

赢在卓效  
CRP Training

# 2022团建产品手册



变迁的时代智慧生长

策划：蓝海创力商学院  
[www.tiyan100.com](http://www.tiyan100.com)

## 6. 团建类课程目录

类型	课程主题	内容特色	时间	投资
野战训练	攀登者	野外登山徒步训练	3天3夜	480元/人天
	我是游骑兵®	野外生存训练（草原、沙漠）	3天3夜	480元/人天
	奋斗者®	库布齐“沙漠变绿洲”全体验	3天3夜	480元/人天
基地拓展	你的船你的海®	主动当责、自主革新的团队	2天1夜	320元/人天
	22条军规®	植入军魂、塑造执行型人格	3天2夜	320元/人天
	夺宝奇兵®	培养团队目标与角色感	2天2夜	320元/人天
	赢在卓效®	打造卓越当责、高效结果团队	1天	320元/人天
	众志成城	接纳变化、提升团队内驱力	1天	320元/人天
自然拓展	王朝密令®	接触大自然、数字化奔跑团建	1天	320元/人天
	寻找苏鲁锭®	体验草原文化、凝聚企业精神	1天	320元/人天
	卓悦星球®	基于 DiSC® 的优势团队建设	1天	550元/人天
主题团建	超级多米诺	创造震撼人心的大型多米诺骨牌效应	0.5天	320元/人天
	趣味运动会	安全、快乐、人人参与的大型职工运动会	1-2天	320元/人天
	鼓舞飞扬	同呼吸共命运的非洲鼓大合奏	0.5天	320元/人天
	疯狂过山车	分工协作共创美好幸福家园	0.5天	320元/人天
	旱地冰壶	新颖、时尚的团队冰壶运动	1天	320元/人天
	创意飞盘	新颖、时尚的团队飞盘运动	1天	320元/人天
	共绘蓝图	共启一份美好未来、共绘一张企业蓝图	0.5天	320元/人天



## 6.1 攀登者

### 野战训练课程 3天3夜

**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**九峰山/蜜汗山

**课程收益：**洗涤心灵、积蓄能量

- 1.走进深山野林、放空自我、回归本我
- 2.获得生命的洗礼、重新燃起奋斗的激情
- 3.激励学员克服艰难险阻、坚持到底，提升整体战斗力
- 4.与内心对话、树立个人与组织崭新的愿景力

**课程特色：**远离喧嚣的天然氧吧区、专业教练引导下的深度对话触动心灵、专业强大的安全保障团队、“纯天然无污染”的战友友情



#### 体验流

##### 前夜 出征大典

- 1、集合报道
- 2、团队建设、主题引导、授旗宣誓

##### 第一天 初生与感知（15-20 公里）

任务一：认识三五好友

任务二：在一起

野餐野营

##### 第二天 连接与共有（15-20 公里）

任务三：创意剧本

任务四：拼接使命

主题篝火晚会

##### 第三天 使命与新生（8-12 公里）

结营典礼、盛大晚宴

#### 学习流

##### 前夜 出征大典

暂时放下过往的荣耀；暂停下载过去的思维与认知；暂时悬挂过去的模式；

##### 第一天 初生与感知（15-20 公里）

攀上一座山，穿过一片丛林，一个人很艰难，唯有团队共同努力，才使得这一座山在泪水与欢笑中得以攀越。

##### 第二天 连接与共有（15-20 公里）

重新建立人与人之间的链接。一起拥有共同的愿景，为了同一个目标而凝聚。

##### 第三天 使命与新生（8-12 公里）

拥抱彼此，使命共有，演绎无限可能。想法变计划，踏上蜕变之路。

## 6.2 我是游骑兵

野战训练课程 3天3夜

**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**四子王旗草原/库布齐沙漠

**课程收益：**超越极限、激发能量

- 1.超越极限、激发潜力，注入成就卓越自我的动力基因
- 2.打破思维习惯、行为习惯、关系模式
- 3.培养克服艰难险阻、坚持到底意志，提升整体战斗力
- 4.树立共同的目标与信念，提升愿景力和使命感

