**去拼搏·敢为英雄**

四川大学商学院2019级MBA新生《团队建设》课程及方案

**培训概况**

**□ 培训人数：**约400人

**□ 培训对象：**四川大学MBA 2019级新生

**□ 培训目标：**互信**·**协同**·**融合**·**凝聚

**□ 培训时间：**2019年09月12—14日

**□ 培训基地：**都江堰**·**虹口

**□ 培训实施：**成都元典人生实现教育有限公司

**□ 项目支持：**国际职业培训师行业协会体验式培训中心

**试问**

**面对目标**

你是否坚定必胜的信念？你是否用你的信念去激励你的团队？

**面对团队**

你是否能够坦诚开放？你是否能够和团队成员建立战无不胜的团队文化？

**面对挑战**

你是否具备坚韧的品质？你是否能够始终自我激励，快速恢复战斗力？

**面对挫折**

你是否能够冷静对待？你是否能够用更加积极的方式去改变局面？

**课程目标**

“**增进了解——加强执行力——团队向心力——提升凝聚力**”为主线，引入团队概念核心三要素，培训将以“**计划——体验——反思回顾——应用**”的形式进行，形成良好的团队学习环境，让学员在开放、坦诚、互动、快乐的氛围当中体验团队合作。通过各个项目不同的侧重点，在“团队观念”这个主题下结合工作中的实际情况，进行讨论，并建立将活动中的心得体会主动运用在工作中的意识，以此增进学员间的理解、信任，提升学员的执行能力和洞察力，增强学员对团队的归属感，培养学员积极进取，乐观向上的人生态度，强化学员间的合作意识，强建学员**睿知、坚毅、激情、责任**等川大MBA精神，以提升团队成员凝聚力。

**“去拼搏·敢为英雄”拓展培训营誓词**

热 爱 团 队，崇 尚 荣 誉；

挑 战 极 限，关 注 细 节；

承 担 责 任，善 始 善 终；

不 断 超 越，永 不 放 弃；

绝 无 借 口，立 即 行 动；

全 力 以 赴，追 求 卓 越。

**“去拼搏·敢为英雄”时间及项目流程**

|  |  |
| --- | --- |
| **时间** | **内容** |
| 第一天（9月12日） | |
| 14:00-16:00 | 团队拓展破冰/组建团队/小组风采展示 |
| 16:00-18:00 | 集合出发前往培训基地 |
| 18:00-19:00 | 分发帐篷 |
| 19:00-20:00 | 晚餐/休息 |
| 20:00-21:00 | 各小组内部交流会议（自我介绍、安全要求、纪律要求） |
| 21:30-07:30 | 露营/休息 |
| 第二天（9月13日） | |
| 07:30-09:00 | 晨练/早餐/休息 |
| 09:00-10:30 | 团队拓展——准确收集信息，制定有效执行方案 |
| 10:30-12:00 | 团队拓展——只有步调一致才能得胜利 |
| 12:00-13:30 | 午餐/休息 |
| 13:30-14:00 | 团队拓展——热身活动小游戏/活跃调动气氛 |
| 14:00-15:30 | 团队拓展——信息的传递与执行、标准化 |
| 15:30-17:00 | 团队拓展——创新意识、敢于尝试、突破 |
| 17:00-19:30 | 团队拓展——埋锅造饭/晚会节目编排 |
| 19:30-21:30 | 团队拓展——创意无限篝火晚会 |
| 22:00 | 休息 |
| 第三天（9月14日） | |
| **07:30-09:00** | **晨练/早餐/休息** |
| 09:00-10:30 | 团队拓展——创新、责任、担当、追求卓越 |
| 10:30-12:00 | 团队拓展——团结一致、勇攀高峰 |
| 12:00-12:30 | 团队拓展——大总结、分享心得、大合影 |
| 12:30-13:30 | 午餐/休息 |
| 13:30 | 集合出发返回 |

**“去拼搏·敢为英雄”拓展培训营纪律要求**

1、培训期间必须**绝对服从培训师的安全警告、指导和管理；如有困难请向培训师要求帮助**。

2、队员**严格遵守安全规定，不得自行离队、擅自行动**；不得做有可能危及自己和队友安全的行为；未经教练员许可，**不得私自进行任何危险性行动**。

3、**服从教练员及本队队长的安排与调整。服从时间安排，遵守培训纪律**。队员禁止在无保护的情况下攀爬1米以上的高度、禁止在训练场地内吸烟；**培训期间禁止饮用含有酒精成分的饮品**。

4、爱护培训使用的装备与器械。

5、**每队队长拥有对该队绝对的领导权力**。事关集体荣誉，所有队员应服从队长的安排，为自己的队伍创造好的成绩及形象。

6、队员如有任何身体疾病请事先通知活动负责人；**队员在培训过程中如有身体不适应请及时通知教练员**。

7、队员间应当互助友爱，加强各小队之间的协调性。

8、**在培训期间如违反培训纪律要求，本队队长将作为第一责任人受到惩罚，其余队友也将接受相应的集体处罚，同时，本队所有队员的拓展成绩将被减扣并报送川大商学院MBA教育中心存档**。

9、**爱护环境，不随地丢弃垃圾。活动结束后清理完所有的遗弃物品**。

**“去拼搏·敢为英雄”拓展培训营温馨提示**

**1、除统一制作的T恤外，请着运动服或休闲服、运动鞋，请勿穿高跟鞋、皮鞋、拖鞋，女性请勿着裙装；为预防天气及突发情况，请准备外套及换洗衣物；**

2、如若下雨，我们将为每位同学提供雨披。

3、请您**剪去长指甲**，建议您最好穿较专业的**徒步鞋（**徒步鞋鞋面结实可以保护脚面、鞋底材料及纹路设计防滑）；

4、**细小容易丢失、易碎、贵重等首饰请勿携带或自行保管好，谨防丢失及损坏；**

5、因地处山区，可能会存在通讯障碍，请提前告知家里人；  
6、注意环保及卫生，不乱喝水，不要乱扔废弃物。

**7、个人装备：**

（1）橡皮筋：长发虽美，可也热啊。

（2）防晒霜：此处省略1W字。

（3）面 膜：晒后修复。

（4）帽 子：作用同防晒霜。

（5）服 装：适合季节的运动衣及内衣各1-2套、薄外套1件。

（6）鞋 子：不要穿容易打滑的鞋，拖鞋、高跟鞋真心就算了。运动鞋或徒步鞋C:\Users\Administrator.USER-20161111CM\AppData\Roaming\Tencent\QQ\Temp\DNQ{1@XDXF07LK_ISYFMD9Y.png。

（7）请自备个人洗漱清洁用品。

（8）提前“卸货”：贵重物品：如戒指、项链等。少带或不带现金，土豪请随意。

（9）驱蚊贴或迷你驱蚊水：拓展公司准备有驱蚊水，驱蚊贴没有，建议惹蚊子血型的亲们自带。

（10）小手电和充电宝各一个。

（11）请勿带过多行李和使用行李箱（培训中可能会成为你的负担），建议使用双肩包，便于携带。

（12）个人常备药品。

（13）身份证原件。

成都元典人生实现教育有限公司

2019年08月07日