

2023年松鼠与大树活动反思 素拓活动策划书(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

松鼠与大树活动反思篇一

建设和谐高效团队。

2015年12月3日、4日。

xx户外拓展基地。

1、公司全体员工（大约320人）跟员工家属（每位员工限带家属1人，家属数量大约为100人）；活动费用要求每位家属出资50元，其他费用由公司统一承包。

2、日本顾问6名（日本顾问由导游和翻译全程跟随，根据顾问的饮食要求提供就餐方案）。

（一）活动方式：

1、活动分两批人员进行，12月3日、4日各安排一批；

2、活动安排：上午进行户外拓展教练，下午开展内部游园活动。（具体分组如附件）

（二）活动流程

【备用项目有：团队七巧板等】

编制： 审核： 批准：

XXX

- 1、行政管理部于11月30日下班前统计和确定各部门参加活动的准确名单，以及家属名单/数量。
- 2、12月1日星期四巨星晨会，通报参加活动的注意事项。
- 3、行政管理部负责活动所有后勤准备工作，于11月30日下班前落实。

附件1：活动注意事项；

附件2：活动会务分工；

附件3：各组人员名单及家属名单；

附件4：活动项目具体内容行政管理部

编制： 审核： 批准：

附件1：注意事项：

- 1、要求穿运动装、运动鞋或方便活动的服装；
- 2、如有心脏病、高血压等影响户外培训的疾病，不能参加体验式培训；
- 3、培训前请将长指甲剪去
- 4、培训期间不便携带通讯工具，请事先通知同事、家人；

5、培训期间请服从培训师的管理；

6、在培训期间，请不要离开您所在的小组单独活动，如有困难请向后勤小组寻求帮助；

7、在培训中，您身体如有不适，请及时告知本组组长和培训师。

8、活动过程中请保管好私人财物，谨防丢失。

附件2：活动会务分工

附件3：各组人员名单（字体加粗的为各组长）第一组至第五组名单

附件4：

一、活动项目具体内容（根据实际情况项目可能有所调整）

1、破冰及团队建设

培训目的：用特殊的形式加深队员之间的相互了解，使团队成员“破冰和融合”，初步形成热烈的团队氛围，做为拓展活动前的铺垫。培训方式：

2、户外长廊勇敢者之路

培训目的：团队凝聚力和战斗力的磨练。

培训方式：在固定的场地设置一定的障碍，需要团队的成员们相互协作，群策群力的想办法一起完成任务。

3、信任背摔

培训目的：坚持诚信，换位思考，信任是高效团队建立的基

础。

培训方式：全体队员站在1.6米高的平台上，背对队友平直倒下。全体队友在台下伸平双臂将其接住。

4、穿越电网

培训目的：学习如何合理的分配资源以及制定方案，只要考虑全面就会减少团体行动中遇到的麻烦。

培训方式：团队要去执行一项艰巨的任务，在森林中迷失了方向，面临敌人的追击只有尽快向前上，所有队员在不能触碰电网的情况下必须一次穿越“带电”的电网，一旦触线，即告失败！

5、共同进退

培训目的：学习团队间的合理分工合作与资源的优化配置。使员工充分认识统一指挥的意义与重要作用，体会团队领导技巧及角色的合理分配与运用，学习群体决策的方法和意义。

培训方式：在一个大圆圈内有一组数字，要求团队所有队员按顺序拍完所有的数字，模拟的是阿里八八第二个储藏财宝的大门，密码是一组神奇的数字，按特定的顺序拍打便能打开，宝藏也将属于你！

