

最新公司员工团队活动策划方案(通用11篇)

年会策划需要保持创新和持续改进的精神，与时俱进，使年会成为公司文化建设和员工关系协调的重要环节。小编为大家整理了一些优秀的项目策划范文，希望能够帮助到正在进行项目策划的朋友们。

公司员工团队活动策划方案篇一

1. 明确建制(30分钟)

一至两天的内训结束后，或者内训间息，指定双方团队长、排、班长(按贵司现岗级别指定分派即可)。将参训全体人员等分为红、黄两团队。(每队人员可打乱现有部门编制，抽签决定归建。)

2. 中高级领导(6—10人)技战术、步兵方略特训(90分钟)

实际上，考虑到贵司时间安排，该项应在分组归建前完成。

特训内容包含：

a步兵攻防阵形、攻防火力布控规律、现代步兵攻防通用战术。

b现代军事管理主要条例和规则、特性。

c战术口语、手语、个人技战术。

d小团队(班组)协同技战术。

e典型战术体系的比较与分析，由受训领导做出因地制宜的甄选。

f现代步兵武器装备使用技术讲解。

特别说明：为什么只培训双方高级领导，而不做双方全员的特训呢？目的就是要激发双方领导人的贯彻力。由他们事后(战前)就象平时工作中遇到紧急情况一样，将信息和意图迅速贯彻传达，然后由下属逐层传达至基层“战士”。语言表述简洁的一方速度快，语言表述清晰的一方沟通得更到位。两强相争，如同争夺一个市场的两家企业，信息传递快的一方、信息沟通精准的一方往往胜出。这就是“贯彻力”强的表现之一。通过该项目，还可以检验两组领导的学习和感悟能力，一群丧失了再学习能力的领导人是很难带领团队迎接新环境中的挑战的。“大战”在即，相信贵司的高级领导定能认真对待，在压力下激发潜能，贯彻好决定“存亡”的信息。(注：有甄选的贯彻，只给双方临战前两天的一个晚上的时间，信息自选，办法自筹。扁平化贯彻对双方都是违规行为，一旦某方违背将被视为不诚信和不自信的表现。)

3. 与(2)同时进行的中、基层代表(10人)战场沙盘及攻防双方态势讲解(90分钟)

前线地形地貌、双方战区位置、可能的攻击方向、火力配置情况等。此时双方“身份”可能并未明确(在分队以前)概率为5:5。代表们作为“一线人员”，一旦分组归建，必须要发挥平时工作中的最佳状态，在双方领导贯彻“特训信息”的同时(或之后)，向领导层及时汇报“市场信息”。沟通能力强的一方会具备优势。

4. 内训结束后，双方临战前一晚的紧急战前决策会议。分组同时召开，双方领导主持。(120分钟)

a抽签决定的攻、防双方明确战略目标、战略意图。(攻方必须在规定时间内占领守方司令部)

b双方团队高级主官，依据特训心得制订“作战”方案、战略

战术，由双方最高主官做最终决策。

c双方最高主官颁布、贯彻“战时”奖惩条例和“军规”。

d双方逐级贯彻“作战”方案、奖惩条例和规则。按战略战术意图，明确每个人的岗位、分工、责权。

5. 双方基层“

战士”发言，提出合理化建议，集体完善战役方案，君臣一体，上下同心。(30—45分钟)

独裁与集中不等于压制个性，民主与自由不等于否定权威。

6. 双方最高主官对己方“励志”宣言，建立团队信念，鼓舞己方斗志，战前部署结束(2分钟)

第二阶段：上兵若水，奇正相生

7. 在规定地点准时集合(过时不候)，双方按编制同时整队，各级主官带队，集体整装后上车，向“战区”开拔(7：30——8：00)

各级领导的作用至关重要

8. 抵达战区后，双方按编制再次整队。各级主官带队，按序配发装备和给养。我司总教官简短讲话(2分钟);红队最高主官战前“励志”讲演(1分钟);黄队最高主官战前“励志”讲演(1分钟)。升国旗、司旗，唱国歌。(9：30——10：00)

