

# 2023年军训班助心得体会(模板5篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 军训班助心得体会篇一

军训班助，作为军训期间学生日常生活的照顾人员和教官的左右手，担负着重要的任务。作为一名军训班助，我深感对学生情绪的调节和心理的疏导至关重要。在参与军训班助工作的过程中，我发现了一些心得和体会。

首先，要建立良好的沟通与信任关系。学生们来到军训班，身处一个全新的环境，对未知充满了恐惧和不安。作为一名军训班助，我们应该以积极乐观的心态去为学生们排解困难和解决问题。我发现，与学生建立良好的沟通和信任关系非常重要。我们需要倾听学生们的心声，关心他们的需要和感受，理解他们的困惑和焦虑。只有建立了良好的沟通和信任关系，我们才能对学生的情绪进行更好的引导和调节。

其次，要学会倾听和观察。倾听是与学生建立良好沟通关系的前提，也是我们了解学生真实情感和需求的必备条件。每个学生都有不同的性格特点和表达方式，他们有的可能爱说话，有的可能比较内向。作为军训班助，我们必须学会仔细倾听学生的诉求，关注他们的情绪波动，同时观察他们的日常行为变化。通过倾听和观察，我们可以更好地了解学生的内心世界，从而更好地对他们的情绪进行疏导和引导。

再次，积极引导学生的情绪和行为。在军训期间，学生们往往面临着许多不适应和挑战。他们可能会感到身心疲惫，情绪低落，甚至出现消极情绪和行为。作为军训班助，我们要

积极引导学生的情绪和行为，让他们尽快从困境中走出来。我们可以利用一些有效的方法，如与学生进行心理疏导和谈心，鼓励他们积极参与军训活动，培养他们的集体荣誉感和责任感。通过积极引导，我们可以帮助学生们克服困难，进一步提高他们的心理素质和抗压能力。

最后，要注意自身心理和情绪的调节。军训班助是学生身边的引导员，我们需要保持良好的心理状态和情绪面貌。军训期间可能会遇到一些棘手的问题和情绪冲突，我们需要充分准备好自己，调整心态，保持心理平衡，以便更好地去照顾和引导学生。在这个过程中，我们也要及时与其他军训班助和教官进行交流和协调，共同为学生提供更好的关心和帮助。

通过参与军训班助工作，我深刻体会到了关心学生情绪和心理的重要性，这对他们的成长和发展有着不可估量的影响。通过建立良好的沟通与信任关系，学会倾听和观察，积极引导学生的情绪和行为，以及注意自身心理和情绪的调节，我相信我们军训班助的工作能够更加出色地完成。帮助学生们度过军训期间的挑战和困境，培养他们的团队合作精神和坚韧意志，这是我们军训班助的价值和使命所在。

## 军训班助心得体会篇二

军训班助是每个学生军训时都会遇到的班级助手，他们是军训过程中的重要帮手。作为军训班助，我深深感受到了这个角色的重要性，同时也积累了一些宝贵的体会和经验。

### 第二段：角色与责任

作为军训班助，我们的主要责任是协助教官组织和管理军训工作，帮助教官进行各项工作的落实和组织。我们需要负责集合和排队，带领大家完成晨练、体能训练等活动，确保每个人的训练状态良好。此外，我们还要协助教官管理班级秩序，保持军训的统一性和纪律性。在这个过程中，我深刻领

悟到团队合作的重要性和协调能力的培养。

### 第三段：感受与体验

作为军训班助，我亲身参与了整个军训过程，感受到了军训的严肃性和磨砺性。在晨练时，天还没亮就要起床，紧张程度和体能训练时刻直线上升，我不禁感叹军人的坚韧和毅力。而在下雨天里，我们被雨淋得湿透，却无一人退缩。军训班助的责任感和使命感在这个过程中得到了极大的提升。

### 第四段：困难与挑战

军训过程中，我也遇到了一些困难和挑战。首先，时间紧张，任务繁重，需要我们高效率地完成各项任务。其次，每个人的体力和耐力有限，尤其是在高强度的体能训练中，很容易产生疲惫和厌烦情绪。最后，班级管理也是一个难题，需要我们掌控好班级的纪律性和凝聚力。在遇到困难时，我们要挺身而出，主动寻找解决方法，并在团队中互相帮助和支持。

