

Kỹ năng thực hành: THẬT KHẸN QUÀNG ĐÓI

Giúp chi u cần gấp khăn để phục vụ chi u cao khăn còn khoảng 15cm, đặt khăn vào cổ áo, dùng cổ áo lên, chụm đuôi khăn giữa lưng áo, đặt đôi khăn bên trái lên trên đôi khăn bên phải. Vòng đuôi khăn bên trái vào trong, đưa lên trên và kéo ra phía ngoài.

Lấy đuôi khăn bên trái vòng từ trái sang phải và buộc thành nút (Từ phải sang trái) với đôi khăn bên phải.

Thực nút khăn, chụm cho hai đôi khăn trên và dưới nút khăn xòe ra, sửa nút khăn vuông vắn, búi cổ áo xuống.

Kỹ năng thực hành: CHÀO KIỂU ĐOÀI VIÊN THƯỜNG NIÊN TỈNH PHONG.

Đoài viên đứng thẳng nghiêm, mắt hướng về phía chào, chào bằng tay phải, các ngón tay khép kín giữa lên để như để cách thùy trán bên phải khoảng 5cm, bàn tay thẳng với cánh tay dưới, khuỷu tay chụm ra phía trước cẳng tay với thân người và mắt góc khoảng 130o.

Giữ tay lên để biểu hiện đoài viên luôn luôn đặt lợi ích Tổ quốc và của tập thể Đoài lên trên, năm ngón tay khép kín thẳng đứng cho ý thức đoàn kết của đoài viên để xây dựng Đoài vững mạnh. Giữ tay chào và bước xuống theo đường ngắm nghiêm, không gây tiếng động.

Đoài viên chào khi đi chào, đón đoài biểu, báo cáo cấp trên, làm lễ mừng niềm... chào khi đeo khăn quàng để học đeo huy hiệu Đoài.

Kỹ năng thực hành: CẢM CẢM, GIỮNG CẢM, KÉO CẢM VÀ VẮC CẢM

* Cảm cảm : Bàn tay phải nắm cán cảm cao ngang thắt lưng, đặt cán cảm đặt trên mắt để, sát ngón út bàn chân phải.

Cảm cảm thẳng nghiêm : Khi có lệnh “Nghiêm!”, kéo cán cảm áp sát vào thân mình, người thẳng nghiêm.

Cảm cảm nghiêng : Khi nghe khẩu lệnh “Nghĩa!”, chân trái chùng và người cảm ra phía trước cẳng tay, tay với thân người 1 góc 45o.

* Giữ người cảm : Đặt cảm trước khi chào cảm, duy trì Đoài, di chuyển hành và đón đoài biểu.

+ Tập thể cảm cảm nghiêm chuyển sang giữ người cảm : Tay phải cảm cảm giữ người lên trước cẳng tay, tay thẳng và vuông góc với thân người, cán cảm đứng thẳng đứng. Tay trái nắm cán cảm dưới bàn tay phải khoảng 20cm – 30cm, tay phải di chuyển xuống nắm sát đặt cán cảm, kéo sát vào ngang sườn đưa về thẳng giữ người cảm.

+ Tập thể cảm cảm chuyển sang giữ người cảm : Tay phải kéo đặt cán cảm về sát thân người, tay trái đưa cán cảm ra phía trước về thẳng giữ người cảm.

* Vắc cảm : Đặt cảm xuống khi di chuyển hành, khi đưa cảm vào làm lễ chào cảm, duy trì Đoài, đón đoài biểu...

Đứng tác thể cảm cảm : Tập thể cảm cảm nghiêm, tay phải cảm cảm giữ người lên trước cẳng tay, tay thẳng và vuông góc với thân người. Tay trái nắm cán cảm dưới bàn tay phải khoảng 20cm – 30cm, tay phải di chuyển xuống nắm sát đặt cán cảm, đưa thẳng ra phía trước nghiêng với mắt đặt góc khoảng 45o, tay trái kéo cán cảm đặt lên vai phải đưa về thẳng cảm cảm.

Kỹ năng thố i : HỒ ĐÁP KHU HIU U ĐẤM I.

- Khu hiu u Đấm i : “Vĩ tồ quồ c xã hồ i chồ nghĩa - Vĩ lý tồ ng cồ a Bác Hồ vĩ đồ i! Sồ n sòng!”, toàn đồ n vồ hồ đáp i : “Sồ n sòng!”. Khi hồ không giồ tay.

Kỹ năng thố năm : CÁC ĐỔNG TÁC CÁ NHÂN TỒI CHỒ VÀ DI ĐỔNG.

- Đổng nghồ : Ngồ i tồ thồ đổng, khi có i nh “Nghồ!” hai tay đồ thồ ng thoồ i mái, chân trái hồ i chồ ng xuồ ng, trồ ng tâm đồ n vào chân phồ i, khi mồ i có thồ đồ i chân.

- Đổng nghiồ : Ngồ i tồ thồ đổng, khi có i nh “Nghiồ!” ngồ i đổng thồ ng, mồ t nhìn thồ ng, hai tay thồ ng khếp sát thân ngồ i, bàn tay nồ m tồ nhiên, hai chân thồ ng, khếp sát, hai bàn chân tồ o thành hình chồ V (Góc 60o).

- Quay bên trái : Khi có i nh “Bên trái – Quay!”, sau đổng i nh “Quay!” ngồ i đổng nghiồ, i y gót chân trái làm trồ, mũi chân phồ i làm đồ m đồ, quay ngồ i sang trái mồ t góc 90o, sau đó rút chân phồ i lên, trồ vồ tồ thồ đổng nghiồ.

