



## 【一日游经典方案】

武汉乐农湖畔生态农业有限公司打造回忆经典系列农家乐，投资建设武汉最美农家乐乐农湖畔生态园。生态园倡导体验创造价值的全新游玩方式，让生活贴近自然回忆童年经典。70后你还记儿时的娱乐和生活场景吗？80后的你还记得单车上的初恋吗？90后的你在听别人讲故事的时候是不是要蠢蠢欲试的带上她或者他来感受父辈的青春时光？

武汉乐农湖畔见证青春的单车骑行，我们相约在此，只为不忘过去；岁月静好，回忆永恒，你可能知道的是单车，我们更在意的是，那些童年的记忆扑面而来，或许你已经遗忘了妈妈烧饭的身影，记不起那熟悉的味道，乐农湖畔给你一个亲子互动的厨房，还有童年时玩过的泥巴，田间劳作的熟悉场景，总想吃上一口的棉花糖，隔壁家的土狗，院子里面的公鸡，房顶的大胖猫，村里广播播放的歌名歌曲，打谷场上忙碌的大人，这些今天提起依然仿佛昨天，乐农湖畔我们不需要情怀，我们只想记忆永恒，我们致力为武汉市民提供一个更加难忘的周末旅程。

无论您是上千人的公司出游，还是一般的家庭个人出游，这里都将带给您意想不到的快乐，我们将用最热情的服务迎接您的到来，朋友，乐农湖畔生态园欢迎您！

## 活动项目

1、诸葛弓弩、碧波泛舟、陶艺制作、石磨豆浆、转棉花糖、台球、乒乓球、羽毛球、棋牌、麻将、吊床草地垫休闲、观景赏花、5D 电影、观看杂技、魔术表演、音乐生态原声卡拉 OK。

2、团体趣味比赛项目：龟兔赛跑、星球大战、运转乾坤、众星捧月、罗马炮架、挑战 160 秒、疯狂世界杯、共同进退、敲响幸运锣、击鼓颠球、盲人摸像、竹筏接力、弓弩比赛、台球比赛、乒乓球比赛等。

3、生态音乐体验餐厅：抓鸡捞鱼体验柴火炒菜做饭，烧饭可以选择无烟野炊区域以及淼淼炊烟区、生态烧烤、柴火火锅、农家大盆菜、农家团餐。



## 团队活动

08: 00-08: 10 准时出发最光荣，吹响集结号，等车准备出发。

08: 10-09: 10 快乐旅程，欣赏沿途风景，可以补充一个美容觉。

09: 10-09: 20 到达农家乐停车场，下车集合清点人员，统一进园，大家一起去高山流水，合影留念。

09: 20-09: 30 农庄活动场地集结小伙伴们，接待人员讲解园区相关注意事项，以及相关活动安排。

09: 30-11: 00 趣味行程，快乐团队

暖场之旅：【海藻舞】、【成吉思汗】、【搓衣舞】、【神拳】、【我爱你不要脸】、【桃花朵朵开】等。

目的：消除旅途疲惫，调动团队气氛，让团队的凝聚力得到提升，活动胫骨，运动人生，让一天的活动从快乐开始，今天的快乐我们从这里升华。

趣味比赛项目：【挑战 160 秒】

项目内容：团队成员完成 4 个闯关，第一关跳大绳、第二关卓越圈、第三关解手链、第四关激情节拍。

项目目的：1、提升团队凝聚力

2、协作与沟通

团队拓展项目：【共同进退】

项目内容：小组全体组员同时从起点出发，将号码牌上的所有数字按顺序拍完后，所有人员重新回到出发位置，过程中不能错拍，跳拍，漏拍。

项目目的：1、加强团队成员之间的沟通与配合。

2、分工与合作，资源优化配置。



### 3、团队自我管理意识。

备选团体项目：罗马炮架、挑战 160、疯狂世界杯、击鼓颠球、盲人摸像、竹筏接力、弓箭比赛等。

## 厨艺大比拼

11: 00-11: 10 “江湖菜”厨艺大比拼：互动菜艺，让舌尖上的家乡味在这里飘香。

内容：炊事班长、伙夫、案板、大厨、小兵等分工、领取物资准备比赛。

物资标准：10-12 人一桌，农家走低鸡一只、鸭一只、水库鱼一条、土猪肉一斤、鸡蛋 4 个、豆腐一份、茄子 2 条、土豆 4 个、青辣椒一斤、青菜两种、西红 2 个，蔬菜类季节不同会有所变化，以季节为准，荤菜四季供应。

炉具及调料：10-12 个人一个桌子、财刀一把、盘子 10 个、汤碗 2 个、金饭碗根据人数提供、筷子为一次性、案板公用、锅一口、锅铲一把、汤勺一把、柴火一捆、洗菜盆子两个、洗菜篓筐 2 个、油一斤、盐、醋、酱油、姜、蒜、葱、大料、花椒、小红干辣椒、白糖、生粉适量。



11: 10-11: 40 “江湖菜厨艺大比拼”准备阶段，小兵去养殖中心抓鸡，到抓鱼池里面抓鱼，领取相关其他物资配料，清理、清洗、准备烹饪。

11: 40-12: 30 烹饪阶段，高手都在民间，就让我们跟我们的小伙伴一起用柴火在生态餐厅烹饪美食吧，让家乡的味道结合”江湖菜“的特色然后分享给我们的的小伙伴们吧，都说家乡美，那就从美食开始。