**课程特色：**远离喧嚣的天然氧吧区、专业教练引导下的深度对话触动心灵、专业强大的安全保障团队、“纯天然无污染”的战友友情



### 体验流

#### 前夜 生命宣言

- 1、集合报道
- 2、团队建设、主题引导、授旗宣誓

#### 第一天 连接你我（30-35 公里）

越野行军、方向判定、横渡峡谷、翻越障碍、武装泅渡、攀登崖壁、牵引横越、

#### 第二天 超越自我（30-35 公里）

水上操舟、战场救护、疼痛处理、担架制作、野外宿营、野炊野餐、伪装偷袭、丛林排雷、窃取情报、野餐野营、主题篝火晚会

#### 第三天 蜕变新生（15-20 公里）

结营典礼、盛大晚宴

### 学习流

当队员信念摇摆想要放弃怎么办？

当团队发生冲突怎么办？

当队伍面临危机产生混乱怎么办？

当队员身体疼痛不能坚持怎么办？

当队伍遭受挫折士气低落怎么办？

领导力：带领团队完成任务

影响力：情绪影响、目标激励与行为影响

压力与情绪管理：从被影响到掌控影响

责任与担当：从避免责任到担当责任

危机处理：从危机变危难到危机变机会

问题解决：从害怕问题到解决问题。

团队协作：从个人作战到协同作战。



## 6.3 奋斗者

### 野战训练课程 3天3夜

**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**恩格贝

**课程收益：**生命不息、奋斗不止

1. 一种生命的态度，主动而非被动、积极而非消极、当责而非推责
2. 一种生命状态，拒绝躺平、没有内卷、永不停歇
3. 一份生命的礼物，克服艰难险阻、坚持到底的意志与决心
4. 一种进取的精神，追求结果，创造、创新、改变

**课程特色：**专业完备的训练基地、专业教练引导下的深度对话触动心灵、专业强大的安全保障团队、“纯天然无污染”的战友友情



#### 体验流

##### 一、团结：破冰、挑战 180

课程导入：说明课程意义与方式，形成约定

形成团队：理解团队工作的价值

##### 二、坚守：穿越库布齐沙漠

坚守信念：信念就是治疗逆境、挫折、苦难灵丹

克服困难：分离身体痛苦与负面情绪，让阳光铺满你的心田

##### 三、回温：沙漠之夜

回温企业发展史、重述企业价值观

##### 四、挑战：沙漠掘金

管理出效果，创造卓越业绩

合作共赢、协同作战、指质企业本质

##### 五、升华：参观奋斗史、制作沙画

#### 学习流

恩格贝处于中国八大沙漠之一的库布齐沙漠腹地，曾被称为不可治理的沙漠。因为一位胸怀治沙梦的企业家、一位 92 岁的日本学者和一批批开发沙漠志愿者进驻恩格贝。原始的油灯点燃了希望之光，狂风沙暴中孕育出了绿色。恩格贝的事业托付着人类对自身生存环境的忧患与希冀。来到恩格贝不仅是一次团队的凝聚力之行，也是切身感受沙漠变绿洲的传奇故事，体会艰苦创业、坚持信念的恩格贝精神，深刻领会“坚守与创新”为魂的奋斗精神。

## 6.4 你的船你的海®

基地拓展课程 2天1夜

课程对象：管理者、骨干精英、全体职工

课程地点：呼和浩特/岱海/恩格贝专业基地

课程收益：主动当责、自主革新的团队

1. 激活员工动机，树立主动、担当精神
2. 增强团队凝聚力，提升使命感和荣誉感
3. 增强企业文化认同，提高员工敬业度和忠诚度
4. 树立正向组织氛围、植入卓效学习组织基因

课程特色：源自国际版权员工训练课程、专业的器械训练基地、资深学习教练引导、完备的后勤保障团队



### 体验流

拓展训练,英文名(Outward bound),:一艘小船在暴风雨来临之际抛锚起航,投向未知的旅程,去迎接一次次没有未来的挑战,你们做为一支舰队即将启航,走向美丽的新城,开创美好的明天:

#### 一、扬帆起航

- 1、破冰、导入、团队建设

#### 二、船坚炮利

- 1、断桥：正视变化的环境
- 2、电网：正视团队的现状
- 3、当责环：调整你的心态到当责线上

#### 四、乘风破浪

- 1、生死时速：速度极限与团队的极限
- 2、迷失世界：基于结果的沟通之道

#### 五、海阔天空

集体求生/动力圈：荣辱与共的整体

### 学习流

#### 一、团队

没有完美的个人，只有完美的团队

团队成立初期的磨合，领导、规范、分工与配合

#### 二、当责

提高敏锐度、提升适应力

正视变化的时代与环境

正视自我的能力与团队现状

当责环：“当责”是一种文化、是对自己负责的主动、从线下变为线上是每个人成长的阶梯

#### 三、结果

努力不等于结果

关系不等于团队

#### 四、卓效

人人当责、事事有果、卓越绩效

## 6.5 22条军规™

基地拓展课程 3天2夜

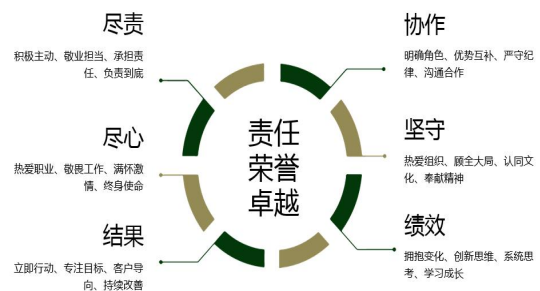
课程对象：管理者、骨干精英、全体职工

课程地点：呼和浩特军事拓展基地

课程收益：外塑行为、内化军魂

1. 树立“铁血”军魂、规范铁血行为、提升执行力
2. 提高职工主动性和自动自发的状态
3. 建立团结协作、目标一致的军型团队
4. 加强企业文化、提升企业凝聚力与战斗力

