



Nghiêm Tập Căn Bản

Nghĩa Sĩ



TỔNG QUÁT VỀ NGHIÊM TẬP



- **Nghiêm:** Nghiêm minh, nghiêm túc, uy nghi, chính xác, kỷ luật.
- **Tập:** Tập tục, tập quán, thói quen, thực tập, tập luyện, cử chỉ.

CÁC QUI ĐỊNH VỀ NGHIÊM TẬP



Đoàn Sinh:

- Sẵn sàng thực hiện các yêu cầu trong trật tự – im lặng và nhanh nhẹn.
- Nghiêm túc trong đội hình.
- Nắm vững cách thực hiện đội hình, tư thế.

CÁC HIỆU LỆNH



- 1) **Khẩu lệnh** : Dùng tiếng hô bằng miệng để ra lệnh.
- 2) **Thủ lệnh** : Dùng tay để ra hiệu.
- 3) **Âm lệnh** : Dùng âm thanh của còi, tù và, trống....
- 4) **Cờ lệnh** : Dùng cờ để ra lệnh.

Examples: Âm lệnh (whistle - còi)

- * Tập hợp chung : — , °°°° (TH)
- * Nghỉ : — (T)
- * Nghiêm : ° (E)
- * Ấu Nhi : °—, —° (AN)
- * Thiếu Nhi : —, —° (TN)
- * Nghĩa Sĩ : — °, °°° (NS)
- * Huynh Trưởng : °°°°, — (HT)
- * Đội Trưởng : —°, — (ĐT)

CÁC KHẨU HIỆU



- + Ấu Nhi : - Ngoan.
- + Thiếu Nhi : - Hy sinh. (Chung cho các Ngành)
- + Nghĩa sĩ : - Chinh phục.
- + Chiên Con : - Hiền lành.
- + Hiệp sĩ : - Dấn thân.
- + Đội Trưởng : - Gương mẫu.
- + Huynh Trưởng : - Phụng sự.
- + Trợ tá : - Phục vụ.

Notes: Mỗi khẩu hiệu chỉ hô 1 lần.

CÁC THẾ ĐỨNG



Thế Đứng Nghỉ Không Cầm Cờ:

Chân trái đưa sang trái khoảng một bước, hai tay đưa sau lưng, bàn tay trái nắm cổ bàn tay phải và để ở ngang thắt lưng.

Thế Đứng Nghiêm Không Cầm Cờ:

Đứng thẳng người, hai gót chân sát vào nhau và hai bàn chân mở ra một góc 45 độ, mắt nhìn thẳng về phía trước, hai tay xuôi tự nhiên theo người.

Thế Đứng Nghỉ Có Cầm Cờ:

Chân trái đưa sang trái khoảng một bước, bàn tay trái nắm lại để sau lưng, tay phải cầm cờ đưa ra phía trước xéo sang bên phải một chút (khoảng 30 độ). Cán cờ chạm đất ngay đầu ngón chân cái của chân phải.

Thế Đứng Nghiêm Có Cầm Cờ:

Đứng thẳng người, kéo cờ sát vào người, mắt nhìn thẳng về phía trước, tay không cầm cờ buông xuôi tự nhiên theo thân người.

CÁCH ĐỔI THỂ



A. Dùng Khẩu Lệnh:

1. Đoàn Sinh đang đứng ở tư thế nghỉ, Trưởng hô lên khẩu hiệu Ngành, tên đội, tên sa mạc, v.v...
2. Tất cả Đoàn Sinh hô câu đáp, đồng đứng về thế nghiêm.

Example: **Thiếu Nhi** (Nghỉ) : **Hy Sinh!** (Nghiêm)

B. Dùng Thủ Lệnh Nghỉ:

1. Đoàn Sinh đang đứng ở tư thế nghiêm để chờ lệnh nghỉ.
2. Tay phải Trưởng nắm lại, giơ cao vòng trên đỉnh đầu, long bàn tay hướng về phía trước mặt, đồng thời bàn tay trái nắm lại đề đằng sau lưng.
3. Chân trái đưa sang trái khoảng một bước.

C. Dùng Thủ Lệnh Nghiêm:

1. Đoàn Sinh đang đứng ở tư thế nghỉ để chờ lệnh nghiêm.
2. Trưởng làm ba động tác như ở tư thế nghỉ (trên).
3. Tay phải Trưởng phát xuống sát thẳng bên hông phải, đồng thời chân trái rút về tư thế nghiêm.
4. Hai tay nắm lại để xuôi thẳng hai bên hông.

CÁCH ĐỔI THỂ (Cont'd)



D. Dùng Cờ Lệnh Nghỉ:

1. Đoàn Sinh đang đứng ở tư thế nghiêm để chờ lệnh nghỉ.
2. Trường đưa chân trái sang ngang phía trái một bước, tay trái nắm lại để đằng sau lưng, tay phải cầm cờ đưa ra phải trước, xéo sang bên phải một chút (khoảng 30 độ).
3. Cán cờ chấm đất ngay đầu ngón chân cái của chân phải.

E. Dùng Cờ Lệnh Nghiêm:

1. Đoàn Sinh đang đứng ở tư thế nghỉ để chờ lệnh nghiêm.
2. Trường làm ba động tác như ở tư thế nghỉ (trên).
3. Kéo cờ sát vào người, tay cầm cờ để xuôi tự nhiên.
4. Đồng thời rút chân trái về thế nghiêm, tay trái để xuôi về bên hông.

F. Dùng Còi Hiệu:

1. Tiếng còi thổi dài (Tè: -): **Nghỉ.**
2. Tiếng còi thổi ngắn (Tích: .): **Nghiêm.**