# 军训班助心得6篇

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2025-05-14

*认真记录心得，是对每一次经历的珍视与对未来的期盼，我们在写心得体会时，应该关注细节，避免泛泛而谈，以下是小编精心为您推荐的军训班助心得6篇，供大家参考。为期6天的军训一转眼就过去了，看着一个个稚嫩的孩子们在阳光的炙烤下做出各种各样的标准姿势...*

认真记录心得，是对每一次经历的珍视与对未来的期盼，我们在写心得体会时，应该关注细节，避免泛泛而谈，以下是小编精心为您推荐的军训班助心得6篇，供大家参考。

为期6天的军训一转眼就过去了，看着一个个稚嫩的孩子们在阳光的炙烤下做出各种各样的标准姿势还真是让人心疼，但是我知道，我是班主任，我要站在我的立场上思考，现在就是磨练他们意志的时候，只有现在充分的锻炼他们将来才会让他们在生活和学习中养成良好的习惯，大部分孩子都是独生子女，在家里面娇生惯养已经习惯了，现在让他们完全靠自己独立的生活真的很难，但是军训起到了这样的效果。

军训第一天我们班就有一个叫做陈迅阳的男生呕吐，我赶紧带他到医务室，对于没经验的我来说我真的害怕学生会突然发病，幸好校医检查后告诉我没什么大碍，我算是放了心，可是后来随后又有好多个同学身体出现了状况，我似乎也变得宠辱不惊了，逐个把他们送去医务室，让他们在那边休息之后在回去继续军训，孩子们都很坚强，他们即使是在不舒服的情况下还是要坚持军训，这令我很感动，作为一名班主任我为有这样一群懂事的孩子而骄傲。

军训中第一场比赛就是拔河比赛，孩子们都很期待，我们班第一轮是和初一八班比，开始前王教官对他们进行了科学的教导，教他们站位，孩子们果然不负众望，顺利的将八班拿下了，可是稍后的对手就是14班，那是个实例相当强大的班级，最终我们没有战胜14班，回来时我们班的孩子们都问我是否还有加赛，我看的出来他们那种急切的渴望为班级争光的心愿，我安慰他们说尽管这次我们输了，但是同学们都做得很好，我们尽了最大努力就没什么遗憾的，以后在其他方面

我们可以找回来，后来14班拿了第一名，我们也算是没什么遗憾了，对手是在太强大，还有就是运气不够好，过早的遇到了14班吧。第一场比赛是军歌比赛，我们班积极响应学校号召，挖空心思的搞花样，玩创新，可是时间真的是太短了，我们最后决定用高胡和小提琴伴奏，潘旭乾同学的高胡很拿手，他为我们伴奏团结就是力量，刘清华为我们伴奏当那一天来临，两位同学都是乐器高手，我打电话给他们的父母说把他们的乐器送来，家长也很支持我的工作，从老远的地方把乐器送了过来，xxx的妈妈还说她的小孩平时很内向，不爱参加活动，这次竟然愿意演奏，他们真的很开心，还说我班主任的工作做得好，我听了甚是欣慰，随后这两个孩子就开始了紧锣密鼓的练习，我叫他们休息一下，他们竟然不肯，我真的为孩子的认真和执着所打动，我觉得我所做的一切都是值得的，孩子们真的是太可爱了，他们那一双双童真的眼睛就像一汪清澈的湖水，一眼见底，没有丝毫的杂质，军歌比赛我们表现不错，高胡一拉起便赢得了领导的阵阵掌声，尽管小提琴演奏出了点小问题，但是我们总体表演不错，创意十足，最终拿到了第二名，有个叫冷紫艺的女生竟然为没有得到第一名而哭了起来，哭得那么伤心，这也令我很吃惊，孩子们的集体荣誉感甚至超过了我，我为此感到惭愧不已。