课程特色：源自军队管理实战经验、军事专家亲自设计教学、专业的军事训练基地、创新的军事体验形式



## 体验流

课程模拟中国人民解放军从成立到全国解放的历程，在体验式训练过程中培养军魂、形成铁军队伍。

## 一、土地革命战争中诞生和成长

1. 开营、分组
2. 团建、授旗
3. 行为训练、纪律统一
4. 战斗与挫折

## 二、抗日战争的主力军

## 三、全国解放战争的胜利

## 四、保卫新生政权

## 五、抗美援朝，保家为国

## 学习流

## 责任

积极主动、敬业担当  
承担责任、负责到底  
角色精尖、优势互补  
严守纪律、沟通合作

## 荣誉

热爱职业、敬畏工作、满怀激情、忠于使命  
热爱组织、顾全大局、认同文化、乐于奉献

## 卓越

立即行动、专注目标、客户导向、持续改善  
拥抱变化、创新思维、系统思考、学习成长



## 6.6 夺宝奇兵® 基地拓展课程 2天1夜

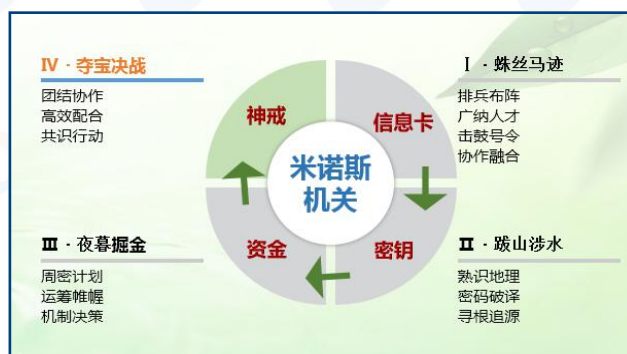
**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**岱海/恩格贝

**课程收益：**卓越角色、完美团队

- 1.在自然中合作、在体验中思考、加强团队沟通与协作
- 2.学习团队角色理论、发展自我及团队情商
- 3.发现团队自身改变的可能、提出创造性方案
- 4.认识所处阶段和存在的问题、寻找改善的出口

**课程特色：**源于贝尔宾团队角色理论、融合多元学习技术体验、专业的训练基地支持、独特的版权课程设计



### 体验流

#### 一、课程导入

课程源于悠远的传说：关于米诺斯神戒。为了寻找遗失已久的米诺斯神戒，获得王国的权威，一群勇士形成了若干个队伍，踏上寻宝征程，并演绎一段惊险、刺激、斗智斗勇的团队之战

**二、蛛丝马迹：**建立队伍的建制，树立队伍的夺宝目标，宣誓誓言

**三、跋山涉水：**根据蛛丝马迹的片断信息，寻找密钥。

**四、夜幕掘金：**利用每成员计划周密能力、逻辑思考能力、敏捷反应能力挣钱、抢资源

**五、夺宝奇兵：**完成完成挑战抢宝箱、用正确的钥匙打开、获得神戒。

### 学习流

智多星创造力强，充当创新者和发明者角色

外交家是热情的、行动力强的、外向的人。

审议员是态度严肃的、谨慎理智的人，他们有着与生俱来对过份热情的免疫力。

协调者最突出的特征就是他们能够凝聚团队的力量向共同的目标努力。

鞭策者是充满干劲的、精力充沛的、渴望成就的人。

凝聚者是在团队中给予最大支持的成员。

执行者是实用主义者，有强烈的自我控制力及纪律意识。

完成者是坚持不懈的、注重细节的。

专业师是专注的，因获得专业感到骄傲。



## 6.7 赢在卓效® 基地拓展课程 1天1夜

**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**专业基地/客户指定的场地

**课程收益：**主动担当、卓越协作

- 1.统一思想、转变观念、树立新目标新认识
- 2.融入企业文化、理解企业文化、认同企业文化
- 3.培养适应变化、追求卓越的奋斗精神和主动积极的担当精神
- 4.提高团队的集体凝聚力和归属感

