

爬山活动英语 爬山活动方案(大全10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。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。

爬山活动英语篇一

为了锻炼员工身体，提高员工的'身体锻炼意识，丰富员工的业余生活，适当舒缓压力，同时也为促进员工竞争意识，培养思考和沟通交流能力。

待定

- 1、爬山活动需到达提前给定的多个景点，手机自拍参照物予以确认，按到达准确个数给分
- 2、到达几个预定景点后可登顶，按先后顺序给分、
- 3、附加分，爬山过程中和游客合照给予附加奖励分数。照片标准？计分标准如下图：预定景点到达分共5处，每处10分登顶名次记分按先后顺序第一50分，第二45分依次递减游客合影加分每一张认为有效照片得2分，最多五张得11分。

具体的行程安排如下：

- 1、要求统一穿工作服，携带华韵的彩旗。
- 2、手机电量情况
- 3、智标塔门口为本次比赛终点
- 4、请维护好公司形象

- 5、注意安全，保管好自己随身物品。
- 6、按指定时间集合，随时保持电话畅通。

爬山活动英语篇二

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：湖北咸宁潜山

全公司人员

参加人员务于月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、公司领导作发言，活动结束。

1、协调各部门，安排好值班人员；

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

3、矿泉水□xx元；红牛□xx元；糖□xx元；零食元。

爬山活动英语篇三

春天是充满希望、充满活力的季节。只有辛勤耕耘，才会有丰硕的收获。只有奋勇，才会一览无限风光。

为丰富多彩的文体活动，活跃气氛，以昂扬的精神面貌，深入开展“创先争优”活动，充分展示收费站的风采，激发和振奋职工与时俱进、开拓创新、建功立业的热情，为了让公司员工共同参与集体活动，锻炼身体，使大家能够在繁忙而紧张的工作之余，放飞心情，享受自然。增强集体荣誉感和团队。

加深了友谊，开阔了视野。同时培育了和谐向上的`公司企业文化，增进了的凝聚力，培养了职工之间的默契，促进了大家的协作意识，锻炼了团队精神，收费站全体干部职工互相协助，共同努力，更好的完成公司各项工作。有了这样的氛围，我们相信收费站的明天一定会更加美好！

爬山活动英语篇四

春天是充满希望、充满活力的季节。只有辛勤耕耘，才会有丰硕的收获。只有奋勇攀登，才会一览无限风光。

“五一”国际劳动节，为了隆重庆祝劳动者自己的节日，以丰富多彩的文体活动，活跃节日气氛，以昂扬的精神面貌，深入开展“创先争优”活动，充分展示新能源公司职工的风采，激发和振奋职工与时俱进、开拓创新、建功立业的热情，为了让公司全体员工共同参与集体活动，锻炼身体，使大家能够在繁忙而紧张的工作之余，放飞心情，享受自然。增强集体荣誉感和团队凝聚力。也是为丰富全体职工的文体娱乐活动，提高职工身体素质，营造健康向上的文化氛围，不断增强公司的凝聚力，在新能源公司领导下，由工会、办公室主办，团支部组织，开展了一次爬山活动。

“人间四月芳菲尽，正是登山好时节”，大家满脸的汗水和

兴奋的表情，相互之间亲密的谈笑，从五峰山下到山上，使整个爬山过程中充满了温馨、愉快，大家相互搀扶，相互帮助，相互鼓励，充分发扬了团结拼搏、不畏艰险的优良作风，共同完成了爬山活动。爬山过程中没有一名职工放弃、松懈。公司领导更是以身作则，带领大家奋勇攀登。有的老职工说：“登山不仅锻炼了身体，还给我带来了乐趣，愉悦了身心，又看到了大自然的美丽风景，心情真是特别舒畅。”欢声笑语回荡在山风中，工作中的紧张和压力得到了尽情的放。

通过这次爬山活动，使职工既锻炼了身体、磨炼了意志，又陶冶了性情，切实活跃了员工业余生活，增强了团队合作精神，使员工热爱体育、崇尚运动、健康向上的氛围更加浓厚。为干群之间提供了交流和沟通的平台，增加了团结，加深了友谊，开阔了视野。同时培育了和谐向上的公司企业文化，增进了干部职工的凝聚力，培养了职工之间的默契，促进了大家的协作意识，锻炼了团队精神，新能源公司全体干部职工互相协助，共同努力，更好的完成公司各项工作。有了这样的氛围，我们相信公司的明天一定会更加美好！

