

团队游戏心得体会50字 好玩的团队游戏(实用6篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

团队游戏心得体会50字篇一

见面3分钟时是你留给他人第一印象的最重要的时刻，同样在一个会议或培训的刚开始，如何让大家更加活络起来，是关系培训是否成功的关键，下面的小游戏就可以用于消除大家的陌生感。

游戏程序和规则

1. 第一步：

- (1) 给每一个人都做一个姓名牌。
- (2) 让每位成员在进入培训室之前，先在名册上核对一下他的姓名，然后给他一个别人的姓名牌。
- (3) 等所有人到齐之后，要求所有人在3分钟之内找到姓名牌上的人，同时向其他人做自我介绍。

2. 第二步：

- (1) 主持人作自我介绍，然后告诉与会人员：“很高兴来到这儿！”

(2) 快速绕教室走一圈，问：“如果你今天不在这儿，你会在做什么不情愿做的事情呢？”

(3) 注意让问答保持在一个轻松活泼的氛围之内。

相关讨论

总结

1. 在开始的课程中，主持人一定要注意保持一个积极、幽默的态度，以便让大家迅速的消除腼腆等情绪，然后让大家好好的熟悉起来；同时有助于大家积极的发言。
2. 如果没有调动起来情绪，学员没有积极举手回答的话，讲师可以有意识的点名让同学回答，以调动气氛。

参与人数：集体参与

时间：20分钟

场地：不限

道具：姓名牌

应用：

(1) 团队沟通

(2) 培训或集体活动前的熟悉和沟通

(3) 主持人开场白，帮助主持人与大家进行沟通和交流

游戏2——情感病毒：提高情商的游戏

情感是人与人交往中的重要因素之一，强烈的感情尤其是负

面的情绪会在人与人之间有如病毒一样传播开来，这个小游戏可以方便快捷的说明这一点。

游戏规则和程序

1. 第一轮：

(1) 游戏开始前，所有人围成一圈，并且闭上眼睛，主持人在由学员组成的圈外走几圈，然后拍一下某个学员的后背，确定“情绪源”，注意尽量不要让第三者知道这个“情绪源”是谁。

(2) 由学员们睁开眼睛，散开，并告诉他们现在是一个鸡尾酒会，他们可以在屋里任意交谈，和尽可能多的人交流。

(3) 情绪源的任务就是通过眨眼睛的动作将不安的情绪传递给屋内的其他三个人，而任何一个获得眨眼睛信息的人都要将自己当作已经受到不安情绪感染的人，一旦被感染，他的任务就是向另外三个人眨眼睛，将不安的情绪再次传染给他们。

(4) 5分钟以后，让学员们都坐下来，让情绪源站起来，接着是那三个被他传染的，再然后是被那三个人传染的，直到所有被传染的人都站了起来，你会惊奇于情绪传染的可怕性。

2. 第二轮：

(1) 告诉学员们，你已经找到了治理不安情绪传染的有效措施，那就是制造快乐源，即用真挚柔和的微笑来冲淡大家因为不安而带来的阴影。

(2) 让大家重新坐下围成一圈，并闭上眼睛，告诉大家你将会从他们当中选择一个同学作为快乐之源，并通过微笑将快乐传递给大家，任何一个得到微笑的人也要将微笑传递给其

他 三个人。

(3) 在学员的身后转圈，假装指定了快乐之源，实际上你没有指任何人的后背，然后让他们松开眼睛，并声称游戏开始。

(4) 自由活动三分钟，三分钟以后，让他们重新坐下来，并让收到快乐讯息的同学举起手来，然后让大家指出他们认为的“快乐情绪源”，你会发现大家的手指会指向很多不同的人。

(5) 微笑地告诉大家实际上根本就没有指定的快乐情绪源，是他们的快乐感染了他们自己。

相关讨论

总结

1. 科学实验证明，当妈妈的表情呈现出痛苦的样子的时候，大多数的婴儿都会变得不安，进而哇哇大哭。就如在实验中所指出的人的情绪是会传染的。

2. 对于一个管理者来说，长年的保持一张扑克脸，很容易在办公室里面形成一种郁闷、压抑的气压，从而不利于员工的正常发挥，影响公司的业绩。对于一个雇员来说，长期的阴沉情绪会让别人对你敬而远之，包括你的上级和你的升迁机会，所以保持一个健康的心态，时常以一个轻松快乐的面孔对人，对于职场中人是至关重要的。

