

2023年公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结(大全8篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢！

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇一

一、新出拓展训练：拓展是近年颇流行的时尚休闲方式，在教练的介绍下，我才知道它的由来：拓展英文为outward development[]中文译为拓展或外展，原意为一艘小船驶离平静的港湾，义无反顾地投向未知的旅程，去迎接一次次挑战，去战胜一个个困难！这种训练起源于二战期间的英国。当时大西洋商务船队屡遭德国人袭击，许多年轻海员葬身海底。人们从生还者身上发现，他们并不一定都是体能最好的人，但却都是求生意志最顽强的人。于是汉思等人创办了阿伯德x上学校，训练年轻海员在海上的生存能力和船触礁后的生存技巧。战争结束后，拓展训练的独特创意和训练方式逐渐被推广开来，训练对象由海员扩大到军人、学生、工商业人员等群体。训练目标也由单纯体能、生存训练扩展到心理训练、人格训练、管理训练等。现在的拓展训练侧重与后者。训练通常利用崇山峻岭、翰海大川等自然环境，通过精心设计的活动达到磨练意志、陶冶情操、完善人格、熔炼团队的培训目的。

1、对于信任背摔项目的感受：用挑战自我的勇气，感受团队的力量，从对个人的信任到团队的信任，同时也感受个人来自于团队成员信任的责任。

2、对于驿站传书项目的感受：用好的技巧和方法，充分理解

规则，调动全队的智慧力量，形成头脑风暴，找最简单有效的方法解决问题。同时，在充分理解限制的情况下，理解信息沟通所必须的因素及相关环节：信息源、信息编码、信息传递、信息反馈、信息解码等。

3、对于七巧板项目的感受：团队需要有一个领导，而领导者需要通过团队的充分沟通，速度了解团队的目标、目前所掌握的资源，找到正确的方法，并且进行强有力的执行；另：团队成员之间需要进行资源协调与调配，配合其它成员共促发展，以求在有限的资源下完成目标。

4、对于断桥项目的感受：在一个变化了的环境中，做一件在我们原来环境并不觉的困难的事情其实是需要有很大勇气的，这时候就需要团队的鼓励与自我的勇气激发。

5、对于天使之手项目的感受：两个人的配合，在12米的高空，脚踩钢丝，同时跟你的搭档还是一个女孩的时候，那你的责任就更多了，而且这种责任也是建立在勇气和协作上的。

6、对于最后的毕业墙的感受：团结就是力量，在这个项目中，我们感受最深，同时，对于一个人来说是不可能的事情，但通过一个团队来完成时，这就变成了一种享受，24个人，20分钟，挡在我们面前4.5米高的墙，徒手的翻越眼前的障碍，如果没有团队是不可能完成的。

1、明确的目标。首先在生活或工作当中，如果你的目标不明确，做什么都不会做的有声有色。

2、出色的领导者。一个团队必须有一个首，正所谓群无首必败，且这个领导者必须有自己独特的想法。

3、完美的执行力。如果领导交代下来一个活，下面人的执行力不够的话，就算是再好的活，也会做杂的。

4、沟通，分享，信息共享。正如一句名言，阅万卷书，不如阅人无数，这句话就是说的多与别人沟通，分享，共享信息。

总之这次拓展训练给我以及我们团队带来的效果是可想而知的，在一天的拓展训练中通过体验式活动，让我明白了，认清了在日常生活、工作的问题，及解决方法。

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇二

拓展三部成立至今有两年有余，在去年管辖的江西，广东两省上又增加了海南省，今年新开的店有8家。全部集中在江西省，其中地级市3家分别为：南昌三店、景德镇二店和鹰潭店。县城5家分别是武宁店、永修店、于都店、瑞金店、分宜店。