爬山活动英语篇五

为了宣传学生会文化,提升学生会集体观念,根据活动,我部门于20xx年11月13日利用了下午的时间组织学习部全体干事到风云岭爬山.通过本次活动,干事们即娱乐了生活又亲近了大自然,同时也加深了相互间的了解,活动中即增进了感情,又增强了部门的凝聚力.

在活动开展前,我们做好了充分准备工作,每一个细节我们都经过认真思考和策划,在山上搞了很多节目,所以活动开展得还算比较成功.但因为时先我们都忘记了现在我们的国道正在修建,所以在落山回校时临时选择了从街道经过回学校,足足花了2个小才回到学校.

我们学习部的干事在星期五的爬山活动中表现都很出色.大家

都不怕冷, 积极参加活动, 在爬山过程中也丝毫没有退缩的意思, 并且都遵守秩序. 各位干事都坚持爬到了终点!

通过这次爬山, 我们达到了预期的目的, 不仅放松了心情, 而且增长了见识, 同时还增强了部门凝聚力和干事间的交流和沟通, 爬山结束后, 大家一起步行回到学校, 本次活动在一种融洽和团结的气氛中结束.

我很感谢星期五参与活动的各位干部和干事, 大家都很积极, 那天天气这么冷, 大家还能够准时参加活动, 谢谢各位对本次活动的支持. 以后我们学习部还会开展更多更有趣更有意义的活动, 希望以后的活动能够办的更好, 也希望所有的干部干事能够参与到活动中来.

本次活动参加的成员一共35人.

部长: 刘秋玲、潘添娣、叶子康

嘉宾: 杜子超、李美兴、廖滨滨、陈国良、彭美云、刘丽华、赖锦鹏

管理教研室13名干事、汽车管理教研7名干事、信息管理教研5名干事 (信息教研室部长及四名干事因病请假)

爬山活动英语篇六

历时近一个月的跳绳练习与比赛活动, 在体育教师的周密组织与指导下, 在班主任老师的大力配合下, 在全体学生的积极参与下, 现已落下帷幕。

此次活动, 参与面广, 练习阶段全校学生都积极参与进来, 利用体育课、课间、午间进行练习, 比赛阶段参加人数达到80人次。这是我校除体育运动会以外的又一次对全校学生体质体能检验的盛会。

此次活动，得到了体育教师和班主任老师的高度重视，从活动的组织到实施，两位体育教师都身体力行，不管天气好坏，都坚守课堂，带领学生训练，班主任教师要更是积极协助训练，特别是低年级班主任，课间、午间都和学生一起练习。学生从不会到会，从能跳一个到能跳多个，每一点一滴都倾注着班主任老师辛勤的汗水。近一个月来，班主任老师的身影更多的出现在体育课堂，出现在操场上，学生的点滴进步，教师都同喜同乐。

此次活动，效果显著，刚开始练习，我们一年级有很多孩子不会跳绳，甚至一个都跳不起来，经过刻苦的练习，绝大多数学生跳绳自如，而且还有一定的速度，他们能积极参与，非常值得表扬。

活动中，拉近了师生之间的距离，增强了班集体的凝聚力，班主任教师细致入微的关怀和莫大的包容，都为我们这次活动增添了光彩，相信经历了，你就会有收获；努力了，你就尽到了责任。欢乐痛苦都是体验、成功失败都是营养。

宁江区第七小学跳绳比赛活动总结

历时近一个月的跳绳练习与比赛活动，在体育教师的周密组织与指导下，在班主任老师的大力配合下，在全体学生的积极参与下，现已落下帷幕。

此次活动，参与面广，练习阶段全校学生都积极参与进来，利用体育课、课间、午间进行练习，比赛阶段参加人数达到80人次。这是我校除体育运动会以外的又一次对全校学生体质体能检验的盛会。

