

可以任换的 35 个精华培训项目图文简介

项目 1: 抢占“钓鱼岛”

简介：利用地图和指南针在森林中找齐作战及渡海必需的工具，然后制作渡海航母通过海峡将队旗插上钓鱼岛，然后派兵收回队旗以示成功收复失岛，返回取得全面胜利。培训意义：团队精神的大熔炼的首选经典项目，扎筏求渡与定向越野的综合版。培训时长：4 小时。



项目 2 定向越野又名寻宝

简介：依靠地图与指北针在规定的时间内找齐目标点返回集合点。培训意义：1、领导力、协调力、分工与合作 2、智力+体力+团队精神的大熔炼。3、学识如何看地形图与使用指南针。4、极刺激好玩！具有娱乐性、体育性、竞赛性、培训性、锻炼性。时长：120`分钟-150 分钟。



项目 3: 有轨电车

项目简介：团队所有成员一起利用两条长木板从起点走到终点。

培训目的：1、统一指挥、平衡感、决策。2 沟通与协调、与团队合作。

时长：60`分钟



项目 4: 引水工程又名南水北调（可室内）

项目简介：队员利用 PVC 管将球从 A 点运送到 B 点。目的意义：1、目标设定，沟通与协作。2、分工与合作的协调。3、如何用最快的速度完成任务而浪费最少的资源。时长：60 分钟。



项目 5: 破译密码又名目标与市场（可室内）

项目简介：有 30 张牌，每张代表 1-30 数字中的一个，根据牌面的内容翻译出那张牌代表那个数字。培训目的：市场调研、信息反馈、分析、定位、营销模式、决策！培训意义：增强团队决策力，培养团队良好沟通及解决问题的能力。时长：60 分钟`



项目 6: 罗马炮架

项目介绍：团队动手制作发射台，然后设计目标点取得胜利。培训意义：1、团队分工合作与寻找对方的弱点。2、项目设计与制作。3、目标设置与团队的配合。

培训时长：90 分钟`



项目 7: 地雷阵（可室内）

简介：利用团队的沟通，得到安全可行有效的方法来避开地雷的袭击。目的意义：1、团队计划与沟通的重要性。2、团队的配合与细心决定成败。

培训时长：60`分钟



项目 8: 驿站传书又名传真机（可室内）

心项目简介：团队在不允许说话的情况下通过其它方式将数据信息从最后的队员一直上传至前面的队友。

目的意义：1、默契配合及计划性。2、团队的执行力。3、归纳解决问题的方法重点。

培训时长：60 分钟。



项目 9：挑战极限 150 秒
(可室内)
指在 150 秒钟的时间内，完成 4-6 个项目，有不倒森林，激情鼓掌，千里传珠，集体大绳等。
培训意义 1、最快的效率完成团队配合的任务。2、团队精神熔炼的大项目
时长：120`分钟。



项目 10：扎筏求渡 1、培养领导与分工协作的能力，掌握资源的合理利用与分配。2、目标设定后，需通过团队共同的努力才能达到成功的彼岸。培训意义：培养一个团体的竞争能力，培养全体成员同心协力共同战胜困难的决心与信心
时长：120 至 150`分钟



项目 11：铁甲战车又名无敌风火轮 (可室内)
项目简介：队员利用设置的战车通过设定的路线；
目的意义：1、目标设定，沟通与协作。2、团队的配合。
培训时长：60`分钟



项目 12：硫酸河 (可室内)
项目简介：队员利用手上仅有的资源，互相团结努力，通过一段艰难的硫酸河；
目的意义：1、协作、分工，执行。2、团队的执行力配合。3、大团队的领导力与无私奉献精神。
培训时长：60`分钟



项目 13：一线生机
项目简介：团队所有成员在规定的区域内转移到指定的另一区域
目的意义：1、尝试与挑战，信任伙伴，合作与支持
培训时长：60`分钟



项目 14：水上梅花桩
项目简介：所有队员保持连体的情况下从 A 点到达 B 点。
培训目的：1、领导与执行、沟通与配合 2、克服困难的毅力与胆量。
时长：60 分钟。



项目 15：凌空一跃
1. 极度考验个人胆量与身体平衡能力，克服恐惧心理障碍。2. 体验环境变化后，换位思考意识，站在不同的角度看问题。3、团队激励对个人的作用。 培训时长：视客人完成的速度而定！



项目 16：相依为命
1、相信队友，个人极限挑战。2、两个人的配合才能成功。3、工作中的信任与帮助，消除隔膜，融洽改变人脉，团结就是力量。培训时长：视客人完成的速度而定！



项目 17：鼓舞飞扬 (可室内)
培训意义：利用颠球击鼓的方法完成任务，培训员工团队意识，明白团队合作的重要性。
培训时长：60 分钟。



项目 18：胜利墙
在限定的时间内通过一面四米二高的墙。
团队凝聚力非常重要，团队精神的最强的震撼力，总结性的项目。培训时长：90`-120 分钟



项目 19: 愚公移山
 项目简介: 把数字牌 1-5 从 A 点借助 B 点移到 C 点, 按照规定不能违反。
 培训意义: 1、团队的沟通与分工。2、领导的指挥与调控与执行力 3、增加自我控制能力和自我管理的能力。培训时长: 60 分钟`



