

2023年登山活动方案(实用5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。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。下面是小编精心整理的方案策划范文，欢迎阅读与收藏。

登山活动方案篇一

上午9点在石门涧集合。比赛开始前，参赛人员列好队以后由行政部安排人员对队员的进行登记并发牌号，（摄影师负责登山前摄影活动）听到比赛开始的命以后，参赛人员开始比赛，男子组先爬，女子组后爬。登上“山顶”以后到裁判员处报到，由裁判员做好名词和时间登记，比赛结束后统一组织下山。

登山活动方案篇二

团员青年登山比赛活动方案

为丰富公司团员青年文体娱乐活动，提高身体素质，营造健康向上的企业文化氛围，根据2008年文体活动工作安排意见，拟于2008年5月9日组织一次爬山竞赛活动，具体方案如下：

一、指导思想和目的以迎接北京2008奥运会为契机，以增强团员青年团队意识、协作意识、大局意识，提高身体素质，增强体质，营造健康向上的企业文化氛围为目的，进一步增强队伍凝聚力，全面促进公司企业文化和精神文明建设全面发展。

二、竞赛内容、时间和地点

（一）内容：

爬山竞赛：竞赛共分3个组，每组以本团体人员首先全部到达山顶为团体第一名。各参赛队员以先后到达终点为序，取前六名，设一等奖一名，二等奖两名，三等奖三名。

（二）活动时间及地点：

1、时间：2008年5月9日，新区上午8：00，在公司门口集合；老区上午8：30在主席像西南角集合。过时不候。

2、地点： 牟山

三、参加人员

公司团员青年及部分劳模参加，名单附后。

四、登山后活动安排

以各队为单位，参加系列文娱活动。

1、寻宝；规则：先准备好“宝物”（即字条上编号），然后把宝物分布在各个隐蔽的地方，接着，各寻宝者在登山途中开始寻找宝物，到达目的地后，由主持人进行兑奖，主持人根据相应编号所对应的获奖内容给宝物主人进行兑奖。比如：唱歌一首，奖励水杯一只。

2、猜谜语；规则：主持人出谜语，队员猜，猜对者领取奖品。

出发，最先到达终点的队就算获胜。

4、对歌；赛歌曲目：《没有共产党就没有新中国》、《咱们工人有力量》、《团结就是力量》、《真心英雄》。

五、活动流程

- 1、赵国龙就本次活动致词，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，团体第1名；及个人一、二、三名。
- 3、主持人宣布名次，由评委会成员为获奖的选手颁奖
- 4、开展系列文娱活动。
- 5、李建设作总结发言，活动结束。

六、组织领导

本次活动由李建设任总指挥，赵国龙、郭宏亮任副总指挥。下设竞赛评比、管理保障两个小组。

（一）活动筹备组

组长：郭宏亮

成员：王梅霞、陈国滨、卢卫生、宫正军、王秋生、徐东方、王敏、姬军民、田华、王军凤

主要任务：

- 1、姬军民、王军凤、王敏负责活动的文字材料、人员通知及氛围宣传。
- 2、卢卫生、王秋生负责参加活动人员的协调车辆，行政管理，安全保卫工作；
- 3、王梅霞、宫正军、徐东方负责后勤保障供给，安排就餐、购买奖品；
- 4、陈国滨、田华负责卫生急救保障，携带医药箱、急救包等

做好医疗救护工作。

（二）竞赛评比组

组长：李建设

成员：赵国龙、郭宏亮、刘英杰

主要任务：评定竞赛情况。

登山比赛活动时间安排

2008年5月9日

1、上午8：00，新区队员公司门口集合乘车前往目的地，约

8：30分途经老区主席像西南角接老区队员，上午9：00

到达目的地——牟山脚下。

布比赛结果，并颁奖。

8、9、11：30分文娱活动结束，李建设总书记作总结发言。

11：40分，午餐

10、餐后自由活动至1：30分，下山。

11、下午2：30分，山脚下准时集合，列队上车返回，活动结

束。

名，设一等奖一名，二等奖两名，三等奖三名。（途中参加“寻宝”大比拼，文娱活动结束后，找主持人兑奖）。

登山活动方案篇三

为展示团员青年的精神风貌，提高青年团员的身体素质，培养团队协作意识，12月13日，机电安装公司团支部组织深圳地区全体团员、青年开展了以“凝聚团员智慧，提高团队意识，增强支部活力”为主题的登山活动。

