

# 团建游戏活动方案 团建活动趣味小游戏 方案(通用6篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。那么方案应该怎么制定才合适呢？以下是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

## 团建游戏活动方案篇一

百因必有果，团队得有你和我。

### 二、参加人员

公司全体人员

### 三、活动目标

1. 活跃团队气氛，加强团队协作，
2. 提升个人素质，发掘自我潜能，
3. 缓解工作压力，感受公司关怀，
4. 增强员工归属，丰富企业文化。

### 四、活动时间

20\_\_年\_\_月\_\_日(周六)

### 五、活动地点

—

### 六、活动形式

1. 上午：随机分组，以组为单位进行各种素质拓展竞技活动。
2. 下午：自由成组，休闲娱乐为主游玩，自由支配时间，自主选择游戏。
3. 素质拓展与休闲娱乐相结合的形式。

## 七、注意事项

1. 要求全体员工积极参加，无特殊情况不得请假。
2. 培训时必须严格遵守培训规则和公司有关纪律，严禁脱离团队擅自行动。
3. 参加培训时必须穿运动鞋，着装简洁适合运动，女士请不要穿裙子。
4. 如患有不适于参加激烈运动疾病人员应事先通知培训组织者，以作统一安排。
5. 请保持训练区域的整洁，产生的垃圾或废物请随身带走，自觉保护环境卫生。
6. 参加活动的人员要保管好自己的贵重物品，如丢失、损坏，后果自负。
7. 发扬团结友爱，互相帮助的团队精神，遇到困难及紧急情况时，要相互关照。

## 九、活动游戏

### 1、抢凳子：

游戏规则：准备n张（）凳子，围成圈，选出n+1个人来参加游戏，一开始大家都站成一个更大的圈，顺着同一个方向不停

地走，当听到“抢”的口令时迅速找凳子坐下，没有凳子的要表演节目。然后再减少一张凳子，继续游戏……直到最后只有一人胜出为止。

奖品名称：待选

奖品类型：待选

## 2、找零钱。

游戏规则：一句话说明白：男生代表5毛，女生代表1元(反着也行)，主持人喊出具体钱数，金额抱团取胜。

使用场景：

有一定场地空间的培训，或者户外，需要跑来跑去，主持人最好佩戴小蜜蜂，或者备上喉糖。

需注意：

可根据男女生人数的差异，人为设置稀缺资源，造成抢抢抢的局面。

观察点：

一定会有人在前几局就出局，一直缩边边，避免不了的，重点关注在拼抢中卖力的同学，他们一定会是这整场培训最配合你的人，盯紧了。

奖品名称：待选

奖品类型：待选

## 3、你划我猜：

游戏规则：几个人站成一列，第一个人面朝出题人，其余人全部向后转。题纸上会写着一些词语，这些词语是可以用作比划出来的。第一个人看完之后，让第二个人转过身，比划给他看，注意不能说话。第二个人再比划给第三个人看，以此类推，看最后一个人是否能猜出最原始的意思，说出题纸上的词语。

奖品名称：待选。

奖品类型：待选。

## 团建游戏活动方案篇二

蒙眼游戏是一种趣味游戏，这种游戏往往可以锻炼人的感知能力和团队协作能力。近年来，蒙眼游戏在团建活动中越来越受欢迎。作为一次团队活动，蒙眼游戏的开展不仅可以让企业员工们有所激励，更能够提升他们的协作意识、团队意识和沟通能力。在这篇文章中，我将分享我在参与蒙眼游戏团建中所得到的收获和体会。

### 第二段：规划团队建设计划

在进行蒙眼游戏之前，团队建设中应该有一个明确的计划。除了设定目标和流程，还应该将所有的员工安排在合适的位置上，为团队活动达到最高效益做出准备。这个环节也是提升员工间相互认知和加强互动的时机。在这一阶段，每个人都可以利用自己的创造力和想象力来提出一些有趣的想法，同时有利于激发团队的能动性。

### 第三段：挑选适合的乐趣和趣味活动

在蒙眼游戏前，我们需要对员工中每个人的个性和意愿进行分析，挑选出适合大家的乐趣和趣味活动。蒙眼游戏不仅可以锻炼每个人的感知能力和灵敏度，也可以增强团队成员间

的相互信任，老少皆宜，深受大家的喜爱。在选择游戏时需要考虑难易程度，如果游戏过于简单，大家会觉得无聊，游戏过于艰难又会影响大家的积极性。因此我们要根据每个人的实际情况来挑选合适的游戏。

#### 第四段：鼓励员工积极参与

在蒙眼游戏中，每个人都有机会成为团队的核心，当他们的行动成为整个团队的地基，他们的活动也会激励持续前进。在游戏中，我们要鼓励员工参与游戏，邀请他们分享自己的见解、建议和思路，帮助团队赢得更多的胜利。当每个员工被鼓励参与到游戏中来时，他们会发现游戏懒散、不协调的局面得到了改善，取而代之的是一个乐观、积极、合作的团队。

