

体验方案英文动词 户外体验活动方案(大全5篇)

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

体验方案英文动词篇一

为了使幼儿体、智、德、美全面发展的需求，以坚持“健康第一”为指导思想，以确保幼儿每天户外课间操锻炼20—25分钟为工作主线，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，体现奥运精神，展现奥运氛围。本学期根据我班幼儿健康发展需要和体育锻炼需求，设计了此次活动，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地深化。

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。

1、活动器械（废旧报纸制作的旋转魔棒）每人一件。

2、音乐：行走一节奏乐“打猎”；队形变化—墨西哥圆舞曲“草帽舞”；器械操—加伏特舞曲“地毯上的游戏；互动游戏—幼儿整合课程“火车过山洞；放松运动—歌曲“亲亲美人鱼”；活动结束—快乐拍拍手“拉特斯基进行曲”。

1、幼儿站成四路纵队随音乐“打猎”进行队列练习，由四路纵队接龙变成正方形进行行走练习。

2、音乐“草帽舞”变换十字路队形，随音乐节奏的快慢变换四个圆圈。

1、幼儿随音乐“打猎”还原成四路纵队，接龙去拿活动器械。

2、幼儿随音乐“地毯上的游戏”做旋转魔棒操。

1、幼儿随音乐“火车过山洞”用旋转魔棒两组合作搭山洞，另两组幼儿玩“钻山洞”游戏。

2、游戏进行两遍，幼儿互换角色。

3、幼儿成四路纵队将旋转魔棒放在地上，玩“跳格子”游戏。

4、幼儿随音乐“打猎”还原四路纵队，按接龙游戏将魔棒整齐摆放，变成大圆圈进行“我拍拍，你追追”游戏。

1、幼儿两人为一组随音乐做拍手律动

2、幼儿互动变换位子。

3、幼儿随音乐的强弱，进行动作表演。

幼儿随音乐“打猎”进行接龙行走退场。

此项活动全过程22分钟，孩子们能以饱满的热情，积极的态度投身到整个活动中去，活动的开展促进了我班幼儿团结、友爱、互相合作的能力，整个活动流程和谐、有序、愉悦，孩子们在活动中注意力集中，精力充沛，互动游戏，交流感情。此活动内容丰富多彩，通过游戏拉近了师幼之间的距离，使幼儿的积极性得以充分调动起来，孩子们快乐安全地度过了22分钟的户外课间活动。活动的成功是喜悦的，但也存在

着需要进一步改进的地方，如：活动器械—旋转魔棒使用率不高，应在游戏中让孩子们自己去探索发现它的多样性玩法。幼儿互动游戏—应让幼儿充分地选择其它器械进行游戏。放松的调整—应将“亲亲美人鱼”活动环节调整到活动最后，让幼儿随着优美、舒缓的’音乐做放松运动，最后活动自然结束。

体验方案英文动词篇二

本文目录

1. 体验活动方案
2. 暑期中小学生生活体验活动方案：踏上父母上班的路
3. 小学道德体验活动方案
4. 小学迎六一“粽香童年”体验活动方案

一、背景

福利中心的儿童、青少年从小就受到工作人员与社会各界人士的关爱与呵护，但是，长期的院舍生活，孩子很难体会到家庭的感觉。如何让孩子们能够在长大成人跨入社会之后，在性格、品格、为人处事以及生存能力方面，能够更好的回归家庭，回馈社会，适应社会的发展。

自xx年至xx年，三年间，中心与珠海市红十字志愿者协会联合开展前往西区贫困家庭进行生活体验活动，该活动让孩子入住到贫困家庭，感受生活、家庭氛围，孩子都表示身心收获良多。今年的暑期，中心与珠海市红十字志愿者协会再次开展西区贫困家庭生活体验活动，让10名孩子到家庭居住生活15天。希望再次通过这种直接的接触形式，让孩子体验不同的生活环境、生存状态。

