目的地和返回时各班要清点人数，有问题要及时报告给领导小组以求妥善处理。返回途中任何学生不得离队回家，应全部返校集合后再放学。

(四) 返校后要求

1、回到学校后班主任清点人数，注意学生身体状况，一旦有情况立即上报领导小组。

3、初二语文组负责撰写本次活动的新闻，制作电子影集并上传中心校博客。

六、拉练活动出发仪式（主持：田）

1、4月2日中午1:30，每班按两路纵队集合，跟班教师要求全部到位。

2、年级主任郭对拉练活动进行纪律、安全教育。

3、学生代表宣誓。

4、班主任及周校长分别授旗。

5、周校长命令队伍出发。

伊滨区诸葛一中2014.3.30

野外拉练活动安全应急预案

为了切实加强学生外出活动的安全管理，及时消除各类事故隐患，避免重大安全事故的发生，确保学生外出社会实践活动中出现突发事件时能够及时、迅速、高效、有序地做好应急处置工作，最大限度地减少事件影响，特制定本安全应急预案。

一、组织机构

（一）应急领导小组：

组长：周（校长）

副组长：田（教导主任）马（总务主任）

郭（八年级级主任）宋（政教主任）

职责：加强外出活动的安全教育，强化外出活动的安全管理；明确职责，完善各项措施的落实；在突发事件处置工作中统一指挥、果断决策、协调各方力量进行应急救援，控制事态发展，把突发事件造成的损失降到最低。

（二）应急工作小组

组长：马、宋

成员：姬、李、韩

职责：负责事故现场的警戒，保护事故现场，疏散人员、车辆，维护现场秩序，阻止无关人员进入现场，配合派出所、卫生部门施救，防止事态扩大。引导全体师生迅速转移到安全地带，并负责重要物品的看守工作。

（三）善后处置组：

组长：马、田、郭

成员：相应班级班主任、小组负责教师

职责：负责师生及学生家长的思想工作，做好伤病师生的安抚、慰问工作；配合相关部门调查，恢复正常的教学秩序；联系保险公司，对事件学生进行理赔，处理各种善后事宜。

二、预案措施

（一）安全预防措施

1、实行学生外出活动上报审批制度。组织学生外出活动必须制定详细的活动方案和安全应急预案，经学校行政会通过，报请区教育局安保科审核批准方可实施，安全应急预案报区教育局安保科备案。

2、外出活动前要做好对学生三个层次的安全教育：全体学生集中教育、班主任班级教育、随班教师小组教育。增强学生的安全意识和自我防范能力，培养学生遵纪守法、讲究秩序和社会公德的良好习惯。

3、随队教师应督促和检查外出活动安全措施落实情况，不得擅自离学生，随时掌握学生情况，遇到险情及时做好学生的安全疏散工作，并向有关领导报告。

4、所需车辆要求司机必须具备相应的驾驶资格，驾驶经验丰富、技术熟练，车辆车容、车况、安全性能良好。

5、外出活动前，学校应派专人沿拉练路线实地察看活动场地确保师生人身安全。

（二）应急处置措施

1、一旦发生意外伤害事故，第一目击者立即报告外出活动应急领导小组。报告内容必须准确全面，要包括具体时间、地点及简要情况。由应急领导小组确定启动应急预案，并及时向上级有关部门上报。

2、突发事件发生后，活动组织人必须主动承担起责任，在场工作人员必须立即按分工实施处置工作。

(1) 不能正常步行师生要就近乘坐随队车辆；

(2) 需要及时就医的积极送医或联系相应医院救护车（镇卫生院67418120）；

(3) 需要保护现场的应做好现场保护，等待有关部门了解、勘察。

（三）善后处理措施

1、现场负责教师及目击证人应配合有关部门了解事件的真实情况，进行文字记录、现场拍照，掌握好知情人员姓名、住址、联系方式等资料，为查清突发事件的起因与经过提供第一手材料。

2、事件发生后，学校要及时做好学生家长 and 受伤教师家属的思想工作，同时做好宣传教育工作，澄清事实，引导舆论以正视听，防止师生的惊恐和社会上的谣言等，维护社会秩序和校园安全稳定。

