# 团建活动策划模板7篇

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2024-02-19

*在开展所有活动之前我们务必要撰写活动策划，小伙伴们知道活动策划在梳理的时候有哪些必然要留意的方面吗，以下是小编精心为您推荐的团建活动策划模板7篇，供大家参考。团建活动策划篇1一、活动主题走出校园面向自然，增进学生会内部交流。二、活动时间\_月...*

在开展所有活动之前我们务必要撰写活动策划，小伙伴们知道活动策划在梳理的时候有哪些必然要留意的方面吗，以下是小编精心为您推荐的团建活动策划模板7篇，供大家参考。

团建活动策划篇1

一、活动主题

走出校园面向自然，增进学生会内部交流。

二、活动时间

\_月\_日上午8：00开始

三、活动地点

享趣拓展基地

四、参与人员

20\_\_届\_\_学院学生会全体成员

五、活动主办单位

\_\_学院\_\_学院学生会生活部

六、活动背景

户外素质拓展是一项积极响应三走号召的活动，它以培养大学生的综合素质为核心，以培养创新和实践能力为重点，以普遍提高科学素质和人文素质为目的，为大学生的综合素质培养进行科学规划、个性化培养和综合性开发。

七、活动目的

为了丰富大学生的课余生活，培养团队合作意识，提高实践和创新能力;同时也可以提高大学生的人际交往能力，培养拼搏奋斗精神，最终提高大学生的综合素质。

大学生户外素质拓展策划案

八、前期准备

前期日程安排表：

(一)

分配部员构想素质拓展活动中的小游戏，每人想一个。

不符合要求或没有可行性的方案要求重写。

(二)

部长综合整理部员的小游戏方案，再对小游戏方案进行修改与补充。

(三)

分配部员开始写素质拓展策划案。

与此同时部长也开始写策划案。

(四)

两位部长将策划案整合修改，进行补充，7号下午和部员一起商量整个活动的细节。

(五)

上交策划案。

(六)

分配游戏负责人，让负责人熟知游戏规则，游戏流程，玩的游戏所需要的道具。

(七)

生活部开会。主要考察各个游戏负责人对自己所负责游戏的熟知程度(不熟的加以督促)，以及更加细节化的讨论整个素质拓展小游戏的赛制问题以及小游戏分组问题。

(八)

确定下来的游戏可以开始置办游戏道具，每个负责人再仔细想一想自己所负责的游戏有没有纰漏与差错。

(九)

将游戏道具全部置办完毕。

(十)

在学生会内部宣传素质拓展活动，并且通知各部门所需要做的准备有哪些以及各部门将能参加活动的人数上报给生活部进行统计。

(十一)

进行最后一次的审查，以防出现差错。

九、活动流程

活动流程安排表：

早8：00在学校东门集合。

8：30学生会集体徒步到\_\_公园。

9：30左右进行第一个小游戏：衔杯竞走。奖品：棒棒糖。

10：00左右进行热身游戏：萝卜蹲与正话反说。决出不战而胜队。

10：40左右进行第二个小游戏：袋鼠赛跑。奖品：1袋小面包。

11：00左右中场休息，大家可以在草地上休息吃午餐表演节目。若有冷场，我们可以进行一个小游戏：姿势复制机。

13：30左右进行下午的第一个小游戏：保护女王。

14：30左右进行正话反说游戏决出不战而胜队。

14：45左右进行第二个小游戏：翻卡纸。奖品：一箱红牛。

15：30之前户外素质拓展活动结束。

注：游戏介绍

1、第一个小游戏

(1)游戏名称：衔杯竞走。

(2)游戏人数：每组四人，可多组共同参加。

(3)游戏道具：纸杯35~45个。

(4)所需经费：0元(团委办公室有)

