天津市国防科技工业协会

Tianjin Association of Science Techology and Industry for National Defence



主办方： 天津市国防科技工业协会

地点： 蓟州区

承办方： 睿扬企业管理咨询（天津）有限公司

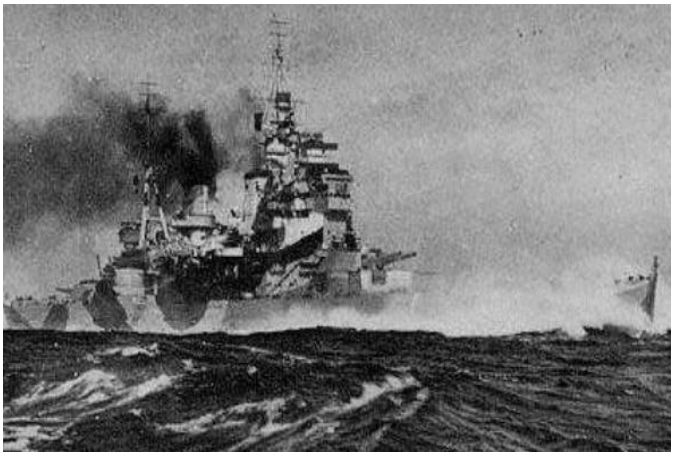
活动背景介绍

十九大报告强调“青年兴则国家兴，青年强则国家强”，“青年一代有理想、有本领、有担当，国家就有前途，民族就有希望”。身为中国国防科技工业的青年员工，要以习近平总书记新时代中国特色社会主义思想为指导，树牢“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，厚植核心价值观，践行“进行伟大斗争、建设伟大工程、推进伟大事业、实现伟大梦想”的实践。

为纪念五四运动 100 周年，弘扬“爱国、进步、民主、科学”的五四精神，传播青春心向党，建功新时代的红色思想，天津国防科技工业协会特举办 【2019’聚青春之光 普青春国防特训营”】活动。通过本次活动，进一步深化天津国防科技工业青年员工爱国主义思想和红色革命传统教育；倡导青年团员把爱国主义精神与时代使命有机结合起来、把个人成长愿景与社会责任、企业责任相结合，展现新时代青年员工朝气蓬勃的青春风采。旨在通过本次活动，激励天津国防科技工业青年员工为中国国防科技事业奋发图强，放飞梦想；构筑绚丽中国梦，抒怀国防强军情。



拓展训练起源



在二战时，大西洋上有很多船只由于受到攻击而沉没，大批船员落水，由于海水冰冷，又远离大陆，绝大多数的船员不幸牺牲了，但仍有极少数的人在经历了长时间的磨难后终于得以生还。当人们在了解了这些生还下来的人的情况后，发现了一个令人非常惊奇的事实，这就是这些生还下来的人不是人们想象的那样都是些身体强壮的小伙子，而大多数是些年老体弱的人。经过一段时间的调查研究，了解情况，专家们终于找到了这个问题的答案：这些人之所以能活下来，关键在于这些 人有良好的心理素质。当他们遇到灾难的时候，首先想到的是：我一定要活下去，有一种强烈的求生欲望。而那些年轻的海员可能更多的想到的是：这下我可能就完了，我不能活着回去了……当时，有个德国人库 尔特·汉恩提议，利用一些自然条件和人工设施，让那些年轻的海员做一些具有心理挑战的活动和项目，以训练和提高他们的内在的心理素质。 后其好友劳伦斯在 1942 年成立了一所阿德伯威海上训练学校，以年轻海员为训练对象，这是拓展训练最早的一个雏形。

培训目的

- 弘扬天津国防科技工业青年员工的爱国主义精神；
- 强化天津国防科技工业青年员工的进取心和历史使命感；
- 提升天津国防科技工业青年员工的创新精神；
- 给天津国防科技工业青年员工创造一个充分交流与沟通的平台；
- 通过特定的环境，换位思考，共同面对困难和挫折，相互协助，群策群力，一起解决问题，学员间真正建立一种深厚的友谊和感情。

拓展方案（两天一晚）

日期	时　间	步　骤	内　容	备　注
第一日	7：30	集合出发		天津市国防科技工业协会门口
	10：00-12：00	拓展-破冰仪式 (以中国革命为背景的队名和不同红色歌曲为队歌)	《三湾整编》 破除坚冰,组建团队拉近彼此距离和熟悉程度	
		展现自我 相互熟悉	《我是一个兵》 学员彼此熟悉 加深了解	
	12:00-13：30	午餐 休息		
		青年节特色活动	重温宣誓仪式	

