

# 极端天气室外工作安全注意事项 户外活动教案(通用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 极端天气室外工作安全注意事项篇一

根据大班幼儿身体锻炼的目标和要求，结合幼儿生理和心理特点，提炼跨跳动作的基本要领，皆在锻炼身体，增强体质。生活中，注意培养幼儿意识、不怕困难，勇往直前的意志品质和合作精神。本活动以：激发兴趣——自主探索、掌握要领——放松、恢复调整的教学方法，循序渐进地引导幼儿进行跨栏的探索，鼓励幼儿大胆想象，增强自信，符合幼儿的心理特点，活动中运用跨栏开展运动比赛，使幼儿的活动兴趣与运动负荷达到\*\*，结束部分放松身体调整呼吸，符合幼儿生理机能变化的要求。

- 1、学习助跑跨跳，掌握跨跳动作要领。
- 2、借助同伴间的经验分享，自主探索，练习，团队竞赛等方式，逐渐使动作协调、灵活。
- 3、积极参与活动，团结合作，有集体荣誉感。

教学重点、难点

活动重点：练习助跑跨跳，发展弹跳能力。

活动难点：跨越障碍时基本能调整起点，用力蹬地跃起，逐步掌握跨跳的基本动作。

刘翔的. 图片2张、红、黄、蓝、绿的t恤、体育器械跨栏、箭头、标志桶、奖品、等

教师带领幼儿有序的进入活动场地，看图片谈话导入主题。

教师提问：

(1) 图片上的人是谁？

(2) 你们知道他参加什么项目比赛获得那么好的成绩吗？

1、教师带领幼儿做热身操，做好运动前准备。

2、引导幼儿自主探索学习，集体练习。

教师讲解练习要求，并巡回观察，指导。

3、教师引导幼儿学习助跑跨跳的动作要领，并讲解示范。

(1) 教师提问：跨跳的时候要注意什么？你用什么方法助跑跨栏的？（请个别幼儿做示范，并向大家说说自己的经验）。

教师引导幼儿归纳动作要领（自然跑动，临近跨栏，一只脚蹬地，另一只脚向前跨，身体重心向前带动，后脚跨过跨栏，接着向前快跑）。

(2)、教师对幼儿示范结果进行总结。

4、分组练习，探索。

(1) 幼儿练习，教师进行个别指导。

(2) 教师讲解赛前练习规则。

5、分组比赛，进入比赛环节。

(1) 幼儿进行比赛。

(2) 教师对比赛的结果进行评价，并颁发奖品，对幼儿进行鼓励。

1、放松运动（调整呼吸，抖抖手，抖抖脚）等。

2、谈话结束活动。

## 极端天气室外工作安全注意事项篇二

户外活动是指在户外进行的一系列团队或个人体验活动，它包括了徒步、烧烤、野营、攀登、射箭、拓展训练等多种形式。而在小学生中，户外活动不仅能够放松孩子身心，更能够锻炼孩子们的意志品质和团队合作能力。本次笔者将分享我在户外活动中所获得的感悟和心得。

### 第二段：团队合作意识

在2019年暑假，我参加了一个由校方组织的夏令营活动，其中就涉及了一项团队协作的任务，即在有限的时间内完成一道难度较大的拼图。在这个任务的过程中，我和队友们都碰到了各种棘手的问题，有的拼图件不知道该放到哪里，有的一件拼图被找了半天也没找到。但是我们最终克服了这些问题，成功完成了任务。这次经历让我深刻地认识到，做好一件事情不是一个人单打独斗就可以完成的，需要团队的合作和协作才能做得更好。

### 第三段：意志品质

户外活动的另一个重要作用就是促进了我的意志品质的发展。在烈日下，我们不得不长时间地走路，有时候还得忍受蚊虫的骚扰。但是我发现，在这样的环境中坚持下来，反而增加了自己的毅力。因为只有克服了外界各种困难，才能真正地

体验到户外活动的乐趣。

#### 第四段：身体和心理的启蒙

户外活动能锻炼身体，这一点是众所周知的。但实际上，户外活动对于小学生的身心发展更有益，因为他们往往在室内环境下学习和生活。户外活动会对他们的身心感官进行启蒙互动，让他们更全面地了解自己和周围的环境，提高他们对世界的认知能力。

#### 第五段：结语

户外活动的价值不仅体现在对孩子身心的启蒙上，更重要的是，它可以让孩子们在快乐的环境中建立起友谊，增强团队合作意识，培养了孩子们的意志品质和社会责任感。因此，我们应该鼓励小学生多参加户外活动，给他们一个充满挑战和学习的机会。

### 极端天气室外工作安全注意事项篇三

今天的我非常开心，怀着兴奋和喜悦来到了学知源，因为我们今天去龙潭公园爬山。

老师把我们带到九曲桥的下面说：“你们谁先到观光阁的上面，再爬下来，谁就是胜利者。”

老师说：“预备……”我就把脚伸到楼梯上。老师说：“开始。”我们就挤来挤去地爬，我就飞快地上去了，我快爬到观光阁，我气喘吁吁，满脸通红，我还在坚持，我没有像他们那样，半途而废。我用力地爬着，终于到了观光阁的楼上，我站了一下，就下去了，因为这是比赛，我飞一样地下了楼，我小心翼翼地下了楼，我的后面只剩下一个人了，我就剩五个楼梯，同学们都在欢呼，我跳了下来。得了第六名，我还是没有输。