(5)游戏规则：一个部门出4个人变为一组，总共有7组。初赛分两轮，第一轮四组比赛，第二轮三组比赛。两轮决出的两个胜方进行决赛，决出最后赢家。游戏可在一个15米长的规定赛道内进行，每组4位选手每隔5米站一个人，起点处部门其他成员帮忙将水倒入第一位选手杯中，在终点处再放一个纸杯(由生活部成员拿着)。游戏开始后，第一位选手用嘴衔住纸杯进行运水，运水时只能走不能跑，走到第二位选手身边，用嘴将杯中的水倒入第二位选手杯中(此时第二位选手也得用嘴衔住纸杯)，游戏时3分钟，结束后使用称量来确定各组成绩。

2、热身游戏

在进行第二个游戏之前先进行萝卜蹲游戏选出一个部门作为不战而胜队(若最后抉择不出胜负，最后两个人就进行正话反说游戏决出胜负)。最后胜利的部门可以直接进入下一次游戏的决赛。

3、第二个小游戏

(1)游戏名称：袋鼠赛跑。

(2)游戏人数：不限。

(3)游戏道具：一袋气球。

(4)游戏规则：每个部门出三个选手，气球现场吹(计时)，气球炸了同部门人帮忙重吹。让其中2个队员站在起始线上，他们的另一个搭档站在终点线上。让第一位带球的队员把气球放在膝盖之间，并且放好之后，手不能再碰气球。告诉带球的队员，听到你的信号后，像袋鼠一样跳跃通过运动场(保证气球夹在膝盖之间)，到达运动场对面的终点线时，将气球传递给搭档仍旧要求不能用手碰气球(若此时气球掉了，那么第一位选手要将气球重新夹在腿之间传递给搭档)。交换气球后，搭档夹着气球跳回起始线。在起始线的第二位队员像之前队员一样袋鼠跳到终点线上。最先跳回终点线的那个小组获胜，在此过程中要求气球始终夹在膝盖之间。

现场总共八个部门，除去一个不战而胜队，其余六个部门分为两组，进行淘汰赛。每个组的获胜组再进行比赛，最终胜出的小组与不战而胜队进行最后的决赛。

(5)获胜奖励：赢的部门获得午餐加餐一袋小面包。

4、防止冷场的小游戏

(1)游戏名称：姿势复制机。

(2)游戏道具：无。

(3)游戏经费：无。

(4)游戏规则：七个部门每个部门派出两名成员参加比赛。七个小组抽签决定比赛顺序。比赛之前给出五分钟，每个小组想出一个其他小组难以做出的动作(需要两个人合作)。比赛开始时，第一个小组只要做出自己需要做的动作并且坚持3秒，成功之后第二个小组首先要做出第一个小组做出的动作坚持3秒，成功之后才能做自己想出得到动作，并坚持3秒。第三个小组就要先做出第一个小组动作，再做出第二个小组动作之后才能做自己小组的动作，以此类推。不成功的队伍就淘汰，最后决出胜方。

(5)获胜奖励：赢的部门获得饭后甜点一箱牛奶。

5、下午的第一个小游戏

(1)游戏名称：保护女王。

(2)游戏道具：一个排球。

(3)游戏经费：10元。

(4)游戏规则：将学生会全体分为两大队，每队12人，其余人站在场外框出一个较大的场地，在场地内相对而站，每队选出一位女王，然后剪刀石头布决定发球的一方。比赛开始时，发球方开始用球击打对方成员，被打中的人就被淘汰，游戏继续，如果女王被打中，整个队伍淘汰，对方队伍获胜。淘汰的成员自动加入场边人的阵营。如果球打到场边，场边人可以发球，将球传给任意你想帮助的一方，但是场边人不得攻击比赛的任意一方，被打中的人攻击无效。

