

# 公司团建爬山心得体会总结(大全7篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 公司团建爬山心得体会总结篇一

时值全年工作已过大半，作为一线项目上的.各位员工非常辛苦，也为了缓解员工工作压力，同时为了增进员工之间相互交流、沟通了解、积极向上的企业文化为目的，特意组织了这次团建活动。

10月29日（18:00）-10月30日

xxx工程部全体员工

罗田三里畈温泉度假村

- 1、路线安排：葛店-罗田三里畈温泉度假村（自驾）
- 2、路线安排：鄂州-罗田三里畈温泉度假村（自驾）

自驾车

- 1、鄂州出发：鄂黄大桥—黄冈—总路咀—三里畈镇温泉村。

服务设施：景区内停车场

行程时间：

第一天：10月29日（18:00）

行驶路线：葛店海逸长洲工程部-罗田三里畈度假村

行驶距离：葛店-罗田三里畈全程93.5公里，车程1小时18分；

19:30分到达罗田三里畈

19:40分到达罗田三里畈附近饭点就餐

20:30分到达温泉度假村泡温泉

23:30分后可入住酒店休息。

10月30日(周六)行程大家可以自行安排。

## 公司团建爬山心得体会总结篇二

为营造健康向上的企业文化，打造一个团结、朝气、高效的团队，增加每位员工的归属感，进一步促进员工之间的沟通。

绿道骑游烧烤

20xx年xx月xx日早上9:00下午4:00

XXX

公司全体员工自愿报名参加

- 1、绿道骑游
- 2、农家乐自助烧烤
- 3、自由活动
- 4、聚餐（暂定）

参加人员自备自行车（无自行车员工可到起点租用，租车费用自行负责）。

aa制100元/人

1、人员组织、费用收取：

2、场地、聚餐预订：

3、食材购买：

7：30食材购买人员准时到美好家园门口集合，购买食材；

9：00全体参加人员于交易中心集合。

9：10出发。

9：40到绿道入口处等候（需要租车同事可租用自行车）。

9：50从绿道入口开始骑游沿途可观赏绿道风景，领略夏日春景，感受大自然魅力。

10：30到达烧烤农家乐。

10：35全体开始准备烧烤食材（男士生火，女士洗切菜品）；

11：00开始自助烧烤。

16：00集合拍照留念，原路返回。

17：30（暂定）聚餐1、火锅2、连锅。

19：30结束愉快的行程。

1、此次活动为户外运动，请参与人员务必准备合适服装（以

休闲、运动为) 相机以及必要的用品。

2、绿道、农家乐植物较多，请准备好防蚊用品。

3、必须严格遵守时间规定，并准时到达集合点。

## 公司团建爬山心得体会总结篇三

1、活动名称：待定

2、活动目的：总结过去，展望未来，放松心情，快乐pk[]让员工在比赛中增进团队凝聚力，在游戏中增进沟通与协调。

3、活动时间[] 20xx年xx月xx日xx时

4、活动地点：暂定（可考虑公司厂区搭建大舞台）

5、主办部门：行政人资部

6、协办部门：公司其他部门

7、参加人员：开达公司全体员工及客户组

8、相关工作人员：策划，总指挥，主持人，礼仪，拍照及回放制作[]dj[]后勤等。 活动内容：

1、舞台及拱门：活动地点如放到公司厂区，需搭建舞台。舞台可外租或公司购买物料搭建。

2、舞台背景墙及条幅：品牌部制作。

3、桌椅：培训室桌椅。

4、感恩卡：品牌部安排制作。

5、奖品及顾问组礼品：提前购买，奖品需定出金额预算。

1、策划及准备期（12月1日到12月10日）：

本阶段主要完成宣传、节目收集、相关岗位人员确定等。

1) 节目收集：由节目负责人负责。采取各个部门或外来条件提供节目渠道。确定主持人。

2) 前期宣传：由宣传负责人负责。海报设计及张贴、横幅。

2、协调及进展期（12月11日x12月20日）：本阶段主要完成节目排练确定、中期宣传、舞台物料等确定、物品购买。

1) 节目初期排练确定：由节目负责人负责，导演监督，地点暂定各部门选取优秀节目，并进行排练。

2) 舞台确定：由宣传负责人负责。（请结合节目组舞台要求，联系相关公司）

4) 物品购买及礼仪小姐确定：由礼仪负责人负责（物品需要情况征求各部）

