

# 2023年企业长跑活动方案设计 企业活动方案(模板5篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 企业长跑活动方案设计篇一

为活跃节日气氛，缓解职工工作压力，增加项目部凝聚力和向心力，在五一劳动节来临之际，项目综合管理部牵头组织各式活动，为大家提供一个放松和娱乐机会。

### 二、 活动地点

项目部篮球场及活动室

### 三、 活动时间

20xx年4月29日下午5:30开始

### 四、 活动内容

1. 篮球比赛：实行全场比赛，每个队五人，获胜方全员获得奖励；
3. 两人三足跑：自愿组队，以50米为限，先到达终点者胜。
4. 南水北运：三人一组，可多组参与比赛，其中一人将a头一次性纸杯中的水，在经过几次障碍(障碍一：起点单手端杯原地转5圈;障碍二：中途深蹲5个)后，运输至b头，倒入透明容

器中，再跑回原地将纸杯递给另一人，三人接力，盛水多的一队获胜。时间3分钟□a——b为20米。

5. 珠行万里：五人一队，分两组比赛，将乒乓球通过a4纸卷起的u型管，循环接力(每名队员在球经过之后迅速的跑到队尾继续按要求接球)直至将球运到对面的桶内为胜。全程5米长。

## 五、奖励规则

获胜方奖励生活用品，参加比赛者皆有参与奖品。半途离开者活动后不予补发。请大家积极参与活动。

## 六、 活动人员安排

总策划：

具体负责人：

## 企业长跑活动方案设计篇二

中秋节也是各个公司团结员工，增进团队凝聚力的好时机，公司中秋节活动方案尤为重要。查字典范文大全特意为大家整理了关于中秋节活动方案范文的相关材料，希望对您工作和生活有帮助。

金风送爽，玉露赐福，又是一个万家团圆的金秋之夜。值此花好月圆的中秋佳节，为了充分展示企业文化，密切领导和员工之间的联系，丰富职工业余生活，活跃节日气氛，并给长年奋斗在各个岗位上的员工送上节日的问候和关爱，为大家整理好一套较全面的中秋活动策划方案，愿为您编写中秋活动策划方案提供一个的参考!!

活动背景xx公司发展至今以近十年的历史，是专业信息化的综合性物流公司，现有总资产超亿元，全国分公司150余家。xx公司依托其优秀的人才团队、先进的信息系统、超前的服务理念和遍布全国的运营网络，日益成为物流行业的著名品牌。优秀的企业往往提供给员工宽阔的展现自我的舞台，为了实现xx公司员工间的互动，增进员工对xx公司的归属感与认同感，巩固和宣传xx公司强烈的企业文化氛围，在xx公司即将步入10年庆的前夕，我国第二大传统节日——中秋之际，举行一台富有亲情特色中秋的晚会，让xx公司人塑造自我，塑造自己的企业形象，在未来的日子里，携手努力创造xx公司新的神话。

## 活动主题

亲情xx公司人——与你同享明月

活动目的1让员工充分的展现自我，在活动的过程中认知自我及企业大家庭的氛围。

2实现领导和员工的互动，让企业的各层工作者在共同的平台上交流。

3有效的利用活动的过程及其宣传策略，以别于以往的操作，让大家感受到xx公司的发展和进步。同时包装xx公司，促进其外部形象和内部文化的形成。

4通过xx公司生活秀使xx公司人认知及发现自我。

5领导致辞 由现场主持人介绍嘉宾邀请 先生给xx公司员工致辞，并邀请大家共同举杯演出6由各个部门选报的活动(具体编排待订)

7xx公司员工生活秀：此项活动旨在让xx公司人认识自我，在

表演的过程中认识注意仪表仪态的重要性。今天员工们代表一个部门，未来代表的是整个xx公司的形象，从而使观看者也从中受益。活动的参与性和观赏性很高。有每个部门推选出两名员工作为自己部门的形象代表，由个人准备3-4套生活服装，一套夏季服装，一套休闲服装，一套工作服装，一套由本部门设计搭配的服装。来参加这场xx公司人的生活秀。在秀结束后，我们将邀请观众上台来评述。