我们休息了五分钟，老师说：“我也参加。”我们第二轮的激烈挑战又将开始了。老师说：“预备，开始。”老师跑得比我还快，我拿出吃奶的力气跑了上去，果然爬在老师的前面。我又到观光阁前面时，又汗流夹背，汗如雨下，我使劲地爬着，终于我得了第四名，我这次成绩比上次好多了。我从观光阁下看风景优美的景物，有中心舞台，有花岗书城，还有高楼建筑……我们看了一会儿，老师说：“下去吧！”突然有一个“逃兵”那就是黄浩铭，他没有上来就下去了，我真为他感到可惜。

爬山虽然很累，但同时也很快乐，很开心，我爱上了爬上这项运动。

## 极端天气室外工作安全注意事项篇四

近年来，户外活动游戏逐渐受到人们的关注，成为了一种受欢迎的娱乐方式。户外活动游戏不仅能够让人们放松身心，体验原始生活的乐趣，还能够培养合作精神和团队意识。在我参与的几次户外活动游戏中，我深受启发，并从中汲取到了宝贵的经验和教训。

首先，户外活动游戏教会我如何克服困难。在一次远足活动中，我们遇到了一个非常陡峭的山坡，刺激将人序一条真理。%@，在面对困难时，我们要勇往直前，不畏艰难。正所谓“压力是生活的力量”，只有在困境中奋勇向前，才能成为一个更加坚强和自信的人。

其次，与我的团队成员一起参与户外活动游戏，我体会到了团队合作的重要性。在一次挑战任务中，我们需要互相协作，充分发挥自己的特长。只有通过团队合作，我们才能够有效地完成任务，取得胜利。这不仅教会了我如何与他人合作，还启发我更深入地了解自己的优点和缺点，从而提高自身素质。

第三，户外活动游戏让我感受到了大自然的奇妙和美丽。在一次露营活动中，我们亲身体验了大自然的宏伟和神秘。在拥抱大自然的怀抱中，我们不仅能够欣赏到壮丽的山河风光，还能感受到森林中的宁静和纯净。这种与自然亲密接触的体验，使我对大自然有了更深刻的认识和理解。

此外，户外活动游戏还让我学会了珍惜并利用有限资源。在一次野外生活体验中，我充分体味到了资源的珍贵。在丰富的大自然中，我们需要学会如何运用有限的资源来满足自己的需求。同时，我也意识到，我们应该更加注重环境的保护与可持续发展，避免过度消耗资源。

最后，户外活动游戏给予我宝贵的人生启示。通过参与户外活动游戏，我认识到人生就像一场游戏，充满不确定和挑战。只有敢于迎接挑战，勇于面对困难，才能够赢得游戏的胜利。原始的户外活动游戏不仅为我提供了锻炼自我的机会，还让我意识到，人生中的每一个环节都有价值，我们应该保持积极乐观的心态，享受人生的每一个瞬间。

总之，户外活动游戏是一种有趣且富有意义的活动。通过参与户外活动游戏，我们可以克服困难，培养团队合作意识，感受大自然的美丽和神秘，学会珍惜和利用有限资源，获得宝贵的人生启示。在今后的生活中，我将继续参与户外活动游戏，不断挑战自我，积累经验，成为一个更加优秀和自信的人。

## **极端天气室外工作安全注意事项篇五**

户外活动游戏是一种将娱乐和体育结合起来的方式，既能锻炼身体又能增进交流，是一种受欢迎的休闲方式。在我参与的户外游戏中，我深刻体会到了户外游戏的乐趣和意义，让我对生活有了新的理解和体悟。

第二段：游戏的乐趣

户外活动游戏能给人带来极大的乐趣。在游戏中，我们可以与朋友或家人互动，亲密合作，共同追求游戏的胜利。例如，在足球比赛中，每位队员都要团结一致，发扬团队精神，相互扶持和支持，只有通过相互合作，才能将足球踢入对方球门，取得胜利。而这样的合作与团结不仅仅体现在足球比赛中，在其他户外游戏中也是如此。这样的合作不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们的团队精神，让我们学会了关注他人，尊重他人，并通过合理的协调与配合实现个人与团队的目标。

### 第三段：游戏中的挑战

户外活动游戏充满了各种挑战。在迎接挑战的过程中，我们会经历一定的压力和困难，但当我们面对挑战时，往往会不自觉地激发出更强大的潜能和意志力。例如，在攀岩游戏中，我曾面临高空和艰巨的攀爬任务，前进的道路充满了不可预测的障碍和危险。但是，当我鼓起勇气开始攀爬时，我发现自己比想象中更有勇气和耐力，并最终成功地攀登到山顶。这样的经历不仅让我对自己充满信心，也让我学会了在挑战面前坚持不懈的精神，无论遇到什么困难都能勇往直前。

### 第四段：游戏的教育意义

户外活动游戏不仅仅是锻炼身体和追求乐趣，它还具有很大的教育意义。在游戏中，我们需要制定策略、分析形势、做出决策，这些都对我们的思维能力和智力发展有很大的帮助。例如，在野外求生游戏中，我们需要寻找获得食物和水源的方法，构建临时避难所，熟悉和利用野外环境等。这些挑战不仅提高了我们的适应能力，还培养了我们的创造力和解决问题的能力。同时，户外活动游戏还能让我们更好地了解和保护大自然，唤起我们对环境保护的意识和责任心。

### 第五段：结尾

通过参与户外活动游戏，我深深体会到了户外游戏的乐趣和意义。它不仅仅是简单的玩耍和娱乐，更是一种锻炼身体、发展智力、培养团队精神和提高适应能力的有效途径。在未来的生活中，我将积极参与更多的户外活动游戏，挑战自己的极限，不断成长和进步。相信通过户外活动游戏，我能够获得更多的快乐和收获，同时也能提升自己的综合素质，成为一个更加积极、健康和有活力的人。