

## **ĐỊNH HƯỚNG HỌC TẬP TRỰC TUYẾN MÔN GDQP**

- **Mục đích:** định hướng cho các em nghiên cứu kiến thức, học tập trực tuyến môn GDQP có hiệu quả hơn.
- **Hình thức:** dựa trên sách giáo khoa, bài học và các câu hỏi định hướng từ đó các em đúc kết ra nội dung của bài học.

# **Bài 3: CÁC TƯ THẾ, ĐỘNG TÁC VẬN ĐỘNG TRONG CHIẾN ĐẤU**

## **A/ MỤC TIÊU:**

### **1. Kiến thức:**

Hiểu được ý nghĩa, tác dụng các tư thế, động tác cơ bản vận động trên chiến trường của cá nhân.

### **2. Kỹ năng:**

- Bước đầu biết vận dụng các tư thế, động tác phù hợp với địa hình, địa vật và các tình huống.

- Thực hành được các tư thế, động tác vận động trong chiến đấu.

### **3. Thái độ:**

Xây dựng ý thức, thái độ nghiêm túc trong học tập. Không ngại khó, ngại bản.

## **B/ NỘI DUNG BÀI HỌC**

### **I. Ý nghĩa, yêu cầu:**

#### **1. Ý nghĩa:**

- Tư thế, vận động là những động tác cơ bản thường vận dụng trong chiến đấu để nhanh chóng, bí mật đến gần mục tiêu, tìm mọi cách tiêu diệt địch.

#### **2. Yêu cầu:**

- Luôn quan sát địch, địa hình, địa vật và đồng đội, vận dụng các tư thế vận động phù hợp.

- Hành động mưu trí, mau lẹ, bí mật.

### **II. Các tư thế, động tác cơ bản khi vận động:**

#### **1. Động tác đi khom:**

1. *Trường hợp vận dụng:* Thường vận dụng trong trường hợp gần địch có địa hình, địa vật che khuất, che đờ cao ngang tầm ngực hoặc trong đêm tối sương mù, địch khó phát hiện.

#### **2. Động tác:**

- *Đi khom cao không có chướng ngại vật:*

- Tư thế chuẩn bị: Chân trái bước lên một bước, mũi bàn chân hơi chéch sang phải, chân phải dùng mũi chân làm trụ xoay gót lên cho người nghiêng sang phải (thu nhỏ mục tiêu), hai chân chùng, trọng lượng dồn đều vào hai chân, từ bụng trở lên cúi thấp, mắt quan sát địch, tay trái cầm ốp lót tay, tay phải cầm tay cầm, ngón trở đặt ngoài vành cò, mặt súng nghiêng sang trái, đầu nòng súng cao ngang mắt trái, súng ở tư thế sẵn sàng chiến đấu.

- Khi tiến:

*Cử động 1:* Chân phải bước lên đặt cả bàn chân xuống đất, mũi bàn chân chệch sang phải, hai chân vẫn chùng. Cứ như vậy hai chân thay nhau bước tiến đến vị trí đã định.

- Đi khom thấp thực hiện như đi khom cao chỉ khác hai chân chùng hơn, người cúi thấp hơn.
- Đi khom khi có chướng ngại vật: Động tác cơ bản như đi khom ở địa hình bình thường chỉ khác dây đeo vào vai phải, tay phải nắm ốp lót tay, cánh tay kẹp chặt súng vào người, tay trái cầm cành lá nguy trang hoặc vạch đường để tiến.

Khi mang vật chất, khí tài, trang bị, động tác cơ bản như trên, chỉ khác: súng đeo sau lưng, hai tay mang vật chất, khí tài, trang bị.

\* *Chú ý:*

- Trường hợp thuận tay trái, động tác thực hiện ngược lại.
- Khi mang súng trường, động tác đi khom như khi mang súng tiểu liên chỉ khác tay phải cầm cổ báng súng.
- Khi đi khom, người không được nhấp nhô, không ôm súng.

## **2. Động tác chạy khom:**

Chạy khom thường vận dụng trong trường hợp cần vận động nhanh từ địa hình này sang địa hình khác.

Động tác cơ bản như động tác đi khom, chỉ khác: tốc độ nhanh hơn, bước chân dài hơn.