#### 第五段：总结

通过蒙眼游戏团建，我们学到了很多。团队建设需要我们对团队内部的工作顺序和统一度多加注意，拥有各类游戏和活动，我们可以更好地锻炼员工的协作能力和着重点，也可以更好的培养员工的协作精神和共同的理念。组织一个团建活动不仅仅有助于改善团队的氛围，更有助于员工士气的提升，极大地促进了公司内部和谐与稳定。让我们共同努力，为企业的发展和壮大添砖加瓦吧！

### 团建游戏活动方案篇三

近年来，团队建设已被越来越多的企业认识到其重要性。团队建设不仅可以有效地提高团队的凝聚力和执行力，还可以激发团队成员的创新思维和合作精神。为了增强团队的自律能力，许多团队选择了进行自律游戏。在这篇文章中，我将分享我参与自律游戏的体会和心得，并探讨该游戏对团队自律能力的影响。

自律游戏是一种通过游戏形式来培养团队自律能力的方法。我们的团队选择了一个特殊的自律游戏，游戏规则是每个团队成员每天都要完成一项自己设定的目标，并与团队分享和检查。这个游戏的特点是高度透明，每个人的目标都会被别人看到，从而增强了大家的责任感和动力。

首次参与自律游戏时，我感到非常激动和兴奋。我立即设定了一个实际而具体的目标——每天阅读一篇与我的专业相关的文章，并将所学到的内容总结在团队共享的笔记中。通过这个目标，我希望提高我的专业知识和写作能力。同时，我也期待着能够在团队中与其他成员分享我的成果，互相学习和进步。

然而，接下来的日子并不像我想象的那样顺利。第一天，我因为一些琐事而错过了设定的时间，无法完成我的目标。我感到非常失望和自责，但我没有放弃，而是立即重新设定了一个更加合理的时间，并尽力完成自己的目标。这次经历使我意识到，自律并不容易，但它是成功的第一个步骤。只有坚持不懈地努力，我们才能逐渐培养起自律的品质。

逐渐地，我意识到自律游戏对团队自律能力的影响不仅体现在个人层面上，还在整个团队的协作和执行能力上。每个人都有自己的目标，每天都会进行分享和检查。这种高度的透明度促使团队成员之间相互监督和鼓励。当我看到其他成员坚持完成自己的目标时，我也感到了一种内在的压力和动力，希望自己不会被他们超过。

通过参与自律游戏，我也学会了如何设定合理的目标和制定有效的计划。首先，目标应该是具体而明确的，不仅要清楚地阐述要做什么，还要明确要达到什么样的效果。其次，制定计划时应考虑到现实情况，并合理安排时间和资源。最后，目标和计划的实施需要持之以恒，不怕困难和挑战，坚持到底。

总结来说，自律游戏作为一种团队建设工具，对培养团队自律能力有着重要的作用。通过参与游戏，我深刻认识到自律的重要性和团队合作的力量。这次游戏不仅让我个人得到了成长，还提高了我们团队的整体表现。我相信，在今后的工作和学习中，我可以运用这些经验和体会，取得更大的成就。

## 团建游戏活动方案篇四

20xx年1月22日至24日14：30\_18：00(三个半天)。

旅游局办公区域

- 1、旅游局局机关所有成员，人人参与。
- 2、个人项目参赛，部门群众项目和部门协作项目，每人每项限报2项，因部门队员不足，经组委会同意，可兼报。
- 3、部门群众项目和部门协作项目参赛，按游戏规定人数参与。

(一)个人项目1月22日14：30\_18：00

### 1、珠行万里

每个队员手拿一支乒乓球拍，将乒乓球放到球拍上，绕过障碍物到达指定目的地，乒乓球不能落地。先到达者为胜。(道具：乒乓球、乒乓球拍、椅子4把)

### 2、套圈游戏

每人每次发五个铁环，套中目标将获得一份奖品。每人只能玩一次，重复玩此游戏者，不获奖。(道具：套圈10个、啤酒瓶4个)

### 3、夹乒乓球

比赛时间为3分钟，在2张桌子上各放一个小筐，里面有乒乓球的小筐放在第1张桌子，一个为空的放在另一张桌子上(距离4米)，用筷子从有球的筐里向空的筐里夹球，3分钟内夹乒乓球多者为胜，途中掉到地上不允许捡起。(道具：筷子、乒乓球、小筐、桌子)

#### 4、正话反说

选手须将主持人所念词句依照顺序反向大声念出，如主持人出题“诚信创新”选手念“新创信诚”，主持人出题“说曹操，曹操到”选手念“到操曹，操曹说”等等。选手比赛共分三轮，采用淘汰制进行。第一轮出四字题，第二轮出五字题，第三轮出六字题。三轮过后留存选手胜出。

### (二) 部门群众项目1月23日14:30至18:00

#### 1、毛毛虫

准备呼拉圈两个，每个部门派出三人排成一列纵队，第一个圈套在前面两人身上，第二个圈套在后两人身上，比比哪组跑完规定路线，放置障碍物。(道具：呼啦圈4个，椅子2把)