讲话要烘托“大战在即”的紧张气氛，同时给双方团队做“终极”的鼓舞。

9. 双方急行军进入各自战区，攻防双方按事先“计划”布控

火力点及攻击阵形，各级主管、我司参谋进行巡视、督导，做最后的战前检查与战前动员。攻击一方会在一个小时内发动进攻(10：15—11：00)

各级主官管理、管控力强，注重战术布控细节，完全按战略意图执行到位、精准度高的一方会占据优势。

另外：守方每人要在半小时之内置单兵掩体、设计伪装点(与攻方体力平衡，且是实战所必须。)

10. 第三方奇袭(10：50——11：00)

为2：1甚至更高，攻方才有一定把握。本次拓展，红、黄双方等分人马，且守方是“

以逸待劳”，攻方

守军在“射杀”中练习技战术，并获得成就感；让守军的隐蔽火力点完全暴露给接下来要上阵的攻方！

以达成“攻守平衡”，就看守军能不能临阵决策变数，并将决策迅速转为执行了。

11. 攻守双方接战(11：00——12：00左右)

长。

公司员工团队活动策划方案篇二

为体现公司企业精神，增强员工的团结协作感，促进员工之间的沟通，计划5月份组织员工举行踏青活动，具体如下：

一、活动意义：

提高大家积极性，促进员工之间的沟通，让员工放松心情，增强集体凝聚力和团队精神。

二、活动时间：

20xx年5月26日星期六上午7点出发

三、活动口号：

放松心情、团结协作！

四、活动地点：

爬山

五、参加人员：

编委会成员、编辑部成员、所有通讯员、公司行政人员

六、活动费用：

1、人员餐费计划30人×50元=1500元

2、车辆费用：预计600元(提供活动车辆者每车补助100)

3、矿泉水：60元

4、应急药品：30元

5、临时备用：500元

6、奖品费用：1500元

七、活动内容：

为了让大家彼此都能尽快熟悉了解，活动期间要进行部分团队游戏，活动结束后要进行集体拍照。

八、注意事项：

- 1、所有人员应注意安全，不允许单独行动。不允许抽烟，现在是防火期，
- 2、爬山时间为2个小时，2个小时后返回山庄进行其他活动。
- 3、所有垃圾斗装到食品袋中，不允许随意乱扔。
- 4、行为举止大方得体，注意维护公司形象，不在风景区里大声喧哗，乱扔垃圾，破坏公物，破坏环境。
- 5、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。
- 6、在游玩中，请各组确认人数、注意安全。
- 7、必须严格遵守时间规定，并准时到达集合点，及时清点人数。一切听从负责人的安排。
- 8、请您保管好自己的行李。特别是手机、钱包及其他贵重物品。并应时刻提醒自己不要遗忘物品。

