

团支部户外活动方案(优质9篇)

为了确保事情或工作有序有效开展，通常需要提前准备好一份方案，方案属于计划类文书的一种。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

团支部户外活动方案篇一

1. 学会切西瓜这个游戏，掌握游戏中的儿歌，学会边说儿歌边玩游戏
2. 产生初步的竞争意识和速度意识
3. 发展圆圈跑能力和灵敏素质

一. 排队型

当把孩子领下去时就直接围成一个圆圈

二. 教儿歌

师：小朋友，你们吃过西瓜吗？

幼：吃过

师：那你们切过西瓜吗？

幼：有，没有.....

师：今天啊老师教你们一首切西瓜的儿歌。你们听好

咯：“切，切，切西瓜，不切一个切两个，切完西瓜送大家。”现在我说一句你们跟一句。“切，切，切西瓜”

幼：“切，切，切西瓜。”

师“不切一个切两个”

……

三. 示范教学

师：这个游戏呢得先有一个切西瓜的人，你们大家围成的这个大圆圈就当作一个大西瓜。先老师当作切西瓜的人。

（我走进圆圈内，边沿圈边边用手模仿切西瓜动作，轻击同伴拉着的手，同时说儿歌。每一拍切一下。）当我说到“家”时，被切的两个小朋友迅速放手，沿圈反跑一圈并回到原来的位置，先跑到的幼儿与切瓜的人互换角色。

之后选一个小朋友充当切瓜人示范

四. 进行游戏

当一遍游戏完后做小小的评论，指出不对的地方

五. 游戏结束

团支部户外活动方案篇二

活动时间□20xx年12月5日（具体时间暂定为：15：00——晚上）

活动地点：龙凤生态园

活动人员：志愿者、青年、团员、热心人士

活动目的：在第25个国际志愿者日到来之际，团县委及青年

志愿者协会决定12.5当天开展户外烧烤活动，同时加强青年朋友们之间的交流与学习，增进理解与沟通，努力培育协作向上的团队精神，户外烧烤活动方案。

活动内容：野外自助烧烤，分团队的互动小游戏，自由活动（内容的具体形式文中将详细说明）

活动组织者：团县委

活动要求：1、每个人交50元报名费（用于烧烤及购买食物），晚饭及晚上唱k的费用由团县委负责。

2、参加活动的人员请留下手机号码及单位名称

3、活动参加者请遵守相关纪律，严禁个别人脱离组织。

活动内容安排：

1、 下午3点到五点半烧烤和开展互动游戏

2、 下午六点吃晚饭

3、 晚上唱k

团支部户外活动方案篇三

练习沿着场地周围跑。

三楼平顶

1、 幼儿进行队形、队列练习，由一路纵队走成六路纵队，站成做操距离。

2、 练习：立正、稍息、原地踏步等动作。训练幼儿遵守规则

意识。

3、教师带领幼儿做热身运动，活动身体各个部位。

1、向幼儿介绍游戏名称和玩法。

教师：小朋友们今天老师带来一个好玩的游戏游戏的名称叫“小马跑”

1、现在老师来告诉你们怎么样来玩这个游戏，参加游戏的幼儿一部分当小马，一部分当赶马人。游戏开始齐说：“小马，小马，准备好。小马，小马，快快跑，得儿——驾！”说完当马的幼儿沿场地周围跑步前进，“赶马人”边跑边扬起一臂，模仿赶马的动作。当听到教师说：“吁——”时幼儿要逐渐停下来，然后互换角色，游戏可重新开始。

2、在进行游戏的时候“小马”与“赶马人”都必须沿场地周围跑。

3、现在老师请一个小朋友和老师示范玩这个游戏。

4、小朋友你们知道怎么样玩这个游戏了吗？

1、现在请小朋友站好队伍，一、三、五组的小朋友当小马，而二、四、六组的小朋友当赶马人。

2、组织幼儿游戏。

3、并提醒幼儿遵守游戏规则。

4、换部分角色，游戏重新开始。

5、小结游戏情况，因此可以培养孩子的坚持性、培养孩子的独立生活能力、学习自己解决生活问题能力、促进幼儿动作技能发展、特别是手的精细动作发展、感受劳动的快乐等

等。

团支部户外活动方案篇四

游戏目标：

- 1、发展幼儿的动作协调性和灵敏度。
- 2、在地图上快速指认首都北京。

游戏材料：火炬、平衡木、山洞、跨栏器械、小红旗

游戏玩法：幼儿手拿“火炬”，依次越过平衡木，跨过栏，钻过山洞，在地图上找到首都北京插上五星红旗，最先完成的幼儿为赢者。

游戏目标：

- 1、练习迅速套圈
- 2、培养合作与竞争意识

游戏材料：五环

游戏玩法：五人一组，每组五个不同颜色的呼啦圈，分别放在第一幼儿旁边，口令后，第一幼儿手拿起一个圈，从头套下，跳出后，第二个马上接上，最后一个幼儿放到指定位子，依次进行，最后拼成五环，速度快者为胜！