班主任老师的身影更多的出现在体育课堂，出现在操场上，学生的点滴进步，教师都同喜同乐。

此次活动，效果显著，刚开始练习，我们一年级有很多孩子

不会跳绳，甚至一个都跳不起来，经过刻苦的练习，绝大多数学生跳绳自如，而且还有一定的速度，他们能积极参与，非常值得表扬。

活动中，拉近了师生之间的距离，增强了班集体的凝聚力，班主任教师细致入微的关怀和莫大的包容，都为我们这次活动增添了光彩，相信经历了，你就会有收获；努力了，你就尽到了责任。欢乐痛苦都是体验、成功失败都是营养。

经过激烈的比赛共有18名同学获奖，二年一班、四年一班、六年一班分别获得男子低、中、高年组团体第一名；二年一班、三年二班、五年一班分别获得女子低、中、高年组团体第一名。

通过这次活动锻炼了同学们的身体，磨练了同学们的意志，增强了同学们的合作意识，达到了我们预想的结果。虽取得了点滴成绩，但也存在不足，例如有的学生跳绳较轻，因风大没能发挥出应有的成绩，还有的班级不够重视，导致成绩不佳。跳绳活动是一项能促进学生下肢肌肉、关节、韧带和内脏机能的发展，对于发展弹跳、协调等素质也具有显著效果。特别是健脑，希望同学们能发扬优点克服不足，继续参与到活动中来。

爬山活动英语篇七

此次“爬山&环保宣传”团日活动，全体成员同心一致，以饱满的热情投身到团日活动的组织开展之中，取得了一定的成绩。具体如下：

1. 通过爬山，同学们锻炼了身体，放松身心。
2. 参观了岳麓山的部分景点，瞻仰先烈，提升了爱国情怀，了解湖湘文化。

3. 宣传了低碳生活，用自身行动号召人们加入到环保行列中来。
4. 通过发宣传单和与人们交流，同学们锻炼了胆量和交际能力。
5. 充分展示了同学们勇担社会，奋发向上的时代风貌，朝气蓬勃的精神风貌。
6. 增强了团体的凝聚力、创造力和战斗力。

总结这次活动组织上的不足之处：

1. 没有考察到山路旁有垃圾堆的情况，否则，应当准备几个垃圾桶，使清理更彻底。
2. 宣传单不够环保，受到了游人批评，根本原因是没有意识到环保应从一点一滴做起。
3. 应组织同学们更加集中，以达到更好宣传效果。

从这次活动中发现的一些问题：

1. 岳麓山大路两旁比较干净，但小路两边的花坛、灌木丛有果皮纸屑等垃圾。原因是大路两旁设有垃圾桶级有清洁工清理，而小路边只有极少的垃圾桶，没有进行好的管理。
2. 总体来说人们的环保意识比较强，但有个别对我们的环保行动表示不解，环保行动应该普及。

爬山活动英语篇八

根据全民健康生活方式行动和创建健康单位工作实施方案的内容，丰富职工的业余文体生活，增强职工体质，于20xx年8

月16日组织职工开展一次“爬山活动竞赛，亲近大自然”的团体活动，现活动结束后总结如下：

（一）准备阶段

1□20xx年8月16日早上8：30在单位集中；

2、分两个组进行竞赛

第一组男队：队长：

队员：

第二组女队：队长：

队员：

（二）活动阶段

2、本次竞赛全程长约900米左右；

3、医疗救护队：负责竞赛过程中职工的医疗救护工作

4、裁判和记录：

本次活动由两位同志负责竞赛出发时间、到达终点时间与排名情况的记录和统计。

通过全体职工的积极配合下，爬山活动取得了圆满的成功，根据统计结果，两组排名为：

男队第一名□xxx

第二名□xxx

第三名□xxx

女队第一名□xxx

第二名□xxx

第三名□xxx

本次活动结束后对于获奖者给予一定的奖励，今后根据单位时间安排，不定期的开展类似活动，以健身为目的丰富职工文化生活，同时也进一步推动全民开展健康生活方式健康行动，为创建健康单位打下良好的基础。

