

郑州大学生户外拓展训练心得体会

产品名称	郑州大学生户外拓展训练心得体会
公司名称	郑州派尼尔企业管理咨询有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	郑州市中原区建设西路187号泰隆大厦15层
联系电话	0371-87096762 18336372791

产品详情

在大学的期间我们参加过不少的户外活动，但是对于户外拓展训练还是很陌生的，也只是在网络上了解一下而已。但是通过一天的拓展训练，我们对拓展训练有了全新的认识。拓展训练属于户外拓展活动，以自身的亲身体验为主，通过拓展训练去挖掘自身的潜能以及感悟人生道理。拓展对于团队建设和管理有着很好作用，拓展可以培养团队合作意识，拓展可以强化团队合作精神，拓展可以强化团队之间信任、增强自信心。

上午在派尼尔拓展教练的带领下来到了拓展基地，在这里我们做的第一件事就是热身运动。然后就是分小队，给所在的小队创建属于本队的队名、队歌和口号和本队LOGO，以及团队风采展示。队长就是由我们队伍中的最高领导担任。拓展训练迅速展开，我们的拓展项目有“七巧板、有轨电车、水上背摔...”，

七巧板：

方式：将团队分成若干小组，模拟企业的不同部门或各个分支机构，共同完成一系列复杂的任务。

目标：

学习领导者的思维、观念与意识；

培养团队成员主动沟通的意识，体验有效的沟通渠道和沟通方法；

强调团队的信息与资源共享，通过加强资源的合理配置来提高整体价值；

合理处理竞争关系，实现良性循环；

培养管理层科学系统的思维方式，增强全局。

共建家园：

方式：蒙上眼睛，按照任务卡上的要求完成所有任务

目标：

工作中遇到非正常情况问题如何去解决；

捕捉有效信息；有效沟通重要性；

学习如何在团队中建立合作的气氛。

驿站传书：

方式：所有的学员依次竖排坐下，每组的最后一位学员拿到一些数字，所有队员在相应的规则下传递信

息给最前面的一位队员。

目标：

提示培训中沟通技巧、方法的重要性

培训团队合作精神。

每一个拓展项目都让我们受益匪浅。拓展项目“水上背摔”这是一个团队合作的项目，考验团队合作能力、沟通交流能力、协调能力。拓展项目“有轨电车”也是团队合作项目，团队的管理及分配在拓展训练中都是很重要的。拓展训练可以强化团队合作意识，对自身潜能的认识、战胜困难的毅力，以及人际交往、团队的融合各方面都会有显著的提高。也会增加人与人直接的信任感，能够使一个团队的工作效率达到事半功倍的效果。