

最新楞严咒回向偈 楞严经修学心得体会(汇总5篇)

为了确定工作或事情顺利开展，常常需要预先制定方案，方案是为某一行动所制定的具体行动实施办法细则、步骤和安排等。怎样写方案才更能起到其作用呢？方案应该怎么制定呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

高一军训方案篇一

一年一度的军训工作，在泰州武警支队直属中队直接支持下、在学校领导的重视下、在各部门的通力协助下，经过全体学员的顽强拼搏，取得了圆满成功。

今年军训从8月18日开始，至24日结束，历时7天，参训学员为1045人，因病请假6人。本次军训以提高同学们的国防观念、集体主义观念，培养吃苦耐劳的作风为目的，实行科学化的训练。通过军训，同学们学有所成，综合素质提高了，国防观念、国家安全意识增强了，锻炼了体魄、磨练了意志、形成了团队合作精神，达到了举行军训的预期目的。

为了高质量完成每年的新生军训，切实提高同学们的综合素质，学校党总支、校长室非常重视，做到早计划、早安排，多次召开有关部门会议，研究部署军训工作，并成立了以燕校长为组长的军训领导小组，由政教处具体负责军训的筹划、准备工作，学校领导与武警领导组成新生军训指挥中心。承训武警部队抽调专门力量，进行了具体分工。军训期间，燕校长、何副校长多次深入训练场检查、指导军训工作，各排长坚持冒着炎热的天气，跟随在训练场协助教官抓好训练，极大地鼓舞了军训人员的热情。政教处全体同志明确分工，不顾繁琐，严密组织，确保了军训工作的顺利开展。

通过军训，同学们学习和掌握了有关的国防知识和技能，增强了国防意识。同学们第一次穿上了军装，真切地感受到作为军人的深刻内涵和神圣职责。通过军训，同学们大大增强了国家意识、国防意识、民族意识，增强了祖国安危在我心中，天下兴亡、匹夫有责的责任感和使命感；认识到不仅要认真学习，担负起建设祖国的重任，还要努力拼搏，肩负起保卫祖国的重任。同时，同学们还了解了现代军事科学知识，学会了队列操练等基本军事技能。

通过军训，同学们还树立了自主、自立、自强、自信观念，竞争观念，时间和效益观念，拼搏和进取观念，经受住了身体和心理的考验。军训，不仅磨练了同学们的坚强意志，也培养了同学们的良好作风。在教官的言传身教下，同学们通过自身的磨练逐渐懂得了如何面对困难，如何克服困难，如何用坚忍不拔的意志来支配自己的行动，达到预期的目标。我们欣喜地看到：广大同学不论是在骄阳烈日下，还是在秋风细雨中，总是迈着矫健的步伐，喊着响亮的口号，唱着嘹亮的歌声，在汗流浹背中锤炼自己的意志，精益求精地做好每一个动作，克服每一道难关。

通过军训，同学们的思想境界和综合素质得到了提高了。军训，使同学们深刻地认识到只有团结一致，才会取得成功；只有努力拼搏，才会享受到成功的喜悦。要树立团队意识，要一切行动听指挥。军训，使同学们的心中涌动着一股绿色的清泉，使同学们逐步拥有了军人那种纯洁高尚的道德情操和思想境界。

本次军训活动虽然结束了，而我们同学们的高中生活才刚刚开始，我们希望同学们在今后的学习、生活中，要保持军训中形成和表现出的坚忍不拔的意志、坚不可摧的作风、勇往直前的英雄气概和团结互助的精神，保持高度的组织纪律性，认真学好科学文化知识，全面提高自身素质，争做德、智、体、美、劳等各方面全面发展的新世纪高中生，力争在三年后再创辉煌，在今后的人生旅途中为建设祖国、保卫祖国贡

献自己的全部力量。

高一军训方案篇二

学工处：军训前的准备、军训内容的确定、军训期间班主任的管理、军训期间学生食宿质量的监督与协调、军训各项工作的开展等。

办公室：宣传、照像、教师用车的调度等。

教务处：军训前学生的编班、军训期间联欢会音响设备等。

总务处：军训学生用车的调度、军训期间的医务等后勤保障。

高一级部：班主任的'聘用，军训期间的学生管理及思想教育等。

高一军训方案篇三

20xx年xx月xx日---xx日

20xx级全体新生

军训办公室设在学生处学生思想教育科，军训具体工作由学生思想教育科负责组织实施。以基层学院为单位设立军训营，营长由带队教官担任，教导员由各学院党委(党总支)副书记担任。各营以班为单位设连(每80—100人为一个连)，连长由教官担任，指导员由相关辅导员担任。

