

信念·笃行·绽放



信念·领袖品质 笃行·坚定执着 绽放·成就梦想

一、项目背景：

传统教育注重知识学习而忽略素质的培养，家庭教育往往缺乏科学性和系统性，导致青少年学生普遍缺乏良好的心理素质、应变能力、独立思考能力以及与人相处协作的能力。现代社会对人才素质的要求越来越高，除知识和技能外，还需要现代人具有良好的策划、沟通、危机处理等能力，本课程通过5天5晚系统的培训，培养学生不畏困难的耐挫力，高瞻远瞩的领袖意识、积极进取的拚博精神，拥有团队精神合作意识，以及感恩的心态，同时激发学生对生活的热爱、对梦想的执着追求。

二、课程主题

☆心理疏导训练主题

大型的心理沟通互动活动，封闭式的训练，心理专家咨询交流，帮助孩子树立自信，找回自我，培养孩子的亲情意识，提升孩子的学习兴趣。

☆快乐学习主题

本着“兴趣是最好的老师”设计原则，通过营员感兴趣的话题、活动，引发大家的思考，以达到“从做中学”的目的。快乐的训练，快乐的学习，寓教于乐，让您的孩子认为学习不再是任务，而是兴趣。让营员们在活动中感受成长的欢笑与泪水、领悟成长的无拘与责任。

☆综合素质能力专项主题

孩子面对越来越激烈的社会竞争，能不能为自己负责？能不能对养育自己的父母负责，能不能对社会负责？勇于承担责任，敢于承担责任，做到自我管理，已经成为能否在社会立足的根本了。特训营帮助孩子增加人际关系互动、发现内在自我潜能、增强面对问题及解决问题的情绪控制能力；团体成员相互支持、被接受及赞扬，从而产生积极的自我肯定，并且能将夏令营的学习转换至日常生活中的具体能力。

☆感恩在心主题

谁言寸草心，报得三春晖！饮水思源，知恩图报，现在孩子缺失的不是智慧，而是驾驭智慧的德行，德薄位尊对自己本身就是一种伤害，重要的是要让孩子懂得感恩！通过青少年领袖特训营让您的孩子对您、对身边所有给予他关心与帮助的人心存理解与感恩。

三、特训营目标

★四大课程亮点：

- ☆ 情感训练+学习方法 = 心智提升
- ☆ 提升自信+演讲能力 = 领袖素质
- ☆ 领导能力+拓展视野 = 丰富生活
- ☆ 主题活动+游戏体验 = 快乐学习

★四项课程设计理念：

- ☆ 提升智力教育感官学习方法 改善思维方式
- ☆ 提升情感教育利用主题训练 提升成长动力
- ☆ 提升信念教育重塑人生信念 强化人生使命
- ☆ 提升人生规划激发宏伟梦想 实现幸福人生

★八大训练主题：

- ☆主题训练 001：课程前期引导
- ☆主题训练 002：体验承诺训练

- ☆主题训练 003：创新特质潜力
- ☆主题训练 004：提升领袖能力
- ☆主题训练 005：训练注意力提升
- ☆主题训练 006：团队合作训练
- ☆主题训练 007：执行意识提升
- ☆主题训练 008：树立感恩心态

【课程长度】

◆五天五晚

【课程内容及时间节点】

第一天 上午 09：00-12：00

第一单元 我是一切的根源（心智模式）

- ◆ 分组团建、纪律整肃
- ◆ 自我介绍、融入团队

体验训练：五秒钟体验，激发潜能

- ◆ 取得承诺、绘画未来
- ◆ 认知团队与团队精神
- ◆ 明确自我，团队角色

体验活动（团队建设 绘制梦想板）

时 间：30 分钟

音 乐：《飞得更高》

场 地：标准

道 具：A1 大白纸、彩色笔、即时贴

灯 光：全明

温 度：室温

【宣誓起航】：参加特训营，先过此关。宣誓、承诺立志通过各项考验！

【破冰训练—建立家庭】选组长、绘蓝图、唱欢歌、朗家训。

项目目的：

- 1、着重帮助参训学员培养自信心、突破心理障碍和极限、充分挖掘潜能、对自己重新进行全面认识，同时培养个人勇于面对挑战和开拓进取的精神；
- 2、建立团队，共绘蓝图，并表达团队愿景。
- 3、浓缩众人智慧，展示团队风采。提高参训学员的参与热情，形成良好的团队气氛。

