

# 2023年艺术团队介绍 团队建设演讲稿(优秀8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 艺术团队介绍篇一

我是来自法学院092团支部的团支书李梦娟，很荣幸可以站在这里代表团支部做本次讲话。作为团支书，深知自己肩上的任务何其之重，更明白基层团组织队伍建设的重要性，为了响应法学院团总支组织部的号召，加强队伍凝聚力建设和组织教育，增进青年团员之间的交流合作，使团的活动切实落实到每一位基层青年团员身上，在团支部各干部的合作下，我们开展了主题为“携手你我，共创明天”的系列团日活动，本次团日活动为时一个月，团支部各个成员积极准备踊跃参加，使本次活动成功落下帷幕。

本次活动切实通知到、惠及到每位支部团员，确保每位同学都可以加入本次团日活动中，在为期一个月的活动中，092团支部充分发挥支部委员的能动性，全面调动支部成员的参加热情，勇于创新不断翻新，找出新的点子充实传统内容，让大家在欢快娱乐的气氛中享受团支部的关怀和心意，使团日活动在欢乐团结的气氛中有序开展，不仅丰富了青年团员的校园生活，更增强了组织和纪律认识，进一步推进了支部凝聚力建设。

为了弥补现实带来的不便，丰富团员校园生活，团支部本次开展了法制电影大家看、学习“十七届五中全会”座谈会、足球场娱乐活动、周末趣味体育活动、主题团日座谈会等形式多样内容充实的活动，取得了巨大成功。

法学院学生背负着昌明国家未来法制的任务，需要培养强烈的学科使命感和团员深厚的社会责任感，同时，法学是一门实践和理论相结合的学科，要求在掌握理论知识的前提下，更多的实[本文来自]践。而由于现实条件的制约，我们与社会接触存在很大困难，为了使法学学子更好的了解社会，更好的将所学知识与现实接轨，十一月中旬，092团支部组织开展了“法制电影大家看”活动，让大家在放松身心的情况下，去领悟现实中的法律。

我们选择了“守法公民”这部影片，这部电影带给大家深深地震撼，让身处象牙塔的法学学子开始真正的看向社会望向司法体系。细细品味电影情节之余，同学们相互交流各抒己见，纷纷发表了自己对该部影片的看法。至今我仍记得一位同学凝重的表情，他说，当我们的合法权益无法通过正当途径实现时，我们是否就可以用自己的方式以暴制暴？当我们发现现实司法体系漏洞时，我们是否可以采取扰乱社会秩序的方式去获得大众关注和思考？一个个字重重的敲打着我，也激荡着法学学子深深地法律信仰，但是更坚定了为明天的法律增添辉煌的决心。

在学习专业学科知识的同时，为了积极贯彻落实学习中共中央十七届五中全会精神，我团支部召开了学习“十七届五中全会”座谈会，让大家适度了解一些国内时事，站在时代发展的角度来审视自己的学习、工作，以及将来自己的出路，规范自己平时的所作所为，坚持树立正确的人生观，世界观，价值观。同时提高每一位同学的自身的思想政治修养和自身的思想道德水平，做有品位的大学生。

座谈会前大家积极准备踊跃发言，会上形成了良好的会议氛围，在感叹大家热情的同时，同学们的思想深度也让我自愧不如，每一位团员对国事政治的关注和现实问题的思考更让我惊诧不已。好多同学会后反应，非常感谢这次座谈会让大家明白了身上的不足，也明白了身边有很多人和事值得学习和思考。

进入大二以后，大部分同学开始进入忙碌阶段，除了上课外，大家各有各所忙的事，每日来去匆匆。为了丰富青年团员的课余生活，增多大家互相学习互相交流的机会，增加彼此信任和理解，团支部在12月初挑了一个风和日丽的下午召集大家在草坪上来了一次支部聚会。大家聚在一起，共同玩游戏、开玩笑、唱歌，在欢声笑语中，大家度过了一个愉快的下午，大家相约以后只要有机会，一定要经常性开展类似活动。

