

团队体育比赛心得体会(模板8篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

团队体育比赛心得体会篇一

“建设高效团队是否重要或者必要”这样的命题，在我看来其实是一个伪命题，没有辩论或者花费更多的笔墨去描述的必要。然而怎样成为一个高效的团队是需要花费很多的“心血”去研究和实践的。

简单的从语法上来说我们很容易的就把“高效的团队”分成两部分，一部分是“团队”，一部分是“高效”。首先成为“团队”，其次做到“高效”。怎样构建团队？怎样做到高效？我们所有聪明的管理者对这样的问题都会有一个根据实际情况的解析和理论，也已经不需要我用长篇大论去谏言，况且浅陋如我并不能在一个晚上将这样的命题以高屋建瓴的方式分析透彻的，所以我就自作聪明的将这样的命题留给更睿智的管理者，而我却去做我的角色。

“我去做我的角色，做好自己的角色”，这正是我想表述的意思。我始终固执的认为做好自己的角色重要的只做到一点就可以了一一认清自己在其中扮演的角色。认清了自己的角色就可以认清自己需要做什么，而“怎么做”我相信有一大把的书或者人告诉你，而且比我说的还要详细和动听，所以我只说我认为需要提醒的。

在生活中，我们很容易认清自己的角色，我们是地球人，所以我们要爱护我们的地球，减少对环境的污染；我们是中国

人，所以我们要保护中国的每一寸土地，如果需要，我们会拿起钢枪；我们是孩子，所以我们要关怀我们的父母，打个电话就会让他们欣喜一个晚上；我们是父母，所以我们要用正确的方式对待我们的孩子，他们无论平凡或者卓越都是我们血肉的一部分；我们是夫、妻，所以我们要用比对待别人更加的包容对方的缺点，因为对方是那个你无论多晚回家都还能为你亮着灯的人。

我想为什么在生活中大家能够比较容易的认清自己的角色，很关键的一点是社会清晰的赋予了你角色，而且这种角色能够被最广泛的复制，并且有一个相对优化的评价体系，所以当开始进入这个角色就有很多清晰的模版，万一你逃出了模版还有大批的人来纠正。而工作中，你很不容易获得这样的清晰的模版，因为各个企业的情况或许都不一样，同一个企业的每个阶段或许都不一样，甚至同一个领导因为受情绪的影响在不同时间做出的对角色的理解都不一样。但是我想在这种情况下，领导——角色的赋予者——是最重要的。领导是一台戏的导演，他对剧情中角色的理解决定了演员的表演，当导演把剧本一扔，没有分配角色或者角色分配不当，这场戏就会成为闹剧。所以全面的认识扮演角色的演员，正确、清晰的赋予演员恰当的角色，是一名优秀的领导者所需要认真去做的。

一个企业里每一个部门都是不可或缺的，都是一台精密仪器里的一个部件，有些时候看起来可能不是那么重要，但是当你缺少了它，你忽然会发现原来这样的存在是必要且重要的。如果你是主角，不可以自以为是、欲望膨胀，认为自己才是不可或缺的，其实每一部分都是不可或缺的，没有绿叶的光和作用哪里来鲜花的绽放？所以不要轻易的对其他的角色指手划脚，认清自己的责权，对其他的角色保持微笑，这才是正确的态度。如果你是配角，请保持积极的态度，不要以为自己也是主角，要烘托主角，突出主角，当角色已定不要老想着去抢主角的戏份，更不要去毁坏主角的表演。如果这场戏没有演好，主角没有好处，必然的配角更没有好处。还有

一种情况是妄自菲薄，如果领导给了你相应的角色，如果没有能力，那么请尽最大的努力去完善你的能力，如果有这样的能力请勇敢的挑起担子，那怕你挑起担子走的是危险的下坡路，请相信，只有走过下坡路才有可能走到另外一个更高的山坡上去。

人生如戏，一场戏里面有各式各样的角色这场戏才会精彩。很多朋友对我说“我怎么会碰到这样的人”，我对他们说，这个世界正是因为有了各种各样的人，这个世界才会精彩，如果每个人都跟你的想法一样，那这个世界就只需要你一个人，其他都是镜子就可以了，你认为在这样的世界中你会很幸福吗？他们笑了，或许他们已经理解了，或许他们只是觉得我说了个很冷的笑话。但是我们很多时候真是这样要求人家的，让人家成为自己的镜子就可以了。所以最后我想我能对“怎样做好角色”内容的唯一一条补充就是：包容！绕了这么远的圈子，似乎跟高效的团队没有太大的关系，但是我善意的想，如果我们每个人在团队中认清自己的角色：策划者？决策者？执行者？协调者？监督评价者等等，那么凭借我们的职业素养建立一个高效的团队应该是一件相对容易的事情吧！

