# 7月拓展训练总结

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-07-26

*7月，公司开展了为期三天的拓展训练，总共分三批，我为最后一批，这次拓展回来，感悟颇多。首先，感谢公司提供这个平台，给予我这次学习的机会，让我从体验式的游戏中更多地认识和体会到团队精神，明白在企业里，团队精神的重要性。团队并非团伙。团队一定是...*

7月，公司开展了为期三天的拓展训练，总共分三批，我为最后一批，这次拓展回来，感悟颇多。首先，感谢公司提供这个平台，给予我这次学习的机会，让我从体验式的游戏中更多地认识和体会到团队精神，明白在企业里，团队精神的重要性。团队并非团伙。团队一定是向着好的目标方向发展的，个人的心态尤为重要。优秀的团队必须有严格的纪律，有服从意识，有责任心，有执行力、有凝聚力，任何事情必须有计划，有安排，寻求最佳的方式方法处理解决。当然，好的领导人也至关重要，可以正确引导整个团队的方向。

午餐喂饭总结:

虽然我没能有机会给我的队友亲手喂到饭，但我能从感受到，吃饭的人就像小时候不能独立吃饭的我们，喂饭的人多么像极父母，他们为了让我们吃好、吃饱，他们总是忍受着饥饿，先照顾好我们，他们无私的默默付出着，却没有任何怨言，以后父母老了，我也要这样加倍努力回报他们，同时，也要关爱着我们的后代。

接力球赛总结:

在这次游戏中，我主动担当了监督员，我的职责就是监督好另外一个队的一切动作，不能让他们有任何的犯规，也包括不能说话。在监督过程中，我必须严格的做好自己，监督好他们，为自己的职责负责，更不能滥用职权，必须做到公平、公正，无愧于心。

盲人于哑巴游戏体会:

在此次游戏中，全部队友分别扮演盲人与哑巴，而我则是扮演了盲人。我是一个什么也看不见，对于前面要经过怎样的道路一无所知的人，我只能想着要用心、大胆的与我的队友配合着，把自己完全的交给她。在教官的一声令下，容不得我多想，立即出发!经过台阶障碍，哑巴队友牵着我的手，走过每一阶梯，还要经历旁边教官的恐吓干扰，此时的心里是有些惧怕的，怕会不小心吓出声来，但我又得心里自我坚强着，不能让关心着我的哑巴队友更担心，我只有克服自己，更坚强。(因为在游戏中，盲人和哑巴都是不能说话的。)我只能抓紧哑巴队友的手，就像抓住救命的稻草一样。一只手的力量把我拉向哑巴队友那并不健强的后背，原来是要背着我走过一段艰难的道路。一路哑巴队友总是走在最前面，还要用手扒开荆刺从林，为我开辟道路，把最好的道路留给我，路过狭窄的地方，我都是走在安全的里面靠坡壁地方，悬空危险的总是她留给自己，让我安全走过。我们早已把对方当作自己的亲人，[莲山课 件 ]相互信任，一起前行。当经历千辛万苦终于到达目的地时，我有一种成功的喜悦，更多的是对哑巴队友的感激之心。

当我们再次坐在熄灯的课室里，我们的眼罩并没有马上摘下来，所以我都不知道是其中哪个哑巴牵着自己一路同行的。导师让我们每个人都尽情发言。说出自己内心最真实的感受。大家都说着感谢的话语，感谢父母，感谢同事，感谢公司…当听到那些哑巴队友说，一路照顾好我们是他们的责任，一切的真切话语，我哽咽了，流泪了，是激动，是感动，感动于他们无私的帮助与关心，感动于每个队员内心最真诚的话语。我们的团队就是一家人，以后，我要用我的行动来帮助，关注，关心，包容和珍惜身边的每一个人，因为，我感受到了帮助别人其实是一件很快乐的事，还要时刻怀揣一颗感恩的心。感谢所有曾经帮助过自己的人，感谢父母，养育我成人。感谢公司，提供给我这样一个平台。感谢我的同事，对工作的配合与支持，感谢同事中的前辈，指引教导我如何更好的做人做事。这次拓展训练，是我人生中重要的一堂课，在今后的工作中，我会更加努力的努力工作，尽心尽职，勤与沟通，相互配合，团结一致，为把达胜打造成一支优秀的团队而努力奋斗!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找