体验训练：《人体蜈蚣》+《长江大桥》

时 间：45+45 分钟

场 地：标准

道 具：报纸、胶带、彩色笔

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

项目介绍：团队智慧，挑战不可能，跨越一条模拟河流，河里最多出现四支脚八只手。

项目目的：团队协作、集思广益，团队创新。

第一天 下午 14 : 00-17 : 00

第二单元 信任——构建一切价值的基础

核心理念：

从“我”开始，建立信任。他们对人的信任起点是 100%，放弃控制，完全信任。

本节内容：

1. 信任是什么？
2. 为什么说信任是关于自己的？
3. 为什么人们习惯于将信任的决定权交给别人？
4. 为什么人们总是把受骗的原因推到被信任者的身上？

体验训练：《心有灵犀》

时 间：60 分钟

音 乐：《奉献》、《神秘花园 2》、《信任》等

场 地：标准

道 具：眼罩

灯 光：微暗

温 度：室温微冷

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作/双人配合

任务：团队成员两两一组，先握手一次后，戴上眼罩，在规定时间内进行三轮握手，找到和你第一次握手的伙伴。

项目规则：

- 1、整个过程中，所有队员不允许讲话、不允许摘下眼罩；
- 2、除了握手意外队员之间不允许有其他的身体接触。

项目目的：

- 1、增强学员间的相互信任和理解，这是构建团队的基础
- 2、克服心理障碍，增强自信心、战胜恐惧
- 3、学习换位思考
- 4、通过身体接触打破大家之间的隔膜，在组织中建立平等的人际关系
- 5、增强凝聚力

第三单元 欣赏的力量（学会赞美与欣赏）

核心理念：欣赏可以激发他人的激情，能够引发积极的团队氛围，可以形成企业的向心力。不可忽视的是欣赏的传递速度，当领导者经常用欣赏的眼光来对待下属，经常用欣赏的方式来领导企业，那么，被欣赏的人就会焕发出自信，会心甘情愿地将欣赏的眼光播种到他人的身上，欣赏于是在人际链条上快速传播，团队的氛围因此而积极、融洽，企业的士气必定高涨。

本节内容：

- 珍惜别人是欣赏别人的开始
- 欣赏之爱是广博的，不分彼此，不论丑恶习
- 用感恩的视角调整对企业、领导的看法，感恩使人“增值”，抱怨使人“贬值”
- 欣赏可以让人人成为资源，求同存异，协同发展
- 欣赏可以激发出他人内在的力量，收获别人的激情和投入
- 欣赏就像一个磁场，人只要走到磁场中，会因为“特点”而接纳对方，哪怕是很挑剔的人，也会对对方的不足视而不见。

体验训练：A、B 二人对话（互相赞美）

时 间：30 分钟

场 地：标准

道 具：白板 白板笔

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：A、B 二人对话

项目目的：让学员感受欣赏的重要性，学会欣赏别人。

第四单元 突破自我限制（相信自己 潜能激发）

核心理念：

- 如果遇到困难或出现了问题，很多人马上会找到别人的不足，却很少发现自己的问题。
- 如何找出正确办法来处理中出现的问题？
- 把认为不可能的变成可能。

体验训练：《突破——不可能》、《吞火》

时 间：60 分钟



场 地：标准

道 具：小绳子

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

本节内容：

- 痴心妄想 敢于设想；
- 画饼充饥 远大目标；
- 活在当下 步步为营；
- 打破束缚 学会放下；
- 自我暗示 不断加持；
- 积极心态 不断转换；
- 自主加压 动力转化。