二、活动目标

- 1、融入家庭生活，感受家庭温暖；
- 2、学习家庭生活中用餐、待人等礼仪；
- 3、适应家庭生活环境，勇敢面对生存挑战。

三、主办单位

珠海社会福利中心 珠海市红十字志愿者协会

四、承办单位

梅华社工服务中心 平沙社会事务办

五、活动具体安排

1、活动时间□xx年7月17日-7月31日

2、活动地点：西区平沙镇（10户农家）

3、活动对象：朱海通、朱海娟、朱国杰、朱新花、朱碧双、朱爱诗、

朱民聪、朱新光、朱福伟、朱元麟、朱海宏（11人）。

六、活动流程

1. 准备阶段

时间安排

活动内容

负责人

协助

7月10日

确定好全部方案中涉及的内容

/

7月10日

联络红十字会的志愿者(李颀), 确定家庭与踩点事项

/

7月11日

与衔接志愿者(李颀)再次联络陪伴成长家庭, 交代注意事项的细节, 并把一些文具用品、食品等礼品送到大海环小学。

7月15日

物资的准备及清点

7月15日

福利院工作人员与对方志愿者李颀作一次工作的全面衔接

7月16日

活动动员大会于注意事项的强调

7月31日

回馈活动的场地及物资准备

英

2. 进行阶段

时间

活动内容

负责人

协助

7月17日

xx年暑期西区“爱的体验”见面会：

1、强调《家庭生活手册》；

2、向家庭赠送礼品。

7月17日

大海环附近午餐

7月17日

13∶00

3名志愿者及工作人员分别把孩子送到成长家庭中

7月17日-7月31日

家庭体验生活

(学习家务，学习与家人相处、与邻居沟通)

7月31日

分别前往成长家庭中，把中心孩子和成长家庭孩子一同接回市区（家庭的孩子自愿选择）

7月31日

回馈活动，物资准备

王红英

曾锦龙

7月31日

分享自助餐

黄桂玉

王红英

七、跟进及紧急联系

1、工作人员及相关人士的联络方式

序号

单位

联系人

电话

1

平沙社会事务办

2

福利中心工作人员

3

4

5

6

红十字工委志愿者

7

8

9

珠海市红会信息平台

189 2806 1798

2、实时监控

方式：由红会短信平台给13个孩子家庭发送信息（每天两次），各家庭回复短信到朱院长手机，告知孩子情况。

时间：每天晚上8：00和中午1：30

内容：（请先注明发布时间）

7月23日晚：请回复中心总领队朱院长电话：303，告知情况。如正常即回复正常，非正常请告知是否需要我们介入处理。

负责：由红会工作人员陈艺定时发送。负责实时联络监控，如有需要发布其他信息，请及时联络福利院工作人员。

待命：所有工作人员和志愿者均保持待命状态，有任何问题发生时，鉴于地形复杂由志愿者（李颀、李景伦、居委会工作人员）带领待命工作人员前往。所有参与待命的工作人员及志愿者必须保持通讯24小时畅通，出现应急情况随时处理。

3、入户带领：

由本地志愿者和居委会工作人员共3名安排好分头带领福利院工作人员送孩子前往配对孩子家庭。

八、注意事项

陪伴成长家庭需知：

- 1、请勿打听和询问中心孩子的身世；
- 2、请不要额外增加菜肴，特别是荤菜，按照平日的习惯即可；
- 3、请注意孩子外出安全，禁止孩子外出戏水；
- 4、请不要借钱给孩子们买饮料或其他物品；
- 5、请不要答应孩子的一些无理要求；
- 5、有任何问题，请及时与福利院朱院长或负责人员联系。

九、费用预算

十、评估

序号

评估方法

具体实施

1

社工自评

活动目标是否达成

2

督导评估

中心督导对活动效能的评估

3

院方评估

评估活动总体成效

4

家庭生活手册

依据家庭生活手册对活动效能的评估

十一、附录

1、 陪伴成长家庭资料

2、 名单及配对家庭

3、 爱的回馈活动计划书

4、 家庭生活手册

体验活动方案（2） | 返回目录

一个特殊的日子□xx年暑假的某一天

一次特殊的行程：追随父母上班的行程，体验父母忙碌的经历

一种特殊的感动：了解父母双亲为家操劳的不易，感念那份不图回报的养育之恩

让我们踏上父母上班的路……

一、活动主旨：

二、活动主题：踏上父母上班的路

三、活动对象：全市中小學生

四、活动时间□xx年6月20日——8月20日

五、征文体验内容：

征文内容可以从以下两个角度任意选择一项。

体验内容一：（提前跟父母沟通，告诉他们自己想要完成的这样一份特殊的暑假作业——跟随父母，踏上他们上班的路）从早上起床开始，观察父母亲上班前的忙碌景象：准备早餐、收拾房间……，跟随父亲或母亲去单位踏上上班的路程，不论开车或是乘坐公交，不论短途可达还是几经换乘，了解父母日复一日前去上班的方式和路途，观察他们忙碌中背负家

庭希望的身影，体验那份特殊的心境。

体验内容二：有条件的话可以到达父母单位后，再跟随他们上班半天或一天。观察父母工作单位的环境，了解父母上班的工作内容，感受父母一天的工作节奏和劳作心境。

六、参赛形式：

1、征文：以日记的方式将一天的实践体验活动用文记录下来，表达“感悟亲情、体味感恩”的真实情感，数不限。

2、多媒体作品征集：通过文和图片表现从起床之后到走进单位的父母忙碌的身影和自己的真实情感，运用word、powerpoint、flash等相关软件，将作品制作成大小不超过10mb的文件，格式，格式。

