

# 临淄主题拓展培训基地

发布日期: 2025-09-22

为什么说拓展训练可以缓解疲惫: 在这春暖花开的季节, 微风袭袭, 带给刚踏入工作旅程的上班族一阵倦意! 然而, 这些不只是一些物质就可以缓解的! 拓展设备训练是另一种缓解方法! 拓展设备训练很多已不再是简单的锻炼身体, 有些已经在锻炼身体的基础上, 增加了更多用途。比如, 拓展设备中的高空项目, 主要锻炼人的勇气, 增加自己的信心等! 而一些低空项目也不再是单纯的, 在此基础上锻炼团队意识和增强人际沟通能力· · · · · 当你站在九米的高空, 跨越一米的距离, 耳边也听见了呼呼风声, 可此时的你定然是全神贯注的完成目标, 丝毫不会有疲惫。一周工作的疲惫, 在此刻也化为云烟, 同时, 也让你饱含激情。拓展设备中低空项目的训练让你和团队一起训练, 一起比赛, 欢声笑语当然更加不会让你感觉疲倦! 拓展设备训练在这样的季节, 仍是一个工作之余想锻炼自己又能缓解疲惫很好的选择! 长青教育专业打造人才实力, 竭诚开拓团队效益。临淄主题拓展培训基地

拓展训练的课程主要由陆、海、空三类课程组成。水上课程包括: 游泳、跳水、扎筏、划艇等; 野外课程包括: 远足露营、登山攀岩、野外定向、伞翼滑翔、野外生存技能等; 场地课程是在专门的训练场上, 利用各种训练设施, 如高架绳网等, 开展各种团队组合课程及攀岩、跳越等心理训练活动。拓展训练组成: 团队热身: 在培训开始时, 团队热身活动将有助于加深学员之间的相互了解, 消除紧张, 建立团队, 以便轻松愉悦的投入到各项培训活动中去。个人项目: 本着心理挑战大、体能冒险小的原则设计, 每项活动对受训者的心灵承受力都是一次极大的考验。团队项目: 团队项目以改善受训者的合作意识和受训集体的团队精神为目标, 通过复杂而艰巨的活动项目, 促进学员之间的相互信任、理解、默契和配合。回顾总结: 回顾将帮助学员消化、整理、提升训练中的体验, 以便达到活动的具体目的。总结, 使学员能将培训的收获迁移到工作中去, 以实现整体培训目标。临淄主题拓展培训基地挖潜更精彩, 拓展赢未来。

地面拓展项目: 是利用专业的拓展设备及器械, 根据客户的培训目的及要求, 通过培训顾问精心设计具有挑战性、互动性、趣味性的团队活动, 通过学员在拓展项目中的体验反思和分享, 提升学员积极的、阳光的心态, 促进团队沟通与协作, 提高团队凝聚力。培训目标: 场地拓展项目都是精心设计并通过实践的, 每个项目都有一个主题, 能引起团队的反思与共鸣, 犹如一颗颗闪亮的珍珠, 学员通过1-2天的体验与分享交流, 教练发问式与互动式的梳理, 将一个个主题串起来, 并达到高潮, 即团队共振的效果, 从而提高团队凝聚力。场地拓展是拓展训练中较经典的项目, 也是团队建设需要经历基础阶段课程。欢迎大家来长青体验我们的拓展项目。

拓展训练使销售人员获得-良好的沟通技巧。人的性格决定一个人的工作方式。你可以很热情也可以很婉约, 但是你必须会与人沟通。我所说的沟通是指和任何人在任何地点都能够找到合适

