

团建活动策划公司赚钱吗 公司团建活动策划方案(优质9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

团建活动策划公司赚钱吗篇一

设计思路与原则。

本次培训将按照团队组建—磨合—成长—成熟4个模块进行设计。

第一阶段创建营：寻找个人及团队激情根源/打破成员内心隔阂/设立团队核心；

第二阶段熔炼营：建立团队信任/营造团队沟通平台/化解团队冲突；

第四阶段卓越营：允许将领导权交给其它人/鼓励团队以外的联系/容纳意见分歧/打破常规。

培训流程。

07：30—09：30 【集合出发—前往xx□】

09：30—12：30 【团队创建—打造卓越团队】

12：30—13：30 【补充能量—午餐、休息】

13：30—16：30 【景区游览———特色体验】

16: 30—17: 00 【总结分享—合影留念】

项目名称：破冰起航。

项目介绍：破冰就是打破人与人之间的隔阂，创造良好的沟通氛围，激发热情与斗志。通过精心设定一系列的团队游戏认识自我，了解团队并快速融合在团队之中。

团队建设：通过随机分组的方式，将所有学员平均分配成若干小组，要求每个小组的男女比例均等、互相熟悉姓名。主动寻找自己的团队，快速进入状态。

项目名称：激情百分百。

项目介绍：这是一个以团队为中心的组舍竞技项目，项目包括：鼓动心声、不倒森林、管道传球、激情节拍。各小组，通过完成4个激烈有趣的团队项目，考验每个团队成员之间的默契程度、沟通协作能力。

培训目标：在大家认为不可能的情况下，达到可能的成功效果；时间一眨眼即将过去，一项任务都很难完成，何况四项呢？那就来体验一下团队的力量吧！我们不但能够完成，而且比想象的还要成功，来体验一下挑战的刺激吧！一切皆有可能！让你的想象变成现实，让你的思想变为行动——只有想不到，没有做不到！

项目名称：急速六十秒。

项目介绍：在一个限制区内（封闭的环境）放置了30张未知的数字信息；各组成员的任务是在四次进入限制区的机会，每次60秒的时间内把场内一个绳圈内1—30的数字信息卡片按照依次全部的要求交给培训师；限制区内只允许一名队员活动。

培训目标：

- 1、体验高速度的配合，体验团队成功的极大喜悦；
- 2、团队内合理分工、有效计划、强大的执行力；
- 3、团队的智慧是个体的差异，只有能将个体的不同；
- 4、聚在一起，这些差异将给团队带来极大的智慧；
- 5、竞争不是目的，双赢可能才是最佳的选择。

项目名称：龙舟竞技。

项目介绍：龙舟竞技又称赛龙舟、划龙船、龙船赛会等，是中国历史上一种具有浓郁的汉族民俗文化色彩的群众性娱乐活动，同时也是一种有利于增强人民体质，培养勇往直前、坚毅果敢精神的体育运动。

培训目标：要求队员之间要相互信任，并合理利用信息进行团队协作与配合，提高队员组织、沟通和协作的能力和技巧。

自由骑马：圈内骑乘。

动物观赏：马、骆驼、鸵鸟、奶牛、梅花鹿、小白兔、山羊、山鸡、孔雀、野鸭等。

水上活动：水上自行车、小天鹅、水上飞索、单人皮划艇、水上飞碟、快艇、水上竹筏等。

射箭飞镖：男士弓、女士弓、飞镖、飞盘、斗牛机、打气球等。

卡丁车：赛车手的前身，体验f1的飚车感觉。

协力车：考验人之平衡性与协调性。

各种球类：乒乓球、篮球、羽毛球、排球、网球等。

康乐活动：卡拉ok□手动足球、台球、象棋、围棋、麻将、飞镖、投篮机□wii电子游戏等。

团建活动策划公司赚钱吗篇二

为增进各部门员工间的了解增强公司凝聚力和团体合作精神体现人文关怀进一步推动公司企业文化建设让每位员工切实感受到公司大家庭的温暖增强大家的娱乐的同时也能培养大家各方面的能力如组织能力、表演能力等多方面的素质激发大家的创造力。人力资源部特拟定月份的聚餐活动策划书以此此聚餐活动为主线中间穿插一些竞技小游戏并对游戏的获胜者进行一定的物质奖励。