12: 30-12: 40 “江湖菜厨艺评比”由吃货团队对小伙伴们的烹饪佳肴进行评选。

**“团队配合奖”** 优秀的团队总能有优秀的厨子，乐农厨子就从这里产生啦，在最快时间内烹饪出产品的，不管做的好于不好直接吧团队配合奖给到他。

**“最佳菜名奖”** 爱美的兄弟姐妹们，菜做的好不好不重要，重要的是有一个响亮的名字，让人看到名字就想吃的冲动，给你的菜取个响亮的名字吧，只要你的够响亮，不用想这个奖项就是你的。

**“最佳口味奖”** 有内涵的东西总是不在乎外表的，民间的高人如此，一道美食也是如此，小伙伴们不要在意别人说什么，做出你的味道，让吃货们吃一口就想吃第二口，我想这样的奖项一定属于你的。

**“地域特色奖”** 不管你是来自天山的客人，还是来自西藏的藏民，不管你是湘西的土匪，还是江西的老表，

不管你是来自大东北，还在来自大海南，把你的家乡特色做出来，分享给你身边的同事们吧。

**“最佳卖相奖”** 屌丝的福音，卖相很关键，不光要自己打扮的漂漂亮亮，美食也要有看像，豆腐雕花你不会，萝卜刻字你不会，没关系，你能有卖相那这个奖项就给你了。

12: 40-13:30 补充能量，享受团队美食。

## 休闲活动

13: 30-14: 00 餐后休息

14: 00-16:00 攻防箭大战

### 1、攻防战

- (1) 一组队员设为防守，一组队员设为进攻。
- (2) 设定进攻时间。
- (3) 在进攻时间内，进攻方必须将防守方歼灭，否则进攻方判输。



### 2、遭遇战

生存战玩家各自为政，互相清剿，最后活下来的为胜利者。（适合“攒积分冲军衔活动”）。

### 3、阵地战

- (1) 划出一片区域或山头为阵地，设置双方玩家各一人为医疗兵。
- (2) 游戏开始，玩家抢阵地，有一人在阵地则为其所属队伍计时。队员生命数为零后可找医疗兵补充生命。
- (3) 胜利条件：将对方医疗兵歼灭 攻占阵地并保持住要求时间

16: 00-15:30 游园嘉年华

**【康体休闲】**吊床休闲、草地垫子休闲、台球、乒乓球、羽毛球、象棋、麻将、钓鱼等，让下午的午后时光从满休闲的感觉，没有疲惫只有惬意的享受，让出游轻松而来，快乐满意而归。

**【乐农好声音】**乐农好声音，专业的卡拉 OK 房，大型的舞台卡拉场地，你如果喜欢演唱会的效果那就在生态音乐厅的舞台上去唱响你的梦想吧，享受粉丝的掌声吧，如果你还有些含蓄，那就前往卡拉 OK 房好好的嚎叫吧，总有一个地方是适合你的，尽情的释放压力，唱响美好生活的明天。

**【碧波泛舟】**传统的篮竹经过编排，漂浮在环山间的小河上，荡起你心中的小浆，唱我们心中的山歌，乐农好声音带你给更多的山水之乐以及山水之美，你可以休闲小游，也可以跟你的小伙伴们组织竹筏接力，你同时也可以组织大家一起在小河上抓取漂流瓶，让工作不在疲惫，让生活在这里放松。



18: 00 送君千里总须一别，告别的时刻总是让人忧伤，不过快乐和满意是要带回家的，结束一天的行程带上乐农湖畔生态园的特产“开心快乐”“满足满意”返回温暖的家。

## 温馨提示

### 一、乘车安全：

二、（1）上下有序，勿争勿抢。前排乘客系好安全带。

（2）选座后，不要随意串位。并保管好随身携带的贵重物品。

（3）车辆行驶途中，勿将头手伸出窗外。不要向车外丢弃杂物，不在车内抽烟。

（4）特殊情况不要惊慌，有序疏散，并做好协助。

### 二、乐农湖畔生态园农家乐一日游活动期间安全注意事项：

（1）出游注意防晒，景区种植花卉施有机肥蚊子较多，注意防蚊（可携带驱蚊水），尽量穿运动休闲类衣服及鞋子，方便参与活动。

（2）能尊重科学的徒步和领队的安排，一切行动以团队利益为主，要有团队意识，有良好的协作协调能力。一切行动听指挥不要擅自离队，个人的行为应以大局为重。

（3）活动中如感到身体异样，及时告知领队或队友，不可刻意忍耐。

（4）请勿乱丢废弃物，勿随便采摘花或植物。请自觉遵守社会公德，维护环境卫生。

（5）未成年人、残疾人必须在监护人陪同下观光游玩，严禁其单独游玩，以免发生意外。

（6）活动前请注意身体健康，切勿吃生食、生海鲜、忌暴饮暴食，保持充足体力。

## 活动意义

1、激发参加者的责任感、自信心、独立能力，领导才能、团队合作精神以及面对困难和挑战时的应变能力。

2、突破自我极限、打破旧的思维模式、树立敢于迎接挑战的信心与决心，磨练意志，建立全局观意识，

3、从容应对压力与挑战，在面对问题时，能够更充分的发挥其领导才能，展现个人魅力。

4、强化换位思考、主动补位的意识，使个人、部门间以及团队内部的沟通协作更为顺畅；

5、提高时间与任务管理技巧以及分析解决问题的能力；

6、增加团队人员的有效沟通，形成积极协调的组织氛围；树立互相配合，互相支持的团队精神和意识。

乐农湖畔生态园负责人：熊安

联系方式：027-81707708      18072024930（微信同号）

地址：武汉江夏区郑店街道乐农湖畔生态园