

# 拓展新员工心得体会 新员工拓展培训心得体会(汇总5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 拓展新员工心得体会篇一

团结才能走得更远。在这次的拓展训里，印象最深刻的就是有轨电车这个项目了，同事们一起站在两块板子上，一起动作，才能够往前面走，如果有同事没有动，或者动作慢了，那么板子就不会动了，我们喊着口号，一步一步的往前走，刚开始做这个项目的时候，我们是没有任何经验，同时也不怎么团结的，还抱怨有些同事怎么反应那么迟钝，但是看到其他的同事可以做得很好的时候，我们也是很不服气的，慢慢的我们开始找到了感觉，先练口号，先学习抬腿，渐渐的我们也可以前进了，虽然速度不是很快，但是经过几次的训练，终于可以很好的走下去了，而团结则是我们可以走下去的原因，像工作中也是一样，只有同事之间团结在一起，配合好，才能做好工作。

信任才能不怕跌倒。背摔以前是在电视上看过的，真的要自己去做，其实还是很害怕的，虽然教官也讲解了很多，同事们也做好了准备，但是当我站在那儿，怎么也不敢往后面躺下去，真的很害怕摔到了地上。在同事的一次次的鼓励下，我还是没有鼓起勇气，只好先到下面去当那个接同事的一员，在接同事的过程中，同事那信任的动作，那不怕摔倒的精神让我感动，也让我明白，同事们都在下面给你撑腰，不会摔倒的，于是到了最后，我也站了上去，终于勇敢的摔了下去，摔下的那一刻，我感到害怕，但是当我感到同事们的双手把

我撑住的时候，我的心是安稳的，我的相信，我对同事的信任，让我不再害怕，因为他们在下面给我依靠，以后的工作中，遇到什么困难，也无需害怕，因为有同事们帮你撑腰，大家一起努力，没有过不去的坎，没有完不成的任务。

除了这两个项目，我们还有很多项目，这些项目不单单是锻炼了我们的身体，让我们这些新人都认识了，结下了友谊，同时也是让我们更加的团结，更加的互帮互助，在今后的工作之中，我相信这些东西，会帮助到我们做好工作，因为有同事，我们一起加油努力！

## 拓展新员工心得体会篇二

我很感谢能通过此次新员工拓展训练活动有这样一次深刻的体验和有意义的经历。我也为我能处于这样一个有默契的团队而感到荣幸，我相信，在我们这个大家庭中，不论我们接下来会面临怎样的困难，我们都能够手牵着手共同去克服，因为我坚信：团结就是力量！

在忙碌了一天，终于可以躺在床上好好享受这难得的闲暇时光。

上周，注定是一个艰难但着实充满意义的两天。它带给我的不仅是生理上的挑战，也给我带来了一笔精神上的财富。在这次拓展培训中，安排的拓展训练注重团队项目，它的最大特点就是群策群力。在本次拓展训练的过程中，每个队的队员之间最应该注意的是如何组织、协调及配合好，而不是某个队员自己如何能做得更好；个体对团队的关注应该远远超过了其自身！

在这个过程中，我深刻的理解到了什么叫“团队”。回顾拓展训练的全过程，历历在目，在困难和挑战面前，大家都能凝心聚力，充分体现了挑战自我，熔炼团队的精神。没有凝心聚力的团队就没有竞争力。如果没有团队精神，这次的所有

训练项目就无法完成。如果一个团队的组成人员各行其是、我行我素、自私自利、违法乱纪，势必一盘散沙，工作就是难出成就，相反，当这个团队面临艰巨任务或遇到困难时能坚定信心，同舟共济，在惊涛骇浪面前就能无所畏惧，就能完成别人认为无法完成的任务，就能顺利地到达胜利的彼岸，这次拓展训练的全程中，所有的队员都为团队完成拓展训练科目发挥了重要作用。正是由于大家严格要求自己，注重了细节，一丝不苟、自动自发、拒绝借口，才顺利地完成了任务。

这次拓展训练活动使我深深的体会到团队协作在任务执行过程中的重要性，同时也学会了如何突破自己心理的极限，可以说是一次非常难得的经历。这种心理极限上的突破不是随便的生硬的活动项目就能够达到理想效果的，通过对拓展训练项目的精心设计和拓展培训师的职业能力最终真正能够实现个人某些心理障碍的跨越，于此同时也能够体会到个人能力的发展潜力。证明了自己，超越了自己。

通过这种拓展训练项目也使各个小组的成员成为一个真正能够发现问题，解决问题的战略团队，大家都各司其职、各负其责，在拓展训练项目中寻找合作的黄金点，不断形成一种默契，这种关系由原来松散的个体磨合成为一个能够冲破任何防线的组合体，团队的每个成员在项目进展中都增强了克服困难的信心和勇气，提高了面对困难却能坚忍不拔进行到底的决心，更可贵的是锻炼了每个团员的胆识，也克服了有时只凭感觉行事的思维定式。没有不可能，超越自己就能够创造奇迹。

### **拓展新员工心得体会篇三**

这次拓展训练的主要目的，就是通过组成一个团队，通过完善、协调、激励等管理方案，建设团队目标达成、组织、管理、执行力，实现组织目标提升的一项重要工作。通过这次活动我感受最深的就是团队建设，这次拓展训练使我对团队

有了更深层的理解，我想这次拓展训练是对我们团队建设的一次全面检验和提升，也将是我人生中一次难忘的经历。

在活动中，通过一个个有趣的活动，让我们每一个人体验到了这是一个集体的凝聚力，这次活动让我们每一个人能体验到集体的温暖、团队的力量，这次活动我们每一个人能体验到团队的力量，这次活动我想我们每一个人都会有这样的感受。同时我们都在这个大家庭中一起工作、学习着，彼此也能够体验到团队的温暖与快乐。