九、活动负责人□xxx

第一队队长xxx野狼队

第二队队长xxx雄鹰队

第三队队长xxx鳄鱼队

活动工作人员□xxx□xxx□xxx

活动摄影□xxx

活动策划□xxx

公司员工团队活动策划方案篇三

- 1、为员工提供一次放松身心的机会。
- 2、为员工提供一次相互交流的机会，在活动中增进了解与互信。
- 3、探索团队活动经验，为今后团队活动提供支持。

二、活动路线与场地

- 1、总仓---重庆路----白塔湖（主场地）

三、活动流程

- 1、确定参加人员，一次大约50人

（2）、方案2：工作量大，时间不允许时，安排两次，每次一半人员轮流参加；

- 2、确定时间：3月底或4月初，天气晴好、业务量小时；

- 3、确定活动方案；

- 4、每天关注次日工作量，确定活动时间；

- 6、活动当日8点20分在总仓集合，整队、学唱一首歌曲，保障人员给车辆

悬挂标语等，编车队，9点整出发，保障人员直接前往白塔湖布置主场地；

8、预计11点整到达主场地集合---搬运物资---分组野炊；

9、评委组对各小组野炊评分：

评分依据：野炊组织与菜品质量各10分

10、13：10环湖游---各组沿环湖路寻找事先放置的标志物（总共80个）---以找到的标志物多少和回到出发点时间评分：

（1）、各组找到多少标志物就记多少分

12、15：00分组进行穿越烽火线游戏；

游戏规则：

（1）、先过单层障碍，后过双层障碍；

（2）、每组抽签或选定两人过，其余人员协助；

（3）、抽签决定顺序1-5，抽到1的小组最先过，抽到5的为1设置障碍场地；

（4）、4为2、1为3、2为4、3为5设置障碍场地；

（5）、以两人全部过记时，小组人员每触碰一次障碍物加10秒；

（6）、单层障碍过了以后，各小组总结方法，重新抽签过双层障碍；

13、16：00分组进行你做我猜游戏；

14、16：30根据场地分组进行同足跑或营救战友比赛；

15、17：00，跳锅庄，统计小组所有环节得分评名次

16、颁奖。

17、晚餐：

18、返程

四、活动经费

2、每年可开展数次，预计3000—5000元/次，保证每名计时人员都至少参加一次。

五、物资保障（后勤保障组统一带的物资）

1、音响、发电机一台（带汽油桶）、照相机两台、电线

2、桌椅板凳：折叠桌2、折叠椅2、木椅2

3、饮料、酒水

4、大（第一名礼品约70元/份，共10份；第二名礼品约40元/份，共10份）、小礼品（每份2-5元/份，约100份）

5、白板、红-白纸、大夹子、绳子（棉、编织绳）、口哨、秒表等

6、横幅一张：成都xx公司20xx春季拓展活动

不同颜色彩旗：7张（白旗1张）

7、采购计划：由行政科及时进行采购

8、对讲机：3-5部对讲机，第一辆车、中间、最后一辆车必各设一部

六、人员配备与职责分工

活动由人事行政部负责

主持人：

后勤保障组与安全保卫：行政科

记分员：

音乐及场务：

摄影：

七、注意事项：

- 1、安全第一，尤其注意交通安全，不得下河游泳，注意防火，防盗，防止纠纷；
- 2、所有人员积极参与、听从指挥、不得各行其事；
- 3、所有人员穿旅游鞋、不得穿裙子；

八、总结与提高：

活动结束后各小组进行总结，找出本小组需要改进的地方，并对整个活动提出批评和创意建议。

公司员工团队活动策划方案篇四

放飞梦想与欢乐同行

丰富员工业余生活，提高员工稳定性及归属感，旨在提高团队的质量，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。

待定(推荐20xx年9月8日星期六)

各处室人员视工作情况自行报名，名额不限，可携带家属。于9月3日12:00前统一按报名表(包括家属)报至办公室xxxoa□

呼和浩特·南湖湿地公园

- 1、个人、团体、家庭组游戏
- 2、美味烧烤、户外自助餐活动
- 3、自由活动
- 4、合影留念

团队奖、家庭奖、个人奖等(体育类的奖品、礼物)

- 1、两人三足接力赛(时间30分钟):

项目简介: 将各小组或家庭的成员以每两人一小组并肩站立, 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)。

- 2、七彩连环炮(30分钟)

项目介绍: 一队六名队员(3男3女), 男女间隔排列, 先男后女, 以接力的形式, 第一名同学跑到制定位置吹气球, 直到吹破。跑回原位置换下一个同学, 如此轮换, 以二分钟为限, 计时

完毕时按吹破气球个数记录成绩。必须在上一个队员吹破之后下一个同学才能开始吹，否则将在总个数里面进行相应扣。

3、拍来拍去(15分钟)

项目介绍：开赛前，各参赛选手分别站于起点线后手持球拍，乒乓球放在球拍中央，在比赛过程中，乒乓球不得落地，如落地需拾回从下落地点继续比赛，否则视为违例。

4、链接加速(30分钟)

