

2023年公司拓展活动的目的和意义 公司 团队拓展训练活动策划方案(优秀5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为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。

公司拓展活动的目的和意义篇一

20xx年x月x日下午15:00——17:00。

篮球场。

通过几个游戏，让员工互相认识，增加团队的沟通能力和团队协作能力，使员工能够在训练中体会团队的重要性。

破冰(30min)

(1)按照报数将所有员工分为x组，每组排成一排，从第一个人开始自我介绍，第二个人要先介绍第一个人再自我介绍，以此类推，说错即重新开始。哪组最先介绍完则赢。

团队拓展活动方案四人三足(30min)

(1)小组赛：每个大组先组内比赛，分为x组，时间最短的组获胜进入决赛。

(2) 决赛：通过小组赛的小组以绑足的方式行进一个来回，时间最短的为最终冠军。

(3)输的队伍要接受惩罚：对赢的队伍说：你真棒！赢的队伍则回答：小意思啦！

石头剪刀布 (30min)

每组派出一个人与另一组猜拳，赢的人要迅速抓住输的人，被抓住就淘汰换下一个人，哪组最先被淘汰完所有组员，哪组就输。两两pk最后赢得队伍获胜，输的队伍每个组员做俯卧撑xx个。

滚珠子 (30min)

每组队员各拿一节水管剖面，裁判扔下一颗珠子，以接力的方式将珠子滚到桶里，用时最短的队伍获胜。

报数(40min)这个游戏可以替换成“石头剪刀布”

此游戏有两个规则：1. 一切服从裁判。2. 如有不服，请参照第一条。

(1) 1, 3组合为一组，2, 4组合为一组。

(2) 每组自愿(一定要自愿)选出一名队长。

(3) 每组按照顺序开始报数，1, 2, 1, 2... 所有人报完之后报1的人向左跨一步，报2的人向右跨一步，时间最长的一组队长需要接受惩罚：俯卧撑xx个。

(3) 第二次报数，输的队长需做xx个俯卧撑，第三次xx个，第四次xx个，以此类推。

在游戏中，不允许任何人代替队长受罚，必须是队长受罚。这个游戏告诉员工，在工作中，员工的任何一点点小小的失误，承担责任的永远是领导。所以员工在日常工作中需恪尽职守，勇于承担。

抬单杠(可以用木条，报纸卷成的长条代替)(30min)——备选

每组分成两队，相向站立，伸出食指，将单杠放在食指上，保持单杠平衡并且每个人的食指都不能离开单杠，将单杠由胸前慢慢下移至膝盖。时间最短的队获胜。这个游戏主要考验大家的团队协作能力，游戏成功的诀窍是每个人的动作都要一致。

红与黑：——备选 游戏规则：

(1) 两队均选红，各得1分。均选黑，各减1分。

(2) 一队选红、一队选黑，选红者减3分，选黑者加3分。

(3) 第9 与第10 轮选择，得分乘3 后计入总分。得分最高的队获胜

(4) 沟通：两队在第四轮选择后，征得双方同意，可进行第一次沟通，双方各派一名代表外出面谈，面谈时间为一分钟。两队在第八轮选择后，双方必须进行沟通，面谈时间为一分钟。两队除按上述规则可召集的面谈外，禁止其它沟通。

游戏目的：

1要取得长期利益，必须采取合作的态度。

2团体合作的基础是相互信任。

3信任来自于畅顺的沟通。

4信任一旦逝去，难以补救。

公司拓展活动的目的和意义篇二

在一场招聘会后□xx公司迎来了自己的收获季节，经过层层筛选，一批非常优秀的新员工了加入xx物流公司团队。

xx物流公司全体员工。

- 1、欢迎新同事的加入，帮助其尽快融入公司的同时培养和建立新员工对本公司的信任感和归属感。
- 2、加强公司员工的凝聚力和向心力，调动员工的热情和斗志。
- 3、增强组织活力，改善组织文化，提升组织整体沟通与协调精神和能力。