#### 2、踩气球

每个部门选派三名队员，一名站在起点，一名站在终点(相距4米)，站在起点的队员吹气球，吹好气球后第三人拿到终点队员处，终点队员踩气球，在5分钟时间内比一比，哪个部门吹得多为胜。(道具：气球若干)

#### 3、指手画脚

每个部门选派两名队员，一个人根据主持人手中的资料透过肢体语言向另一人表达，在3分钟时间内猜出最多的获胜。



#### 4、心心相印

每个部门选派两名队员，背夹一圆球，步调一致向前走，绕过转折点回到起点，球掉后从起点重新开始游戏。最先完成者胜出。途中不得以手、臂碰球，如有违反均视为犯规。（道具：皮球[]2个）

(三)部门协作项目1月24日14:30\_18:00

#### 1、盲人方阵

各部门选派两人，分派到两组，每组4人，让所有队员都蒙上眼睛，在十分钟内，将一根绳子拉成一个的正方形，并且四个队员分别站在四个角上。哪组先完成，哪组获胜。（道具：8米长的绳子2根）

#### 2、抱球接力

每两部门选派两名参赛队员，每组2人，一名队员抱起3个皮球，从起点绕过终点障碍物回到起点，由另一名队员接过三个皮球，继续从起点绕过终点障碍物，回到起点的。途中不能掉球，先回来者为胜。

#### 3、大珠小珠落纸篓

各部门选派参赛队员，每组三人，其中一人拿一个纸篓，与另两位应对面站在两条线外。一人将5只皮球分别抛入篓中，另一人将5只乒乓球分别打入篓中。拿纸篓的人能够前后左右转动身体接球，但不可过线。进球多的一队为胜。（道具：5个乒乓球、5个皮球、一副乒乓球拍）

#### 4、袋鼠跳跳跳

各部门选派代表，每组3人，各队员将布袋套至腰部，听裁判

员发令后从起点出发到绕过终点回起点，其他两人逐一接力，中途布袋不得脱离双腿，先到者为胜。（道具：布袋2个）

每组比赛分为a□b两组进行比赛，比赛奖项设置为胜出奖和参与奖。

胜出奖：洗衣液/家庭装洗衣粉参与奖：毛巾/香皂

道具：乒乓球若干、乒乓球拍1副、8米长绳子2根、布袋2个、铁环5个、啤酒瓶4个、皮球5个、纸篓2个、纸箱2个、气球一包、呼啦圈2个。

奖品：洗衣液/家庭装洗衣粉100份

## 团建游戏活动方案篇五

每组4人

无

3、然后，蹲着的两人站起来，站着的人蹲下去，再次由站起来的人比赛，蹲着的人进行惩罚。

团队中相互往往会推脱自己的责任，这样对于一个团队必然不好，好的团队大家会认为，队友的失误是我造成的，就好比篮球赛场上，你传的球，同伴没接到，这时你的责任，因为你没判断好形势和对同伴不了解就传球。

这个游戏主要让大家在游戏中思考应该如何看待责任，当别人失败时自己该怎么办？这个游戏适合作为企业晨会游戏，能提高团队间的相互理解和协调能力。

## 团建游戏活动方案篇六

团队合作和团队精神是企业成功的重要组成部分。为了更好地培养团队合作和团队精神，我们团队组织了一次蒙眼游戏。在这个游戏中，每个人都需要戴上眼罩，然后进行各种活动，例如寻找物品、找到伙伴等等。这场游戏不仅让我们乐在其中，而且也让我们更加深入地了解了团队合作的意义。

### 二、建立互信基础

在这个游戏中，每个人需要戴上眼罩，这意味着我们需要相互信任。在游戏开始之前，我们首先进行了一些热身活动，以帮助团队成员更加熟悉彼此。在这个过程中，我们互相交流了自己的个性、习惯和爱好，这打破了陌生感，建立了一个基础信任的基础。

### 三、加深团队协作

在这个游戏中，我们需要完成不同的任务，而每个任务都需要团队成员之间紧密协作。我们的团队需要互相帮助，在困难面前互相支持。我们在游戏中体验到了什么叫做团队协作和如何有效地进行沟通。

### 四、贯穿领导与合作

在这个游戏中，我们有一个指导我们的领导者，他负责指挥我们完成任务。这样的领导者需要通过有效的领导和合作，调动团队成员的积极性和参与度。

### 五、结论

在这次蒙眼游戏中，我们发现了许多意外的团队合作和互信的秘诀。通过这个游戏，我们人人都体会到了人与人之间相互信任和合作的至关重要。这有助于我们更好地发挥个人才

华，推动团队合作与良性发展。因此，这次团建体验是我们非常成功的一次，并希望在以后能够有更多的时间体验不同的游戏和活动，以进一步提高我们的团队合作和团队精神。