

(归位、赢战、温暖)2019——团建拓展两天

产品名称	(归位、赢战、温暖)2019——团建拓展两天
公司名称	深圳非凡文旅发展有限公司
价格	900.00/批
规格参数	品牌:FI'FUN
公司地址	宝安47区自由路98号愉盛综合大厦4栋712室
联系电话	075527782575 13310835464

产品详情

第一天：公司—[拓展训练基地](#)

[08:00于指定地点集合，在专业](#)领队的陪同下，前往拓展训练基地

09:00 到达基地

热身、团队文化建设、破冰分组

以破冰游戏贯穿始终，展示我们公司成员的风采。破冰游戏将有效打破人与人之间的隔阂，创造良好的沟通氛围，激发热情与斗志；

一个团队建立的过程：所有参加活动的人员以小队为单位，每一小队就是一个部落，部落的所有家庭成员必须共同面对困难、相互协作、迎接挑战、攻克难关。

由培训师控制活动进程，具体安排如下：欢迎辞、破冰游戏；一展风采

挑战No.1

项目介绍：

挑战No.1是引自韩国的大型团队活动，具有互动感更强，参与度更深，趣味性更好，竞争激烈程度更高的特点，通过6项精心设计的活动，要求参与团队在规定的99秒时间内，通过团队成员间的无缝隙配合，创造令人震惊的优异成果。

人员组织：所有参与人员按照12-18人为一组进行分组；

培训目标：

五个参与性的活动分别为：遥控机器人、移花接木、连体兄弟、我们是最棒的团队、抛接物体；五个项目在99秒内完成为胜利。

魔王关

项目简介：基本假设：在追求成功的道路上，每个人都必须得通过“意愿关”与“方法关”，最后才能到达成功的目的地。每一道关都有一个拥有至高无上权利的“魔王”把守。“魔王”不允许你通过时，过关者必须无条件服从，魔王也无须向过关者作任何解释，不能通过的原因须由你自己觉悟。

项目目标：意愿必须是100%——决心决定成功；方法也必须是100%——成功一定有方法；不是不可能，只是暂时没有找到方法；山不过来，你就过去；先改变自己，而后改变“魔王”；成功=100%意愿×100%方法×100%行动。

12：00~13：30享用午餐

14：00~17：30[团建拓展项目](#)

坚持到底

项目介绍：

1. 一件轻而易举达到的事情是留不下生命的回忆的。
2. 思考并领会成功所必备的坚持；
3. 洞察并调整坚持过程中的心态；
4. 审视曾经路上的放弃，反思自己的工作与生活；
5. 成功的意义在于坚持。

[顶天立地](#)

项目目标：三十分钟的挑战。在站军姿的同时，头顶一个杯子，杯子内装有石子。挑战中，身体挺直，杯子不能落地。团队中若有任何一个人达不到教练要求的标准，团队成员集体加时一分钟。

总结项：能量圈（主题：团队荣誉 责任）

凝聚力与向心力(一个高绩效团队的向心力和凝聚力作用)操作程序：所有人手拉手围成一圈，松开手，每人握住绳子的一部分围成一个圆，双脚合并，用脚后跟着地，所有人同时向后倒（或坐在地上），让一个最重的人在这个绳子上走一圈。在走完这一圈的过程中是不能掉下来的，否则需要重新开始。也可按照教练要求做其它动作。

17：00~18：00享用晚餐

18：40-20：40【夜课-生命之旅】（主题：团队感恩）

项目描述：参训者将被蒙上眼睛，大家十指相扣紧紧相握，在教练的带领下穿越地形复杂、布满障碍的"原始森林"，在穿越过程中所有人员都不能说话，只能以暗示的方法告诉后面的队友前方的障碍是什么，前方的危险是什么；在回忆的过程中，感人的音乐响了起来，耳边响起了教练语重心长的倾诉（专用引导词），让参训者回顾、感悟到在人生的路上我们所经历的一切……

《生命之旅》

成长是一次荒凉而又迷茫的旅程

我们看不清前方的路

只能全身心的交给身边的伙伴

携手并肩、不离不弃，走过风雨、踏过荆棘

夜，肃静寂寥

音乐，空洞洞传来

我们静静的听

默默的想

眼前出现了一幅幅的画面

我看见了那个神秘花园里

住着曾经青涩爱情中的那个他

看见了童年的伙伴一起欢声笑语

看见了烛光里的妈妈

看见了多年未曾联系的老友

悄悄的向我问一声"你好吗？"

沧桑岁月，老了不仅是我们的容颜，更是我们的心智

人生就是如此，白驹过隙

一曲歌未尽，泪流已成伤

珍惜身边人，感恩身边事

有些人只需要一盏灯，足以温暖一生！

21：00基地营房住宿

第二天：[基地拓展训练](#)