### 第五段：收获与成长

虽然军训过程中经历了一些困难和挑战，但我收获颇丰。首先，我锻炼了身体，提高了体能素质。每天的晨练和体能训练使我更加健康和有活力。其次，通过扮演军训班助的角色，我提高了自己的组织协调能力和团队合作意识。在协助教官的过程中，我学会了分工合作和协调不同人的意见。最后，我也感受到了军事纪律对一个团队的重要性，如何保持军训班级的纪律性和统一性，这对于一个团队的凝聚力和执行力是至关重要的。

### 总结：

作为军训班助，我体验了军训的苦与乐，收获了成长和提升。

通过参与军训和学习军人的纪律和坚韧精神，我更加明白了团队合作的重要性，在身心上得到了全面的锻炼。这个经历将成为我人生中宝贵的财富，对我未来的学习和生活都有着积极的影响。

## 军训班助心得体会篇三

1月12号，今天是军训的第六天，齐步走、正步走、敬礼、站军姿等基础训练内容已经训练的差不多了，新生们似乎降低了对军训的热情，没有前几天高涨的情绪了。不过还是有2个方阵的新生是在刻苦地训练，经过教官慎重挑选出来的男子第一方阵和女子第一方阵还在体验“真实的”军训。

军训的意义不就是提高学生身体素质、培养学生吃苦耐劳的精神、增强学生团结他人的能力吗？可现在很多学生都抱着无所谓的心态：只要教官不严格管我，我就偷懒。这种及其被动的思想是非常不可取的。以前，在家里看电视看久了父母会提醒该学习了，在学校上课开小差有老师督促集中精力；现在，课余时间沉迷网络、打球没有了家长的唠叨，上课睡觉、玩手机也没有老师严厉的批评。面对着这么自由的学习生活环境，很多在高中时期很刻苦的新生往往会有一种想放松的冲动，由于自制力不够，结果放松就成了堕落。

年轻的我们自然非常信任“吃过的盐比我们吃过的米还多”的父母，于是我们便不假思索的接纳了父母传授给我们的所谓“经验”。父母把自己经历过的告诉子女，让子女少走弯路是天经地义的，但很多的青少年进入到成人期的时候还是不假思索的做人、做事，因为父母没有告诉他们该做什么、不该做什么。

没有独立思考的能力是非常可悲的，没有了独立思考的能力那么想要控制自己的言行更是无从谈起。

部分新生缺乏独立的思想，往往容易被一些虚荣的东西迷惑。

没有被选到男一或女一方阵意味着自己的训练成果不用接受领导的检阅，也就是即使自己再怎么努力训练也得不到别人的赞美，于是把别人的赞美当成了军训的意义，也就找到了偷懒的借口。也许有些新生会反驳：“我们方阵的教官都比他们方阵的差，而且也没他们要求那么严格。”听起来就好像“如果我的老师是北大研究生，而且很关心我说不定我也可以考到北大的！”，由别人对自己的态度来决定自己的行为是非常懦弱的表现，这种人往往是给自己的失败找借口。

作为助理班主任我的带班目标相比其他助班来说是比较低的，没有要求要拿多少奖项，没有要求要每次班级活动至少多少人出席，没有要求绩点要多高。我只想让他们体会到独立思考的魅力，在大学期间可以通过自己的独立思考选择出适合自己的发展方向。

记得第三天军训的晚上在探班的时候和教官聊到怎么处罚偷懒的学生，我把当年我的痛苦回忆说给了教官听，我以为教官会认为受这么严厉的惩罚是应该的，出乎意料他竟然说他不打算惩罚偷懒的学生，“每个人对自己的要求都不一样，他想成为什么样的人难道这短短的几天军训可以改变得了吗？”。

难怪在很多人看来今年的军训训练标准降低了，其实是新时代的军训理念变了，已经从以前的强迫式训练转变为了现在的相对自由的训练模式，看来新时代的军训在训练学生体能、吃苦能力、团结互助能力的同时还锻炼了学生们的自制能力！

独立思考能力和自制能力两者是相互联系的，有了独立的思想便会奋不顾身的追求自己所向往的东西，在追求的过程中总会遇到各种诱惑、挫折，然而诱惑、挫折又可以考验自制力。同样有了强烈的自制力便可以约束自己，不让自己堕落以集中精力追求目标捍卫独立思考的成果。