3、通讯联络组必须及时写出事故书面报告，经应急领导小组审批后上报区教育局安保科。报告内容：事故发生的时间、地点、伤亡人数、事故的简要经过、事故发生的原因、事故发生后所采取的措施，并根据事故现场受伤人数发生变化情况，及时进行情况补报。

注意事项

一、班主任和跟班教师

1. 各班积极动员，让学生充分认识活动的意义。
2. 强化学生安全意识，确保参与拉练活动师生的人身安全。
3. 班主任全程跟班，跟班教师全程负责本小组学生的管理。密切关注学生的活动情况，发现问题及时报告。做到出发点名，返校清查人数，速度均匀，保持适当的班距。发现确有病情的学生，要劝其上车，不得掉队。
4. 教育学生有序地开展活动，做到讲文明、讲互助、讲安全。
5. 审查学生身体状况。对身体不适或患有疾病的学生，允许其不参加本次活动。
6. 教育学生爱护公物，保护环境。严禁攀摘花草树木，乱丢垃圾，每班、每生自带保洁袋，返回时将垃圾清理干净，并送到指定的垃圾点。
7. 活动中班主任及跟班老师必须保持通讯畅通。带上学生的通讯录。

二、学生准备及要求

1. 学生准备运动鞋、纯棉线袜一双；每名同学尽量只带矿泉水2瓶、干粮一袋；双肩背包一个；垃圾口袋一个，干毛巾一。
2. 各班举自己的班牌、彩旗，两列纵队靠公路右侧行进，杜绝私自活动。
3. 爱护公物，讲求公德，爱护环境卫生。

4. 集体活动不离队，服从安排听指挥；文明活动不奔跑，排队做到快静齐；善于观察多思考，边玩边学长见识。

5. 所带食物、饮料数量恰当、保证质量，休整时饮食要科学，注意勤俭节约，绿色环保。

6. 出行在外，言行举止要文明，避免与他人发生冲突。过路口时要听从指挥，否则将会影响到后面队伍过路口的速度。

7. 拉练活动是一项消耗体能、磨练意志的实践活动，不是随随便便就可以完成好的，参加拉练的每一名学生都要有充分的心理准备。

伊滨区诸葛一中2014. 3. 30 “青春踏春，感受家乡美好；挑战极限，磨砺坚强意志”

拉练活动参加自愿书

我自愿参加学校组织的野外长途拉练活动，保证在活动前做好充分准备，活动中听从老师指挥、服从各项纪律要求；做到安全行进、认真观察、爱护环境；发扬团结友爱精神，树立阳光坚强形象；感受家乡美好，磨砺坚强意志，爱我伊滨新区、爱我诸葛一中。班学生签名：

第1组：

第2组：

第3组：

第4组：

第5组：

第6组：

第7组：

第8组：

第9组：

第10组：

第11组：

第12组：

海洋研学实践活动篇七

最重要的一条露营技巧是：天黑之前一定要扎营。您需要按照自己的想法来决定营地的类型，不管是帐篷、野营车还是小屋。一些冒险者直接以天为盖，睡在简单的吊床上。如果这对您来说过于艰苦，那么可以在露营冒险时考虑带个帐篷。尽管帐篷是露营中最基本的住所，但是如果适当做好准备，它也是很舒适的。最好向户外运动商店的销售员咨询一款最适合您需要的帐篷，适合与否取决于帐篷的大小、形状以及重量。记住：帐篷越大并不意味着越好——毕竟您要把它带到营地去。在家里一定要先试一试帐篷，检查一下是不是存在问题，这样在露营时就不会遇到麻烦。带上备用的帐篷柱以防万一，柱子坏掉的情况时有发生。晚上打开窗子或者拉开两个小口，防止帐篷里面过于潮湿。带上一个旧的浴室帘（尺寸要比帐篷地面的面积略微小一些），这样如果下雨就能铺在地上保持地面干燥。

海洋研学实践活动篇八

一 活动形式：野外拓展活动 二 活动时间：一天半

三 活动地点：明阳天下活动营野外基地（景区介绍详见

云蒙山位于密云县与怀柔县交界处。距北京85公里，仅须2小时车程。探险资源极为丰富。

四 活动人数： 40人左右

五 活动目的：以活动为手段，使队员在活动中进行体验和感悟，并诚恳地分享成功和失败，在活动中体验有效沟通对工作的作用，并初步解决团队中普遍存在的危险沼泽。活动设计思路：

