

南方寝饰EMBA研修班安排拓训课EMBA考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/588/2021\\_2022\\_\\_E5\\_8D\\_97\\_E6\\_96\\_B9\\_E5\\_AF\\_9D\\_E9\\_c71\\_588483.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/588/2021_2022__E5_8D_97_E6_96_B9_E5_AF_9D_E9_c71_588483.htm) 6月3日，结束了2天的课程培训，上海交大南方寝饰EMBA研修班的学员们前赴国家重点旅游风景区雁荡山参加拓展训练。此次拓展训练的主题是“改变自己”，希望通过拓展训练能让学员认清自己，提升自己，从而改变自己。拓展活动是一种户外体验式培训，包括挑战项目和合作项目。活动从筹备到组织开展，南方寝饰EMBA研修班的班委及公司后勤小组以最快的速度完成了各项准备工作，使整个活动在热烈有序的氛围中进行，充分体现了团结协作、互帮互助的团队精神。因受烟雨天气的影响，拓展训练不能安排较大型的野外训练，教官综合考虑安排了战地电网、有轨电车、高空抓杆、求生墙四项活动，虽然项目相对简单，但雨中作战为本次拓展增加了难度。战地电网项目让大家领悟到紧急状况前保持清醒头脑，制定明确作战计划是关键；有轨电车让大家明白团队是一个集体，有时一个人的错误会殃及整个团队；在高空抓杆的训练中，队员们切身感受到勇气和自信是挑战自我、超越自我的关键；而求生墙让我们明白牺牲和奉献，以及一个团队中，组织、协调、分工合作是成功的关键。活动中，大家在队友的激励下，通过完成规定项目，真正体会到面对困难要正视困难，调整心态，主动适应环境，勇敢挑战自己和改变自己。当一天的拓展训练结束时，我们的衣裳早已被汗水、雨水浸湿，但我们每个人的脸上都洋溢着开心的笑容。在总结会上，大家畅所欲言，表示拓展训练不仅让自己重新思考、感悟

、认识自己的潜能，同时也使自己树立了敢于迎接挑战的信心和决心，更好的融入到整个团队。最后教练寄语我们要将这股精神和意志延续到自己的工作中，在实践中铸造一支勇往直前的精英团队。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)