项目介绍：由6名队员参赛(3男3女)，参加游戏者6人一组，后边的人左手抬起前边的人的左腿，右手搭在前边的人的右肩形成小火车，最后一名同学也要单脚跳步前进，不能双脚着地。场地上划好起跑线和终点线，其距离为30米(以一篮球场宽为准，来回)，游戏开始时，各队从起跑线出发，跳步前进，绕过障碍物回到起点，最先到达起点的为胜。按时间记名次，按名次记分。竞赛规则：游戏过程中队员必须跳步前进，不允许松手(一直保持抬起前边的人的左腿)，以防止出现断裂现象，队伍断裂必须重新组织好，从起点重新开始游戏；以各队最后一名同学通过终点线为准。

5、袋鼠跳(时间30分钟)

项目介绍：第一个队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后前进，中途布袋不得脱离双腿，至第二个时脱去布袋，由第二队员套上布袋向第三个队员前进，如上述循环直至最后一名队员。比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。从开始脱下布袋交接，至下一名队员的布袋完全套好前，整个交接过程必须在跑道端线以外进行，不能越线。所有队的比赛结束后，以用时多少进行排序。

6、盲人足球(15分钟)

项目介绍：1个足球(要用含气量不足的足球，这样每踢一下，球不会滚得太远)、蒙眼布。每个队员在找一个搭档。每对搭档中只有一个人戴蒙眼布，另一个人不戴。只有被蒙上眼睛的队员才可以踢球，他的搭档负责告诉他向什么方向走、做什么。”在规定的2分钟时间内，看哪一组进的球最多，哪一组就获胜。

7、踩气球(15分钟)

项目介绍：气球内随机放入奖品票，可以全员参与根据踩爆气球后拾到的奖票信息换取奖品。

8、美味烧烤、自助：

项目简介：以全员烧烤、自助作为户外活动的午餐内容，自己动手，丰衣足食。

9、自由活动：

项目简介：根据个人意愿自行活动，可打牌、休闲散步等健康的休闲活动。

九、行程安排1、8:00园区同事集合、点名、出发，市区同事自行选择交通工具；

2、9:30抵达南湖湿地公园；

3、9:30 - 12:30趣味竞技游戏；

1、车辆抵达场地后，在活动前先清点人数；

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。

1、水果、小食品、纸巾、湿巾、一次性餐布等；

3、烧烤准备(羊肉串、烧烤箱架子、调料等)；

4、酒水；

5、活动的奖品(明细xxxx)；

6、游戏的道具(绳子、袋子、足球、气球、毽子、乒乓球拍、乒乓球、蒙眼布等)。

xx负责户外活动的组织协调、比赛的裁定、主持、奖品的发放；

xx负责购买酒水、水果、小食品、纸巾、湿巾、一次性餐布；

公司员工团队活动策划方案篇五

道具□a4纸每人一张，彩笔

人数：小组完成，每组人数4~7人

场景：小型会议(30人以下)

目标：在10分钟时间内，完成一幅“自画像”

步骤：

(1)游戏亮点：操作简便，全员参与度高，激发成员创新思维；

(2) 向团队强调，画像不必拘泥形式，并不需要绘画基础，只要能够展现和表达自我；

破冰效果：

(1) 使组员进一步认识自我、探索自我。促进组员彼此认识和了解，培养多元、开放的思想。

(2) 每一幅自画像都象征着不同意义，都是对自我的诠释和表达，这需要组织者对其中的积极意义进行挖掘并分享。

公司员工团队活动策划方案篇六

方案一：

主题：团队户外拓展活动

为了提高团队的协作精神,提高员工的积极性,为员工创造一个融洽、和谐、健康的氛围,增进员工之间的默契和感情。

一：活动背景

本方案通过组织户外拓展活动,使大家充分领略团队协作的重要性,培养团队精神,提高团队意识,从而提高每个员工的配合度,提高整体作战能力。

二、活动目的

1. 团队协作、活跃团队整体的气氛,增强凝聚力。
2. 营造、烘托组织的重要性、提高组织纪律意识、增强集体荣誉感。
3. 体会团队与单兵作战的效果,充分融入团队、增强归属感。