(一)军事技能训练

立正、稍息、跨立，停止间转法，整齐报数，集合解散，齐步行进与立定，跑步行进与立定，正步行进与立定，行进间

转法，队列，军体拳。

(二) 内务

内务整理，内务卫生检查等。

(三) 军歌

军训期间需熟练传唱《龙湖学子歌》、《南海!南海!中国海》等四首歌曲。

参训学生必须严格执行各项条令、条例和规章制度，加强组织纪律性，一切行动听指挥，做到令行禁止。

(一) 学生规定

1、日常规定

(1) 军训期间：6:00—7:20为早餐及整理内务时间，8:00—11:30为训练时间，11:30—12:00为午餐时间，12:00—13:30为午休时间(学生必须卧床休息)，13:30—16:30为训练时间，16:30—17:00为晚餐时间，17:00—18:00为自由活动时间，18:00—20:00为晚间学习军歌及《学生手册》时间;22:00熄灯就寝。

(2) 起床：到规定时间，必须立即起床，打扫室内外卫生，按规定着装，迅速做好出操准备。

(3) 整理内务和洗漱：早操后，开始整理内务，清扫室内外卫生和洗漱。

(4) 开饭：按规定时间到食堂打饭。进入食堂后，要遵守食堂的有关规定，就餐时保持肃静，就餐时服装要求与训练时相同。

(5) 午睡：午睡时间均应卧床休息，保持肃静，不得进行影响他人休息的活动。午睡起床后，应迅速整理内务，做好训练前准备。

(6) 就寝：听到熄灯铃声后，立即熄灯就寝，熄灯后，室内不准喧哗、吸烟或听收录音机，不准自设小灯看杂志、小说等书籍。

(7) 请假：军训期间，学生请假由各基层学院学工办主任审批。严禁私自外出或无故不参加军训。学生因病不能参加训练应持医院开据的证明办理请假。因故不能完成军训必须由军训办公室审批。

(8) 尊重教官：学生必须服从教官的训练安排，严格按照教官要求完成训练，对教官训练及要求有意见的可以通过正常渠道向上级反映，听从上级首长安排。

2、军容风纪规则

(1) 军训期间必须统一着装。早操、开饭、集会、点名、室内教育、课外活动和大型集会时穿着军训服装。

(2) 要举止端正、姿态良好，日常生活中要使用文明用语。

(3) 对不符合军容风纪的同学要当场纠正，学生要立即改正。

3、军训期间秩序特别规则

(1) 必须严格遵守作息時間。在寝室内不准喧哗、吹口哨、吹拉弹唱。

(2) 严格遵守训练场纪律。在训练场上，口令就是命令，必须无条件服从和执行。

(3) 爱护公物。严禁乱扔废弃物，在寝室内严禁乱涂乱画、乱

钉钉子、乱拉绳索、私接电源、用电炉子、热水器等。

(4) 不得聚众喧哗哄闹，不得在训练场、会场、食堂发嘘声、起哄、鼓倒掌。

(5) 在用水、洗澡、就餐、就寝等方面，要讲团结、讲文明、讲礼貌，严于律己、宽以待人。严禁出现打架斗殴偷窃诈骗、损坏公物等非法行为。遇见首长或老师时，要敬礼；在室内，首长来到时要立即起立，礼貌地回答首长问话。对待首长和老师以上领导，要说“到”、“是”、“报告”等军用术语，对待同学要用“您好”、“对不起”、“请原谅”等文明用语。