10效果预测鉴于本活动是传统佳节xx公司内部组织的活动，富有创意

和互动，只要实施得法，实施落实，可以引起内部员工积极参与和外部企业一定的关注，预计活动的实际参人数可达600以上，网络报道5篇。对xx公司员工覆盖面有望达到1/2以上。同时，这次活动将有利的推动企业新文化的形成，增进员工信心，对外展示亲切团结高效的形象，有效提升自身的知名度和美誉度。

有关事项说明

1策划书就拟举办20xx公司中秋晚会活动提出的总体方案，有些内容难免粗疏，尚待活动总体思路确定后再进一步细化，并据此制订具体的实施计划。

2类似这样的活动一般需要准备一个月的时间。

3活动经费及预算要明确

一、成立xx公司工会时间表

2014年2月-3月，成立xx公司工会，在地区工会进行注册，并挂牌运行。

二、成立工会职能

## (一) 工会在公司发展中的作用

私营公司建立工会组织，这对于建立稳定和谐的劳动关系，维护职工合法权益至关重要。

### 1、有效合理的沟通渠道

沟通是员工参与管理重要途径，公司要取得长远的发展必须由所有的利益相关者共同治理。员工也是也是的利益相关者，公司经营的好坏直接关系到员工的切身利益。因此，为了维护自身的利益，员工也应该参与公司的管理。而员工对企业管理的参与途径就是与管理层进行沟通，向管理层提出建议。由于员工自身素质的制约，员工的意见并非都是合理的，需要一个组织对员工的提议进行收集和整理，这个组织就是工会。

### 2、劳资关系的协调

工会作用的核心就是维护职工的合法权益，协调劳动关系。工会对本公司执行国家、地方以及公司颁布的有关劳动管理、职工奖惩、工资福利、劳动安全卫生、社会保险等法律、法规和规章的情况进行监督。对违反法律、法规有关规定的，工会有权要求公司在一定的时间内纠正，对处理不当的，工会有权要求重新处理，必要时工会可以向有关部门反映。同时工会应当支持公司的合法生产经营，教育职工认真履行劳动合同，完成生产和工作任务。这样可以做到以人为本，共赢互利，使广大职工都能共享公司发展的成果。

### 3、推动公司的企业文化建设

众所周知，企业文化建设在公司的发展中有着重要的作用，工会协助公司对职工进行职业道德教育，组织职工学习科学文化知识，开展职业技术培训和岗位培训，组织职工开展有益于身心健康的文化体育活动，活跃职工的文化生活，推动

了公司企业文化建设工作。同时可以在工会的活动和工作过程中为公司的发展发现人才，推荐人才。

#### 4、关爱员工

为了体现公司的员工的关心，工会将代表公司搞好职工家庭的婚丧病困的慰问和探望工作。具体包括职工的婚礼，退休职工的探望，职工患较大疾病的探视和慰问，以及职工家庭的丧困慰问和补助等。通过这些工作，给员工一个家的感觉，有助于提高员工对公司的感情，并将其转换为工作的动力。

工会作为职工群众自愿结合的组织，不仅代表和维护职工的具体利益，而且作为公司的一个组成部门，有责任调动职工的积极性和责任感，为公司的发展贡献力量。简而言之，工会组织的目的就是：维护职工合法权益，共谋企业健康发展。

### 三、工会经费交纳及建议实施会费的收交方案

1、工会经费，是指工会依法取得并开展正常活动所需的费用。按《中华人民共和国工会法》，工会经费的主要来源是工会会员缴纳的会费和按每月全部职工工资总额的2%向工会拨交的经费这二项，其中2%工会经费是经费的最主要来源。工会会员缴纳的会费自然是属于其劳动力价值的一部分，工会经费是依照国家法律法规取得的，它的来源的合法性受国家法律保护，任何组织和个人不得干涉。（此部分公司已上缴，按照地区工会规定上缴部分在建立工会后会返还经费，比例按照地区工会要求进行返还）。