6、众志成城

培训目的：融合团队，有始有终，通过“毕业仪式”激励和强化顽强的的斗志和互助取胜团结必胜的信念。激励所有人目标一致！

培训目的：全体学员共同分享培训心得并将培训中的心得与培训目标相对应，将培训心得应用到实际工作与生活中，把培训效果推向高潮，激发团队行动动力！培训方式：

每队选出一位代表与所有学员分享本队培训心得，教练对培训进行最后总结。

松鼠与大树活动反思篇二

建设和谐高效团队。

20xx年12月3日、4日。

**户外拓展基地。

1、公司全体员工（大约320人）跟员工家属（每位员工限带家属1人，家属数量大约为100人）；活动费用要求每位家属出资50元，其他费用由公司统一承包。

2、日本顾问6名（日本顾问由导游和翻译全程跟随，根据顾问的饮食要求提供就餐方案）。

（一）活动方式：

1、活动分两批人员进行，12月3日、4日各安排一批；

2、活动安排：上午进行户外拓展教练，下午开展内部游园活动。（具体分组如附件）

（二）活动流程

【备用项目有：团队七巧板等】

编制： 审核： 批准：

1、行政管理部于11月30日下班前统计和确定各部门参加活动的准确名单，以及家属名单/数量。

2、12月1日星期四巨星晨会，通报参加活动的注意事项。

3、行政管理部负责活动所有后勤准备工作，于11月30日下班前落实。

附件1：活动注意事项；

附件2：活动会务分工；

附件3：各组人员名单及家属名单；

附件4：活动项目具体内容行政管理部

编制：审核：批准：

附件1：注意事项：

1、要求穿运动装、运动鞋或方便活动的服装；

6、在培训期间，请不要离开您所在的小组单独活动，如有困难请向后勤小组寻求帮助；7、在培训中，您身体如有不适，请及时告知本组组长和培训师。8、活动过程中请保管好私人财物，谨防丢失。

附件2：活动会务分工

附件3：各组人员名单（字体加粗的为各组组长）第一组至第五组名单

附件4：

一、活动项目具体内容（根据实际情况项目可能有所调整）1、破冰及团队建设

培训目的：用特殊的形式加深队员之间的相互了解，使团队

成员“破冰和融合”，初步形成热烈的团队氛围，做为拓展活动前的铺垫。培训方式：

培训目的：团队凝聚力和战斗力的磨练。

培训目的：坚持诚信，换位思考，信任是高效团队建立的基础。

培训方式：全体队员站在1.6米高的平台上，背对队友平直倒下。全体队友在台下伸平双臂将其接住。

4、穿越电网

培训目的：学习如何合理的分配资源以及制定方案，只要考虑全面就会减少团体行动中遇到的麻烦。

培训目的：学习团队间的合理分工合作与资源的优化配置。使员工充分认识统一指挥的意义与重要作用，体会团队领导技巧及角色的合理分配与运用，学习群体决策的方法和意义。
培训方式：在一个大圆圈内有一组数字，要求团队所有队员按顺序拍完所有的数字，模拟的是阿里八八第二个储藏财宝的大门，密码是一组神奇的数字，按特定的顺序拍打便能打开，宝藏也将属于你！

6、众志成城

培训目的：融合团队，有始有终，通过“毕业仪式”激励和强化顽强的的斗志和互助取胜团结必胜的信念。激励所有人目标一致！

培训目的：全体学员共同分享培训心得并将培训中的心得与培训目标相对应，将培训心得应用到实际工作与生活中，把培训效果推向高潮，激发团队行动动力！培训方式：

每队选出一位代表与所有学员分享本队培训心得，教练对培训进行最后总结。

松鼠与大树活动反思篇三

希望能增进成都理工大学xx班的同学们能更加了解彼此，以户外活动的形式来丰富课余生活，有助于同学们培养良好的兴趣爱好，同时增进同学之间的交流，拉近同学间的关系，提高同学们的社交能力和团队协作能力。我们决定2014年10月2日下午2点30在成都市龙泉驿区桃花源别墅，成都聚会玩家别墅举行成都理工大学xx班的素拓活动。