1、增强团队的沟通和凝聚力，营造快乐轻松的活动氛围，实现基本沟通沟通；

日夜兼程

活动营提供：背包、帐篷、睡袋、防潮垫、门票、保险、全程向导。

自备要求：由于山区昼夜温差较大，需要队员自备旅游鞋、外套、两双棉袜、洗漱用品、方便餐具、自备食品、手套、照明用具。

敬告队员请勿多带物品

活动安排：（根据现场的变化调整时间进度）第一天：

08：00 自北京出发，明阳天下活动营开营；

10：00 到达云蒙山国家森林公园门口，分发个人

在晚餐活动中安排【i love you】、【开火车】，【做皇帝】等娱乐助兴活动，使队员在明阳天下的环境中完全释放，对于缓解紧张的工作压力，极有益处。

20:30 篝火晚会(备选),卡拉ok,疯狂迪斯科,歌曲对唱———。经过一天的活动,所有队员都放开心胸,将过去的将来的细细回味。瞌睡的人可以入睡,夜猫子们围在火堆边畅谈心声,我们还有玄机重重的【天使在行动】等你进行到底——第二天:

12:00 怀着胜利的喜悦,再次上路.一路在笑语欢歌和相互帮助下向前行走.13:00 不知不觉中,我们已经到达了对家河村,可以在此享受到一顿丰盛的农家饭.整装后,行走在平坦的山路上,观赏着云蒙峡谷的美景.15:00 到达云蒙峡停车厂.

【感恩之路】,让我们默默记住彼此的扶持…… 15:30 返回北京。

明阳天下活动营提示:

- 1、以下疾病请提前如实告之:高血压、心脏病、低血糖、癫痫等心血管或突发性疾病。(如未告之,出现事故本公司将不承担任何事故责任,由本人承担主要责任)
- 2、个人着装:休闲装,最好是耐磨运动服、运动鞋(高帮保护脚腕),女士不要穿裙子(行动方便)。
- 3、个人携带物品:双肩背包、个人药品以及个人洗漱用具。
- 4、贵重物品:尽量不带,否则保管好自己的物品,防止损坏丢失现象发生。
- 5、个人安全:服从工作人员安排,不得擅自行动,出现事故将由自己承担。
- 6、环境保护:爱护环境、不乱丢垃圾,注意防火。
- 7、活动安排明细表最后确认书由对方负责人签字,在活动中(除特殊原因,如:雨雪雾雹天等)对方任意改变项目安排,

导致培训效果下降应由对方负责人承担责任。

明阳天下活动营提供：

- 1、第一天中午的自热食品，指导老师全程陪同服务。
- 2、经过反复实践论证选出的科学合理的拓展场地、设施。
- 3、提供野外救护及药品，消毒备品的提供。
- 4、保险：十五万元人生意外伤害险+2千五百元医疗；

安全保障简介

——我们关心的第一件事。时刻保持警觉并以专业态度、专业手段保证每一个细节性。安全对拓展训练不仅意味着完善的体系，严密的制度，它更是我们企业文化的一部分，已融入到拓展人的日常工作和生活习惯中。

安全对训练不仅意味着规章制度，它是我们企业文化的一部分，已融入到员工的日常工作和生活习惯中。富于经验的培训师严格地依照安全程序指导、监控活动的全过程。

关键的训练器材，全部使用由国际权威的户外运动装备安全认证机构遵守器材的检查和更新制度。

明阳天下把安全保障作为培训第一项重要责任。并时刻保持警觉，以专业的手段保证每一个细节的绝对安全可靠。

在培训期间，安全保障是首要工作，所有户外活动均经过精心的设计与实验。各项户外活动的保护装备均使用一流的专业器材，并由专业工作人员进行技术指导。富于经验的教员严格地依照安全程序指导监控活动的全过程。

参训人员应有的心理准备：

a☐积极主动参与各项活动，视成功为目标；

b☐愿意尽自己最大的努力接受各种新的考验，具有不屈不挠的精神；

c☐维护良好的团队士气，诚恳助人，敢于负责；

d☐体察组员的情感，主动沟通和交换训练；

e☐爱护自然环境，遵守培训方规定。拓展训练对学员的要求：

在拓展训练中，建立健康有序的生活模式以及高度安全的训练标准非常重要，因此在培训当中严禁吸烟，饮用烈性酒和参与赌博等活动，在无教练指导的情况下，任何人不得擅自攀爬训练架或尝试各类冒险活动，在参训期间学员自己妥善保管贵重物品或财物，如有遗失培训方概不负责。