3. 经常去一些快乐的地方，舒缓一下自己紧张的情绪，你会发现微笑其实很简单。

参与人数：不限

时间：3分钟

场地：室内

道具：无

应用：

(1)沟通技巧

(2)舒缓压力，提高工作效率的技巧

游戏3——穿衣服：增强队员间的信任和默契度的游戏

沟通的一大误区就是假设别人所知道的与你知道的一样多，比如下面这个游戏就以一种很喜剧的方式说明了这一点给人际交往带来的不便。

游戏规则和程序

1. 挑选两名志愿者□a 和b□其中a扮演老师□b扮演学生□a的任务就是在最短的时间内教会 b怎么穿西服(假设b既不知道西服是什么，又不知道应该怎么穿)。

2.b要充分扮演出当学员的学习能力比较弱的时候，老师的低效率，例如□a让他抓住领口，他可以抓住口袋，让他把左胳膊伸进左袖子里面，他可以伸进右袖子里面，以极尽夸张娱乐之能事。

3. 有必要的話，可以让全班同学辅助a来帮助b穿衣服，但注意只能给口头的指示，任何人不能给b以行动上的支持。

4. 推荐给a一种卓有成效的办法：示范给b看怎么穿。以下是工作指导的经典四步培训法：

(1)解释应该怎么做。

(2)演示应该怎么做。

(3) 向学员提问，让他们解释应该怎么做。

(4) 请学员自己做一遍。

相关讨论

1. 对于a来说，为什么在游戏的一开始总是会很恼火？

2. 怎样才能更好的获得a与b之间的更好的沟通？

总结

1. 在游戏的开始阶段□a总是会觉得很恼火，这主要是因为a的预期与b的实际能力不一致所导致的□a认为一般人都应该会穿西服，而b恰恰是不会穿西服的，两者之间产生落差，自然会让a觉得b很笨。

2. 对于反应迟钝或能力比较弱的学生来说，老师们应该首先要端正自己的心态，要将其调整到与学生相符的状态上，千万不要对学生表现出不满和鄙视，应该多和学生沟通，帮助他们确认自己的能力。这一点也可以推广到日常的人际交往中。

3. 在沟通的过程中，微笑和肯定是非常重要的，肯定别人做出的成绩，即使是微不足道的，因为那样可以帮助他们巩固自己的自信心，更快地掌握所要学习的知识。

参与人数：2名志愿者，集体参与

时间：20分钟

场地：不限

道具：西服一件

应用：

(1) 有效沟通技巧的训练

(2) 创新能力的培养

团队游戏心得体会50字篇二

在如今竞争激烈的社会中，团队合作与沟通已成为成功的关键。为此，团队游戏逐渐成为不少组织和企业的首选活动。作为参与者之一，我深深感受到了团队游戏的独特魅力与体验。在这篇文章中，我将通过分享我在团队游戏中心的体会，来总结团队游戏的重要性和其中的关键要素。

首先，团队游戏中心提供了一个特别的场所，让不同个体能够更好地相互了解和合作。在团队游戏中心，我们将被划分为小组，并参与各种有趣的游戏和挑战。游戏的组织者设计了一系列互动和协作的任务，要求我们与队友密切配合。通过这些活动，我们不仅能够交流观点和分享思路，还能够看到每个人的优点和不足之处。这种环境下培养出来的合作意识，不仅可以促进个体间的互相理解，更是提高整个团队的凝聚力。

其次，团队游戏中心通过挑战和竞争激发了团队成员们的潜力和动力。在参与团队游戏的过程中，我们需要不断思考并解决各种问题，因此要集思广益并寻找最佳策略。这对于个体的思维能力和解决问题的能力都是一次很好的训练。此外，游戏的目标是团队的胜利，这就需要每个人发挥最佳状态并充分发挥自己的优势，这样才能有更大的机会赢得游戏。因此，竞争和挑战是团队游戏中心中很重要的元素，它激励着每个成员不断进步和追求卓越。