1.20xx年xx月xx日由人力资源部作为活动倡导部门制定活动策划草案

2.20xx年xx月xx日将活动草案送总经理审批

4.20xx年xx月xx日上午定聚餐地点月日上午采买游戏道具并准备奖品

5. 聚餐日流程

1. “爱”字大比拚游戏人数抽签决定两组人员参加每组10人游戏规则将活动参加人员自由分为a□b两组进行对歌比赛每人各唱一句所唱的歌中必须要有“爱”字坚持到最后的一方获胜。游戏奖品获胜一方共十人分别得蜂胶皂9块并推选出本队贡献的一员得价值98元的精油皂1块。

2. 升旗游戏游戏人数参加过前一个游戏的人员不参与此游戏

剩下的抽签决定两组人员每组5人游戏道具每个人四肢分别绑上红黄蓝绿四个小旗丝带。游戏规则口令红旗黄旗升起来绿旗升起来红旗降下来蓝旗升起来。然后就任意组合升降喊几个口令后大家手脚就会乱了动作错了即淘汰。口令为10至15个口令全部结束后剩下队员最多的一队获胜。游戏奖品获胜一方火山泥皂5块。

3. 夹气球游戏道具气球3个备6个游戏人数全员参加游戏规则将活动参加人员自由分为三组排成三队每队16人左右每人将手背在身后从第一个人开始用头和身体夹住气球传给下一个逐个传递如果在传递过程中气球被挤压爆掉或者掉到地上必须要从第一个人开始重新传递最先传完的一组获胜。如在传递过程中气球掉下第三次即淘汰。游戏奖品获胜人数16人获胜一方得价值48元的健足袜8双及价值48元的火山泥皂8块。

XXXXX

团建活动策划公司赚钱吗篇三

2. 实现领导和员工的互动，让企业和各层工作者在共同的平台下交流；3. 丰富员工业余生活，给员工一个面对面的交流机会，增进同事感情。

公司愿与你一同成长(增强凝聚力，培养员工忠诚品质，体现公司重视、关注每一位员工的成长)

由行政部统一组织、执行

公司全员

1. 顾总祝词

2. 领导分发生日礼品，(由顾总亲自写的生日卡片)

3. 表演节目

4. 点生日蜡烛，切蛋糕，拍照留念

7(人)x150(元)=1050元生日蛋糕、生日礼品、生日贺卡、水果饮料零食

团建活动策划公司赚钱吗篇四

“促团结、增友谊”

考虑到x月份天气寒冷，不便开展大型室外活动，为了增进部门员工之间的沟通，缩短领导与员工之间的距离，提供一个良好的沟通平台，拟定于20xx年xx月xx日下午六点至晚九点在公司多功能厅举办“促团结、增友谊”酒会活动。

自助晚餐、酒会及舞会、精彩演出、抽奖、游戏秀等。

提供生啤、红酒、饮料、各类食品等，食品种类约9种，

酒水包括：生啤酒、长城红酒等。

饮料包括：可乐(冷、热)、雪碧、露露(冷、热)等。

精彩演出：邀请物业公司高翔配合处理好背景音乐，向部门内部员工进行预约节目；

邀请人员：公司高层以及各部门负责人，以发放请柬的形式进行邀请。

会场四处汽球、彩带、彩丝等饰品，装饰出热烈、欢快、团结的气氛，舞台背景周边用汽球装饰，中心部位印制横幅，反映主题思想，装饰点缀体现出团结的氛围。(物价详见后附清单)