## 军训班助心得体会篇四

军训班助是大学生生活中一段难忘的经历，作为军训主干中重要的一环，军训班助肩负着照顾新生，组织活动，营造积极氛围等重要任务。我作为一名军训班助，参与了一次既繁重又充实的军训班助工作，深感收获颇多，下面将分享我在这次军训班助工作中的心得体会。

### 第二段：培养责任感和团队合作能力

作为军训班助，担负着照顾新生的职责。在这个过程中，我不仅要照顾好自己，还要帮助新生解决他们的问题，保证他们顺利度过军训期间。这种责任感的培养让我更加成熟和自信。同时，在与队友的合作中，我们要互相配合，为了达到共同的目标而努力。大家团结一心，协作默契，才能完成各项任务，这种合作精神和团队意识是我在军训班助工作中得到的宝贵财富。

### 第三段：提升沟通和协调能力

作为军训班助，我需要与各方保持密切的联系，包括军训教官、班主任、新生家长等，以确保信息的流畅和任务的顺利执行。这需要我具备良好的沟通和协调能力，能够准确传达自己的意见和需求，并且能够协调不同意见之间的矛盾，以达成共识。通过这次军训班助工作，我不仅提升了自己的沟通能力，还锻炼了自己的协调能力。

### 第四段：锻炼应变和解决问题的能力

军训期间，会遇到各种各样的问题，有时候是身体不适，有时候是纪律问题，有时候是新生之间的矛盾，还有许多其他突发情况。作为军训班助，我们必须能够灵活应对，及时解决这些问题，以确保军训的顺利进行。在这个过程中，我学会了快速判断和决策，并且能够合理分配资源和运用各种技

能来解决问题。这种应变和解决问题的能力，无论是在学术上还是在工作上，都具有重要的意义。

### 第五段：收获成长和友情

通过这次军训助班工作，我不仅学到了很多知识和技能，还结识了许多优秀的同学和班主任。和他们的交流和合作，让我感受到了友情的力量和师生之间的真诚。在这个过程中，我不仅成长为一个更加成熟和独立的人，也收获了许多宝贵的友谊。这些友谊将伴随我一生，成为我人生中重要的财富。

结尾：

回首这次军训班助的经历，我深感荣幸和自豪。这次经历不仅让我收获了成长和友情，还让我体会到了责任感，团队合作，沟通协调和解决问题的能力的重要性。相信这些经历将成为我未来发展中的宝贵财富，帮助我更好地面对人生的各种挑战。我将永远珍藏这段经历，并把它变成激励自己不断进步的动力。

## 军训班助心得体会篇五

20xx年第一次做初中班主任参加军训，那时什么都不懂，全是师付辛莲卿老师手把手教我；第二次是在20xx年，做高一班主任，在从化太平场军训，那时年级有12个班，学校第一次也许也是最后一次把一个年级分成两批军训，我是第一批，老师、教官都没经验，总体感觉前面六个班不如后面六个班。

第三次军训是20xx年，做初一级长，应当说有点感觉，每项工作安排都很紧凑，初中军训也短，只有四天。

这一次是第四次参加军训，身份也是级长，不过是高一，班也增加到了11个班，地点在庆丰学校。

为了更好地开展工作，特对本次军训作一详细总结。

### 1、和家长通电话和家访的必要性。

上学期放假时，欧校已经布置了让每个班主任必须打电话给学生，而且附近的还要家访。

现在看来，此举是明智的。

一是社会反响好，有的家长说，还是第一次老师来家访，赞扬学校的老师负责任，首先有好感；二是班主任能够了解学生的一些情况，比如四班有位女生有哮喘，廖积良老师去了家访，知道这一情况，所以在军训时有所准备，格外照顾这一学生。

### 2、军训前踩点的必要性。

我去了两次，第一次是和欧校、李主任及陈文学等去，了解一些情况，如宿舍的分布，饭堂的分布等，这样便于级长安排宿位和餐位。

第二次是开了班主任会议，也接了新生，军训人数大概确定了后，在军训前两三天，我带着全体班主任又去了一次，主要是带班主任熟悉场地，贴好宿舍床位名字，在宿舍门口贴上该班住宿名单及值日安排等。