**课程特色：**高度精炼的内容体系、新颖有趣的体验形式、基于企业文化个性化定制、专业的教练队伍



### 体验流

#### 单元一：创业初心

这是一个“万众创业”的时代，作为时代的年轻人，你们有一个绝妙的点子、想要实现伟大的梦想，走到一起开始了创业之旅。

破冰、团队建设、点子大战、队名报、超级接力、摸石过河

#### 单元二：披荆斩棘

经过一年的努力推广与宣传，终于有客户了，但他想要的产品不是你们想做的，为了生存而战  
平衡杆、生死时速、高效团队画布

#### 单元三：烈火真金

主题导入：团队的价值就是做结果

项目体验：管理情境项目“沙漠掘金”

### 学习流

#### 团队发展阶段

##### 一、形成

走进角色  
认同目标

##### 二、进发

建立信任  
开放接纳  
能力增长

##### 三、规范

沟通协作  
统一纪律

##### 四、高效

主动承诺、关注结果、使命担当

## 6.8 众志成城

基地拓展课程 1天

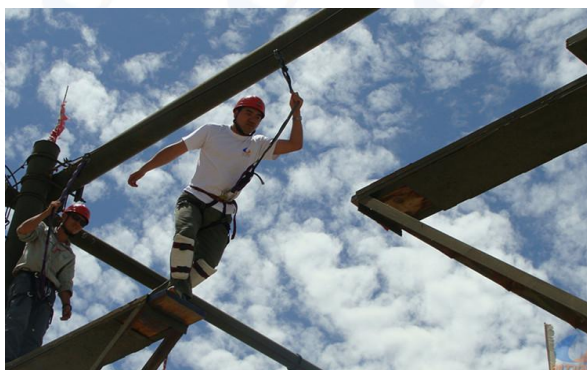
**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**呼和浩特/恩格贝专业训练基地

**课程收益：**接纳变化、提升团队内驱力

- 1.建立积极心态，克服压力与恐惧，走出舒适圈
- 2.建立相互信任，获得卓越支持
- 3.优势互补、分工协作，增强团队精神
- 4.拥抱变化、敏捷学习、树立正向组织氛围

**课程特色：**经典员工训练课程、专业的器械训练基地、资深学习教练引导、完备的后勤保障团队



### 体验流

#### 一、开营仪式

破冰、团建、引入

#### 二、建立信任

背摔/云梯/潮起潮落

散落的碎片

#### 三、突破极限

断桥/单杠

钉子挑战

#### 四、合作共生

穿越电网

集体求生

大总结

### 学习流

**开营仪式：**破冰、团建、引入

课程导入：说明课程意义与方式，形成约定

团队磨合，领导、规范、分工与配合

**建立信任：**建立是一种态度，是一种能力，也是一种选择

信任的基础是意愿与能力曲线

提交结果、持续承诺、获得信任

**突破极限：**成长型思维与固定型思维

面临不确定的环境下作出快速判断与采取行动

在全新的任务面前，调整心理压力走出舒适区

**合作共生：**一致的目标、优势互补、坚守初心、担当使命、主动承诺、创造结果、共创卓效组织



## 6.9 王朝密令® 自然拓展课程 1天

**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**九峰山/蛮汗山

**课程收益：**减压放松、团结沟通

- 1.深刻体会和践行和组织文化
- 2.塑造积极、向上、正能量的团体氛围
- 3.减压、放松、拓展、运动
- 4.加强相互沟通、增进信任感，增强团队向心力和凝聚力

