

# 2023年单位工会登山活动方案策划(汇总9篇)

为确保事情或工作顺利开展，常常要根据具体情况预先制定方案，方案是综合考量事情或问题相关的因素后所制定的书面计划。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

## 单位工会登山活动方案策划篇一

- 1、丰富职工元旦节的`业余生活，倡导健康健身意识。
- 2、加强部门职工的沟通交流，增强凝聚力战斗力。

20xx年元旦节期间（具体时间等确定放假安排后制定）早上8:40在xxx市庐山停车场集合。

全体员工

xxx市庐山

（一）登山活动路线：庐山停车场——山顶甘海子平台

（二）活动安排：

（1）上午8：40——在庐山山脚停车场集合，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。

(4) 11: 30——14: 30中餐、自由活动、呼吸新鲜空气。

活动总指挥□xxx

组织人员□xxxxxxxx

## 七、奖设置

本次活动设立一等奖1名；二等奖2名、三等奖3名，给予不同奖励，并对参与职工发放纪念品。

- 1、本次登山活动，重在参与，整个过程要注意礼让，安全第一。
- 2、登山活动运动量较轻，鼓励部门职工全员参与。
- 3、着装请以宽松衣服及运动鞋为标准，登山前做好热身运动，活动好关节，如遇意外受伤或体力不支，请及时与工作人员联系。
- 4、全体职工提前准备座谈会内容，准备发言。

1、活动用车□20xx元（暂定租用大客车）。

2、中午及晚餐费用7000元。

3、座谈会会场布置1000元。

4、登山活动奖品100/人，预计3500元。

合计金额13500元。

20xx年12月20日

## 单位工会登山活动方案策划篇二

与文明同行，和绿色相伴

5月4日下午2：10从学校出发，

各班选派男、女生各5名参赛

紫金公园

1、总指挥□xxx

2、登山起点负责人□xxx□xxx□xxx□xxx

3、登山终点负责人□xxx□xxx□xxx□xxx

4、安全负责人□xxx

5、医护负责人：姜xxx□xxx□xxx□xxx□时刻为实施急救待命。

6、后勤保障□xxx

7、摄影宣传□xxx

8、各班参赛选手及其他学生的安全由班主任选好后勤服务人员及护理人员，沿队员登山路线做好后勤及安全工作，班主任随行，及时处理好各类突发事件。

1、登山分组。本次登山活动分六组：初一年级男、女生组；初二年级男、女生组；初三年级男、女生组。

2、各班于4月28日前将参赛选手名单交团委xxx老师处。

3、准备好登山奖状及奖品，由团委xxx负责具体落实（5月4

日前）。

4、联系有关单位准备好登山期间的车辆秩序维护（xxx负责）。另安排其他教师实施维护。（具体人员另行能知）

6、准备团旗一面，提前竖立于登山终点（团委xxx负责）。

7、登山分组号码（团委xxx负责）。

1、体育道德风尚奖2名，奖金100元。（集体）

2、前5名奖。各组评选出前5名，分别发给个人荣誉证书和纪念品。

3、登山集体奖。各班学生根据到达终点的先后分别获得一个名次，第一名15分，第二名14分，依次递减。男、女总分多者为该年级登山优秀班级，发给该班奖状和奖金100元。

1、本次登山活动为集体活动，要求广大师生积极参与，并提前做好好工作，按时参加登山活动。

2、为确保登山安全，登山时穿着运动鞋、运动服，并根据体力和身体状况，调节好登山速度。

3、在登山活动中，要讲文明，做环保的'使者。

## 单位工会登山活动方案策划篇三

一、时间：3月7日，12：00开始比赛。

二、地点□XXXXXXXX□

三、路线：租车至武义牛头山国家森林公园，从山脚至天师峰，全程近2公里。身体健康者一般在2小时以内可以到达。

四、参加对象：全体乡干部。

五、比赛分组和奖励：

1、比赛组(40周岁及以下)：设男、女各一组

2、健身组(40周岁以上)：设男女混合一组。

3、比赛设一等奖各1名，二等奖各2名，给予物质奖励。

六、登山活动工作

人员安排：

1、总指挥□xxx,xxx□

2、登山起点负责人□xxx(发令)。

3、登山终点负责人□xxx(终点记录)