一、xx年工作中存在的问题：

1、由于部门中一批老拓展员离职补进来的年青拓展员，其社会经验和工作能力尚有很大的不足，对海澜之家理念的理解还不是很透，在人交际中缺少谈判的诱导性和说服力。

2、有些当地潜在加盟商没有很好的挖掘和把握，特别是有些既想加盟

又不敢的加盟的没有及时说服和把握。

针对以上问题，10我本人作为三部的主管领导，将仍然严格贯彻陈总部门月度例会的精神。每月将召集全体拓展员通过例会的方式进行沟通，不断地探索和发现问题，及时解决发展中出现的新问题，边学习边实践来尽快提高部门人员的整体水平。同时，向各管理区的拓展员明确提出任务以任务制来约束和激进各区拓展工作。还将采取用老拓展员来带新拓展员的办法，是新手尽快上路，让他们少走弯路。寻找目标店址，要严格按照公司“黄金地段，钻石店铺”去把关目标店铺。另外还将要求拓展员不断寻求、挖掘当地加盟商加盟。

二、xx年的工作展望：

1、江西省在经过两年的努力下，已经有8个地级市开设了海澜之家□xx年争取把剩下的赣州、萍乡、吉安3个地级市全部拿下。另外在九江，新余，等城市积极开拓二店。另外也将充分利用海澜之家在江西省现有影响力使更多的当地加盟商来加盟，借助当地加盟商迅速发展。

2、广东和海南两省开拓的难度较大点，一是由于海澜之家的品牌效应在两地仍然未全部突现.二，两省的前卫穿着使我们的服饰在款式上还不够吸引他们。

3、广东的自产品牌很多，竞争很激烈。但是我相信随着公司品牌影响力不断发展，设计款式不断改进在广东这样的经济强省会有好的发展形势。

路是人走出来的，我相信在陈总的英明领导下，在我拓展三部自身不断吸取教训和努力下□xx年江西、广东、海澜三省一定会有更好的发展，为海澜之家的发展尽绵薄之力。

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇三

生命因追求而精彩，追求因指引而成功，个体因团队而强大！下面是百分网小编为大家整理的公司拓展训练心得的相关资料，欢迎大家阅读。

20xx年8月19，20日很荣幸和我的小伙伴们一同参加了临汾婚协组织的首届婚礼人拓展夏令营，两天的拓展结束回来后，脑中还不时呈现期间好多画面，背摔，电网，急速60秒，驿站传书，清晨15公里越野，毕业墙，盲人手拉手等项目，一开始，好多项目大家都觉得不可能完成，经过全体队员的分工合作都努力完成了任务，我感受到：人生道路上，最大的障碍和敌人是我们自己，只有正视自己，勇于战胜自己，人

生道路才会走得更顺畅。当困难摆在面前时，能不能超越自己，就看你有没有信心和勇气去面对，去接受挑战。

相互信任、相互尊重、相互关爱、相互理解是人与人之间沟通的前提和基础，每个同事都需要关爱和帮助，当自己与同事发生误会时，要多检讨自己，少责备他人。一个人的潜能更是无法估量的，每个人都有自己值得学习和敬重的地方，只要我们用真诚的心与他人沟通，彼此尊重，虚心学习，我们将创造更多的奇迹。

拥有责任心和团队协作精神才会将取得个人和团队的双赢，俗话说：“众人拾柴火焰高”，一个人的力量是有限的，只有大家齐心协力才能共度难关。其实我们每天的工作都在这个拓展游戏中，能否真正把拓展中的团队精神运用到实际工作中去，或者能否真正把在拓展中得到的启示运用到生活的困难中，才是最重要的。细节决定成败，有些项目我们制定了完美的方案，分工好人员，但一点点小的细节疏忽，使得前功尽弃，产生遗憾。

我们要有感恩的心，实现一个目标不能只靠自己，而是学会互相取长补短，互相帮助，感谢帮助过你的人，感谢你有能力去帮助别人。

办任何事情我们必须有计划，有领导，有谋略。只要大家选出了领导，有思想、有计划，想好事物的前因后果，积极配合并出谋划策，坚定不移地执行集体策略与决定，朝着共同的目标去奋斗，充分考虑各方面因素，估计出可能出现的各种情况，只有这样，才会避免做些无用功，团队才会提升。