**课程特色：**基于数字化平台的定向、沉浸式角色设置体验、专业的教练队伍、强大的后勤保障



### 体验流

在春秋战国时代的历史舞台：不管是出身尊贵还是落魄士者；不管是出身名门还是贩夫走卒；不管是白发苍苍还是稚龄童子；只要有才干，有想法，都能封侯拜相得到重用一展才华：

#### 第一模块：封王拜相

广纳贤才、招兵买马、建立自己的军队与政权。

#### 第二模块：屯兵存粮

各国要完成规定的基础任务，获得各国承认

#### 第三模块：国富民强

有限的线索，寻找锦囊、增强实力

#### 第四模块：诸侯博弈：强国吞并弱国

#### 第五模块：王朝荣耀（大总结）

### 学习流

#### 前夜 出征大典

暂时放下过往的荣耀；暂停下载过去的思维与认知；暂时悬挂过去的模式；

#### 第一天 初生与感知（15-20 公里）

攀上一座山，穿过一片丛林，一个人很艰难，唯有团队共同努力，才使得这一座山在泪水与欢笑中得以攀越。

#### 第二天 连接与共有（15-20 公里）

重新建立人与人之间的链接。一起拥有共同的愿景，为了同一个目标而凝聚。

#### 第三天 使命与新生（8-12 公里）

拥抱彼此，使命共有，演绎无限可能。想法变计划，踏上蜕变之路。

## 6.10 寻找苏鲁锭® 自然拓展课程 1天1夜

**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**希拉穆仁/辉腾锡勒草原

**课程收益：**心系草原、躬身入局

1. 体验草原文化，信念、图腾的力量
2. 凝聚团队，提升团队士气与凝聚力
3. 融入企业文化，提升企业忠诚度与归属感
4. 减压、放松、拓展、运动

**课程特色：**大型草原文化体验课程，是融合了蒙古民族悠远文化图腾及企业文化追寻之旅。广袤的草原、淳朴的牧民、悠扬的马头琴、古老的祭祀，信念与图腾



### 体验流

800 多年前的蒙古草原上，蒙古各大部落战争不断、百姓苦不堪言。只有苏鲁锭的出现才能实现此愿望。不过找到它需要经历险象环生的湿地、变幻莫测的沙漠、暗流汹涌的河滩、凛冽险峻的雪山和尘封的怪物地骚扰，行程 8000 里，历时一年的时间才能到达。

为了部落的生存与发展，为了草原人民的幸福生活，当时草原上的 8 大部落，准备去争夺神奇的苏鲁锭。他们选举了部落首领，确定了新的代表吉祥的部落名，并有了部落的图腾。这些部落分别是：克烈部、弘吉剌部、扎达阑部、乃蛮部、泰兀赤部、尼鲁温部、兀良哈部、阿鲁拉部.....

### 学习流

#### 一、日出草原

- 1、盛大开幕
- 2、情境导入
- 3、部落形成

#### 二、部落崛起

草原那达慕英雄峰会

#### 三、苏鲁锭预言

情境剧：长生天的预言

#### 四、寻找苏鲁锭

数字化定向寻找碎片

#### 五、吉祥草原

- 1、草原巨画
- 2、庆功宴



## 6.11 卓悦星球® / 自然拓展课程 1天1夜

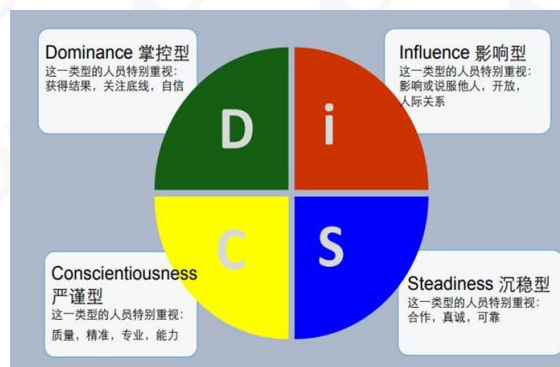
**课程对象：**管理者、骨干精英、全体职工

**课程地点：**自然景区

**课程收益：**基于 DiSC® 的优势团队建设

1. 掌握 Everything DiSC® 工具，深刻认识自己的优势与局限
2. 更快捷、准确地了解他人，欣赏和接纳与自己不一样的人
3. 在自然中轻松沟通、悦纳彼此、建立和谐的团队关系
4. 提高沟通、合作、领导、影响等人际互动技巧、提高情商

**课程特色：**远离喧嚣的天然氧吧区、专业教练引导下的深度对话触动心灵、专业强大的安全保障团队、“纯天然无污染”的战友友情



### 体验流

#### 一、DiSC®测评

- 1、源自美国 Everything DiSC® 在线测评
- 2、出具报告

#### 二、星夜相聚

- 1、破冰
- 2、主题篝火

#### 三、卓悦星行

- 1、性格卡片
- 2、火星撞地球

#### 四、星球融合

- 1、卓悦星球画像
- 2、行动计划

### 学习流

#### 第一模块：认识自我

解 DiSC 的模型以及它如何解释你自己的个性化行为与情绪

#### 第二模块：卓悦基因

卡片游戏：了解不同的性格  
萃取 DiSC 卓越基因、火星撞地球

#### 第三模块：星球相聚

深度解读 Everything DiSC® 性格体系  
卓悦团队画像

融入四大星球，学会调适自己、完善自我

#### 第四模块：跟进工具

MyEverythingDiSC™：移动资源  
比较报告：两名学员之间的报告

## 6.12 超级多米诺

创意团建活动 0.5 天

**适合对象：**全体职工、客户、相关方

**课程地点：**室内会议室/体育馆

**活动收益：**视觉冲击、震撼心灵、团结凝聚

1. 宣传企业形象、增强企业认同、提升团队责任感
2. 激发成员创造力、获得成就感和价值感
3. 培养坚持到底的毅力
4. 激发智力体力挑战感

**活动亮点：**时尚新颖的活动形式、专业完备的教练队伍、士气高昂的团队氛围、震撼心灵的视觉盛宴



### 活动说明

多米诺效应( Domino Effect ),是一种心理学效应,类似于蝴蝶效应,指在一个相互联系的系统中,由一个很小的初始能量引发的一系列连锁反应,这种效应广泛地被应用于多领域之中,用来解释一些具有关联性的现象。在一个相互联系的系统中,一个很小的初始能量就可能产生一系列的连锁反应,人们把这种现象称为“多米诺骨牌效应”或“多米诺效应”。

