

2023年初中学生军训方案 初中军训活动方案(实用5篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

初中学生军训方案篇一

为全面推进素质教育，增强中学生的国防观念和国家安全意识，强化爱国主义和集体主义观念；加强中学生的组织性和纪律性，培养吃苦耐劳和艰苦朴素的作风，学校决定于20__年8月25日至29日对20__级新生开展为期5天的军训活动。现将有关活动安排如下：

一、军训对象：

20__级七年级新生

二、军训地点：

操场

三、承接部队：

杭州湾新区大桥消防中队

四、军训内容：

消防知识学习、集体主义教育、校纪校规学习、队列训练

五、军训领导小组：

组长□__x

副组长□__x

培训主任□__x

组员□__x

六、各部门职责：

1、政教处：制定方案协调各方力量，与班主任、教官一起实施军训教学计划，主持开展开训式、闭训式。

2、总务处：保证学生就餐卫生健康，并提供军训物资保证和环境条件保证，同时落实军训工作领导小组交给的其他事宜。

3、校医务室：为军训学生、教官提供必需的药品，并为在军训中需要救助的学生提供服务。

4、七年级班主任：要在军训前排摸本班学生身体状况，对于不适合参加军训的学生要及时与家长联系并做好学生思想工作(必要时可考虑观摩)，同时在军训过程中要提高认识，加强领导，以身作则，坚守岗位，积极配合教官组织学生出色完成各项军训活动和任务。注意培养学生的集体荣誉感和良好的自律习惯，形成坚强的班集体团队和良好的班风、学风。在军训过程中注意了解学生的思想、心理动态，教育学生做文明学生，主动帮助学生解决军训、学习、生活中遇到的困难和问题。有计划按主题认真组织好每天休息时间的新生教育活动，组织本班学生认真学习中学生守则、中学生日常行为规范、校学生违纪处分条例等学校规章制度，帮助学生尽快进入初中生的角色。

七、学生要求：

- 1、服从学校安排，一切行动听指挥，严格遵守军纪校纪，军训实行封闭式管理，学生不得擅自离开学校，有特殊情况需书面请假。由班主任和教官审批，并报政教处备档。
- 2、禁止携带以下物品参加军训：手机等通讯工具；扑克、象棋、随身听等娱乐工具；与学习、训练无关的书、杂志、零食等。

八、军训日程安排：

- 1、8月25日上午8:00进行军训开训仪式。
- 2、8月29日下午3:30进行闭训仪式。
- 3、平时作息安排：

7:10到教室里报到集中；

7:30——10:00训练；

10:20--11:20教室学习

11:20中餐

12:00——14:30教室午休、学习

14:40——16:20训练

学生中餐后至下午上课期间由班主任进行管理，教官、班主任中餐由学校提供。学生每天军训结束后到教室集中由班主任统一放学，放学时间4:30。

九、考核评比：

设队列汇操集体奖、班级优秀学员奖两项。队列汇操集体奖设一等奖2名、二等奖3名、三等奖5名，班级优秀学员奖每班1名，队列汇操评比由部队教官和学校领导担任评委，优秀学员奖由教官根据平时训练表现协同班主任确定名单报校军训领导小组，对获奖的班级、学员在闭训式上进行表彰奖励，考核结果纳入新学期先进班集体评比范围。

十、应急处理：

学校设立应急情况处置工作小组，应急处置办公室在行政楼一楼总务处办公室，在学校军训安全工作领导小组领导下开展工作。

军训安全工作领导小组

组长□_x

副组长□_x

组员□_x

初中学生军训方案篇二

一、目的意义：

依照国家教育部、总参谋部、总政治部的文件精神，以及我国《国防法》《教育法》《兵役法》等有关规定，组织开展我校10级新生军事训练。军训是对学生进行素质教育的有效手段之一，也是学校“德育系统工程”的重要内容。通过军训可以提高学生思想政治素质，激发爱国热情，增强组织性和纪律性，培养独立生活的能力，学习和发扬革命乐观主义精神，从容面对各种困难和挑战，更好地适应学校的学习生活和积极参与学校管理打下坚实的基础。