3、倒计时期（12月24日x12月29日）

本阶段主要完成晚会全过程确定（包括节目单确定）、第一次彩排、末期宣传、领导邀请、场地确定、证件制作、费用收集。

1) 活动全过程确定及彩排：由节目负责人负责。节目单确定交由各部门，加紧排练节目。并进行第一次彩排，时间暂定12月25日，地点暂定。

2) 末期宣传：宣传负责人负责。宣传单（抽奖券和节目单）

设计、发放及晚会当日抽奖券的收集。

3) 领导邀请、相关证件制作、场地确定：由礼仪负责人负责。

4) 费用收集：由总指挥负责。务必收正规票据，若此期无法收齐务必于活动结束后2天内收齐。

(1) 为演员或表演嘉宾分发小礼品

(2) 费用处理

(3) 书面总结

□4□vcd制作及网络、宣传窗宣传

xxx/xxx

详见（附录1）

详见（附录2）

详见（附录3）

详见（附录4）

详见（附录5）

## 公司团建爬山心得体会总结篇四

体现公司“人本主义”，增加员工归属感；丰富员工思想及生活，增加交流沟通及合作能力。

1人力资源部在员工生日当天早上10：00以前，以公司名义发送贺卡或e-mail祝贺员工生日。

2根据员工人数2-3个月定期举行员工集体生日活动(具体活动详见方案，员工可以根据自己的选择来确定生日活动的内容，特殊说明的是如参加生日公益活动的员工将能够获得公司1天的带薪假期)。

3每月5日前人力资源部将在公司食堂公布当月“寿星榜”(生日员工名单)。

员工生日活动共分为户外室内及公益活动三种：

一户外活动：

1员工生日活动方案之户外系列一：郊游

主题：员工集体生日会

目的：增强员工归属感，丰富员工生活，增进各部门员工沟通了解

地点：农家乐等

参加人数：40人左右(可1-3个月过生日员工合并一起做)

具体内容：

进行爬山或打牌等休闲游戏比赛，给获奖队伍颁奖？

2员工生日活动方案之户外系列二：定向运动

主题：精诚合作，团队至上

目的：锻炼员工吃苦耐劳的精神

加强沟通理解，体现团队凝聚力，提升员工间的协作精神

具体内容：

分组进行定向运动拓展运动或找宝藏等活动给获奖队伍颁奖？

二室内活动

1员工生日活动方案之室内活动系列一：趣味运动比赛

主题：

生命源于运动，运动给工作活力

目的：

通过运动体现竞争与协作的意识以及增强员工身体素质

方式：员工之间的双人羽毛球比赛双人乒乓球赛或趣味体育项目（备注：也可与其他相关业务公司联谊搞活动，一方面节省费用，另一方面增加员工社会交往）

地点：体育中心等

具体内容：

全部人都参加比赛，优胜劣汰

给获奖队伍颁奖？

2员工生日活动方案之室内活动系列二：出色电影生活

主题：电影丰富我们的生活

目的：放松精神，丰富员工生活，通过看电影增加员工交流

方式：看电影

地点：电影院

参加人数：10人左右(可1-3个月过生日员工合并一起做)

费用：50元/人(其中20元含午餐)

总费用：500元

具体内容：

1全部人都参加比赛，优胜劣汰

2给获奖队伍颁奖

三公益活动

1公员工生日公益活动系列一：生日爱心奉献之旅

主题：的幸福是为他人的奉献!在感谢生命的同时，感谢和帮助他人!

目的：

1激发员工的社会责任感

2树立员工良好道德观和价值观

3回馈社会，塑造公司良好的社会形象

方式：慰问儿童福利院或残疾人协会或是期望小学，给他们捐款捐物或做些力所能及的工作。

地点：福利院或相关机构

参加人数：20人左右

奖励：将能够获得公司1天的带薪假期

2员工生日公益活动系列二：保护自然，珍惜家园

主题：建设我们的家园

目的：

1激发员工的社会责任感

2树立员工爱护环境，珍惜资源，减少浪费的意识

2回馈社会，塑造公司良好的社会形象

方式：到山林进行义务植树活动

地点：根据联系情况决定

奖励：将能够获得公司1天的带薪假期

## 公司团建爬山心得体会总结篇五

通过中秋节的促销活动及广告宣传来聚集人气，拉动消费，以增加销售收入和利润额为目的，另一方面在消费者中留下较好的印象，加强消费者和企业员工对xx餐厅的信心，增强品牌知名度和佳誉度，影响消费者品牌忠诚。