4、安全负责人□xxx□

5、医护负责人□xxx(备药品)。

6、后勤保障□xxx(备矿泉水)。

7、摄影宣传□xxx摄影。

七、活动要求：

1、各位乡干部应充分认识此次活动的意义，积极参加比赛。

2、为确保登山安全，登山时穿着运动鞋、宽松衣服，沿景区登山路线登山，并根据体力和身体状况，调节好登山速度。

3、在登山活动中，要讲文明，不乱丢烟头和垃圾，做环保的使者。

## 单位工会登山活动方案策划篇四

工会委员会

20xx年4月12日(周日)。开展的. 要求，另行安排；

### (一) 始发点(集合处)

当日上午8□30□xx镇政府门前集合。统一乘坐中巴车进入登山地点。

### (二) 行进路线

1. 当日上午9：00从政府门前出发，9：30到达xx村组开始登黄岩。
2. 计划行进时间120分钟，即当日上午12：00达到指定地点。
3. 当日上午12：20至下午15：00期间，用餐并开展文体休闲活动。
4. 下午15:10统一乘车返回

xx镇机关干部职工，县征地拆迁办干部职工。

### (一) 统一形象

参加活动的全体人员发放遮阳帽。

### (二) 行进规则及奖励方式

1. 参加活动人员应发扬互帮互助的团队协作精神，严格按照计划的行进路线，始终保持步调一致，做到不先行、不掉队、不单独行动。
2. 务必注意沿途的交通安全，相互帮助、安全行进。
3. 镇卫生院专门安排医疗组以备出现紧急情况。
4. 参加活动人员徒步按时到达指定地点，全体发放登山纪念品，以资鼓励。
5. 爬山到达指定地点男同志前10名，每人发放奖金200元，女同志前5名每人发放奖金200元。

## 单位工会登山活动方案策划篇五

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

全体人员（办公室留人值班）

（一）登山活动路线：高速南口——山间小桥——纪念碑

（二）活动安排：

（1）上午8：45——在南口集合，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。

活动总指挥：米世方

男子组顺序号发放：刘志凯

女子组顺序号发放：刘志凯

安全保障人员：各工会小组长

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。

分设男子组和女子组：男子组取前3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。

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。各处室负责人做好本处室人员的安全教育，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。

**单位工会登山活动方案策划篇六**



各部门（单位）：

为进一步增强广大教职工“健康工作，快乐生活”的理念，促进教职工之间的交流，营造和谐愉快的工作氛围，学校工会将举办“2012年春季登山健身活动”。为了保证此项活动能够安全顺利的进行，特制定本活动方案。

## 一、参加人员

身体状况适宜参加登山活动的全校在职在岗教职工。

## 二、活动安排

### （一）活动时间

20xx年5月22日下午（如遇下雨等特殊情况将改期进行）。

### （二）活动地点

大连开发区童牛岭公园。

班车停车地点：开发区泊石湾停车场。

### （三）活动项目

徒步登山活动。

### （四）活动流程

1、本次活动由学校统一发班车。5月22日中午，所有参加活动的教职工可乘坐平时上下班乘坐的班车前往活动地点。

发车时间：12：30（夏家河和南关岭两个校区同时发车）。

2、到达徒步登山起点后，以分会为单位，各分会主席和有关

部门临时负责人先清点人数，然后带领本部门人员领取参加活动的用品等，开始徒步登山活动。

3、各二级学院可在队伍前面持本院旗帜及宣传标语。

各分会参与人数和组织情况将作为评选考核学院优秀职工之家的内容之一。

4、活动结束后，教职工仍乘坐原班车下班回家。

活动结束后集合时间：15：00

活动结束后集合地点：童牛岭大钟停车场

返回市内发车时间：15：:3 0

返回市内发车地点：开发区泊石湾停车场

### 三、组织领导

#### （一）领导小组

组长：李家宏

副组长：唐初阳

成员：各分会主席和有关部门临时负责人

#### （二）各工作小组

##### 1、指挥组：

组长：赵彦萍

副组长：郑晓楠 唐爱琴

2、安保组：

组长：谭俊

3、医务组：

组长：郭守萍

4、宣传组：

组长：王培民

5、交通组：

组长：董秀勇

6、奖品组：

组长：刘炜萍

#### 四、活动要求

##### （一）对所有参加人员的要求

1、本次登山活动为集体活动，要求广大教工积极参与，并提前安排好工作，按时参加登山活动。

2、整个活动中必须牢固树立安全意识和大局意识，严格遵守纪律，加强自我保护，维护学院荣誉。

3、进入景区后，必须遵守景区规定，不携带火种上山，不随意丢弃垃圾，不破坏景区植被。

4、不要在危险的崖边照相。在狭窄路段逗留时千万不要拥挤。

## （二）对各分会的要求

- 1、活动前各分会必须召开会议，使全体会员明确此次活动的全部内容，特别是活动要求，确保活动安全。
- 2、各分会主席和有关部门临时负责人作为本次活动领导小组的成员，其主要职责是负责对本分会参加人员的组织和管理，特别是安全督导。
- 3、整个活动期间，各分会主席和有关部门临时负责人必须保证手机通讯畅通，并及时与指挥小组沟通情况。各分会之间要相互支持和配合。
- 4、登山开始前和活动结束后前，各分会主席务必清点人数。