团队体育比赛心得体会篇二

管理者有义务和责任为员工搭建起一个良好的氛围和工作环境，让这个环境干净、整洁、充满了平等、真诚、乐趣与包容。做员工隐形的翅膀，让他们乘着风去飞翔。

n 讲讲故事、做做游戏，其实工作也可以很美好；

这里简单做几个游戏的介绍-

a.猜猜你和队友的契合度：选取一个team的同事，出几道题，可以很轻松的，关于team中一个同事的问题，让这个同事拿纸写答案，另一个在题板上写。比如跟女朋友是在怎么认识

的?生日是几号?等等，然后对比答案，看看团队中的同事们相互的了解是否深入。

挺有趣的结果，合作度好的团队，答案几乎都是满分，而相互彼此有隔阂的确实就不太了解。

b.这次六十年大庆，我们团队组织了一次迎祖国六十华诞的感言会，其实组织的时候我就是想大家在放假前一起座谈座谈，放松一下紧张的工作情绪。结果没想到，大家都精心的准备了自己心目中最能表达对祖国六十年风雨的故事，有文学作品有电影，感言也是很令人感动。

摘录几个：

1 广播剧《千古一梦》通过讲述一些不为人知的航天故事，讴歌了航天人为了祖国的航天事业发展而不懈努力的执著精神。感言：有梦想就了不起，不惜生命实现梦想更加了不起！

电影《东京审判》简述梅汝璈单枪匹马在国际法庭上为民族争取利益，对抗强权审判战争罪犯的故事。

感言：一个背负和民族期望的人，需要有多少勇气和精神去独自面对这些压力，不辱使命。无数人的嘱托、一个信守的承诺、一份无畏的执著！

小说《父亲的战争》滇缅战役是一场很著名但有不是很为人知的对日作战历史。一群曾经的老兵对过去的刀光剑影的回忆。感言：也许那场战争惊天地泣鬼神，但是这些曾经经历过它的人们那份讲述时的淡定更彰显了人类在民族大义面前的那份博大，拥有这样战士的国家一定会自尊自强！

故事《过雪山草地》老红军和小红军的故事，一个牺牲换来的另一次生命的机会。中国人民解放军一路走来真是不容易，长征使它完成了蜕变，凭着一股精神力量，真正完成了凤凰

涅槃，完成了一项突破人类极限的奇迹。而后三大战役势如破竹，一路走向天安门城楼，缔造了共和国。感言：没有梦想，一切皆无可能！从破旧的老棉袄陈旧的步枪，到60年大庆预演的各军种分列式，祖国-我们为你骄傲为你自豪！

最后大家的共同感言如下：

共和国不容易、缔造者们更不容易，流血牺牲、屈辱折磨。我们更要珍惜现在的幸福生活，不断的鼓励自己热爱生活、热爱祖国、热爱家庭、热爱工作，在工作中不钻牛角尖、不较真，用善良、感恩的心对待同事们，务求要让自己快乐生活、快乐工作！

能力一般，且暂时无法在其他企业找到合适工作的员工，很容易出现工作态度懈怠的情况，普遍表现就是缺乏工作主动性，得过且过。

能力相对优秀的员工则会容易在这个时候选择离职，寻找更好的发展机会，因为这样不但会有更有挑战的岗位，同样也会有更有竞争力的薪酬。

管理者在这方面的努力很重要，这需要一双慧眼、一张传教士般不厌其烦的嘴、一颗公平公正的心，当然如果再有一个创新的思维就更好了。

团队体育比赛心得体会篇三

20xx年11月29日~30日在hr的安排下与公司另外两位同事参加了由兰夫公司组织的《卓越团队》体验式培训，特总结如下。

体验式培训，讲授的内容不是很多，而且也能记录，所以主要也就记住了团队、活在当下有点印象，其他还是对体验的项目的实际感悟，将感悟写出来，与大家共享，也便于自己经常回顾。

体验之一：“同心杆”