培训中的特殊情况：恶劣天气，除非参训开始当天遇到不可抗力的突发事件，培训将不会取消或延期，培训方根据天气的情况调整活动时间或以其它活动代替原有培训内容。

认证的一流品牌，并严格安全保障原则简介

方

针：100%的安全保障。

原

则：备份原则：任何需要安全防护的地方及器械都有备份，确保万无一失。

复查原则：所有的安全保护在准备完成后都要再复查一遍，消除操作失误的可能性。

监护原则：培训师对项目进行中可能遇到的安全问题进行全程监护，将任何隐患消除在萌芽中。

目

标：让安全成为我们的一种生活方式，因为安全与不安全之间没有过渡，只

要踏出100%的安全一步就进入100%的不安全。

安全管理三要素：消除物的不安全状态、杜绝人的不安全行为、控制不安全环境因素

安全器械简介

uiaa国际登山联合会[union international alpine associations]安全检测认证。针对不同装备有详细检测指标，如dynamic 1 rope检测标准要求impact force小于12kn[uiaa fulls大于5 明阳天下拓展提醒您：户外体验式培训存在一定的风险性，虽然任何有责任心的培训供应商都会为您选择合法的保险公司来为您提供意外伤害等保险代理服务。但鉴于生命的价值确实无法以金钱来衡量！所以选择一家有丰富操作经验、有安全保障系统的培训供应商仍至关重要！

明阳天下拓展的安全顾问, 随队医生, 培训老师及安全教练都有着丰富的操作经验。安全顾问, 安全教练均为国家认可的专业从事户外登山等活动的保护人员或职业运动员。随队医生均为临床经验丰富的专业医护人员。特别提示：