我们的宣扬宝贝们，在这次活动中都表现非常优秀，回来后依然热情高涨，都写了自己的心得体会，相信我们在今后的工作和生活中我们会一如既往的互相帮助，一路同行！

抛弃城市的喧嚣、浮躁，我们部门所有队员带着孩童般的心

情一路观赏，来到广州笑翻天乐园，完成了一次高强度的拓展训练，这是一个团队，是一个整体，为了完成目标，不分彼此。本次拓展训练拉近了前线营业员工与领导的关系，让平时难得一聚的员工有了更多的交流与沟通，对彼此都有了新的了解，大家对团队的概念都有了新的认识。

由于公司成立时间短，加之公司规模的不扩充，公司的凝聚力和团队意识显得尤为重要。拓展训练的开展，磨练了新老员工的意志，发挥了个人的潜能，增进了同事间的沟通，集体向心力有了大的提高。大家对自己在公司中的角色和定位有了更清楚的认识，与此同时，也鼓舞了公司团队的士气，增加了信任。

这次拓展训练协助企业提升员工核心价值的训练过程，通过训练课程能够有效地拓展企业人员的潜能，提升和强化个人心理素质，帮助企业人员建立高尚而尊严的人格；同时让团队成员能更深刻地体验个人与企业之间，下级与上级之间，员工与员工之间唇齿相依的关系，从而激发出团队更高昂的工作热诚和拼搏创新的动力，使团队更富凝聚力。

活动虽然结束了，但大家得到的锻炼与考验将成为一笔宝贵的财富融进血液里，成为一种永不枯竭的动力源泉。

有幸参加了第二批训练，其中的酸甜苦辣真是受益终生。

其实作为活动办成员，我也盼望着第二批能早点开营，但天公不作美，一直未能成行。直到现今通知下来了，同志们个个跃跃欲试，回家第一件事就是找作训服、运动鞋，告诉家人要参加拓展训练。

按照计划，我们早早就到达了笑翻天拓展训练基地。刚一下车，训练营的教练已经等候。我们放下行李后，迅速列队，在教练的带领下，做了热身活动，进行了开营仪式。随后，拓展训练竞技项目就正式开始了。

其中有一个项目是盲人方阵。盲人方阵也是一个发现个人领导能力的项目，大家戴上眼罩，用绳子摆成一个方阵，四条边均等，所有人员平均站到四条边上。听起来难度不大，但是人们在看不见的环境下做起来很难。这个项目，珍珍、平平都显示出好的思维，但在执行遇到问题时解决的不好，同时思维也出现了断层；其次是镜子、大郭、伟伟发挥自己的思路，积极动手，最终在大家的共同努力下完成了方阵。

作为除教练外唯一的观察者，我认为盲人方阵与筑塔的不同点在于，筑塔中每个人都有具体的任务，至于筑成什么样的塔目标不明，而盲人方阵目标很明确，缺少的是每个人的具体任务，这两个项目从不同的维度测评着参赛者分析问题、解决问题的能力 and 组织协调能力。

通过笑翻天的拓展训练之旅，我们收获了一个自信、坚强的人生。我爱我的团队！我将奉献于我的团队！拓展训练不仅锻炼了个人体魄、熔炼了团队凝聚力，增强了我们说一不二的坚强执行力，更收获了我们对工作人生新的认识，我有一种凤凰涅槃的感觉。

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇四

一，进一步加强对外联系，拓展承接展览业务。协助展览馆领导，加强与各地美协会员，美术工作者以及美术爱好者的联系，拓展和承接展览业务，于20xx年12月30日止，全年展览馆举办展览共40个。