二、组织机构：

(一) 军训领导小组

组长：刘德志

副组长：张显有教官负责人

组员：王家鲲、李瑞凤、马禹今、李鹏、常虹、

新生班主任

(二) 具体分工：

总负责：刘德志

训练计划：教官负责人

各班负责：教官各班班主任

后勤保障：王爱民

三、参加对象：10级学生。

四、时间、内容安排：

8月13日上午

1、班主任对新生进行一日常规和行为习惯教育。

2、对军训工作进行安排，并提出要求。

8月13日下午：进行开营式，然后进行训练。

8月14———20日

全体新生进行军训。

1、20日下午进行会操表演。

8月21、22日

(三)其他：

1、本次军训在和校园先后进行。

2、学生起床、早餐、午餐、午休、晚餐时间听从舍务科安排。

3、班主任要充分利用这次有利时机，加强学生行为规范教育。

初中学生军训方案篇三

一、指导思想：

少年军校训练以培育“四有”新人、全面提高青少年德、智、体为目标，以增强国防意识为目的，体验我军的优良传统和艰苦奋斗的作风，以军队队列训练指导方案为依据、本着寓教于乐、灵活施训的原则，制定本方案。

二、训练时间：

20__年5月18日——20__年10月13日(具体时间安排为星期四、星期五下午第三节)

下午：4：10——5：00

三、训练地点：

本校

四、训练内容：

(一)立正(军姿)、(二)跨立、(三)稍息、(四)停止间转法。(五)齐步行进及立定、(六)正步行进及立定、(七)踏步(八)表演项目。

五、内容与进程:

(2)5月21日: 下发通知, 了解学员身体情况, 调整少年军校学员

(3)5月22日起: 开始进行常规训练

六、其它事项:

(1)训练主要由李__、陈__、与武警大队或部队的教官负责!

(2)老师之间要经常沟通、配合, 针对训练过程中出现的问题要商讨解决。

(3)争取家长与班主任的支持!

徒手队列动作训练

(一)立正

要领: 两脚跟靠拢并齐, 两脚尖向外分开约60度; 两腿挺直; 小腹微收, 自然挺胸; 上体正直, 微向前顷; 两肩要平, 稍向后张; 两臂下垂自然伸直, 手指并拢自然微曲, 拇指尖贴于食指第二节, 中指贴于裤缝头要正, 颈要直, 口要闭, 下颌微收, 两眼向前平视。

动作要点: 方向要正, 两腿挺直, 上体正直, 两肩后张, 两臂下垂, 中指贴于裤线, 挺胸收腹, 肩平头正收颌闭口, 目视前方。

训练步骤:

根据参训人员的基础状况，可灵活侧重，一般是：

- 1、手型定位练习。解决手型和中指贴于裤缝的问题。
- 2、站立持久练习。按立正姿势站好后，进行耐力和“定型”训练，时间由短到长、养成正确的姿势。

(二)跨立

要领：听到口令，左脚向左跨出约一脚之长，两腿挺直，上体保持立正姿势，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。

动作要点：

两脚打开与肩同宽，两手位于背后左手握右手腕，上体保持立正姿势，注意两脚均匀支撑身体，上体保持正直。

训练步骤：

- 1、先解决后背手的手型以及放的位置。
- 2、再跨步的距离适当问题。
- 3、尔后练习跨步、背手协调一致的问题。

(三)稍息

要领：听到口令，左脚顺脚尖方向伸出约全脚的三分之二，两脚自然伸直，上体保持立正姿式，身体重心大部分落于右脚，稍息过久，可以自行换脚。

动作要点：左脚沿脚尖方向向前伸出大半脚(约三分之二)，两脚在立正基础上稍放松，两腿自然伸直，均匀支撑上体，

上体保持立正姿势。

训练步骤：

1、稍息出脚定位练习。立正站好后，沿左脚内侧的延伸方向划一直线，在左脚尖前的全脚三分之二距离上划一横线，尔后反复练习出脚收脚。

2、主正、稍息互换练习

(四)停止间转法

1)向右(左)转。

要领：听到口令，以右(左)脚跟为轴，右(左)脚跟和左(右)脚掌前部同时用力，使身体协调一致向右(左)转90度。体重落在右(左)脚，成立正姿势。转动和靠脚跟时，两腿挺直，上体保持立正姿势。半面向右(左)转，按照向右(左)转的要领转45度。