4. 增进了解、加强沟通、增进目标认同、激扬团队士气。

三、参加人员：团队全体成员

四、活动内容：烽火丛林野战

以团队为主题和组织形式，以体验式团队活动为工具：

增进团队成员的团队意识和团队凝聚力

将活动中学习和体验到的新思维、工作方法迁移到工作中

课程中，融合心理分析、管理理念和工作技巧：

加强活动师与团队成员之间的互动性

让体验与思考、检验与分享诸环节构成积极向上的循环

促使团队成员个人认识不断深化，团队的整体表现水平不断提高。

从各景区了解到有以下活动可供选择：烽火丛林野战、穿越碧水谷、丛林野战、定向越野，穿越电网，无规火车，信任背摔，绝壁攀岩，风趣户外野炊等。

五、活动负责部门

六、活动具体方案

(一)地点：安溪志闵旅游区

(二)时间：拟定11月**日-**日(二日游)

(三)活动流程

- 1、打开心扉参与融冰活动，拓展活动的开启
- 2、积极参与拓展活动，培养团队合作精神
- 3、活动之余沿途参观基地里秀丽景色，放松心情
- 4、分享活动心情和经验

七、拓展活动日程安排

安溪野山谷基地

住宿，若有空一床位，补房差70元/人迷彩服：衣服+裤子+皮带

公司员工团队活动策划方案篇七

活动目的：

- 1、冬日环境下挑战自我、超越自我。
- 2、培养团队精神训练合作意识，学会相处、学会生存。
- 3、走进自然、走进阳光、走进森林、培养环保意识。

活动内容：徒步：田头中心学校—四望山(8公里公路、5公里山路全程徒步)

活动时间□2xx年11月24日

活动地点：田头中心学校大门口集合8：2准时出发。

活动人员：7(2)班学生，所有参加的学生按照8——12人分成5小队，每队设小队长一名，联络员一名。参与全程协助老师管理。

活动安全保护措施：

1. 通讯工具两部确保通讯畅通，学生队伍前后各一部。
2. 食品饮用水具体要求：矿泉水2能量水2水果适量饼干等其他食品按需配带。（每人量）
- 3、 责任负责人：蒋立平刁敏

安全注意事项：

- 1、 烈日下户外徒步存在一定的危险性，活动须加强自我保护；
- 2、 背包要双肩包，内部物品分类摆放。
- 3、 个人着装要求：宽松休闲长衣长裤。
- 4、 尽量不携带金属、塑料等不易溶解包装的食品进入林区，不要破坏区内的自然生态环境，下山时带走垃圾。做到“留下的只是你的脚印，带走的只是你的留影”。
- 5、 身体状况(例如有下肢血管病、皮肤溃疡及扁平足症者不宜徒步旅行)以及当时的气候条件有所了解。
- 6、 穿上轻便、合脚的鞋子。在出发之前，要精心选购一双轻便舒适、大小合脚、弹性及透气性能良好、便于远行的鞋子。此以旅游鞋为佳。为稳妥起见，最好能在出发前度穿几天，发现问题及时更换。袜子的大小也要合适，不能太紧太短。切忌穿不合脚的鞋、皮鞋、高跟鞋和新鞋。鞋底不能太薄。
- 7、 注意安全，遵守团队纪律，集体行动，不得擅自离开设定行进路线和活动范围。
- 8、 冬季徒步旅游时，要掌握步行速度，一般是两头稍慢，中

间稍快。

9、提前要保证足够的睡眠时间和营养的补充，不要长时间仅仅食用干粮，要尽量多吃新鲜的水果、蔬菜。

1、徒步上山，身体要略向前倾；攀登陡峭山坡应走之字形路线；下山时，身体应稍后仰，放松下肢肌肉，以免腰腿酸痛。

活动组织实施负责人：刁敏

公司员工团队活动策划方案篇八

本方案通过组织公司员工的户外拓展活动，使大家充分领略团队协作的重要性，培养团队精神，提高团队意识，从而提高每个员工的配合度，提高整体作战能力。

二、活动目的

1. 团队协作、活跃公司整体员工的气氛，增强凝聚力。
2. 营造、烘托组织的重要性、提高组织纪律意识、增强集体荣誉感。
3. 体会团队与单兵作战的效果，充分融入团队、增强归属感。
4. 增进了解、加强沟通、增进目标认同、激扬团队士气。