在分公司党政工大力支持下，团支部本着既不影响生产，又要保证效果；既要活动内容丰富，又要成本节约的原则制定了活动方案。活动当天，深圳地区团员由各个工区专人带队，统一在梧桐山脚下集合。在爬山的过程中，带队的高举中国中铁的旗帜，引领大家；在队伍的中间，有人前呼后应，起到了很好的协调作用。在队伍的后面，鼓励、督促后面的同志不要掉队，保证了队伍的完整性。在休息时，团支部委员给大家讲解了团的相关知识，增加了大家对团的认识。随后还组织大家猜谜语等趣味活动，活跃了活动气氛，凝聚了团队智慧。

整个活动都一直有序进行，在准备登山时，队伍保持队列队形，并进行安全、登山注意事项的学习；在登山过程中，大家相互提醒，互相帮助，主动背运食物。在“好汉坡”活动结束后，主动清扫散落在地上的垃圾；在准备回程时，乘坐公共汽车主动排队。良好的团队意识得到其他团队和社会群众的赞许，说我们是有组织、有纪律的团队。使我们更能够把旗帜高高举起，可以更骄傲的说：我们是共青团员，我们是“中铁人”，我们是“中隧人”。

本次活动展示了机电安装公司团员青年的良好精神风貌，发扬了“中隧人”敢于吃苦、不怕困难、勇攀高峰、勇于跨越、追求卓越的风采。团员青年纷纷表示：一定会把这种精神带到工作中去，转变工作作风，立足本职岗位，发扬团员青年勇于创新、团结协作的精神，为机电公司的发展壮大做出应有的贡献。

【范例】-----

在“让天空永远湛蓝 让绿荫拥护家园”的精神鼓舞下，我园团支部将组织全体团员开展冬季环保登山活动。此次活动旨在饱览家乡大好河山的同时培养全体成员的环保意识——保护小环境，爱护大地球。

活动口号：让天空永远湛蓝 让绿荫拥护家园

活动对象：团支部全体成员

活动时间：12月20日（星期日）

上午：9:00-----10:00

活动地点：锡惠公园

活动方法：

- 1、所有团支部成员9:00在门口集中，分成三小组后，在组长带领下集体行动。（分组情况见附录）
- 2、帮助工作人员清理登山时沿途的垃圾。
- 3、佩戴“青年志愿者”飘带。