多米诺骨牌游戏规则非常简单,将骨牌按一定间距的尺寸排成单行,或分行排成一片。推倒第一张骨牌,其余发生连锁反应依次倒下,或形成一条长龙,或形成一幅图案,骨牌撞击之声,清脆悦耳;骨牌倒下之时,变化万千。

### 活动流程

#### 一、破冰分队

热身活动、分组团建、活动简介

#### 二、任务分配

发放物资、领取任务、激励动员

#### 三、团队竞技

小组为单位完成骨牌摆放、开展速度与质量的竞争评分

#### 四、合力致胜

连接各小组成果、完成系统图案、形成大集体意识

#### 五、震撼启动

火热的音乐、震撼的视觉效应、全场共舞  
结束总结



## 6.13 趣味运动会

创意团建活动 1-2 天

适合对象：全体职工、客户、相关方

课程地点：室内体育馆

活动收益：全民共健、凝聚力量

- 1.展示企业形象、增强企业认同、提升团队责任感
- 2.加强职工的拼搏精神和竞争意识、激发正向能量
- 3.锻炼身体，发展健康、实现全民健身
- 4.加强沟通、建立关系、增进连接

活动亮点：五彩缤纷的盛大场面、创新有趣的活动项目、安全环保的器材道具、人人参与的新型运动会



### 活动说明

趣味运动会是一种新兴的群众体育运动，源于大型民间群众体育活动，是传统运动会的创新形式。如同拔河、舞龙、赛龙舟等群众运动，它体现着全民健身和娱乐大众的特点，也展现了奋力拼搏、积极向上的运动精神，能够使人在快乐中锻炼身体的同时，达到团结协作、统一人心的组织目的。趣味运动会以休闲娱乐的团体活动形式，能够在人们工作之余，一张一弛、一劳一逸的转化中，达到发展身体，增进健康、加强交流、凝聚精神的目的。

高安全性，充气、布质类，规则简单，组织安全  
高参与性，新颖、有趣，需要协作，促进投入  
高观赏性，色彩鲜亮、体型怪异，赏心悦目

### 活动流程

#### 第一模块：开营仪式

升旗仪式  
入场仪式  
团队建设

#### 第二模块：运动会比赛

趣味障碍、运转乾坤、财源滚滚、众星捧月  
步调一致、袋鼠运瓜、趣味粘人、旱地滑道  
同舟共济

#### 第三模块：闭幕仪式

闭幕汇演  
颁奖仪式  
合影

## 6.14 鼓舞飞扬

创意团建活动 0.5 天

适合对象：全体职工、客户、相关方

课程地点：室内会议室/体育馆

活动收益：全身投入、震撼心灵、提升士气

1. 打击乐、舞蹈、艺术表达等国际元素，鼓舞员工士气。
2. 团结成员，缔造友谊，有活力、更有效率，使人终身难忘。
3. 通过击鼓表达情绪，非语言的声音促进人心，释放压力。
4. 玩音乐，秀舞步展激情，尽情释放压力与收获快乐

活动亮点：时尚新颖的活动形式、全身心投入的音乐盛宴、专业完备的教练队伍、激情高昂的团队氛围



## 活动说明

活非洲鼓 ( Djembe ) 是非洲土著民族的传统乐器，属皮膜类敲击乐器。非洲鼓起源于十三世纪曼丁人建立的马利王朝，是最具代表性的打击乐器。非洲鼓演奏通常是挂在脖子上边走边打，而非放在地上敲打。非洲鼓最特别的是一定要用手敲打，一手调整音调的高低，另一手敲出节奏。

“鼓舞飞扬”是从欧美引进，并以多年培训经验创办的一个特色课程，该课程有别于一般的技能传授或信息提供的单向式、面授式课程，而是基于对象在过往的学习模式中吸收了太多的知识而导致“营养过剩”的学习状态，进行一个有力的调整。

