**三中07届三班毕业十周年聚会户外活动及详细规则**

1. 全体热身项目

解手链

一、游戏简介：所有的队员手牵手结成了一张网。队员们这时是亲密无间紧紧相连的，但是这个时候的亲密无间紧紧相连却限制了大家的行动。我们这时需要的是一个圆，一个联系着大家，能让大家朝着一个统一方向滚动前进的圆。在不松开手的情况下，如何让网成为一个圆？这是团队的严峻挑战。

二、游戏人数：8－12 人/组

三、场地要求：开阔的场地一块

四、游戏时间：15分钟左右

五、活动目标：锻炼新团队的沟通，执行及领导力。

2）分队对抗项目

全员分为两队，选出各自的队长，并在各自队长的带领下，完成为自己队伍起名，设计队旗，口号，以及出场式的任务。（15分钟）

活动一、无敌风火轮

一、项目类型：团队协作竞技型

二、道具要求：报纸、胶带

三、场地要求：一片空旷的大场地

四、游戏时间：10分钟左右

五、详细游戏玩法：12-15人一组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环，并滚动到指定位置，用时最少的队伍获胜。

六、活动目的：本游戏主要为培养学员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；培养计划、组织、协调能力；培养服从指挥、一丝不苟的工作态度；增强队员间的相互信任和理解。

活动二、齐眉棍

一、游戏简介：全体分为两队，相向站立，共同用手指将一根棍子放到地上，手离开棍子即失败，这是一个考察团队是否同心协力的体验。在所有学员手指上的同心杆将按照培训师的要求，完成一个看似简单但却最容易出现失误的项目。此活动深刻揭示了企业内部的协调配合之问题。

二、游戏人数：10-15人

三、场地要求：开阔的场地一块

四、需要器材：1米长的轻棍

五、游戏时间：30分钟左右

六、活动目的：在团队中，如果遇到困难或出现了问题，很多人马上会找到别人的不足，却很少发现自己的问题。队员间的抱怨、指责、不理解对于团队的危害…… 这个项目将告诉大家：“照顾好自己就是对团队最大的贡献”。 提高队员在工作中相互配合、相互协作的能力。 统一的指挥+所有队员共同努力对于团队成功起着至关重要的作用。

活动三、坐地起身

一．项目类型：团队合作型

二．道具要求：无需其他道具

三．场地要求：空旷的场地一块

四．项目时间：20分钟-30分钟

五．详细游戏规则：

1、要求四个人一组，围成一圈，背对背的坐在地上；

2、在不用手撑地站起来；

3、随后依次增加人数，每次增加2个直至10人。

在此过程中，工作人员要引导同学坚持，坚持，再坚持，因为成功往往就是再坚持一下。

六．活动目的：这个任务体现的是团队队员之的配合，该项目主要让大家明白合作的重要性。

活动四、疯狂的设计

一、游戏类型：益智型、团体合作型

二、游戏目的：增强组员的团体合作能力

三、游戏人数：至少两个小组，每组10人左右

四、游戏道具：小纸条、笔（工作者提前准备）

五、游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词，然后用最短的时间摆出这个单词。

六、游戏时间：30分钟

活动五：衔杯传水

一、游戏类型：团队合作型

二、游戏目的：增进亲近感，考验成员配合、协做能力。

三、道具要求：纸杯若干，小桶两个

四、场地要求：一块空旷的场地

五、游戏人数：两个小组，每组5人

六、游戏规则：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。

七、游戏时间：15分钟左右

活动六：报纸功夫

一、游戏类型：益智型、团队合作型

二、游戏目的：考察队友创造力，默契度，协作能力

三、道具要求：每组一张报纸

四、场地要求：一块空旷的场地

五、游戏人数：5人以上

六．游戏规则：1、各组互相商量要如何去才可以站上最多得人。

2、依照号令比赛，哪一张报纸上站最多得人的小组获胜。

七、游戏时间：10分钟左右