第一图书网, tushu007.com

<<拓展训练>>

图书基本信息

书名：<<拓展训练>>

13位ISBN编号：9787801975065

10位ISBN编号：7801975065

出版时间：2006-7

出版时间：企业管理出版社

作者：钱永健

页数：290

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<拓展训练>>

内容概要

本书以原创的理论，亲历的案例，严谨的考证，详实的图片贯穿始终，考证了中国拓展训练的起源和发展，界定了拓展训练和Outward Bound、Project Adventure以及体验式学习等教育模式之间的关系。
书中对拓展训练的定义进行了细致的分析，详解了拓展训练的深刻内涵和理论基础，按照课程中八个环节的整体性，强调从过程中体验、感悟、回顾和提升的作用，力求避免拓展训练流于形式的发展误区。
对于选择拓展训练机构，制定课程目标与安全实施，完成科学试验与效果评估等提出了中肯的建议，对于参训团体正确认识拓展训练，做到既有“好的效果”也有“好的结果”有一定的借鉴作用。
规范了实践部分的常用操作流程，将体会和见解与大家分享，这对认知拓展训练项目本身非常重要，对拓展教师也有很大的裨益。
以北京大学作为例证，结合切身感受，介绍了学校拓展训练的开展，认为这种教学模式将是传统教育的有益和必要补充。
书中插条与小贴士起到了画龙点睛的作用，技能培养将给您一次特殊的体验，拓展故事生动有趣而又寓意深髓，可以借鉴用于生活。
这是一本喜爱挑战活动的个人和团队的必备书，本书适用于：拓展教师进行实践、科研和理论学习；企业领导与培训主管策划、实施、评估拓展训练活动时使用；高校MBA与MPA等参加拓展训练学员的学习资料；各种拓展训练培训与学习结束后学员联系生活提高自己的理论水平。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

钱永键，教育学硕士，北京大学素质拓展训练课教师。
北京大学生体协户外分会副主席；北京大学素质拓展协会指导教师；美国体验教育协会（AEE）会员；最早在我国高校教授拓展训练课的教师；编著《学校拓展训练》（电子版），翻译出版《365种放松方法：头脑、身体和精神》，合作编著《休闲体育》等书；发表体育产业、拓展训练相关论文十余篇。
研究方向为体验式教育、体验文化、团队文化和学校拓展训练，参与主持有关户外体验式学习国家级研究课题；曾任拓展训练学校培训总监，为多家知名公司做过培训设计、实施与评估，现为多家培训公司顾、多所高校MPA与MBA拓展训练课程指定教师。

第一图书网, tushu007.com

<<拓展训练>>

书籍目录

理论篇第一章　拓展训练概述第一节　Outward Bound的起源第二节　Outward Bound的创建第三节　Outward Bound的发展第四节　拓展训练相关的主要国际组织第五节　拓展训练的相关概念第二章　拓展训练的理论基础第一节　拓展训练的相关理论体系第二节　拓展训练的理论基础第三章　拓展训练的课程体系第一节　拓展训练课程的活动层次第二节　拓展训练的课程分类第三节　拓展训练的项目选择第四章　拓展训练的课程模式第五章　拓展训练的场地与器械第一节　拓展训练的场地第二节　拓展训练的器械第六章　拓展训练的安全要求第一节　拓展训练安全简介第二节　拓展训练的风险第三节　拓展训练的设施安全第四节　拓展训练的安全管理第七章　拓展训练的行为要求与管理第八章　拓展训练在学校的发展第一节　拓展训练进入学校第二节　拓展训练在我国学校的现状第三节　拓展训练在北京大学的开展第九章　拓展教师附录：哈恩在萨拉姆学校的七大法则选择拓展训练培训机构的八大原则实践篇第一章　高空常用项目高空断桥空中单杠垂直天梯独木桥沿绳下降空中飞狐攀岩缅甸桥合力过桥求生墙第二章　中低空常用项目信任背摔电网孤岛求生罐头鞋越障飞越急流高台演讲荆棘取水第三章　地面常用项目盲人方阵雷阵竹竿舞红绿灯有轨电车信任之旅击鼓颠球翻树叶牵手结数字传递第四章　其他常用项目扎筏抽板过河感恩的心天黑请闭眼附录：Outward Bound国际组织发展里程碑Project Adventure发展史主要参考书目北京附近拓展训练基地一览表

