



CHƯƠNG TRÌNH NHỊP BƯỚC HÀNH QUÂN

“Viên Gạch Hồng”

Với mục đích tạo môi trường sinh hoạt hè lành mạnh, có tác dụng định hướng nhân cách cho thanh thiếu niên một cách đúng đắn, xây dựng lối sống đẹp, sống có ích; Tổng Đội Thanh Niên Xung Phong Trường Sơn phối hợp với Sư đoàn Phòng không 367, học viện Hải Quân Nha Trang lên kế hoạch xây dựng và triển khai chương trình Học kỳ hè **NHỊP BƯỚC HÀNH QUÂN** Khóa 4 – năm 2013 với chủ đề **Viên Gạch Hồng**

Viên Gạch Hồng là thành quả của việc trui rèn, thanh luyện qua lửa. Từ một viên đất sét mềm nhũn, qua nhào nặn, đóng khuôn và nung lửa đã trở thành viên gạch hồng vuông vắn, và chắc chắn góp phần vào việc xây cho đời những ngôi nhà mà trong đó đầy ắp tình yêu thương gia đình. Cũng vậy, các “chiến sĩ” cũng sẽ được rèn giũa, uốn nắn từng ngày, từng giờ để trở thành những “viên gạch” vững chắc, trưởng thành và có ích hơn cho gia đình và xã hội.

I. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM VÀ ĐỐI TƯỢNG THAM GIA

Địa điểm: Trung tâm huấn luyện quân sự Tiểu đoàn 11, Sư đoàn 367, Tư lệnh Phòng không Không quân, Việt Nam. Học viện Hải Quân Nha Trang.

Với khuôn viên rộng, đa dạng, không gian ngoài trời nhiều cây xanh các học viên sẽ được vui chơi thỏa thích, có cơ hội rèn luyện tính kỷ luật trong quân đội và trực tiếp tham gia các hoạt động của Ban tổ chức như: tham gia các chuyên đề kỹ năng sống, giá trị sống, teambuilding, các kỹ năng sinh hoạt, các hoạt động cá nhân, nhóm...với phương châm **“chơi sáng tạo là học đỉnh cao”**



STT	LỚP	SỐ LƯỢNG HỌC VIÊN	THỜI GIAN THỰC HIỆN	ĐỊA ĐIỂM
1	NBHQ – Phòng Không 1 (tuổi từ 11 – 21)	110	02/06 – 09/06/2013	Tiểu đoàn 11, Sư đoàn 367, Sân bay Biên Hòa, ĐN Homestay: làng Bưởi Đông Triều ĐN
2	NBHQ – Phòng Không 1 (tuổi từ 9 – 15)	110	16/06 – 21/06/2013	Tiểu đoàn 11, Sư đoàn 367, Sân bay Biên Hòa, ĐN Dã ngoại KDL Lộc An, Vũng Tàu
3	NBHQ – Hải Quân (tuổi từ 11 – 21)	60	15/07 – 24/07/2013	Học viện Hải Quân Nha Trang Dã ngoại: Resort Dốc Lết – Nha Trang
4	Hội quân (tuổi từ 9 – 21)	100	27/07 – 28/07/2013	Trung tâm dã ngoại Thanh Thiếu Nhi Tp.HCM (Cần Giờ)



II. NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH

1. Dự án

Chương trình Nhịp bước hành quân là một chương trình nằm trong dự án “*Hình thành thói quen có ích & phát triển toàn diện nhân cách thanh thiếu niên*”. Với phương pháp giáo dục trực quan sinh động, *Phương pháp giáo dục chủ động*, *Phương pháp giáo dục định hướng* và những hoạt động đội nhóm sẽ giúp các học viên có thêm những trải nghiệm thực tiễn, đáp ứng nhu cầu vừa học vừa chơi, và phát triển hoàn toàn diện nhân cách về các khía cạnh.

Tâm (tâm lý, tâm hồn) – **Trí** (tri thức, kiến thức) – **Kỷ** (kỷ luật) – **Cộng đồng**

Ngoài ra chương trình còn giúp các học viên khám phá giá trị bản thân, huấn luyện đời sống tập thể, về trách nhiệm với cộng đồng Xã hội, về tình bạn, tình yêu thương gia đình.

2. Hoạt động

Để đảm bảo 4 mục tiêu rèn luyện toàn diện cho học viên về **Tâm – Trí – Kỷ luật – Cộng đồng**. BTC NBHQ 2013 xây dựng các hoạt động cụ thể sau.



Tâm: Là tâm lý, tâm hồn, là học hiểu và tìm ra những giá trị tinh thần.

Thông qua các chuyên đề: 12 giá trị sống, tư duy tích cực, gia đình và lòng yêu thương, tình bạn, tình yêu... giúp các học viên có được những kinh nghiệm và những giá trị thực sự từ những trải nghiệm thực từ cuộc sống.