20xx年x月x日。

定为xx一楼歌厅。

xxx□

- 1、新入职员工介绍。
- 2、新入职员工代表讲话。
- 3、董事长致欢迎词。
- 4、活动互动：
 - 1) 踩汽球：将汽球捆绑在脚上，相互踩对方的汽球，时间一分钟，以谁脚上的汽球最多为胜。
 - 2) 走台：参与者头上顶着一本书，然后让他从台左走到台右，期间手不能扶书，不能让书掉下来。（这个游戏的参与者是男性比较有欣赏的噱头哦）
 - 3) 两人三足：每个部门派出两名员工，一人的左脚与另一人的右脚绑在一起，进行比赛，先到目的地为胜，这个活动考验的是部门员工之间的默契配合。

4)脑筋急转弯：员工轮流出题，采取抢答有奖方式，如果答错，要求献唱一首或者说一个笑话。连续答对3题者，可得到公司奖励小礼品一份。

5、自由活动。

1、安全事项。

2、活动必须着工装参与。

各部门领导确保员工安全到家。

公司拓展活动的目的和意义篇三

通过拓展活动来拓展企业人员的潜能，提升和强化个人心理素质，帮助企业人员建立高尚而尊严的人格；同时让团队成员能更深刻地体验个人与企业之间，下级与上级之间，员工与员工之间唇齿相依的关系，培养整体作战的全局意识和合作精神，提高团队绩效，激发出团队更高昂的工作热诚和拼搏创新的动力，使团队更富凝聚力。

二、计划时间、地点、费用

1、时间：____年__月__日（星期天）

2、地点：深圳南澳西冲仙人掌海滩

3、标准：__元/人（暂按100人核价）

现有人员____

4、公司购买饮用水：__元__支/人_100人=__元

带家属费用自理。

费用包括：

三、活动内容及时间安排

7:20-7:30全体人员

7:30-7:35点名清点人数

7:40准时出发

公司拓展活动的目的和意义篇四

“一进扬xx便是一家人”。扬翔股份有限公司一直以来都很注重企业文化建设，倡导家文化。xx有限公司作为xx股份的子公司，一直以来都注重企业文化的建设，关心员工的日常生活。为了丰富公司员工的业余生活，让员工能够更加轻松愉快的工作、生活，公司决定组织全体员工到xx市xx森林公园进行烧烤活动，促进员工之间的沟通交流，增加企业的凝聚力，促使公司更好地发展。

欢乐xx行，快乐大家庭

xx有限公司人事行政部

20xx年xx月xx日、xx日

xx市xx森林公园

xx有限公司全体员工及食品事业部在xx办公人员。

- 1、人事行政部提前统计好各车间部门参加出游的人数，做好相关的安排及调休工作；
- 2、由企划部负责横幅的制作及照相机的准备；

3、由活动筹备小组负责提前联系好出游的车辆；

4、由采购部协助购买出游相关的物品；

5、人事行政部提前派相关人员做好踩点工作。

1、8：00公司门口集中，坐车出发；

2、8：30到达目的地，组织好员工一起爬山到达烧烤地点；

3、8：30-9：00按照分组情况，做好烧烤准备活动；

6、15：00集合坐车回公司

1、活动过程中注意安全，出发前提醒员工在活动过程中注意安全；

2、准备好简单的医药用品，预防有人受伤；

3、出发前和返程时注意清点人数，避免有员工落下；

4、衣着，鞋子要适于户外运动。早晚气温较低，请每位员工带好外套；

6、注意环境卫生，不要乱丢垃圾。

公司拓展活动的目的和意义篇五

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x月xx日早上9：00下午4：00

XXXX

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）

1、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□xx□xx

2、场地、聚餐预订□xx

3、食材购买□xx□xxx□xxx

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;

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、运动为最佳）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