#### 2、建议实施会费的收交方案(此项会费不上交上级工会)

目前结合公司职工工资管理制度，建议工会会员应缴纳的会费采取岗位定额管理办法，会员每月应缴纳的定额如下：

1、公司领导及部门领导正职(包括项目)：10 元/月

2、部门领导副职(包括项目): 8元/月

3、一般职工: 5元/月

4、特殊人员可免交会费(如: 家庭贫困、离退休人员等)

#### 四、工会经费使用建议实施方案

1、根据公司实际, 组织开展开展生活生产竞赛活动, 活动实施方案包括: 1、赛成本, 降消耗; 2、赛产量, 夺第一; 3、赛质量, 创优质; 4、赛安全, 零事故; 5、赛纪律, 争先锋; 6、赛精神, 比贡献等为主题的劳动竞赛活动, 大力提升企业精神文明建设水平(具体实施办法待工会成立后由公司与基层工会协商)。

2、对于为企业做出贡献、民族团结工作表现突出、贫困员工等可举办送温暖系列活动, 对员工家庭生活进行适当补贴(具体实施办法待工会成立后由公司与基层工会协商)。

3、重大节日(例“劳动节”“国庆节”“肉孜节”“库尔邦节”“春节”“建厂日”等)可开展员工集体活动或发放补贴奖励等活动(具体实施办法待工会成立后由公司与基层工会协商)。

4、其他活动事项可由公司与工会协商后进行, 对于工会费用使用方面做到合理、公开、透明。

#### 五、工会工作岗位设立

成立xx公司工会, 预设以下工作岗位: 工会主席、工会副主席、组织委员、宣传委员、经费审查委员、女工委员、青年工作委员、工会小组长。(其中委员职责见附件1关于xx公司工会委员职责分工)。

