

2023年公司户外活动 公司户外活动方案(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

公司户外活动篇一

公司楼下

50元/人费用含：

第一天：

13：00在约定地点集合出发，车上领队介绍路线、行程安排、注意事项，公司户外活动方案。

14：30到达

15：00开始

15：00团队活动：

16：00自由活动时间：

18：00烧烤活动开始，

21：00精彩的沙滩晚会：

23点活动结束；

第二天：

5: 30起来看日出

8: 00早餐后

10: 30在这里午餐，下午就返回xx

约14: 00回到xx□并期待下一次旅行。

1、双肩旅行背包

2、登山徒步鞋或旅游鞋

3、换洗衣服、游泳衣、裤

4、晚上睡帐篷防止着凉、带一件厚衣服或者毛巾被

5、太阳镜（主要是扮酷使用）

6、雨伞、头灯与备用电池

7、个人洗涮用品（牙膏、牙刷、毛巾、沐浴露、洗发水）

8、手机（岛上移动有信号、联通无信号）

9、至少2升个人饮用水以及你喜欢的零食）

10、个人旅途备用药品，规划方案《公司户外活动方案》。

以上清单仅供参考，根据个人需要而选择。

1、安全第一，听从领队的安排，遵守团队纪律，不得擅自离开团队。

2、带好相关证件，身份证、边防证（学生证和导游证，有的景点可以买到优惠的门票）等。

- 3、注意天气预报，带上一个健康的身体和舒畅的心情去旅游。
- 4、注意环保，做到带走的'是你的照片，留下的是你的脚印！
- 5、有时间观念。请记好出发时间和返回时间。否则后果自己承担！

公司户外活动篇二

对于公司团来说，户外活动包括爬山、海岸线穿越、露营、野外观光游玩、职业素质拓展训练等。下面是本站小编为你带来的公司户外活动方案范文，欢迎参阅。

一、活动背景及目的

“一进扬翔门，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，新食记食品有限公司作为扬翔股份的子公司，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南宁市石门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。

二、活动主题：欢乐石门行，快乐大家庭

三、主办单位：南宁新食记食品有限公司人事行政部

四、活动时间□ 20xx年12月22日、23日

五、活动地点：南宁市石门森林公园

六、活动对象：南宁新食记食品有限公司全体员工及食品事业部在新食记办公人员

七、活动前期准备

- 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。

八、活动流程

- 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

九、注意事项

- 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。

十、活动预算

对于公司团来说，户外活动包括爬山、溯溪(比较阴凉)、海岸线穿越、露营(主要在小岛、海滩)、野外观光游玩、职业素质拓展训练等。参加户外活动既可锻炼身体，又可欣赏自然景色，培养人们对自然和生活的热爱之情，使工作更有冲劲。在日常工作里，不同部门之间、甚至同一部门不同岗位的员工，往往因为各自的工作忙而沟通不足，从而导致团队的效率低；在户外活动里没有职位和部门的区分，员工的交流变得很自然，参加活动能增进沟通和了解，使工作更有默契、合作更流畅，工作自然就更有效率。户外活动的费用比旅游低得多，一般公司都可以轻松负担。组织员工参加户外活动，体现了企业对员工的关心，增加了企业的凝聚力，提高了工作效率。

公司团户外活动策划方案参考如下，四种组合仅供参考：

1、(休闲版)

a.上午cs野战+中餐+下午沙滩拓展+海滨休闲

b.上午cs野战+中餐+下午快艇上岛+海滨休闲

c.上午参观观音山+快艇上岛+中餐+下午cs野战+海滨休闲

d.上午杨梅坑踩单车+中餐+下午cs野战+海滨休闲

2、(豪华版)

a.上午参观大鹏所城+中餐+下午野战+海滨烧烤+篝火晚会

b.上午cs野战+中餐+下午快艇上小岛海钓+海滨烧烤

c.上午cs野战+中餐+下午出海观光捕鱼+海滨烧烤

3、(商务版)

a.上午cs野战+中餐+下午三个拓展培训(一个高空+两个地面)

b.上午商务会议+中餐+下午野战+海滨休闲+沙滩烧烤

4、(两天版)

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—个女生,手拿—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—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—起,多组并排—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—组4人男女混合(1男3女,第—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。（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(像网球网一样)，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。

公司户外活动篇三

希望通过本次户外活动，增进各部门员工之间的了解，增加大家的团队合作精神，缓解员工的工作压力，娱乐的同时培养大家的组织能力和创造力，号召大家亲近自然，注重环保。

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

10月7日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：

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。

公司户外活动篇四

我们在事业上寻觅着生命的亮点。春节后几个月的忙碌过去了，为了丰富一下大家的业余生活，在公司之余组织大家一次春游活动。

□XXXX年X月X日

全体公司成员

山

- 1、希望通过本次活动，给大家留下美好的回忆。
- 2、通过本次活动的促进一下公司新老员工的交流，彼此之间加深了解。
- 3、培养公司员工的'团结协作能力和团队意识，使员工能够充分认识到集体的力量。
- 4、让员工们离开城市的喧嚣，亲近自然，放松身心，回归自然。
- 5、本次爬山活动既是一次旅游，也是一次身材磨炼，同时也以此为契机，加强员工进行体育磨炼的意识。

1、活动日期□xxxx年x月x日

早上8:00公司集合。8:20出发。9:00左右到达，开始登山比赛。

游戏环节、拓展项目环节;中午简餐环节。下午16左右返回，晚饭聚餐。

2、活动地点□xxx国家森林公园

3、活动项目户外爬山，团队比赛以及拓展游戏项目。

4、活动参与人员:

5、预算费用:

6、活动策划人:

7、安全保障预员:

1、爬山比赛

2、游戏名称: 交换名字

3、猜词游戏

1、在活动期间，参加者应特别注意安全，一切听从指挥，严格禁止脱离组织擅自行动。

2、各位成员务必团结协作，互相帮助，共同进退。保护环境，除了笑声什么都别留下，除了回注意事项。

3、提醒全体同学们出发前手机充足电，出游全程保持手机处于开机状态，方便联系。

4、出行时由同学们自己根据自己的情况准备应急药品，如清凉油、风油精、晕车药等等，以处理突发状况。

1、如果5月15日出现恶劣天气，不能如期正常出行，则活动时间改期，活动时间再议。

2、如果出发前出现有因身体不适不能参加，对该全体员工进行合理安排，让其留下休息。若发生在游玩过程中，则应当就近联系负责人，并及时联系医生，事先由负责人了解景区的紧急电话。

公司户外活动篇五

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20xx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