

# 最新公司爬山活动策划方案 公司爬山活动方案(优秀5篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

## 公司爬山活动策划方案篇一

为丰富公司员工文体娱乐活动，提高员工身体素质，营造健康积极向上的企业文化氛围，拟于20xx年月日组织一次爬山竞赛活动，具体方案如下：

以增强公司员工团队意识、协作意识、大局意识，提高员工身体素质，增强体质，营造健康向上的企业文化氛围为目的，进一步加强公司凝聚力，全面促进公司企业文化和精神文明建设全面发展。丰富员工业余生活，促进员工之间的沟通，让员工放松心情，增强集体凝聚力和团队精神。

### （一）内容：

爬山竞赛：竞赛共分3个组，分别为男女两组和团体组，男女各组以最先到达终点的人员为各组第一名、第二名，团体组以本团体人员全部到达山顶的为第一名。

### （二）活动时间及地点：

1、时间□20xx年xx月xx日

2、地点□xx山

全公司人员

参加人员务于xx月xx日前在潜山公园门口集合,开始登山

本次活动由邹学军校长任总指挥。设竞赛评比、管理保障小组。

(一) 竞赛评比、管理保障组

组长：邹学军庞尚勇王静(主持人)王洁(协作)

成员：潘正邦（摄像）赵奇（司机）胡宇（拍照）

主要任务：

- 1、负责参加活动人员的行政管理、安全保卫工作；
- 2、负责后勤供给保障，协调车辆；
- 3、评定竞赛情况

(二) 参加活动团队编组：

按照报名人员安排编制分组。具体分组如下：

按实到人数进行分组，每组成员不高于6人，双数。

活动共设三个奖项，分别为第一名、第二名、团结奖（按活动名次等）。

- 1、公司领导就本次活动致词，作赛前动员，宣布比赛正式开始；
- 2、评委会根据各组到达时间，选出各组前2名和团体前1名
- 3、主持人宣布名次，由公司领导为获奖的选手颁奖

4、公司领导作总结发言，活动结束。

游戏一：五毛和一块裁判：

规则如下：在游戏中，男生是1块钱，女生是五毛钱，裁判一旦喊出钱数，游戏中的人就要在最短的时间内组成那个数的小团队，打比方说喊出的是3块5，那就需要三男一女或七女或一男五女之类的小团队。

游戏要领：反应要快，裁判一说出来钱数，就要立刻知道分别由几男几女的团队可以达到要求；动作也要快，抢五毛和踢一块都要又快又狠。

游戏二：带球赛跑裁判：

规则如下□50m距离一男一女2搭档（没有那么多女生就随意），男生吹起气球，2指头夹着球嘴（不准打结），女生用手掌挡住气球，裁判喊开始，2人手掌夹着气球用脚提着篮球往前跑，一人只能轮流踢一下，由裁判记录到终点时间！当然气球不准离开双方的手，更不准气球气跑了！

游戏三：夹皮球裁判：

规则如下：两人一组，男女不限，面对面或背靠背夹住一只气球，在规定时间内（1分钟）内哪组跑得最远获胜，双方不能用手去护球，只能运用身体的配合前进，球落地后迅速回到起点重新夹起气球跑；气球夹破者不计成绩。

游戏四：蹲跳接力裁判：

规则如下：两人一组，男女不限，出发时的交工是姿势是运动员应面向跑道向前，背靠背挽住手臂蹲在起点线后，听到发令后，第一组由起点向终点线蹲跳，两人都跳过终点线后，再跳回到起点线击第二组的手掌，第二组进行，依次类推。

比赛途中两人挽臂不可分开，以最后一组返回起点，用时少者胜出。

游戏五：摸石过河裁判：

规则如下：以三块石头为道具，每组8人，在相聚30米的跑道上进行接力。比赛开始运动员脚踩两块砖头站在起跑线后，手拿第三块石头，听到起跑信号后，运动员必须依次将石头踩在脚下交换向前移动，以最后一块石头到达终点线计完成一次接力。然后由下一位选手从线后开始接着往回继续比赛，直到本组的第8位选手脚下的最后一块石头越过终点线，比赛结束；用时少者胜出。

