

# BÀI: CÁC TƯ THẾ, ĐỘNG TÁC VẬN ĐỘNG CƠ BẢN TRÊN CHIẾN TRƯỜNG

## NỘI DUNG BÀI HỌC

### I. Ý NGHĨA, YÊU CẦU, TRƯỜNG HỢP VẬN DỤNG.

#### 1. Ý nghĩa.

T- thế vận động là những động tác vận động 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.

#### 3. trường hợp vận dụng:

- Động tác:
  - Đi khom.
  - Chạy khom.
  - Bo
  - Lê.
  - Trườn.
  - Vọt tiến.

### II. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG VỀ LỢI DỤNG ĐỊA HÌNH, ĐỊA VẬT.

#### 1 Khái niệm về địa hình, địa vật.

Địa hình, địa vật che khuất.

Địa hình, địa vật che đỡ.

Địa hình trống trải.

#### 1. ý nghĩa, yêu cầu:

Ý nghĩa; GV nêu ý nghĩa bài học

Yêu cầu; HS nghiêm túc thực hiện

#### 2. Những điểm chú ý khi lợi dụng.

- Mục đích lợi dụng (lợi dụng để làm gì?).
- vị trí lợi dụng (lợi dụng ở đâu).
- động tác lợi dụng phù hợp (vận dụng động tác, tư thế nào).

### III : CÁCH LỢI DỤNG ĐỊA HÌNH, ĐỊA VẬT.

#### 1. Lợi dụng địa hình, địa vật che khuất:

- Vị trí lợi dụng.
- Tư thế động tác khi lợi dụng.

#### 2. Lợi dụng địa hình, địa vật che đỡ:

- Vị trí lợi dụng.
- Tư thế động tác khi lợi dụng.

#### 3. Vận động qua địa hình trống trải.

- Vị trí lợi dụng.
- Tư thế động tác khi lợi dụng.