三、参加人员：公司全体员工(约60名)

四、活动内容：烽火丛林野战

以“团队”为主题和组织形式，以体验式团队训练为工具：

增进学员的团队意识和团队凝聚力

将培训中学习和体验到的新思维、工作方法迁移到工作中课程中，融合心理分析、管理理念和工作技巧：

加强培训师与学员之间的互动性

让体验与思考、检验与分享诸环节构成积极向上的循环

促使学员个人认识不断深化，团队的整体表现水平不断提高。

从各景区了解到有以下活动可供选择：烽火丛林野战、穿越碧水谷、丛林野战、定向越野，穿越电网，无规火车，信任背摔，绝壁攀岩，风趣户外野炊等。

五、活动负责部门

六、活动具体方案

(一)地点：安溪志闵旅游区

(二)时间：拟定20__年11月____日-____日(二日游)

(三)活动流程

- 1、打开心扉参与融冰活动，拓展活动的开启
- 2、积极参与拓展训练，培养团队合作精神
- 3、训练之余沿途参观基地里秀丽景色，放松心情
- 4、分享训练心情和经验

七、拓展活动日程安排

安溪野山谷基地

住宿，若有空一床位，补房差70元/人迷彩服：衣服+裤子+皮带

公司员工团队活动策划方案篇九

“快乐齐上阵”团队素质拓展训练

二、活动主题

友谊、合作、感恩、拼搏

活动时间□20xx-7-22——20xx-7-23

活动地点：

三、活动目的

通过开展素质拓展训练活动，旨在创设种种情境，真实地触及知行人的心理、体魄和品格，使其以开放稳定的心态对挑战，激发创新活力，促进团队精神的形成，进而收到“磨练意志、陶冶情操、完善自我、熔炼团队”的良好效果。具体目的如下：

- 1、增强同学间的团队合作意识
- 2、帮助同学体会在团队工作中沟通的重要性
- 3、训练同学对于结构变动的适应能力
- 4、增强团队成员之间的相互信任
- 5、加强成员间感情的沟通

四、素质拓展训练的项目

1、齐心协力

器材：蓝绿布、彩色笔、剪刀、竹竿

时间：30分左右

规则：根据参加者数量将团队分成小组，选举队长，给小组冠名，画队徽、选对歌等，然后进行团队间的展示。要求队长报队名、队员报名、队旗展示、向大家解释队旗、队徽的内涵，然后合唱队歌。在活动过程中，如果队长出现错误，男队长做十个俯卧撑，女队长做20次蹲起。

2、穿针引线

器材：呼啦圈

时间：20~40分钟

目的：感受合作和竞争的意义，体验探索与创新的快乐

规则：各组人手拉手围成一个圈，将呼啦圈套在队长的左胳膊上，队员在不松手的情况下将呼啦圈从队长的左臂出发，通过每个队员的身体传送然后重新回到队长的左臂。时间少的团队算胜利（失败的团队队长做20个俯卧撑，女队长做20次蹲起）。

3、平地而起

时间：20~40分钟

目的：促进团队间的合作，增强团队间的团结

规则：每组先派2名队员，背靠背坐在地上。两人双臂相互交叉，合力使双方同时站起。以此类推，每组每次人数增加一倍，如果尝试失败需再来一次，直到成功才可以再加人。时

间最少且重复次数较少的为胜利的团队。活动过程中，如果团队失败，则失败队男队长20俯卧撑，女队长做20次蹲起。

4、笑容可掬

时间：30分钟左右

目的：促进团队成员间的沟通与交流，增进彼此之间的友情。

规则：让学员站成两排，两两相对，各排派出一名代表，立于队伍的两端，相互鞠躬，身体要弯腰成90度，高喊xxx你好。然后，向前走交汇于队伍中央，再相互鞠躬高喊一次xxx你好，要求鞠躬者与其余成员均不能笑。如果哪队有人笑出声来即被视为对方俘虏，需排至对方队伍最后列，依次交换代表人选。在活动过程中，如果团阶段失败，则失败队男队长20俯卧撑，女队长做20次蹲起。