第一天 晚上 19：00-21：30

体验训练：神秘走火（室外）

“走火大会”是一种潜能培训的代名词。具体是指：光着脚，从摄氏 600 度高温的木炭火路上走过去，不仅不会伤害双脚，而且能彻底激发人类的潜能，克服恐惧心理，向人生的“不可能”挑战。“走火大会”是汲取当今世界行为心理学、自助管理学、神经语言学、潜意识理论等众多学科的成果而创立的一种潜能培训课程。课程的核心在于让学员亲身参与到活动中，让他们亲自看到、听到、感触到自己是怎样突破自己的。



走火大会最主要的个人收益：

- 1、开发不可思议的潜能,拥有令人无法阻挡的自信;
- 2、培养我们积极\乐观的成功心态;
- 3、告诉你如何自我激励,败中求胜;
- 4、调整心智模式和情智模式;
- 5、颠覆所有失败理由,给你输入强劲的成功资讯;
- 6、探索大脑的组成,挖掘潜意识形成和个性产生有原因,找出造成失败的成败点,将不好的潜意识及影响能量找回你人生旅途中已经遗失或忘记的东西。

第五单元 感召力、影响力培养（人生就是一场感召的游戏）

核心理念：

感召是影响和改变他人心态和行为的能力，感召是激发他人自愿行动的能力。感召不同于命令，命令是一种权力的表现，感召的表现则是一种启发和邀请。感召是基于对方的理想，通过理想的感召，让对方看到新的可能性，从而在心态上改变。

本节内容：

1. 感召是一种心态，是心灵活的碰撞和认同。
2. 为什么说“感召不同于说服”？
3. 感召是团队实现共赢的牵引力，是团队向一个方向前进的聚光灯。
4. 有感召力的人一定是自己先做到。

体验训练：《选择练习》

时 间：90 分钟

音 乐：《感恩的心》、《神秘花园》、《珠光里妈妈》、《父亲》等

场 地：标准

道 具：无

灯 光：微暗-全暗

温 度：室温微冷

活动形式：催眠引导

项目目的：
建立亲和力，提高沟通能力；
将学员凝聚成家人，提高凝聚力；
学会以博大胸怀迎接他人；
提升服务他人意识，减少抱怨，提升影响力。

◇ **创意时刻：筹备自编自演晚会，各小组筹划节目创意，排练节目。**

第二天 上午 09：00-12：00

第六单元 基于心灵的沟通（学会与人沟通）

核心理念：

掌握自己的沟通现状，了解沟通过程模式及沟通的障碍。

体验训练：《集体作画》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：椅子、彩色笔、图片

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

项目介绍：全队成员排成一列，培训师先让其自行约定信号及信号的传递方式。然后培训师将一副画交给排尾，只能用一对一口述的方式讲图片内容由排尾传递给排头，并由排头画出。

项目目的：使学员强烈意识到，充分沟通对团队目标实现的重要意义；怎样才能实现有效沟通，并迅速形成有效决议？

体验训练：《魔力七巧板》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：椅子、七巧板

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队 PK+合作

项目介绍：一个团队分成几个小组，完成一系列规定的拼图任务。

分享内容：

- 1、培养团队成员主动沟通的意识，体验有效的沟通渠道和沟通方法。
- 2、强调团队的信息与资源共享，通过加强资源的合理配置来提高整体价值。
- 3、体会团队之间加强合作的重要性，合理处理竞争关系，实现良性循环。
- 4、培养学员科学系统的思维方式，增强全局观念。
- 5、体会不同的领导风格对于团队完成任务的影响和重要作用。

第二天 下午 14 : 00-17 : 00

第七单元 探索与专注力

核心理念：

- 人不能没有专注力，专注力是智慧的根源。
- 专注力是学习成绩好坏的试金石；
- 不断探索，积累经验，集小胜为大胜。
- 所谓“天才”，就是一些比常人勇于探索、专注力强的人。

体验训练：《数字城堡》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：数字卡片 30 张

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

项目简介：在一个地带组成的绳圈中有放着一到三十张的数字信息卡片,每一个小队有六次进入收集数字信息的机会,在 60 秒的时间里面采集的数字按顺序交给培训师确认,准确无误则胜出。