户外运动用品：主要包括帐篷，登山旅行包，睡袋，垫子，户外服装，鞋，登山攀岩用品，工具刀具锹具，炉具餐具，照明用品，户外食品，书籍地图，军品，滑雪装备，马具和

其它专项户外运动用品等。

海洋研学实践活动篇九

幼儿园户外招生活动方案

活动目的：

展示幼儿园特色，帮助幼儿园更好的进行招生宣传工作，增加幼儿园的生源。

活动地点：

幼儿园招生范围内人群密集的地方（超市门口，社区，广场等）

活动时间：

傍晚17：00——18:30为宜，时间持续1—1.5小时

参加人员：

幼儿园老师、展示幼儿或家长

物资准备：

舞台喷绘背景（根据场地大小）

易拉宝（包含幼儿园简介，园长教师简介、幼儿园特色介绍，招生政策介绍等）条幅

招生单页/两折页（张）

家长信息登记表

气球（个）、电视机、影碟机、宣传光碟、话筒、音响、录像机、照相机

白板（配大笔画，白板擦，白板笔）

字卡、书，拼板

幼儿展示用的凳子，桌子

咨询台

派发的小礼物（份）

活动准备：

1、确定人员的分工 a: 主持人

b: 展示课老师

c: 协助展示课老师递话筒，抽字卡的老师 d: 负责幼儿安全的老师

g: 咨询和负责登记家长信息的老师 2、通知工作：

1. 提前1-2天在展示的区域张贴活动的宣传单，让家长知道什么时候会有表演

3、可发动本园的家长通知其他家长前来观看，尤其是展示课孩子的家长。

3、准备工作：

4. 表演前半小时播放欢快的音乐和幼儿园的视频文件

活动流程： 1、主持人讲话

2、开场节目（节奏感强、欢快的舞蹈或其他节目），以吸引家长的兴趣

3、展示课：

4、其他文艺节目（舞蹈，体操，相声或快板等），展示幼儿园小朋友的全面发展

5、结束舞蹈（可选节奏感强、欢快的舞蹈或手语操等） 6、园长发言

7、主持人宣布活动结束

8、会后的咨询宣传工作（发放宣传资料，小礼物，现场咨询登记等）

备注：

1、在舞台旁边安排一个咨询台，由幼儿园的园长坐镇，咨询台放有招生

简章、小礼物等。

2、发放气球和招生简章时负责老师要有意识的指引人群到表演场地，并且发放人群是带有小孩的家长。

3、邀请参加展示的幼儿家长到场给幼儿鼓励，同时也起到渲染气氛的作用。

4、参加展示的老师要着园服，戴工作牌，幼儿要集体穿园服。

为了使幼儿体、智、德、美得到全面的发展，以坚持“健康第一”为指导思想，以确保幼儿每天户外活动时间为工作主

线，我们认真贯彻执行园内本学期教研主题“健康体育”为实施精神，营造丰富多采的户外课间活动。本学期根据我园幼儿健康发展需要和体育锻炼需求，设计了丰富多彩的户外活动，活动的开展规范化、游戏互动化。并以户外课间体育活动为辐射点，推动幼儿园体育及其它工作的不断深化。

一、活动目标：

- 1、培养与激发幼儿运动兴趣，让幼儿在浓郁的健身氛围中自觉地参加体育活动
- 2、使幼儿掌握基本的运动技能和方法，促进体、智、得、美等全面发展。
- 3、培养幼儿精神饱满富有朝气团结协作的精神

二、任务目标

- 1、各班以一种体育游戏为主，玩出花样，提高水平，提高幼儿动作的灵活性协调性，全面提升幼儿的身体素质，做到人人都参与、快乐锻炼为基础。
- 2、抓好幼儿园体育特色队的建设，不断进行班级比赛，激发幼儿锻炼的积极性，不断提高幼儿园整体水平。
- 3、积极开展体育特色的实践活动，办出班级的特色，走出一条具有我园特色的教育新路。

三、活动过程

1、幼儿园韵律操

幼儿随音乐做胸腰髋部基础训练组合：小机灵之歌。手臂肩部组合：草原赞歌。

2、小班年龄组体育游戏：娃娃运粮。

幼儿分两组进行训练，首先幼儿要取“粮”，然后爬过设置跑道，爬过“小山”，将粮食运到仓库后往回跑。此游戏主要锻炼了该年龄段幼儿的爬、跑的能力。

3、中班年龄组体育游戏：我们爱运动。

友，以此类推。此游戏锻炼了幼儿的跨越能力和奔跑能力，更锻炼了幼儿的团队合作精神。

四、工作措施

1、加强管理，保证幼儿园体育特色项目的正常开展。每学期制订具体实施计划，并及时记录好各项活动的开展情况，每月定期研讨并进行小型体育特色比赛，每学期、做好总结和反思。

2、加大体育设施硬件的投入，为更好地开展体育运动奠定基础。幼

儿园每年增添大量体育设施，保证锻炼的需要。

3、做好体育特色队的基础教育和普及工作。抓普及。各班成立跳绳、跳皮筋、拍花球等为主的小组。并挑选出优秀选手参加幼儿园特色体育队，准备参加体育比赛或展示。

4、抓基础。利用体育课、体育活动课、大课间活动等时间进行基础教学训练活动。

五、活动反思

幼儿园“户外活动两小时”活动方案

一、活动宗旨

《幼儿园工作规程》明确指出，幼儿园要“积极开展适合幼儿的体育活动”。但是，现在的独生子女都是父母的掌上明珠，家长望子成龙、盼女成凤心切，在家庭育儿上出现重智育轻体育、重保育轻锻炼的现象，再加上部分家庭住在高楼，独门独户，因此幼儿户外活动的的时间很少，普遍缺乏锻炼。在幼儿园的实际工作中，常常偏重有形的、使用运动器械的活动，形式上热热闹闹，而运动质量却不高，对体育活动的重要性的意义存在认识上的不同：有的认为户外体育活动的场地大，教师不好组织；有的认为体育活动容易出事故，还是少开展为宜。由此幼儿园户外体育活动常常流于形式，或停留在计划上，而真正的实际活动时间和活动质量却得不到保证。

二、活动主题

主题：健康、快乐、发展

三、活动原则

幼儿体育活动的出发点和归宿是促进幼儿的发展。发展不仅体现为幼儿知

识、技能的增长，更体现在幼儿的心理机能和身体素质的提高，幼儿的发展规律既遵循一般的规律，又体现着个体的差异。为此，幼儿园对幼儿体育活动的指导必须把着眼点放在促进幼儿身心各方面的和谐发展和素质的全面提高上。从观察、研究幼儿入手，了解每个幼儿的发展需要，根据每个幼儿发展的不同特点，因人施教，促进每个幼儿在不同水平上得到充分的发展。