游戏目标：培养幼儿的平衡能力。

游戏材料：高跷各种玩具

游戏玩法：幼儿踩高跷边走边拾各种“贝壳”，时间为半分钟。半分钟内采10个以上为满分，依次类推。双脚不能离开高跷，

中途掉下不记分。

游戏目标：发展幼儿的平衡能力。

游戏材料：四个旺仔牛奶罐制作的梅花桩十个

游戏玩法：十人一组，单脚站在梅花桩上，计时15秒，在规定时间内单脚或双脚没有落地的得分，反之不得分。

游戏规则：爸爸妈妈双手交叉，孩子坐在上面，中转处放下孩子，孩子投球，爸爸妈妈共同拿桶子接球，投中1个后，爸爸妈妈手拿木棒，孩子双手吊在木棒上返回，以先返回到起跑线者为胜。

游戏规则：听到口令后，孩子拿筷子从盘子里夹起豆豆喂到妈妈嘴里，时间5分钟，以数量多者为胜。

游戏规则：放轻音乐游戏开始。听到命令两组队员分别迅速的爬过“地道”从长凳下爬过。钻过双层“地道”将长凳两个两个叠起来，再从凳子之间隙中爬过。爬过“暗道”-然后将长凳并拢，从长凳下爬过后站到凳子上。然后开“火车”。教师将长凳横向间隔0.5米左右摆成一排，幼儿要肩搭肩从长凳上迂回走过“桥”游戏让幼儿自我选择从纵向放置的一个长凳、两个并排的长凳、两个并排但左右分开的长凳上可以使用各种不同的方法走过“桥”。然后从一旁的塑料弧形积木拼成的“弯曲桥”上走回来。游戏结束。胜利的一组得到相应的奖品。没有胜利的一组进行节目表演。

游戏规则：喊数抱团其实很简单，当老师说到某一个数字宝宝的时候例如3，你就找到最近的一个小朋友抱在一起，依次类推。在圆圈的线上找到一个自己的位置，一起围着圆圈走，当听到鼓声响起的时侯，抱起来组成团。最后经过数数检验其正确。鼓声停止，找不到队伍的孩子，进行节目表演。

游戏规则：教室四周挂着灯笼，灯笼下面有灯谜，幼儿在家长的陪同下猜出谜底。猜出后请小朋友告诉教师相应题号的谜底如：第5题的谜底是……猜对后教师会在游园表上相应的地方贴上小贴片以作奖励。

游戏玩法：十人一组，单脚站在梅花桩上，计时15秒，在规定时间内单脚或双脚没有落地的得分，反之不得分。

游戏规则：每次只能拾一块，拾起后握在手里继续拾。

游戏玩法：首先有家长将方块撒在地上，将一小沙袋抛起，同时迅速将方块拾起，然后再抛沙袋拾起第二块，直至拾完第五块为止，然后把五块方块交给孩子再跑到终点放入圈内，最先放入圈内的为胜。

团支部户外活动方案篇五

公园（深圳公园网球场，附近公交站牌：上华村）

：放松心情，勇攀高峰

XXX

综合管理部

公司所有员工。

活动总指挥□XX

监督□XX

后勤服务与记分□XXX

安全与纪律□XX

游戏主持人□xxx

后勤保障□xx

以户外拓展活动为主，宣传为辅（以公司旗帜为主要形式）

：拓展活动行程安排表（见附表1）

（一）拓展竞赛部分

全体员工分为红、黄、蓝三组，每组需任命一名队长，由该名队长组织确定队名口号并负责该队拓展竞赛的进程及相关事宜。

1、拓展竞赛评分标准

任务1（15分）：跟陌生人要电话号码。每组必须跟陌生人要3个电话号码，3个号码必须来自不同的陌生人，要到1个号码得5分、2个为10分、3个为15分（判定标准为手机号能拨通并与人对话（采用扬声器方式拨打），说声“谢谢”！）。

