

最新团建活动方案团队建设活动(优秀9篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。下面是小编为大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

团建活动方案团队建设活动篇一

一、活动背景：面对强大的学习生活压力和激烈的就业竞争，学生的心理素质面临着巨大的挑战，健康全面的心理素质是大学生成长成才的基本要求。在10月10日世界精神卫生日来临之际，通过教育活动使同学们能排除消极的心理因素，珍惜生命，树立积极向上的人生态度。同时这也是构建平安校园的重要保障，让我们共同创建阳光活力的校园。

二、活动内容：

接即将到来的期中考试。

2. 时间：20__年10月25日下午2：00

地点：

3. 活动流程：

1) 由团支书介绍心理健康知识。

2) 组织同学们观看心理图片、做心理测试。

3) 游戏一

猜数(三轮): 所有人围成两圈, 任选一个人在纸上写一个数字, 然后大家在1~100间进行猜测。每猜一次, 写数的人都会说“太大了”或“太小了”, 范围缩小, 最后猜中的人将成为受罚者, 等待处罚。

游戏二

猜猜我是谁(10轮): 选出一位同学上台表演, 模仿班级的另一位异性同学, 其余同学猜被模仿的对象。猜对次数最多的同学将获得奖品。模仿者的产生, 可以是自我推荐; 若无自愿者, 就由击鼓传花产生。

游戏三

凌波微步: 让同学们在草地上拉起许多没有规则但能让人穿过的绳子, 告诉游戏一中的受罚者“不能碰绳子穿过去”, 然后, 把这些人的眼睛蒙住, 再把绳子去掉, 接下来, 就看这些人的精彩表演吧!

游戏四

贴牌游戏(三轮): 一人抽一张牌, 贴在额头上。自己不许看自己的牌面, 但却能看到周围人的牌。2, 3最小, 同一个点数, 花色从大到小依次为黑桃、红桃、草花、方块。此时, 大家开始依次根据别人的牌面和表情, 猜测自己牌点是不是最小的。如果觉得自己最小, 可以放弃, 接受轻微惩罚, 但不许看牌面, 游戏继续进行。直到大家都不放弃时, 亮牌, 最小者受罚, 者有奖。

4) 对优胜者进行奖励, 惩罚该受罚的同学。

惩罚方式: 给每个同学分发一张小纸片, 由同学们写上惩罚方式, 但要注意强调方式的可执行性和合理性。叠起, 放入黑袋子中, 备用。轮到惩罚时, 让受罚的同学从黑袋子中拿

出一张纸条，由主持人大声地念出来，如该要求不违反社会道义，法则，要求合理，请受罚的同学必须按照纸上写的做。

5) 主持人作总结，活动到此结束。

4. 相关工作安排：

1) ___负责活动点的拍摄记录工作。

一点)，并准备好相机(请保证电满格)

3) 组织委员负责签到(请制作团日活动专用签到表，每次使用后都保管好，以后要用)。

4) ___负责凌波微步中牵扯绳子。

5) ___负责以短信的形式通知同学们和组织部_____ (组织部的同学要来评分)活动的时间和地点。

5. 附经费预算；

气 球 20元

绳 子 5元

双面胶 2元

奖 品 50元

总 计 77元

6. 活动中应注意的问题及细节；

___要时刻抓住活动精彩部分的瞬间记录下来；各级班委应注意调动活动氛围，积极参与。

7. 活动负责人： ____

团建活动方案团队建设活动篇二

指挥员： 总经理

培训师： 副总经理

裁判员： 行政经理

二、团队比赛团队游戏的目的是为了为了更好的建设团队,促进团队成员的团队协作能力。

1、破冰活动

时间： 20分钟

活动目的：打破隔阂、建立相互熟知、相互信任的团队氛围。相互之间的沟通是树立这种信心的基础，一旦信任完全建立，你会感觉到团队的工作气氛是那么的轻松、愉快。

活动目的：主要是激励和强化顽强的斗志和互助取胜团结必胜的信念。

协作系数：

体能要求：

危险系数：

3、过软桥

时间： 60分钟

活动内容：一段软梯挂在山坳的两端。队员必须利用绳梯从

山坳的一端走到山坳的另一端。共分成三至四组，各组经过团队协作使组里全员在最短的时间内通过软桥。

活动目的：打破心理舒适区生理反应，遇到危机的退缩趋势，突破自我心理舒适区一跳跃成功，团队激励的作用，也能帮助员工突破心理舒适区。

协作系数：

体能要求：

危险系数：

4、解手链形式：10人一组

时间：20分钟

活动内容：1、让每组成员围着站成一个向心圈。2、先举起自己的右手，握住对面那个人的手；再举起自己的左手，握住另外一个人的手；现在组员面对一个错综复杂的问题，在不松开的前提下，想办法把这张乱网解开3、告诉大家一定可以解开，但答案会有两种。一种是一个大圈，另外一种是两个套着的环。4、如果过程中实在解不开，可允许组员决定相邻两只手断开一次，但再次进行时必须马上封闭。

