

2023年冬至养生策划活动方案(精选13篇)

项目策划还需要考虑项目执行过程中可能出现的问题和风险，并制定相应的应对措施。以下是小编为大家收集的游戏策划参考资料，包括游戏设计理念、玩法思路等内容。

冬至养生策划活动方案篇一

- 1、锻炼小朋友的动手能力，培养自力更生的意识。
- 2、感受集体劳动的'快乐。
- 3、和父母一起包饺子增进父母亲情。

冬至日：12月22日

小班9：40开始

中班9：50开始

大班10：00开始

大大班10：10开始

- 1、请家长准备：擀面杖、锅拍、围裙（班主任合理安排）

以校讯通、黑板报形式告知家长时间、地点、家长需要准备的物品（提前三天通知家长）。

- 2、幼儿园厨房准备：饺子馅、包饺子面。

厨房以班级为单位分好，厨房12月22日上午9：40之前准备好饺子馅、包饺子面。等待班级生活老师来领取。

3、班级准备：洗手、带好围裙

以班级为单位亲子活动开始包饺子

分工：

1、家长孩子分别擀皮、包饺子。

2、班级生活老师：负责厨房领取包饺子面团、和指定家委会人员负责把包好的饺子送到厨房。

3、班主任和配班教师：负责维持班级秩序、指导家长孩子擀饺子皮、包饺子、活跃班级亲子包饺子气氛。

4、家委会指定专人：负责拍照、指导、维持秩序。

1、生活老师和指定家委会专人：集中包好的饺子送进厨房并负责把煮好的饺子送回班里。

2、班主任和配班教师协同家委会：组织孩子开展儿歌、唱歌、故事等活动（班主任设计好）（等待饺子煮熟）。

3、家委会指定专人：负责维持家长秩序。

1、生活老师和指定家委会专人：负责把煮熟的饺子分发到小朋友的餐盘中，请小朋友们品尝自己包的饺子。

2、邀请家长品尝——家委会指定专人负责分发和维持秩序。

1、家长品尝完毕家委会指定专人：负责组织家长回到班级门口填写表格、顺序离开幼儿园。

2、班级整理、餐后散步、午休——活动结束。

冬至养生策划活动方案篇二

1、在冬至来临之际，让所有在院的同学一起过节，增进大家之间的`亲密联系和相互交流，也各自送上节日的问候。在集体的温暖中度过异地的传统节日、感受家的温暖、集体的温馨。

