

# 高空拓展项目青少年训练器材多面体攀岩部队心理素质团建设备

产品名称	高空拓展项目青少年训练器材多面体攀岩部队心理素质团建设备
公司名称	河北省达创体育器材有限公司
价格	1800.00/件
规格参数	型号:DC-014 品牌:达创 产地:河北
公司地址	桥西区槐安路260号
联系电话	17732148724 17732148724

## 产品详情

特警八项拓展训练是通过一系列有方向性、有策略性的过程环节。将现实生活和工作真实地模拟、呈现在企业团队成员面前。团队成员通过身处其中的体验和感受，从锻炼心理素质到强化团队精神都是有非常重大意义的。

加厚板材平地跑刚开始时，自然地加深呼吸，呼吸的节奏要和跑的节奏相配合，终点跑时呼吸的频率和深度有所增加，通过障碍时，可“闷气”用力。通过障碍物后，应及时调整呼吸，着重将气呼出，呼吸是利用鼻和半张开的嘴进行的，呼吸方法与中长跑基本相同。400米障碍是我军传统体育训练项目，通过训练能够发展在行动中的奔跑、跳跃、攀越、支撑、平衡、钻爬等综合技能。

消防障碍设施建议在这个课目训练中安排至少两个人进行保护，一左一右，必要时可安排4人保护。随着训练人的行进张开双臂跟进移动，出现不测可及时上前抱住或抓住。的人容易向前倾倒摔下，启动速度慢的容易后仰摔下。

消防障碍设施稍有不稳就会重重地从高空摔下，造成极其严重的后果。独木桥保护。高板是障碍中靠前的课目，高板的保护。当训练进入后半程，训练人员疲惫，容易腿软从高板摔下，是此课目发生危险的高峰期。建议安排一人或两人保护，矮墙的保护。在这个科目上，建议安排一人或两人保护，不宜距离训练人太远，两臂张开，防护时，抱住的是训练人的上半身，好是胸部或肩部。两人保护时，分别立于矮墙两侧，时刻注意训练人员的动态，出现意外时立刻保护。矮墙的保护。

心理素质行为的锻炼——特警八项拓展训练是一项旨在协助企业提升员工价值的训练过程，通过训练课程能够有效地拓展企业人员的潜能，提升和强化个人心理素质，帮助企业人员建立高尚而尊严的人格