邀请对象除部门高层领导外，还邀请各部门负责人，邀请函设计制作了精美的邀请卡，上面文字内容详细介绍活动的内容与特色以及目的，吸引来宾参加的积极性。

公司高层领导由其秘书送达，各部门负责人由专人送达，并确认宾客是否能参加，以确定最后的人数便于安排。

团建活动策划公司赚钱吗篇五

xx新发展·青年新作为”，建设更高品质的生态文化活力xx需要全体市民和广大青年共同努力。通过引导我镇大学生参与暑期实践，可以不断提高大学生自身实践能力，创新创业能力，进一步增强其使命感、责任感，进一步带动广大群众投身“xx”建设的热潮，让每一个青年人，尤其是当代大学生切身感受家乡发展带来的优越环境，同时，也有助于我镇大学生加深对美丽xx镇的认知，为宣传推介xx镇积累素材。

为贯彻落实《关于进一步引导和鼓励高校毕业生到基层工作的实施意见》文件精神，激发我镇人才活力，结合我镇实际，现就暑期大学生来基层实践制定方案如下：

以“党建带团建”系列活动为抓手，组织大学生参与脱贫攻坚、文明创建、爱心帮困、环境保护、群众服务等基层实践活动，目的在于使大学生更加深入地了解社会，认识国情，坚持走有中国特色社会主义道路的信念；在于增强社会实践才能，帮助树立正确的世界观、人生观、价值观；更在于培养大学生的劳动观念和奉献精神，从而全面提高自身素质，为就业做好准备。

xx新发展，青年新作为

xx镇境内

家住xx镇的在读大学生和高三毕业生

20xx年8月5日-8月20日

参与活动的同学将参与进政府日常工作中来，结合精准扶贫、文明创建、爱心帮困、环境保护等基层实践活动方面开展相关行动。我们同学要做到如下三点：一是要团结友爱，相互交流下乡成果，下乡理念，下乡特色、重点所在以及涉及范围；二是要讨论下乡过程中存在的困难、困惑以及下乡中的不足，并提出自己解决问题的办法；三是活动过程中要发扬年轻人乐于助人的精神去尽心尽力帮助需要帮助的人。

第一阶段：准备阶段

下发方案和报名表到各村（社区）和部门单位，各村（社区）和部门单位将报名表收集整理交至xx镇党政办公室汇总筛选。

第二阶段：实施阶段

1、大学生来基层实践欢迎会（初定8月7日）

2、下村实践（初定8月7日-8月18日）

第三阶段：讨论总结（初定8月19日）

讨论交流话题：

1、这次下基层所产生的影响；

2、这次下乡所遇到的困难，我们该如何解决这些问题；

3、结合大学生下乡谈谈进入大学该做哪些方面的准备；

4、如何建设新农村。

1、村干部指导带领学生安全下乡，学生要服从管理。

- 2、学生不随意出入娱乐场所，谨防上当受骗。
- 3、学生不参加任何形式的非法集会、赌博等活动。
- 4、参与活动时，学生要相互照看，不要单独行动。
- 5、各村（社区）和部门单位务必在8月6日前上交报名表。

团建活动策划公司赚钱吗篇六

为了丰富员工的业余生活，为大家在紧张的工作之余能够充分放松，促进加深员工之间的交流和沟通，并加强团队文化建设，增强团队凝聚力，加强企业文化的建设，本周公司组织员工开展户外拓展活动——__拓展之旅。

一、活动时间：20__年__月__日(具体时间暂定为：9：30—17：00)。

二、集合地点：_____。

三、活动口号：放松心情，勇攀高峰。

四、活动组织：业务部及行政部。

五、参加人员：公司所有员工。

活动总指挥：_____；监督：_____；

后勤服务与记分：_____；

安全与纪律：_____；

游戏主持人：_____；

后勤保障：_____；

六、活动形势：

以户外拓展活动为主，宣传为辅。

七、活动行程：

拓展活动行程安排表。

八、拓展活动安排：

(一)拓展竞赛部分

全体员工分为红、黄、蓝三组，每组需任命一名队长，由该名队长组织确定队名口号并负责该队拓展竞赛的进程及相关事宜。

团建活动策划公司赚钱吗篇七

一、时间地点等基本情况：

(1)时间;根据公司的性质，一般大多数选择周六日，如果去外地的话建议2-3天;

