

湖南生物机电职业技术学院

毕业设计作品

题 目： 和道源农庄户外团建活动设计方案

课题类型： 方案设计类

姓 名： 李奕

专 业： 休闲农业

班 级： 休农 19307

指导教师： 陈彦汝

2021 年 12 月 8 日

诚信声明

本人郑重声明：所呈交的高职毕业设计是本人在老师的指导下，进行研究工作所取得的成果，成果不存在知识产权争议。除文中已经注明引用的内容外，本设计不包含任何其他人或集体已经发表或撰写过的作品或成果。对本设计的研究做出重要贡献的个人和集体在文中均作了明确的说明并表示了谢意。本毕业设计的知识产权归属于培养单位。本人完全意识到本声明的法律结果由本人承担。

毕业设计作者签名：李爽

2021 年 12 月 8 日

目 录

一、设计背景	1
(一) 市场背景	1
(二) 和道源农庄背景	1
二、设计思路	1
三、设计过程与说明	1
(一) 设计过程	1
(二) 遇到的问题以及解决方案	1
四、设计成果	2
(一) 活动名称	2
(二) 活动目的	2
(三) 活动主题	2
(四) 活动时间	2
(五) 活动对象	2
(六) 活动地点	2
(七) 注意事项	2
(八) 活动准备及宣传工作	2
(九) 活动项目及具体流程	3
(十) 预期效果	4
五、致谢	5
六、参考文献	6

一、设计背景

（一）市场背景

随着现代市场经济的深入发展，都市生活使人们越来越忙碌，离大自然越来越远，已经有多久没有看到繁星满天的夜空，没有闻到大自然的鸟语花香了，通过户外团建活动，可以有一个与大自然深层次的接触机会，让生活在钢筋水泥城市里的人们去感受大自然的美好，同时通过户外团建活动的开展，让团队更有凝聚力，更加团结友爱。

（二）和道源农庄背景

和道源农庄位于长沙市开福区沙坪街道汉回村民族，农庄风景秀丽，景色怡人，基础设施完善，“吃，住，行，游，购，娱”一应俱全，功能齐全，适合单位和居家旅行等室内、户外各类大中型活动。

和道源农庄提供各式各样的休闲娱乐活动项目，要让前来休闲游玩的人们玩的开心。农庄内有观光自行车、篝火晚会、真人CS镭战等特色娱乐项目。娱乐项目多样。和道源农庄提供的户外运动设备齐全，拥有多功能的室外移动舞台、户外沙滩等。

二. 设计思路

随着现代社会的发展，人们的工作压力大，企业的员工之间缺乏交流和信任。而团建活动的开展能够让员工放松心情，增强团队之间的交流与合作。因为和道源农庄的功能设备齐全，提供各种团队趣味拓展活动，提供场地、道具和游戏规则，结合和道源农庄的基本情况，可以开展户外团建活动。通过团建活动的开展，让游客在快乐锻炼的同时，锻炼和培养了参与者积极向上、奋力拼搏、团结协作的精神。

三、设计过程与说明

（一）设计过程

结合自己休闲农业专业所学知识，再通过我对团建活动资料的收集、多方面渠道的查询，以及询问有关开展团建活动的专业人士，然后还通过在网上查找资料。并根据实地参观和道源农庄，设计出和道源农庄团建活动。

（二）遇到的问题及解决方案

1、问题

- （1）对团建活动的认识不深刻
- （2）团建活动中团队执行力不强，团队之间缺乏融洽的和谐的氛围。

2、解决方案

- (1) 询问开展团建活动的相关人士。
- (2) 对团队成员进行内部结构调整，团队成员之间需要坦诚相见。

四、设计成果

(一) 活动名称

和道源农庄户外团建活动设计方案

(二) 活动目的

通过此次和道源农庄团建活动的开展，培养游客积极参与的热情和团队合作的意识。既锻炼身体，又让游客们可以在竞技中获得运动的乐趣。有助于游客释放精神压力，转移消极情绪，以积极健康的心态对待生活。团建活动为农庄增加了一个吸睛的项目，吸引消费者前来参与，增加了农庄的经济效益，带动了农庄其它农副产品的消费。

(三) 活动主题

团结、信任、互助、快乐

(四) 活动时间

2021年11月16日

(五) 活动对象

成人团队

(六) 活动地点

长沙市开福区沙坪街道汉回民族村和道源农庄

(七) 注意事项

1. 活动当天要加强安保，确保游客的人身健康安全。
2. 活动当天准备医疗物品，如出现意外，医护人员做好医治准备。
3. 活动过程中工作人员组织好各活动项目的对接，保证活动正常进行。
4. 活动过程中注意保管好自身贵重物品。

(八) 活动准备及宣传工作

1. 活动开展准备

- (1) 确定活动场地，清扫场地卫生(和道源农庄沙滩场地和和道源农庄广场)
- (2) 准备好活动所需要的物资(如：横幅、签到牌、指路牌、医疗箱等)

2. 宣传工作

- (1) 线上宣传：准备微信公众号的宣传推文，通过农庄的微信公众号进行推广宣传，

联系有影响力的微信公众号进行推广宣传；通过微信朋友圈集赞推广，朋友圈转发推文通过集赞数量可以获得活动相关的优惠券；农庄官网进行宣传推广；通过抖音、快手等短视频软件进行线上网络宣传。

(2) 线下宣传：在农庄内进行线下宣传，张贴活动海报、发宣传手册、对游客进行口头介绍等。

(九) 活动项目及具体流程

1. 踩气球活动

时间安排：9：00-10：30

活动场地：和道源农庄沙滩

物品准备：气球，打气筒，绳子

活动内容：在6平方米内，十人一组，每人每只脚上绑3个气球。用脚踩破别人脚上捆绑的气球，每个人不允许出圈，只能用脚踩，不允许用手触碰气球，否则以违规处理，取消比赛资格。在10分钟内，剩余气球多的队伍获胜。

