**SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO TPHCM**

**TRƯỜNG THPT HÙNG VƯƠNG**

**BỘ MÔN: GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG – AN NINH - KHỐI LỚP: 10**

**TUẦN: 15,16/HK1 (từ 13/12/2021 đến 25/12/2021)**

**PHIẾU HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC**

1. **Nhiệm vụ tự học, nguồn tài liệu cần tham khảo:**

* **Bài : ĐỘI NGŨ ĐƠN VỊ**

**+ Nội dung 1 : ĐỘNG TÁC TIẾN, LÙI, QUA PHẢI, QUA TRÁI**

***Link bài học :*** [**https://www.youtube.com/watch?v=MxyQ-IKzigA**](https://www.youtube.com/watch?v=MxyQ-IKzigA)

**Ý nghĩa:** giúp di chuyển vị trí ở cự li ngắn (từ 5 bước trở lại) và để điều chỉnh đội hình được trật tự, thống nhất.

Khẩu kệnh: "Tiến (lùi) X bước - BƯỚC"

- Khi tiến: Nghe dứt động lệnh "BƯỚC", chân trái bước lên trên cách chân phải 60cm, thân người vẫn ở tư thế đứng nghiêm, chân phải bước tiếp cách chân trái 60cm, cứ như vậy bước đủ số bước thì chân phải (trái) đưa về thành tư thế đứng nghiêm.

- Khi lùi: Nghe dứt động lệnh "BƯỚC", chân trái lùi một bước về sau cách chân phải 60cm, thân người vẫn ở tư thế nghiêm, chân phải lùi tiếp cách chân trái 60cm, cư như vậy bước lùi đủ số bước thì chân phải (trái) đưa về thành tư thế đứng nghiêm.

Khẩu lệnh: Qua phải (trái) X bước - BƯỚC.

Nghe dứt động lệnh "BƯỚC", chân phải (trái) bước sang phải (trái) mỗi bước rộng bằng bai (tính từ mép ngoài của hai bàn chân), sau đó chân trái (phải) đưa chân sang thành tư thế đứng nghiêm rồi tiếp tục bước đủ số bước quy định thì đứng lại thành tư thế đứng nghiêm.

**+ Nội dung 2** : **GIÃN ĐỘI HÌNH, THU ĐỘI HÌNH**

Giãn đội hình hàng ngang:  
- Khẩu lệnh: “Giãn cách X bước nhìn bên phải (trái) thẳng”

Thu đội hình hàng ngang  
\* Thu đội hình hàng ngang:  
- Khẩu lệnh: “Về vị trí nhìn bên phải (trái) – thẳng”

Giãn đội hình hàng dọc:  
- Động tác giãn đội hình hàng dọc của tiểu đội trưởng và các chiến sĩ cơ bản giống như đội hình hàng ngang, chỉ khác: - Khẩu lệnh: “Cự li X bước nhìn trước thẳng”. - Động tác:Khi nghe dứt động lệnh “Thẳng”, chiến sĩ làm chuẩn đứng nghiêm, các chiến sĩ còn lại lấy số đã điểm của mình trừ đi 1 rồi nhân với bước mà tiểu đội trưởng đã quy định để tính số bước mình phải di chuyển. Đồng loạt quay đằng sau, đi đều về vị trí mới. Khi về đến vị trí mới, chiến sĩ cuối cùng hô “Xong”. Nghe dứt động lệnh “Xong”, các chiến sĩ đồng loạt quay về hướng cũ, nhìn thẳng về phía trước để gióng hàng.

Thu đội hình hàng dọc:  
- Động tác thu đội hình hàng dọc của tiểu đội trưởng và các chiến sĩ cơ bản như đội hình hàng ngang, chỉ khác: - Khẩu lệnh: “Về vị trí nhìn trước - thẳng”. - Động tác của tiểu đội trưởng và các chiến sĩ: Nghe dứt động lệnh “Thẳng”, chiến sĩ làm chuẩn đứng nghiêm, các chiến sĩ còn lại đi đều về vị trí cũ, nhìn thẳng về phía trước gióng hàng. Thấy các chiến sĩ đã về vị trí cũ, đã gióng hàng thẳng, tiểu đội trưởng hô “Thôi”.

**+ Nội dung 3**: **RA KHỎI HÀNG VỀ VỊ TRÍ**

Khẩu lệnh: “Đồng chí (số) – ra khỏi hàng; về vị trí”.

 - Động tác: Chiến sĩ được gọi tên (số) của mình đứng nghiêm trả lời “có”. Khi nghe lệnh “ra khỏi hàng”, chiến sĩ hô “rõ” rồi đi đều hoặc chạy đều đến trước tiểu đội trưởng, cách tiểu đội trưởng 2 – 3 bước thì dừng lại, chào và báo cáo “tôi có mặt”. Nhận lệnh xong thì hô “rõ”. Khi đứng trong đội hình hàng dọc, chiến sĩ phải qua phải (trái) một bước rồi mới đi đều hoặc chạy đều đến gặp tiểu đội trưởng. Nếu đứng hàng thứ 2 trong đội hình hàng ngang, chiến sĩ phải quay đằng sau rồi vòng bên phải (trái), đi đều hoặc chạy đều đến gặp tiểu đội trưởng. Khi nhận lệnh ‘về vị trí”, chiến sĩ phải làm động tác chào trước khi rời khỏi tiểu đội trưởng**.**

1. **Kiến thức cần ghi nhớ:**

* Nắm được động tác tiến, lùi, qua phải, qua trái
* Thực hiện được động tác giãn đội hình hàng ngang, thu đội hình hàng ngang, giãn đội hình hàng dọc, thu đội hình hàng dọc
* Nắm được động tác ra khỏi hàng, về vị trí.

1. **BÀI TẬP:**

* Bài tập Tiến, lùi, qua phải, qua trái
* Bài tập Giãn đội hình, thu đội hình

1. **NỘI DUNG CHUẨN BỊ:**

* Học sinh tham khảo trước trong phần SGK.

1. **ĐÁP ÁN BÀI TẬP TỰ LUYỆN:**

* Nếu có thắc mắc HS liên hệ GVBM để được hỗ trợ.