在这个小小的游戏中，我的最大感受有三点：

- 1) 尊重和信任团队的领导，不要有任何怀疑和不满，团队里只能有一个声音。一个声音使团队成员朝着一个目标共同努力，才能最大范围的提高团队的工作效率。对领导的能力和指挥的怀疑会导致团队停滞不前。
- 2) 目标明确之后，作为团队的成员最需要的是做好自己，做好自己的工作，而不是去挑剔和指责别人。每个人停下来挑剔和指责别人的时候，就忘记了自己的工作职责。
- 3) 团队配合中每个成员必须要能提得起、放得下，该提起的时候提不起，工作没有好的开始；该放得下时候放不下那么工作的关键就得不到落实。

体验之二：“承诺”

承诺有两层含义，诺是诺言，承是履行，承诺就是有言必行，说到做到。严格的履行自己的诺言，不是为了别人，而是为了自己，是为了品格和尊严。不管是工作中还是生活中，在承诺之前要想好；承诺之后，就要想尽一切办法去实现。承诺之后就是责任，小到遵守纪律的承诺，大到关键任务的承诺。

结合工作中，我们公司中的遵守诺言的意识太弱了，小到会议纪律的遵守，大到部门职责的履行。很多时候都不能遵守自己的诺言。

体验之三：“风中劲草”。

很荣幸被大家推选为a组的女队长，虽然三天之后的我还是全身酸痛。在这项活动中，通过实践和教练的引导，我的感触

颇深。

在这个活动中首先让我认识到什么是责任。作为领导者，给团队指引方向、分配任务、提升技能和提升士气是最基本的责任。作为领导者，就要担当团队的成果，失败是第一责任人，成功时要与团队成员共享劳动果实。

作为团队的成员，就是履行自己的工作职责，想尽一切办法提高工作效率，维持工作成果，不折不扣地执行。

团队的士气决定了团队的战斗力，决定了团队能不能走向胜利。当我背对我们的队员，在队员在回答教练的问题“a组的队员准备好了没有”和“a组的队员有没有必胜的决心”时，我就能判定我们的小组能不能胜利，因为从他们的气势上我就知道队员有没有全身心的投入，有没有全力以赴的决心。

我们可以输给对手，但不能输给我们自己。我们很多时候输了，不是因为我们真的技不如人，而是因为我们没有斗志，没有重视或者不严谨，自己把胜利拱手让人。

团队每个人的意识、斗志和严谨其实就是个人素养，“我等于团队”，我做不好，就会导致团队的失败。

体验之四：“感恩与爱”

我们以前的教育，缺少了一课，那就是“感恩与爱”。我们很多时候不会爱自己，不会爱父母，不会爱朋友，不会爱领导，不会爱同事，经常在做着让“亲者痛”的事情。我们不知道如何表达自己的爱，不知道如何表达自己的感激之情。

老师布置了三个任务：发三个短信，打三个电话，拥抱三个人。我没有做到。我在这个感恩与爱的活动中，我最想表达感谢之情的就是bryan。他带领我们从一个十几个人的无名小厂，到几百人的公司，到现在近万人的公司，他所承受的压

力是多么大啊，他承担的是什么样的责任和风险啊。他给我们很多人提供了施展才华的舞台，他给我们发展的机会，他就是那个“趴在地上做俯卧撑的人”，他就是那个“站着睡觉的人”，他就是那个“累了跪在地上歇歇继续前进的人”。可是我既没有给他发短信，也没有给他打电话，更没有给他拥抱，我还是不能把自己的感激之情表达出来，我怕惊扰了他。但是我会把这份感恩的心投入的工作去，带着爱和尊重去工作，去影响一个团队，去影响更多的人。

体验之五：“学会欣赏”

可能工作的原因，我的心中不管对工作还是生活都有很多条条框框，很多时候看到的是某某没有做好，让我说问题我会说很久，但你让我总结一下优点和长处就半天找不到。如果不用“欣赏”的眼光去看事物和人，那么看到的世界是残缺的世界。这世界不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。所以要建立卓越的团队，一定要有一双善于发现美的眼睛，懂得去看到每个成员的优点，这样取长补短才能发挥团队的优势。

体验之六：“过电网”

成功的十大警句：承诺与事情的发生而不是它如何发生；承诺与得到预期的结果而不执着于常规；行动的速度是迫切的而不是孤注一掷；清晰的目标和理想焦点集中于计划；愈挫愈勇屡遭挫折而热情不减；愿意放弃我现在所拥有的；细节决定成败；严谨、自律、坚持；镜子照向自己而不是归罪于外；充分利用所有的资源。