“月满中秋夜，天涯共此时”□xx餐厅助您亲情连通。

具体时间待定。

(1) 专设一个灯谜区，在活动现场悬挂有谜语的五彩灯（红灯）笼。所有灯谜均不分难度，只要猜中者皆能获得x元的消费优惠券。

(2) 灯谜可在活动期间，每天陈列x个，中秋节时陈列x个。

(3) 灯谜牌为木刻小牌，大小和护身符差不多，外型古朴，具收藏价值。一面为xx餐厅标志，一面为灯谜，如宾客猜中，可取下送至领奖处，而灯谜牌则用红色香包包好送给宾客。  
(香包外同样印有xx标志)

(1) 制作一个x米直径的月饼，摆放在大厅内做宣传，在八月十五当天给现场宾客每人大派送。

(2) 准备相机及打印机，如有宾客想与巨型月饼或主题布置区域合影可以提供服务。消费x元以上的宾客免费合影，其它宾客每人每次收费x元。

(3) 提前联系巨型月饼的制作，如本餐厅制作不了，可以联系外地，以此做为宣传卖点。

(4) 巨型月饼要取一个吉祥的名字，具体名称可向社会征集，由报纸进行炒作。确定采用者可以获得由xx餐厅提供的八月十五团圆宴一桌，价值x元。

(5) 八月十五晚x点以后，在餐厅消费的宾客均可参加巨型月饼品赏活动。由餐厅高管、员工及嘉宾共同举行切饼仪式，统一送至顾客手中。切饼嘉宾还可等到一份荣耀，将自己切好的饼，亲自送到家人朋友手中，表达自己深深情意。

(1) 在餐饮大厅内设置一个中秋主题区，以月亮、兔子、嫦娥、吴刚、桂树等为主题来布置，制作材料为泡沫等物品，用礼宾栏围起来，不可靠近。

(2) 在大厅的装饰用桂树上悬挂平安符，象征平安、团圆、宝贵。平安符为红色丝绸与小木牌，制作新颖，各具特色。凡在餐饮消费的宾客均可选取一个自己喜欢的平安符，送给

家人朋友，祝福平安、幸福。

(3) 平安符每桌送一个，如有需要，可售x元一个。

(1) 由厨师长推出八月十五全家福团圆宴套餐菜单，从x元—x元不等（可根据餐厅实际情况而定）。

(2) 凡活动期间在餐饮预定x元以下团圆宴套餐的宾客均免费赠送果盘一份，在餐厅内免费与布景合影，免费猜灯谜。

(3) 活动期间在餐饮预定x元以上团圆宴套餐的宾客均免费赠送豪华果盘一份□x月饼礼盒一份，在餐厅内免费与布景合影，免费猜灯谜。

(4) 活动期间在餐饮预定x元以上团圆宴套餐的宾客均免费赠送豪华果盘一份、豪华x月饼礼盒一份，在餐厅内免费与布景合影，免费猜灯谜，可亲手书写祈福孔明灯一个。

(1) 由厨师长推出八月十五情侣宴套餐菜单，从x元—x元不等（可根据餐厅实际情况而定）。

(2) 预定情侣宴套餐的宾客均免费赠送果盘一份，在餐厅内免费与布景合影，免费猜灯谜。

## 公司团建爬山心得体会总结篇六

(1) 帮助参加者认识自我，激发个人潜能，客观地进行自我定位；

(3) 采取有效的改善人际关系，学会关心、激励、相互信任；

(4) 使大家融洽的与他人及群体合作，达到团体一致性，并形成团队成员间配合默契，形成积极向上、团结互助的团队气氛。

- (1) 主要以拓展游戏游玩为主，环境要相对干净，清爽；
- (2) 吃饭的标准都是300—500元/桌(十菜一汤)；
- (3) 住宿采取的是标间1.2米的床；
- (4) 基础的拓展游戏道具(如墙、背摔台等)；
- (5) 会议室(有投影仪、话筒、音响等设备)；

## day1——

- (1) 09:00——所有人去到基地集合；
- (2) 09:00—10:00——放东西，换衣服，军姿集合列队，破冰热身；
- (3) 10:00—12:00——游戏拓展、队内宣誓、餐前训；
- (4) 12:00—13:30——午餐时间，稍作休整；
- (5) 13:30—14:30——军训拉练，入营篇；
- (6) 14:30—17:00——游戏拓展，团队展示；
- (7) 17:00—18:00——晚餐。稍作休整；(8) 晚上——篝火晚会；