08:00~08:30早餐

教练带领大家热身舞蹈后进行团建项目PK

共同进退

在一个圆圈内35个数字牌，以组为单位，当项目开始后所有队员进入项目区域，按照1至35的依次顺序排数字牌，以操作时间最短的一组为获胜

共同进退游戏规则

- 1、项目开始后，所有队员必须同时进入项目操作区域
- 2、项目开始后，圆圈内且只允许一位队员在圆圈内
- 3、一次只能拍一个数字牌
- 4、当完成拍数字后，所有队员必须在同一时间同时退出项目操作区域，项目完成

如有违反以上规则，不计成绩。

拓展项目共同进退背景

一名合格的员工不仅要有宽阔的眼界，更要有责任心。责任心是由心底发出的一种自觉自愿的心态，转化到行动上就是企业的事我有责任去管，有义务去做，不违背企业利益地去做。员工的责任心犹如企业的防火墙，能确保企业正常快速的发展。

共同进退收益

企业

强化相互配合，互相支持的团队精神和整体意识;发觉企业员工的时间、效率观念，提升企业整体运作效率;

个人

质量与效率兼顾;建立有效沟通;以目标为导向,通力协作。质量与效率兼顾，沟通与协作并重

共同进退的成语

同舟共济,齐心协力,万众一心,精诚团结,共同进退.

呼吸的力量

项目介绍：“呼吸的力量”是一个极好的项目去促进团队沟通与协作，每个小组会得到一张呼吸机的图纸，但只有一人能看到，如何向其他队员描述这张图纸的内容，以便让其他队员根据图纸搭建好呼吸机，考验着团队内部的沟通能力;另一方面，每小组得到的材料是有限的，如何合理分配有限资源，遇到问题又如何调整战略方向，这又会是一大考验.....

培训目标：部门沟通;分工与执行，沟通方式，沟通技巧;系统思考，过程管理;信息整合，整体规划，创新与效率;合力制胜，团队合作。

项目操作：组员分为领导、指挥、执行三小组，领导组和指挥组相互规定区域内口头沟通，领导组提出具体要求，指挥组来指挥执行组搭建符合要求的生命仪器，然后进行仪器的测试

12：00~13：00享用午餐

13：00~17：30

流动云梯

项目简介：每两人齐腰握住一根木棒组成云梯，每个队员轮流爬过云梯带动整个云梯的前进，从起点到达终点。

项目目标：使队员直观而深刻地认识到：团队整体前进和提升建立在个人前进和提升的基础之上。

决战沙场

项目介绍：

当今世界，风云变幻，到处都充满着硝烟的气息，我们要时刻担负着保卫自己领土的重任。一场铁骑大战即将打响，你们现在代表的是各个装甲编队的最先进坦克。当听到战斗开始时，你们就要派出最好的坦克加入战斗，直到成为这场战争的主宰者，预祝大家好运....

项目收获：

- 1、体会信息传达准确与否直接影响团队计划的实施；
- 2、要有好的团队策划方案，更要有好的执行力；
- 3、在激烈竞争中获胜，很大程度取决于团队领导的组织协调能力。

总结项目：[穿越黑洞](#)

项目特性：团队合作与责任心延伸

项目目标：

- 1、培养团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；
- 2、培养计划、组织、协调能力；
- 3、培养服从指挥、一丝不苟的工作态度；
- 4、增强队员间的相互信任和理解

全体拓展培训学员面对一个离地面1.2米、仅容纳一人穿过的网孔进行逃生。在按顺序逃生的过程中，一旦触碰网线就意味着全军覆没，在网孔缩小一部分的同时，作为团队领导者，队长要承担相应的惩罚。每违规一次，网孔缩小一部分，同时队长承担越来越大的惩罚责任，所有拓展学员的压力也会越来越大。

项目意义：完美的执行不容许犯错误，正如在企业实际中，员工犯的很多错误实际上最后都是由他的领导来承担。当学员看到队长由于做了数百个俯卧撑身体越来越难以支持却还在坚持的时候，责任感的升华就近在眼前；

一切的感悟让我们伴随这首歌慢慢回顾："当双眼，讲述着真情永恒；告诉我，生命的嘱托有多重；爱与被爱中见证你职责的神圣,因为你把我当作姐妹弟兄；当生命呼唤着你的忠诚，明白了生死边缘谁是真的英雄，无怨无悔中承诺你无畏的选择，因为你把我当作姐妹弟兄；我知道有一种爱无缘无故，我知道有一份情有始无终，我们是十指连着心的姐妹弟兄，一起面对生命中袭来的雨和风.....

16:30 : 返回