的话题。沉默是金——在销售人员的素质中是错误！沟通技巧是一个销售人员必备的基本能力。在拓展训练活动中，无论是盲阵、七巧板还是鳄鱼潭、红黑这些项目，都可以从各种维度，对销售人员的沟通技巧进行培养。强烈的进取欲望。没有强烈进取心的人对什么事情都不会太投入。你可以想见一个没有责任心的销售人员可以圆满的完成季度任务吗？8米高空上的空中单杠的奋力一跃，面对4.2米高墙的毕业墙的无所畏惧，面对魔王的一次又一次的严苛考验的魔王关。很多拓展训练项目，都可以让销售人员学会去不断的突破心理舒适区，提升销售人员的进取欲望。对新生事物接受能力强。没有热情的人对什么都无所谓，而对新生事物接受能力强则表示着敏感和分析能力强。拓展训练就是在为销售人员不断的创造一个又一个的全新体验。其实一个个我们从未见过的任务尝试，何尝又不是我们生活的缩影呢？长青开拓未来，赢得自在。

一般意义上的拓展训练是在指野外专门场地、环境进行的极限挑战、野外生存，主要目的是培养学员的开放性和意志力，同时也能增进学习乐趣。在一般性拓展训练过程中，员工水平不同，要求也不尽相同。专业的培训师很容易把拓展训练和敏感性训练结合起来，从而扩大拓展训练的功能。而一般的培训师只能就拓展而拓展，不能实现拓展训练与敏感性训练的结合。此处我们所说的拓展训练法，特指在培训课堂上可以使用的一些具有挑战性的身体动作。可以游戏的方式而进行，它可以自然而然、毫无附加条件地运用，例如它可以奖励和惩罚的方式来使用，例如让表现不好的小组或个人先来完成动作，或让表现好的小组或个人先来完成动作。开拓丰富潜能，展现精彩才能。临淄主题拓展培训基地

长青管理咨询有限公司潜能缔造精彩，拓展赢得未来。临淄主题拓展培训基地

如何做好拓展训练后期的转化？拓展训练本是一种提升团队、打造团队、历练团队的户外活动，它离不开公司的全员参与，参加完拓展训练之后，有没有效果，起到多大的促进作用，可能只有公司的管理人员知道了，或者部分公司的管理人员也不会去关注此事，早就抛之脑后了，因此拓展训练的转化率很重要。现在，我们可以巧妙的选择拓展训练的时间对拓展活动的品质有很大的促进作用，试想一下，一个是让队员在恶劣的天气条件下进行训练；另一个是让队员在风和日丽的天气条件下进行训练。哪一个团队会收获更多呢，我相信一定是后者。公司团队毕竟不是部队，没有必要也没有办法进行部队化的训练，更没有必要在残酷的环境下进行磨炼，当然特殊的团队除外。经过多年的总结发现，每年的夏天参加拓展训练的团队还是很多的，追究其原因，因为夏天旅游的地方多，参加完拓展训练后还可以去游玩一下，所以，公司为了节约成本不得不把拓展训练和员工旅游合并在一起进行。临淄主题拓展培训基地

山东长青管理咨询有限公司，是一家面向全国党政机关企事业单位高校科研等机构，开展党性教育培训的红色文化教育传播机构。以弘扬红色精神，继承革命传统，增强爱国情怀，增进民族的文化自信为己任；循着革命前辈的红色足迹，长征足迹，胜利足迹，引导广大党员干部深入思考，追根溯源，进一步坚定理想信念，激励广大党员干部不忘初心，践行使命，扬帆新征程，建功新时代；站在历史的发生地感悟历史，身临其境，更好地汲取历史的智慧和营养，铸魂育人，助力推进新时代党的建设新的伟大工程。公司秉承把红色资源利用好、把红色传统发扬好、把红色基因传承好的初心和使命，深度挖掘红色资源的教育功能，切实把静止的红色资源转化为鲜活

的教育载体，创造性地将课堂教学和现场教学融合起来，辅以剧场教学、体验式教学和互动拓展教学等多种方式，让学员更好地感悟历史文化中的精神价值。把参训单位的学习诉求贯穿于方案的设计和执行的各个环节，通过标准的服务流程和节点控制，保证教学质量，同时结合参训单位的特点，设定系统教学评估标准，把课程设计、师资水平、教学方法作为质量评估的主要内容，持续改善教学质量，致力于为学员提供一个满意的学习环境并有效地提升学员素质水平。