2、向后转

要领：按照向右转时的要领向后转180度。

动作要点：听到预令，上体稍放松。听到动令，两脚配合使身体向规定的方向突然用力转动，脚、腿、腰肩、头以爆发力转至规定的方向位置。同时，头部向上顶拨，先于身体快速转至新的方向并停稳。两腿挺直(向后转时加紧)。脚掌扒紧地面，稳住上体。靠脚有力。特别注意转动快，用力猛，转动与靠腿之间有短暂停顿，动要快，停要稳，节奏一定要分明。

训练步骤：

1、分解动作练习：

口令：“分解动作，向右(左)——转”“一”

动作要领：听到动令转向新的方向不靠脚；听到“二”的口令后，后脚取捷径向下用力靠拢前脚，成立正姿势。

2、连续动作练习：

教练员应该注意规范好单个动作，不要急于集体合练。

训练器材：

(1)量角量

(2)丁字架

齐步行进及立定

初中学生军训方案篇四

以《高等学校学生军训大纲》为依据，按照上级有关军训工作的指示精神，针对大学生的特点和我校的实际情况，采取统筹安排、以块为主、条块结合以及课堂教学与实际操作相结合的训练方法，完成训练大纲规定的训练科目，进一步激发学生的爱国热忱，增强国防观念，培养独立生活能力和吃苦耐劳精神，强化组织纪律性和集体荣誉感，为培养“四有”人才打下坚实基础。

二、组织领导及军训编组

校军训工作领导小组在学校党委和行政的领导下，组织领导全校的军训工作，军训办公室负责处理军训日常工作。各军训单位要选派有经验的参训干部，在校军训领导小组的统一

领导下认真做好军训的组织、协调、管理与思想工作，及时了解和反映有关情况，圆满完成军训任务。

20__级本(专)科生应参加军训的总人数8150人。为便于组织，学校成立军训团，其中基础教育学院应参训学生5625人，编为4个军训营，20个军训连，94个军训排；高职新生200人，编为1个军训连，4个军训排；湘雅医学院应参训学生为750人，编为1个军训营，2个军训连，13个军训排；铁道校区应参训学生1575人，编为2个军训营，6个军训连，28个军训排。各连、排长由军训教官担任，政治辅导员由参训干部担任，副排长、正副班长由参训学生担任。

三、训练内容、时间安排及学分

军训内容：军事理论课教学、共同科目、实弹射击、队列动作、统一整理内务卫生。军训结束前组织阅兵活动。

时间安排：学生军训从9月4日开始至22日结束，星期六不休息，共18个训练日，每天训练7小时，共126小时。其中入学教育7小时(含军训动员、专业介绍、学籍管理、校纪校规、心理素质和学习方法教育等)，军事理论课22小时，队列动作42小时，射击预习和实弹射击28小时，共同科目10小时，机动10小时，总结阅兵7小时，统一整理内务卫生利用课余时间进行。

军训教官于9月3日下午到位，熟悉训练场地，研究训练方案，统一队列动作。各军训单位根据实际情况，分别召开军训教官与参训干部见面会，落实军训编组，认真做好开训准备。

学分计算：军训列入必修课，集中军训计3个学分，即军事训练基础(队列、共同科目、贯彻三大条令)计2个学分，军事理论(包括交一篇国防教育论文或社会实践调查报告)计1个学分，20__级本、专科生均应参加军训，不能免训、免试。参训学生在军训中的表现和成绩记入本人档案，总评成绩不合