6、正话反说游戏选出不战而胜队。

7、下午的第二个游戏

(1)游戏名称：翻卡纸。

(2)游戏道具：单色卡纸100张(红色30张，蓝色30张，黄色30张)。

(3)活动经费：10元。

(4)游戏规则：每个部门选出一男一女作为参赛人员。将60张卡纸平放在地上(不重叠)，20张红色朝上，20张蓝色朝上，20张黄色朝上。三三对决，分为红队、蓝队和黄队，比赛开始时，红队的选手要把除了红色卡纸的其他卡纸翻到背面，以此类推，两分钟结束统计，哪一面朝上的颜色多，哪一队获胜。两轮对决之后胜出的小组再与不战而胜队进行决赛。

(5)获胜奖励：一箱红牛。

十、现场人员安排

(略)

十一、后期工作安排

生活部上交此次素质拓展活动总结。

十二、经费预算

(略)

十三、注意事项

1.、在素质拓展开始之前要告诉参加此次活动的所有人注意人身安全，也要注意钱财安全。

2、此次活动的目的是增进学生会成员间的感情，要提醒成员们友谊第一，比赛第二。

3、留意当天天气状况，做好应急准备。

4、保证游戏的公正性。

十四、可行性分析

1、此次户外素质拓展游戏意在增强学生会内部的凝聚力，对学生会以后工作的开展与进行有很大好处。

2、此次户外素质拓展活动十分有趣，也可满足我们出去走走的愿望，所以值得举办。

团建活动策划篇2

一、活动背景

秋天，是一个美丽的季节，在这个美丽的季节里，落叶纷纷，大雁南飞、瓜果飘香，为什么在这个季节里我们不去亲近大自然，去看看那金色的菊花，看看那硕大的瓜果?那就让我们出发吧，向树林进发，向大自然进发，向田野进发。走，让我们秋游去!去看看那神秘的大自然!在这秋高气爽的季节里，带大学生出去秋游是件很有意义的事，不仅让大学生走进大自然，感受秋天绚丽多姿的美景，同时也可对青年大学生进行各方面的教育。

二、活动目的

充实会员周末生活，让会员感受协会氛围，会员之间相互认识了解，加深交流，更好地融入协会，增强协会凝聚力。

通过秋游放飞童心，培养会员热爱大自然的情怀;

通过亲近大自然，可以培养会员关心同伴的爱心;

通过秋游可能对会员进行安全教育;

通过精心组织的互动活动，培养会员的合作意识;

三、活动地点

展览馆，玄武门，情侣园

四、活动组织：

1、活动总负责：

海鹰辩论社、经贸辩论社、交通辩论社

2、活动策划书：

海鹰辩论社策划部

3、活动时间：

11月13日

4、参加人员：

三校辩论社成员

5、乘车路线：

旅游公司专车、地铁

五、活动行程安排

xx

六、注意事项

(1)上下车能有序排队，不拥挤，就座时能互相谦让。不在座位上打闹，不将手、头等伸到车窗外。

(2)不在公共场地乱丢果皮纸屑。

(3)一切行动听指挥，如有事情必须先向组织人报告。手机保持开机，好找人。

(4)自由活动时能开展一些有益、有趣、有序的活动，不作危险游戏。

(5)不暴饮暴食，注意饮食卫生。

(6)关于本次活动的未尽事宜，辩论社将另行通知。

七、活动经费

车费暂定20元

备注：午餐自备

八、活动前期准备

1、会员选择项目，十一月10号前报至各自各部长处。

2、各部长将统计结果报会长，确定出游项目，并迅速通知各会员。

3、会长负责组织调配人员安排活动，去公交车站联系包车

九、活动意义及总结

此次活动实惠安全，很有实际意义。对会员来说，经历了一次协会之间的秋游，得到放松与锻炼;对协会来说，有利于协会与协会的了解，增进了友谊，彰显协会活力。

团建活动策划篇3

聚餐中的我们活动简介：到场人数39人，游戏参与人数预计30人，将30人分为5组，每组成员将由中国留学生和外国留学生共同组成，同时尽量将每组成员的男女比例分配均匀。每组由一个主持人作为队长带领组员进行游戏，各个组合可以根据情况给自己队伍起个名字。并以该队名进行接下来的游戏环节。