活动目的：让队员体会在解决团队问题方面都有什么步骤，聆听在沟通中的重要性，以及团队的合作精神。

三、团队野餐

团队比赛预计17：00结束，随后在风情园举行烧烤晚会活动。

四、保护环境、热爱生活

保护环境是人类最深远、长久的课题。近几年，世界各国遭

受着不同程度的自然灾害，人类要想征服可怕的大自然，就必须尊重自然。建议利用此次户外活动的时机，从我们自己做起，及时清理活动时产生的各种垃圾，保护环境，善待家园，共同创造一个美好的生活环境。

团建活动方案团队建设活动篇三

以增强公司员工团队意识、协作意识、大局意识，提高员工身体素质，增强体质，营造健康向上的企业文化氛围为目的，进一步加强公司凝聚力，全面促进公司企业文化和精神文明建设全面发展。丰富员工业余生活，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。

（一）内容：

爬山竞赛：竞赛共分3个组，分别为男女两组和团体组，男女各组以最先到达终点的人员为各组第一名、第二名，团体组以本团体人员全部到达山顶的为第一名。

（二）活动时间及地点：

1、时间□20xx年xx月xx日

2、地点：湖北咸宁潜山

全公司人员

参加人员务于月日前在潜山公园门口集合，开始登山

本次活动由xx校长任总指挥。设竞赛评比、管理保障小组。

（一）竞赛评比、管理保障组

组长□xx

成员□xx

主要任务：

- 1、负责参加活动人员的行政管理、安全保卫工作；
- 2、负责后勤供给保障，协调车辆；
- 3、评定竞赛情况

（二）参加活动团队编组：

按照报名人员安排编制分组。具体分组如下：

按实到人数进行分组，每组成员不高于6人，双数。

活动共设三个奖项，分别为第一名、第二名、团结奖（按活动名次等）。

- 1、公司领导就本次活动致词，作赛前动员，宣布比赛正式开始；
- 2、评委会根据各组到达时间，选出各组前2名和团体前1名
- 3、主持人宣布名次，由公司领导为获奖的选手颁奖
- 4、公司领导作总结发言，活动结束。

1、协调各部门，安排好值班人员；

2、购买奖品：一等奖，总价值元；二等奖，总价值元；团体奖1~3人，各价值元。预计支出元。

3、矿泉水□xx元；红牛□xx元；糖□xx元；xx零食元。

团建活动方案团队建设活动篇四

主题：公司团队户外拓展活动。

为了提高公司团队的协作精神,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。

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。

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。

公司全体员工。

(一)地点□x旅游区。

(二)时间：拟定20xx年x月x日-x日(x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。

x基地。

住宿，若有空一床位，补房差x元/人迷彩服：衣服+裤子+皮带。

团建活动方案团队建设活动篇五

美术教育302班作为一个集体组织，一个凝聚的大家庭。我们将决定通过农家乐的活动形式，让同学们更加团结，同时体验自己动手的生活能力，提升同学们的独立自主意识，从而进一步把我们班凝聚成一个更加和谐的大集体。

活动目的：

- 1、丰富班级成员大学校园生活
- 2、提高成员的班级凝聚力
- 3、为班级成员提供锻炼平台的机会

活动对象：

美术教育302班全体成员

活动地点：

松雅湖生态农庄

活动时间：

20xx年11月16号(星期六)

活动流程：

1. 早上8点30分集合后，9点到松雅湖生态农庄(各负责人重新清点人数并汇报组织人员)
2. 再进行团体活动和个人活动
4. 下午1点到3点为集体活动时间
5. 下午三点开始在农家乐内进行烧烤
6. 定为下午5点结束活动。

活动内容：

卡拉ok唱歌、钓鱼、踩气球、摘辣椒、采葡萄、二人三足、拔河、羽毛球、乒乓球、户外烧烤(活动项目及场地由农家乐提供场地以及部分设施道具，个别项目道具需有班费支出购买，在活动中会设置几个冠军奖奖品由班费支出。)

