

最新公司户外活动方案(模板6篇)

为有力保证事情或工作开展的水平质量，预先制定方案是必不可少的，方案是有很强可操作性的书面计划。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

公司户外活动方案篇一

一、活动名称：天马光伏与欢乐同行

二、活动目的：激发个人潜能、打造高效团队、培养积极心态，丰富员工业余生活，提高员工稳定性及归属感，旨在提高企业团队的质量，增加集体核心力和向心力，通过活动，使组织成员更多的增强了解，体验团结协作的重要性及更多地了解自我和所在的团队。

三、活动时间：2017年6月18日

四、参加人员：公司全体员工

五、活动地点：茅山水库

六、活动项目

主题：美味烧烤活动（可进行自由活动）：1）钓鱼、2）打牌、3）休闲散步等；4）.合影留念。

1、美味烧烤：项目特征：团体娱乐活动项目

2、团体游戏时间

趣味竞技游戏：我能记住你们、两人三足接力赛、喊数抱团

七、活动内容说明：

(1) 我能记住你们 项目特征：团队之间相互熟悉

举例：大家好，我是xxx旁边的xxx喊数抱团

项目简介：所有同事站成一个圆圈，沿逆时针方向慢走，当主持人喊数字时，应立即与临近的同伴按所喊数字抱成一团，最后剩下没有及时抱成团的人先站在一边，最后由胜利的那方背回。

(3) 两人三足接力赛： 项目特征：团队竞技项目

(4) 自由活动： 项目特征：个人或个人与团队互动项目

项目简介：根据个人意愿自行活动，可钓鱼、打牌、休闲散步等健康的休闲活动。项目意义：丰富员工的业余生活，释放员工的快乐情绪，放松员工身心。

八、行程安排

1、8:00公司集合、点名、出发；

2、9:30 抵达茅山水库；

3、9:30-10:00 热身游戏

4、10:00 - 12:00登山

6、13:00—15:00 竞技游戏

8、16:00—17:00集会合影，点名、全员原路返回

五、注意事项：

1 此次活动为户外运动，请参与人员请自行准备服装与运动鞋。

4 期间出现任何突发情况时，要及时上报负责人，负责人及时处理好应变工作

5 在登山及游玩中，要尽量结伴而行

8请保管好自己的随身物品，特别是手机、钱包及其他贵重物品。并时刻提醒自己不要遗忘物品。

9 登山途中，每位同事都要发扬团队合作精神，同事之间互帮互助，不让任何一名成员掉队。

10. 登上及活动途中任何同事不得私自离开，统一按照公司规定行动。

公司户外活动方案篇二

为了丰富广大群众的文化娱乐生活，缓解职工的紧张工作节奏，满足职工日益增长的精神文化生活需求，倡导健康的文化生活习惯，培养大家对文体活动的爱好，树立正确的劳动价值观念，建立和谐劳动工作环境。

领导小组组长：

副组长：

成员：（办公室成员及工会小组长）

（一）活动第一项：由工会发表庆祝“五一”活动演讲

（二）第二项：趣味活动、比赛内容及规则

所有团体项目由各部门选派代表代表本部门参加，（其中每项活动：业务部派三人参加，其它部门派一人参加，仓储部与办公室共同组队参加）

除灭火器演练活动在库区进行外，其它活动在“百花园”进行。

1羽毛球—— xx负责

（1）、单打：各参赛单位选手分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。（11分一局，三局二胜）

2、斗地主——xx负责

（1）、每个参赛单位报两名选手分成两组，分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。

3、灭火器演习短跑—————xx负责

（1）、提灭火器短跑50米现场灭火：公司全体人员参加现场演练，各部门选代表参加，由区粮食局安全管理员讲解消防知识，灭火器的使用，现场灭火演练（邀请出租户的代表参加，目的学会使用灭火器）

4、摸“福”————xx负责

（1）、全部选手都可以参加，以摸到“福”为准，给予奖励。

5、拔河——由xx负责

各参赛单位全部队员参赛，采取抽签淘汰方式进行比赛，前两三名予以团体奖励。

（三）、活动第三项：以上活动完后在“百花园”自由活动，

6: 00 “百花园” 就餐。

活动环境中，让心灵得到提升，身心愉快、舒畅。

公司户外活动方案篇三

为了丰富广大群众的文化娱乐生活，缓解职工的'紧张工作节奏，满足职工日益增长的精神文化生活需求，倡导健康的文化生活习惯，培养大家对文体活动的爱好，树立正确的劳动价值观念，建立和谐劳动工作环境。