为了使同学们通过参加趣味体育运动会，在趣味十足和轻松自在的氛围中进行体育锻炼，提高身体素质，提升生活质量，让平时被学习和工作重担所压的身体得有放松，融入到一种健康，有趣，诙谐，充满欢乐与自身满足的活动中来，进而促进团支部成员的团结，增强体质，让团员们进入健康生活时代。团支部特意组织开展了周末趣味体育活动，通过班级内部娱乐和与其他班级联谊两种方式，在运动场展开了激烈的比赛。

看，大家为了班级荣誉，为了在比赛中不受服装牵绊，即使在已有寒意的十一月份，大家也不惜纷纷换装上阵，在球场上和他班一较高低。

通过这次活动，大家有很多感想，为了更真实的了解基层团员的心声，现摘录几段作为代表。

本次团日活动为大家更深层次的了解和认识提供了平台，改善了基层团组织队伍建设，加强了092团支部的凝聚力，增进了大家对团支部的整体认知感和归属感，深化了青年团员对组织和纪律的理解，为团支部工作开展营建了融合团结的氛围，打造了良好的队伍基础。我们相信在法学院团总支的整体领导下，092团支部会更加成熟更加团结更加坚定，092团支部全体青年团员会携手前进，共同创造更开阔的明天。

作为团支书我会再接再厉，做好本职工作，为092团支部的明

天增添一抹亮丽的色彩。

谢谢大家。

## 艺术团队介绍篇二

上午好！

从一开始，我所在的小队就面临着很多困难：平均年龄偏大，身体素质不好，队员人心不齐，团队如一盘散沙；因此，我们自嘲地把自己的团队命名为“夕阳红”。尽管如此，我们还是全心投入和参与进去，逐渐的发现团队的弱点，克服种种的困难，加强沟通和配合，在勇敢地挑战自我的同时，齐心协力完成了每一个项目。

在大脚霸游戏中，我们的脚连在一起，形成了相互牵制，队员走路的速度不一，掌握不好节奏，我们走得很艰难。任何一个队员出错，整个队伍就无法前进一步。我们从最初的相互埋怨猜疑，到后来意识到完成这个项目，心要往一处想，劲要往一处使。我们试着挽起手臂，形成一个整体，各位大声喊着节奏，慢慢有了默契，尽量做到步伐一致，尽管艰难，却坚持走到了终点。

第一，只要这个小队的每个人能够全心投入，完成每一个项目，就已经是莫大的成功！

而逃生墙项目的完成，让我看到了团队中每个人潜能的激发和一个集体工作中需要的默契和牺牲。最初，对于70个人要在不能说话的情况下全部爬过4米2高的逃生墙，我是持怀疑态度的，我甚至觉得，一个人要翻越这面墙都是不可能的。当时抱有我这样的想法的人可能不在少数。在迟疑中，我们按照教练教的方法开始行动，但是因为队伍中有人违反了规则，不但被教练叫停重来，还让总队长代我们受罚。天下着细雨，我们的心情变得很沉重，不由自主地流出了眼泪。

第二次，各位仿佛都有了默契，搭人梯、拉人的，还有做防护墙的，各位牢牢的记住了规则，不再说话、鼓掌、嬉笑，全神贯注于我们要共同完成的事情上，迅速行动起来。最初上去的10个人倾尽全力拉下面的同事，搭人梯的同事忍受着肩膀和腿的疼痛，各位的心里只有一个想法：我们乘坐的船要沉了，必须在规定时间内帮助全部队员翻越逃生墙！

这个过程中，折射出来的就是牺牲和配合。一个团队中，必然有人在默默地牺牲，但这份付出全体队员都看在眼里，记在心里。个体的成功不是团队的成功，只有全体顺利翻越才是真正的胜利，所以我们必须集思广益，用最有效率、最恰当的方式，让最后一位同事也翻过去，为了这个目标，每个人都付出了自己的努力。项目完成后，教练宣布我们只用了预计时间的四分之一，在那一刻，各位终于品尝到了胜利的喜悦。

从拓展训练中，我也意识到，每个人从出生以来无时无刻不是在团队中成长，自己是这个集体中的一员，首先要充分发挥潜能，尽全力做好自己的工作，加强配合，发挥自己的创新能力。