七、投稿方式：

登陆心域网（即上海市中小学德育网，网址），点击“踏上父母上班的路——暑期中小学生生活体验活动”网络征文比赛图标，进入活动页面，根据系统提示先进行注册，然后填写父母上班的基本情况，最后上传作品，作品需经后台审核后方能显示。注册时用户名可以用虚拟，但需正确填写真实姓名和学校（网页上不会显示），以备获奖时能够及时通知到本人。

八、评选办法

2、网上投票和专家评审相结合

4、奖励方式：

（1）结集出书：以正式刊号汇编出版获奖征文。获奖学生征文将免费汇编成《〈踏上父母上班的路——中小小学生暑期体

验活动网络主题征文》优秀作品集》予以发表。

(2) 颁奖仪式：9月底举办上海市中小学生学习生活体验暨实践征文活动颁奖仪式，为获奖者颁发奖状、奖品和作品集。

体验活动方案（3） | 返回目录

- 1、欢笑在体验中收获，烦恼在体验中告别
- 2、开展做生态小主人，增强社会责任感。
- 3、以社会为突破口，争做合格小公民。

体验活动方案（4） | 返回目录

活动时间□xx年5月31日中午12:00——2:30

活动地点：各教室

活动组织：校大队部、各班级家委会

活动参与：全体少先队员

活动意义：

- 1、通过包粽子的实践活动，让队员们了解传统美食——粽子的成形过程。体验动手劳动的乐趣。
- 2、通过活动参与，让队员们了解端午节的文化内涵，从而感受中华传统文化的魅力。
- 3、通过家校合作参与的方式，增进家校和谐的良好团队氛围。

活动安排：

1、各中队通过周三（5月29日）班队课，向队员们讲解端午节的由来以及相关知识。让队员们对传统文化有个较详细的了解。

2、周五（5月31日）各中队物色能包粽子的家长若干名，来校现场指导。

备注：

1、各中队包粽子所需的大米、粽叶、台布、工具等请各班家委会负责提前做好准备。

2、活动时，孩子们的围兜、一次性卫生帽、袖套请提前采购。也可以年级组团购。

3、考虑到活动的团队性，也非常欢迎各中队之间开展联谊活动，场地提前预约。以免撞车。

4、考虑到一、二年级队员年龄特点，也可以安排学做香袋。

体验方案英文动词篇三

根据省“大力开展青少年上冰雪活动”的要求，省教育厅《关于开展20xx年度百万青少年上冰雪活动的通知》，本着实事求是的原则，我校决定因地制宜地开展冬季户外体育活动。我校以丰富学生在校的学*生活，增强学生的身体素质，培养学生对体育活动的兴趣以及对冬季体育活动的热爱为指导思想，制定冬季户外体育活动方案。

20xx年11月中旬召开“冰雪活动”动员会□20xx年11下旬—12月组织冰雪系列活动，迎接我校冬季运动会。

为了切实加强“上冰雪”活动的组织领导，组织成立“上冰

雪”活动领导小组：

组长□xx

副组长□xx

组员□xx

我校将根据地理位置，充分利用现有的条件，积极努力创建各种冰雪活动项目，大力营造校园冰雪文化氛围。让冰雪活动在校园全面铺开，大力开展冬季体育活动。

1、课间操。本年度的“上冰雪活动”，我校课间操坚持冬季长跑活动，今年阳光体育冬季长跑活动的主题是“阳光体育与快乐校园同行”，锻炼学生的身体素质，培养吃苦耐劳精神。通过整齐的步伐、响亮的口号，彰显了广大师生奋进的激情和青春光彩，展现班与班之间班风班貌、团结精神的比赛。

2、课间活动、午休。认真组织好学生开展踢毽子、跳绳等有意义的冬季户外体育活动，利用已浇冰场让学生能够进行一些简单的冰上活动，如：抽冰尜、滑冰等。并做好对学生的安全教育工作。

3、组织竞赛。

(1) 首先营造冰雪文化的氛围，通过上网、上课、查资料，让学生了解有关冰雪的由来，冰雪活动的历史。组织一次“冰雪征文”活动，提高对冰雪的热爱和兴趣。

(2) 开展一次“冬季运动会”比赛。

1、为保障冰雪活动的开展，学校各部门高度重视安全工作，班主任、政教处、体育教师要通过多种途径，提高学生安全

防范措施。

2、放学前后时间内的冰上活动，学校要派专人负责，强化管理，杜绝意外伤害事故的发生，保证活动安全有序进行。

3、总务处要协助体育教师浇建好学校冰场，为学生提供良好活动场所。

体验方案英文动词篇四

1、通过玩贴人游戏，培养幼儿快跑、躲闪的能力。

2、提高幼儿思维的灵敏性。

3、提高幼儿两合作进行游戏的能力。

：音乐：月光

练习走圆，为游戏做铺垫。

大圆走一成四队一开花走一双圈走。

教师：“今天老师教小朋友玩一个游戏，名字叫贴人。

我请两位小朋友，一位跑，一位追，

被追的小朋友可以跑到里圈任意一位小朋友面前站住（贴人）这时后面一个小朋友赶快跑。

以免被追的小朋友捉住。

注意，跑时要在圈外，贴人要到圈里。”