这十大警句都言简意赅，没有什么高深的学问，但能把它灵活应用还是需要认真修炼和满满体会。

这些理念不仅是我们记在脑海，而是如何在工作中得到实际的应用，才能切实提高团队绩效。

总之，我亲眼目睹了两天一夜的体验式的培训，就把来自山东省不同地区、不同单位和不同年龄的人打造成了一支热情高涨、配合默契和高效率的团队。我相信这种体验式的培训对于各部门的团队建设或者跨部门的团队建设都非常有帮助，对于新组建的团队有利于快速融合和建立团队的战斗力，对于老的团队也有利于提高成员的认知和配合能力。

团队体育比赛心得体会篇四

通过此次活动，我深深感受到了一个团队的凝聚力是多么的重要，汗水与泪水、痛苦与欢笑交织在一起，使我们都极为深刻的体验到一个团队是要经过千百次的锤炼才会变的坚不可摧。深深地理解到成功者是要付出怎样的努力方可站在至高点上，那胜利的喜悦是无数次的跌倒与反省凝聚而成的。

虽然只有短短的两天半时间，但是此次活动却带给了我们很多的欢笑和启发，从森林寻宝、篝火晚会、过电网、拔河、翻越大峡谷，大家为了完成任务、取得胜利，就必须合作，必须建立团队。活动中共组织二个队，由董事长带领的队伍取名为森林队，另外由房产公司李副总裁带领的队伍为五环队。但并不是有了团队就万事无忧了，一个有竞争力的团队，要有完善的组织体系、要领导有力、分工明确，要彼此信任、理解和包容。这样我们的目标、任务就能够完成得又快又好。

在所有的活动中，给我印象最深的就是过电网这个项目。电网是由许多绳索编制成一个网状，每一张网的网洞每次只能过一个队员，大家不能过重复的网洞，一个团队需判八位队员友参加过电网项目，在规定时间内看哪个团队过网人员最多为胜利，过网中队员的任何部位都不能碰到电网，否则将退出电网再此过网，当大家看到电网的时候都议论纷纷，那么小的电网洞在不能碰到任何部位的情况下要过去一个人确实是很困难的。开始，大家也你一言我一语的出起主意来，可是规则是参加过电网的人才能帮忙，最后大家协商由几个参加过网队员抬着需过网的队员，先过去的人再在电网里面

接应外面过网的人，失败再过，时间越来越少，二个团队的队员都在为自己的队员喊加油，有的队员跑到对方的电网场地观看过网是否有队员存在犯规，我过网时被几双大而有力的手抬住慢慢往电网送，一不小心我的手碰到了电网，裁判吹口哨需我从新来过，我当时非常紧张，怕自己再一次过不了而耽误我们团队的时间，这时一个同事说：过电网时整个身体必须保持僵硬。这样身体才不会碰到网。我心想这次一定要过去，随后我再次被几个男同事抬住整个身体慢慢地过电网，我努力的绷紧全身肌肉，感觉自己的身体就像一根木棒一样，大约十多秒钟后，听到大家的欢呼声才使我知道自己终于过了电网。最终我们这组取得了这个项目的胜利。

这次户外拓展活动给我留下的深刻的印象，得到的心里体会也非常多，认识了团队的巨大力量，也领悟了创新的重要，做事要先做好准备，再开展行动。这就是磨刀不误砍柴工的道理。

1. 活动一定要计划全面，就算有一点疏漏，可能就会对本次活动产生负面影响（人性本就如此）
2. 活动一定要得公司领导得支持（某些人就是喜欢拍马屁）
3. 活动组织一定要全面，照顾所有人，让大家都参与（大家是来参加活动的，不是来当培训得）
4. 组织者一定要有大气得思想（总有人指这指哪，真正叫他组织，狗屎一堆（无任何偏见思维））
5. 坚信自己一定会成功组织公司活动（和业余活动一样得组织方式，不过需要照顾得更多）

