**三中07届三班毕业十周年聚会户外活动及详细规则**

1）热身活动：解心锁（15min）

目的：全队齐心解开“心锁”

要求：1、全队手拉手围成圈，牢记左右手牵的是谁的左右手

2、放手，中间靠拢，打乱各自站位，按照之前记好的牵手状态重新牵手

3、众人齐心合力解开心锁，恢复成一个圈，主持人总结。

2）人员划分为两队，各自为自己队伍选队长，起名，设计队旗，出场舞，口号（10min）

3）两队竞赛

活动一：衔杯传水

目的：增进亲近感，考验成员配合、协做能力。

要求：人士选八名一组，男女交替配合。共选十六名员工，分二组同时进行比赛。另有二名人士辅助组第一名人士倒水至衔至得纸杯内，再一个个传递至下一个人得纸杯内，最后一人得纸杯内得水倒入一个小缸内，最后在限定得五分钟内，看谁得缸内得水最多，谁就获胜。

活动二：报纸功夫（三局两胜）

目的：考察队友创造力，默契度，协作能力

要求：1、各组互相商量要如何去才可以站上最多得人。（2min）

2、依照号令比赛，哪一张椅子上站最多得人。

3、可以规定一个时限。（3min）

活动三：袋鼠跳、糖瓜粘

目的：增进亲近感，考研成员配合、协作能力

要求：各队抽三名队员上场，双脚放入麻袋中，跳到折返点处，咬下从天花板上悬下糖瓜，最先回到起点得队为胜。

(活动有待补充)

……