	13：30-17：30	**拓展培训实施**	**《支援前线》** **团队智慧 有效合作**	
			《穿越火线》 **团队协作 创新思维**	
			《军民同心鼓》 **携手并进 团队激情**	
	17：30-19：00	**晚餐 休息**		
	19：00-21：30	**青年联谊会**		
	22:00	**就寝**		
第 二 日	7:00-7:30	**《升旗仪式》**	**合唱** **《中华人民共和国国歌》**	
	7:30-8:00	**早餐 退房**		

	8:30-12：00	**拓展培训实施**	**《大阅兵》** **工作热情 团队协作**	
			《战备工事》 **有效协作 逻辑思维**	
			《虎口脱险》 **互帮互换 群策群力**	
	12:00-13：00	**午餐 休息**		
	13:00-16：00	**拓展培训实施**	**《战前指挥部》** **双赢思维 换位思考**	

			《履带战车》 **团队凝聚力 集体荣誉感**	
	16：00	**返程**		

基地介绍及费用

- **溶洞宾馆建立于 2013 年 10 月，是一家集餐饮、住宿、娱乐、拓展训练、商务会议于一体的综合型服务基地。基地依山傍水，后有蓟州溶洞景区可游览。**





- **费用 650 元/人/两日（不少于 50 人），费用所含项目如下：**

项目	**备注**
住宿	双人标间一晚
餐费	正餐 350 元/10 人桌，早餐 10 元/人，3 正 1 早
保险费	平安意外险，15 元/人，两日
往返交通	空调大巴车，两日
培训费、道具费	
发票	增值税专票或普票（培训费或拓展训练费）

- **行程赠送：照摄像、活动条幅、外用药品、分组服装（回收）等**

活动保障

一、心理准备：

◆积极主动参与各项活动，视取得成功为目标；

◆愿意尽自己最大努力接受各种新考验，具有不屈不挠的进取精神；

◆维护良好的团队士气，诚恳助人，敢于负责；

◆悉心体察组员的情感，主动沟通和分享训练感受；

◆爱护自然环境，共同保护我们的家；

◆拓展训练风雨无阻；

二、生活要求：

在拓展训练中，建立健康有序的生活模式以及健康安全的训练标准非常重要。因此，在课程中，严禁吸烟， 饮酒和参与赌博等活动，在没有培训师指导的情况下，任何人不得擅自攀爬基地的训练架或尝试做各类冒险活动。培训前需将指甲剪短，以免在培训过程中造成不必要的损伤。

三、健康状况：

参加拓展训练无需具备超人的体能，但如果您认为自己的身体状况在应有水平之下，建议您最好在参训前做一些有规律的运动，如慢跑、球类运动等。这样可以改善身体的关节、肌肉、 韧带及其身体对运动的适应能力。若您对自己的身体有疑问，应该在培训前请教专业医生，以确保安全。

四、行李物品：

参训学员需妥善保管好自己的贵重物品和现金

五、衣物装备：

◆适合季节的运动类或宽松休闲服装一套；

◆必要的换洗衣物一套；

◆女士请勿着裙装参加培训活动；

◆请自备防晒霜 ；

◆运棉线袜 1-2，运动鞋一双【必备】；

参训须知

- 请着运动装、运动鞋参加本次活动；
- 请勿携带戒指项链耳环等贵重物品及大量现金参加本次活动；
- 戴眼镜的学员推荐备有防跌的眼镜架小绳加固眼镜；
- 培训期间请服从培训师的管理，未经培训师允许请勿擅自动用场地内的任何培训设施；
- 在培训期间，请不要离开所在的小组单独活动，如有困难请向培训师要求帮助；
- 如有心脏病、高血压等影响户外培训的疾病，请提前向培训师告知；
- 孕妇、手术初愈的学员，请提前向培训师告知，拓展项目不建议参加；
- 在培训中，您身体如有任何不适，请及时向培训师告知；
- 少数民族学员在参加活动前请将饮食习惯告知培训活动组织方；
- 培训活动期间，禁止饮酒!!



培训师资质



人社部二级心理咨询师



人社部国家户外教育师



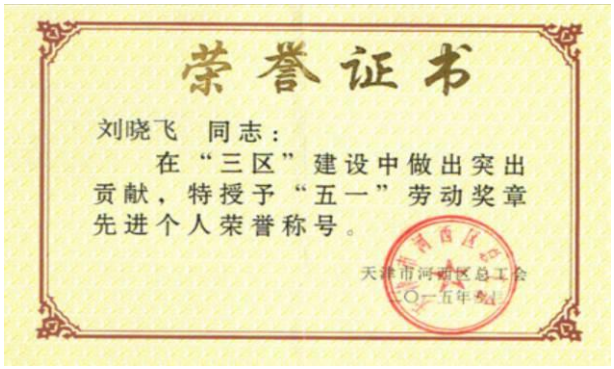
人社部一级人力资源师



国际职业培训师



体验式培训导师



先进个人







红十字救护员


聚青春之光，谱青春国防
Thank You!