第八单元 试错与冒险精神

核心理念：

- 敢于试错，拥有冒险精神
- 冒险精神不等于鲁莽

沙盘训练：《吉塔行星》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：《吉塔行星》沙盘道具

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

项目介绍：一个航天团队有 21 天的时间来寻找基地的位置，他们在路上还要寻找水源和布兰克。5 名成员中的每个人都掌握着重要的信息，团员安德弗画了一张平面图，指示出了降落的位置；团员杜丝贝瑞有 21 天的日程。每天他们都可以选择朝东、南、西、北四个方向走，一旦确定了走哪条路，就能得到一张那个区域的地图。

没有人能够只救自己，大家生死与共，没有人可以选择离开，没有人可以把别人扔在困境中不管所有人都要作出贡献。

第二天 晚上 19 : 00-21 : 30

第九单元 心智模式——竞合关系

核心理念：

共赢是一种心态，共赢是一种取向，有一方先主动伸出共赢的橄榄枝，大家才有可能走向执手合作。心中有气度的领袖者，才会有共赢的心态；以尊重为出发点的领袖，才可能实现共赢；对外在环境和他人的体谅，则是共赢的表现方式。

本节内容：

1. 共赢是什么？
2. 适应环境转变，领袖必须心态共赢、策略共赢。
3. 共赢是将各种力量结合起来，将阻力也融合为合力，大家从中受益。
4. 共赢的心态有体谅的表现，共赢的心态是为了“做大蛋糕”的共同追求。

体验训练：《风中劲草》

时 间：60 分钟

音 乐：《奉献》、《神秘花园 2》、《信任》等

场 地：标准

道 具：眼罩

灯 光：微暗

温 度：室温微热

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目规则：

A) 学员围成一个向心圆，“草”（挑战的学员）则站在圆中央。

B) “草”要双手抱在胸前，并拢双脚，闭上眼睛，身体绷直的倒下去。倒的整个过程中不能移动脚或双脚分开。

体验训练：《红黑大战》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：椅子

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

课程目标：

- 1、培养大局意识，改善做人的格局；
- 2、强调共赢心态转换，理解助人者自乐，接受价值交换心理；
- 3、合理处理竞争关系，实现良性循环；
- 4、培养勇于开拓的意识。

◇ **创意时刻：筹备自编自演晚会，各小组筹划节目创意，排练节目。**

第二天 上午 09：00-12：00

第十单元 工匠精神

核心理念：工匠精神，从事职业的精神，集职业道德、职业能力、职业品质，是从业者的职业价值取向和行为表现。

工匠精神=敬业+精益+专注+创新

体验训练：《呼吸力量》

时 间：60 分钟

场 地：标准

道 具：PVC 管及组建、气球等

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目简介：根据图纸动手完成呼吸机建设。

第十一单元 经营能力——财商素养

沙盘训练：《航海时代》

时 间：120 分钟

场 地：标准

道 具：《航海时代》沙盘道具

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

项目简介：十八世纪末期，世界航海业有着突飞猛进的发展，太平洋中小岛沃尔纳斯岛，原本是海盗的天堂，随着时代变迁，海盗们也转做正当生意，看好航海业的蓬勃发展，纷纷转入帆船制造行业，成立多家帆船制造公司，大量生产风帆设备，获取丰厚利润。

培训目标：

- 1、财商——金钱的使用与有效分配
- 2、胆商——冒险精神与风险管控
- 3、情商——与人相处、谈判沟通
- 4、智商——计划、协调

下午 14 : 00-17 : 00

第十二单元 梦想与激情（活力四射、激情绽放）

核心理念：我们天生就相信自己的价值和重要性，只是后来要顾及别人的看法，要顾及面子，没有勇气拒绝别人的意志的灌输，不断地被世俗影响。我们经常无形中被别人的意志左右而没有觉察，也更不愿意承认被他人左右。