最后一项比赛就是军训会操表演，孩子们为了能够取得更好的名次每天刻苦训练，尤其是喻可诗同学还当起了小教官，帮助教官指挥大家，她虽然长得不高但声音洪亮，在她的\'指挥下我们班上场了，当时我的心情异常的紧张，所有的家长在注视着我们，所有的领导在期待着我们，“一班加油，孩子们加油!”就这样我在心里默默的喊着，并且拿起录像机为他们记录了这段精彩时刻，看到他们完美的表演之后我的心终于放到了肚子里，孩子们做得很好，口号喊得很是响亮，军纪如铁，意志如钢，初一一班，再创辉煌。这16字口号是我精心准备的，我和孩子们讲了再创辉煌的深刻涵义，他们也深受鼓舞，所以喊得时候声音也很洪亮，后来得知我们班拿到了会操表演第一名，我真的很开心也很欣慰，孩子们的努力没有白费，一切辛劳都是值得的，那一张小小的奖状饱含了多少人的心血，首先就要感谢王教官不辞辛苦的尊尊教导，其次要感谢校领导的鼓励与支持，感谢校医们的精心呵护与照顾，感谢张主任及两位级长不辞辛苦的叮咛与指导，最后要感谢初一一班所有孩子们默默的付出，你们的汗水与泪水没有白流，你们为一班争得的荣誉老师会铭记在心。你们不但那到了会操表演第一名还拿到了精神文明奖第一名，这说明孩子们不但刻苦训练而且纪律有加，这里特别感谢王贏轲教官对孩子们的严格管教。

我为能成为初一一班的班主任而感到自豪，为我的孩子的出色表演而感到欣慰，我相信初一一班以后会更加出色，我会尽我最大努力带领我的孩子们一起再创辉煌!

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。

小时候我们听惯了父母的忠告：不可以吃太多糖，否则会蛀牙；不可以躺着看书，否则会近视；不可以不吃早餐，否则会胃疼……

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。

作为班助其实很高兴能见证旅 的同学们一步步的成长，从开学到选出班委后，旅 班的每一位成员都在不断地变得更优秀，闪光点也更亮了，这也让我们也很欣慰。他们逐渐成长，变得优秀就是我们努力工作的动力。而让我有更深刻的体会的是每一个人都自己的优点，但是让大家的长处都发挥出来的条件就是让大家融入这个集体，明白自己是这个大集体的成员，不仅仅是为了个人，更是为这个集体而战，这样也能让大家取长补短。

从一开始知道自己已被选为班助的时候，心情就是忐忑的，既兴奋又担忧，上了是对自己能力的肯定，提供了一个让自己为新生出一份力的机会，也多了一次锻炼自己的机会，而让我担忧的是自己是否能完全胜任这份艰巨的任务，有些工作没到位怎么办。当然首先必须鼓励自己，不能泄气。到了开学那天，见到了可爱的学弟学妹们，我就增添了一分信心，因为他们看上去都很好相处，对我们的工作也很配合。第一次的班会暨见面会很成功，只有那些极少数害羞的`女生的自我介绍简短以外，其他人的自我介绍都很新颖，令人印象深刻，尤其是班会上就为大家展示了街舞的钟诚同学，这个也许也为他日后在班干部竞选奠定的基础，因此我更深一步地认识到第一印象的重要性。

随后我和罗容在军训开始前就选拔了军训负责人，和第一次班会一样，江鹏同学又是第一个上台，由于给大家的印象较好，他当之无愧的被选为了军训负责人之一。其他三个女军训负责人也很优秀。

参加工作来，参加过四次军训。2025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2025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2025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。

一、军训前准备

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。

二、军训第一天的乱

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。

三、科学合理安排军训内容

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。

四、每天总结的必要性

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。

五、学生伤病的处理

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。

六、文体活动的安排

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。

四天的军训生活即将化为圆满的成果，四天的军训生活也即将成为美好的回忆。军训是同学们一个成长的阶梯，军训是一个人生难忘的阶段 。在军训中，同学们吃苦耐劳，严于律已，顽强拼搏，表现出色。我很为大家的表现感到骄傲!

训练场上，骄阳烈日;队伍集合，动作敏捷;站立军姿，满身大汗;队列操练，步伐规范;训练场外，互相帮助，关心照顾，团结友爱;队伍雄壮，口号声，声声震校园。处处展示出了军人的飒爽英姿。军训是一个崭新的课堂。通过军训，同学们普遍增强了体质，磨练了意志，锻炼了抗挫品质，培养了团结协作精神，形成了良好纪律观念，学会了用纪律来约束自己，用修养来规范自己。

军事训练虽然苦，但正如孟子所说，只有“先苦其心志”，方能“增益起所不能”，只有经过“苦”的洗涤，才能铸就钢铁般的意志。丰富多彩的军训生活让我们得到了全面锻炼，使我们获得了新的人生境界，有了更广阔的视角。让我们记住这不平凡的四天，让这四天成为我们成长历程中光辉的一页，照亮我们以后的人生道路。

军训结束，留给我们的是美好回忆，是严格的组织纪律性和不怕苦不怕累的作风，是坚强的意志和不断追求、勇往直前的精神。它的影响是深远的。因此，在以后紧张的学习生活中，我希望同学们以这次军训为起点，做到以下几点：

1、把军训中养成的军人作风保持下去，带到我们今后的学习和生活中，高标准，严要求，规范自己的言行，严于律己，遵守《中学生守则》和《中学生日常行为规范》，遵守学校各项规章制度，树立集体观念，做文明学生，创文明班级，建文明校园。对学校老师的要求，做到令行禁止!