总结：人们常说，当你面对生活的时候，你实际上是在面对一面镜子，你笑，生活笑，你哭，生活也在哭。面对别人的时候也是这个道理，要想获得别人的笑容，你首先要绽放自己的笑容；在团队合作中，彼此之间保持默契，维系一种快乐轻松的氛围，会非常有利于大家彼此之间的沟通，也会加快我们的合作步伐。

5、张弛有道

时间：10分钟左右

器材：长绳一根、布条、秒表

目的：通过这个游戏，让大家认识到团队合作的重要性。一个团队若想成功必须运用恰当的方法，而这个方法不仅包括要善于利用有效资源，还要求学会倾听他人的意见，以沟通寻求彼此间的默契。

规则：游戏开始时，将麻绳围在各自腰间位置，所有队员带上眼罩，在2分钟内将绳索围成指定的图形（如正方形、长方形、平行四边形、梯形、菱形、三角形），在此过程中，参加队员不能手拖手，只能通过麻绳互相维系，最后围出图形的队伍将绳索不变形的平放置地上，让大家看图形是否形似，最快围出图形且图形形似的队伍胜出。在活动过程中，如果团阶段失败，则失败队男队长20俯卧撑，女队长做20次蹲起。

6、千钧一发

时间30分钟左右

器材：报纸若干，胶带3个

目的：帮助参训者练习在遇到困难时如何做计划，如何合作，以及如何有效地利用有限资源等。

规则：出发时，每个人必须从铁板上走过。在逃离过程中，队员身体的任何部分都不能出来，必须在铁板上。在整个的逃离过程中，每块铁板都要被踩住，全部人达到小岛之后，并且所有铁板被拿到对岸上，游戏才算完成。在活动过程中，如果团阶段失败，则失败队男队长20俯卧撑，女队长做20次蹲起。

7、囚徒困境

时间：40～50分钟

器材：布条若干

目的：加强彼此之间的了解和信任，增强大家之间的团队友谊精神。

内容：假如你们组属于古城探险队的一部分，据说古城位于

一个与世隔绝的森林里。调查研究后找到一个向导，由于存在语言障碍，通过翻译费心的解释，他才同意带路。由于古城到处散落有金币、宝石，并且宣称如果宝物被盗，全城人民将面临灾难，因此，条件是大家必须答应都戴上眼罩，保证以后不会再找这条路，一路上不能作语言交流，但是可以通过其他声音，即肢体语言来传递信息给后面的队友，以确保团队能安全到达目的地。

规则：将团队分为两组，男队员为向导，女队员为探险的人。女队员戴上眼罩有向导带领到达目的地，此时男生的任务是负责安全的护送女生到达目的地。

总结：信任是集体交往的一个重要前提，只有你充分信任你的伙伴，你才能将事情托付给他，你才能相信他说的话，他做的事，只有相互信任，大家才能毫无隔阂、亲密无间地合作，共同将工作做好。

8、报数

时间：10～30分钟

目的：增强团队凝聚力，增强团队合作意识

规则：将团队分为两组，时间快的'为获胜团队。在活动过程中，速度慢的团队队长将做10个俯卧撑，女队长做10次蹲起。

五、活动费用预算：

（略）

公司员工团队活动策划方案篇十

公司拥有近百人的专业化管理团队和专业教练团队，以及一批由培训专家和知名企业领导组成的专家顾问团，为企事业

单位提供专业的拓展训练，并紧贴企业实际，量身定制个性化拓展方案。

我们的拓展系列课程：卓越领导训练营、精英团队训练营、销售精英训练营、目标突破训练、新员工融入训练、大学生励志训练、团队娱乐竞技、亲子拓展方案、中学生军训行程、中小學生领袖训练营。

八大目标突破训练：责任突破训练、协作突破训练、沟通突破训练、方法突破训练、创新突破训练、交际突破训练、效率突破训练、竞争突破训练.....

