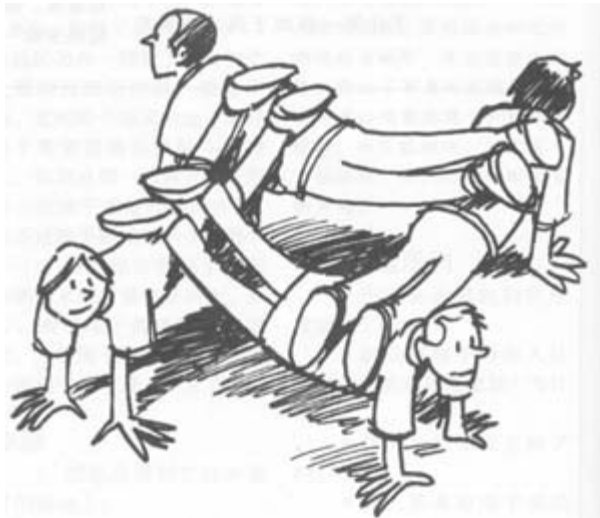


摆造型[户外拓展训练]



时间：

10~20分钟

人数：

不限

道具：

一块宽敞的草坪。

概述：

这是一个团队游戏，使大家共同参与，创造一个俯卧撑世界纪录。

目的：

使整个团队参与到一个互助的游戏中来。

准备：

步骤：

1. 选4位志愿者，保证他们中的每个人至少能做一个俯卧撑，而背部不出毛病。让那些不想参加游戏、不能做俯卧撑的人做监护员。

2. 4个志愿者做一次集体俯卧撑。为了完成动作，他们必须趴在地上，把双脚放在彼此背上，做俯卧撑。如果他们能按要求正确完成，地上就不会有脚，只有四双手。

3. 4个志愿者成功做完第一个俯卧撑后，其余队员便参与进来。每做完一个集体俯卧撑，增加一个新队员继续进行，并且所有成员都必须趴在地上从头开始。目的在于使尽量多的队员参加完成一个超大俯卧撑。

讨论问题示例：

·你们在游戏中遇到了什么问题?如何对问题进行拆分的?每个人都做了什么?

·如何将这个游戏和我们的实际工作联系起来?

安全：

背部有毛病的人不允许参加游戏。

变通：

整个团队尽力完成最大的俯卧撑后，保持该造型移动3米，再次扩展世界纪录。