总之：以后我还得努力，加强自己得组织能力，领导能力，坚信自己会在快乐中需找到成功。用平常心去看待每一件事情，快乐活到老，学到老。快乐并进步着。

团队体育比赛心得体会篇五

前nba著名的球星迈克尔·乔丹说过：“一个人没有团队精神难成大事；一个企业没有团队精神将成为一盘散沙；一个民主如果没有团队精神将难以强大。一名伟大的球星最突出的能力就是让周围的队员变得更好。”团队精神是一切事业成功的基础，没有团结协作，一切都只能各自为政，一盘散沙。个人的成长与团体就像生意，鱼与水紧密联系。团队精神是任何一个集体成功的法宝，只有团结一致，众志成城，才能取得更好的成绩。

团队，不仅仅是一个集体，而是由一些具有共同信念的员工为达到共同目标而组织起来的。在团队中，人们可以获得和使用更多的不可言传的知识，价值观念和文化特质，它们往往是决定命运的东西，团队成员之间有着相同或相近的态度和价值取向，通过沟通和交流，能够善意地协调、默契协作、互补互助。同时我们每一个人都是团队中的一份子，我们的利益与团体息息相关，互相影响，也许一个不经意的错误就有可能导致全体的失败，就如《细节决定成败》中所提到的1%的错误会导致100%的失败，这就要求团队中的每一个成员要关心团队、忠诚于团队，在团队中学习和提高，保持目标、方法的高度一致，勇于进取，敢于负责，甘于奉献，为团队的发展创造最大的价值。

信任在团队中起着至关重要的作用，是将团队成员联系在一起了“强力剂”，团队成员之间要高度信任，彼此之间以诚相待，互相尊重，互相理解，互相支持，经常沟通，对存在的歧义认真去探讨、分析，提出合理的建议，杜绝以自我为中心，自我感觉，而不感受队友、同事的想法。在沟通过程中讲究沟通的技巧、沟通的方法，要让所有的队员明白你的意图和你所要表达的效果，以及怎样去表达等等，管理者也要对团队的成员充分信任，鼓励员工参与决策并不断提高个人的能力。

积极的协调、默契配合，是一个团队发展所必需的条件之一。不管是做游戏也好，工作也好，只有我们大家心往一处想，劲往一处使，才能使我们的团队力量发挥最大的效用，同时也要我们无条件地服从上级领导的决策，积极地、全身心地投入到工作中去，认真配合其它部门做好各项工作，一切以大局为重，一切以集体为重，凡事三思而后行，不利于团队的事不做，不利于团结的话不说，建立良好的内部、外部关系，通过团结协作，把自己融入团队，视团队的成功为自己的成功，同时个体的成功也是团队成功的组成部分。

团队精神是团队成员共同认可的一种集体意识，是团队成员理想信念的体现，具有凝聚力和号召力，树立团队精神，以实现目标为共同愿望，首先要统一思想，同心同战，配合默契，分工合作，能设身处地为他人着想，齐心协力，在集体奋斗中发挥个人才智，拧成一股绳，推动团队前进，培养团队精神，增强凝聚力，消除内部损耗，居安思危，形成团队优势，从而发挥整体效能。

通过这次培训使我对团队精神有了进一步的了解，在今后的的工作中取长补短，交流协作，为时代的团队建设添砖加瓦，为时代管理处的繁荣贡献自己所有的力量。

团队体育比赛心得体会篇六

参加团队训练，感悟很多。团队训练以简单的游戏，揭示了抽象的深刻的道理，让我找回了学习中被时间磨蚀掉却非常珍贵的东西：意志、激情与活力。

这使我更深刻地意识到，其实每个人都是很坚强的，每个人在平时学习和生活中都有潜在的能力未曾发挥出来，只要有信心、有勇气去面对，就没有解决不了的难题。

在教练的介绍下，我们都逐渐了解到“团队训练”的含义，我了解到“团队训练”具有“磨练意志、陶冶情操、完善自

我、熔炼团队”内涵，是一项来源于挑战极限的训练活动，旨在激励人的斗志，激发潜在能力，创造性的发挥人的团队能力。虽然只有短短一天时间，但给予我的启发和体验却是一笔永久的精神财富，无论将来我身处何种岗位，只要用心体会就能得到十分有益的人生感悟。

团队训练当天早上，我带着无比高兴地心情来到了诚意楼，开始准备一天的团队训练助教生活，这次团队训练是学校为研究生新生开设的团队训练课程，我将在这一天的团队活动过程中，协助老师完成教学任务，帮助同学更好的完成团队训练，在活动的过程中，大家都特别的积极主动，团队训练的气氛相当活跃，老师的课程内容很丰富而且具有创新性。