二，加强业务学习，进一步丰富展览陈列手段，不断提高设计水平。

三，协助展览馆馆长，制定展览馆相关管理制度，完善部门的员工分工，责任到人，更好地提高工作效率。根据日常的布撤展以及展览过程中出现的情况，及时分析研究，协助展

览馆制订管理制度，明确人员分工，使得工作效率得到提高。

四，协助完成广东画院展览馆音响工程任务。邀请广东省演出公司对展览馆音响工程进行设计、施工，对设计方案反复研究，并根据日常使用情况进行方案修改，在20xx年9月初完成竣工任务。

五，加强数字化办公业务的管理与学习，作好有关展览的文字、图片资料整理工作，实现数字化管理。充分利用拓展部配备的电脑、扫描仪、打印机、数码摄像机等现代化的办公设备，加强学习，积极实践，把一年来展览举办的有关图片、文字等资料的整理记录、存档。

六，在完成本职工作的同时，抓紧业余时间进行创作研究。

七，工作中的体会和不足

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇五

二. 比赛人数：一队六名队员(3男3女)

三. 道具要求：气球若干

四. 场地要求：空旷的大场地

五. 游戏方法：

男女间隔排列，先男后女，以接力的形式，第一名同学跑到制定位置流吹气球，直到吹破。跑回原位置换下一个同学，如此轮换，以二分钟为限，计时完毕时按吹破气球个数记录成绩。

六. 竞赛规则：

(1)、男女必须间隔排列(为了增加公平性)

(2)、必须在上一个队员吹破之后下一个同学才能开始吹，否则将在总个数里面进行相应扣减。

七. 活动目的：本活动旨在挑战心理极限，增强对他人的信任。

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇六

20**年7月15日，对于全体职工们来说是一个令人终身难忘的日子，在短短的一天的时间里，职工们通过参加化肥厂组织的拓展训练，深深体会到如何激发自己的潜能，挑战自我、超越自我，更重要的是认识到团队协作的重要性。

我是我们队第一个做“空中抓杠”动作的。没上去的时候，我心里一点也不害怕，但上去后，站在6、7米高，面积只能容纳两只脚的摇摇晃晃的铁杆上，我心里十分紧张极了。两只脚一动不动，不敢向前迈出。站在那里虽然几次伸出手想抓，但我还是战胜不了自己心理恐惧。最后在教练的指导和队友的鼓励下，我伸出了双手，向前一跃——成功啦！那一刻我感到成功后的喜悦。成功原来如此简单，只要你肯跨出第一步，看起来难以克服的困难就会向你妥协。但我知道，如果没有队友们的鼓励，我是不会轻易从那么高的平台上跳出去的。我从内心感谢给我鼓励与支持的队友们，是他们让我战胜了心理的恐惧。在攀岩运动中，我替教练收绳。因此，每位队员的攀岩过程我都清清楚楚。我们队的队员最短的用时30秒钟，最长的近10分钟。虽然在这个项目中我没有碰到什么困难很快地通过，但我更佩服在上面徘徊几分钟在队友的鼓励下最后通过的队友。在我们的一生工作、生活中，会遇到许多的困难，当你面对困难时，是选择挑战，还是退缩，关键在于自己的态度，只要相信自己，走出第一步，我相信许多事情都会有完美的结局。

参加完公司组织的两天一夜的团队拓展特训后，我感受颇多。整个过程把妙趣横生的游戏同工作、生活、学习有机地联系在了一起，不仅给我们带来了无穷的乐趣、信心和勇气，而且给我的启发和经验却是一笔永久的财富！在这里，每个项目都离不开团队的支持和鼓励，从一开始设计自己团队的队名、队训、队歌，就预示了整个过程离不开集体的智慧和力量。所有的活动，大家都以一种积极的心态参与，有出力的、有出谋划策的、有监督示警的，总之是在一个有序有组织的状态下完成的。