## 六、工会成立20xx年工作初步思路措施

突破口，创新思路，大胆实践，为公司新一年腾飞作贡献。  
主要工作是：

2、组织学习好地区工会、阿克苏纺织工业城下发的文件精神；

4、深入了解企业员工生产生活中困难，针对困难制定解决方案；

5、协助企业做好员工安全生产生活问题，避免企业生产事故及生活矛盾产生；

6、协助企业解决在运营过程中存在的问题。

## 企业长跑活动方案设计篇三

### 主题活动1——银飙圣诞大抽奖

活动意义：将陈列的小型摩托车作为大奖送出，满足年轻一代追求新鲜、刺激的心理。配合活动主题“银圣诞 狂飚夜”。

满足年轻消费者希望中奖的虚荣心理，加深\_\_啤酒在消费者之中的印象。

于抽奖时间制造全场高潮，进而得到向受众集中传播品牌信息的机会。

地点：夜场门口、场内。

对象：所有购买\_\_啤酒的顾客。

具体形式：消费者每购买一打\_\_啤酒，马上赠送一张抽奖券。

消费者可在抽奖券写上姓名等资料，投入挂于门口圣诞树上的长筒袜子之中。

当晚十二点于舞池进行现场抽奖，将小型摩托车送出。

买\_\_啤酒越多，中奖机会越大。

## 主题活动2——疯狂飙啤

活动意义：推啤酒杯是美国特有的酒吧文化，突出美式圣诞的活动。

满足年轻消费者追求好玩刺激、喜欢挑战的心理，配合活动主题。

将活动移至夜场门口，增加\_\_品牌传播的宣传点。

奖品为购买\_\_啤酒的折扣券，能刺激\_\_啤酒的销售。

地点：夜场门口，大型圣诞陈列物旁

对象：每位入场的客人都可参加。

形式：在特制的长桌上推装满啤酒的啤酒杯，推到特定的区域，会得到特定的购买\_\_啤酒的折扣券。

具体规则：每次一位参赛者在长桌的一端推杯，酒杯装满啤酒。

长桌的另一端用颜色划分有三个中奖的区域，酒杯在哪个区域停下，参赛者将得到此区域相应的折扣券。、碰到长桌两边、或者由另一端滑落到承接区，都视作失败，不获得奖品。

### 主题活动3——飙盖有礼

活动意义：比赛开瓶盖的速度，配合“狂飙夜”的主题。

满足新一代年轻人新奇、好胜、挑战自我的心理。

地点：夜场内

有空间条件的夜场可以选定一个区域进行游戏，增加聚焦点，刺激现场气氛。

不具备空间条件的夜场，促销小姐可于客人买酒时进行游戏。

对象：购买\_\_啤酒的客户

具体形式：在20秒的时间内，用除开瓶器以外的任何方法开\_\_啤酒，能开多少瓶啤酒，夜场就立即送多少瓶啤酒。

### 主题活动4——冰极狂飙

活动意义：增加消费者接触\_\_啤酒的机会。

让消费者体验冰凉透心的\_\_啤酒，增加\_\_啤酒的美誉度。

地点：夜场内，促销小姐主动与客人进行游戏。

对象：所有顾客，特别是没有购买\_\_啤酒的顾客。

具体形式：在特定的时间内，一口气喝完一杯加了冰的\_\_啤酒，根据完成时间，赠送不同价值的礼品。每桌限玩一次。

3秒内完成，10元以上的奖品。

超过3秒，但于5秒内完成，5-6元的奖品。

超过5秒完成，3-4元的奖品。

## 企业长跑活动方案设计篇四

(1) 12月11日，举行全校冬季长跑动员大会，并以“学生跑操比赛”启动全校冬季长跑活动。

(2) 12月14日，各班班主任利用班会进行全班学生动员，并且组织学生填写《x中学学生冬季长跑活动记录卡》，安排长跑活动检查监督人员。

(3) 学校以做好学生冬季长跑活动为主题撰写致家长的信，向家长宣传长跑意义，争得家长的理解和支持。

### 阳光体育与全民健身同行

1、时间安排：根据教育部、国家体育总局、共青团中央共同决议要求，以及莱城区教育局的具体安排，结合我校实际确定学生冬季长跑时间为20xx年12月至20xx年4四月，共计5个月。

2、组织形式：因学校场地和学生在校时间所限，本次长跑活动要求全体学生利用每天早晨上学以前的时间或上学路上进行长跑，具体要求如下：

(1) 从12月14日开始，全体学生禁止骑车上学。

(2) 居住地距x中学不足1.5千米的学生必须在家长的协助下选择长跑训练路线完成训练任务；居住地距x中学满1.5千米的学生应采用跑步上学的形式进行训练。

(3) 学生训练时间的安排，由学生根据训练路线用时的长短进行安排，要确保学生在7：30左右来到学校进行正常的学习和班务整理。

(4) 学生双休日、节假日期间应自觉坚持进行长跑训练，全体班主任要协助做好学生家长的监督工作。

(5) 全体学生在结束长跑时要确保累计长跑距离达20万米以上。

(6) 全体教师同时参考学生长跑计划，拿出自身的锻炼计划。

(7) 长跑期间全体师生要加强安全意识，遵守交通规则，在保证安全的前提下完成长跑任务。

### 1、活动的监督：

为确保学生长跑质量，养成自觉长跑的习惯，各级部、各班主任应协同家长共同做好此次活动的监督工作，建议采用以下监督方式实施监督：

(1) 班级成立学生监督小组：监督小组坚持每天开展检查活动，具体检查项目如下：

a□在校门口或学生自己设定的跑操路线上对学生进行检查。

b□通过电话等形式回访家长，确定学生确实严格按照要求进行长跑活动。

c□检查学生有无骑自行车上学现象，坚决禁止学生在长跑活动期间骑自行车上学，特别注意学生有无把自行车停放在校外周边地区的现象。

(2) 做好家长的监督工作：

节假日、双休日等学生校外活动期间，学生必须自觉进行长跑锻炼，各班级一定要在学生离校前将《x中学学生冬季长跑监督评价卡》发给学生，要求学生家长在“学生长跑情况监

督记录”中填写评价意见，学生返校时要将监督卡及时带回，各班级要及时做好家长意见的整理和回访工作。

## 2、活动的评价：

(1) 各班要坚持每周一总结每月一评价制度，每周班会要对上一周学生长跑情况做总结，问题及时记录在《□x中学学生冬季长跑监督评价卡》上，每月月末各班级要做好长跑活动的系统总结工作，将结果填写在《□x中学学生冬季长跑监督评价卡》上，整个冬季长跑活动结束后，要对学生参加长跑情况做出全面评价。