活动安排：

本次活动采用分组方式，设立五名安保人员保证活动的安全工作。本班共分4组，每组设

立组长。

活动要求：

注意安全，同学尽量集体行动，不可单独行动，安保人员需保证同学往返安全。本次活动同学遵守班长安排。

活动人员安排：

第一组组长： 第二组组长：

第三组组长： 第四组组长：

第一组成员：

第二组成员：

第三组成员：

第三组成员：

附表：

活动经费： 参与人数39人， 共计费用2655元。

经费说明： 进入农家乐每人50元， 另10元作为每组活动资金。
(每组十人， 共计100元， 由组长安排使用， 烧烤食材费包括在10元内)

烧烤材料费用： 15元(孜然3元、 辣椒粉2元、 胡椒2元、 竹签8元)

活动奖品费用： 200元

饮料费用： 每组25元共计100元

注： 如活动过后有余出班费统一由生活委员上交。

安保人员职责： 由罗露安排负责全体人员往返安全， 负责清点人数以及保证活动过程的顺利进行。

20xx年11月11日

团建活动方案团队建设活动篇六

1、 活动原则： 玩好、 吃好、 让员工开开心心， (安全第一，

活动第二)；

2、活动项：

1) 在特色饭店聚餐，大包间(20人)；

3)ktv唱歌

魔方ktv唱歌，活动时间控制在：4个小时内；

3、活动预算：

用餐1200元+唱歌1500元+回家出租车费用300元；

总预算控制在3000元；人均消费预算150元；

4、活动组织事宜：

4)活动组织负责人：黄满亮、黄帅；

5)活动日期□20xx年5月28日星期六，下午18：00出发；

6)地点：饭店：怡丰路(山东老家)；南城第一国际汇一城(魔方ktv)

7)活动纪律：参加者统一接受组织人员的安排，不得擅自离开团队单独行动，有事者须向相关组织人员请假，活动期间员工自己保管好自身的钱物，小心丢失。

1、活动结束后，员工结伴打车回家；

2、活动最终解释权归公司所有。

团建活动方案团队建设活动篇七

含义：部门文化即是一个组织由其价值观、信念、仪式、符号、处事方式等组成的其特有的部门文化形象。

人事规划(各专业人才、工作配合与互补、长短期规划)

诚信：相互之间以诚相见，对公司忠诚

尊重：既是要体现人和人之间人际关系相互尊重，也体现在尊重对方的劳动成果上

奉献：主观能动地完成工作，讲究奉献精神

领导能力：做为本部门的职业经理人，要讲究职业精神、专业化和领导能力，其中领导能力是本部门的一大特色。成员个体既是部门主管或经理，又要具有总部成员的工作安排、协调、目标达成方面的领导和安排能力。

入职培训(准备材料，公司全面介绍、制度培训、酒店管理部ppt规划，酒店展示、业态特征、职业经理人要求等)

学习与成长能力建设

户外拓展

集体活动参与

季度会议(培训提高、业务交流、头脑风暴)

定期视频会议

证书制(培训参加课时)

专业方案(根据公司发展及要求—核心诉求)形成自己模式：
如根据各业务板块及未来发展，形成方案。方案要对主要条款进行框架性的约定。

发挥合力，战斗力，团队目标共同达成，团队成果共同分享

团结、奋进、有干劲、睿智、年轻化

学习能力强

勤奋、敬业、专业

形象好：代表酒店这个服务行业的服务水准、具有时尚引领作用、素质和品味要高端、国际化。

培养贵族气质

学习能力强、有责任心，有培养前途

高素质、高学历，名校本科以上，硕士优先

高忠诚度

人性简单，不复杂，不搞事，一心一意，心甘情愿地做工作。

团建活动方案团队建设活动篇八

为了让员工更加熟悉公司现有的业务和资源;了解公司其他部门的日常工作;增强部门与部门间，同事与同事间的沟通、交流与合作;加强公司凝聚力;提高工作效率和员工的积极性;同时布置公司下半年的`工作任务，携手并进，为完成最终的目标而努力。

“敞开胸怀，自由奔放”

20xx年x月x日下午x点。

(附近酒店会议室)

全体员工

x为主，各部门领导轮番上场。

培训+互动游戏

(共分两个部分，共约4个小时左右)

前奏：(时间约30分钟)