二、组织机构

领导小组组长：

副组长：

成员：（办公室成员及工会小组长）

三、活动内容

（一）活动第一项：由工会发表庆祝“五一”活动演讲

（二）第二项：趣味活动、比赛内容及规则

所有团体项目由各部门选派代表代表本部门参加，（其中每项活动：业务部派三人参加，其它部门派一人参加，仓储部与办公室共同组队参加）

除灭火器演练活动在库区进行外，其它活动在“百花园”进行。

1羽毛球——__负责

（1）、单打：各参赛单位选手分上下半区采取抽签分组淘汰

方式，前三名予以奖励。（11分一局，三局二胜）

2、斗地主——__负责

（1）、每个参赛单位报两名选手分成两组，分上下半区采取抽签分组淘汰方式，前三名予以奖励。

3、灭火器演习短跑——__负责

（1）、提灭火器短跑50米现场灭火：公司全体人员参加现场演练，各部门选代表参加，由区粮食局安全管理员讲解消防知识，灭火器的使用，现场灭火演练（邀请出租户的代表参加，目的学会使用灭火器）

4、摸“福”——__负责

（1）、全部选手都可以参加，以摸到“福”为准，给予奖励。

5、拔河——由__负责

各参赛单位全部队员参赛，采取抽签淘汰方式进行比赛，前两三名予以团体奖励。

（三）、活动第三项：以上活动完后在“百花园”自由活动，6：00“百花园”就餐。

活动环境中，让心灵得到提升，身心愉快、舒畅。

公司户外活动方案篇四

一，联系自行车出租俱乐部，把保养好的自行车在早上8：00送到公司门口。

二，活动前一天晚上 通知 参加骑行人员，做好骑行前服装、

装备、及编队等事项，于早上8：00在公司门口集合。

三，各小队队长清点本队人员、装备及随身携带的物品。

四，各小队队长向总指挥 报告 各队人员、装备情况。

五，8：30编队，请摄像师拍照，并提醒骑行安全常识及行驶路线及目的地。

六，骑行车队出发

七，保障车在行军途中跟拍

活动内容如下：

趣味活动

1. 托球跑：（分两次进行，每次每团体1组参加取用时最少的一组）2*8 接力赛，规则：乒乓球 必须放在乒乓球拍的中间，不得用手固定，每个人每次只能托一个球，从起点到终点球(10米)不掉在地上放入指定位置算有效球，另外一人在从筐中捡起球进行接力。如果球在托送途中掉到地上，选手必须回到起点重来，以8位选手全部运送完球，所用的时间最少的算胜利。（每个团体报2组可以男女混合、每组8人，）

2. 抢棒棒糖(取获胜人数最多的两组)

道具：四根绳子，棒棒糖若干

参加人员：每团体8人，男女各占一半，可多组进行

比赛规则：两个男(女)生背靠背挽住对方，每个男(女)生前面1米左右站着一个小女生，手拿一个棒棒糖。裁判员发令后男(女)生反向用力以吃到对面女(男)生手里的棒棒糖。先吃到者获胜。

3. 结对而行

道具：绳子若干（取6组时间所用最短的）

参加人员：五人一组（可男女混合），每团队最多可报10组参加

比赛规则：比赛开始前先把每一组人员的左腿或右腿绑在一起，多组并排一起站在起跑线上，裁判喊“开始”时，各队齐出，最先到达终点的队获胜（30米）。

裁判：1人

4. 倒跑比赛（取4组第一名）

每团体出4组 一组4人男女混合（1男3女，第一棒男生）每人50米，要求拿上接力棒，传给下一个运动员。不准侧身跑。

5. 踢毽球（取得分最高的10人纪念奖）

方法：参赛者在距目标5米处，将毽子踢入直径为20、40、60、80公分的圆心中，最后落点在同圆心中就得分，从内到外依次以5、3、2、1记分。（现场抽取30人参加）

规则：

1、参赛者每人投掷三次，以三次得分之和计比赛成绩。

2、如毽子掷在线上，则以外圈的成绩计分。

裁判：2人

6. 心心相印（背夹球）（取用时最少的两组）

20米距离，两端各站12人，每端分成3组，每组2人，背夹一篮球，步调一致向前走，进行接力时，接力方必须在线内完

成接力活动，以最后完成用时最少的队伍为胜，违规一次+5秒。（每团体2组、每组8人、男女不限）

7. 呼啦圈竞走比赛(保留项目)(取2组每组的第一名)

接力比赛, 比赛长度为1人50米, 边转呼啦圈边走(跑), 在比赛进行当中呼啦圈不可以掉下来, 如果掉下来, 捡起来是呼啦圈转起来后再继续行走, 直到完成比赛. 比赛以用时最少的为胜利。（每团体2组、每组4人、男女不限）