爬山活动英语篇九

今年是“三八”国际劳动妇女节**周年，为纪念这一具有历史意义的节日，全面贯彻党的妇女政策，营造浓郁的节日气氛，丰富女职工的业余文化生活，激励广大女教职工以饱满的热情和最佳的工作状态在本职岗位上建功立业，根据学校党支部、工会、女工委员会共同组织部署，并结合自身实际，精心设计，开展了丰富多彩、生动活泼的娱乐项目——春游——爬山比赛，我系部积极响应，并号召参与，现把我系参与准备情况总结如下：

十六届三中全会决定指出：“坚持以人为本，树立全面、协调可持续发展的科学发展观，促进经济社会和人的全面发展。”加强妇女工作，充分发挥广大女教职工的积极性是全面贯彻党的妇女政策，促进可持续发展的必由之路。为此，系部领导、系部工会领导、女工委委员等把加强女教职工工作，纳入工作的总体目标，统筹规划，周密部署，精心安排，以切实维护女职工的合法权益，提升女职工的素质，调动其积极性，引导女职工在本职岗位上建功立业。任书记、邢主任对此次比赛活动高度重视。

在当周系部例会上安排通知到个人，鼓励本系女教师积极参加，从计划、经费、活动安排等方面，都作了具体部署和安排，例如：集体安排出租车接送教师，安排学生负责送饮用水，还拍专门人员负责照看女教师衣物，其中王主任更是全程陪同女教师爬山，为女教师现场打气助威。每一个细节都倾注着领导对我系女教师无声的爱和温暖的关怀，体现了一个领导者所具有的风范，既提高了大家对女教师工作重要性的认识，又营造了浓郁的节日气氛。

为展示我系女教师的综合素质和时代风采，也为了展现我系教师风采，我系女教师克服重重困难，全部按时出现在上脚下，尽管还是春寒料峭，但我系的女老师们依旧热情高涨，一路欢声笑语，春游，让我们感受大自然的无限魅力，也让我们在繁重的工作之余，享受到一份舒适与闲情，同时，更增进了同事之间的交流与沟通；爬山，让我们感受到久违的疲惫，在繁重的教学工作和家庭工作的双重压力下，爬山所带来的身体上的疲惫更令人舒适。

在比赛的最后，我系的王老师获得第8名的好成绩，其他女教师也各有各的收获。

总之，活动起到了预定的目的，过程很美好。我系的女教师也获得了很美好的经历和感受。

爬山活动英语篇十

为了宣传学生会文化,提升学生会集体观念,根据活动,我部门于20xx年11月13日利用了下午的时间组织学习部全体干事到风云岭爬山.通过本次活动,干事们即娱乐了生活又亲近了大自然,同时也加深了相互间的了解,活动中即增进了感情,又增强了部门的凝聚力.

在活动开展前,我们做好了充分准备工作,每一个细节我们都经过认真思考和策划,在山上搞了很多节目,所以活动开展

还算比较成功. 但因为时先我们都忘记了现在我们的国道正在修建, 所以在落山回校时临时选择了从街道经过回学校, 足足花了2个小才回到学校.

我们学习部的干事在星期五的爬山活动中表现都很出色. 大家都不怕冷, 积极参加活动, 在爬山过程中也丝毫没有退缩的意思, 并且都遵守秩序. 各位干事都坚持爬到了终点!

通过这次爬山, 我们达到了预期的目的, 不仅放松了心情, 而且增长了见识, 同时还增强了部门凝聚力和干事间的交流和沟通, 爬山结束后, 大家一起步行回到学校, 本次活动在一种融洽和团结的气氛中结束.

我很感谢星期五参与活动的各位干部和干事, 大家都很积极, 那天天气这么冷, 大家还能够准时参加活动, 谢谢各位对本次活动的支持. 以后我们学习部还会开展更多更有趣更有意义的活动, 希望以后的活动能够办的更好, 也希望所有的干部干事能够参与到活动中来.

本次活动参加的成员一共35人.

部长: 刘秋玲、潘添娣、叶子康

嘉宾: 杜子超、李美兴、廖滨滨、陈国良、彭美云、刘丽华、赖锦鹏

管理教研室13名干事、汽车管理教研7名干事、信息管理教研5名干事 (信息教研室部长及四名干事因病请假)