2、通过亲自动手包汤圆、煮汤圆，让全院同学能更真切得去感受中国传统节日的内涵，了解更多具体的工艺，学习能力。

3、感受节日气氛、发扬传统文化，继承传统习俗。

冬至暖人心

院餐厅（教师餐厅）

全院师生

（一）宣传：海报、广播站宣传、微信公众平台

海报：1张贴在宣传栏

（二）参加方式：排队领取“免费券”（每人只限1份）数量有限，先到先得

（三）会场所需物品：照相机1台。摄像机1台。一个音箱，两个移动话筒

1、16：30—19：40汤圆、饺子制作

2、19：40—20：30蒸饺子、

3、19：30—20：00煮汤圆

集体照合影。

2. 主办方做总结。

XX

XX

XX

冬至养生策划活动方案篇三

- 1、锻炼小朋友的动手能力，培养自力更生的意识。
- 2、感受集体劳动的快乐。
- 3、和父母一起包饺子增进父母亲情。

冬至日：12月22日

小班9：40开始

中班9：50开始

大班10：00开始

大大班10：10开始

1、请家长准备：擀面杖、锅拍、围裙（班主任合理安排）

以校讯通、黑板报形式告知家长时间、地点、家长需要准备的物品（提前三天通知家长）。

2、幼儿园厨房准备：饺子馅、包饺子面。

厨房以班级为单位分好，厨房12月22日上午9：40之前准备好

饺子馅、包饺子面.等待班级生活老师来领取。

3、班级准备：洗手、带好围裙

以班级为单位亲子活动开始包饺子

分工：

1、家长孩子分别擀皮、包饺子。

2、班级生活老师：负责厨房领取包饺子面团、和指定家委会人员负责把包好的饺子送到厨房。

3、班主任和配班教师：负责维持班级秩序、指导家长孩子擀饺子皮、包饺子、活跃班级亲子包饺子气氛。

4、家委会指定专人：负责拍照、指导、维持秩序。

1、生活老师和指定家委会专人：集中包好的饺子送进厨房并负责把煮好的`饺子送回班里。

2、班主任和配班教师协同家委会：组织孩子开展儿歌、唱歌、故事等活动（班主任设计好）（等待饺子煮熟）。

3、家委会指定专人：负责维持家长秩序。

1、生活老师和指定家委会专人：负责把煮熟的饺子分发到小朋友的餐盘中，请小朋友们品尝自己包的饺子。

2、邀请家长品尝——家委会指定专人负责分发和维持秩序。

1、家长品尝完毕家委会指定专人：负责组织家长回到班级门口填写表格、顺序离开幼儿园。

2、班级整理、餐后散步、午休——活动结束。

冬至养生策划活动方案篇四

狂欢圣诞，礼品不断

12月24日、25日

XXX

活动期间,凡光临我商场的小朋友,均可获得由圣诞老人派发的糖果或小礼物;礼品有限,送完为止。

注:由各分店自行安排一位具有幽默感的男性员工和一位亲切可爱的女性员工穿上圣诞老人服装,在门口及卖场内为小朋友派发糖果和配合有需要拍照留影的.顾客一起合影。

冬至养生策划活动方案篇五

冬至过节源于汉代,盛于唐宋,相沿至今。“包饺子”是中国冬至时节许多地方的传统习俗。今年冬至(12月22日)化学学院将举办“冬至阳生春又来”的主题活动。通过包饺子比赛、煮饺子、吃饺子等一系列活动,让同学们在严寒的冬日感受家的温暖,传递同窗温情。并借此机会弘扬我国传统饮食文化——饺子。

通过这个活动,搭建20xx级研究生相互了解的平台。同时借此促进各同学之间的交流,增进友谊,增强化学学院的凝聚力,进一步培养同学们团结协作的精神。

冬至阳生春又来

化学学院

20xx级研究生(其它年级的博士生、研究生如有兴趣均可参加)

20xx年12月21日(本周日)晚上18:30

(1)包饺子

(2)包饺子比赛

(3)吃饺子

1活动前期

1)由参与同学共同负责把场地内的杂物清理干净。

2)场地清理干净后方可离场。

3)由生活部把场地交还给餐厅，并表示感谢。

4)由宣传部出一份有关本次活动的总结报告。

1)在比赛的过程中同学们需注意现场秩序和安全。(学科负责人负责)

2)包饺子过程中所有人员不得有不得体的打闹，不得随处乱撒面粉，不得浪费食品等

3)如需擀面棒，由生活部负责购买。

4)活动人数较多，地方较小，请所有人员在整个活动过程中注意安全。

5)讲究卫生，包饺子前要洗手。

6)注意准时到场。

7)在活动中注意保持良好的形象。

1) 由各位同学自愿报名参加比赛，分别负责擀面皮(是否需要擀面皮待定)、包饺子，在规定时间内所包的饺子在保质的情况下数量多的组别获胜。获胜的组别的全体人员接受奖励。

2) 比赛分组、根据报名情况进行分组

3) 奖励、对获胜的小组进行奖励，对应的各参赛组均有小礼品赠送。

120分钟

冬至养生策划活动方案篇六

20xx年12月22日冬至节

金湾区红旗镇沙脊村委图书馆

冬至是我国农历中一个非常重要的节气，也是中华民族的一个传统节日，冬至又俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”等，早在二千五百多年前的`春秋时代，中国就已经测定出了冬至。这一天是北半球全年中白天最短、夜晚最长的一天；中国北方大部分地区在这一天还有吃饺子、南方吃汤圆的习俗。

希望通过开展传统节日活动，融洽邻里关系，给独居老人营造欢乐和谐的村舍气氛，带区冬日里最温暖的问候；同时，也希望增进村委与村民之间的亲密联系，让老人在沙脊村感受家一样的温馨。现将活动安排如下：