活动一共分为六个环节，才艺表演一个环节，游戏五个环节，每个环节都会设置比分，每组队员根据队员在每个环节的表现都会获得相应得得分，得分将会在五个游戏环节中累积，在所有环节的游戏结束时，得分最高的队伍将会得到相应得奖励。同时，我们的每组都会设置惩罚环节，惩罚的对象为每组得分最低的队伍。

活动流程：

预定主持人：

(1) 主持人致开场白

(2) 才艺表演

(3) 游戏第一环节：指手画脚(ppt形式)

道具：ppt

游戏规则：

1)每组选派两人进行游戏比赛，一人比划一人猜测

2)限时3分钟

3)比划时可以用肢体语言和口述语言表达的形式向猜词者传达信息，但不能说出这个词语中的任何一个字，否则作废。

4)猜不出可以喊过

5)观众不能提醒，猜出词语最大的队伍获胜

计分规则：每猜对一个词语得分0.5，猜错不扣分

惩罚环节：在该环节中，得分最低的队伍里每一位成员喝一杯由此轮游戏环节得分最高的队伍调制的特色酒水

?你好，新青年(4)游戏第二环节：两人三足运气球

道具：尼龙绳或者废弃的横幅条、足够数量的气球

游戏规则：

1)每组选派两到三人进行游戏比赛

2)将相邻两人之间的脚踝用绳子相绑，相邻两人之间的手臂之间可以叫一个气球

3)每组队员以接力的方式将气球运送到目的地

4)限时10分钟，中途掉落的气球不算数

5)运送气球最多的队伍获得胜利

积分规则：每运送成功一个气球获得0.5分

惩罚环节：在该环节中，得分最低的队伍需要帮助得分最高的队伍进行身心放松，每一位成员对其他人进行按摩

(4) 游戏第四环节：大自然的搬运工

道具：一次性纸杯、饮用水、若干相同规格大水杯

游戏规则：

1)每组成员成竖状队形依次排列

2)由第一位队员用纸杯盛满水，交给第二位队员，第二位队员用嘴进行衔接

3)第二位队员用嘴刁住纸杯后，将纸杯传给下一位队员，依次传递

4)最后一位队员接到盛水纸杯后，用嘴巴将其倒入大水杯中

5)限时5分钟，蓄水最多的队伍获胜

计分规则：游戏结束后，蓄水最多的队伍得5分，其次依次4分、3分、2分、1分

惩罚环节：在该环节中，得分最低的队伍组员之间两人之间需要夹爆2个气球

(5) 才艺表演环节

(6) 游戏第五环节：相亲相爱抢凳子

道具：10张凳子

游戏规则：

1)每组选派两到三人进行游戏比赛

2)10人围着9个板凳站好，另选一个敲鼓。鼓响人转，鼓声随机停止

3)没做到板凳的人被涛谈，每次涛谈一人的同时，在减少一个板凳。如此循环，知道留下最后3人胜出

积分规则：游戏结束后，仍在场上的队员获得5分，其余队员不得分

(7)游戏第六环节：123木头人

道具：简单安全的障碍物(简易制作的泡沫板、榻榻米模型)

游戏规则：

1)每局每组选派一人参加比赛，一共1到5??

2)主持人背对选手，各位选手站在主持人背后十米左右，由主持人喊开始即开始游戏

3)开始后即向主持人方向运动，当主持人喊停后，所有队员保持当前动作静止不动，当主持人喊开始后，才能继续运动

4)哪位队员最先穿过相应障碍物后碰到主持人背部即为获得胜利

积分规则：获胜的队员可以为该对赢得5分，第二位可得3分，第三位得1分

(8)游戏结果统计：

根据以上各个游戏环节的得分，从而算出每个队伍总的得分，得分最高的队伍可以获得相应得奖品，并由某某主席进行奖品颁发环节，全体成员进行合照纪念。

(9)主持人致结束语

场地预定电话：xx(鲁管家)?