老板布本次活动的意义，介绍公司情况，介绍各部门情况及负责人，同时公布下半年工作目标和工作计划。下面的时间交给各部门负责人。

各部门负责人轮番登台介绍本部门成员，以此种方式，比如：“这是客户部有活力的美女——”，然后——登台跟大家打招呼，用最幽默代表性的语言自我介绍，包括工作职责，兴趣爱好等，目的是让大家对自己留下深刻印象。部门成员全部介绍完毕后，负责人描述本部门工作职责，日常工作情况，结合成员展开，同时找出最能代表本部门工作情况或未来期望的词语或句子作为本部门的代号(此代号可以作为互动游戏中口号)。

第一部分：培训(每个部门时间控制在15分钟□q&a阶段控制在2分钟，中间有10分钟休息时间，共计2小时30分钟)

流程：各部门负责人结合本部门工作内容、工作范围和主要产品，为公司员工培训。

客户部☐x

媒介部☐x

设计部☐x

策划部☐x

第二部分：互动游戏。

宗旨：加强团队合作，促进各部门之间协作，增进同事之间的了解。

团建活动方案团队建设活动篇九

-2012年第二季度 方案一：胜天农庄春游一日游

时间：2012年4月至5月

地点： 武汉市黄陂区.王家河街.长堰.胜天生态农庄

景区介绍：胜天农庄是一家集种植（纯绿色种植）、养殖、自然风景、名胜古迹、乡村旅游、休闲度假、户外拓展运动、餐饮娱乐等多功能为一体的实业基地，也是武汉市目前唯一的运动型风景区。胜天农庄是现代旅游休闲和体育运动的最佳营地。登山是春秋两季的一个活动主题，目的地为海拔587米的天山古城，途径木兰第一宫、尖顶石（也叫青蛙石）、天山第一峰。在整个活动中穿插了丛林越野、攀岩、速降、搭绳过涧、水上飞索等许多另类户外活动。在这里你可以亲近自然、享受阳光、挑战自我、感受童年！篝火晚会、松枝烤全羊、土鸡等更是胜天农庄的特色。春天，你可提篮采茶，菜挖竹笋，寻找野菜及蘑菇，享受春的气息。生态园采摘按斤称。农庄生态草莓：10元/斤，野菜竹笋免费带走。

上午：黑沟攀岩、瑶池过涧铁索桥

中餐：地道的农家餐，土灶大锅烧制。游客可以点餐，也可以定团队餐。团队餐最低标准

200元/桌起（九菜一汤，五荤四素）

下午：生态园偷菜

自费项目：真人CS、钓鱼，烧烤、棋牌等

预算费用：150元/人

1. 胜天农庄一票通：成人88元/人，1.2米以下儿童免胜天农庄一票通。

烧烤钓鱼偷菜真人CS野战

方案二：武汉东西湖石榴红村采摘农家乐一日游

时间：2012年4月至5月

地点：武汉东西湖慈惠农场

景区介绍：东西湖石榴红村这里有黑瓦白墙的房屋，错落有致，尽显楚韵徽派的古朴祥和；叶绿花红的蔬果，四季飘香，展示清润迷人的绰约风姿；碧波荡漾的汉水，蜿蜒流淌，以其清波碧泉扮靓这田园风光……在这里虽无城市之富丽奢华，无丝竹管弦之乐，却可静听虫鸣蝉唱，释放心情。让人感觉仿佛到了人间仙境，世外桃源！早上由武汉市内乘空调旅游车前往风景秀丽、令人悠然神往的东西湖新试验新农村——石榴红村，经1.5小时抵达石榴红村，组织参观农村新面貌。中午12：00在规定地点集合，用中餐，中餐为特色农家餐，中餐后体验农家乐，自由采摘瓜果蔬菜。在这里游人可以戴

上草帽、挎上小篮、卷起裤脚，到田间采摘一把新鲜的绿色蔬菜；可以认养一份属于自己的菜地，尽享劳动和收获的喜悦，感受“采菊东篱下”的自然乐趣；可以携手一家老幼，品尝地道的农家风味小菜，住宿实惠而现代的农家标准房；还可以垂钓汉江、堤边放牧，尽情体会垂柳拂风，鸡犬相闻的乡间风情。

下午15:00停车场集合，带着收获的喜悦乘车回到温暖的家。

预算费用：100元/人

建议：采取方案一，胜天农庄位居黄陂，车程1.5个小时，不算太远，游玩项目多，更适合我公司年轻人玩。