本节内容：

1. 激情是怎样来的？
2. 人怎样才可能有激情？

3. 激情能提高效率，引发内在动力
4. 激情可以打造狭路相逢勇者胜、逢敌必亮剑的团队精神

体验训练：《走秀》

时 间：60 分钟

音 乐：《hi 曲》、《的士高》

场 地：标准

道 具：椅子

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

活动内容：从 A 点到 B 点，只用走这一种方式，体验激情

项目目的：

- 1、提升参训学员的参与热情，形成良好的团队气氛。
- 2、体会激情带来的无限潜力，发掘更多的可能性。

体验训练：《团队舞龙》

时 间：120 分钟

场 地：标准

道 具：龙头、气球、胶带

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目简介：

- 1、用气球制作制作成自己团队的巨龙，舞动起来表演穿越，跳动，飞腾等动作。每个小组分下设三个小组分别完成不同任务。
- 2、导演组：设计统筹规划
- 3、制作组：吹气球、制作、实施舞龙
- 4、梦想组：制作 MV，解说、制作海报

项目目标：

经典梦想创造类活动，点燃激情，唤醒青春梦想。

- 全情投入，展示自我，相同之中见不同；
- 坚守梦想，追求精益求精，拥有卓越意识。

第三天 晚上 19：00-21：30

第十三单元 敬畏生命

核心理念：“Life Game”是一个通过模拟生命中的最后几小时，以及模拟死亡来临和葬礼的过程，通过一系列的心理体验，对自我有一个更全面的认识，对生活有一个更深刻的理解，调整自己的状态来更好的面对当下的生活。

生命的本身是绚烂的，但是对于人类来说，不管是生命的诞生，还是生命的过程，还是生命的最终消亡，“不快乐”有时候却体现在人的生命之中。

那么，该如何去度过有限的人生？该如何去探寻自我？该如何更深刻地去理解生命？该如何去完成灵性的成长？该如何去敬畏生命？体验人生的快乐？

体验训练：《沉船》

时 间：120 分钟

场 地：铺有地毯的室内会场

道 具：白色床单

灯 光：暗

温 度：室温冷

活动形式：全员参与

项目性质：个人体验

项目简介：沉船游戏，当生命进入了倒计时，死亡很快就会到来了，而我们还有生活、交往的任务需要完成，在这种情况下，你是否好奇你将会如何面对呢？如何感受、行动、体验呢？

你是否好奇过，灾难正在发生，船撞上了浮冰，确定无法逃生，几个小时后就将沉没，救援队来了之后也只能带走尸体和遗书，这确定是一条不归路，葬礼正在等着我们，此种情况下，你将会如何面对呢？是镇定的若无其事，还是逃避、否认，还是沉浸在悔恨、回忆之中？如果你是一个英勇的革命者，决定几个小时之后英勇献身，当你下了这个决心，你是否好奇你此时会是什么样的心情？

◇ 创意时刻：筹备自编自演晚会，各小组筹划节目创意，排练节目。

第四天 上午 09 : 00-12 : 00

第十四单元 协作能力

核心理念：团队协作能力，是指建立在团队的基础之上，发挥团队精神、互补互助以达到团队最大工作效率的能力。对于团队的成员来说，不仅要有个人能力，更需要有在不同的位置上各尽所能、与其他成员协调合作的能力。

体验训练：《妙笔生花》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：绳子、大毛笔、墨汁、大白纸

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目简介：所有队员拉绳子的末端，在不接触毛笔的情况下，按照教练的要求完成指定的任务，最快完成的为获胜。

体验训练：《穿越黑洞》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：绳圈编成的网洞、眼罩

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目说明：二战硝烟依旧乌云密布，在德国西南部的一个纳粹集中营中，十几位盟军战士决定今晚趁着夜色逃生，他们万分小心的逃过了第一道封锁线.第二道封锁线.当他们即将到达最后一道封锁线时，突然后面响起了激烈的枪声….追兵到了。此时横在他们面前是一张漫天电网，上万伏高压电闪着吡吡的火花，他们已经没有了退路，唯一的办法就是从电网（黑洞）中穿过。