(3)主题：以轻松简单项目为主(激烈运动太热、太晒，大多数参训人员肯定不喜欢);

二、活动策划的目的要明确：

(1)帮助参加者认识自我，激发个人潜能，客观地进行自我定位;

(3)采取有效的措施改善人际关系，学会关心、激励、相互信任;

(4)使大家融洽的与他人及群体合作，达到团体一致性，并形

成团队成员间配合默契，形成积极向上、团结互助的团队气氛。

三、基地介绍：

(1) 主要以拓展游戏游玩为主，环境要相对干净，清爽；

(3) 住宿采取的是标间1.2米的床；

(4) 基础的拓展游戏道具(如毕业墙、背摔台等)；

(5) 会议室(有投影仪、话筒、音响等设备)；

四、具体的行程安排：(拿3天2晚的活动举例)

day1——

(1) 09:00——所有人去到基地集合；

day2——

day3——

(6) 16:00，开始返回自己温馨的家

五、具体拓展游戏的介绍：

举例说明：

(1) 神笔马良

a□游戏玩法——

在地上放一张一平米大的纸。所有队员拉绳子的末端，不得接触毛笔，按照教练的要求完成指定的任务。最快完成的为

获胜。教练也可以根据字的美观度来打分。

b□游戏目的——

1. 加强团队精神。
2. 培养团队配合协作能力。
3. 感受团队配合协作中，各成员之间的沟通方式与行为方式的变化及所需要的调整。
4. 提升团队士气，激发饱满的激情

(2) 毕业墙

a□游戏玩法——

全队所有成员在规定的时间内翻越一面高4.2米的光滑墙面，在此过程中，大家不能借助任何外界的工具，包括：衣服、皮带、绳子等。所能用的资源只有每个人的身体。

b□游戏目的——

- 1、增强团队凝聚力
- 2、加强团队服从与奉献的精神；
- 3、促进团队沟通，增加团队协作能力

(3) 真人cs

a□游戏玩法——

把军队实战对抗训练系统转为民用的仿真系统，同时借鉴了

网络游戏的场景设计和游戏规则，是一种独特的极度紧张而又充满娱乐性的射击对抗寓教于乐的培训项目。通过角色的扮演和团队协作，在体验快乐的同时达到健康休闲、团队建设目的。

b□游戏目的——

- 1、克服心理惰性，完善性格结构，磨炼战胜困难的意志。
- 2、调适身心、不浮躁、不颓废，更好的面对工作与生活的挑战和压力。
- 3、认识群体的作用，增进对集体的参与意识和责任心。

团建活动策划公司赚钱吗篇八

一、活动目的：

- 1、丰富文化生活，倡导全新的健身理念，增强健身意识。
- 2、加强各所的交流，增加同事的凝聚力。

二、活动时间：

20__年10月22日(星期五)上午 8.45准时到__集合

三、参加人员：

分局全体人员(各所、窗口留一人值班)

四、登山地点：

—

四、具体方案：

(一)登山活动路线：瓯海娄桥东耕村山脚——山间小径——白云山庄

(二)活动安排：

(1)上午8：45——在瓯海娄桥东耕村山脚集合，领导宣读登山活动注意事项。

(2)9：00——开始登山(按照指示路牌)。

(3)11：00——11：30集合，领导颁奖。

(4)11：30——14：00中餐(开车同志请勿喝酒)、自由活动、呼吸新鲜空气。

(5)14：00集合、返回。

六、工作人员：

活动总指挥：__

总领队：__

组长：__

终点总裁判：__

男子组顺序号发放：__

女子组顺序号发放：__

安全保障人员：__

本次登山活动，重在参与，整个过程要注意礼让，安全第一。从起点到终点不得抄近路或乘坐交通工具，一经发现取消成绩。

八、奖项设置

分设男子组和女子组：男子组取前12名，女子组取前3名（到达山顶并从工作人员手中取得顺序号的先后）给予物质奖励；
团队奖一名：取前15名中合计个数最多的团队（以每个所为一团队、分局科室合并为一团队）