不足：班主任贴在门上的名字没有作详细的规定，结果有的班只有名字，未注明班级，不方便检查；有的班用一个长条写名字，看不清；有的班用手写。

建议：统一用a4纸打印，内容包括：班级、住宿学生姓名、舍长、值日安排等。

### 3、物质准备。



这些主要是由教导处安排总务处同志负责，一般安排都很好。

1、第一天到了庆丰后，先是有个开训仪式，然后进行操练，接着吃午饭。

学生乱就乱在吃饭，不知道自己在哪桌。

也不守规矩，坐下就吃，大声讲话。

中午、晚上也不按时休息。

2、教官也在适应环境，适应学生。

有些教官第一次训练学生，不知道度在哪里？有些规矩又不统一。

班主任对学生说的和教官对学生说的不一样。

解决办法：下午操练前有一个小时给班主任开班会，我要求学生全体集合，由我进行全级教育，讲不足，提要求。

然后再由各班进行分班加强教育。

同时和教官取得一致意见，双方都严格要求学生。

晚上吃饭就好多了，没人敢讲话了。

1、军事科目由教导处定，具体实施由教官们实施，技术性的动作老师一般不插手。

2、文化科目一共安排了五个，一是班主任的班会课、二是级长的教育课、三是教导处的行为规范教育、四是欧校的“如何规划你的高中三年”、五是教官的国防教育。

一般都安排在下午2：30——3：30分，因为此时天气热。

有时碰到下大雨时，可以临时改为班会课和教官教学生唱军歌。

所以要求班主任要随时准备上班会课。

每天晚上学生训练完后，班主任开会总结。

一般程序是这样的：班主任们轮流发言，汇报班上学生总体情况，提出疑问，校长和教导处老师当即作出回答，统一思想。

然后陈老师把内务检查通报，级长再作工作布置，最后校长作总结。

第一天晚上会议时间会很长，因为学生问题也是最多，很多东西要统一。

之后的几天会议时间会短些。

当然，每天开会时，教官的领队也必须参加会议。

这次军训学生伤病很多。

一是晚上开空调风扇，学生受凉感冒；二是训练强度大，脚伤的特别多。

关于伤病问题，确实存在一个比较难处理的角度问题，如果按部队的要求，从训练学生毅力来说，应当鼓励学生坚持；但从学校安全角度出发，确实又不宜要求有伤学生坚持。

但这个度把握得不好的话，会导致没病同学偷懒，也会导致学生伤得更厉害。

我们的处理是，让医生和班主任把握这个度，我从年级的角度还是要求学生能够坚持下来。

三个学生出现比较紧急情况。

一是四班的一位女生，曾有过哮喘病史，一发病确实够吓人，好在医生处理得比较好，该生一休息也就好了，接下来也没要她训练。

二是六班的一女生，全身抽搐，呼吸困难，医生当即打120，我和班主任将其送到医院，进行检查、吊针等。

也联系家长，家长能理解，将小孩带回家治疗。

三是五班一女生爬上床时，跌落地上，将门牙连根拔起，我们也联系家长，将小孩送回家。

对这些伤病员，必须送回家的’一定要联系家长，事后一定要打电话或者亲自家访看望。

军训的第五天晚上有个军训文艺汇演，总体讲，本次文艺汇演档次不够高。

出现一些无厘头搞笑剧。

我们在总结会上也讲了，之前我是有布置的，班主任一定要审批，要把关。

有些节目班主任也有把关，但是有些班主任们没有这种意识，有些东西是不能在大庭广众下表演的，这是一个导向问题。

应当说，文艺表演是一个比较失败的地方。

我们也搞了一场师生篮球友谊赛，其他同学全部坐在旁边观看。

效果比较好。

总之，军训肯定是一件苦事。

但是对班集体的迅速形成，对锻炼学生的意志起到促进作用。

军训工作要细致，小到每一步工作，如晚上我们挨个房间帮学生关风扇；军训要严格，有些东西开学后做学生会会有很大意见，但是在军训这种环境下，学生是没意见的。

比如剪头发，我们一共让66个学生剪了头发，当然请的是外面专业的理发师。

有准备、有计划、统一思想，军训肯定没问题。