团队娱乐竞技活动方案

09:00--09:30集中进入笑翻天拓展基地：由教练介绍拓展活动的科目，讲解安全等注意事项。

09:30--09:45组建团队：进行拓展分队,选队长,取队名,确定新队的队歌和口号。

09:45--10:00破冰训练(团队热身)

视团队队员的男女比例、年龄情况组织进行2-3个团队热身游戏，目的让队员之间增进了解，消除隔阂，逐步增进队员的团队意识。为拓展活动作前期准备。

10:00--11:45(山谷游乐区)竞技项目：

突出重围——攀壁：参与人员站立于悬空的钢丝上，保持良好的身体平衡状态，障碍物重重的包围圈后须徒手攀登5米高的斜壁上。需要良好的心理素质、队员的紧密配合，坚韧不拔的意志是成功的关键。(良好的体能，坚强的耐力和意志力是完成任务的关键!)

(要步调一致、灵活应变、果敢的行动，才能完成任务!)

空中钢丝—极速圆木：参训队员从出发点通过位于高空的钢丝，然后再经过连绵起伏的圆木桥返回原地。须具备良好的心理素质和相互支持、紧密配合团队协作精神才能取得优异成绩!(克服心理障碍，面对困难，勇于挑战自我!)

竖网桥——悬空摇摆：参训队员分别站立于竖网的两侧，双手抓紧网绳通过跨度长达40米之宽的终点站，然后从晃荡不定的伸展桥返回。(良好的身体及心理素质、队员的紧密配合，坚韧不拔的意志是成功的关键)

11：45--12：00活动点评：根据上午各参训竞技团队的具体表现，各队队长的组织领导和队员的组织纪律、精神面貌、团队协作以及团队中存在的不足等方面进行点评!

12：00--14：00午餐时间(参观杨四将军庙)

14：00—16：00团队大比拼竞技项目：

踏笼飞渡：此项目由连绵起伏的浮箱和摇晃不定的竹笼组成，极大地考验参训队员的体能和意志，参训队员必须一步一个脚印，脚踏实地，坚定不移，才能顺利通过。(检验队员的团结协助、互相支持、相互配合的精神!)

鼓浪屿—平安桥：此项目波涛起伏、连绵不断，钢韧有余。既有连绵起伏又有欢声笑语，让你在欢笑中体验参与的乐趣!(平衡比速度更重要!)

搭桥过河：此项目难度较大。已经将人正常的步伐已经打乱，要求队员有果敢的行动能力、勇往直前的精神才能完成此项目的拓展训练。(检验队员面对困难重重的项目，必须有果敢的行动能力和相互协作的精神才能完成此项目!)

荡悠台：参训队员必须从岸边的起点，利用空中的长绳荡到水面的两个1平米的平台上，一个平台站满人后再转移到另一平台上，队员落水扣分或出局。

(相互理解、互相包容，相互支持与紧密合作，打破队员之间、男女之间、干部员工之间的隔阂才能顺利完成任务!)

16: 10--16: 40自由体验“闯关酷地带”

此项目是我基地难度最高、挑战性最强的项目之一，共由10关组成。让队员在挑战自我、超越自我的过程中体验闯关成功的喜悦。

自费项目：水战船：(水上争霸赛)，精彩刺激、留恋忘返!

16: 40--17: 00活动总结，返程!

以上活动行程，由教练根据当天天气及团队的情况灵活调整，以便达到更佳的活动效果。

注意事项：

- 2、为了便于拓展活动，请女同胞们尽量不要穿裙子；
- 3、一切活动听从教练及工作人员指挥和安排；
- 4、手术初愈或身体不适者不宜参加拓展训练；
- 5、园区水果为私人所有，请不要随意采摘，并请妥善保管好自己的贵重物品。

公司员工团队活动策划方案篇十一

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。（案徽灞2组可以男女混合、白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：每徽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米左右站着一个人，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)

做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。(徽2组、白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。(徽2组、白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。(徽2组、白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。

[公司户外活动策划方案]