教师注意观察，如果被追捉者连续贴人三次，追捉者仍未捉到，就另换追捉者。

被追到者不再当追捉者，以免太累。

幼儿自由活动，听到“结冰”信号，幼儿不动，听到“化冻”信号再自由活动。

做放松整理动作。幼儿听音乐，边歌边舞。

体验方案英文动词篇五

时光飞逝，转眼之间我已从一个懵懂无知的孩子成长为一个对未来怀有梦想和希望的大学生。曾经的自己每天只知道做好自己的事情，可是现在，我已经是一名成年人了，再也没有理由拿自己当孩子，再也无法忽视生活中的点滴小事，看见母亲穿梭于各个屋子忙里忙外，我无法像从前那样无动于衷了，读书学习不再是我生活的全部，因为一个合格的人不应只是停留在理论层面上，无论学习有多么重要，最终我们都是要回到纯粹的现实生活中来。

从前的我对大学校园的设想是美好的，那时在我心中它是一个美好的人间乐园。可当我真正走进校门后我才真正发现，在这个我以前寄托无限憧憬的乐园里，我更应该学会生活。童年时的我每天生活在家人为自己撑起的一片蓝天下，没有乌云，没有烈日，有的只是和煦的春风和暖人的阳光，这时我的主要工作就是学习。而现在，我已经离开了父母的庇佑，家人的保护伞，我最主要的工作就变成了独立生活。于是，我开始真正的独立生活了。以前在我眼中那些不值一提的小事如今在我眼中已是无法忽视的事情，事情虽然琐碎繁杂，自己从前也都接触过，但是集中起来之后就似乎变得有些棘手。经过一个学期的独立生活，从前对家务漫不经心的我现在也变得认真起来，对家务的敏感程度也逐渐加强。

在你面前的时候，真的会有些无从下手，毕竟对于一个从未买菜的人来说，那确实有很大的困难。

当然有令人感到有些不愉快的事，就也存在一些令人高兴的事。那就是除夕夜的时候，一家人围坐在一起包饺子的体验。干别的事情我心里没有什么底，但是包饺子我可还算是一个比较有经验的人。无论是拌馅，擀饺子皮，还是包饺子，虽然不是很精通，但最起码可以独立作业。现在仍然在脑海中还存有那一晚的印象，一家人围坐在桌子旁，其乐融融，感觉好极了。虽然自己最初只会包一种饺子，虽然在母亲教完之后我仍然只会包两种，虽然自己包饺子的速度相对来说很慢，但是不管怎么说，一家人坐在一起包饺子总归是一件令人高兴的事，也觉得十分温馨。当饺子被我们包好之后，心里的那种感觉实在是太好了。当看着自己亲手包的饺子在水里上下翻滚的时候，一种成就感油然而生。当母亲把一盘盘煮好的饺子端上来时，迫不及待的我急忙夹了一个放进嘴里，当然，还没等我缓过神来，我就把它弄掉了，因为我被它重重地烫了一下。回想起这一幕幕场景，心里美滋滋的。

当然，我也曾在一些小事面前犯过难，那就是收拾屋子。其实，整理自己的东西还好说，但是当整理家里人的东西时就似乎有些困难。因为我不得不考虑这些东西放的位置是否方便取用，其实说句实在话，很多东西我都没用过，但家里人经常用，这样一来，我就不能随心所欲随意摆放。因为一旦要用却找不到这些东西的话，那种感觉真的不怎么好。最终我花了一下午的时间终于完成了这项“光荣而又伟大的事业”。

投入的时候，效果是真的能够让人大吃一惊的。

为期几天的家庭角色体验就这样过去了，回想起来自己其实收获也不少。小时候家里人没有让我做过这么多的事情，当时我做的都是一些力所能及的小事。但是现在做完之后感觉其实持家并不是一件十分容易的事情。家务虽然简单，但是也很繁杂琐碎。而且同样的事情需要我们每天都去不间断的重复，由此可见，父母把我们养大是多么地不容易啊！他们不仅仅要承受种种外界压力，还要把一部分精力分担到家里

来照顾孩子，整理家务。同时，通过这一阶段的家庭角色体验活动，我也明确了自己的人生定位。相信家人给我的无限关怀和那份浓浓的爱意定会使我充满着力量，让我在未来的生活中不断努力，让我在今后的人生中不断克服艰难险阻，我也一定会带着这份亲情，带着自己对未来的一份希望和激情，在未来的人生道路上不断前行，向着目标努力！