通过这两天的素质拓展活动，我不但结识了很多新朋友，更重要的是对自己进行了深入、并对自我进行了，对自己有了更深的了解，而这些对以后的职业生涯无疑有很大的帮助。

团队训练的老师总是充满着激情，无时无刻不调动着大家的积极性。记得刚开始大家都还很拘谨，随后老师就引入了第一个游戏：首先是组队，让大家根据每组不同的人员进行分组，自己找同伴组成一组，然后每组进行自我介绍游戏，在这个游戏中，每个同学的在介绍自己之前，先复述出前面已经介绍了同学的信息，包括姓名，学院专业，兴趣爱好等等内容，通过这个游戏的进行，是的大家进一步的了解，记忆更加深刻，从而也锻炼了同学的记忆能力。

下午的重点活动，也是在这次素质拓展训练中给我印象最深的，盲人与哑巴的游戏，就是一个人用布蒙眼，另一个人扶着他走过老师带过的路线，所有同学被分成了两组，其中一组戴上眼罩真正体验一下当盲人的感觉，另一组则在“盲人”身边充当拐杖的角色，整个过程中“盲人”与“拐棍”都不能有语言上的交流。大家走出了教室，来到了阳光灿烂的室外。每一个“盲人”都在“拐杖”的搀扶下体验大自然的生机和美好。开始“盲人”面对突如其来的黑暗感到慌张

和恐惧，就像有些同学后来分享的好像感觉面前总有一面无形的墙。经过一段时间的磨合，“盲人”与“拐杖”相处的越来越默契，“拐棍”的每一个贴心的动作，或是跺脚提醒前方有台阶，或是摇手表示可以伸手触摸身旁的东西，真诚和责任都深深的感动了在场的同学们。一组结束以后，“盲人”和“拐杖”相互交换了角色。这次大家配合得更加有默契，大家都融入到温馨的氛围中了。结束了“盲人体验”后，大家回到教室交流急切自己当“盲人”和“拐杖”的心得，在老师的引导下，同学们深思了人际关系中自己的角色和对他人的影响，收获颇丰，大家一致认为有人陪伴的感觉非常温暖，信任是最好的交流。随后老师让大家每人在一张纸上写上自己最近的烦恼，然后大家一起详细讨论了生活学习上的各种困惑，同学们也对老师的解答很满意。最后每个人分别站到围成的圈子里，大家对他进行了优点轰炸，活动达到了高潮。两个多小时很快就在同学们的笑声中过去了。这个活动不仅解决了同学们许多生活学习上的困扰，也拉近了每个人的距离。分享了许多内心的想法。

我们做的最后一个游戏也让我印象极其深刻，一场别开生面的报纸搭塔校本培训活动，游戏中，成员需要用报纸搭出一座塔，不允许用讲话来表达彼此想法，但可以进行其他形式的交流。整个过程没有过多的语言，只有眼神的默契、手势的指点、一点即通的灵犀，紧张有序而又精彩纷呈。之后的交流中，老师们纷纷感受到：我们的活动不在结果的成败，而在于过程中大家的密切合作，共同付出心血，共同珍惜荣誉，在团结中感受幸福，在活动中体验快乐，在中灵活运用。

在过程中寻找到快乐，在感悟中得到升华。在整个拓展训练的过程中，我们每一个人都自始至终都在为自己的顺利过关而满足，为同伴成功而欢呼。所有的一切，是那么真切，是那么具有合力。即使在整个训练过程结束之后，大家都很累，可每个人都兴高采烈地议论着训练中的事情，都感到回味无穷。于是，我们快乐着，我们幸福着。

总之，通过这次拓展训练，使我增强了自信心，磨练了战胜困难的毅力，提高了解决问题的能力，通过这次拓展训练，增进了对集体的参与意识与责任心，我想这次经历一定会在今后的工作中给我带来很大的帮助。

团队协作心得体会篇4

团队体育比赛心得体会篇七

我们学校早上来到了笑翻天乐园开始为时一天的拓展训练，笑翻天教练把我们三个班分成了六个队伍，并要我们对自己的队伍进行取名，编队歌，摆造型，然后找出领导者。这六个队伍真是有趣，有英雄联盟队，队旗是自画的lol;还有拆迁队，队旗是一个拆字，外面一个圈;还有沙漠之鹰队，闪电队，笑疯队。