3、发挥教师主导作用与幼儿主动性相结合相结合的原则

不同形式、不同方面、不同途径的教育均对幼儿的发展有重要作用，因此，应充分发挥教育的整体功能，使体、智、德、

美等方面的教育，多种形式的教育过程，幼儿园与家庭的教育成为相互联系、相互渗透的有机整体。克服重智轻德、重课轻游、幼儿园教育与家庭教育相脱节的现象。

四、研究内容

研究，寻求合理运用体育器械的规律。充分运用社区资源，充分搜集废旧物品和自然物制作各种体育器械；探索创新，发挥体育器械的多种功能；因地制宜，为幼儿选择适当的体育器械。

2、体育活动的方法多种多样，而我们经常使用的游戏的方法组织幼儿练习，把枯燥的动作和身体素质的练习变成有趣的模仿活动或有情节的游戏活动，使幼儿轻松、愉快的参与活动，达到增强体质、促进全面发展的目的，我们将精心设计新颖多变的的游戏活动，在住址形式和内容编排上进行改革，有目的、有计划的积极引导幼儿探索游戏的玩法，促进幼儿的发展。

3、以课程理论为指导，优化幼儿每日“两小时”户外体育活动，课程目表是课程的灵魂，制定好目标对开展整个体育活动有调控和保证的作用。但长久以来，有的教师习惯于按照事先编排好的教学内容来实施幼儿每日“两小时”的户外体育活动，注重表面形式，头脑中缺乏目标意识，我们将加强教师的园本培训，树立目标意识，掌握科学的教育策略。从体育的多维效应、多种角度建构户外活动的形式，多给幼儿一些自由的的活动空间，使户外体育活动更有特色。

五、研究方法 1、为使教师进一步树立发展的观念，掌握幼儿参与户外体育活动的一般规律及不同方面发展的特殊规律，易于根据发展目标设计教育活动。将每一目标分解为若干水平层次，形成从低到高的发展序列，不同年龄班教师可根据本班的幼儿的发展实际，选择相应水平层次的目标。

1、组织原则：注重手段的多样化与内容的丰富性。强调通过多方面的重复性的经验促进每一分解目标的实现，充分挖掘各级发展目标。2、基本形式：

儿，对于较长时间内一种或几种行为练习的幼儿给予适当指导，以使幼儿通过个体的活动获得发展。

(2) 小组活动：主要作用是满足幼儿不同的活动兴趣，照顾幼儿不同发展水平，有利于教师因人施教、个别给予身体锻炼技能上的重点指导，培养幼儿的集体意识、合作精神及协调人际关系的能力。

(3) 集体活动：集体活动以传授身体锻炼的新知识、新技能为主，这些方面的知识技能适宜通过集体教育传授给幼儿。

以上三种活动形式是相互配合、相互渗透的，可以相互转化的有机整体，不可相互分割。

七、活动保障措施： 1、建立课题组：

组长：

组员：

2、以班为单位开展活动。

3、场地划分：见幼儿园户外场地规划图 3、时间安排：

(1) 幼儿户外体育活动时间08:00——08:30

(2) 幼儿早操活动时间08:30——09:20

(3) 每天上午10: 10——10: :40和下午15: 00——10:30各班进行活动。(4) 以年级为单位，每月进行一次户外体育公开活动，组织教师进行观摩、点评。

(5) 不定期查找一些理论指导或优秀教案等文献资料，帮助教师及时了解最新的理念。

(6) 每学期进行一次幼儿户外体育活动效果测评，以掌握研究的实效性和进程。

八、活动过程：

1、教师要收集开展优化幼儿户外体育活动研究用的资料，组织教师进行学习，提高教师对优化幼儿户外体育活动指导的理论水平，做好开展工作。

2、各班教师要根据幼儿特点、能力、班级状况制定目标与计划、措施。

幼儿园户外活动方案

活动宗旨

1. 培养与激发幼儿运动兴趣，让幼儿在浓郁的健身氛围中自觉地参加体育活动

2. 使幼儿掌握基本的运动技能和方法，促进体、智、得、美等全面发展。

中班设计方案

活动名称：户外 活动内容：趣味彩瓶 执教者：郝明艳 活动时间：2015.05.21 设计思路：

幼儿园应开展丰富多彩的户外游戏和体育活动，根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与，用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性。在日常的运动教学活动中，我发现中班上期的幼儿喜欢参加体育活动，他们喜欢奔跑，但四肢力量和耐力不足、