(6) 所有参训学生任何时间不允许歪戴帽子。帽徽应在帽带的上沿，下沿与帽带上沿相差1厘米左右。帽徽要放正。

(7) 不允许挽裤腿，裤腿长的必须扞到里面，必须穿袜子。

(8) 衣服的扣子顶上第一个风扣不扣，其他所有扣子都必须扣上。

4、内务设置规则

内务应保持整齐、清洁、有序，生活用具的摆放统一规范。

(1) 床铺设置：床铺按褥子、床单的顺序铺垫。被子竖叠三折、横叠四折，叠口朝前，置于床铺一端的中央。

(2) 蚊帐设置、鞋、衣帽的放置，以营为单位统一摆放。

(3) 其他用品的摆放：以营为单位统一。

(二) 表彰

军训结束时将评选军训优秀学员、军训内务优秀学员并予以表彰。

9月23日在第一运动场举行军训结业式，进行会操、分列式和相关表演，并召开20xx级新生开学典礼。

军训是学生的必修课，在军训期间凡违反校规校纪者根据情节轻重，给予下列相应处分：1、通报批评；2、警告；3、严重警告；4、记过；5、留校察看；6、开除学籍。

(一)如遇下雨等特殊情况下不能进行室外军训活动，则听从统一安排，根据情况安排室内学习等其他活动。

(二)每天上午9:00,下午15:20前各营区教导员将本学院的出勤情况上报军训团办公室，说明未出勤学生原因。

(三)每天科目训练完毕后教官都要进行讲评。

(四)军训期间的日程安排和作息时间必须严格遵守，如遇特殊情况经军训团领导同意可作适当调整。

高一军训方案篇四

副组长：徐燕平 成员：赵玮、曾建平、余辉、邵文权、各班班主任

2、要求
(1) 思想工作：班主任要做好新生的接待及生活安置工作，解决

学生生活问题，加强思想教育和后勤保障工作。

(2) 安全防范工作：积极做好饮食、饮水等安全防范工作，杜绝各类

事故发生。

高一军训方案篇五

学校成立军训工作领导小组，统一调度和协调军训工作。

组长□xxx

副组长□xxx

成 员□xxx xxxxxxxxxxxx xxx xxx

各处室负责人、高一级部负责人

二、军训时间

xx年7月20日至8月7日，分两批进行：第一批为x月20日—x月29日；第二批为x月29日—x月7日。每批约400名学生。

三、军训地点 泰安军分区民兵训练中心

四、职责分工

学工处：军训前的准备、军训内容的确定、军训期间班主任的管理、军训期间学生食宿质量的监督与协调、军训各项工作的开展等。

办公室：宣传、照像、教师用车的调度等。

教务处：军训前学生的编班、军训期间联欢会音响设备等。

总务处：军训学生用车的调度、军训期间的医务等后勤保障。

高一级部：班主任的聘用，军训期间的学生管理及思想教育等。

五、军训日程

(一)训前准备

x月19日早7:00召开高一班主任会，布置军训事宜。

x月19日上午8:00以军训班为单位领取军训服装，然后各班召开班会，向学生强调军训要求。

(二)第一批日程

x月20日 7:30学生在操场集合，班主任与教官接洽。

8:00出发，行军拉练、入营

9:30在营地安排住宿、领取军训用品、各班编队。

16:00召开军训动员大会

x月21日 上午 齐步行进与立定训练

下午 观看国防教育录像

晚间 各班班会，对学生进行校史、荣誉史教育。

x月22日 上午齐步行进与立定训练

下午齐步行进与立定训练

晚间各班班会，进行革命传统教育和艰苦奋斗教育。

x月23日 上午跑步行进与立定训练。

下午各班组织学习德育手册(要求班主任主讲、学生讨论)。

晚间各班班会(班主任组织学生德育手册的学习进行典型发言)。

x月24日 上午跑步行进与立定训练。

下午 各班组织学习《学生安全手册》，然后统一组织应急逃生演练、消防灭火演练。

晚间 各班班会(针对安全问题组织学生开展讨论，进一步强化学生的安全意识)。

x月25日 上午 跑步行进与立定训练。

下午内务整理训练。

晚间各班班会，进行校规校纪教育。

x月26日 上午 正步行进与立定训练。

下午正步行进与立定训练。

晚间自由活动

x月27日 上午正步行进与立定训练。

下午各班组织学习学校有关学生管理的几个文件(如公物管理、优秀生的动态管理、学籍管理、纪律管理等)，(要求班主任主讲、学生代表发言)。

晚间各班班会(学生思考和讨论“怎样做一名合格的高中生”，要求会后每人写一份思想打算)。

x月28日 上午综合训练。

下午内务整理比赛。

晚间全体联欢

x月29日 8:30军训成果汇报大会。

9:30乘车返校。

(注：军训后，学工处将对校史、校规校纪等内容专门组织测试)。

(三)第二批(x月29日—x月7日)训练内容、方式、作息时间同第一批。

(四)军训作息时间

5：30 起床6：00 出操。

6：40 早餐7：30 集合训练。

11：30午餐2：30—14：30午休。

15：00 集合训练 18:30 晚餐。

19：00—20：30班会。

21：30熄灯。

以上如有变动另行通知。

六、措施与要求

1、搞好宣传发动，提高思想认识。

级部、班主任要教育学生充分认识军训的重要意义，调动学

生参加军训的积极性和主动性，培养吃苦精神，增强集体观念，从安全、纪律、文明礼貌等方面向学生提出严格要求。

2、加强组织领导，搞好分工协调

为保证军训顺利进行，各部门要分工协作、密切配合；班主任要跟班靠训，经常与教官沟通，深入班级了解学生状况，及时做好思想工作；校医要全程跟训，做好医务工作。

3、严格学生管理，确保人身安全

军训期间实行封闭式管理，班主任要严格要求学生遵守军营纪律，严禁擅自行动。学工处、高一级部、班主任要对学生加强训练安全、乘车安全、饮食安全、就寝安全等方面的教育，牢固树立安全第一的思想，确保工作万无一失。

4、严格训练标准，确保训练质量

训练要坚持“两会”制度：每天训前召开动员小会，给学生提出明确要求。训后要进行小结，及时表扬先进，指出不足。各班要采取激励措施，开展“比、学、赶、帮、超”活动，严格掌握训练标准，完成训练内容。军训结束前进行训练成果汇报表演，各班评选军训优秀学员。