任务2（15分）：跟陌生人合影。每组所有成员需分别与3个陌生人合影，合影一张为5分、2张为10分、3张为15分（判定标准为全体队员及路人必须必须正面清晰出镜）。

任务3（12分）：找人。公司会提前派一名同事隐藏起来，各组需找到此名同事，每个队员拿到这名同事手中的信物，每个信物为2分（判定标准为信物完好无损）。

任务4（20分）：最早到达终点的加20分、第二名到的队伍加15分，最后到达的加10分。

2、游戏评分标准：

游戏1（20分）：第一名20分，第二名15分，第三名10分

游戏2（20分）：第一名20分，第二名15分，第三名10分

游戏3（20分）：第一名20分，第二名15分，第三名10分

游戏4（20分）：第一名20分，第二名15分，第三名10分

游戏5（20分）：第一名20分，第二名15分，第三名10分

3、第一名的队伍将获得由xxx送出的精美礼品一份。

（二）游戏环节

游戏1：无敌风火轮

1)项目类型：团队协作竞技型

2)道具要求：报纸、胶带

3)场地要求：一片空旷的大场地

4)游戏时间：10分钟左右

6)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。

游戏2：2人3足

1)项目类型：团队协作型

2)场地要求：一片空旷的大场地

3) 需要道具：一米的绳子三条

4) 详细游戏规则：

参赛队伍为3队。每队2人一组，分成3组以接力赛方式进行比赛。每组2名队员把腿系在一起，站在同一起跑线，一起走向终点，用时最短的队胜出。

5) 活动目的：

“2人3足”项目体现的是团队队员之间的配合和信任，本游戏主要为锻炼大家的团队合作能力及协调能力。

游戏3：搭桥过河

1) 项目类型：户外素质拓展游戏、竞技娱乐游戏

2) 参赛人员：全体队员

3) 场地要求：一片空旷的大场地

比赛赛距：30米

4) 需要道具：小地毯（报纸或者毛巾布等）

5) 竞赛方法：（三组同时进行）三赛道两头各一组，每组分三人自由组合，起点组手持两块“小地毯”，比赛选手踩着“小地毯”前进到赛道另一头，要求脚只能踩在地毯上不能触地，待比赛队员过界后另一名队员将接过“地毯”以同样的方式往回走，最先到达起点的为胜。按时间记名次，按名次记分。

游戏4：背人踢球

1) 项目类型：户外素质拓展游戏、竞技娱乐游戏

- 2) 参赛人员：全体队员
- 3) 场地要求：一片空旷的大场地
- 4) 需要道具：两个皮球
- 5) 竞赛方法：比赛分三轮，第一轮：比赛三组队长进行猜拳，赢的那组为不战而胜组，第二轮：输的那两组进行背人路踢球比赛，比赛胜利的那组为优胜组，第三轮：第一轮的不战而胜组与第二轮的优胜组进行背人踢球比赛，第三轮比赛中胜的那一组为第一名，输的那组为第二名，在第二比赛中输的那组为第三名。
- 6) 竞赛规则：每组2人参赛，背上队员边走边踢球到赛道终点，背上的队员不能掉下来，不然返回起点重新开始，顺得到达终点后由下两位队员接着比赛，由同样的方式到赛道的另一头，最快完成任务的那一组为第一名，最后完成任务的为第三名，剩下的那组为第二名。

游戏五：障碍赛

- 1) 项目类型：户外素质拓展游戏、竞技娱乐游戏
- 2) 参赛人员：全体队员
- 3) 场地要求：一片空旷的大场地
- 4) 需要道具：无
- 5) 竞赛方法：每组分开进行，每次每组派3人进行比赛，其中1队员蒙上双眼听指挥穿越障碍，1队员面对赛道另1队员背对赛道，面对赛道的队长不能说话只能运用肢体语言将赛道的信息传达给背对赛道的队员，而背对赛道的队员根据面对赛道队员传达的信息用语言表达出来，对穿越障碍的对员进

行引导。赛道上的障碍由另外两组的队员扮演，障碍物摆好姿势后在比赛过程中不许轻易变换姿势。成功穿越障碍的那组为第一名，最后完成任务的为第三名，剩下的那组为第二名。

1、此次活动为户外运动，请参与人员请自行准备服装与运动鞋。

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，方便随时联系

4、行为举止大方得体、注意维护公司形象、不在登山途中乱扔垃圾、破坏公物、破坏环境

5、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

6、在登山及游玩中，要尽量结伴而行

7、为了增加野餐的丰富性，公司安排部分小吃，大家可以自带食物。

8、比须严格遵守时间规定，并准时到达集合地点，及时签到。服从负责人的管理和安排

9、请保管好自己的随身物品，特别是手机、钱包及其他贵重物品。并时刻提醒自己不要遗忘物品。

10、登山途中，每位同事都要发扬团队合作精神，同事之间互帮互助，不让任何一名成员掉队。

11、登上及活动途中任何同事不得私自离开，统一按照公司规定行动。

团支部户外活动方案篇六

活动地点：市区江东公园

活动目标：

- 1、通过外出游玩的活动，让幼儿充分感受集体外出的兴奋和喜悦。
- 2、寻找和观察春天的美景，感受大自然中各种植物的变化。
- 3、知道要跟着老师和同伴，不能擅自离开集体。