## 活动流程

## 1、活动开场

打破隔阂，创造良好的沟通氛围。

## 2、开场表演

鼓手们分为两组擂鼓对阵

## 3、部落鼓秀

分三环节完成各自方阵的酋长加冠、部落时妆、人体彩绘

## 4、团队乐章

集体击鼓或一个人同时击多只鼓时，鼓声气势磅礴，有如万马奔腾，雄壮激越

## 5、结营

大总结与分享感动



## 6.15 疯狂过山车

创意团建活动 0.5 天

**适合对象：**全体职工、客户、相关方

**课程地点：**室内会议室/体育馆

**活动收益：**视觉冲击、震撼心灵、团结凝聚

1. 完美呈现项目统筹的全过程，树立学员全局观和系统意识。
2. 营造良好的团队合作氛围,增进彼此感情。
3. 体验团队间默契配合的精神，并与自己团队内部相结合。
4. 提升士气、发挥创造力、改善组织氛围。

**活动亮点：**新鲜刺激的展现形式、融入物理学与工程学的理性之光、团队协作与个人才华相得益彰、创意与成果的收获之旅



### 活动说明

超大型团队创意体验项目之一，在精心设计的项目中，结合过山车的主题，用一道道项目来挑战每一位学员的决心和恒心。从体力，智力，承受力各方面给学员施加压力，你将与你的团队成员一起来设计和建造这个世界上最令人兴奋和最具创意的过山车。全队所有队员利用现有的道具搭建一个长于6米高不小于1.5米的过山车，且篮球要在做好的过山车上，从起点最高点运行到最低处。

《疯狂过山车》是一个极具创意的项目，需要整个团队上下齐心朝一个目标奋进、努力在整个过程中，每个人都有一份共同的认同感，都有共同的期盼，共同的目标，可增进认同感和成就感。

### 活动流程

#### 一、破冰导入

1. 活动简介
2. 分组破冰

#### 二、制作工程

1. 发小组材料，要求团队搭建一座过山车。
2. 每组在 120--180 分钟之后把用篮球模拟。
3. 篮球要在做好的过山车上运行三次。

#### 三、总结复盘

1. 每组要派出一位代表来解说该组的建造过程及自组的优点。
2. 每组派出二名人员对其他队的产品进行点评
3. 选出最佳的团队并给该模型的建设者给与奖励。

## 6.16 旱地冰壶

创意团建活动 0.5 天

**适合对象：**全体职工、客户、相关方

**课程地点：**室内会议室/体育馆

**活动收益：**时尚运动、团结凝聚

1. 时尚的运动，健康的活动中体会拥抱变化、迎接变化和创造变化
2. 追求个人和团队目标绩效的高度匹配树立团队意识
3. 给企业带来多元、自由、开放、快乐的氛围、共识与接纳
4. 锻炼身体、减压放松

**活动亮点：**安全灵活，参与性强，对场地要求不大，对体力要求不高、观赏性高  
创新运动时尚选择



### 活动说明

冰壶又称掷冰壶、冰上溜石，是以队为单位在冰上进行的一种投掷性竞赛项目，冬奥会比赛项目，并设有冰壶世锦赛。旱地冰壶（Floor Curling）是一个以团队为单位在平滑地面上进行的投掷运动项目。通过让本方冰壶停在预先设定好的位置，或者将对方的冰壶击出，达到致胜的目的。旱地冰壶突破了场地的限制，是一种通过团队协作力和智力于一身的比赛，是一项需要个人技术与团队战术配合的运动项目。旱地冰壶动静结合，注重技巧，对体能没有过多要求，会锻炼参与者身体的柔韧性和对力量的控制能力；同时锻炼了大脑的应变能力、判断能力、对时机的把握能力。

### 活动流程

#### 团队组建

展示团队、竞技精神

#### 热身训练

进攻训练、防守训练

地壶规则——赛制规则，如何获胜

协作演练——战术练习，熟悉赛场

#### 第一场竞技

积分赛，初露锋芒

#### 第二场竞技

积分赛，渐入佳境

第三场竞技——积分赛，超越巅峰

#### 活动总结

经历，情绪，启发，行动



## 6.17 非凡飞盘

创意团建活动 0.5 天

**适合对象：**全体职工、客户、相关方

**课程地点：**室内会议室/体育馆

**活动收益：**时尚创新、团结凝聚

1. 个人闯关和团队合作相结合、提升全员参与感
2. 挑战竞争与协作相结合，提升团队士气与活力
3. 锻炼身体、减压放松
4. 注入正能量、激活组织氛围

**活动亮点：**远离喧嚣的天然氧吧区、专业教练引导下的深度对话触动心灵、专业强大的安全保障团队、“纯天然无污染”的战友友情



### 活动说明

飞盘为一项融合了橄榄球、足球和篮球等运动特点的团队型运动，曾被《纽约时报》评为世界上发展速度较快的运动。飞盘由于运动本身的新奇、活泼、变化、具挑战性、没有场地限制等等的诸多特点，是一项严格要求无身体碰撞的对抗型竞技运动。飞盘运动很独特，因为他要求运动员自己在场上进行裁决。若有争议则互相讨论解决。要实现这种裁判方式，运动员之间必须相互尊重，并尊重他们做出的裁决，这种尊重被称为“飞盘的精神”。飞盘运动让很多平时并不擅长运动的学员也十分喜爱，因为他们知道这并不是一个单纯依靠体力而是充满智慧和勇气的项目，每个人都能找到自己擅长的位置。