（一）、分组：分为十组，由抽签决定！

（二）、道具：4条毛巾（报纸也可）

（三）、工作人员：不愿参加游戏的同学可组成幕后工作人员
游戏项目：搭桥过河，只为一杯水。

参赛人员：每队六人

场地要求：一片空旷的大场地

比赛赛距：30米

需要道具：小地毯（报纸或者毛巾布等）

第二部分正式进行，从第一名队员开始，队员们必须拿嘴叼着杯子倒水传递，传递到最后一名队员时，综合水杯剩下水的多少，来给分，第一名10分，第二名9分，依次类推。本队另一组将接过“地毯”以同样的方式往回走，三人都穿过起点界线后完成游戏。最先到达起点的为胜，按时间记名次计分，第一名10分，第二名9分，依次类推。

最后两次积分最多的队伍获得本项目冠军，次之亚军，依次类推！

竞赛规则：

（1）参赛队队员在起点线外准备。待一组队员全部到达终点时另一组才能开始接力。

（2）比赛过程中只要有脚触地的情况，均视为犯规。并按触地次数对比赛用时给与增加，触地一次加5秒。

（3）本轮比赛第一名的组获得奖品。

别墅费用由班费出1880元

毛巾4条20元

奖品：神秘大奖？邀请三个班一个自己心仪的女生喝奶茶（对方必须答应！~）其实我到觉得可以宣传，征集要表白的同学，在三个班所有同学的面前表白也不错哦！

一等奖：200元

二等奖：150元

三等奖：100元

松鼠与大树活动反思篇四

5月8日

业务部全体成员

为营造健康积极的工作环境，提升员工的精神文化品位，加深相互认识了解、培养成员之间互亲互爱、增进感情，加强

社团团队凝聚力。

- 1、各成员于早上8：00准备备好物品在办公楼前集合。
- 2、会长在清点人员之后传达注意事项，和活动目的，完毕后分若干小组。各组配1-2名干部负责，一名组长，一名通信员。
- 3、开始出发，队伍行进。队伍行进过程中必须整齐，不可太嘈杂，干部和小组长注意观察队员的情况，确定适当的休息时间。
- 4、到达山脚时建议有十几分钟的休息时间。
- 5、爬山。爬山过程中建议各队分开行动，各队之间评比爬山快慢，最快的一组有优先向社旗上写名的权利，最慢的一组要有处罚性的节目演出。过程中有精彩的部分，做好拍照工作。要有一定秩序，注意安全。
- 6、休息。建议休息半小时后开展活动。
- 7、开展娱乐性活动，无固定时间，若爬山用时过长可对时间进行压缩，若短也可以增加。本活动在社团之中展开。备选活动（现场决定进行那几个）
 - （1）接歌。分若干队，由干部带领，社长唱一句，各队根据其中最后一个字接唱，各队伍之间要有竞争，开始时可降低难度，所接唱的歌曲中必须有上句所唱句中最后一字，可谐音。
 - （2）拉歌。各队伍之间要攀比士气，互相拉歌。
 - （3）成语接龙。
 - （4）类似于击鼓传花的游戏，选一人蒙住眼睛，同时进行传花，数停止后，手中有花者必须表演节目。

