



团建/培训



#### 目录 content

01、活动设计思路

02、活动目标

03、活动流程

04、活动准备及注意事项

05、活动内容

### 活动设计思路



为进一步加强知行社各成员之间的交流与合作,激发、调整、升化、强化知行人的心理素质、身体素质,以及品德素质,充分发挥执行人的各种优势潜能,使知行人在自信心、责任感、适应性、创新能力、群体合作精神等方面得到进一步的增强和提高。

通过开展素质拓展训练活动,旨在创设种种情境,真实地触及知行人的心理、体魄和性格,使其以开放稳定的心态对挑战,激发创新活力,促进团队精神的形成,进而收到"厝练意志、陶治情操、完普自我、熔炼团队"的良好效果。

### 活动目标

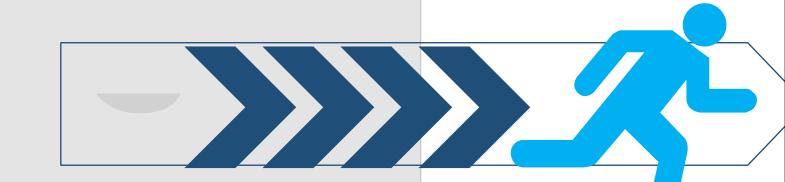


- 1、增强学员间的团队合作意识
- 2、帮助学员体会在团队工作中沟通的重要性
- 3、训练学员对于结构变动的适应能力
- 4、增强团队成员之间的相互信任
- 5、加强成员间感情的沟通

## 活动流程

日期: 2018.12.8

- ◎八点上车, 出发
- ◎到达目的地后调整休息片刻 也可以去喂食动物
- ◎开幕式园长发言
- ◎破冰热身
- ◎整队分队,准备队旗,队名,团队三连拍
- ◎比赛正式开始、拓展培训
- ◎颁奖仪式
- ◎午饭时间
- ◎下午陈云纪念馆参观自由活动



## 活动准备及注意事项

- 1、着运动鞋及自带个人常用物品(住宿酒店需带上身份证原件);
- 2、身体有习惯性脱臼、骨折史、心脏病、脑血栓、严重腰颈椎疾病、正在怀孕以及其他自认为不适宜参加户外活动的人员不得参加本活动;
- 3、在无教官指导的情况,任何人不得擅自攀爬高空项目,下水游泳或其它任何危险活动。
- **4**、在训练期间,除特殊情况外,学员不得外出,学员若要请假外出,必须向教官提出申请,经核准后方可离开;
- 5、培训期间如感到身体不适要及时向带队教官报告;
- 6、主动沟通和交换训练感受,总结训练成果,诚恳助人,勇于负责,建立良好的团队氛围。训练营结下的友谊和体验活动后总结出的各种经验,将使您受益终身。





# 活动内容

序号	活动项目	人数

活动名称:

活动目标:

活动时间:

活动适合对象:

活动规则:

#### 安全提示:





多些建議, 讓我們更完善