活动准备：

- 1、各班出发前做好各项安全教育
- 2、活动前保证充足的睡眠，全体孩子穿上校服。
- 3、带适量的幼儿点心

活动过程：

一、稳定幼儿情绪，做好准备工作(上厕所、检查衣物、所带物品)。

二、带领幼儿上车，安排座位，提醒幼儿注意安全，关注个别幼儿。

三、车辆安排：6辆大校车(确保每班有三位教师随车接送、照顾幼儿)

中一班和中二班1号车

中三班和果果班2号车

豆豆班和芽芽班3号车

苗苗班和大一班4号车

大二班和大三班5号车

大四班和部分教师6号车

注：

- 1、各班人员安排同前一次的外出，各助教回原来的班级。
- 2、回园时请各班提前5分钟等车，千万不要延迟。

团支部户外活动方案篇七

开拓幼儿视野，增长知识，亲近自然、感受生活，让幼儿在与大自然的接触中感受人与自然和谐的重要，增强环保意识。

20xx年4月 23 日

江东公园(步行)

- 1、各班班级教师做好各幼儿家长的通知工作。
 - 2、通知幼儿统一穿园服。
 - 3、年段组长事先进行实地勘察，确定路线，确定每个班活动休息场地。
- 1、幼儿8：20前到校，整理行装，准时步行出发。(清点人数一次)
 - 2、由班主任领队，班级老师、保育老师和配备人员分别在队伍的中间和最后。

3、组织幼儿参观公园,教师作适当引导。(清点人数一次)

4、带领幼儿在空地休息,引导幼儿与同伴分享。教育幼儿不乱扔垃圾。

5、组织游戏活动:拉个圆圈走走、老鼠和钟。感受春天大自然的变化等。

6、集体拍照留念。

7、整队回园。(清点人数一次)

1、加强管理和监督措施。班主任全面负责幼儿出游的安全工作,教师负责组织好幼儿活动,维持好纪律。保育员负责照顾好幼儿出游的护理工作。

2、班级教师对幼儿进行春游活动安全教育,增强幼儿安全防范意识和自我保护能力。

3、春游活动期间一切行动听指挥,准时出发,准时返校。

4、全体幼儿必须穿好园服,背好书包。

5、春游活动时要做到井然有序,教育幼儿不拥挤、不追跑、不打闹。

6、注意言行文明,爱护公园内的花草树木,不随地乱扔垃圾。

7、班主任在每一次集合时一定要清点好幼儿人数,确保幼儿安全。

团支部户外活动方案篇八

认识呼啦圈，知道呼啦圈要紧贴身子转

学会用腰转呼啦圈

在用腰转的基础上边走边转，提高孩子的身体协调能力。

两人合作，滚动呼拉圈

用手、腰、膝转呼啦圈，再用手转时，可边走边转

用腰转、腿转、手转呼啦圈

1、在腰上边走边转

2、用手、腰同转

3、转两根呼啦圈，自己分为腰上一根，腿上一根，同转。

4、用呼啦圈摆房子，跳房子

玩轮胎

学会滚动轮胎，向前向左、向右滚动轮胎，两人合作共滚一轮胎

学会直线滚动轮胎，在东涌路沿白色跑道线向前滚动轮胎

教师在前领路，孩子按教师步伐s线滚动

滚动轮胎向前边滚动边跑

1、滚动轮胎走线

2滚动轮胎跨障碍

轮胎摆房子，跳房子

轮胎搭积木

团支部户外活动方案篇九

一、活动目标：

1. 练习排队齐步走。
2. 经过互相配合，协作完成游戏

二、活动准备：大的报纸团或皮球作豆子

三、活动过程：

1. 请幼儿三个三个组成一组，扮成蚂蚁。（第一个幼儿站立，两手作触角；第
二、第三个幼儿分别弯腰，双手抱住前面一个孩子的腰）
2. 请一组组的“蚂蚁”排好队行走，注意互相的配合，不摔跤，不踩到别人。
3. 设置必须的距离，在终点放置一些物品作“豆子”。请“蚂蚁”从起点到终点，再回到，比赛搬豆，看谁搬得快。

中班体育游戏教案：两人结冰

一、活动目标：

1. 鼓励幼儿不怕冷地，勇敢的参加体育活动。
2. 听信号进行走、跑、跳的动作练习，发展幼儿灵活的反应本事。

二、活动准备：检查幼儿的穿戴

三、活动过程：

1. 幼儿分散在场地上，自由做走跑跳及其他练习动作，并听教师数1~10，当数到10的时候教师喊：“结冰”，全体幼儿就不动了。
2. 教师说：“冰化了”幼儿散开继续自由做动作，如此重复游戏。
3. 幼儿熟悉游戏后，教师可改变口令，如“两人结冰”“三人结冰”等，幼儿必须两人或三人身体的某一部分接触，表示冻结在一齐了。

规则：

教师说结冰时，幼儿必须停止各种动作，原地不动，谁动了，暂停游戏一次。