Trí: Là trí não, trí hiểu, là sự thông hiểu về khoa học, những hiểu biết về đời sống hằng ngày thông qua các chuyên đề kỹ năng sống, giá trị sống, kỹ năng ứng dụng.

- Các chuyên đề kỹ năng sống và tâm lý: Khám phá sức mạnh bản thân, Kỹ năng xác định mục tiêu cuộc đời, Kỹ năng thiết lập các mối quan hệ xã hội, Kỹ năng chăm sóc bản thân, Tâm lý tuổi dậy thì, Những căn bệnh của tuổi teen...

- Các chuyên đề học tập: Phương pháp học tập siêu tốc, Kỹ năng làm việc nhóm, Kỹ năng đọc sách hiệu quả, Kỹ năng lắng nghe, kỹ năng viết bài, kỹ năng thuyết trình...



Kỷ luật: Rèn luyện tính kỷ luật, gọn gàng thông qua việc thực hiện các chế độ trong ngày, học cách sống ngăn nắp gọn gàng thông qua việc gói buộc ba lô, giày, gấp chăn màn, quần áo, học cách sống đúng giờ, đúng việc.

Cộng đồng: Là những chuyến viếng thăm, giao lưu với các mái ấm nhà mở, hoặc tới thăm và giao lưu với người dân tộc thiểu số, người dân nghèo trong xã hội để các học viên có cơ hội được chia sẻ, đồng cảm, cảm nghiệm những giá trị từ thực tế.

được rèn luyện theo thực tế thông qua các bài tập thực hành



trong quân đội, 16 động tác võ, các hoạt động teambuilding, các hoạt động thể thao, tăng gia sản xuất...giúp học viên có được sức khỏe cường tráng và một thể lực dồi dào.

Chương trình phong phú, đa dạng học viên được tham gia các chuyên đề và các hoạt động

- **Học kỹ năng**

Trải nghiệm kỹ năng sống, giá trị sống, tâm lý qua các chuyên đề do các chuyên gia tâm lý, kỹ năng giảng dạy.

- **Học tính kỷ luật**, ngăn nắp, gọn gàng, tác phong nhanh nhẹn trong quân đội thông qua các bài huấn luyện quân sự theo 11 chế độ trong ngày và các chương trình huấn luyện quân sự.

- **NBHQ net**

Các học viên có cơ hội giao lưu, kết nối với cộng đồng thông qua việc tới thăm các mái ấm, nhà mở để cảm nhận sự yêu thương, chia sẻ và cảm thông

- **Dân vũ Quốc Tế**

Các điệu vũ Chickendance, Múa gối, Té nước, Rasa Sayang, Yaca, Waka Waka... giúp họ viên có được tính linh hoạt và sức khỏe tốt.

- **Lễ hội**

Học viên tham gia dạ vũ hóa trang, đêm Hawaii, lễ hội Halloween, dự tiệc nướng Babercure, tham quan và nghỉ mát ở 2 vùng biển nổi tiếng Vũng Tàu và Nha Trang

3. Phương pháp giáo dục: Kết hợp 2 phương pháp giáo dục chủ động & Giáo dục định hướng

- Giáo dục chủ động: Lấy học viên làm trung tâm, khơi nguồn sáng tạo từ học viên
- Giáo dục định hướng: Dựa trên 3 tiêu chuẩn: **Ái** (tình yêu) – **Trí** (tri thức) – **Đạo** (định hướng con đường)

✚ **Ái:** Giáo dục học viên bằng lòng yêu mến chứ không phải sự áp đặt, và giúp học viên nhận ra tình yêu mến thực sự của BTC, của cha mẹ dành cho họ. BTC & cha mẹ trở nên những người bạn thực sự của trẻ.

✚ **Trí:** Giúp học viên mở rộng kiến thức ngoài những kiến thức đã học ở trường bằng cách gợi mở. Chứ không dạy theo cách nhồi sọ, nhồi nhét thông tin, thiếu tự do làm trẻ mất đi tư duy sáng kiến

✚ **Đạo:** Là con đường, là sự khơi mở một hướng đi tốt cho học viên. Và giúp học viên chủ động tìm cho mình một con đường đi tốt để sống.

4. Học viên được gì sau khóa học?

- ✓ Hình thành thói quen tốt và văn hóa ứng xử đẹp làm nền tảng cho xây dựng lối sống đẹp, sống có ích.
- ✓ Rèn tính tự lập thông qua những trải nghiệm về kỹ năng sinh tồn, tự chăm sóc bản thân như giặt đồ, nấu ăn, chăm sóc vườn rau, xử lý tình huống...
- ✓ Tự tin, năng động & tư duy tích cực; dễ chia sẻ, thích nghi và hòa nhập.