### 活动流程

- 1、运动导入
- 2、分组破冰与热身
- 3、热身盘感
- 4、技能练习
- 5、组合竞赛
- 6、团队飞盘对抗赛
- 7、躲避盘
- 8、飞盘嘉年华积分赛
- 9、飞盘精神圈总结、复盘
- 10、合影留念

## 6.18 共绘蓝图

### 创意团建活动 0.5 天

**适合对象：**全体职工、客户、相关方

**课程地点：**室内会议室/体育馆

**活动收益：**配合与智慧的拓展，团结与艺术的碰撞

1. 视觉化展示企业形象，宣传企业形象、增强企业认同
2. 激发成员创造力、获得成就感和价值感
3. 加强小组内部、小组之间的合作，提升整体凝聚力
4. 火热的氛围、唯美的画布、提升员工愉悦度与满意度

**活动亮点：**团队巨画是一项极具趣味性的 Team building 活动，适合大型团队合作完成。小组的工作成果汇聚成专属于企业自身的巨画，企业文化融入效果十分震撼。



### 活动说明

源自一个荒凉而又辽阔的纳斯卡平原位于秘鲁南部。在这片平原上，有长达 300 米的人和动物的画像、线条、螺旋和几何图形，它们覆盖在方圆 500 平方千米的土地上。纳斯卡巨画有一个非常显著的特点，它的图案从头到尾都是由一条线条画成的。几乎全部都是首尾相接，呈封闭形，每个图案的线条之间没有重叠，也没有交叉，为什么画家们非得用这种封闭状的环形线条去作画呢？

这是一项企业文化融入项目。每位队员都要参与的情况下，借助颜料、画布等道具，成员氛围外联组，设计组，涂色组与物料组，大家一起完成所有的活动挑战，最终拼组成巨画。

### 活动流程

- 1、讲解“团队巨画”活动规则和注意事项，并将学员随机分组选出队长，队长带领各组成员依次领取活动任务及道具。
- 2、各小组通过一系列活动将会获得不同类型的道具，通过对各小样图重新设计和放大，完成一幅本组的巨型图画。
- 3、设计组，负责前期本组品的设计及最后的拼接，后勤组，主要负责原材料的整合及其他的辅助任务，各组的绘画人员开始紧张作品的勾勒轮廓及完成颜色的填充。
- 4、在大家共同努力下，将所有的巨型图画按照最大的设计图纸，完成最后的具有企业文化特殊意义巨型图画。



## 关于我们

### 蓝海创力商学院

Since 2006

蓝海创力商学院隶属于北京蓝海创力管理咨询有限公司，是一家融合型创新学习机构，自2006年成立以来，致力于用新颖、卓越的学习产品，赋能智慧组织生长。公司总部在北京，内蒙古设有分子公司，在呼和浩特、岱海、恩格贝、磴口设有固定的团队培训基地，是曼德沙盘研究院理事、国家授权体验式培训导师认证基地，拥有专家级导师150+、实战商业讲师300+、体验式培训师200多位。



### 蓝海优课

线上/线下

基于特定问题解决的学习产品  
14款自主版权课程 20款国内版权课程 14款国际版权课程



### 蓝海慧才营

线上/线下

基于人才测评的系统发展课程  
卓效中层特训 卓效带领特训 卓效  
职行特训 卓效授课特训



### 蓝海智慧

线上/线下

基于特定目标的组织智慧方案  
学习产品定制设计 学习项目定制  
设计 学习组织定制设计



创力体验  
卓效团体气氛



蓝海沙盘  
严肃游戏课堂



人才测评  
测量关键品质



云课堂  
突破空间障碍



行动学习  
激活群体智慧

### 合作伙伴

当责领导力授权合作伙伴  
喜马拉雅-轻学堂授权合作伙伴  
Everything DiSC®授权合作伙伴  
北森测评战略合作伙伴

喜马拉雅

轻学堂

当责领导力  
Partners in Leadership  
Authorized Partner  
EVERYTHING DiSC

Beisen北森  
科技成就人才

### 服务客户



蓝海学习<sup>+</sup> 智慧生长



赢在卓效  
CRP Training

13948114011 

caobudao@163.com 

www.tiyan100.com 