8. 夹乒乓球(取2组每组的第一名)

接力比赛, 比赛时间为5分钟, 在2张桌子上各放一个小筐, 里面有1个乒乓球的小筐放在1张桌子, 一个为空的放在另一张桌子上(距离10米,), 1人用筷子从有球的筐里向空的筐里夹球, 球放到筐里后另外一个人再夹起球, 放到对面的筐里, 在5分钟内用时最少者胜利, 5分钟内未完成比赛的淘汰。途中球如果掉到地上需要捡起球回到起点重新夹球。（每团体2组、每组8人、男女不限）

9. 划船比赛:(2人)

两人对面互相做在对方伸出的脚面上, 并抓对方的手臂, 形成小船状, 排在:起点线外。比赛开始, 各个“小船”在前后摆动时, 交换移动两人的双脚, 使“小船”向前行进, 以先到达终点的队为胜。

规则:(1)小船从何处散开, 必须重新组好再开始(2)组成“小船”的两个人的臀部不得离开对力的双脚脚面。

10. 跳袋接力: 器械:跳袋

参赛队员成一路纵队站在起跳线后。比赛开始, 第一人站在跳袋内, 手提跳袋的带子向前跳出, 绕过标志物返回并将跳

袋交给第二人，依次进行，以先跳完的队为胜。

规则：(1)必须绕过标志物。(2)必须在起跑线后交接。(3)队员若摔倒必须在原地起来，重新再跳。

11. 穿衣服比赛：(男、女各5人) 器械：系扣上衣(自备)

学生成一路纵队站好，每人相隔8米，教师发令“开始”，第一人穿好衣服跑向第二人，然后把衣服脱下，由第二人穿好跑向第三人，依次进行。以最后一人穿好衣服跑过终点线的顺序判定名次。

12. 穿针引线：(男女各5人) 器械：针、线

各队成一路纵队站在起跑线后，前面30米处椅子上放有针和线。比赛开始，各队第一人跑出至折返点处，将线穿到针上后跑回，第二人出发，依次进行，先完成的队为胜。

13. 瞎子穿拖鞋

概要：蒙眼前进5步或6步穿拖鞋的游戏

方法：

- 1、各队轮流派出1人。
- 2、把拖鞋放在起点前方5步的地方。
- 3、回到起点蒙眼旋转三次以后出发。
- 4、能够准确前进5步，第6步穿到拖鞋教多的一组获胜。

参考：进行中对方可以用错误的指示来扰乱。

14. 步骤：

1. 所有队员，围成圆圈站立，面向中心。
2. 首先选一半志愿者到圆圈里面来，脸向上，平躺在地。
3. 你也和这些志愿者一起走到圆圈中，要求他们的身体和头部完全静止，头不能离地或者左右摆动。
4. 在每个志愿者的鼻尖上放一枚小硬币。
5. 要求他们只能做鬼脸，一分钟之内使硬币从鼻子上掉下来。你手头一定要有照相机，给他们照一些面部特写镜头，带回去张贴公布。
6. 之后，另一半人换过来，重复游戏。
7. 一些队员成功完成动作后，让他们平躺在地上围成一个圆，头朝圆心(最好头挨着头)，看谁最先把硬币弄下来。

为使游戏更有趣，更富挑战性，将三个硬币分别放在志愿者的鼻子、额头和下巴上。

15. 寻宝大行动

参加人员：集体

16. 顶气球比赛

道具：气球一个、绳子一条

参加人员：两组对抗(每组一般为3人到7人)

游戏规则：游戏开始前先把绳子沿场地的正中间拉开(像网球场一样)，然后双方排开用头顶球，哪方先落地为输，双方轮流发球。体现配合能力和竞争能力。(注意只能用头，不能用身体的其它部位)

17. 五毛和一块

道具：不需要；

场地：稍微宽敞一点就可以，没有特别要求；

人数：10几个人就可以，人多些更好玩的

人员：一定要有男有女，比例不限

裁判：一名，负责发号司令

规则如下：

在游戏中，男生就是一块钱，女生则是五毛钱。

游戏开始前，大家全站在一起，裁判站边上。裁判宣布游戏开始，并喊出一个钱数(比如3块5、6块或8快5这样的)，裁判一旦喊出钱数，游戏中的人就要在最短的时间内组成那个数的小团队，打比方说喊出的是3块5，那就需要三男一女或七女或一男五女之类的小团队。请记住动作要快，因为资源是有限的，人员也很少有机会能平均分配，所以动作慢的同志可能会因为少几块或几毛钱而惨败，所以该出手时就出手，看见五毛(mm)先下手为强；当然动作快的人员不要一味的拉人，有可能裁判叫的是3块5，但你们团队里已经变成5块了，这时候你就需要踢人了，该狠心时就狠心，一般被无情踹出去的都是可怜的一块。