第二，团队的发展才是真正的发展。遇到一个问题时，必须集中整个团队的智慧，形成一个统一的计划，然后按照计划去实施，及时调整方法和策略，去完成到最好。

第三，决不轻言放弃，增强勇气和毅力，相信自己能做到的。

第四是学会换位思考，站在对方的角度，替他人着想，换一个角度思考，多一份理解，多一份关爱。

### 艺术团队介绍篇三

才济济，在座的各位可以说个个都是教学骨干、教研精英，西校区的团队建设刚刚起步，所取得的成绩也是微不足道，

所以在你们面前自卖自夸确实有些难为情，也请各位同仁听后多多包涵，多提宝贵意见。

为了使大家更了解西校区，首先我向大家简要介绍西校区的发展历史。上派中心校西校区前身为肥西县美菱小学，1952年建校，时为一所村级小学。由于布局调整，2009年9月并入肥西县第五中学，成为一所九年一贯制学校，更名为肥西县馆驿学校。2013年9月布局再次调整，初中部整体划归上派初级中学，小学部并入上派学区中心学校，命名为上派学区中心学校西校区。学校现有13个教学班，学生758人，教职工25人。学校建筑面积4200平方米，建有标准化科学实验室、微机室、美术室、音乐室各1个。

因为西校区近几年一直处在“并校-分校-再并校”的发展特殊期，每一次变动对教师而言其实都是一次新的适应与磨合过程，频繁的变动让教师的归属感难以在短时间内凝聚，向心力缺乏。学校的教科研非常薄弱，老师们确实都在认认真真教书，但教科研意识整体淡薄，缺乏这方面的领头人。

西校区加入到中心校本部这个大家庭后，张校长非常关注西校区教师发展，一直关心指导出谋划策，新组建的领导班子也积极思考着怎样让学校为教师发展提供平台，经多次研究确定16字教师发展方针：立足课堂-教研破冰-团队合作-打造名师。口号喊出后，学校上下联动，一系列变革活动应运而生。一年来，改革蜕变的过程是艰辛的，但成功又让每个西校区人不仅看到曙光与希望，更享受着成功的喜悦。年初在接到县赛课通知后，学校迅速召开领导班子会，教导处利用校讯通qq群、业务学习等大力宣传，营造氛围，鼓励年轻教师积极向上，让他们认识到通过赛课这个平台不但可以展示自我，更是提升自我的好机会。在多学科无专业教师的情况下，经校级选拔和综合考虑，学校推荐了4名业务素质优秀的教师分别参加语文、数学、英语和信息四个学科的比赛。考虑到其中3位教师之前都没有参加过这样的大赛，学校随即成立了由全体领导班子和部分学科教师组成的幕后服务团队，

全力保障4名选手的赛事工作。幕后团队每人都有指定任务，有的负责给选手的教学设计和磨课毫不留情地挑毛病；有的负责协助选手做教具、学具，好让他们有更多时间准备；有的负责选手外出比赛时课程调配，好让他们无后顾之忧专心比赛；有的负责比赛过程全程陪同，好帮忙应对突发状况；有的负责在选手气馁或不自信时为他们鼓劲加油……幕后团队的倾力相助，让4名参赛选手深深地感受到：他们不是一个人在“战斗”！这也让选手们更加努力拼搏，从教研分会初赛到县复赛再到决赛，一路绿灯走到最后。下面的就让我们听听这4位老师的参赛经历与成长故事。

首先请西校区牛芝平老师上台做汇报。牛老师虽年轻，但教学老道，方法新颖，她的英语课堂就和她的人一样充满阳光活力四射，在此次大奖赛中她斩获县英语学科一等奖中的第一名。掌声有请。

第二位做汇报的是西校区的解光文老师。帅气的他教授信息学科，是学校的网络管理员，无论是学校的还是个人的电脑有问题，老师们第一个想到的就是他，他也是学校最受学生欢迎的老师之一，爱好摄影，擅长厨艺，在此次的大奖赛中获县信息学科的一等奖。掌声有请解老师。