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

我怕什么　　在我做拓展教师的经历中，有一位学员给我留下了难忘的记忆，现在回想起来，我也不知道自己当时是否做对了。
好在结果并没有想象中那么差，至少她在其后的几年中总会给我一些略带谢意的信息。
那是一位某高校企业家班的女学员，40多岁，看上去很干练，也很自信，几个项目结束后都表现的很有韧性。
然而到了第一个高空项目“ 断桥 ”的场地下，她显得有些惴惴不安，并且向我表示不愿参加这项活动，在其他队友的“ 激励 ”下，她还是来到了桥上，而且起初并没有表现出特别紧张。
但随后发生的事情在我的意料之外，在走到桥端时她突然大哭起来，其后的事情在当时看来更加棘手，她既不前进也不后退，而且不接受任何人劝说，只是不停的哭。
20分钟后，她终于答应退回来下去了。
其后的回顾环节我们谈到了“ 恐惧与恐高 ”的问题，她只说了一句：“ 我以前是做建筑工程的，多高的楼我都不怕。
”从她眼睛的再次湿润我可以看得出她的难过。
这件事在其他的几个队也传开了，对此结果众说纷纭，几位拓展教师也来询问情况，我们一致认为，这一定有某种东西在她心里作祟。
在晚上的课程结束后，我和一位年长的拓展教师特意去看她，走出宿舍在基地的一棵古树下，她向我们讲了她的原因。
几年前她和自己的爱人一同在高空检查工程，一个意外让她亲眼目睹着自己的爱人从高空坠下。
她说在断桥上时，自己的眼前又出现了那一幕，她的爱人一直在空中伸手希望自己能够救他一把。
这时她哭了，我们也哭了。
此后围绕着如何忘记这些，如何放下这个心理负担，突破这个障碍做了近两小时的沟通，并约定第二天一早单独陪她再次尝试。
清晨山里的空气如此地清新，可我的心情确很繁杂，我不知道这次尝试将会怎样。
我特意做了4个10斤左右的沙袋让她背上，从宿舍到场地的路本来不长，我却带她从另外一条绕远的山路前行，本来三分钟能到的距离我们用了半小时，每当她觉得很累时，我会让她对着山谷大喊：“ 我太累了! ”然后扔掉一个沙袋，直到她气喘吁吁来到断桥下，扔掉最后一个沙袋。
并且连续喊了三遍：“ 我太累了!我要改变!我要做我自己! ”　　在同事的帮助下，她穿好保护装备，我已在断桥上等她。
再次来到断桥上，她呜咽着但没有哭出声，这种声音所带来的委屈让我的内心也无比酸楚。
在她来到桥端时，我已去到断桥对面，我告诉她：“ 哭出来吧，这样也许好受些。
”她一直忍着并没有哭出声。
她不断地咬着嘴唇，目光在回避着我不愿对视，我只能说：“ 这是你自己的一次机会，过去了也许就会改变现状。
”　　并没有想象的那样艰难，她完成了。
但是我们都很平静，没有特别的庆贺，这是一次“ 为了忘却的纪念 ”，也让我对拓展训练多了一些思考，直到今天我也不知道对于这样的情况，是做了一件对别人内心的再次伤害，还是一件对“ 心理包袱 ”的卸除，但愿是后者吧。
我庆幸第二天早晨的付出，要不然我真的不知道自己会怎样地背着沉重的“ 沙袋 ”。
爱人一同在高空检查工程，一个意外让她亲眼目睹着自己的爱人从高空坠下。
她说在断桥上时，自己的眼前又出现了那一幕，她的爱人一直在空中伸手希望自己能够救他一把。
这时她哭了，我们也哭了。
此后围绕着如何忘记这些，如何放下这个心理负担，突破这个障碍做了近两小时的沟通，并约定第二天一早单独陪她再次尝试。
清晨山里的空气如此地清新，可我的心情确很繁杂，我不知道这次尝试将会怎样。
我特意做了4个10斤左右的沙袋让她背上，从宿舍到场地的路本来不长，我却带她从另外一条绕远的山

第一图书网, tushu007.com

路前行，本来三分钟能到的距离我们用了半小时，每当她觉得很累时，我会让她对着山谷大喊：“ 我太累了! ”　　然后扔掉一个沙袋，直到她气喘吁吁来到断桥下，扔掉最后一个沙袋。
并且连续喊了三遍：“ 我太累了!我要改变!我要做我自己! ”　　在同事的帮助下，她穿好保护装备，我已在断桥上等她。
再次来到断桥上，她呜咽着但没有哭出声，这种声音所带来的委屈让我的内心也无比酸楚。
　　在她来到桥端时，我已去到断桥对面，我告诉她：“ 哭出来吧，这样也许好受些。
”她一直忍着并没有哭出声。
　　她不断地咬着嘴唇，目光在回避着我不愿对视，我只能说：“ 这是你自己的一次机会，过去了也许就会改变现状。
”　　并没有想象的那样艰难，她完成了。
但是我们都很平静，没有特别的庆贺，这是一次“ 为了忘却的纪念 ”，也让我对拓展训练多了一些思考，直到今天我也不知道对于这样的情况，是做了一件对别人内心的再次伤害，还是一件对“ 心理包袱 ”的卸除，但愿是后者吧。
　　我庆幸第二天早晨的付出，要不然我真的不知道自己会怎样地背着沉重的“ 沙袋 ”。
P24-25

第一图书网, tushu007.com

<<拓展训练>>

编辑推荐

《拓展训练》详解了拓展训练的深刻内涵和理论基础，按照课程中八个环节的整体性，强调从过程中体验、感悟，回顾和提升的作用，力求避免拓展训练流于形式的发展误区。
对于选择拓展训练机构，制定课程目标与安全实施，完成科学试验与效桌评估等提出了中肯的建议对于参训团体正确认识拓展训练，能到既有"好的效果"也有"好的结果"有一定的借鉴作用。
适用于拓展教师进行实践，科研和理论学习；企业领导与培训主管策划、实施、评估拓展训练活动时使用；高校MBA与MPA等参加拓展训练学员的学习资料；各种拓展训练培训与学习结束后学员联系实际提高自己的理论水平。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com