注意事项：

1、本次登山难度中等，请大家根据自己的身体状况酌情考虑参加。各所及科室负责人做好本所(科室)人员的安全教育，一切以安全为重，一切行动听指挥，发挥团队协作精神，相互关照，严禁冒险的攀爬行为。

2、着装轻便(宽松衣服和运动鞋)，鞋子要有防滑功能，以方便登山。

3、登山前做好热身运动，特别是踝和膝关节要活动开。如遇意外受伤或体力不支无法完成登山者请及时联系。

3、注意环保，不乱丢烟头和垃圾，保护山上的一草一木。

团建活动策划公司赚钱吗篇九

热身时间20分钟

团建时间100分钟

自由体验时间30分钟

备注事项：团建当天建议穿宽松适合运动服饰，女士建议尽量不穿裙子；团队建设横幅乐图空间可协助团建当天布置，请团队自行安排定做。

二、具体时间安排

(一)、前期准备

1、时间：五分钟

2、活动内容：所有参与人员到场，签订安全协议，更换衣物及防滑袜。

(二)、入场分组热身

1、时间：十五分钟

2、活动内容：教练带领所有成员入场，进行场内规则讲解，区域表演环节，之后分组热身。

3、分组规则：一组一名教练带团，15-20人分一组；21-40人分两组；41-60人分三组；61-80人分四组；81-100分五组；同一单位团建建议不要超过100人。

三、活动具体内容

比赛项目说明：

1、蹦床接力赛(自由蹦床，计时制。)

游戏规则：在自由蹦床区域，选用三道，每道区域一队人。当喊1、2、3开始时，所有成员依次往前跑，背部撞击斜面蹦床返回与第二人击掌，第二个人才能接下来往前跑，直到所有成员都完成，看总时间，用时少的组将获得本场冠军。

2、躲避球闯关(躲避球，3局2胜制。)

游戏规则：在躲避球区域，以小组赛的方式进行，将8道选手分成2队，以4对4的方式进行pk采用3局2胜制。扭转，弯曲，翻转身体躲避对面飞来的球，获得最终胜利。是乐图给予朋友、家庭和团队之间必备的游戏。

3□fightingtime(海绵池区域角斗士，3局2胜制。)

游戏规则：约茬架吗?来乐图吧!在角斗士区域，你可以拿着“武器”和对手进行对抗，但是不可以打脸哦!两人进行力量技巧对抗，即使被打落，也会落到柔软的海绵池中。组中分为两队，派出代表进行角斗士项目pk进行两两对抗赛。本场采用3局2胜制。

4、欢乐叠叠叠(海绵池区域，计时制)

游戏规则：在海绵池区排好队，双手交叉一手抓着另一方向的耳朵，原地转五圈。达到规定的圈数后，快速跳入海绵池，爬到对岸取回彩色海绵并叠出标准图案。只有当队友取回海绵回到岸上之后，下一名队友才能开始转圈。先完成比赛的队伍获得胜利。

5、小霸王(海绵池区域闯关制)

游戏规则：扁带固定在海绵池两点之间，凌驾于海绵池上空。大家根据教练提示排好队，保持身体平衡，不借助任何外力，赤手空拳的情况下向前行走，直至到达对岸，即为闯关成功，闯关途中落入海绵池也没关系，柔软舒适颜色绚丽的海绵很适合自拍哦。落入海绵池的同事快速离开扁周围区域，以便后面的同事安心闯关，当队友都依次比赛完成教练根据团队计分公布比赛结果。

6、占山为王(火焰山区域，计时制)

游戏规则：由火焰山区域教练讲解攀爬规则以及注意事项，因火焰山攀爬时一条道上只能有一个人在攀登，且攀爬过程不能拉扯以爬到顶峰的人员，所有人员只能通过蓝色的攀爬扣爬上火焰山顶端的平台，再通过短道滑速回到平台下方。先完成比赛的队伍获得胜利。

