



## 【团队乐章】室内拓展特训营

-----卓越团队协作及团队凝聚力的塑造

主讲：杨洪亮 老师

### 项目培训目的：

- 1 了解团队及团队建设的重要性。
- 2 为什么要融入团队。
- 3 激发团队成员的团队意识及协作精神。
- 4 从优秀到卓越的跨越，团队需要哪些要素。
- 5 提升团队协作和沟通能力
- 6 如何提升团队的凝聚力，塑造优秀的团队文化

### 项目介绍：

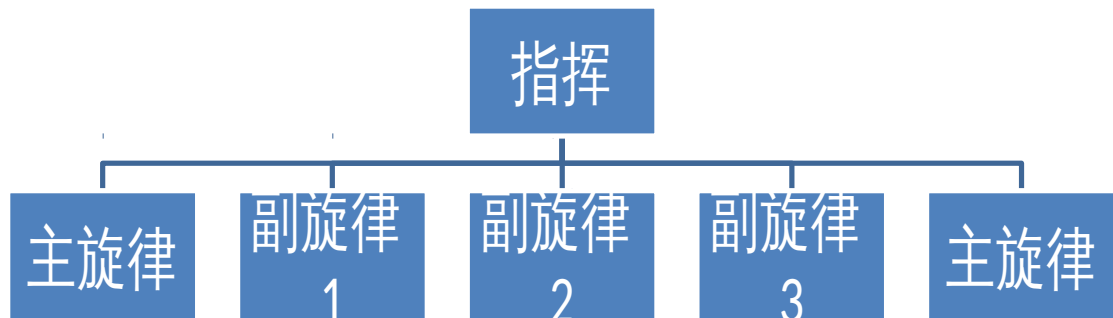
团队乐章是近两年较活跃的大型培训项目，人数应确定在 60 人以上。模仿交响乐团的布局，及合作模式，演奏宏伟交响乐章。所有人员将成为乐团的一名，通过击掌、敲击椅背、击腿、和器械敲击等，在培训师的指挥下，通过 1 次、2 次……的反复练习，形成完美恢弘的团队乐章。





**活动程序和主要内容：**

- 1 分组团建----消除隔阂、紧张，使气氛融洽
- 2 乐章方阵摆放及人员安排：



乐章以渐进式进入 即 主旋-----副 1---副 2---副 3

指挥以 4/4 拍节奏指挥 即 强-----弱-----次强---弱

1 2 3 4

**4 节拍谱号：**

1 主旋：× × × × | × × × ×  
 2 副旋：×○ ×○ ×× ○ | ×○ ×○ ×× ○  
 3 副旋：×× ○× ○ ×× | ×× ○× ○ ××  
 4 副旋：×× ×× ×× × | ×× ×× ×× ×  
 5 副旋：○× ○× ○ ×× | ○× ○× ○ ××  
 6 副旋：× ×× × ×× | × ×× ○ ××

**5 团队演示----合奏**

**课程大纲：**

**一、团队及团队建设的重要性**

什么是团队

团队建设的重要意义

## 二、融入团队

个人与团队的关系

概念时代的到来

## 三、打造卓越团队的基石

热情--真心喜欢你所做的事情

合作--力争找到最佳方案不要固执己见

忠诚--对自己的忠诚，对周围依靠你的人忠诚

友谊--需要你和你的朋友共同努力

勤奋--努力工作才能成功别无它法

## 四、开启卓越团队的钥匙

专注--- 下定决心坚持不懈

主动性---不惧怕失败，并从中吸取教训

机敏--- 善于观察，乐于学习，不断提高

自制力---学会自我约束和控制情绪

团队精神—愿意为集体利益牺牲个人利益

状态--- 保持精神、道德和心理上的适度

## 五、卓越团队的不二法门

自信--- 来源于充分的准备，并保持适当的洞察力

镇定--- 做好你自己

最大竞争力---在需要发挥时，拿出最佳状态

信念---信念至上，坚持到底

耐心---经得起时间的考验

## 六、如何提升团队凝聚力

共同的愿景----景象、价值观、目标、使命

容忍差异和个性----选择性差异也能产生巨大的功效  
先个人，后团队----充分发挥团队中先进分子的积极作用  
领导者的作用----识人、用人、统筹分工

## 七、用心去建设卓越的团队

发自内心的自我转变,从优秀到卓越

### 附：主讲老师简介

杨洪亮 老师简介：【常驻 北京】

——新体验式培训课程专家



清华大学领导力中心	高级客座讲师
清华大学继教学院	高级客座讲师
清华大学科技园人才培训中心	高级客座讲师
清华大学启迪商学院	高级培训师
北大方正培训中心	高级培训师

杨老师有 10 年的外企管理工作经验，曾任职销售管理和培训方面的工作；培训工作经历 8 年，擅长从心理层面与学员进行交流，培训后经常与学员共同探讨问题，对学员日后的工作启发和帮助有一定的推荐力度。具备理论与实践相结合的管理工作经验。其培训课程注重操作性，培训风格风趣活泼，强调互动性和学员的参与，并配有大量案例，所授课程广受企业界好评。为新体验培训的始创人员，将活动与理论生动地结合，冲击力强，影响深刻。主要研发项目《激情百分百》\《矩阵牧羊》\《希望之塔》\《团队乐章》等

### 工作经历:

**1993.1995年** 外经贸部企业司

**1995.2002年** 卫生部海南华卫集团

**2003年---2006年** 美国雅培北京办事处

### 授课特点：

课程中有大量原创体验活动，课程生动具体、富有感染力、亲和力强、幽默风趣，课堂气氛热烈，尤其善于调动学员营造互动的学习气氛。

### 主讲课程：

- 《从决策到执行---沙漠掘金》（特色课程）
- 《团队建设—团队乐章培训》（特色课程）
- 《商战博弈-商务谈判》
- 《销售沟通与谈判》
- 《DISC性格评测分析与沟通技巧》
- 《优秀员工职业化素质修炼》
- 《阳光心态》

### 培训背景/服务客户：

曾先后培训过三星重工、惠普公司、摩托罗拉公司、ABB公司、联想集团、用友公司、首旅股份、蒙牛集团、香江国际、富力地产、诺基亚公司、共青团中央、中建一局、天津泰达、万千百货、北京大学 MBA、清华大学 EMBA、长江商学院、神州数码、北京亿码在线、日本瑞萨公司、国家药监局、华北油田、中国网通、中国联通、北京供电局、清华大学高研班、中国社会科学院、西门子公司、中国银行、中国建行、可口可乐公司等。