游戏六：绑腿赛跑裁判：

规则如下：游戏开始前先把每组人员左腿和另一人右腿绑在一起，三组并排一起站在起跑线上，听到哨声时，各队齐出，以计时方式最快到达终点站的获胜。

1、协调各部门，安排好值班人员；

2、购买奖品：一等奖，总价值xx元；二等奖，总价值xx元；团体奖1~3人，各价值xx元。预计支出xx元。

3、矿泉水□xx元；红牛□xx元；糖□xx元；零食xx元。

## 公司爬山活动策划方案篇二

为了丰富教职工的业余生活，使广教职工在繁杂的.工作之余调节一下身心，达到散心、休闲，加强相互沟通、增进友谊和享受回归自然的目的，学校组织教职工外出春游。

暂定□20xx年4月28日29日（两天）

## 江苏南京

1、报名时间□20xx年4月15日4月17日， 因需提前预订酒店， 所以要求全体教职工提前、 准时报名， 逾期不再办理。

2、 报名地点： 工会员王卫东老师处

3、 如有教职工亲属或子女参加： 1.2米以上每人400元； 1.2米以下每人300元， 钱先交到学校财务室， 然后把收据交到王卫东老师处登记。

1、 旅游期间发扬团结、 合作、 互助精神， 要相互照顾， 要经常保持联络， 不要单行动， 如有事及时汇报， 遇重事情必须在第一时间报告。

2、 遵守上车时间， 服从统一指挥， 不得擅自行动。 来回途中注意交通安全， 在野外不能私自用火； 注意行动安全， 强化安全预测， 禁止冒险。

3、 注重文明形象， 爱护景区卫生环境和设施设备， 遵守景区有关规定。 讲究言行举止文明， 避免与导游、 小贩等发生， 有问题找学校领导出面解决。

4、 全体教职工要保管好自己的衣物及财物， 生病或有特殊病情建议不要参加旅游活动。 需要泡温泉的教职工自备泳衣。

5、 教职工孩子的安全由孩子家长负责。 活动中家长不要带孩子到有可能发生危险的场所活动， 父母要做到孩子与父母始终在一起。

6、 就餐时孩子要和家长一起， 晚上住宿时1.2米以下孩子和家长一个床。

7、 如遇特殊或不可抗拒原因时， 将延迟出游。

# 公司爬山活动策划方案篇三

为了增强我校教职工“健康生活、快乐工作”的理念，促进教职工间的`沟通和营造愉快和谐的伙伴氛围，校工会决定在20xx年金秋来临之际举行趣味登罗山活动，方案如下：

20xx年11月3日(星期日)

(如遇雨天，活动顺延，具体时间另行通知)

罗山

根据本次活动的实际情况，活动本身突出“放松身心、感受自然、合作并进”的特点，设置了“趣味探宝活动”和“野外烹饪竞技”。

(一)趣味探宝比赛方法：

- 1、设个人比赛和团体比赛，同时进行。
- 3、参赛者个人必须在规定的时间内将寻获的兑宝到评处登记和兑换个人奖品。
- 4、以组为单位，再评出一、二、三等奖，颁发团体奖。
- 5、评：待定

(二)野外烹饪竞技比赛方法：

- 1、以组为单位，只设团体比赛。
- 2、规定菜：工会向每组提供6道规定菜的食材和佐料
- 3、特长菜：各组自己携带食材和佐料，至少4道。

- 4、参赛组须自带炊具、餐具、调料。
- 5、以组为单位，再评出一、二、三等奖，颁发团体奖。
- 6、评：待定
- 8：00学校集合；公布分组情况，讲解活动规则；
- 8：10各组组员自己拼车，开车到山下；
- 8：30趣味探宝组出发；
- 10：00罗山山顶集合、兑奖登记；
- 10：10野外烹调竞技开始；
- 11：00开始评比，先规定菜，在特色菜；
- 11：30各组各自享受自己的规定菜和特色菜；
- 12：00组会公布比赛结果和奖励方式
- 12：30野外探险开始
- 15：00下山
- 16：00聚餐

各级段自行组织报名和分组，不限人数，不限报，各组长组织本组组员做好食材、炊具、餐具的准备工作，于11月3日于早上8：00在校集合。

报名截止时间：11月1日(星期五上午)。

1、全体参加活动的教职工要注意交通安全，身体不适者请即

时与活动保卫组联系。

2、请参加者注意着装，穿适合户外的衣服和鞋子；

3、活动参加者都有纪念品

## 公司爬山活动策划方案篇四

放松心情，勇攀高峰

店铺所有同事。（分为两班次参加）

活动安全负责人：联系电话：

活动拍照、卫生负责人：联系电话：

娱乐活动主持人：联系电话：

撰写活动总结：联系电话：

点名及秩序维护人员：联系电话：

尧山行程

1此次活动为户外运动，请参与人员务必准备好背包，适合服装、鞋袜以及必要的日常用品

2爬山当天的早、中餐自行准备，垃圾集中处理，不得乱扔。

3提醒全体人员出发前手机充足电，出游全程保持手机处于开机状态，方便随时联系

4行为举止方得体、注意维护公司形象、不在登山途中乱扔垃圾、破坏公物、破坏环境



5期间出现任何突发情况时，要及时上报负责人，负责人及时处理好应变工作

6在登山及游玩中，含有一定危险，要尽量结伴而行

7比须严格遵守时间规定，并准时到达集合地点，及时签到。服从负责人的管理和安排

8请保管好自己的随身物品，特别是手机、钱包及其他贵重物品。并时刻提醒自己不要遗忘物品。

9登山途中，每位同事都要发扬团队合作精神，同事之间互互助，不让任何一名成员掉队。

## 公司爬山活动策划方案篇五

放松心情，勇攀高峰

店铺所有同事。（分为两班次参加）

活动安全负责人：联系电话：

活动拍照、卫生负责人：联系电话：

娱乐活动主持人：联系电话：

撰写活动总结：联系电话：

点名及秩序维护人员：联系电话：

尧山行程

2爬山当天的早、中餐自行准备，垃圾集中处理，不得乱扔。

3提醒全体人员出发前手机充足电，出游全程保持手机处于开

机状态，方便随时联系

4行为举止方得体、注意维护公司形象、不在登山途中乱扔垃圾、破坏公物、破坏环境

5期间出现任何突发情况时，要及时上报负责人，负责人及时处理好应变工作

6在登山及游玩中，含有一定危险，要尽量结伴而行

7比须严格遵守时间规定，并准时到达集合地点，及时签到。服从负责人的管理和安排

8请保管好自己的`随身物品，特别是手机、钱包及其他贵重物品。并时刻提醒自己不要遗忘物品。

9登山途中，每位同事都要发扬团队合作精神，同事之间互互助，不让任何一名成员掉队。