

汝阳企业团建拓展项目

发布日期：2025-10-06 | 阅读量：8

现在企业越来越重视拓展培训，拓展训练可以增加企业员工凝聚力，提高执行力，让员工理解团队力量的重要性。进行拓展培训的时候，不仅培训项目要有针对性，同时培训时机要适时。恰当的拓展培训时机对企业的作用更佳，基本能起到事半功倍的效果。

根据职场心理学分析表明，企业转型升级发展对员工而言是一种冲击性事件，企业变革的时候，员工在心理、业务上会承受更强大的压力，更易产生消极焦虑、不知所措的情绪。在这个时机选择开展服务y流的拓展培训，有利于改善员工的负面情绪，敞开员工的心扉，增加员工的信任感和安全感。

激情赛车手 用有限的资源，与团队合作，制作出赛车然后分队比赛PK汝阳企业团建拓展项目

2022年7月5日中钢洛耐科技股份有限公司开展2022届新员工入职拓展培训活动。通过培训锤炼一批有理想、敢作为、勇担当的工作团队，激发员工的企业情怀和使命意识，促进员工之间的沟通、合作，提升团队凝聚力，展现团体规范的重要性。

拓展训练开始之后，根据教练的指导，参训人员先后开展了破冰活动、沙场点兵、极速60秒、一圈到底等一系列活动，加深了员工之间的认识，队员们在实践中高效协作、相互配合、彼此信任，现场氛围浓厚，效果明显。

参训的每位员工都深刻感受到“团队合作”的重要性，不仅增强同事之间的交流和友谊，展示公司积极向上的风采，而且调动了员工的工作积极性，增强团队向心力。

至此，此次入职培训圆满结束！洛龙区户外拓展培训拓展训练以新颖的培训方式和良好的培训效果迅速在世界各地发展了起来。

盲人行路(沟通与协作)说明：障目协作项目，一组人员在一位同伴的指挥下走过一段路程，项目目标明确，但将遭遇信息混乱，传递速度的制约。该项目要求同伴信任与团队安全感，并合理利用信息进行团队协作与配合。活动目的：团队协作、角色分担、提高队员组织、沟通和协作的能力和技巧。

齐眉棍(突破与协作)说明：创新的意识与合理的分工，认识到要想做到统一的指挥需要所有队员共同努力。统一的指挥对于团队成功起着至关重要的作用。活动目的：提高队员在工作中相互配合、相互协作的能力。培养大家对工作的责任感。

经典趣味拓展游戏【人椅】项目名称：人椅、女王座游戏时间：5分钟游戏人数：8人-50人（可以无限加大）游戏目的：相互配合、默契项目规则：1、全体学员围成一圈。2、每位学员将双手放在前面一位学员的双肩上；3、听从培训师的指令，缓缓地坐在身后学员的大腿上。4、坐下后，培训师再给予指令，让学员叫出相应的口号：“例如“**协力、勇往直前”5、z好以小组竞赛的形式进行，看看哪个小组可以坚持z长时间不松垮。问题讨论：1、在游戏过程中，自己的精神状态是否发生变化？身体和声音是否也相继出现变化？2、在发现自己出现以上变化时，是否及时加以调整？3、是否有依赖思想，认为自己的松懈对团队影响不大？z后出现什么情况？4、要在竞争中取胜，有什么是相当重要的？所有参训人员必须服从领队及教练员的安排与指挥。

徒步团建徒步-毅行是某种意义上的苦行，依靠双脚去丈量脚下的每一寸土地，它可以加强员工的体魄，锻炼员工的耐力和毅力，同时也是感受生命、增强团队凝聚力、亲近大自然z好的团建方式。此类团建尤其适合久坐办公室的员工，团队压力较大却没有太多活动互动的中高级管理人员。为了增加徒步体验的趣味性以及团队的沟通协作，我们会在徒步过程中设置一系列暖心又有趣的互动，同时我们策划了入门级，进阶级等不同难度的徒步路线，满足不同的人群。企业可以将拓展培训穿插在旅游当中。新安企业拓展

好的拓展培训只会尽z大的能力帮助团队发现问题，并引导他们发现解决问题的办法。汝阳企业团建拓展项目

经典趣味拓展游戏【佳人何处寻】内容：因为不需要任何繁琐的准备工作，人人都可胜任愉快，轻松尽兴，所以这个游戏，一直深受人们喜爱。每位参与者在z短的时间内，道出对方背后贴着的名字，进而联想自己背后的名字。道具：纸，笔，透明胶带方法：(1)男女双方人数一样，合计10人z为恰当(2)事前，先在纸上写着诸如“罗密欧”、“朱丽叶”；“王祖贤”与“齐秦”；“梁山伯”与“祝英台”……等对对佳偶的名字。(3)将这些已写好名字的纸中的男性名字贴在男性的背后，女性名字贴在女性背后。同时，不可让所有参赛者看到彼此背后所贴的名字。(4)一切就绪后，所有出场者，个个竭尽所能，说出他人背后的名字，然后推想自己的背后的名字。倘若读出了所有人员背后的名字，就不难推出自己背后的名字了。(5)联想出自己背后的名字后，要赶快与自己搭档的对象凑成一组，互相挽胳膊。(6)到z后没有成对的人，就是负方。重点：本游戏的重点，在于寻觅的过程，所以人人都应相处得宜，相互配合，以期找出彼此的z好拍档。汝阳企业团建拓展项目

河南拓文教育科技有限公司是一家有着雄厚实力背景、信誉可靠、励精图治、展望未来、有梦想有目标，有组织有体系的公司，坚持于带领员工在未来的道路上大放光明，携手共画蓝图，在河南省等地区的商务服务行业中积累了大批忠诚的客户粉丝源，也收获了良好的用户口碑，为公司的发展奠定的良好的行业基础，也希望未来公司能成为****，努力为行业领域的发展奉献出自己的一份力量，我们相信精益求精的工作态度和不断的完善创新理念以及自强不息，斗志昂扬的企业精神将**河南拓文教育科技供应和您一起携手步入辉煌，共创佳绩，一直以来，公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针，员工精诚努力，协同奋取，以品质、服务来赢得市场，我们一直在路上！