训练有很多的项目，给我印象最深的是高空断桥和毕业墙两项。在高空断桥训练时，我在下面望着八米高的断桥心里就在想，一米多的跨度，在平地上轻轻一跃应该过得去，可在高空中万一过不去摔下怎么办？当我爬上八米的高空走上跳板时就更紧张了，跳过去时还好，但是中间跳板是由一根柱从中间撑起的，过去后站立开始就不停的摇晃，好一会儿才慢慢的转过身来，尽管有保险带，心里仍然咚咚咚的加速狂跳，站不稳，不敢往回跳，那种恐惧真是无法形容。下面同伴一遍遍地喊；不要往下看深呼吸稳定，加油！加油！；于是我稍稍调整心态稳定，看准目标心一横跳过去，成功！那一刻，我感动于原来困难就是扔下精神包袱，轻轻一跃；这个项目对人的体能要求并不高，最需要的则是对心理的挑战，只要能战胜恐惧的心理，困难就迎刃而解，在实际工作中也一样，当我们遇到困难的时候，只要我们坚定信心，积极努力，付诸行动，勇敢的迈出第一步，就可以战胜一切困难。

最后一个项目是毕业墙，此项目是考验我们团队能否合理的利用资源，相互配合，互相沟通的能力。一堵4米的高墙，光滑、没有任何工具，要求所有的队员都翻越过去，才算胜利。一个人做不到，而团队可以做到。为达成团队目标，每个人都应奋勇争先，相互支持与合作，团队精神在这里得到完美体现。这个项目给予我的，除了感动，还是感动。为第一个爬上墙头，坚持救上一个又一个同伴的队友感动！为在下面咬着牙甘当基石，让一个个同伴们踏着自己的肩头的队友

感动!为指挥大家伙儿安全,用自己的双手将同伴们一个一个高高举起的队友感动!当墙下只剩下了一个队友,再没有人给他当基石供他向上攀爬的时候,于是,一个体重较轻的队友从墙头上垂了下来,让墙下的队友抓住了脚成功跃上墙头的时候,响起了经久不息的掌声。那一刻,我的眼睛都湿润。最后,感谢两个字弥漫了整个训练营中。感谢队友的鼓励、感谢队友的帮助、感谢教练的指导、感谢公司的关怀,几乎每个人的带着感谢相互去拥抱,似乎每个人都有着说不完的谢意。

还有笑翻天乐园的高级教练运用生动活泼、深入浅出与浅入深出相结合,寓教于乐并实例相结合的授课方式,给我们上了有益的一堂有关干部职能提升的课程,主要内容为:1.提升管理干部工作教导的能力;2.促进良好的组织气氛、建立良好的人际关系;3.减少现场意外灾害的发生,减少浪费;4.提升管理干部分析问题、解决问题能力;5.提升管理干部沟通能力及领导;6.工作中同事间的谈话技巧及相处之道。并强调我们一定要学以致用,运用到实际工作中。

拓展训练结束了,但留在心里的震撼却是永恒的。训练的时间虽短,收获却很大。回顾在训练中受的挑战和磨练,感受颇深。这次训练,是一次身心的大洗礼,是进一步推动我全力以赴作好各项工作的动力。它不仅仅是一种简单的训练,而是一种文化、一种精神、一种理念;同时也是一种思维、一种考验、一种气概。真正实现了认识自我,挑战自我,超越自我的目标,更熔炼了一支坚强,团结的优秀团队。

这次拓展训练心得体会,总结起来有以下几点:一是分层管理、明确领导极其重要。每个人的岗位职责确定之后,各司其职,有利于明确责任,发挥个体的主观能动性,使其既知道自己应该做什么,又思考怎样做好。二是做事要先做计划,再开展行动。这就是磨刀不误砍柴工的道理。三是遇到问题应学会换位思考。在工作中,不要为表面的现象所困扰,有些印象其实是主观的臆想,需要你的耐心和智慧,通过分析、