2. 袋鼠跳活动

时间安排：10：40-12：10

活动场地：和道源农庄沙滩

物品准备：西瓜球，布袋

活动内容：每组的第一名队员将布袋套至腰部，听从裁判员的发令后向前进运送西瓜球，游戏中途布袋不得脱离双腿，到了终点后在跳回来，脱去布袋，然后由该队另一位队员套上布袋接球向前进，如上述循环直到最后一名队员完成，看看是哪队首先完成。在比赛的过程中，如果有选手摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如果有滑落的必须重新套上后才可以继续比赛。从开始脱下布袋交接，直至下一名队员的布袋完全套好前，整个交接过程必须在跑道端线以外进行，不能越线。所有队的比赛结束后，用时较短前三支队伍获胜。

3. 午餐、休息

时间安排 12：30-14：00

用餐地点：和道源农庄餐厅

品尝和道源农庄生态美食。农庄提供茶座休息区，藤椅或沙发。

4. 呼啦圈过山车活动

时间安排：14：00-15：20

活动场地：和道源农庄广场

物品准备：呼啦圈

活动内容：每组的成员在规定的区域内，手拉手一字排开，第一名队员手持2个呼啦圈，利用身体的摆动将呼啦圈移动给下一位队员，直到最后一名队员完全摆脱呼啦圈，使用时间最少的那组获胜。只有拿到呼啦圈的那名队员才可以动，其他队员不得移动身体和脚，否则将视为犯规，将扣罚时间2秒。

5. 滚铁环活动

时间安排：15:00-16:30

活动地点：和道源农庄广场

物品准备：铁环，障碍物

活动内容：先将铁环向前转，然后拿铁钩赶快去推着向前走，铁环不能倒。滚铁环举行个人竞赛，主要是比谁的铁环滚得快、滚得远等。设置100米的障碍赛。在100米的场地设置10个障碍物，每隔10米设一个障碍物，参赛人员围着障碍物参与滚铁环，比赛用时少的人获胜。滚铁环的关键之处在于掌握好平衡，否则铁环就会“哐啷”一声，跌倒在地。滚铁环比赛有助于提高人体的平衡性、肢体的协调以及眼力等。滚铁环可以练习平衡能力，和身体的协调性，可以提高四肢活动能力，最重要的是它能够回味起旧时无忧快乐的童年。

（十）预期效果

游客既锻炼了身体，又体验到了运动的乐趣，增加了团队之间的凝聚力。

吸引更多的游客前来，让和道源农庄的人气上涨，带动了农庄和周边经济的发展，同时带动了农庄其他产品的消费，让农庄周边地区的知名度得到了提升，也宣传了汉回民族文化，农庄自身的知名度也得到了提升。

丰富了农庄的休闲娱乐活动项目，带动了其它产业的发展，让农庄不仅能吃饭、钓鱼、打牌等简单的活动体验。此次活动类型让农庄的面向游客群体更年轻化，让农庄重新充满活力。

五、致谢

大学三年的时光一晃而过，三年的大学生活收获了许多，也留下了许多珍贵的回忆。

对于本次的毕业设计，首先，要感谢我的毕业设计指导老师、植物科技学院的陈彦汝老师。陈老师对我的毕业设计写作方面做出了重要的指导和建议。陈老师对于工作兢兢业业，平时工作非常繁忙，将自己无私奉献给了教育事业与学生同时还要感谢植物科技学院休闲农业专业的其他授课老师，正是因为有了她们严格、无私的教导，我才能在这几年的学习过程中汲取专业知识，从而为毕业设计的写作打下理论基础。还要感谢和我一起渡过三年大学生活的同学们，在平时的生活学习中大家相互帮助，互相进步，共同渡过了一段充满温暖和欢乐的大学时光。感谢我的母校湖南生物机电职业技术学院，在这三年内，我在学校里经历了很多事情，感谢学校的培养。感谢参考文献的作者们，他们的文章让我有了许多灵感，减少了许多在写毕业设计上的困惑。最后，感谢养育了我的父母，我的一切成长都离不开他们的关心，支持和鼓励。

衷心的感谢所有人，最后祝大家在今后的生活中平安喜乐，前程似锦。

六、参考文献

- [1]谈再红. 农庄经营管理[M]. 北京: 中国农业大学出版社, 2015: 21-29.
- [2]扬州市非公企业团建工作调研报告[J]. 中国共青团, 2021, (21):67-69.
- [3]何皓. 寓“同心”于欢乐——江苏省张家港市暨阳湖实验学校教师团队拓展活动掠影[J]. 江苏教育, 2019, (75):81.
- [4]孟晶. 拓展培训是增强团队凝聚力的有效途径[J]. 中小企业管理与科技(上旬刊), 2008, (11):66.
- [5]耿红莉, 杨永杰. 休闲农业节庆设计与组织[M]. 北京: 中国农业出版社, 2019: 43-46.
- [6]谈再红. 休闲农业创意[M]. 北京: 中国农业大学出版社, 2015: 21-26.
- [7]刘志伟. 高校学生团建工作的问题及对策[J]. 就业与保障, 2021, (17):166-167.
- [8]魏专专. 初中综合实践活动——户外拓展活动[J]. 试题与研究, 2019, (31):117.
- [9]杨飞. 欢乐大挑战——暑期教育社工坊团队拓展活动案例报告[D]. 国家行政学院出版社, 2011.
- [10]张炎. 拓展训练魅力探索[J]. 南京理工大学学报(社会科学版), 2007, (06):76-80.