再次，团队游戏中心给了我们一个反思和成长的机会。通过团队游戏，我们可以了解到自己在团队合作中的优点和不足，

并通过与团队成员的互动来增进自己的职业发展。在游戏中，我们目睹了许多出色的团队合作和领导力的展现，这帮助我们明白到每个人都可以在团队中发挥重要的作用。而那些出现问题的团队也成为了我们的借鉴和思考的对象，帮助我们不断增强自己的弱点。通过这样的反思和成长，我们可以更加深入地思考和理解自己在团队合作方面的潜力和发展方向。

最后，团队游戏中心培养了我们的团队精神和合作能力。团队精神是指在团队活动中的人们具备的一种与他人共同学习、共同工作和共同进步的主动性和主人翁精神。在团队游戏中，每个人都在团队中扮演着不同的角色，并为团队目标积极努力。我们共同面对挑战，共同制定策略，共同解决问题，共同庆祝胜利。这种互相信任、互相协作的精神将有助于我们在工作和生活中更好地与他人合作，并取得更大的成功。

综上所述，团队游戏中心通过提供一个合作和沟通的平台，激发团队成员的潜力和动力，帮助我们反思和成长，并培养我们的团队精神和合作能力。这些都是团队合作中不可或缺的要害。只有通过合作，我们才能共同实现目标，在日常工作和生活中更好地理解和支持他人。团队游戏中心因此成为了我们培养团队合作能力和亲密关系的重要场所。

团队游戏心得体会50字篇三

1. 游戏名称：踩报纸

游戏方法：

参加游戏人员在10人以上，在规定的时间内(由讲师视人数多少而定)内全部站到1开的报纸上，(特别说明，全部脚不能站出报纸的边界)

分析：

2. 游戏名称：沙漠奇案

时间：20分钟

人数：不限

适用范围：创造力案情：一个男人，在沙漠当中一丝不挂躺着，死了，周围没有痕迹，

过程：

- 1、由培训师交代案情，学员通过问封闭性问题的方式去判断案情的`起因。
- 2、培训师只负责学员的问题，但只能说“是”或“不是”
- 3、计时间。

故事的起因：

一对夫妇乘坐热气球在一望无际的沙漠当中探险，不幸在途中热气球燃料不足，需要减轻热气球的重量，。夫妇想尽办法，将一切可以扔的东西都全部扔掉，甚至包括衣服，但是这仍不能根本解决问题，最后，丈夫为了他心爱的妻子能够逃出升天，就舍弃了自己的生命，跳下沙漠中身亡。

团队游戏心得体会50字篇四

团队游戏拓展是一种以游戏方式进行的团队建设活动，通过游戏的形式来促进团队成员之间的合作、沟通和信任，提升团队凝聚力和工作效率。我最近参加了一次团队游戏拓展活动，获得了很多宝贵的体会和经验，下面我将对此进行总结和分享。

第二段：体会一-团队协作的重要性

在团队游戏拓展活动中，团队协作是非常重要的。我们经常会在团队中遇到各种各样的问题，例如任务安排、意见冲突等，而这些问题都需要通过团队协作来解决。在参加团队游戏拓展活动中，我深刻体会到团队合作的重要性。只有团队成员之间相互信任、相互支持，才能够共同克服困难，取得胜利。团队游戏拓展活动中，我们通过协作完成了种种任务，得到了宝贵的经验。

第三段：体会二-沟通与交流的重要性

沟通与交流也是团队游戏拓展活动中必不可少的环节。在游戏中，我们需要团队成员之间不断地倾听、表达自己的观点，以便更好地配合和完成任务。通过团队游戏拓展活动，我明白了沟通与交流在团队中的重要性。只有通过良好的沟通与交流，我们才能够更好地理解彼此，协调一致地行动。在平时的工作中，我也开始更加注重与团队成员之间的沟通与交流，以提高团队的工作效率。

第四段：体会三-个人角色的价值

在团队中，每个人都有各自的优势和价值，这也是团队游戏拓展活动所强调的。在游戏中，我们需要根据每个人的特长和能力来分配任务。每个人都有机会发挥自己的才能，为团队带来价值。通过团队游戏拓展活动，我意识到每个人的角色都是重要的，没有谁比谁更重要。因此，我也开始更加珍惜每个团队成员，鼓励他们展示自己的才能。