判断，充分了解它的本质，通过组织、协调达到目标，通过沟通交流，才能建立多赢的局面。四是要学会相互配合。在工作中，各单位之间需要沟通和信息的共享，需要相互配合和协调，形成力量的整合才能完成共同的任务。五是要因材施教。要看到差异，容纳差异，协调差异，利用差异，在差异中取长补短，在差异中塑造一个完美的集体、完美的团队。六是要以大局为重。我们的集体是临时组织起来的，每个人都有不同的性格特点、生活习惯、喜好、长处和短处，这些习惯，有些对团队有利，有些对团队有害。在实际工作中要正确区分个人和团队的利益，不能把生活中的不良习惯带到工作中来，要积极、快速的转换自己的角色和心态，准确定位，服从安排。为了完成团队的任务，我们必须遵守纪律，团结协作，扬长避短，甘于奉献。

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇七

“不为啥，就为了好玩”

一起努力工作，一起尽情耍欢！

生产部全体员工

20xx年4月x日【星期x】十八罗汉山

时间

项目

备注

（一）要求全体员工积极参加，无特殊情况不得请假。

（二）活动整个过程，小组为单位，小组组长切实负责，

(三) 做好通讯联络协调工作，有情况及时汇报。

(四) 活动期间，一定要注意安全，听从指挥。

(五) 建议不要携带太多财务和贵重物品，以免丢失，身份证和银行卡应妥善保管。

(六) 保护环境很重要，除了笑声什么都别留下。

项目负责人

游戏环节重新策划一下，更有意思一些

公司拓展工作总结 公司拓展训练工作总结篇八

寒意渐浓，岁末将近□20xx年是公司喜庆的一年，中秋晚会□x周年庆典，使我们整个“x”都沉浸在欢乐的海洋中。我们“xx”也借着公司的喜气频传捷报！我拓展x部在公司整体战略部署下在x总的英明指导下克服种种困难努力去完成公司下达的任务。

针对拓展x部在20xx年的工作总结如下：

拓展x部成立至今有两年有余，在去年管辖的x省上又增加了x省，今年新开的店有x家。全部集中在x省，其中地级市x家分别为：南x店。县城x家分别是xx店。

另外我部门还出现了一批有店无人加盟的情况如□xxx□

1、由于部门中一批老拓展员离职补进来的年青拓展员，其社会经验和工作能力尚有很大的不足，对海澜之家理念的理解还不是很透，在人交际中缺少谈判的诱导性和说服力。

针对以上问题，我本人作为三部的主管领导，将仍然严格贯

彻x总部门月度例会的精神。每月将召集全体拓展员通过例会的方式进行沟通，不断地探索和发现问题，及时解决发展中出现的新问题，边学习边实践来尽快提高部门人员的整体水平。同时，向各管理区的拓展员明确提出任务以任务制来约束和激进各区拓展工作。还将采取用老拓展员来带新拓展员的办法，是新手尽快上路，让他们少走弯路。寻找目标店址，要严格按照公司“黄金地段，钻石店铺”去把关目标店铺。另外还将要求拓展员不断寻求、挖掘当地加盟商加盟。

1. x省在经过两年的努力下，已经有x个地级市开设了xx□20xx年争取把剩下的x个地级市全部拿下。另外在x等城市积极开拓二店。另外也将充分利用xx在x省现有影响力使更多的当地加盟商来加盟，借助当地加盟商迅速发展。

2. x和x两省开拓的难度较大点，一是由于xx的品牌效应在两地仍然未全部突现。二是两省的前卫穿着使我们的服饰在款式上还不够吸引他们。

3. xx的自产品牌很多，竞争很激烈。但是我相信随着公司产品影响力不断发展，设计款式不断改进在广东这样的经济强省会有好的发展形势。

路是人走出来的，我相信在x总的英明领导下，在我拓展x部自身不断吸取教训和努力下□20xx年xx三省一定会有更好的发展，为xx的发展尽绵薄之力。