第三位做汇报的是西校区的舒贵平老师。舒老师温柔甜美，上课也是行云流水娓娓道来，在孩子们的眼里，她就像是一个大姐姐从不发火，舒老师参加的是县语文学科的比赛，获得了二等奖的好成绩。有请舒老师上台与我们分享她的心路历程。

后又代表肥西县参加合肥市比赛，历经拼搏获得了二等奖的好成绩。让我们一起来聆听她的比赛经历。

第五部分：教研组汇报

刚才汇报的4位教师中，3位都是第一次参加就取得如此骄人

的成绩，我想每一个人的成功首先与他个人的良好素质、不懈努力是密不可分的。但花儿离不开土壤，4位教师的破茧成蝶精彩蜕变与学校教研组一年来制度的改革、活动的扎实开展是分不开的，下面有请董生老师代表西校区教研组向各位领导和老师汇报西校区团队建设思考与教研活动开展情况，有请董生组长。

西校区从成立到今天快满1年了，回首走过的这一年，有过挣扎、阵痛、不解甚至怀疑，但现在我们有的是坚定、拼搏、团结、与明确的目标方向。我们的教师离名师更近了一步，我们的课题也开始破冰了，继先期加入本部自育自学课题组后，学校又成功申请为县秋季211课题实验推广学校，前不久申报的《小学生社团研究》课题又成功中标。搭乘“新优质学校”创建这趟列车，西校区的发展已驶入快车道，西校区一定会迅速地成长起来。全体西区人坚信：只要大家抱成团，一路拼搏，定会一路花香！

## 艺术团队介绍篇四

大家好！

我演讲的题目是团结协作。

“团结就是力量！”这句歌词很好，它激励着我们做任何事情都要团结一致，勇往直前，而不是只靠某一个人的力量。俗话说，一个巴掌拍不响，就是因为这个“巴掌”没有团结的动力，没有去团结另一个巴掌，正所谓是孤掌难鸣。就好像我们人一样，独自一个人不团结别人的话，那么他所做的贡献也就微乎其微。所以无论在生活中还是在工作中，我们都要团结协作，因为团结的力量比铁还要硬，比钢还要强！

现在我们喊得最响亮的一句口号就是“one world one dream!同一个世界，同一个梦想。如果我们不团结，哪来的同一个世界，更何谈同一个梦想……如今的“中国梦”亦是



如此，没有各族人民的团结，何谈中国梦。正如f1赛车中14个人的团结协作才实现了换轮胎仅需4秒的成绩。

新宏昌是一个生产型的实体企业，我们员工多达数百人，然而我们的每一道工序，每一个车间、班组都是紧密衔接，互相协作，共同完成着每一张订单。每年的年产量就是我们每个员工团结协作的最佳杰作。

## 艺术团队介绍篇五

下面是本站为你整理的团队演讲稿1000字，欢迎阅读。

### 团队演讲稿1000字(一)

尊敬的领导、同事们：

大家下午好！

我是生产部\*\*，很荣幸能够作为优秀团队代表在这里发言。作为优秀团队的一员，我深知这是一份沉甸甸的荣誉，更是公司对我们的激励与鞭策。透过这份荣誉，我们看到了公司对我们的认可，同时也看到了公司对我们的希望，对我们的重托，在这里，我们要感谢公司给我们的这份殊荣与激励，感谢各部门对我们的支持与配合，我们知道，这份荣誉仅仅是我们一次成功的表现，是我们前进路上的一块路碑，它见证了我们部门的成长与进步。

回想过去， we 有过艰辛、有过欢笑，在这一年里，我们部门始终把提高产品质量作为员工们的第一要任，鼓励员工们认真学习和贯彻公司的各项会议精神。正因为通过不断的努力，才有今天这种接纳与认可，才有这份“优秀团队”的荣誉称号，这份荣誉是我部全体人员共同努力的结果，也是我们生产部每一位员工的骄傲。此次获奖，是我们部门的集体

观念，也营造更加良好的工作作风。但成绩永远代表着过去，它是我们的阶梯，而不是绊脚石，我们应踩着它一级一级地向上攀登。

通过这次荣誉，让我们看到了，尽管我们在各方面认真努力做出了良好的成绩，但是，还有许多存在的不足。一是在车间生产安全方面虽有过学习与加强，但还没有深度与广度；二是车间工作定位，没有让员工们进一步提高自己的工作能力；三是工作中不够大胆，总是在不断学习中改变工作方法，而不能在创新中去实践，去推广。为此，为了让这份荣誉永存，让员工们更加努力、勇往直前，特做出以下几点作为今后工作的目标。