第五段：总结

通过参加团队游戏拓展活动，我深刻体会到团队协作、沟通与交流、个人角色的重要性。团队游戏拓展不仅能够增强团队凝聚力，还可以提升团队成员之间的信任和合作精神。与

此同时，团队游戏拓展也能够帮助团队成员了解自己，在游戏中发现自己的优势和不足，并通过与他人的合作来弥补不足，进一步提升自己。我相信，在今后的工作中，我可以将这些体会应用到实际中，帮助团队更好地完成任务并取得更好的成绩。

团队游戏心得体会50字篇五

为增强我院学生会内部成员间的凝聚力和团结力，消除成员之间的生疏感，为以后积极有效的开展各项工作奠定基础，特组织首届烟草学院xx届学生会全体成员参加素质拓展活动。

增强团队意识，培养团队精神，加强成员间相互交流和认识了解，以便更好地合作。

20xx年11月14日上午9:00

河南农业大学校区东操场

烟草学院xx届学生会全体成员

主要以素质拓展形式开展活动，通过几个小组游戏展开

活动主体为烟草学院xx届学生会全体部长、副部及干事，主席团部分人员做裁判。根据各部人员随机分成五队。并选定五名队长。以抽签的方式确定队长所负责的队名。

一、互动游戏——“瞎子”背“瘸子”

目的：培养沟通配合能力，借着分工合作来完成任务，培养队员沟通配合能力，活跃气氛

人数：每队三组，每组两人，其余人员做好自己所在队成绩记录及监督其余各队。

道具：布条鲜花饮料瓶（20）汽球（每组20个）

游戏方法：

- 1、各队选六名队员，三男三女。
- 2、男生背女生，男生当“瞎子”，用布条蒙住眼睛，女生扮“瘸子”。
- 3、“瘸子”为“瞎子”指引路，绕过路障，达到终点，最早到达者，为赢。
- 4、路障设置可摆放饮料瓶，须绕行；汽球，须踩破；鲜花，须拾起，递给女生等。
- 5、距离设置为30米，用时最少队为胜。
- 6、胜出队给予一定的物质奖励。

二、夹传气球

目的：提高沟通协调能力，增强集体配合程度。

道具：每队气球六只

比赛方法：

- 1、所有人员参与，每队分成三组，每组三人，每组女生必须有参加且一组内不能全部为女生，其余人员监督其他队比赛。
- 2、各组首尾两人背对背，中间一人方向随意。将气球置于中间一人胸前和背后，首尾两人将气球夹紧但气球不能被挤破。
- 3、裁判喊开始后第一组开始夹气球横向向终点走，必须保持首尾两人背对方向到达终点。

4、到达终点后以同样的方式原路返回，击掌后下一组开始传递。

5、按照各队所有组所用时间长短分第一、二、三、四、五名，分别加10、8、6、4、2分。

三、六人七足

目的：培养团结协作精神，。认知团队的作用，增强对团体的责任心和参与意识

道具：每队绳子5根。

比赛方法：

1、每队分成两组，每组六人，其余人员监督其他各队比赛

2、裁判喊开始口令以后，各队第一组用绳子把腿绑好并向终点走，到达终点后原路返回起点，解开绳子交给第二组。

3、第二组重复第一组。用时最短的队获胜

4、比赛过程中开绳一次扣10秒钟。未按要求比赛的组扣时间10秒钟。

5根据每队三组所有时间之和的长短定出一、二、三、四、五名，分别加10、8、6、4、2分。

四、互动游戏——蚕虫行

目的：培养小组的合作性

道具：旧报纸若干

比赛方法：

- 1、每队十人，其余人员监督其他各队比赛
- 2、参加者将报纸的中央撕一洞，小心地套过头部放在肩上。
- 3、大家排成直行，相距约半米，然后各自轻轻拿起身前报纸的两角，连接前面的人身后的报纸的两角。
- 4、连接以后，当裁判喊开始后便慢慢起行至终点，保持报纸不脱不烂。
- 5、用时最短的队将给予一定的物质奖励。