## （三）对活动工作人员的要求

- 1、尽职尽责，坚守岗位，热情服务。
- 2、通讯顺畅，沟通及时，反应迅速。

## 五、温馨提示

- 1、穿着要宽松，尤其裤子要宽松，运动服装较好。一定不要穿皮鞋爬山。请注意防晒。
- 2、登山活动往返大约需要1小时30分，请根据自己身体情况量力而行。如果参加人员体力不允许爬到山顶，就可根据时间情况，在童牛岭大钟停车场休息。
- 3、登山前做热身运动，特别是脚踝和膝关节要活动开。
- 4、登山时要团结友爱，相互照应，最好不要独行。

# 单位工会登山活动方案策划篇七

为增强我校教工会坚持锻炼身体的健康意识，营造团结协助、和谐发展的团队精神，展现教职工队伍昂扬奋进的精神风貌，在秋高气爽之际，我校组织全体教工开展登山活动，本次登山活动的具体方案如下：

秋高气爽，远足巴岳

11月28日

学校全体工会会员。

巴岳山。

## (一)、准备工作

1、登山报名分组。(工会负责)

2、车辆安排。

(1)赵大修：谭敏张盼杨烨陈杰

(2)陈德胜：周祖兵欧德华吴勇张兰陈好政肖立全

(3)陈坤：李君红肖茂良(特殊原因，直接坐陈校长的车12：00到达巴岳山顶)

(注：赵大修和陈德胜两辆车上的人员9：00之前必须到过南门车站集中)

3、联系伙食、购买矿泉水(陈杰肖立全)

4、安全保卫：陈德胜周祖兵

## (二) 登山行程

- 1、11月28日上午9：00在南门车站集中乘车出发。
- 2、9：30至10：10全体教职工在七彩梦园参观花海
- 3、10：10全体成员在黄角门再次集中，组长清点人数。
- 4、校长于10：20发出登山活动开始的口令，登山活动正式开始。
- 5、登山路线：巴岳山步行小道
- 6、11：30分巴岳山顶集中。
- 7、12：00在“雷红饭店”就餐

## (三) 下午活动安排

- 1、1：00至4：00集中娱乐活动。
- 2、4：10乘班车前往“海南云天”就餐。

## (四) 活动结束

- 1、工会成员必须全部参加，不参加者一律不得补助费用。
- 2、可携带家属和子女，但不收取活动费。
- 3、参与人员必须守时，不得超出规定时间5分钟。
- 4、活动过程中必须注意安全(发生一切安全事故一律与本次活动组织委员会无关)
- 5、活动过程中不参与黄、赌、毒等有损教师形象的事情。

## 单位工会登山活动方案策划篇八

公司工会：

20xx年xxx全体员工为实现全年目标，积极工作，付出了辛勤的努力。元旦将至，为舒缓职工压力，增强职工的团队意识和凝聚力，促进相互之间交流，增进感情，营造温暖、和谐的工作氛围，我公司拟于近期开展迎元旦文体活动，并增购一批工会体育用品，经预算，活动需发生费用13500元，请公司工会从工会经费中予以支持。

附件：迎元旦文体活动方案

XXXXXXXXXX

二〇一三年十二月二十日

## 单位工会登山活动方案策划篇九

(雨天活动停止)

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、加强各处室的交流，增加同事的凝聚力。

二、活动时间□20xx年5月20日(星期五)上午8.45准时到xx高速xx集合

三、参加人员：全体人员(办公室留人值班)

四、登山地点：

#### 四、具体方案：

(一)登山活动路线：高速xx——山间小桥——纪念碑

(二)活动安排：

(1)上午8：45——在xx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：

男子组顺序号发放：

女子组顺序号发放：

安全保障人员：各工会小组长

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。

#### 七、奖项设置

分设男子组和女子组：男子组取前3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。



## 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。各处室负责人做好本处室人员的安全教育，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。