1、与老人们聊天，交流彼此对生活中的一些问题的看法，重点要倾听老人的心事和烦恼，为他们排忧解难，消减他们的孤独感。

2、在聊天的过程中，为老人们(尤其是行动不便的老人)做一

些小事，如帮老人按摩、梳头、剪指甲等，在点滴细节上关怀老人，给老人们带来温暖。

冬至养生策划活动方案篇七

新年“给力”送现金券

20xx年1月1日、2日、3日（共3天）

xx

活动期间,凡在我商场一次性购物满98元以上,送5元现金券一张,一次性购物满195元,送10元现金券一张,小票不可累计,单张小票最多限送3张,数量有限,送完即止！（家电、服装、黄金除外）

冬至养生策划活动方案篇八

在冬至和新年到来之际□x教室以“我们是一家人”为主题进行联欢,通过包饺子、做游戏,使学生感受中国农历节气的魅力,感受新年的快乐气氛,感受大家庭的`温暖。

x教室

三三班科任教师、全体同学、家委会成员、部分家长(15名)。

1、布置教室,烘托节日气氛:

气球、彩带、背景墙、游戏背景音乐、歌曲《新年好》、《家爱我我爱家□□(x负责)

2、物品准备:

面粉(x妈妈)、饺子馅(x负责)。

电磁炉、电饭锅、电源插头、锅盘、刀、面盆和大汤勺等包饺子工具6套(张老师、家委会及部分家长提供);陀螺盘、积分器、小礼物,证书、小奖品(x负责)。

3、学生需带物品:小碗(不烫手、不易碎)、勺子、少许食品(不带零食);干净的小围裙、袖头等。

4、学生自制新年贺卡。(学生和家一起)

5、全班学唱《新年好》、《家爱我我爱家》(x老师)

6、主持词(x)

7、制定活动游戏规则、比赛成绩表、积分表、猜猜猜比赛词语、谜语、脑筋急转弯题(x)

主持人x

1、老师致新年。

2、团体活动一:包饺子,吃饺子。四人为一小组,每组有一名家长带队。

3、团体活动二:陀螺比赛

实行淘汰制,每小组出1名同学,决出冠亚季军。第一名小组积4分,第二名3分,第三名、第四名2分,第五至第八名1分。

4、团体活动三:踢毽子比赛:

规定时间内比一比谁踢得最多,第一名积4分,第二名3分,第3、4名2分,第5至8名1分。

5、团体活动四:猜猜猜

每小组出2名同学，一人比划一人猜，不能说出其中的词语，一分钟猜中最多者为胜。第一名小组积4分，第二名3分，第三名2分，第四名1分。

6、个人活动：大闯关。抽出20道猜谜语、脑筋急转弯题，个人抢答，答对者有奖品。

7、张老师对积分前三小组颁发证书。

8、抽签送贺卡。将制作好的贺卡(署自己的名)送给同学。

9、师生齐唱《家爱我我爱家》。

主持□x

照相：

录像：

播放背景音乐：

裁判：

记分员：

发礼品：

冬至养生策划活动方案篇九

在冬至和新年到来之际□x教室以“我们是一家人”为主题进行联欢，通过包饺子、做游戏，使学生感受中国农历节气的魅力，感受新年的快乐气氛，感受大家庭的温暖。

12月21日10：00——15：30

x教室

三三班科任教师、全体同学、家委会成员、部分家长（15名）。

1、布置教室，烘托节日气氛：

气球、彩带、背景墙、游戏背景音乐、歌曲《新年好》、《家爱我我爱家》x负责）

2、物品准备：

面粉（x妈妈）、饺子馅（x负责）。

电磁炉、电饭锅、电源插头、锅盘、刀、面盆和大汤勺等包饺子工具6套（张老师、家委会及部分家长提供）；陀螺盘、积分器、小礼物，证书、小奖品（x负责）。

3、学生需带物品：小碗（不烫手、不易碎）、勺子、少许食品（不带零食）；干净的小围裙、袖头等。

4、学生自制新年贺卡。（学生和家長一起）

5、全班学唱《新年好》、《家爱我我爱家》x老师）

6、主持词x

7、制定活动游戏规则、比赛成绩表、积分表、猜猜猜比赛词语、谜语、脑筋急转弯题x

□

主持x

照相：

录像：

播放背景音乐：

裁判：

记分员：

发礼品：

冬至养生策划活动方案篇十

冬至，是我国农历中一个非常重要的节气，至今仍有不少地方有过冬至的习俗。临近冬至，为增强节日气氛，为敬老院老人带去温暖，体味团圆，让发家在欢乐的气氛中温馨地度过冬至节，青益志愿者协会决定于20xx年12月19日在南大街敬老院举办一个“冬至饺子宴”。

寒冷是冬至，青益暖人心

南大街敬老院老人与志愿者

20xx年12月21日上午9：30—11：30

20xx年12月21日上午9：00

南大街敬老院食堂

25—30人

XXXX

（我们活动经费都是志愿者aa制，人均费用在20—25元左右（多退少补），期待你的参与。同时招募爱心商家捐助）

- 1、在包饺子、煮饺子的时候注意安全、避免烫伤；
- 2、在包制饺子过程中避免不必要的浪费；
- 3、活动结束后，检查卫生，将桌子放归原位，打扫会场卫生。

冬至养生策划活动方案篇十一

冬至是中国农历中一个重要的节气，也是中华民族的一个传统节日，冬至俗称“冬节”、“长至节”、“亚岁”等。早在二千五百多年前的春秋时代，中国就已经用土圭观测太阳，测定出了冬至，它是二十四节气中最早制订出的一个，时间在每年的公历12月21日至23日之间。

丰富员工业余文化生活，用服务体现工会的关爱和价值。

总负责人□xx

协作□xx

职责：负责冬至活动总策划、总组织。

具体分工：

1、活动就餐安排：

负责人□xx

协作□xx

职责：负责活动当天就餐菜单核定、就餐安排及费用结算。

2、活动节目安排：

负责人□xx

协作□xx

职责：负责活动流程和节目的策划、筛选及人员的总调度

1□xx负责冬至活动整体流程设计和节目的筛选；

2□xx负责活动策划、节目提供；

3□xx负责活动小礼品的采购。

3、主持人□xx

照相□xx

活动地点：

暂定65人

3、14：00活动正式开始；

5、18：00就餐（其间穿插祝酒歌，由酒店提供）；

6、20：00开始篝火晚会；

7、21：00活动结束。

冬至养生策划活动方案篇十二

一、活动目的：

1. 在冬至来临之际，让所有在院的同学一起过节，增进大家之间的亲密联系和相互交流，也各自送上节日的问候。在集体的温暖中度过异地的传统节日、感受家的温暖、集体的温馨。
2. 通过亲自动手包汤圆、煮汤圆，让全院同学能更真切地去感受中国传统节日的内涵，了解更多具体的工艺，学习能力。
3. 感受节日气氛、发扬传统文化，继承传统习俗。

二、活动主题：冬至暖人心

四、活动地点：院餐厅(教师餐厅)

五、参加对象：全院师生

六、活动内容：“汤圆和饺子”的制作及吃汤圆、饺子共庆冬至佳节

七、活动的前期准备工作

(一)宣传：海报、广播站宣传、微信公众平台

海报：1张贴在宣传栏

(二)参加方式：排队领取“免费券”(每人只限1份)数量有限，先到先得

(三)会场所需物品：照相机1台。摄像机1台。一个音箱，两个移动话筒

八、活动流程

九、活动的后续工作

集体照合影。

主办方做总结。

十、经费预算：

十二、所需物质

十二、人员分工

冬至养生策划活动方案篇十三

在盛夏六月的阳光下，到处绽开着毕业生的玫瑰花。道声再见、莫忘师生情。美丽的学校，留下了你们青春的足迹和风采。转眼间，我们毕业了，虽然我们心中有一些不舍，也看到了远大的志向将离开这个团结友爱的大家庭，奔赴新的生活。