这次拓展训练使我明白了很多很多：如何与人相处。也让我学会如何去关心别人。如何去帮助别人。这些都是宝贵的经验，让我们受益匪浅。

通过这次拓展训练，让我更懂得了团队合作的重要性。在工作和生活中我们每个人都应该树立一个良好的工作心态，要有一个正确的心态面对社会。要以积极、乐观的心态去面对一切。

在这次拓展训练的过程中，让我学得了一次回味的经历。在这个过程中我学到了在书本中学不到的知识。在工作过程中，我们都会遇到各种各样的人，你帮助一人，他帮助你，就像一家人一样。只要我们用一颗感恩的心来对待别人，我们就会得到别人的帮助。所以，在这个大家庭中每个人都会感受到团队的力量，这次拓展训练给了我一次难忘的经历。我会在今后的工作中不断提升自己的团队精神和协作意识。

## **拓展新员工心得体会篇四**

工作拼搏努力，常存感恩之心”是我参加这次拓展训练总结的心得。作为一名还未入职的新员工，能够参加这次拓展训练，我觉得是公司对我最好的入职培训。它生动的为我讲解了什么叫做团队，什么叫做拼搏。更让我深深地体会到做一名领导是多么的辛苦。

从开始的十几人的小团队之间互相pk到整个团队共同挑战，共同打破记录，成功后的欢呼，胜利后的拥抱，失败时的鼓励。使我明白，这是一支具有凝聚力的团队，这支团队拥有极强集体荣誉感的成员。

公司是一个大团队，每一位员工都是这个团队重要的组成部分。公司的美好发展都离不开每一位成员的拼搏努力。在训练的过程中，每个团队的成员都是来自不同部门，不同岗位的员工，互相都不是很熟悉和了解，但是大家想要赢得比赛那就必须做到不分彼此，协同合作，共同努力，为了胜利这个目标而做出自己的贡献。

在比赛过程中，有胜利者，必然就有失败者。胜利者赢得了欢呼和掌声，失败者注定要接受惩罚。在最后一个项目中，它不仅教会大家什么叫做团结一心，努力拼搏，更生动地告诉我们作为一名领导者所要承担的责任和付出的辛苦。看着绿队队长“义林百汇网”段总接受那样失败的惩罚，我们的心都碎了，俯卧撑从第一次的十个，第二次的二十个，第三次的四十个，第四次的八十个，到最后的一百六十个，对于已经不是年轻小伙子的他，是多么大的考验，但是他没有退缩，因为他是队长，他不能放弃承担这个责任，不能放弃这个团队，所以他坚持下来了，用自己的行动告诉他的队员你们的队长没问题，一起努力加油，下次我们一定胜利，我相信你们！看着段总疲惫的身躯，队员们的心何尝不痛，如果当初练习的时候，大家努努力，认真一些，队长就不必接受这些惩罚，为我们承担这些痛苦。这个时候我们真的认识到了自身存在的错误，也清楚的意识到领导为我们承担的太多太多了。

这次拓展训练真的是太有意义了，时时深深地提醒自己，在现实的工作中不能像训练时一样，同样做一名失败者，因为工作中的失败，领导将要为我们，不仅要承担巨大的责任，而且甚至会付出惨痛的代价。我们是一个大家庭，我们不能那样对待我们的家人，所以我们要工作拼搏努力，常存感恩

之心！

## 拓展新员工心得体会篇五

20\_年4月\_\_组织了一场户外户外活动“户外拓展训练活动”。

4月21号早上九点钟半我们到达\_\_x乐园的□\_x在丹水坑风景区里面，风景优美、绿树成荫，是一个非常好的户外活动场所。

到达\_x的雷锋广场后，我们开始分队整理。我们队名叫做“战狼队”，口号是“战狼、战狼，战无不胜！”，队歌是“我相信我就是我，我相信明天，嘿！”。

战狼队从开始就是一匹狼，赢的决心在第一个拓展项目“无轨电车”表现得淋漓尽致。项目要求八个人同穿一双鞋，然后在最短的时间内通过防线，团队合计时间最短者获胜。在这里小组合作的默契、动作的统一、口号、员人分配都显得非常重要，要想获得团队的第一名就必须团结起来。战狼队所有的员人一起讨论战略，利用团队的智慧和实际演戏，我们找到一个适合我们团队的方法，我们称为“战狼攻略”。战狼攻略其实很简单的，分为口号和动作，一句口号一个动作，这样简单又快捷。一句战狼一个动作，统一的口号，统一的动作，一句加油，一份鼓励，最后我们获得这个项目的第一名，奖励分数10分。

任何企业运营都离不开团队的合作。有句话是这样说的“没有完美的个人，只有完美的团队”，一个企业团队中肯定有各种各样的人才，有善于电脑技术的、有善于会计的、也有善于销售的.....。在我们的拓展训练中当然也离不开团队的合作，“求生墙”就是一个典型的拓展项目。这是一个团队合作的拓展项目，4.5米高的求生墙，想靠一个人力量去翻越，显然是一件不可能的事。想要翻越就必须利用团队的力量，我们战狼队士气一路攀升，团队合作就是我们的优势。我们手搭着手、脚踩着肩，搭出了一条“人梯”。作为人梯

的我们不管形象忍着痛让同事一个个从自己身上、肩上踩过，身体虽然承受的重量很大、很难受，但是心里却是甜的。

这一天我们玩了很多项目，每一个项目给我们感受都很深。同时我们也要将我们在拓展过程中所领悟的道理运用到工作中，更好提高工作效率，让公司更好地发展。