动作的协调性与灵活性还有待进一步加强。鉴于此，我设计了“趣味彩瓶”这一体育活动，着力于发展幼儿快速绕障碍跑的能力，提高其动作的协调性、灵敏性，感受与同伴一起参加体育活动的乐趣并喜欢参加体育活动。

活动目标：

1. 初步探索感知瓶子的不同玩法，锻炼幼儿绕障碍跑的能力，并提高动作的灵敏性。
2. 训练幼儿奔跑的速度，体验运动带来的快乐。
3. 培养幼儿积极探索及合作意识，喜欢和同伴一起参加体育活动。

活动准备：

彩色水瓶(塑料瓶装颜料水)每人一个；场地准备如图1所示。

活动过程：

(一) 开始部分：

幼儿进场，在音乐伴奏下做热身运动。1. 徒手热身运动 2. 器械热身运动

(二) 基本部分：

1. 教师引导幼儿玩瓶。

教师：“今天我们一起来玩水瓶，大家想想有什么好玩的方法？” 2. 幼儿分散练习，教师巡回指导。

3. 幼儿各种玩法进行示范，大家跟着学。

4. 让幼儿尝试互相合作意识，鼓励幼儿创想出不同的玩法。

5. 游戏

1 “种萝卜”，巧妙布置场地。

教师：我在“萝卜地”上挖了许多小坑。每一个坑上都做了记号，请大家快去种萝卜吧。幼儿自由地将自己手中的“萝卜”（彩色水瓶）置放于事先画好的记号上。

2 “巡逻兵”，启发幼儿创想出不同的路径。

(2) 幼儿成一路纵队，让提出方法的幼儿排头，带领队伍绕“萝卜地”进行巡逻。

3，“接力跑”，训练曲线奔跑的速度(约2~3次)。

幼儿每人收一个“萝卜”，成两横队面对面站好，教师讲解示范游戏玩法：游戏开始时，幼儿成两路纵队站在起跑线前。听到信号后两组幼儿沿箭头方向，绕瓶做s形向前跑，到最后一个点便从两旁直线跑回起点线。最先跑完的一组为赢。

三、结束部分：

教师与幼儿跟着音乐做放松运动。

幼儿园户外拓展训练活动方案

一、活动主题：团结、互助、合作

二、活动宗旨：塑造创新的教育文化，加强团队精神，加强教职员工的交流，更好的建设幼儿园的明天。

三、活动对象：全体教职员工。

四、活动时间：2013年2月9日

六、活动简介：推进幼儿园向纵深方向发展，营造活跃的教育氛围、提高教职员工的学以致用和创新能力，更好的为幼儿和家长服务。努力将全新的教育理念和精神面貌展现在幼儿和家长面前。

七、活动流程：

（一）温馨律动《相亲相爱的一家人》（集体 4分）

（二）素质拓展项目名称： 1、无敌风火轮

项目类型：团队协作竞技型

道具要求：报纸、胶带

场地要求：一片空旷的大场地

游戏时间：10分钟左右

游戏玩法：10人一组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环。

活动目的：本游戏主要为培养学员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；培养计划、组织、协调能力；培养服从指挥、一丝不苟的工作态度；增强队员间的相互信任和理解。让网成为一个圆？这是团队的严峻挑战。

游戏人数：10人/组

场地要求：开阔的场地一块

游戏时间：15分钟左右 活动目标：锻炼新团队的沟通，执行及领导力。

3、链接加速（分组10分）项目类型：团队合作型

参赛人员：由10名队员参赛

场地要求：一片空旷的大场地 比赛赛距：20米

竞赛方法：参加游戏者10人一组，后边的人左手抬起前边的人的左腿，右手搭在前边的人的右肩形成小火车，游戏过程中队员必须跳步前进，不允许松手（一直保持抬起前边的人的左腿），以防止出现断裂现象，队伍断裂必须重新组织好，从起点重新开始游戏。场地上划好起跑线和终点线，其距离为20米，游戏开始时，各队从起跑线出发，跳步前进，绕过障碍物回到起点，最先到达起点的为胜。

