



自然户外活动计划季节安排表范例 Sample Seasonal Activity Schedule

“自然之道”根据参与者的活动要求，已经发展了多种多样的活动内容，包括活动身体的游戏，促进发挥创造力的活动。这些也是参与的家庭真正喜爱和需求的。我们较常用一种相对固定的形式，例如，在活动开始的时候介绍当日的主题内容，然后讲自然故事、玩自然游戏，随后还要动手创作自然艺术。这样一来参与者就有很多空间进行自我探索，在自然的环境里从玩耍的过程中获得乐趣。您的活动组也能根据个人的喜好安排活动内容。

下面是“自然之道”的备用活动，通常我们都会事先准备充足的活动内容，但是如果孩子们在活动过程中，发现了自己更感兴趣的自然事物（例如可以攀爬的大树，或漂亮的虫子），我们会尊重孩子的乐趣，于是就保存了部分备用的活动。这些活动的设计是为了帮助居住在城市里的人，将注意力集中在自然，或者从自然中获得放松，与更多的朋友相聚。您可以参考我们提供的内容，也希望您能找到自己的自然活动点，跟随自然的指引！

季节活动安排范例 Sample Seasonal Calendar

日期	自然活动内容
1月7日	棍子的乐趣！
2月11日	与鸟儿轻声交谈
3月11日	迎春：“植树节”庆祝会
4月7日	“复活节”及春季庆祝会
4月22日	“地球日”之自然清洁活动
5月12日	春季寻宝
6月16日	池塘探索
7月14日	欢蹦乱跳的虫子
8月18日	树林纳凉探索活动
9月1日	欢送夏日之回收物品手工大赛
10月7日	收集秋季的种子
11月10日	落叶的生命
12月8日	冬季玩乐



活动日程与安排范例 Sample Activity Schedule and Plan

我们发出活动通知的同时，会将具体活动信息发布，如以下范例：

活动时间及地点：10:00—下午 1:00：在自然中陶醉，地点：贵阳森林公园

孩子们将欣赏秋季森林的美景，我们将一起玩游戏，然后慢慢散步，亲眼看看季节给森林带来的华丽变化。请自备野餐食物。

时间表 General Schedule

Schedule 时间表	Activity 活动
10:00-10:30	到达: 自由探索和装饰自然袋子。
10:30-10:45	游戏: 弱肉强食
10:45-11:15	徒步及小游戏: 看一眼, 找一个
11:15-11:30	游戏: 沉睡的守财奴
11:30-12:00	步行到野餐/手工区, 收集美丽的森林的东西
12:00-12:15	金秋镶嵌画 (用收集到的秋叶和种子作画)
12:15-13:00	诗歌野餐会

**备注：如果下小雨，我们需自备雨具和雨衣，继续开展活动。如果雨势较大，活动取消。

参与名额：16 个孩子

活动材料（组织者）：地点指引标示、户外用的桌子和椅子、放大镜和捕虫网

参与活动的家庭自备：防晒霜、帽子和遮阳伞、午餐、自然笔记本和书写工具

活动地点指引：

贵阳森林公园紫薇苑从公园正大门入园后，沿大路前行至公园中心位置即到。乘坐 163 路小型公交车需在园林北路站下车，下车即可看见紫薇苑。紫薇苑内周末有大型儿童充气玩具向儿童开放，根据这一提示可找到紫薇苑的具体位置。紫薇苑外有停车场。

游戏范例来自《与孩子分享自然》（详见下列书目） Sharing Nature With Children

Predator & Prey 弱肉强食

该游戏介绍了食物链及其在自然界中的作用。在一片开阔的空地，让孩子为成一个直径大约 15 英尺的圈。给两个孩子蒙上眼睛并让他们站在圈子里。请其中一个孩子说出在该地区出没的一种食肉动物，让另一个孩子说出一种被捕食的动物。这只食肉性动物要依靠听力辨别方向、捕捉猎物。如果这两只动物太靠近圆圈边缘的话，周围的孩子就轻拍他两下。游戏进行的时候一定要保持安静，扮演动物的人尽量演得逼真。为了增加花样，可以增加动物的数量；可以在某些动物身上挂几个铃铛，逼得他们不得不改变求生策略。如果你的食肉动物不够胆大又没有多少策略，游戏越来越没意思，就把圆圈缩小些，让两种动物靠得更近。



Downloadable Forms from the Nature Clubs for Families Toolkit

“Look and find...” Game

看一眼，再找来一个

这是个让孩子们对岩石，植物，动物产生兴趣的好游戏。在孩子集合之前，悄悄地在附近收集 10 中常见的自然物，如石头、种子、松果、枝条以及某些动物活动留下的证据等等。把这些东西放在一块手帕上，用另一条手帕把他们盖上。这时让孩子们集合，然后告诉他们：“手帕下面有 10 样东西，你们都能在周围找到。我只把手帕掀开 25 秒，你们要仔细看，认真记住你们看到的東西。”

看完后，让孩子们分头去找。五分钟之后，叫他们回来。然后每次从手帕里拿出一样东西，讲述有关的知识 and 故事，讲完就问孩子们是否找到了相同的東西。

孩子们对你将要拿出來的石头、种子、枝条等诸如此类的東西有着强烈的好奇心。这个游戏重复几次后，孩子的注意力和记忆力有明显的提高。

Sleeping Miser Game

沉睡的守财奴

从孩子中选出一人当“沉睡的守财奴”，其余的人当“盗宝者”。守财奴被蒙上眼睛坐在地上，小心地地守护着一块面前的价值连城的“宝物”。(可用石块或旗帜代替)。但他已经睡着了，不能一直清醒地守护他的财宝。

盗宝者在 30 步开外围成一个圈(若地上有东西踩上去会发出声响，你可以缩短距离)。一声令下，盗宝者开始悄悄地向中央逼近，(若孩子们愿意，可以鼓励他们打赤脚)。他们必须在不惊动守财奴的情况下，走到中间盗走宝物，因此他们必须小心地控制好自己的每一动作。如果守财奴清楚地听到有盗宝者靠近，他就指向那个方向，若指向正确或基本正确，被指中的盗宝者就必须静止不动。通常争论是难免的，这时就应该有裁判。

当许多盗宝者都被定住后，中止游戏，允许被定住的盗宝者返回圆周，重新开始。这样，谁也不会被冷落太长时间。已经成功地紧接财宝的人，退回边界，静静地等待游戏的结束。不允许在其它噪音的掩护下靠近财宝，也不允许跑向或冲向财宝，每个人只能悄悄地慢慢地走向守财奴。成功的盗宝者将成为下一次游戏的“守财奴”。

在这个游戏中每个人都很安静，因此如果游戏是在野外进行的，你们会有机会看到很多动物。同时，这也是让特别吵闹的孩子安静下来的一个好游戏。