游戏要领：反应要快，裁判一说出来钱数，就要立刻知道分别由几男几女的团队可以达到要求；动作也要快，抢五毛和踢一块都要又快又狠。

18. 当我们同在一起(配歌)

参与者围成一圈，间距两臂，面朝中央，侧平举双臂。每个人右掌朝下叠放右者之左掌，而左掌朝上。右手随音乐做六节拍拍打动作，拍打位置分别为1、右手者之左掌；2、自己之右膝盖；3、左膝盖；4、左手背；5、6、左手心。循环往复且节奏越来越快。

19. 耳语传真

将人员分成两列，分别对列头兵耳语一句话，不让其他人听见，要求照此往下传，有列尾者报出结果，看两列队伍哪个保真度更高，以次结胜负。

20. 一只青蛙

参与者围成一圈，面朝中央。主持人念“一”，顺时针下一位念“只”，再“青”再“蛙”再“跳”再“进”再“水”再“中”再“咚”；接着“两只青蛙跳进水中咚咚”……依此类推，跟不上节奏或出错者罚节目。

公司户外活动方案篇五

为了促进员工之间的合作能力，提高团队合作性，提高工作效率。

xxxx年4月7日8：10—22：30；

深圳民族文化村及锦绣中华；

所有报名员工、员工家属

1、所有员工应听从本次活动负责人的统一安排，按照行程进行活动，否则一切后果自负。

2、泼水用盆由公司统一购买，由员工到泼水现场向公司行政

领取；

4、中餐及晚餐由员工自行解决，丰俭由人；

5、龙舟活动安排：

6、各员工应按规定的车辆乘坐，上车后，应签到。

7、各部门/班组的负责人应负责本部门/班组人员的安全。

1、7：50—8：10公司门口集合、点名、出发；

2、9：30—10：00集队、从锦绣中华闸口列队入园；

3、10：00—13：00自由活动，自由午餐；

4、13：00—14：30在民族文化村翠湖码头集合，参加龙舟赛；

5、15：00—15：30在海边广场观看大型马战实景表演《一代天娇》；

6、15：30—16：30在傣族村寨观看“泼水节”专场演出，参与泼水狂欢；

7、17：00—17：50在中心广场观看大型民族服饰舞蹈诗——《东方霓裳》；

8、18：00—19：20自由晚餐；

9、19：30—20：30凤凰广场观看晚会《龙凤舞中华》

10、20：40—21：00民族文化村门口集合，返程。

公司户外活动方案篇六

安全（安全出发，平安回家）、健康（饮食、娱乐健康）、环保（保护环境、关爱家园）

20xx年xx月xx日（星期六）

公司全体人员

祁连山

1、美味全羊宴、户外自助餐活动

2、团体组队游戏

3、自由活动

4、合影留念

1、7：30全体同事公司集合、点名、讲解安全事项、出发

2、11：00抵达祁连山

3、11：00—11：30搭建营地，人员分组（男女搭配，选出队长）

4、11：30—13：00全羊宴+户外自助餐

5、13：00—15：30团队活动

6、15：30—16：30自由活动

7、16：30—17：00回收物资，清理垃圾

8、17：00集队合影，全员原路返回。（预计19：30到达公司）

- 1、在出发前先清点人数（签到，讲解安全事项）；
- 2、在活动期间不允许员工离开单独活动；
- 4、在活动中，所有员工要爱护各项设施及自然环境，不能乱丢垃圾；
- 5、活动结束后，全员参与清理活动垃圾，爱护自然。
- 7、天气干燥，请多喝水。

为防止因高温中暑、下雨或食物导致身体不适等因素，每组选出1—2名同事准备好药物和水，发生意外时第一时间进行处理。

- 1、水果、食品、纸巾、一次性餐具、围膜、胶带、帐篷等；
- 3、烧烤准备
- 4、酒水；
- 5、活动的奖品
- 6、游戏的道具（短绳子若干、气球100个、毽子1—2个、沙包3个等）。

1、两人三足接力赛：

项目简介：将所有人员分组，每两人并肩站立，内侧的'小腿用小布条捆住，这样成了“两人三足”，当裁判发出口令，各组成员从起端开始走（也可增加人数，看实际情况定），最先回到终点的一组获胜，最后一组惩罚喝酒或其他。

2、打沙包

项目介绍：将所有人员分3组，两组站两边，一组站中间，10分钟一场换组，最后看中间一组剩余人数最多的队获胜。