项目 20: 风雨人生路
 简介: 在看不见、不允许用语言来沟通的情况下, 通过其他方式来集合所有人员到同一地点。目的: 体现沟通和领导的重要性, 培训时长: 120` 分钟



项目 21: 核危机 (可室内)
 项目简介: 团队所有成员在规定的时间内安全将“核弹”转移到指定的另一区域
 目的意义: 1、尝试与挑战, 信任伙伴, 合作与支持 1、团队沟通、协调、决策。2 领导力和团队协作充分体现。
 培训时长: 60` 分钟



项目 22: 连体赛跑 (可室内)
 项目简介: 所有成员一起利用绳条从起点走到终点。培训目的: 1、团队统一指挥、协调、决策。2 沟通与配合、团队精神。时长: 60` 分钟



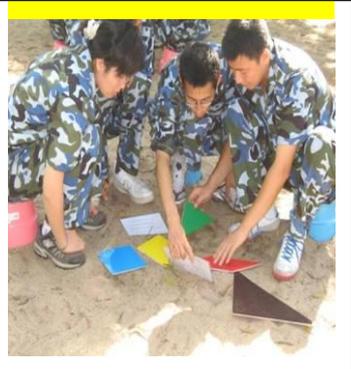
项目 23: 逃生电网
 项目简介: 所有人在不允许碰到电网的情况下在规定的时间内成功逃生
 目的意义: 1、体现分工计划、领导的重要性
 培训时长: 60 分钟`



项目 24: 蜘蛛网
 项目简介: 全体人员穿越一张网, 每人不同的点, 不能碰到, 目的意义: 1、计划性, 明确的分工, 信任与合作。2、应变能力与决策能力。培训时长: 90 分钟



项目 25: 七巧板 (可室内)
 简介: 高学历学员首选项目, 分七个小组, 各组任务不同, 如何在统一指挥的协调完成最高的任务。培训意义 1、目标的管理、沟通、PDCA 的流程管理、领导力、高效团队。2、指挥中心枢纽的重要性。时长: 60` 分钟。



项目 26: 极限时速 (可室内)
 简介: 把 1-25 的数字牌从圆圈中捡出来, 在以最快效率完成团队配合任务。目的意义: 1、体验团队的合作精神。2 应变能力与团队智慧结晶。培训时长: 60` 分钟



项目 27: 军训
 培训个人形象及培养军人的作风与气质, 培训个人的素质与毅力。
 培训时长: 可自定。60 分钟至半个月



项目 28: 空中单杠
 1、 建立临危不惧自信心, 挖掘自身潜力, 挑战自我。
 2、 培养心理调节能力, 增加自我控制与管理能力。
 3、 勇于把握机遇。培训时长: 视客人完成的速度而定!



项目 29: 信任背摔

项目简介：每一队员站在离地1.8米高的平台背向倒下。胆量以及对同伴的信任是个巨大考验

目的意义：1、信任、承诺，克服恐惧，团体对个人支持。
培训时长：90分钟`



项目 30: 野外徒步探险或者露营

项目简介：队员在的风景优美的山林徒步穿越，欣赏大自然中的竹海，山林，小溪，山峰等极美的景色，亲近大自然。磨炼意志，吸收负离子，锻炼身体。
安排行程：半天至一周



项目 31: 神笔马良

项目简介：在地上放一张一平米大的纸。所有队员拉绳子的末端，不得接触毛笔，按照教练的要求完成指定的任务。最快完成的为获胜。教练也可以根据字的美观度来打分。目的：加强团队精神。培养团队协作能力。提升团队士气，激发饱满的激情。
培训时长：30分钟`



项目 32: 沙场点兵

项目简介：有三种角色，指挥官，司令各一人；剩下的都是士兵。指挥官只能做动作不能说话，司令背对战场坐好不能动可以说话，士兵全部戴上眼罩；士兵只能听从司令的指令在战场中作战，司令的信息是从指挥官的肢体语言看到的。



项目 33: 指压板

项目简介：队员需由指压板排列赛道完成跳绳、赛跑、跨栏、仰卧爬行等系列指定的内容以接力的形式进行，用时最短获胜。
培训时长：30分钟`



项目 34: 撕名牌

项目简介：将团队分为红、蓝、绿三队。红撕蓝，蓝撕绿，绿撕红。听到教练下达游戏开始时，就可以奔跑，在规定的时间内所有人员必须回到集合点，未被撕掉名牌的人数多为胜出。
时间：60分钟



项目 35: 穿越A4纸

项目简介：用一张A4大的纸。所有队员按照教练的要求完成穿过纸的任务，最快完成的为获胜。目的：突破固定思维，培训团队协作能力与创新的思维。培训时长：45分钟

