

军训活动方案 2020 活动方案大全

军训是学生必经的一次磨练,以下是小编精心收集整理的军训活动方案,下面小编就和大家分享一下,来欣赏一下吧。

军训活动方案 1

目的:

为了在紧张的军训生活中的学员得到放松,体会到艰辛中的愉快,了解到生机勃勃,充满活力的团委学生会。也要从中挑选一些优秀的有文艺才能的人才,为以后的新生晚会和各项工作做好准备。

对象:全体参与军训人员

时间:军训结束

地点:操场

流程:

开场

主持人宣布活动开始(主持人不必太正式,幽默风趣即可)个节目一组

游戏环节

节目

全体新生拉歌,每排(或几个排)唱军歌?做游戏(游戏由心理协会提供)

团委学生会表演节目(或和教官一起)可以以表演的形式,宣传各个部门接下来的活动

教官(老师)表演节目

感动时刻,拥抱身边的人,

主持人宣布活动结束

前期准备

1. 军训未开始前(开学当天晚上)召开全体学生会会议,商议未确定事项(如主持人,游戏活动,具体人员安排等)

2. 舞台布置,以亮为主,不需要特别装饰,朴实为主。忌讳累赘,华丽

3. 总结所需的物品道具。在第二天中午 12:00 之前交与生活部统一购买

4. 音响设备全权由广播站调试, 任何人未经允许不得擅动。

5. 节目选送由每一排至少选送一个节目, 弃权扣军训期间评优活动分数

6. 工作人员不得无故旷工, 有事向部长或负责人请假, 违者从重处理。办公室做好相应的监督工作

7. 整体晚会在户外进行, 保障安全。突发事件, 如断电等, 维持秩序人员要控制好所在班级人员情绪, 切勿擅自离场, 活动秩序听指挥(注意, 无线喇叭, 电筒必须准备)

8. 一切解释权归策划人所有。

军训活动方案 2

一、活动主题

为提高孩子的国防意识、爱国意识, 增强学生的自尊、自强、自立, 坚定理想信念, 发扬爱国之心和关爱他人之心, 使学生真切地经受四关考验: 首闯生活关(培养独生子女生活自理能力)、苦战训练关(训练中战高温斗酷暑, 强健体魄, 磨练意志)、喜过情感关(通过夏令营活动, 增强爱心和团队精神), 甩掉“陋习”关(拖拉、散漫、自我为中心等)。

二、活动内容

1、军旅生活: 起床、洗漱、早操、整理内务、就餐、操课、课外活动、就寝, 严格依照军队的一日生活制度执行, 并进行内务评比, 培养他们讲究卫生、做事有序的好习惯。

2、军事训练: 通过队列动作训练使营员养成良好的行、坐、立姿势, 提高身体协调能力;学军体拳, 达到强身健体, 防敌自卫, 提高身体反应能力;紧急集合提高学生反应速度。

3、国防教育: 让营员了解军队历史, 并走进技术区参观武器装备, 使他们感受军威国威, 增长军事知识。

4、参观游览月亮湾, 举办“工兵撬地雷”活动, 激发爱国情感。

5、文体娱乐: 开展学唱军歌活动、学习种菜和联谊活动, 形成集

体观念。

三、活动时间

__年6月26日-30日

四、活动地点

268 部队。

五、营员要求

1、在夏令营出发前请检查所带物品是否齐全，严禁携带火柴、打火机、各种利器等危险物品及生、冷、不洁食品，军事夏令营禁止食用零食。

2、营员入营后将进行封闭式管理，按规定统一着装，一切行动听指挥，严格遵守纪律及各项规章制度，发扬部队的优良传统，艰苦奋斗，严格训练，不怕苦，不怕累。

3、请营员严格遵守作息时间，保证每天有充沛的体力参加活动，如遇身体有任何不适，及时通知辅导老师或队医。

4、要尊敬教官和教师，团结同学，发扬团结互助精神，互相关心和帮助。

5、营员要保护环境，爱护部队公物及各种设施。

六、具体分工(略)

军训活动方案 3

本学期本人担任新闻采编与制作专业 201_ 级新生班主任，同时任新闻采编与制作专业的专业教师。坚持“育人为本，德育为先”的学生工作理念，秉承学校“先做人，后学艺”的教学传统，结合自己所带学生的实际情况，做好班级学生管理工作，现就 201_-201_ 年度学生工作作如下安排：