五、倒跑接力

目的：增加活动的趣味性充分调动参与人员积极性。

道具：接力棒4个，音箱一部

活动方式：

- 1、本活动以disco音乐为背景。
- 2、每组选出十人参加比赛，女生必须全部参加，其余人员作为拉拉队员，并监督其他队比赛。
- 3、比赛的十名人员按照男女比例分别站在起点和终点，且站在起点的人员背向起点，站在终点的人员背向终点。
- 4、裁判发出开始口令后站在起点的同学手持接力棒倒跑向终点，跑过终点第一个同学后把接力棒交给终点第一位同学，接到棒的同学以同样的方式棒交出，如此重复进行。直至终点的第五名同学持棒到达起点。
- 5、最先结束比赛的队给予一定物质奖励。

六、衔纸杯传水

目的：增进亲近感，考验成员配合、协作能力。

道具：纸杯若干，水盆两个。

比赛方式：

- 1、每组六人，男女交替配合，每队人员分成两组同时进行比赛。另有二名人员辅助倒水和接水。
- 2、每队第一组首先进行比赛，其余人员在制定区域作拉拉队并监督各队比赛。
- 3、第一名人员倒水至衔至的纸杯内，再一个个传递至下一个人的纸杯内，最后一人的纸杯内的水倒入一个容器内，首先把容器装满水的组获胜。并根据各组所用时间评出一、二、三、四、五名，分别为其所在队夹5、4、3、2、1分。
- 4、第一组进行完毕以后可以开始第二组比赛，比赛内容及加分方法同第一组。

总分最高团队每人颁发荣誉证书一张

气球：五包接力棒：四支

水盆：四只纸杯：四包

绳子：若干报纸若干

水果：若干音箱：一部

鲜花若干饮料瓶20个

气球： $6 \times 5 = 30$ 元纸杯： $4.5 \times 4 = 18$ 元

水果：30元 鲜花：20元

棒棒糖：20元 扩音器：40元

合计：158元

团队游戏心得体会50字篇六

第一段：引言（100字）

心理学团队游戏是一种通过不同形式的游戏来培养团队合作能力以及个人心理素质的活动。在参与了一次心理学团队游戏后，我深感受益匪浅。下面我将分享一些我的心得体会。

第二段：认识自我与他人（250字）

在团队游戏中，我不仅对自己有了更深入的认识，还更加了解了他人。通过和团队成员的合作，我发现每个人都有不同的优势和特长，而我们的成功离不开每个人的贡献。通过游戏，我们一起思考解决问题的方法，并协调各自的行动。这样的经历让我明白，只有团结合作，共同努力，我们才能取得最佳的效果。

第三段：建立有效沟通（250字）

团队游戏也让我认识到沟通的重要性。在游戏中，每个人都需要参与和贡献自己的意见和想法。我学会了倾听他人的观点，并且提出自己的见解。通过积极的沟通，我们能够更好地理解彼此，共同制定出有效的解决方案。在以后的工作和生活中，我相信这种有效沟通的技巧将会对我产生重要的影响。

第四段：团队精神与协作（300字）

团队游戏加强了我们的团队精神和协作能力。在游戏中，我们需要相互信任，相互支持。通过共同的目标，我们能够激发出集体的智慧和力量。在一个团结的团队中，每个成员都能发挥出自己的最佳水平，并且互相促进，相互学习。这种团队的力量让我深感震撼和感动，也更加明白了共同合作的重要性。

第五段：心理素质的提升（300字）

心理学团队游戏还帮助我提升了自己的心理素质。在游戏中，我们会面临各种各样的挑战，需要保持冷静和应对压力。通过不断练习，我学会了掌控自己的情绪，并更好地应对压力。游戏中的困难也锻炼了我的意志力和耐力，在面对挫折时，能够更加坚持和努力。这些心理素质的提升将对我未来的发展产生积极的影响。

总结（100字）

心理学团队游戏是一种有趣且富有教育意义的活动。通过这种活动，我不仅学到了心理学知识，还提升了自己的团队合作能力和心理素质。我相信这些经验将对我未来的工作和生活产生积极的影响。我将继续努力学习和实践，把这些宝贵的经验运用到实际中去。