培训目标：

- 1、明确分工，有效协调
- 2、资源整合
- 3、感受面对困难时，应有的态度和做事方式
- 4、相互协调和精心操作

第四天 下午 14：00-17：00

第十五单元 赢在执行——打造执行力

核心理念：

- ◆再好的策略计划，没有执行，一切等于零！
- ◆执行的第一要素（服从！绝对的服从！没有服从就没有执行）
- ◆执行的四要素（绝对服从 不找借口 主动迅速 拿到成果）
- ◆不懂得服从的员工是没有前途的员工！
- ◆借口是成功的天敌！（找借口实际上就是推脱责任的表现）
- ◆拒绝借口是迈向成功的开始！
- ◆没有成果的执行没有意义（拿到成果，对结果负责）

体验训练：《数字传递》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：白纸、笔、白板、白板笔、秒表

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与

项目性质：团队 PK

项目介绍：全体队员从头到位依次传递培训师给的一组数字，共进行六轮的传递，传递的过程中，不允许说话。

项目目标：

- ✓ 特殊条件下的沟通

- ✓ 协作能力
- ✓ 思路创新，复杂的事情简单化
- ✓ 提升参训人员的执行能力

体验训练：《群龙取水》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：绳子、矿泉水

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目要求：队员在规定时间内，用三种以上不同方法从雷区内把三件宝物取出来。在一个直径 5 米的雷区中间有一个水源(瓶装矿泉水)，要在仅用一根绳子，不接触地面的情况下取到全体队员的救命水，可能吗？在关乎生死的环境中，只有高效率、能迅速达成共识、并勇于尝试的团队才能险中取胜。

培训目标：

- 1、资源整合
- 2、独特创意
- 3、个人在团队中的合理位置
- 4、目标管理

第四天 晚上 19 : 00-21 : 30

第十六单元 责任担当

核心理念：

责任就是对自己使命的忠诚和信守,责任就是忘我的坚守,来自于对集体的珍惜和热爱,来自于对集体每个成员的负责,来自于对自我的一种认定,来自于生命对自身不断超越的渴求——责任是人性的升华

- 1.责任胜于能力，责任造就魅力
- 2.有魅力才有吸引力，有吸引力才能有成就！

本节内容：

1. 责任者与受害者？
2. 为什么说负责任是一种心态？它的内涵是什么？
3. 推卸责任等于将自己定位为外力决定下的牺牲者；
4. 不拿别人的错误来惩罚自己。

体验训练：领袖的风采

时 间：120 分钟

场 地：标准

音 乐：《西班牙斗牛士》、《在你面前好想流泪》、《重头再来》

道 具：无

灯 光：暗

温 度：室温微热

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队 PK

项目流程：

- 1、活动导引 简单事情重复做
- 2、团队建设 分为男女相当的、人数相等的两队
- 3、竞选领袖
- 4、领袖誓诺（领袖承诺在团队面临失败时负 100%责任）
- 5、报数比赛
- 6、接受惩罚（领袖践行承诺接受俯卧撑惩罚）
- 7、领袖分享

◇ **真情时刻：**

写给父母的一封信（培训第五晚 同父母给孩子的一封信进行交换）

◇ **创意时刻：筹备自编自演晚会，各小组筹划节目创意，排练节目。**

第五天 上午 09：00-12：00

第十七单元 领袖素质

体验训练：《珠行万里》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：PVC 管子、高尔夫球

灯 光：正常

温 度：室温微冷

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目要求：整个团队每个队员手拿一根半圆形的球槽，将球连续传动（滚动）到下一个队员的球槽中，并迅速地排到队伍的末端，继续传送前方队员传来的球，直到球安全的到达指定的目的地为止。

培训目标：

- 1、良好的心态
- 2、勇于接受失败精神
- 3、领导能力
- 4、协调能力
- 5、计划性与严谨性

体验训练：《盲人方阵》

时 间：90 分钟

场 地：标准

道 具：绳子、眼罩

灯 光：正常

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

项目性质：团队合作

项目要求：所有队员先戴好眼罩，并在 40 分钟内，把培训师给的绳子围成一个面积最大的正方形，所有人相对均匀地分布在这个正方形的四边。

培训目标：

- 1、培养团队成员的沟通意识
- 2、理解团队领导人及其领导风格对完成任务的影响和重要作用
- 3、培养团队决策能力
- 4、培养学员科学的思维方式
- 5、使学员理解角色定位