明德笃学，刚毅力行，曾带着我们共同的憧憬；青砖红瓦，碧波绿柳，曾铭记我们共同的回忆。当年的年少轻狂，往昔的峥嵘岁月，从开始的断瓦残堆到而今的恢弘秀丽，我们用泪水和汗水铺就了一条的光辉之路。

我们的血液终涤荡着你们的骄傲；我们的心中隽永着你们的自豪；我们肩上担负着你们的使命，这一切都赋予了你们独有而永不忘却的烙印。

韬奋钟声，音尤在耳，纵然天涯海角，散落各方，都将万里相伴。青春与时代同步，足迹与未来相连，在这告别之时，让我们再回首，忆那往昔的休戚之共，感而今的沧海桑田；让我们再回首，中流末水的勇气、浪遇飞舟的豪情；让我们再回首，在最初的起点，为最灿烂的青春画上最华丽的句点。

大学对一些人来说，是一场梦，三年光阴似箭，大学就像是

我们开始梦的地方一样，在大学三年里，我们经历了许许多多的事情，有开心的、有难过的。而大学毕业，意味着要离开熟悉的学校，踏入社会，去实现我们自我的梦想；意味着我们简便欢乐，无忧无虑的生活即将结束；意味着我们将要担任起许多不一样的职责。

其实，大学毕业也是一个梦开始的时候。毕业生要走上他们的人生之旅，我们要走向一个新的学期，所以今年我们一齐“毕业”。我们在这个学校里度过了完美的青春时光，当离开时都怀有一份留恋，让我们用歌声、用掌声、用心语、用我们最完美的姿态，为即将远行的朋友们送上最真诚，最深厚的祝福。

情系心协梦想远航

主要对象是即将毕业离校的为心协做出贡献的大学生，借这个晚会把大家对毕业生的完美祝愿予以表达，也借此让毕业生再次感受心协大家庭的温暖以及大学生活的完美回忆，同时经过这台欢送会，让毕业生有一师即我家的感觉，让他们记得常回家看看。

即将毕业的大三学生

演出时间□20xx年x月xx日

演出地点□xx活动室

- 1、宣传：发出通知并开始在心协值班室公告栏贴出此次晚会的宣传海报，通知非毕业班的学生会着手准备晚会的节目，做到保质保量。
- 2、节目要求：形式不限，构思新颖，贴合主题。
- 3、主持人要求：根据整个晚会的基调，节目资料等具体情景，

确定主持人并发出邀请，确定晚会邀请嘉宾名单。（提前发出请柬）

4、晚会所需物品由各部门分工工作，在晚会前一天到位

1、主席致辞

2、开场节目：舞蹈

3、主持人上场致开场词，晚会开始

4、演出开始（舞蹈，话剧，歌曲，小品）

5、晚会游戏（具体游戏待

6、尾声：难忘今宵

随着灯的亮起，音乐的停止，今日晚上，我们在那里度过了一个幸福的大学最终一晚。此时，我们相信，穿过那白茫茫的冬天，等着我们的是自我的那一片草原。从此，终结大学的旅程，跳上人生的征程。在此我们心协的全体成员真诚祝愿你们一路顺风。

xx大学xx系

会场布置□xx部

秩序维持□xx

灯光、音响管理□xx部

迎宾□xx部xx部

后勤□xx部

后期工作

将晚会的留念照片发布到心协qq相册上，毕业生们能够自我下载留念。并建立留言区，让毕业生和非毕业生随时能写下自我的祝语互相交流！

后续

《朋友，珍重！》

今日，我们相聚在一齐；

明天，你们将要各奔南北东西；

伸出手握住我们所有相识的日子；

人生不长；相逢不易；要好好把握；应轻轻珍惜；三年不长；

辛勤的园丁把我们浇灌成青春粗壮；

今日，知识之树枝繁叶茂；

明天，必将挺拔成祖国的栋梁；

不要说别时容易见时难；

不要说前路漫漫坎坷悠长；

是骆驼就该踩响孤寂的旅途；

是风帆就该踏破千层恶浪；

无须用华丽的词语装饰一个个真心的祝愿；

只想用我的心紧握你们的手；

xx级的朋友们！前途珍重