

沈阳拓展公司动力绳项目的好处抚顺拓展铁岭拓展棋盘山拓展

产品名称	沈阳拓展公司动力绳项目的好处抚顺拓展铁岭拓展棋盘山拓展
公司名称	沈阳天骄文化传播有限公司
价格	120.00/人
规格参数	天创商学院:1 专业拓展团建:1 天创拓展基地:11
公司地址	辽宁省沈阳市皇姑区长江街60号(1-12-13)
联系电话	15998830178

产品详情

绳圈力量与信任背摔、穿越电网项目一样，是一项团队协作性的项目，对团队的默契、凝聚力有很大的要求，团队的所有学员都必须彼此信任，才能安全、完美的完成这个项目。培训师会提供一根粗绳圈，团队的所有学员站在圈外，利用绳圈手拉手成一圆圈，用力绷紧绳圈，每回合让一名学员在绳圈上走一圈。

项目目的：

团队挑战类项目凝聚力与向心力(一个高绩效团队的向心力和凝聚力作用)，侧重于通过一种最合理的人力资源分配来达到最佳的工作效率和获得最好的工作成就。

项目准备：

前期可以加上，我们是一家人，我们是最棒的团队，风吹草动进行热身。

项目规则：

- 1、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，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。接着让一个女同事也从这个绳圈上走方法相同。
- 2、大家双手把绳子摇起来，胳膊要直，设定一个目标数字，看大家给能摇到设定数。
- 3、可让各团队各自组队，每队轮流进行PK；

4、将拔河绳，头尾相接，围成圆环，一组所有队员用双手抓起绳子，在裁判的指导下一起发力，把人合绳子组成一个圆圈，然后另一组的队员依次站上绳圈行走，哪组站上去的人最多则获胜。

道具：粗绳子

项目准备：

项目目标：

100%的执行力；绳圈就是一个团队一个平台；团队间互相协作；

增强自信和自我控制；学习换位思考，更好地理解他人；

建立团队内部的信任感，理解信任和承诺的重要性和力量；

决不放弃，直到成功为止，克服人性的弱点，为团队目标的实现而努力；

侧重于通过一种最合理的人力资源分配来达到最佳的工作效率和获得最好的工作成就。

提高整体团队的凝聚力以及向心力；建立团队所有员工之间的信任感，理解信任的重要性；让学员了解每个职位都是很重要的，公司的发展缺少谁都不行；克服学员心中的恐惧。

注意事项：

学员在绳圈上行走时，助教需要在学员旁，保护其不摔倒在地；地面上的学员在绷紧绳圈的时候，需要双脚并拢，身体向后仰，这样可以保证绳圈一直处于绷紧状态，以免学员在绳圈上行走时出现安全问题。

项目分享：

1、思己利人！在上面走的人，要考虑到下面支撑人的感受，在下面支撑的人要考虑到上面人的安全！

2、挑战团队在困难下的协作精神、执行力与创造力！

3、在团队的帮助下，突破个人瓶颈。站在细小的绳子下前行，不少队员会以恐高原因退缩，团队对这种情况的队员是鼓励还是放弃，体现了一个团队的精神面貌！

4、培养团队内部的相互信任，理解信任和承诺的重要性和力量；

5、增强学员挑战自我的勇气；

6、发扬团队精神、互相帮助；

7、通过挑战懂得合理突破本能的重要意义；

8、感悟制度的制定与保障对完成任务的价值；

9、培养学员换位思考的意识，更好地理解他人；

10、100%的执行力；

- 11、团队间互相协作；
- 12、增强自信和自我控制；
- 13、决不放弃，直到成功为止，克服人性的弱点，为团队目标的实现而努力；
- 14、侧重于通过一种最合理的人力资源分配来达到最佳的工作效率和获得最好的工作成就。

教练分享：

因为这根绳子现在我们这支团队连在一起，我们共同把他围成一个圆满富有张力的大圆。而如果失去这个绳子我们这个圆就显得一盘散沙。看起来稀稀拉拉。所以我们可以把这根绳子比作我们共同依附的资源平台，这个平台将我们组合在一起。我们也可以将整绳子比作维系我们家庭关系的感情纽带，有了它我们才能做到团团圆圆不离不弃。那么接下来我们即将要挑战的一个项目叫做生命动力圈(团队之环)。用这根绳子来舞动一下我们团队生命的光环。

制定目标：如果完不成100个俯卧撑。(让领导定)如果完成了怎么办。

要领：胳膊不打弯，正直坐在地上，手与手间隔15公分，人与人间隔15公分。

体验：教练记录，并给学员加油。完成以后。掌声送给我们自己。请闭上眼睛休息一下调整呼吸。

回忆：让我们来共同回忆一下刚才所经历的壮举。其实就在我宣布要去挑战的目标时，虽然大家回应我有没有信心时，大家虽然很多都很激情澎湃。