而我为我们队取名斧头帮，队旗是两把交叉的斧头，口号：一斧在手，天下我有，而我很荣幸的担任了斧头帮的副帮主。之后那笑翻天教练在颁发队旗的时候却十分镇定，严肃的叫出了这些猥琐的队名，看了令我们不禁哑然失笑。

拓展训练就是培养我们的团队意识，让我们一起精诚合作，共同完成任务。笑翻天教练说在特警队被称为“三秒胳膊”，意思就是能让人在三秒内完全丧失行动能力，这我们听了都极为佩服，他说我们在这里要完全放开心中的不适与枷锁，完全的接纳身边的同学伙伴，与他们精诚合作，融洽相处，说的令我不禁改变了心中的想法。一天做了四个游戏，都是需要团队合作完成的，虽然我们斧头帮成绩不是最好的，但我们却在合作努力中，感受到了彼此的友谊与快乐，让人体验到了友谊这一美好的情感。

最后一个游戏是一个类似搭桥的游戏，就是22个人用手搭成

桥，让其他人从上面通过，这一项不算是很难，但是那个同班同学，他竟然穿板鞋，把我手勒的疼死人，还有个更要命的竟然穿的钉子鞋，把我的手都快钉断了，而且那貌似重190斤的同学竟然从我手上蹦过去了，那时候真的疼啦，但了我们班整个团队，我强忍了下来，直到游戏结束。

带着我们是一个快乐的集体的信念，我们接受着一个一个的挑战。与其说每个游戏要玩，不如说是每一个挑战。因为除了我们的2班还有其他的班。凡是不做便罢。做就做好!这应该是一个集体做起码的处事信念。正因为我们心中有同样的目标，有凝聚的领导力。所以我们取得了一个又一个的胜利。

美好的时光总是过得飞快。快乐，美好，团结，幸福的笑翻天拓展训练在我们还没有享受够的情况下就结束了。 二班。也许注定我们会“二”。但是我们享受其中。

团队体育比赛心得体会篇八

通过学习和研究团队精神，使我们大家深受教育和鼓舞，团队精神就是新时期的一种集体主义的升华和集体主义内容的扩展，我们在工作的分工与合作就是离不开团队精神的支持，没有团队精神的支持就很难有我们各项工作的顺利开展。

总之，团队精神就是新时期团结力和凝聚力的所在。我们珍惜集体的荣誉，珍视集体的利益，以单位为家的忘我的工作作风就是团队精神的再现，我们提出的志同道合的口号就是团队精神的具体表现，没有一个共同的工作目标一切都很难实现，集体主义的具体表现就是团队精神，在我们工作中离不开团队精神的指引，团队离不开统一的指挥，才能保证团队的顺利工作和工作成绩的取得，这就是团队精神的巨大作用，在我们不同的历史时期，团队精神发挥了不同的作用，有一点是可以值得大家重视的就是，在凝聚人心鼓舞士气方面都具有十分重要的作用。

我们总结了一下团队精神的实质就是一个单位或者一个组织的凝聚力的所在。团队精神要想在工作中产生积极的影响，离不开团队价值趋向的定义，离不开团队荣誉的拥有力和团队成员的战斗力的，离不开团队精神要靠一个统一正确的领导才能发挥重要的作用。团队精神是一个单位产生强大凝聚力的所在。

今天我校全体教师在校长的带领下共同学习了有关，管理方面的一些的知识。我深深的体会到如何更好的做到人与人之间沟通和交流。大家在一起就是一个大家庭，一个团队。我认为所谓团队精神，就是团队成员共同认可的一种集体意识，是显现团队所有成员的工作心理状态和士气，是团队成员共同价值观和理想信念的体现，是凝聚团队，推动团队发展的精神力量。

1、团队精神能推动团队运作和发展。在团队精神的作用下，团队成员产生了互相关心、互相帮助的行为，显示出关心团队的主人翁责任感，并努力自觉地维护团队的集体荣誉，自觉地以团队的整体声誉为重来约束自己的行为，从而使团队精神成为自由而全面发展的动力。

2、团队精神培养团队成员之间的亲和力。一个具有团队精神的团队，能使每个团队成员显示高涨的士气，有利于激发员工工作的主动性，由此而形成的集体意识，共同的价值观，高涨的士气、团结友爱，团队成员才会自愿地将自己的聪明才智贡献给团队，同时也使自己得到更全面的发展。

3、团队精神有利于提高组织整体效能。通过发扬团队精神，才能取得更好的成绩。