一、迎新工作

1.报名时，尽力做到全天都在场，迎接新生，及时为他们排忧解难，帮助他们尽快熟悉新环境，融入新生活；

2.组织新生见面会。由专业负责人郝红霞老师负责专业介绍，文琼老师负责介绍三年的学习规划，老生代表介绍学习经验，并使新同学尽快熟悉。

二、入学教育

1.从思想上帮助新生树立正确的学习态度和生活方式，尽快使新生了解大学的生活特点和大学的学习要求，并适应大学生活。鼓励他们保持刻苦学习的优良作风，积极发展自己的特长爱好；

2.组织新生学习学校的各项章程，安全方面的知识等。

三、新生军训工作

配合好学校的新生军训工作，并且在军训期间，主要工作如下：

1.迅速了解班级，了解寝室的情况，遇到问题做到及时、迅速解决；

2.观察班级的班风形成，及早发现班级内部一些意志力，组织观念不强的同学，并给予教育；

3.培养并发现品行兼优的干部苗子；

4.利用军训机会，进一步加强和班级同学的交流，让新生班级形成的班级凝聚力。

四、思想政治教育、党建工作和心理健康教育

1.认真落实教育部和学院有关加强大学生的思想和心理健康教育工作的文件精神，努力做好学生的思想和心理健康教育工作；

2.抓住社会主义核心价值观，加强对学生的爱国主义和集体主义教育，培养学生良好的行为习惯，教育学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会

主义新人，使学生在德、智、体等方面得到全面发展；

3.热情关怀和保护学生，做深入细致的思想政治工作，教育学生遵守《学生手册》规范；

4.加强学生对中国共产党的认识，提高学生的政治觉悟和思想认识水平，鼓励新生写入党申请书；

5.加强学生心理健康教育，及时了解学生心理健康状况，预防心理疾病。

五、班委的选拔工作。

1.新生军训中观察，军训后，进行公平公正的民主选举班委。每个班的班团委干部设置为：班长、副班长、学习委员、文艺委员、体育委员、生活委员、团支书、组织委员、宣传委员。

2.干部实行一个月考核制，考核不合格自动离职,每学期重新进行一次干部选拔；

六、课外实践与媒体实训

1.督促学生进行课外实践，抓好媒体实训，形成作品，适当指导学生参加相应比赛；

2.发掘学生特长，培养多方面的人才，锻炼学生动手、动口能力，为他们不久要踏上社会打好基础。可采取开展主题班会，多参加系、学校活动、比赛等形式。

七、学生日常行为及安全管理工作

1.对学生进行安全知识教育，指导学生进行安全的课外活动。经常检查学生寝室，查看学生寝室卫生情况，安全情况，对学生进行防火防盗的安全教育，督促学生保持寝室清洁卫生。

2.指导学生正确使用网络，在每一次的节假日，提前做好班级学生的离校、留校情况统计。在节假日结束前要提前回来了解情况，知道各班级未返校人员名单以及原因。

八、其他工作

1、做好班级的助学金评选工作，尤其关心贫困学生情况；

2.加强与学生家长的交流，让每个同学的家长记下我的联系方式，如有任何问题可以向我或者班主任提出。每学期至少与学生家长联系一次，帮助家长了解

学生在学校的学习生活情况，并了解学生的家庭情况每学期。

在新学年里，本人将积极接受学校分配给自己的各项教育教学任务，以强烈的事业心和责任感投入工作，把自己的全部知识和爱心奉献给学生、奉献给教育事业。作为一名青年教师，我觉得自己更要成为一名主动学习者，做学习型的教师，使自己能适应时代发展，符合高品位要求的教育者。尽职尽责、教书育人的同时，主动进行学术科研，与学生共同进步共同成长，做一名合格的优秀的人民教师