团建活动策划篇4

一、组织人员分工

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

1、破冰活动。

时间：xx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：xxx。

体能要求：xxx。

危险系数：xxx。

2、过软桥。

时间：xx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—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：xxx。

体能要求：xxx。

危险系数：xxx。

3、解手链形式：xx人一组。

时间：xx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，在不松开的情况下，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xx：xx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。

团建活动策划篇5

为加强区青企协团队建设，提升协会凝聚力，促进企业交流，增强会员友谊，拟定于20xx年4月中旬举办会员户外拓展活动，方案如下：

一、活动时间：

20xx年4月11日(周五)—13日(周日)

二、活动地点：

惠州南昆山大观园户外拓展基地

三、参与人员：

协会全体会员

四、组织方式：

以分会为单位，由各分会长牵头，各分会秘书处负责发动、报名和组织工作

五、活动日程及内容

4月11日(周五)

下午2：00集中出发

下午5：30到达南昆山并入住

下午6：30就餐、交流

4月12日(周六)

上午08：30早餐

上午09：00进行拓展

中午12：00午餐，稍作休息

下午2：00关于协会发展交流会

下午6：30晚餐、交流

4月13日(周日)

08：00早餐

09：00分享会(每个会员自备企业ppt进行介绍)

12：00午餐

14：00返深

六、活动费用：

1400元/人+会议室等(按实际报名情况再定)(协会承担所有相关费用)

七、其他事项：

1、参加活动人员原则上集中乘坐大巴车，统一前往;有特殊情况需自驾车前往的，请于当天下午6点钟前到达目的地。

2、若需要请假的会员，务必派一名公司高管代表参加活动，并做好企业介绍、分享的准备。

3、本次活动为协会集体活动，请各分会高度重视，精心组织，认真做好报名发动组织工作。

团建活动策划篇6

为了丰富协会会员们的课余生活，为了加强会员之间的沟通与交流，促进友谊，也为了给会员们提供一个展现自我的平台，在本学期结束前满足广大吃货们对吃的愿望，使大家在参与活动的过程中深刻体会到“自己动手，丰衣足食”的精神，生环学院食尚食品协会特策划举办此次“吃货乐”活动。

活动时间：

xx年12月8日（星期六）下午3：00

活动对象：

xx大学生命与环境科学学院食尚食品协会成员

活动地点：

温医旁小吃街云平农家乐

活动内容：

参加活动的成员分组自己动手做菜

活动流程：

协会成员按班级分组，选出小组长→由小组长带领组员购买做菜材料→手持做菜材料拍集体照→小组成员利用自己所买的材料做菜→品尝自己小组的成果，并且各个小组进行交流

预期效果：

各组员分工合作，完成一桌菜，开心的分享

经费预算：

场地费：4元/人x60人=240元

每组材料费用：100元/组x7组=700元

做菜调料：200元

合计：1140元

可行性分析：

期中考试已经过去，期末考试还有一段时间，所以对大多数同学来说周末应该是有时间的，而且可以让会做菜的同学在所有人面前展示自己，让不会做菜的同学学习做菜，以小组的形式开展，有利于大家交流感情增进友谊。