(5) 给出几个成语编故事。

(6) 小型辩论会。推举十个人，分成两队在社团就某一问题展开辩论。

(7) 小型舞会，找一块平整的空地，会跳舞者参与其中不会的也可以学习。

(8) 超级模仿秀。自愿参加，模仿某一明星唱歌或表演。

8、午餐。计划用时五十分钟。

9、自由活动。原则上不允许单独活动，可以几个人结伴活动或游戏，也可以成员之间互相认识相互交谈，看书或其它。

10、会员感言。再次集聚，每个人一句话来表达西安佳本次活动的'感想和收获。

11、全体拍照留念。

12、社团统一组织下山，有序进行，注意安全。

13、回校。（计划用时一小时，到达b楼广场集合）

14、社长做活动总结，并宣布成员写一篇活动感受，然后宣布活动结束。

1、分组行动。可以延续培训时的队伍或者以各部为队伍，有队长安排调度。队中也可以男生帮扶女生以收到“男女搭配爬山不累”的效果。

2、队伍在行进和爬山过程中务必统一行动，队伍要整齐，队长要负好责任。

1、一切听从领导，遵守活动纪律，以安全为主，为安全起见，

一切成员不准擅自离开队伍，如有特殊向干部报告。单独行动，至少三人或三人以上活动。

3、个成员注意团队精神，主动关心帮助周边同学。

4、各成员需带好午餐，饮用水及桌布等，切记保护环境，午餐后下山前将垃圾收集起来，统一处理，不得乱扔。

5、秋高气爽，天气干燥，不允许生火。

6、干部或组长维持各组的秩序和纪律。

1、本活动由社团人员自愿参加。

2、凡是参加者可以允许有请假者的存在，但请假者必须服从上级的安排。

3、由于不服从管理而引发的意外伤害个人承担。

1、合身的服装（校服），鞋子

2、药品。如创可贴、药棉等。

3、相机，口哨。

4、每人准备个人适量的水和食物。

5、会期（由两名同学负责）。

松鼠与大树活动反思篇五

时间流逝了，匆匆的流逝了，工作已经告一段落了，我们又将迎来新的工作内容，有新的工作目标，此时需要提前做好策划书了。策划书怎么写才合适呢？下面是小编收集整理的

素拓活动策划书，希望对大家有所帮助。

希望能增进成都理工大学xx班的同学们能更加了解彼此，以户外活动的形式来丰富课余生活，有助于同学们培养良好的兴趣爱好，同时增进同学之间的交流，拉近同学间的关系，提高同学们的社交能力和团队协作能力。我们决定20xx年10月2日下午2点30在成都市龙泉驿区桃花源别墅，成都聚会玩家别墅举行成都理工大学xx班的素拓活动。

（一）、分组：分为十组，由抽签决定！

（二）、道具：4条毛巾（报纸也可）

（三）、工作人员：不愿参加游戏的同学可组成幕后工作人员

游戏项目：搭桥过河，只为一杯水。

参赛人员：每队六人

场地要求：一片空旷的大场地

比赛赛距：30米

需要道具：小地毯（报纸或者毛巾布等）

竞赛方法：

每队派6人上场，分为a[]b两小组，赛道两头各一组，站在起点的a组手持四块“小地毯”，由第一名队员向前搭放“小地毯”，第三个队员不断地把身后的“小地毯”传给第一个队员，三人踩着“小地毯”前进30米，其距离为30米（以一篮球场宽为准，来回一次），要求脚不能触地，且道具制作者应该尽量把地毯做得偏小，增加比赛难度。待三人全部过终

点界线后与b组汇合，即开始第二个部分，本队6名队员排成一个长列，每个人手里会发放一个一次性杯子，当组织人员将提供两杯装满水的杯子，依次交给队列第一名队员，第二部分正式进行，从第一名队员开始，队员们必须拿嘴叼着杯子倒水传递，传递到最后一名队员时，综合水杯剩下水的多少，来给分，第一名10分，第二名9分，依次类推。本队另一组将接过“地毯”以同样的方式往回走，三人都穿过起点界线后完成游戏。最先到达起点的为胜，按时间记名次计分，第一名10分，第二名9分，依次类推。最后两次积分最多的队伍获得本项目冠军，次之亚军，依次类推！

竞赛规则：

(1) 参赛队队员在起点线外准备。待一组队员全部到达终点时另一组才能开始接力。

(2) 比赛过程中只要有脚触地的情况，均视为犯规。并接触地次数对比赛用时给与增加，触地一次加5秒。

(3) 本轮比赛第一名的组获得奖品。

别墅费用由班费出1880元

毛巾4条20元

奖品：神秘大奖？邀请三个班一个自己心仪的女生喝奶茶（对方必须答应！~）其实我到觉得可以宣传，征集要表白的同学，在三个班所有同学的面前表白也不错哦！

一等奖：200元

二等奖：150元

三等奖：100元