### 一、认真学习，提高工作效率

我们要认真学习和贯彻公司的会议精神，牢记公司要做中国食用菌产业链第一品牌的愿景，积极调动员工的主观能动性，提高工作效率。

### 二、提高工作能力，做好本部门工作

我们要针对生产部的各工序特点，挤出时间学习相关知识，培训相关技能，提高专业水平，在实际工作中把理论知识与工作经验结合起来，努力做好本部门各职工作。

### 三、积极进取，部门相通

我们要认真做好本部门工作，在努力完成公司下达的各项任务的同时，协助各部所需要的援助，争取做到与各个部门上下沟通，事事相融。

“没有完美的个人，只有完美的团队”，只有优秀的集体，才会有优秀的个人，只有个人的不断提高，才有集体的巨大进步。或许，我们还不够优秀，但我们努力向着优秀看齐，

尽管我们很平庸，但我们踏实的走着每一步，用心珍惜着每一天。

在坐的同事们，只要我们把集体当成自己的家去营造，去付出，就会有这份幸福的荣誉收获和丰厚的自我满足。在此，我以集体为荣，集体以我为傲！就让我们不负公司的厚望，不负领导的关心，不负全体同仁的配合与支持，共同努力、共同营造保捷更美好的明天！

团队演讲稿1000字(二)各位领导，各位同仁：

201\*年即将结束，新的一年即将来临，值此辞旧迎新之际，我谨代表湖南供销电子商务有限公司技术部向公司全体人员在各自岗位上所付出的辛勤劳动，以及在工作中所表现出来的敬业精神，表示衷心的感谢，我们今天所取得的成绩少不了各位的帮助。谢谢！

很荣幸，201\*年我们湖南供销电子商务有限公司技术部被评为优秀团队，这是领导对我们的信任，对我们工作的肯定。即将过去的一年，对我们来说是不平凡的一年，在这一年里我们面临了四次大的平台调整，面临了省社信息化的全面启动，面临各个业务系统erp上线的严峻挑战，经过一年的努力，我们克服种种困难，不仅圆满的完成了总公司的各种预计指标，也在大家的共同努力下，团队素质，管理模式也有了相当大的提升。

相信在座的各位应该也明白，无论是开发还是销售首当其冲的就是团队精神，在这里请允许我将这几年来关于团队建设中的重点给大家做个汇报。

对于团队这个词相信大家并不陌生，我个人认为团队就是有同一目标的一群人，这群人包括你，我，他。而团队的建设就需要今天我们在座各位的凝聚力和信任感。而要做好这一点我归结于以下几个字“比，学，赶，帮，超”。

## 一、比一比

每个月我们都会召开一次比较深刻的讨论会议，会将每个项目开发情况进行详细的汇总分析，对各项业务的发展做出预期计划，不仅要和上个月的成绩进行比较，各个开发组之间也会进行比较，当然好的进步的会给与鼓励，表现比较欠缺的会给予批评，正所谓知耻而后勇，这样才会看到自己的不足和应该改进的地方。

## 二、学，不断充实自己

活到老学到老，中国这句古话还是有一定科学道理的，我们技术部的`开发人员资历都是不均的，在要想让新的业务员快速的成长起来，学是最直接的路径，要学习一些业务知识，产品知识，还要向老同事学习，不断充实自己，从而来得到提升。

## 三、赶，赶做优秀的业务员

业务知识上的一点进步，工作中一点成绩的取得;并不是一个人骄傲的资本。不断的使自己提高，不断的使自己进步，让自己从初级开发人员迅速的成长为一名高级开发人员这是每个人的目标。