军训活动方案 4

军训教官：

目录：

- 一?高中生进行军训的目的及意义
- 二?军训教官工作职责
- 三?单兵队列动作的讲解与训练
 - (1)队列训练的目的，内容及要求
 - (2)动作训练时间安排表
 - (3)单个军人的队列动作，分队的队列动作
- 四?军训日记及内务整理
- 五?军训防暑常识
- 六?军歌及高中表演(选训)
- 七?军训考核及总结
- 八?军训过程中意外事件处理应急预案
- 九?通过军训为班干部选举与任免提供借鉴
- 一?高中生进行军训的目的及意义

对学生进行军事训练是全面贯彻党的教育方针，改革教育内容，加强学生思想政治教育，全面提高学生素质，培养有理想，有道德，有文化，有纪律的建设型人才的重要措施。通过军训提高学生的思想政治觉悟，激发爱国主义热情，增强国防观念和国家安全意识，进行爱国主义，集体主义和革命英雄主义教育，增强学生的组织纪律观念，培养艰苦奋斗的作风，提高学生的综合素质;使学生掌握基本军事知识和技能，为中国人民解放军训练后备兵员和预备役军官，为国家培养社会主义事业建设者和接班人打好基础。

学生军训是全民国防教育的重要组成部分，也是学校展开国防教育，培养高素质人才的重要形式。其重要意义在于：

促进学生德，智，体全面发展，树立科学的人生观，世界观，价值观有利于培养社会主义建设事业的“四有”新人。

有利于加强国防后备力量建设，对做好未来及侵略战争准备具有战略意义。

有利于激发学生爱国卫国意识，对加速综合国力的建设具有深远的意义。

有利于增强“国无防不立，无兵不安”的观念，提高全民族的国

防意识。

二?军训教官工作职责

做好迎新及新生入学教育工作

组织好军训前军训思想动员及开始的各项活动

完成单兵动作训练工作

对军训学员的早操和训练进行考勤

做好学生内务卫生的检查，评比，做好军训结束前的总结评比工作。

抓好队列训练的纪律，培养学员的纪律观念

注意确保军训时学员的安全，要及时处理军训中的伤病员。

及时向辅导员或学员其他领导汇报情况

注重与学员的交流，多为学员做相应的心理辅导工作。

组织好军训期间的党团活动

三?单兵队列动作的讲解与训练

1. (一)队列训练的目的

普通高校高中生通过队列训练，既可以亲身感受和体验现代军人整齐划一和严格正规的队列生活，更能忒杨良好的身姿，纠正和克服诸如挺腹，含胸，歪头，斜肩等不良习惯，培养严整的仪容，穿戴整洁的良好习惯，建立良好的时间观念，严谨的组织纪律观念，团结的集体观念和讲求规范及雷厉风行的工作作风，从而促进校风校纪建设。