游戏目的：从本游戏中体验团队精神，要求在团队中的每一个人都要充分贡献自己的力量，不能存在任何偷懒、滥竽充数的思想。

游戏规则：

- 1、所有的学员都应该围成一圈，每位学员都应该将他的手放在前面的学员的肩上；
- 2、听从训练者的指挥，然后每位学员都应该徐徐坐在他后面学员的大腿上；
- 3、坐下之后，培训者可以再喊出相应的口号，例如齐心协力、勇往直前；

（三）励志手语操《从头再来》（集体4分）（四）园长小结。

八、活动事项： 1、活动组织：

2、游戏组织老师：

3、道具准备： 4、摄影：

海洋研学实践活动篇十

为进一步贯彻落实，充分发挥“社会实践与社区服务”在我校“育人工作”中的作用，特制定暑假“社会实践与社区服务”活动方案。

1、指导思想：将研究性学习与社会实践相结合，要求学生走出校园，走向社会，去关心社会发展，去关注社会问题，去尝试解决自己研究的社会问题，成为学生课余生活的有益补充，开辟出有自己特色的社会实践的新途径。

2、意义：

1) 改变学习方式，拓展学习资源，拓宽发展空间。

2) 参与社会实践，激发学习兴趣，增进生存体验。

3) 主动服务社区，形成服务意识，强化社会责任。

1、组织形式：小组合作模式。学生一般由6—10人组成社会实践活动小组，自己推选组长，聘请有一定专长的成年人(如本校教师、学生家长等)为指导老师。研究过程中，活动小组成员有分有合，互相协作。

具体过程参考如下：

a 编组、选题；

b 聘指导教师；

c 制定活动方案；

e□ 实践活动(观察、访谈、问卷、实验)

1、在生活中提炼。从社会生活中选定主题，让学生关注社会，体验社会角色；热爱生活，关注生活问题；学会健康愉悦地、自由而负责任地、智慧而有创意地生活。

2、在兴趣中选择。捕捉自己最感兴趣的问题，开展研究。在合作探究的过程中，学生间相互感染、相互促进，更好地发展兴趣，培养特长，提高综合素质。

3合理利用各种资源。充分利用网络资源。网络已经成为最大的资源库，在综合实践活动中，要充分利用网络上的技术和资源，搜集信息、处理信息。同时要充分利用图书资源，从图书馆中获取自己所需要的内容。

4、综合运用各种方法手段。从参与研究的对象来看，可以采用个人独立探究的方式、小组合作探究的方式、学校合作探究的方式、跨学校合作的方式。从研究采取的手段来看，可以采用活动设计、网络技术、调查研究、参观访问、实验演示、表演交流、测量制作、社会宣传、服务、总结、答辩、反思等学习活动。

1、社会参观活动。

2 、参观、访问、考察(革命遗址、科技馆、英雄模范人物、杰出人物、现代化建设成果、市政工程、著名高校、工厂、高新技术产业运作情况,,,), 例如以当地的居民小区为调查研究的.对象和内容,可以“物业管理”、“商业网点”、“文化娱乐”、“教育设施”、“交通路线”等为研究方向。

3、 社会调研活动。(参考主题如下,也可自选主题)

1)关于生活用水状况调查研究

- 2) 关于生活垃圾分类处理的可行性调查
- 3) 市区白色污染调查研究
- 4) 市区交通安全问题研究
- 5) 市民交通意识及对策
- 6) 市区道路状况及改进意见
- 7) 旅游资源状况调查
- 8) 小学生的休闲生活调查研究
- 9) 小学生的消费观念与行为研究
- 10) 小学生的饮食与营养问题研究
- 11) 小学生学习习惯的调查与研究
- 12) 我市中小学零用钱数量的调查

4、社区服务活动。

社区保洁活动、社区护绿活动、社区综合宣传活动、社区“陋习”纠察活动、社区敬老爱老活动、社区帮困助残活动、社区读书辅导活动、交通服务活动、环保志愿者活动、社区公益劳动。

参与社会实践的班级和个人，必须注意自身形象，认真参加活动，为学校和个人树立良好的社会形象。