## 四、帮，帮助新人

其实在工作中指出最差并不残忍，真正残忍的是对成员存在问题视而不见。团队的建设就需要你我他之间相互的帮扶，查找不足，改正错误;从而使整个团队能力得到提升。每当有新的开发人员实施人员，我都会安排老开发实施人员对其实行帮助，帮助他快速的掌握业务知识和技巧，帮助他快速上手，从而快速提高团队的实力。团队的提升自身的各方面也会得到提升，从而促进自己更大的进步迈向新的台阶。

## 五、超，超越过去，未来再创辉煌

新的一年来临了，成就只属于过去，在过去的一年里我们也认识到自己的不足，也看到了彼此之间的差距，但是我们要有一种超越精神，一个团队如果没有超越的精神，那么在我看来停滞其实就是一种落后，一个团队的停滞，对一个行业来说那是致命，不断超越、不断进步、不断提升，我想在我们大家的努力下，这个团队会带给大家一个新的奇迹。

最后，衷心祝愿在座各位在新的一年里身体健康，心想事成，工作再接再厉，再创佳绩。

谢谢大家！

## 艺术团队介绍篇六

尊敬的领导、老师们：大家好！

这次演讲仅仅围绕主题，倡导老师之间的团结互助、谅解与宽容，促进老师之间的和谐，努力营造理解与尊重、支持与合作的和谐氛围，使所有教职员工都能在信任和关爱中，体验生活的美好和人生的幸福，形成人心思进、团结和谐、共促发展的良好氛围。

我们从不同的角度考虑自己对和谐教育的理解，并从平凡的人生来诠释自己对和谐教育的内涵；深深的理解自己所从事工作的特殊性，理解和谐的价值和意义。我们不仅用自己的智慧和汗水付诸教育生涯，更用自己的整个生命做依托。

通过这次所写既丰富了教师们的文化生活，切实增强了广大教师的责任意识，发挥出了较高的水平，展现出了自己的最佳风采，还充分反映了我校教师良好的风貌。

我们相信,通过这次演讲稿的书写,老师们收获的不仅仅是鼓舞与激励,更是对教育工作的一次深刻感悟。

## 艺术团队介绍篇七

大家好!

但是我们要怎么样才能呢?我认为要形成一个坚实的团队,就必须相互信任,相互包容,相互补台,相互谦让。

相互信任就是团队里每一个成员都应该相信其他团队成员,不能怀疑有人心生暗鬼,或者怀疑有人背板了团队,因为不信任你的团队有时可能会造成很大损失和误会,古典小说《三国演义》里就有这样的故事,说的是刘备打了打败仗,正在哭泣,他的小舅子有来报告说“反了长出赵子龙也,投曹去了!”刘备说:“子龙是我故人,安肯反也?”不相信小舅子的话,猛张飞在旁边说:“可能赵子龙贪图富贵,去投降曹操了。”刘备说:“子龙与吾从患难之时心如铁石,岂以富贵能动摇乎?”他的小舅子又说:“我亲眼见他引军投曹去了”看看,证人都出来了,但是刘备却说:“子龙必有原因,再说子龙反者,斩之。”因为这样的信任,赵子龙七次杀入敌阵,杀敌无数,敌人闻风丧胆,救出了刘备之子,让刘备转危为安。我想如果任何一个团队要是能做到这种信任的话,我们可想而知这个团队会创造怎样的成绩。

相互补台,说起来容易做起来可就难了,要做到相互补台,就要求团队每个成员都要树立全局观念,不能只顾自己的利益,要将个人的利益融入团队总体目标利益中去,在现代社会中,我想一个再复合的人才也不可能做完所有的事情,所谓一花独放不是春,万紫千红春满园,我们要想做成大事,就必须学会成员之间相互补台,敢于承担责任,以大局为重,诸葛亮挥泪斩马稷后,上书自贬三级,收到了怎样的效果相信不用我说各位都知道吧,所以做好相互补台有时对消除误会,挽回大局是非常重要的。

一个团队的每个人，能力素质可能不同，岗位角色可能不同，生活方式可能不同，但是只要挑战极限的勇气相同，勇创一流的志向相同，捍卫团队的行动相同，这个团队就一定能创造出一片天地。

在一个团队里，我们一定要建立和谐信赖的关系，营造良好的人际气氛，相互尊重，相互理解。对他人多一点谦让，多一点微笑，多一点主动。如果每个成员都做到了这些。我相信这个团队一定会是一个强大勇猛的团队，一定能创造出属于这个团队的天地。