(二)队列训练的内容

队列训练的内容主要有：队列动作，队列队形，及队列指挥。

队列动作主要包括：单个军人的队列动作和班排的队列动作。

队列指挥主要包括：指挥位置，指挥方法，指挥要求等。

(三)队列训练的要求

A. 对指挥员的要求

指挥位置正确

停止间把握好等边三角形站位和斜线示范动作法。

行进间纵队时位于左侧中央或三分之一处。

态度端正，精神振作，动作准确

会讲解，会示范，会纠错，会做思想工作

声音清楚洪亮，口令下达准确

训练前后清点人数，整理着装

严格要求自我，以身作则，维持队列纪律

注意照顾伤病员，要学会观察学员，有情况要及时处理

将集体观念，荣誉感，团结互助友爱之风带入班级中

B.对学员的要求

坚决执行命令，做到令行禁止

姿态端正，军容严整，精神振作，严肃认真，禁止在队列中说笑，打闹，做小动作

按照规定的队列位置，集中精神听指挥，动作迅速，准确协调一致。

保持队列整齐，出入列应当报告并经允许，并确保方式正确，做错动作要打报告并经允许迅速纠正，有情况应及时报告

认真练习体会要领，勤于思考，虚心学习，不耻下问

严格听从规定的奖惩政策

2?动作训练时间安排表

7月21日

早晨：(1)讲明军训纪律，说明军训内容即安排

(2)口令练习，整理着装及整齐与报数

上午：(1)口令练习和整齐与报数

(2)“立正与稍息”的训练

下午：“立正与稍息”的巩固及“跨立与立正”的训练

7月22日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：停止间转法

下午：巩固已学的动作

7月23日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：“蹲下与起立”的训练

下午：“敬礼与礼毕”的训练

7月24日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：停止间动作的复习及小测验

下午：“齐步走及其立定”的训练

7月25日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：“齐步走及其立定”的训练

下午：“齐步走及其立定”的训练

7月26日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：“正步走及其立定”的训练

下午：“正步走及其立定”的训练

7月27日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：“正步走及其立定”的训练

下午：“跑步走及其立定”的训练

7月28日

早晨：口令练习和整齐与报数

上午：“跑步走及其立定”的训练

下午：“跑步走及其立定”的训练

7月29日

早晨：其他动作的选训

上午：所有动作的复习

下午：军训考核

7月30日

阅兵式及总结大会

3?单兵动作讲解

科目1：“立正与稍息”

一?立正(立正是军人的基本姿势，是队列动作的基础)

口令：立正

要领：当听到立正的口令后，两脚跟靠拢并齐，两脚尖向外张开约 60 度，相距一脚之长。两腿挺直夹紧，两膝并拢，小腹微收，自然挺胸，上体保持正直，身体稍向前倾。两肩要平，略向后张，两臂下垂，自然伸直，手指并拢，自然弯曲，拇指贴于食指第二节处，中指贴于裤缝。头要正，颈要直，口要闭，下颚微收，两眼平视前方。

关键：(1)两腿挺直夹紧，两膝并拢

(2)两脚尖向外分开约 60 度，可用右脚做等边三角形测量。

(3)身体稍向前倾

易错点：(1)两臂太过僵硬，紧贴身体导致两肩前收。

(2)小腹未收

(3)两腿没有夹紧

(4)手型错误

(5)身体未向前倾

(6)眼神不坚定，目光游离

训练方法：(1)军姿保持法

(2)对照练习法

二?稍息(稍息是队列动作中的一种休息和调整姿势的动作与立正互换)

口令：稍息

要领：听到稍息的口令后，左脚沿脚尖方向伸出约全脚长的三分之二，两腿自然挺直，上体保持立正的姿势，身体重心大部分落于右脚，稍息过久可以自行换脚。

关键：(1)稍提左跨将脚送出，不要发出擦地声。

(2)脚伸的长度不够或过长。

(3)上体未保持立正姿势，两腿未挺直。

训练方法：(1)原地提跨练习

(2)用右脚平行测量三分之二的长度

(3)流水作业，逐个纠错

科目 2? “立正与跨立”

一?跨立(主要用于军体操, 体能训练, 执勤和舰艇上分区队等场合, 可与立正互换)

口令: 跨立

要领: 听到跨立的口令后, 左脚向左跨出约一脚之长, 两腿挺直, 上体保持立正姿势, 收腹挺胸, 身体重心落于两脚之间, 两手后背, 左手握右手腕, 拇指根部与外腰带下沿(内腰带上沿)同高, 右手手指并拢自然弯曲, 手心向后。

关键: (1)向左平行跨出的一脚之长

(2)两腿挺直, 收腹挺胸。

(3)左手腕握右手腕

易错点: (1)左脚向左跨出的幅度多大或过小

(2)两腿未挺直, 上体未保持立正姿势

(3)眼神不够坚定, 目光游离

(4)手型错误

(5)恢复立正前后手型没有变化

训练方法: (1)跨姿保持法

(2)对照训练纠错法

(3)原地提跨练习

科目 3? “停止间转法”(停止间转法是停止间变换方向的方法, 分别有向右转, 向左转, 向后转, 有时也有半面向左、右转)

一?向右(左)转

口令: 向右(左)转

要领: “向右(左)”是预令, “转”是动令, 当听到动令以后, 以右(左)脚脚跟为轴, 右(左)脚脚跟和左(右)脚脚尖协调用力, 使身体协调一致向右(左)转体 90 度, 此时身体重心大部分落于右脚, 两腿挺直, 稍做停顿后左(右)脚取捷径迅速靠脚, 恢复成立正姿势。

(半面向右(左), 按照向右(左)转的要领转体 45 度)

关键: (1)转体和靠脚时两腿挺直, 保持身体不晃动

(2)上体保持正直, 手臂贴紧身体, 不能摆动

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/345120344011012002>