第五天 下午 14 : 00-17 : 00

第十八单元 同创伟业 (凝聚力)

核心理念：貌似不可能完成任务的前提下，大家同心协力，同进同退，按照一个目标努力一定可以实现。激起团队热情，感受团队力量。

体验活动：围绳比赛

时 间：90 分钟

音 乐：《众人划桨开大船》、《飞得更高》等

场 地：标准

道 具：绳子

灯 光：全明

温 度：室温

活动形式：全员参与互动

请所有的组员双脚站立，双手握着绳圈，两只脚的距离需与肩同宽。接着，全体人员拉紧绳圈呈现最大化的圆圈，坐在地面上，在双手握着浣熊圈的情形下，按照顺时针方向，像划船一样摇动起来，在貌似不可能完成任务的前提下，只要大家同心协力，同进同退，按照一个目标努力一定可以实现，激起团队热情，感受团队力量。

第十九单元 感恩——漫漫人生路 (“人”字的结构就是相互支撑)

体验活动：漫漫人生路 (拉着蒙着眼睛的父母去食堂喂父母吃饭)

时 间：120 分钟

音 乐：《感恩的心》、《神秘花园》、《牵手》、《奉献》等

场 地：标准

道 具：眼罩

灯 光：暗

温 度：室温

活动形式：孩子与父母一起参与

要求：蒙上你的眼睛，管好你的嘴巴，可用其他的形式和别人沟通。

项目简介：每个家庭父母其中一人与孩子两人一组，一人带眼罩做盲人角色，一人不能讲话做哑人角色，两人相互扶持，在“黑夜中行走”，“盲人”由“哑人”带领走过一段崎岖不平，障碍此起彼伏的路程，中间互换角色体验，最后一段路程双方都带上眼罩，在教练口令引导下走过一段艰辛之路。

- 1、活动进行过程中，哑人要保护盲人队友的安全；
- 2、一些危险障碍处，安排助教老师负责保障安全；
- 3、游戏过程中，“盲人”不得将眼罩摘下，“哑人”不得讲话；
- 4、学员必须按照指定的线路来进行活动，不得擅自更改线路。

分享：当我们不会去表达，不会去珍惜别人的感情的时候，你会得到什么样的感觉呢？这一刻，我想让你们好好去感受失去亲人，离开你最好的朋友，最亲爱的人的时候感受，找不到丝毫帮助的感觉。

学会感恩，先学知恩，知父母养育恩，知亲人爱抚恩，知师长教诲恩，知伙伴帮助恩。“感恩”是一个优秀的品质。“滴水之恩，当涌泉相报”。

第二十单元 爱与传承

主题名称：蓝丝带

目的：祝福、鼓励、信心

适合对象：全员

时间：30分钟

音乐：《祈祷》、《祝福》、《明天会更好》、《真心英雄》

场地：标准

道具：蓝丝带

- 1、孩子单腿跪在父母面前给父母的左手手腕系蓝色丝带，并对父母说：“你们对我很重要，我爱你们）；
- 2、父母给孩子的左手手腕系蓝色丝带，并对孩子说：“你对我很重要，我们爱你）；
- 3、系完后父母与孩子拥抱；
- 4、最后孩子与父母进行信件交换。

灯光：微暗

温度：室温

蓝丝带代表信任、支持、爱与感恩。互相感谢、互相鼓励、互相关怀、共创美好明天！

第五天 晚上 19 : 00-21 : 00

领袖特训营结营晚会（自编、自导、自演）：

- 1、各小组汇报演出；
- 2、评选冠军团队，亚军团队、季军团队；
- 3、颁奖、获奖团队发言；
- 4、大合影。

备注：

根据课程时长，现场培训状况、团队特点等，培训项目会有所调整（临时增加或减少项目或项目时间）。