活动准备：环保塑料手套、塑料口袋人手一份

“青年志愿者”飘带若干

【范例】--

阳春三月，春意盎然。为丰富我校教职工的课余生活，促进教师之间的交流，增进教职工之间的友谊，凸现我校教职工的凝聚力，展现胡小女教师昂扬向上的精神风貌。经研究，

决定开展庆三八教工登山活动，现将具体方案布置如下：

一、活动主题：相聚九龙湾，畅享春之曲

二、活动口号：登山踏春，展现魅力

三、活动时间：3月7日上午8点30

四、参加人员：全体教职工（包括分校）

五、活动地点：九龙湾乡村家园

六、具体方案

1、活动安排：

（1）8：20——在十八湾绿化公司前集合（各工会小组长召集）

（2）8：25——校领导作动员讲话（季校长）

（3）8：30——10：00登山

（4）10：10——11：10稍事休息，欣赏家乡美景，原路返回

（5）11：30——午餐

2、工作人员：

活动总指挥：季福根

起点负责：徐益红

终点裁判：章剑峰

宣传策划：周卓贤

奖品分发：吴玉芳、朱小冬

安全保障：冯春兴、男教师义工团

后勤服务：秦伟新、吴惠明、童国柱

摄影摄像：盛

一军（“影想”团部分成员）

医护、车辆：胡埭医院医生、侯旭东

3、奖励办法：

（1）以到达终点先后，拿到红、黄、蓝旗帜分别评出一等奖3名，二等奖5名，三等奖12名，并给予一定的奖励。

（2）所有完成登山活动的女教工均可在终点处领取精美纪念品一份，不得代领。

七、几点说明：

1、请全体男教师发扬绅士风度，热忱为参加活动的女教师做给各项服务工作。

2、本次活动为集体活动，原则上人人参与，不带家属。如遇特殊情况不能参加，请到季校长处请假。

3、午餐由各工会小组自行安排，学校会酌情给予一定的补贴。

4、未尽事宜，敬请原谅。

八、准备工作：

- 1、主题活动横幅一条、数字1至5的旗帜各一面。
- 2、购置活动奖品和纪念品。

九、温馨提示：

- 1、体弱教师请带好必备药品并适当注意运动量。
- 2、山顶气温低，注意防寒，请尽可能穿宽松衣服和运动鞋。
- 3、登山前做热身运动，特别是踝和膝关节要活动开。
- 4、留下可爱倩影的同时，请保护好自己带的相机和其他贵重物品。
- 5、活动中做文明游客，不乱丢烟头和垃圾，做好环保工作。
- 6、登山途中带的茶水，适量就好。
- 7、如遇下雨则改期进行。
- 8、请各工会组长把上述提示告诉各组员。

登山活动方案篇四

3月7日，12：00开始比赛。

（略）

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。

全体乡干部。

- 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。

人员安排：

- 1、总指挥：，。
- 2、登山起点负责人：(发令)。
- 3、登山终点负责人：(终点记录)
- 4、安全负责人：。
- 5、医护负责人：(备药品)。
- 6、后勤保障：(备矿泉水)。
- 7、摄影宣传：摄影。

- 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。

登山活动方案篇五

寒假期间，为了缓解同学们学习压力，鼓励同学们亲近自然，增强体质。文香学堂黄山分中心计划于2012年1月12日举行团体登山比赛活动。本次活动原则“自愿参与、团结友爱、平

等竞争”。

一、活动详细安排

1、活动时间：2012年1月12日上午9：00

2、活动地点：孙王阁（黄山学校向东约1000米，距东方家园3500米，登山全程时间约8分钟）

3、活动发起人：文香学堂黄山分中心

4、活动安排：参加活动的学生早上9：00在东方家园教学点处集合，清点人数完毕9：20准时乘大巴出发，然后由老师组织带领大家上山，登山前由老师统一给大家派发纪念品（帽子，队旗）。

5、着装要求：宜穿宽松的运动衣服（不宜穿牛仔裤）、登山鞋

6、活动人数：以小组形式进行比赛。每组5-6人，组数不限，每位学生可带3-5名同学朋友一起参加。

7、活动备注：本次活动不收取任何费用；饮用水由文香学堂提供，其他用品学生自备，活动期间注意安全，不要脱离团队。

二、活动名次与奖励

1、团体奖。设一、二、三等奖，并给予奖励。

2、个人奖。最佳表现奖，鼓励奖，互助奖。

3、计时。获奖标准要求团体内所有队员都同时到达。

三、比赛要求

1]所有参赛学生必须要求身体健康；由于身体原因不能参加者可作啦啦队，为参赛团队加油、打气。

2、所有参赛学生要服从老师的统一组织和安排，准时到达集合地点。

3、所有参赛的队员佩带的帽子、队旗由文香学堂统一制作。

4、各组队员可自己设计本组的标语和口号。

四、注意事项

1、这次寒假爬山比赛活动参加比赛人数年龄较小、有一定的难度，因此，参与老师周密安排，精心组织，既要保证活动的正常进行，又要保证安全。

2、登山途中如有任何不适要及时与随队的医护人员说明。

3、老师各任务分配要按照任务的分配责任到人，确保活动的圆满完成。

4、身体状况不佳，或心脏病等疾病者不可参与活动比赛。

欢迎家长参与活动，作为啦啦队为孩子们加油！

“文香学堂”杯登山赛组委会

联系人：徐老师电话：2331619

家长签字：