7、蹦床篮球(蹦床篮球区域，计时制)

游戏规则：想象篮球高手一样能够进行大力灌篮吗?到乐图来体验这种感觉吧!分组在蹦床篮球进行投篮，第一个投进后将球交给下一个队友。用时最少的队伍获胜。大家尽可放开自己，用自己能玩出的最帅的姿势将球投入篮筐。

(二)、自由活动时间为30分钟，可以自由选择体验项目。

1、翻滚吧少年(airbag区域)

项目介绍：像鸟一样追求轻盈，像飞机一样追求高度，这就是你!平地而起，仿若轻功附体。在大量柔软且专业的气垫保护下，大可不必小心翼翼。要做的就是尽情玩耍。每组成员在3个不同的蹦床上向空气气垫跳跃，体验airbag的乐趣。

2、勇攀高峰(攀岩，梅花桩区域)

项目介绍：攀岩，速登，敢不敢约上你的小伙伴，来攀越巨石的比赛，看谁第一个拍响铃声。或者，给自己一个定时，完成一段旅程，享受轻巧落地后的华丽转身。梅花桩循序渐进，登高望远十个桩点，挑战你的体力，耐力以及心理承受力。大家来到攀岩区(梅花桩也在攀岩区域)穿好护具，戴好头盔，根据教练提示开始攀登。攀岩墙一共有5面，梅花桩一面，大家可以尽情攀爬享受往上前行每一步艰辛到达峰的成就感以及高空降落的快感。

3、我最摇摆(蹦床表演区域)

项目介绍：表演区是反重力弹跳的之地。你可以尽情练习后空翻，侧身翻，发掘更多的新招式，怒刷存在感!原材料采用达到国际奥运赛事标准的超弹力蹦床。也是全馆弹跳力的3个蹦床。本小时内每5分钟更换人进行体验。

4、勇往直前(拓展区)

项目介绍:来到拓展区，穿好护具，戴好头盔，由教练挂好安全绳索。高空拓展项目每次最多四人同时进行，一层极限挑战项目没有人数限制，请在教练协助下进行。

5、障碍闯关(拓展区)

项目介绍：(摇摇摆摆，左左右右，上上下下，蹦蹦跳跳，克服所有障碍吧，加油，加油!)连贯闯关环节分三道，依次从第一道抱海绵包跳跃开始，臂力，脚力，耐力，智力，承受力全都用上，完成第一道所有项目依次进入二道，像蜘蛛侠一样完成二道闯关项目，进入三道，像飞人一样腾空跳跃，攀爬直至完成所有闯关项目。

6、短速滑雪(滑雪区域)

项目介绍：纯进口的滑雪道具，直接取区域准备好的道具由左边道登上滑雪道顶端，按教练提示方式摆放位置，坐好并抓紧安全扶手带，由高处直接滑下(单个滑只适合个人单独体验)既可以享受短道滑速带来的尖叫，也可以直接穿着专业防滑袜行走在指甲板之上。

一、时间地点等基本情况：

(1)时间;根据公司的性质，一般大多数选择周六日，如果去外地的话建议2-3天;

(3)主题：以轻松简单项目为主(激烈运动太热、太晒，大多

数参训人员肯定不喜欢)；

二、活动策划的目的要明确：

(1) 帮助参加者认识自我，激发个人潜能，客观地进行自我定位；

(3) 采取有效的措施改善人际关系，学会关心、激励、相互信任；

(4) 使大家融洽的与他人及群体合作，达到团体一致性，并形成团队成员间配合默契，形成积极向上、团结互助的团队气氛。

三、基地介绍：

(1) 主要以拓展游戏游玩为主，环境要相对干净，清爽；

(3) 住宿采取的是标间1.2米的床；

(4) 基础的拓展游戏道具(如毕业墙、背摔台等)；

(5) 会议室(有投影仪、话筒、音响等设备)；

四、具体的行程安排：(拿3天2晚的活动举例)