## day2——

- (1) 08:00—08:30，起床吃早餐；
- (2) 08:30—10:30，做热身游戏，破冰分组；
- (3) 10:30—12:00，神笔马良；

(4) 12: 00—13: 30, 午餐时间, 稍作休息;

(5) 13: 30—17: 00, 主体团建: 部落战争;

(6) 17: 00—18: 30;晚餐+休整

### day3——

(1) 08: 00—08: 30, 起床吃早餐;

(2) 08: 30—10: 30, 做热身游戏, 破冰分组;

(3) 10:30—12: 00, 景区定向活动;

(4) 12: 00—13: 30, 午餐时间, 稍作休息;

(5) 13: 30—16:00, 拓展团建游戏, 合影留念;

(6) 16: 00, 开始返回自己温馨的家

### 举例说明:

(1) 神笔马良

#### a□游戏玩法——

在地上放一张一平米大的纸。所有队员拉绳子的'末端, 不得接触毛笔, 按照教练的要求完成指定的任务。最快完成的为获胜。教练也可以根据字的美观度来打分。

#### b□游戏目的——

1. 加强团队精神。

2. 培养团队配合协作能力。

3. 感受团队配合协作中，各成员之间的沟通方式与行为方式的变化及所需要的调整。

4. 提升团队士气，激发饱满的激情

## (2) 毕业墙

### a□游戏玩法——

全队所有成员在规定的时间内翻越一面高4.2米的光滑墙面，在此过程中，大家不能借助任何外界的工具，包括：衣服、皮带、绳子等。所能用的资源只有每个人的身体。

### b□游戏目的——

- 1、增强团队凝聚力
- 2、加强团队服从与奉献的精神；
- 3、促进团队沟通，增加团队协作能力

## (3) 真人cs

### a□游戏玩法——

把军队实战对抗训练系统转为民用的仿真系统，同时借鉴了cs网络游戏的场景设计和游戏规则，是一种独特的极度紧张而又充满娱乐性的对抗寓教于乐的培训项目。通过角色的扮演和团队协作，在体验快乐的同时达到健康休闲、团队建设目的。

### b□游戏目的——

- 1、克服心理惰性，完善性格结构，磨炼战胜困难的意志。

2、调适身心、不浮躁、不颓废，更好的面对工作与生活的挑战和压力。

3、认识群体的作用，增进对集体的参与意识和责任心。

(1)活动策划费用、筹划费用、对接费用等；

(2)主训教练12年从业、助教2名，方案策划、场地踩点等；

(3)拓展基地场地使用费；

(4)来回大巴车辆接送、含司机午餐及过路费；

(5)香槟、横幅、摄影摄像、备用医疗辅助设备、无限量饮用水；

(6)餐费+住宿费；

(7)其他需要实际支付的费用；

(1)分享；

(2)香槟庆祝；

(3)拍照留念；

(4)快乐返程；

## 公司团建爬山心得体会总结篇七

活动主题：

“促团结、增友谊”

考虑到xx月份天气寒冷，不便开展大型室外活动，为了增进

部门员工之间的沟通，缩短领导与员工之间的距离，提供一个良好的沟通平台，拟定于二0xx年xx月xx日下午六点至晚九点在公司多功能厅举办“促团结、增友谊”酒会活动。

自助晚餐、酒会及舞会、精彩演出、抽奖、游戏秀等。

提供生啤、红酒、饮料、各类食品等，食品种类约9种，

酒水包括：生啤酒、长城红酒等。

饮料包括：可乐(冷、热)、雪碧、露露(冷、热)等。

精彩演出：邀请物业公司高翔配合处理好背景音乐，向部门内部员工进行预约节目；

邀请人员：公司高层以及各部门负责人，以发放请柬的形式进行邀请。

会场四处汽球、彩带、彩丝等饰品，装饰出热烈、欢快、团结的气氛，舞台背景周边用汽球装饰，中心部位印制横幅，反映主题思想，装饰点缀体现出团结的氛围。(物价详见后附清单)

邀请对象除部门高层领导外，还邀请各部门负责人，邀请函设计制作了精美的邀请卡，上面文字内容详细介绍活动的'内容与特色以及目的，吸引来宾参加的积极性。

公司高层领导由其秘书送达，各部门负责人由专人送达，并确认宾客是否能参加，以确定最后的人数便于安排。