附件3：

**2019年“营动中国”全国青少年公益户外**

**营地夏令营（山西代县站）方案**

1. **组织机构**

指导单位：国家体育总局青少年体育司

主办单位：国家体育总局登山运动管理中心

中国登山协会

代县教育科技局

代县卫生健康和体育局

承办单位：晋城市云游旅行社有限公司

1. **活动时间、地点、规模**
2. 时间

2019年8月14日至18日（14日报到，18日返程）

1. 地点

**首行缩进：2字符**

**首行缩进：2字符**

贵州省毕节市百里杜鹃国家5A级景区

1. 规模

**首行缩进：2字符**

**首行缩进：2字符**

100名，9-13岁青少年

1. **活动内容**

攀树、扁带、绳结、担架、雁门关徒步、自然教育、湿地公园定向、抛水器等。

1. **活动日程及各项目介绍**

具体见附10-2。

1. **表彰和奖励**
2. 根据参加比赛项目的成绩，分名次或等次对代表队和个人给予表彰和奖励。
3. 评出在活动期间团结互助、顽强拼搏的队伍，颁发道德风尚奖。
4. 每一位参加夏令营并完成所有活动的营员都将获得参营证书。
5. **报名方式及报到要求**
6. 报名方式

本站为“营动中国”专项扶贫站，仅招收代县当地儿童，不对外招生。

联系人：郭田田

电 话：15035146928

1. 截止时间

2019年8月1日

1. 报到要求

报到时营员须向大会提交营员的健康证明（县级以上医院出具），未提交或不符者不允许参加本次夏令营。

1. **费用**

营员所有费用全免。

1. **其他**

由于暑期天气炎热，请营员自备防暑、防晒、防蚊物品和换洗衣服。

1. **本解释权属“营动中国”全国青少年公益户外营地夏令营组委会。**
2. **未尽事宜，另行通知。**

附10-1：日程安排

附10-2：项目介绍

附10-1：

**2019年“营动中国”全国青少年公益户外**

**营地夏令营（山西代县站）日程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | | **活动内容** | **地点** |
| 8月14日 （星期二） | 14:00 | 营员报到 | 云天宾馆 |
| 16:00-17:30 | 小组团建、破冰、FVC制定 | 滹沱河湿地公园 |
| 19:30-21:00 | FVC展示、指导员戏剧 | 云天宾馆 |
| 8月15日 （星期三） | 08:20-09:00 | 开营仪式 | 滹沱河湿地公园 |
| 09:00-11:00 | 湿地公园定向 |
| 15:20-18:00 | 攀树、扁带、绳结、担架 |
| 19:30-21:00 | 小组分享、指导员戏剧 | 云天宾馆 |
| 8月16日 （星期四） | 08:20-10:40 | 徒步雁门关 | 雁门关 |
| 15:20-18:00 | 攀树、扁带、绳结、担架 | 滹沱河湿地公园 |
| 19:30-21:00 | 小组分享、指导员戏剧 | 云天宾馆 |
| 8月17日 （星期五） | 08:00-11:00 | 自然教育、自然艺术 | 滹沱河湿地公园 |
| 15:20-18:00 | 搭建抛水机、水水快递 |
| 19:30-21:00 | 营员才艺展示 | 云天宾馆 |
| 8月18日 （星期六） | 08:00-10:30 | 绘画拼图 | 滹沱河湿地公园 |
| 10:30-11:00 | 结营 |

注：因为天气等原因，以上活动日程可能发生变化，以实际为准。

附10-2：

**2019年“营动中国”全国青少年公益户外**

**营地夏令营（山西代县站）项目介绍**

**项目介绍一：雁门关徒步**

一、项目设置

雁门关国家步道徒步线路，了解雁门关历史，弘扬忠烈精神。

二、体验方法

雁门关徒步加定向的模式，会为营员提供照片，在徒步过程中去寻找历史，了解历史，感受历史、认知历史。

**项目介绍二：攀树**

一、项目设置

专业攀树技能结合岩点攀树活动

二、体验方法

营员通过技术操作，用一根绳子和技术装备，让自己如腾云驾雾一般攀到树上。

**项目介绍三：攀树**

一、项目设置

专业攀树技能结合岩点攀树活动

二、体验方法

营员通过技术操作，用一根绳子和技术装备，让自己如腾云驾雾一般攀到树上。

**项目介绍四：走扁带**

一、项目设置

两树之间架设一根扁带，在上方架设一根辅助站立的主绳。

二、体验方法

营员在扁带上行走，借助辅助的主绳保持平衡，经过一时间的训练后，尝试放开辅助主绳子进行走

。

**项目介绍五：绳结、担架**

一、项目设置

教授营员绳结技术，利用强结技术制作担架。

二、体验方法

营员学习绳结的打法，练习不同环境下的绳结的使用，利用绳结制作担架，模拟救援环境，并抬人进行行走，体验救人时的艰难。

**项目介绍六：抛水器、水水大战**

一、项目设置

能过绳结和竹竿、图纸制作抛水器。团队水瓶运水。

二、体验方法

营员制作抛水器，进行远度、准度比赛，并进行双方对抗。团队运水比赛，使用道具矿泉水瓶，水瓶是漏的，规定时间内，看谁运的水更多。炎热的夏天凉爽一把。

**项目介绍七：团圆大拼图**

一、项目设置

使用十条防水写真布，最后拼接成一幅大图

二、体验方法

营员分成十组，每组一条写真布，营员在写真布上进行绘画创作，最后十条写真布，拼接在一起，形成一副大的营动中国图案 。最终的大团圆。