day1——

(1) 09: 00——所有人去到基地集合；

day2——

day3——

(6) 16: 00，开始返回自己温馨的家

五、具体拓展游戏的介绍：

举例说明：

(1) 神笔马良

a□游戏玩法——

在地上放一张一平米大的纸。所有队员拉绳子的末端，不得接触毛笔，按照教练的要求完成指定的任务。最快完成的为获胜。教练也可以根据字的美观度来打分。

b□游戏目的——

1. 加强团队精神。
2. 培养团队配合协作能力。
3. 感受团队配合协作中，各成员之间的沟通方式与行为方式的变化及所需要的调整。
4. 提升团队士气，激发饱满的激情

(2) 毕业墙

a□游戏玩法——

全队所有成员在规定的时间内翻越一面高4.2米的光滑墙面，在此过程中，大家不能借助任何外界的工具，包括：衣服、皮带、绳子等。所能用的资源只有每个人的身体。

b□游戏目的——

- 1、增强团队凝聚力

- 2、加强团队服从与奉献的精神；
- 3、促进团队沟通，增加团队协作能力

(3) 真人cs

a□游戏玩法——

把军队实战对抗训练系统转为民用的仿真系统，是一种独特的极度紧张而又充满娱乐性的射击对抗寓教于乐的培训项目。通过角色的扮演和团队协作，在体验快乐的同时达到健康休闲、团队建设目的。

b□游戏目的——

- 1、克服心理惰性，完善性格结构，磨炼战胜困难的意志。
- 2、调适身心、不浮躁、不颓废，更好的面对工作与生活的挑战和压力。
- 3、认识群体的作用，增进对集体的参与意识和责任心。

六、费用明细清单：

(1) 活动策划费用、筹划费用、对接费用等；

(2) 主训教练12年从业经验、助教2名，方案策划、场地踩点等；

(3) 拓展基地场地使用费；

(4) 来回大巴车辆接送、含司机午餐及过路费；

(5) 香槟、横幅、摄影摄像、备用医疗辅助设备、无限量饮用

水；

(6) 餐费+住宿费；

(7) 其他需要实际支付的费用；

七、完美的结局：

(1) 总结分享；

(2) 香槟庆祝；

(3) 拍照留念；

(4) 快乐返程；

一、活动主题

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。

八、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。

九、酒桌小游戏

1、即席联诗。

游戏规则：

1、主持人宣布以区为单位，比赛联唐诗宋词。

3、注意事项：两句诗词限唐诗宋词

4、此游戏诗词可换为歌词

为迎接新春佳节，丰富我校教职工的校园文化生活，更好地展示我校老师们的精神风貌，增进教职工之间的情谊，锻炼身体，增强体质。经研究决定，我校将举办迎新春教工趣味文体活动。具体安排如下：

一、时间

1月26日(星期三)下午1:30—4:30

二、地点

校广尝艺术楼、接待大厅。

三、参加对象

全校在编在职教职工

四、具体要求

以工会小组(综合教研组)为单位报名组队参加;

具体分组为:

语文组、数学组、英语组、

物理政治组、生物化学信息组、历史地理教辅组、体育艺术后勤组共七大组。

五、活动项目

团体项目:跳长绳、趣味垫球

单个项目:扑克;你丢我接;卡拉ok或器乐;对、写春联

六、报名办法:

单个项目每个人限报一项,扑克、你丢我接为二人一报;兼报集体项目,每个教研组可组队参加二个集体项目,报名者请到各教研组长处登记。各教研组长于1月21日16:00之前,将电子表发至邮箱,报名表交工会办公室祁秀珍老师处。

七、活动方法

见附件《活动规则》

八、奖项设置

所有项目根据成绩，评出一、二、三等奖发放一定的奖品，报名并参加者均有奖。

一、活动场地：

小学南操场

二、活动时间：

下午3：50—4：50(暂定)

三、组织机构：

学校工会

四、分组形式：

抽签分组，组内推选组长

五、参赛人员：

学校全体教职工(包括后勤工作人员)