2、 珍惜这次军训经历，铭记所学到的知识和做人的道理，珍惜三年的学习生活，珍惜青春的大好时光，努力拼博、奋发进取，在学习生活中锻炼自己、塑造自己、展示自己。在以后的学习生活中要更加注重时间观念。明确在什么时候?干什么事情?

3、军训生活是紧张的，军训结束之后的学习生活更是紧张的。希望同学们，抖擞精神，迎难而上，把军训过程中养成的不怕苦不怕累的精神运用到学习中去。尽快的适应并投入到高中紧张的学习生活中去。

短暂而难忘的军训，我们在训练场上迈开高中生活的第一步，明天我们将走进教室，漫游于书山学海，用丰富的知识充盈我们的头脑，我要告诉大家的是：训练场上的严格规范、一丝不苟、知难而上、百折不回，勤学苦练、甘洒汗水的训练要诀，同样也是我们获取知识的法宝、取得成绩的武器。

在军训结束的时刻，我们有一个共同的感受——这是我们成长过程中—段难忘的生活。

让我再一次：

祝贺大家有这样一段丰富多彩的军训生活。

再一次感谢教官这些天来对我们的教诲!

祝同学们学习进步!勇往直前!

20\_\_级化工技术系(包括煤化工和电子仪器仪表与维修专业两个专业)的学生为期两周的军训生活结束了。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”，军训是一个艰苦的历程，然而相对于漫长的人生历程来说这仅仅是一个前奏，仅仅是一个开始。

本次军训在学校领导小组的正确领导下，通过为期两周的军训生活，我班在时间紧、任务重、缺乏经验、条件有限的情况下，得到了磨炼，达到了预期的效果。

通过军训，同学们普遍增强了体质，磨练了坚强的意志，锻炼了抗挫品质，培养了吃苦耐劳的精神。军训最重要的目的，是要求同学们通过军训，磨练自己。通过两周艰苦的训练，逐步培养了同学们如何面对困难，如何克服困难，如何用坚韧不拔的意志来支配自己的行动的目标。

通过军训，培养了学生们的团结协作精神，使其形成了良好纪律观念，培养了学生们得集体荣誉感。学生们懂得了齐心协力，才会取得成功;要团结友爱互助，要有竞争意识、团队意识和集体主义精神，才能把自己磨练成一个有用的人。通过军训，同学们去掉了过去许多不良的陋习，良好的习惯正在形成;各种学习、生活的规范化、制度化已经形成。

通过军训，增进了老师与学生之间、学生与学生之间的了解和情感的沟通，增强了班级凝聚力、形成了一种积极向上的良好班风和促进班级凝聚力的形成。

在短短几天的辅助军训工作中，身为新教师新班主任的我实在收获良多，以下为自己的工作体会。

首先，认真观察学生对军训的态度并督促其要刻苦坚持，并对有进步的同学进行鼓励。

学会了做宣传鼓动工作，激发学生参与军训的激情。现在的孩子多为独生子女，再加上生活条件较好，在家颇受宠爱，因此吃苦意识不够。再者，学生一开始对军训可能有新鲜感，随训练强度的加大、时间的推移和炎热天气的影响，便会由新鲜转为厌烦。身为班主任便要运用极富鼓动性的语言，鼓舞学生的斗志，让他们坚持训练并争取获得最后的胜利。

班主任在军训中还应带头作好遵规守纪的表率。正人先正己，明人先自明你的一言一行都将是学生了解你的起点，因此班主任千万要当好学生的榜样，凡事不要落在学生后面。

我校大一新生军训工作已圆满结束。在这紧张艰苦的军训中，同学们经受了一次严格的考验，也获得了前所未有、终生受益的精神财富，达到了培养吃苦耐劳的高尚品质、纪律严明的工作作风、生活朴素的优良传统、无私奉献的爱国精神的目的。

但是，如何把这次军训的成果巩固下来并使之在今后发扬光大——这才是我值得思考的问题，也是我今后的工作目标之一。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！