- Quay bên phồ i : Khi có i nh “Bên phồ i – Quay!”, sau đổng i nh “Quay!” ngồ i đổng nghiồ, i y gót chân phồ i làm trồ, mũi chân trái làm đồ m đồ, quay ngồ i sang phồ i mồ t góc 90o, sau đó rút chân trái lên, trồ vồ tồ thồ đổng nghiồ.

- Quay đổng sau : Khi có i nh “Đổng sau – Quay!”, sau đổng i nh “Quay!” i y gót chân phồ i làm trồ, mũi chân trái làm đồ m đồ, quay ngồ i sang phồ i mồ t góc 180o, sau đó trồ vồ tồ thồ đổng nghiồ.

- Đổm chân tồ i chồ : Khi có i nh “Đổm chân – Đổm!”, sau đổng i nh “Đổm!”, bồ t đồ u bồ ng chân trái, đổm theo nhồ p hồ hoồ c cồ i, trồ ng, nhồ ng không chuyồ n vồ trí. Khi đồ t chân xuồ ng đồ t, mũi chân đồ t trồ c rồ i đồ n gót chân. Tay phồ i vung vồ phồ i trồ c, bàn tay cao ngang thồ t i ng, tay trái vung thồ ng vồ phồ i sau. Khi có i nh “Đổng i – Đổng!” (Đổng i nh “Đổng!” rồ i vào chân phồ i), đồ i viên đổm chân thêm mồ t nhồ p, kéo chân phồ i vồ tồ thồ đổng nghiồ.

- Chồ y tồ i chồ : Khi có i nh “Chồ y tồ i chồ – Chồ y!”, sau đổng i nh “Chồ y!”, bồ t đồ u bồ ng chân trái, chồ y đồ u theo nhồ p cồ i hoồ c i hô, nhồ ng không chuyồ n vồ trí, hai tay co tồ nhiên, lòng bàn tay hồ ng vào thân ngồ i, bàn tay nồ m, đánh nhồ tồ thồ thoồ i mái và vung đồ c theo hồ ng chồ y. Khi có i nh “Đổng i – Đổng!” (Đổng i nh “Đổng!” rồ i vào chân phồ i), đồ i viên đổm chân thêm ba nhồ p nồ a. Đổm chân phồ i vồ tồ thồ đổng nghiồ.

- Tiồ n : Khi có i nh : “Tiồ n . . . bồ c – Bồ c!”, sau đổng i nh “Bồ c!” ngồ i đổng thồ ng, mồ t nhìn thồ ng, bồ t đồ u bồ ng chân trái bồ c lên trồ c liên tồ c theo sồ bồ c ngồ i chồ huy hô, khoồ ng cách bồ c chân bồ ng mồ t bàn chân, bồ c xong trồ vồ tồ thồ nghiồ.

- Lùi : Khi có i nh : “Lùi . . . bồ c – Bồ c!”, sau đổng i nh “Bồ c!”, ngồ i đổng thồ ng, mồ t nhìn thồ ng, bồ t đồ u bồ ng chân trái bồ c liên tồ c vồ phồ i sau theo sồ bồ c ngồ i chồ huy hô, khoồ ng cách bồ c chân bồ ng mồ t bàn chân, bồ c xong trồ vồ tồ thồ nghiồ.

- Bồ c sang trái : Khi có i nh : “Sang trái . . . bồ c – Bồ c!”, sau đổng i nh “Bồ c!”, ngồ i đổng thồ ng, mồ t nhìn thồ ng, chân trái bồ c sang trái, (Chân phồ i bồ c theo kiồ u sâu đồ), cồ nhồ vồ y đồ n hồ t sồ bồ c ngồ i chồ huy hô. Mồ i bồ c rồ ng bồ ng vai, bồ c xong, trồ vồ tồ thồ nghiồ.

- Bồ c sang phồ i : Khi có i nh : “Sang phồ i . . . bồ c – Bồ c!”, sau đổng i nh “Bồ c!”, ngồ i đổng thồ ng, mồ t nhìn thồ ng, chân phồ i bồ c sang phồ i, (Chân trái bồ c theo kiồ u sâu đồ), cồ

nhỏ vẩy để n hất số bịch ngói ch huy hô. Mọi bịch rêng bêng vai, bịch xong, trở về t th nghiêm.

- Đi đ u : Khi có l nh “Đi đ u – B c!”, sau đ ng l nh “B c!”, b t đ u b c b ng chân trái theo nh p còi, tr ng ho c l i hô, tay ph i đánh ra tr c th t l ng, tay trái vung th ng ra phía sau đ a đ c theo ng i, bàn tay n m t nhiên, b c đ u đ n, ng i th ng, m t nhìn th ng. Khi có l nh “Đ ng l i – Đ ng!”, Đ ng l nh “Đ ng!” r i vào chân ph i, chân trái b c thêm m t b c, r i đ a chân ph i lên, trở về t th đ ng nghiêm.

Đi đ u khác đ m chân t i ch c b n b c chân di chuy n, đ u g i không nh c cao, b c đi bình th ng, gót chân xu ng tr c, mũi xu ng sau, không đá h t chân v phía tr c ho c gi t ra phía sau.

- Ch y đ u : Khi có l nh “Ch y đ u – Ch y!”, sau đ ng l nh “Ch y! ”, b t đ u ch y b ng chân trái theo nh p còi ho c l i hô, đ u g i không nh c cao, không đá chân, hai cánh tay co t nhiên, lòng bàn tay h ng vào thân ng i, bàn tay n m, đánh nh t th tho i mái và vung đ c theo h ng ch y, ng i h i đ v tr c. Khi có l nh “Đ ng l i – Đ ng!”, Đ ng l nh “Đ ng!” r i vào chân ph i, đ i viên ch y thêm 3 b c n a r i kéo chân ph i v t th đ ng nghiêm.