团建活动策划篇7

一、活动简介

此次团队建设活动是由：道具类设施游戏及团队协作类游戏组成。

该活动是展现员工团队协作力的平台。通过员工团队协作，各队进行比拼竞技，从而充分展示并提高员工的团队意识及协作能力。

本次团建活动的宗旨是：爱岗、敬业、进取、团结。

二、活动人员

公司80名职工。分为四队。

三、活动内容

1. “旱龙舟”————————————热爱岗位，企业心。

2. “团队美食大比拼”————————负责认真，工作情。

3. “蛟龙出海”———————————努力上进，有所志。

4. “八十人超大规模挑战蛟龙出海”——团结一心，万披靡。

四、活动时间及地点

时间：20xx年 月 日，12：30—16：30

地点：max体育公园

五、活动流程及详解

(一)活动流程

9:00—10:00 所有人员集合，大巴发车开往max体育公园，由团 建老师在车上进行抽签分组，将所有人员，平均分 为4队

10:00—10:15 大巴车到达max体育公园，所有人员按照分组整队

10:15—10:30 由团建带队老师宣读活动内容简介及各项注意事项

10:30—11:30 “旱龙舟”团建活动培训指导及展??

(在本轮活动中决出的排名，将在下一轮“团队美 食大比拼”活动中获得不同程度的团建游戏支持)

11:30—14:30 “团队美食大比拼”团建活动培训指导及展??

14:30—16:00 “蛟龙出海”团建活动培训指导及展??

16:00—16:15 所有队员留影纪念，并颁发“ 80人超大规模蛟龙 出海”挑战成功奖杯

16:15 大巴出发，将所有人员安全送回公司

(二)活动详解

“旱龙舟”

每队分成2组，接力折返。比赛距离为30米，每支队伍由“起跑线”出发，以旱龙舟完全越过“接力线”为走完单程，站在“接力线”后待命的接力队伍接过并穿戴好同队的旱龙舟出发，以旱龙舟碰完全越过“起跑线”停表。比赛用时最少获胜。(队伍排名，在下一轮“团队美食大比拼”活动中将获得不同程度的团建游戏支持。)

“团队美食大比拼”

依照方才“旱龙舟”决出的`名次，分别在本来已有的装备基础上 附加获得如下装备。

第一名：扇子x1，手摇鼓风机x1，引燃酒精x1，秘制烤肉酱x1

第二名：扇子x1，手摇鼓风机x1，引燃酒精x1

第三名：扇子x1，手摇鼓风机x1

第三名：扇子x1

第一环节：各队队员使用原有装备+附加装备进行生火速度比拼。 将炭火完全生起后，各队依照生火速度可以来裁判区领取附加食 材。依次分别是：海鲜x1，红肉类x1，白肉类x1，蔬菜x1。

第二环节：12:30时，裁判将给每队发放闭合完整扇贝一个，最快速度将此扇贝烤至壳口张开的队伍，将获得神秘食材一份。

第三环节：13:40结束烧烤，所有队员共同努力，十分钟之内可以将各自区域整理清扫，并且通过裁判审核的，便可获得团队精美水果x1

(活动期间，会不间断穿插各类小游戏及各类美食奖励)

“蛟龙出海”

每位队员的左脚与旁边队员的右脚绑在一起，仅最旁边两位队员绑一只脚，其余队员两脚都与旁边队员绑在一起，赛道长度30米，四队先分别挑战，能够在40秒内完成挑战的视为成功，方可参加80人集体“蛟龙出海”。

“八十人超大规模蛟龙出海”挑战

需全员参与，80人共进退，从起点行至终点，若中途出现摔倒或者绑腿绳松开的情况，需从起点重新开始挑战，最终能在90秒内完成，方视为挑战成功。(总练习加挑战时间不得超过60分钟)

六、活动预算

团建活动预算

序项目名称数量单价(元)小计总计

1场地(max体育公园)

1.01活动所用场地费----8000

合计

8000

2餐饮

2.01美食大比拼——烧烤(人份)801008000

2.02矿泉水1602320

合计

8320

3策划管理、布置

3.01活动策划费----4000

3.02活动执行费----8000

3.0312米长横幅4120480

合计

12480

4道具

4.01旱龙舟(副)2400800

4.02绑腿绳8010800

4.03八十人绑腿跑挑战成功奖杯1100100

合计

1700

5后勤

5.01大巴28001600

5.02保洁--400400

合计

20xx

总计32500

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！