格者，按学籍管理条例和学校有关规定补训。

四、军训保障与分工

各有关职能部门要根据校军训工作领导小组的统一部署，分工负责，认真做好军训的组织保障工作，保证学生军训顺利进行。

党委办公室：负责审核军训有关文件。

校长办公室：协调各部门的工作和军训阅兵时校领导的邀请及阅兵会场的协调工作。

人民武装部：负责落实训练器材、聘请军训教官、编排军训计划与课表并组织实施；做好军训协调工作，协助各有关职能部门落实军训期间需要解决的困难和问题。

教务处：安排军训时间，协调解决军训期间训练场地及军事理论教学场地问题，落实入学教育的内容和报告人。

学生工作处：安排新生入学教育，组织校纪校规教育与考试。

宣传部：负责军训宣传工作，组织宣传报道评比，保障军训动员及军训阅兵会场的音响等。

校团委：负责安排一次团组织活动，组织和指导歌咏比赛。

保卫处：负责阅兵式会场的安全和校园秩序的维护。

校工会：负责提供军事理论课和集中教育的场地，并提供音响设备。

后勤集团：负责军训期间的膳食，适当延长开餐时间，保障全天开水供应，保证参训学生就餐。安排140名军训教官的住宿。宿舍管理人员应配合军训教官，统一整理内务卫生，提

出管理计划与目标，并配合组织内务卫生检查评比。

各校区医院：为军训教官就医提供方便；落实一名医生（校本部两名）到训练场地值班，及时处理急症病人；切实做好训练场的医疗救护工作。

为保证军训工作的严肃性，各单位在军训期间安排其他活动时，应提前将工作方案报武装部，由武装部统筹安排，确保军训工作有序进行。

各军训单位可根据本单位特点，进行具体分工或调整。

五、措施与要求

1. 教育管理责任制。参训干部和军训教官要明确分工，各负其责，以军训教官为主，严格按照军训课表规定的内容、时间、场地组织训练。
2. 贯彻“严格训练、严格要求”的方针。参训干部要深入训练场地跟班组织训练，注重激发学生刻苦训练的自觉性，圆满完成军训任务。确保各项成绩在良好以上。
3. 加强政治思想工作。各级干部要及时准确地掌握参训学生的思想动态，有针对性地做好思想工作，采用多种形式，调动全体学生的训练积极性。教官、参训干部要讲究军训方法，严禁简单粗暴和变相体罚学生等行为。
4. 加强学风校风建设。要克服片面追求名次的倾向，杜绝弄虚作假行为。在各项科目的考核中，如有舞弊行为，一经发现即取消单位评比资格，并追究直接负责人和有关领导的责任。
5. 严格管理制度，要增强学生的组织观念和安全意识，严防各种事故的发生。

6. 为巩固军训成果，军训结束后，继续保留军训建制，在有关部门的指导下，坚持早操锻炼考勤制度。

初中学生军训方案篇五

为培养学生良好的行为习惯，确保学生军训工作安全顺利进行，特制定本预案。

一、军训安全工作领导小组

组长□_x

副组长□_x

成员□_x

二、为确保军训安全工作应做好的主要工作

1、要在军训动员大会及其他会议中重点、反复强调安全工作在军训工作中的重要地位，明确责任，提高每名参训学生的安全意识。

2、军训正前，班主任必须主动询问每位学生的健康情况。如有下列情况之一的不能参加军训：

(1) 对患有各种疾病的急性期学生；

(2) 患有先天性心脏病的学生

(3) 患肝炎、肾炎、肺结核等刚病愈学生；

(4) 感冒发烧的学生。

- 3、注意掌握学生的心理状况，做好学生的思想政治工作，特别是针对问题学生，要开展心理辅导。
- 4、加强对学生军训期间生活的指导，对学生的用餐、用水等情况做到心中有数，防范于未然。
- 5、每天军训前要对学生进行检查了解，发现有咽痛、咳嗽、头痛、全身疼痛的学生，校医及时上报给校领导，上报后由领导小组做出相关处理，并填好统计情况表。
- 6、军训进行中，要求教官根据各班的身體情况制定合理有序的军训计划，训练量应逐渐增加。
- 7、军训期间学校医务人员始终在场，以及时处理突发事件。
- 8、军训中班主任老师必须始终在场，随时关注本班学生身体情况，一有异常，立即停止训练，必要时请医务人员诊断。
- 9、军训时间较长，身体疲劳，大量排汗，头部直接受到烈日照射，极易发生中暑。轻度中暑：把中暑者送到荫凉通风处休息，喝些凉白开水等清凉饮料并联系校医。重度中暑：迅速送往医院并及时通知家长。（预防措施：指导学生提前喝一些水，班主任保证开水充足供应，训练间歇提醒学生补充水分）
- 10、在军训过程中，如果出现意外伤害，轻度擦伤、扭伤等及时联系校医治疗，伤势较重的及时送往医院并及时通知家长。
- 11、训练休息时间，要组织学生有秩序集体活动，禁止学生单独活动或乘凉。严禁在训练场地追逐、打闹、打球和进行危险活动。
- 12、在军训过程中，各班若发现紧急情况，要及时上报领导

小组。

13、在军训期间，禁止学生喝不洁水、食用腐败变质的食品，禁止学生用冷水洗头，防止疾病的发生。