六、趣味游戏组织与比赛：

1、游戏设计：

2、游戏器材：布条、排球、呼啦圈和回形针

七、活动流程：

1、工会小组长讲话

2、总裁判讲话

3、趣味比赛：

(1)三人四足，略过老师负责。

(2)夹球接力，略过老师负责。

(3)快乐呼啦圈，略过老师负责。

4、宣布比赛成绩，颁奖、合影。

5、主任讲话。

八、项目负责人职责：

1、游戏器材的准备。

2、赛场规划、器材搬运、摆放，保证比赛的正常进行。

3、负责赛前组织人员进行赛前游戏的示范。

九、具体要求：

1、各组组长要高度重视，组织好本组教师积极参加，保证活动顺利开展。

2、组内教师必须参加两个项目。若组内有教师只参加一个项目，则将本队的名次自动向后顺延一名。

3、比赛成绩：以积分的多少评出一、二、三、四、五等奖。

所有的比赛项目均按第一名积5分，第二名积4分，第三名积3分，第四名积2分，第五名积1分。

4、发扬团队精神，友谊第一，比赛第二。

一、活动简介：

此次趣味运动会是民商__级1连走到现在史无前例的一次大型活动；此次趣味运动会是由热爱体育运动的“一连人”共同全力打造的一场声势浩大、规模空前的脑力与体力、个性与团结相结合的体育大聚会。本次趣味运动会以“快乐运动，快乐一连”为宗旨，以构建和谐校园，活跃文化氛围、提高同学综合素质为目的，同时为同学们搭建了一个展示才华、锻炼自我的平台。

二、活动时间：

__年__月__日

三、活动地点：

__楼

四、活动对象：

学校师生

五、活动形式：

趣味运动项目比赛

六、项目介绍：

(1)拔河：以班级为单位，每班出10男10女，采取三局二胜制，实行班级循环赛；设置一等奖，二等奖，三等奖，并颁发奖状。

(2) 跳绳:

- 1、按班分组，两人绕绳，人数不限，不间断，进去多者为胜。
- 2、按班分组，两人绕绳，一人跳一个，相同时间内通过次数多者为胜。

(3) 猫捉老鼠：全体同学组成两组，每组50余人，围成两圈，内圈和外圈，对齐组成老鼠洞，一老鼠洞只能容纳两只老鼠，当第三只老鼠贴到内圈老鼠正前方时，外圈老鼠需逃走，当老鼠被捉住，即刻变成猫。

(4) 十人绑腿跑：十人站成一排，将相互间靠近的腿的踝关节用绳子绑紧，站在起跑线前，听发令员发令，赛程为20米，记时时间为发令员发令至十名队员中最后一名队员越过终点线，若比赛中某一根绳子松散，比赛成绩无效。

(5) 单杠夹人：两人吊在单杠上，互相用腿夹住对方，先落下者为输。实行擂台赛，连续守擂三次成功即可获得物质奖励，并评选出“单杠王”。

(6) 踢毽子：在给定范围内活动，从第一次击毽到毽子落地进行记数，时间不限，个数多者为胜。

(6) 袋鼠跳：四人一组，隔12米相向而站，一边两人；一边同学用编织袋套住脚和腿，两手轻提袋子；跳到对面同学面前，迅速取下袋子给另一个同学套上，继续接力，四人跳完为止。计算时间，用时最少组取胜。

七、日程安排:

- (1) 前期宣传：制作海报张贴于公告栏(宣委：宋琴陈玲徐文)
- (2) 活动记录：拍照(宣委：宋琴陈玲徐文)

八、奖项设置：

团体奖：最佳表现奖最佳组织奖道德风尚奖

个人奖：奖品以及奖状(生活委员)

九、器材准备：

(1)拔河用绳一根：体育委员；

(2)跳绳用绳三根：体育委员；

(3)绑腿用绳若干：罗勇；

十、经费预算：

(1)奖状6张，毽子若干，编织袋4个；

(2)各种单项物质奖励；

(3)生活委员具体操作。