请问同志们，我们想要创造属于我们团队的一片天吗？那么，请各位配合一下，跟我一起念，从现在开始，就让我们伯通携起手来，放开心怀，团结一致，奋力拼搏，为创造属于我们的一片天地而努力、奋斗，坚持，在坚持！

谢谢大家。

## 艺术团队介绍篇八

大家好！

从一开始，我所在的小队就面临着很多困难：平均年龄偏大，身体素质不好，队员人心不齐，团队如一盘散沙……因此，我们自嘲地把自己的团队命名为“夕阳红”。尽管如此，我们还是全心投入和参与进去，逐渐发现团队的弱点，克服种种困难，加强沟通和配合，在勇敢地挑战自我的同时，齐心协力完成了每一个项目。

在大脚霸游戏中，我们的脚连在一起，形成了相互牵制，队员走路的速度不一，掌握不好节奏，我们走得很艰难。任何一个队员出错，整个队伍就无法前进一步。我们从最初的相互埋怨猜疑，到后来意识到完成这个项目，心要往一处想，劲要往一处使。我们试着挽起手臂，形成一个整体，大家大

声喊着节奏，慢慢有了默契，尽量做到步伐一致，尽管艰难，却坚持走到了终点。在我们的理解里，拓展训练不求第一，只要这个小队的每个人能够全心投入，完成每一个项目，就已经是莫大的成功！

而逃生墙项目的完成，让我看到了团队中每个人潜能的激发与一个集体工作中需要的默契与牺牲。最初，对于70个人要在不能说话的情况下全部爬过4米2高的逃生墙，我是持怀疑态度的，我甚至觉得，一个人要翻越这面墙都是不可能的。当时抱有我这样的想法的人可能不在少数。在迟疑中，我们按照教练教的方法开始行动，但因为队伍中有人违反了规则，不仅被教练叫停重来，还让总队长代我们受罚。天下着细雨，我们的心情变得很沉重，不由自主地流出了眼泪。第二次，大家仿佛都有了默契，搭人梯、拉人的，还有做防护墙的，大家牢牢记住了规则，不再说话、鼓掌、嬉笑，全神贯注于我们要共同完成的事情上，迅速行动起来。最初上去的10个人倾尽全力拉下面的同事，搭人梯的同事忍受着肩膀和腿的疼痛，大家心里只有一个想法：我们乘坐的船要沉了，必须在规定时间内帮助全部队员翻越逃生墙！

这个过程当中，折射出来的就是牺牲与配合。一个团队中，必然有人在默默地牺牲，但是这份付出全体队员都看在眼里，记在心里。个体的成功不是团队的成功，只有全体顺利翻越才是真正的胜利，所以我们必须集思广益，用最有效率、最恰当的方式，让最后一位同事也翻过去，为了这个目标，每个人都付出了自己的努力。项目完成后，教练宣布我们只用了预计时间的四分之一，在那一刻，大家终于品尝到了胜利的喜悦。

从拓展训练中，我也意识到，每个人从出生以来无时无刻不是在团队中成长，自己是这个集体中的一员，首先要充分发挥潜能，尽力做好自己的工作，加强配合，发挥自己的创新能力。第二，团队的发展才是真正的发展。遇到一个问题时，必须集中整个团队的智慧，形成一个统一的计划，然后按照



计划去实施，及时调整方法与策略，去做到最好。第三，决不轻言放弃，增强勇气和毅力，相信自己能做到。第四是学会换位思考，站在对方的角度，替他人着想，换一个角度思考，多一份理解，多一份关爱。

在我们成功挑战每一个项目的背后，自始至终都是我们所有队员共同努力的结果。我们是一个整体，只有相互信赖、互相支持，做好自己应该做好的每一步，才能将我们的集体打造成一个富有战斗力、执行力的团队。

通过这次拓展训练活动，让我对团队的个人意识和个人在团队中的作用感悟至深。如果将从活动中感悟到的道理运用在今后的工作中，相信我们的明天会更美好，我们的团队会越发强大与完美！