(2) 将学生评价结果作为学生素质评价“体育与健康”维度中的重要指标列入学生综合素质评价。

(3) 活动结束后，学校要对这项活动进行专题总结，对活动中涌现出的先进班级和个人进行表彰奖励。

(4) 学校将不定期开展各种抽查活动，结果用于评价级部和班级。抽查内容如下：

a□抽查各班对学生长跑活动的监督检查记录。

b□抽查各级部学生监督评价卡。

c□检查学生骑自行车上学现象和在校外乱放自行车现象。

## 企业长跑活动方案设计篇五

冬季是开展群众性体育运动，锻炼身体的大好季节。开展冬季长跑锻炼既能增强学生的体质，又能磨炼学生的意志，增强抗寒能力，是提高学生体质健康水平特别是耐力素质水平最行之有效的手段。它对提高学生的综合素质也是具有十分重要的意义。为此：我校将开展“阳光体育与祖国同行”为

主题的冬季长跑活动。特制订如下活动方案：

以《教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展阳光体育冬季长跑活动的通知》为指导，通过开展冬季长跑运动，磨练我校学生的意志品质，培养学生良好的锻炼习惯，提高学生的身体素质，把我校学生阳光体育运动引向深入。

阳光体育与祖国同行，青春活力与我同在

以四、五、六年级学生为主（每天1000米），一至三年级学生减量执行。

20xx年xx月xx日至20xx年xx月xx日。（每天课间操后进行）

1、一至六年级学生在法定工作日每天学校组织学生完成跑步里程，班主任副班主任做好监督。

2、五、六年级学生节假日和寒假由学生父、母陪同自觉坚持长跑，记录必须由家长在体育家庭作业本签字。

一、二年级：上午进行五、六年级：下午进行

上午：

一年级站足球场（每班站四路纵队，一一班、一二班、一三班、一四班，跑田径场跑道，每队每人踩白线跑）一五班、一六班（站两路纵队跑足球场，踩白线）

二年级站篮球场（每班站两路纵队，每班左边空三个红色点，跑篮球场，班与班顺时针循环沿点跑）

下午：

五六年级站足球场（每班站四路纵队，六一班、六二班、六

## 三班

五一班，跑田径场跑道，每队每人踩白线跑）五二班、五三班、五四班（站路纵队跑足球场，踩白线绕球门跑）

三四年级站篮球场（每班两路纵队，每班左边空一个红色点，跑篮球场，班与班顺时针循环沿点跑）

听音乐和口令员的调度按次序一班接一班回教室。

## 九、组织机构

### 1、领导小组：

组长□xxx

副组长□xxx

组员：体育组、各班的班主任

### 2、实施小组：

组员：体育教师、各班班主任及任课教师

### 3、活动联系人：体育老师

校长负责、监督全盘活动；体育组制定活动计划，记录学生活动情况，监督活动具体实施情况；德育处配合监督检查，各班活动做到每天一检查，每周一公布；教导处负责协调工作与监督工作；各班主任、科任教师，带领、管理本班学生，积极参与活动。

1、跑步前，班主任强调安全，尤其强调系好鞋带。

2、各班主任在前面带跑，副班主任跟后跑，尽量防止安全事

故的发生。

3、运动量要做到由小逐步加大，因病因伤不适合跑步的学生一定要立即停止，以免病情加重。

4、各班主任每天进行跑步之前一定要检查本班是否有学生不适合进行跑步，如果有必须班主任另外安排活动。

1、长跑活动结束时间为□20xx年xx月进行总结，对活动长跑开展好的班级进行班级管理组织奖。