NHỊP BƯỚC HÀNH QUÂN

CHÀO MỪNG BẠN ĐẾN VỚI CHƯƠNG TRÌNH HỌC KỲ HÈ TRONG QUÂN ĐỘI

NHỊP BƯỚC HÀNH QUÂN

Viện Gạch Hồng

www.truongsongroup.com.vn





TỔNG QUAN CHƯƠNG TRÌNH NHỊP BƯỚC HÀNH QUÂN 2013



NGÀY 2: KHÁM PHÁ BẢN THÂN

NGÀY 1: CHÚNG EM LÀM CHIẾN SĨ



NGÀY 5: KỸ NĂNG CHIẾN SĨ



NGÀY 3: TINH THẦN ĐỒNG ĐỘI

Viên Gạch Hồng



NGÀY 6: HOMESTAY 1
TEAMBUILDING



NGÀY 4: GIA ĐÌNH YÊU THƯƠNG



NGÀY 8: CON ĐÃ LỚN KHÔN



NGÀY 7: HOMESTAY 2
HỘI TRẠI KỸ NĂNG

NGÀY 1: NGÀY ĐẦU LÀM CHIẾN SĨ

SÁNG

Tập trung
Lễ xuất quân
Ổn định chỗ ở



CHIỀU

Học nội quy sinh hoạt
Cheer, trò chơi phản xạ
Học cách sắp xếp nội vụ
Dân vũ quốc tế: Chickendance, Múa gối

Tạm biệt gia đình yêu thương



Tập thể theo phương pháp Yoga

TỐI

Sinh hoạt tiểu đội: chia sẻ ngày đầu nhập ngũ
Đêm hội ngộ gia đình NBHQ
Viết nhật ký
Tập thở và thư giãn theo phương pháp Yoga

Cheer, trò chơi phản xạ





NGÀY 2 : KHÁM PHÁ BẢN THÂN

SÁNG

Tập 2 bài thể dục buổi sáng
Chuyên đề KNS: **Xác định mục tiêu cuộc đời**



Xác định mục tiêu cuộc đời

CHIỀU

Tham quan bảo tàng, nghe các chú bộ đội nói chuyện về truyền thống bộ đội cụ Hồ
Tặng quà sản xuất



TỐI

Sinh hoạt tiểu đội
Chuyên đề KNS: **Phương pháp học tập siêu tốc**
Tập tỉnh



NGÀY 3: TINH THẦN ĐỒNG ĐỘI

SÁNG

16 động tác võ
Dân vũ té nước, Rasa Sayang
Điều lệnh đội ngũ



CHIỀU

Kỹ năng làm việc nhóm, tinh thần đồng đội
Teambuilding
Giải bóng đá NBHQ



TỐI

Sinh hoạt tiểu đội: Chủ đề gia đình
Chuyên đề: Các căn bệnh của Teen thời hiện đại
Tập múa Kaoshiki & nhảy Tanjawa (Yoga Ấn Độ)
Tập tỉnh





NGÀY 4: GIA ĐÌNH YÊU THƯƠNG

SÁNG

Chuyên đề: Lý tưởng sống và trách nhiệm với cộng đồng của thế hệ 9x

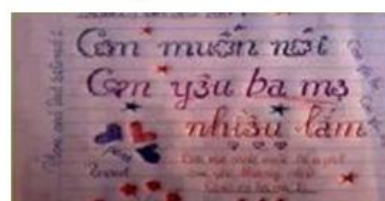
Gameshow: Chiến sĩ NBHQ – Nhà thông thái
Ăn trưa & nghỉ trưa

CHIỀU

Kỹ năng tự chăm sóc bản thân
Thực hành kỹ năng ứng dụng
Chung kết giải bóng đá: NBHQ

TỐI

Sinh hoạt tiểu đội: Gia đình
Dân vũ quốc tế
Chuyên đề: Gia đình và lòng yêu thương
Viết thư



NGÀY 5: KỸ NĂNG CHIẾN SĨ

SÁNG

Tháo lắp súng AK
Ngắm bắn súng AK
7 tư thế vận động chiến trường

CHIỀU

Hành trình sự gian khổ
Bài học giá trị sống

TỐI

Sinh hoạt tiểu đội: Xin lỗi & cảm ơn
Chuyên đề: Lời xin lỗi muộn!
Tập tỉnh





NGÀY 6: TỔ ẤM - HOMESTAY 1

Báo động đêm, di chuyển tới địa điểm homestay

Sinh hoạt cùng gia đình cha mẹ nuôi

Hội chợ NBHQ

Kỹ năng thấu cảm, kỹ năng tìm đường, kỹ năng hòa nhập các mối quan hệ xã hội...

Thực hiện 11 chế độ trong ngày, sống có kỷ luật, gọn gàng



NGÀY 7: HOMESTAY 2, HỘI TRẠI VIÊN GẠCH HỒNG

Thể dục sáng

Trò chơi vận động

Trò chơi lớn: Viên Gạch Hồng

Đêm Hawaii, Dã vũ hóa trang, lửa trại

Giao lưu văn nghệ, cảm ơn cha mẹ nuôi

Nghĩa tình chiến sĩ



Khám Phá

Trải Nghiệm





NGÀY 8: CON ĐÃ LỚN KHÔN

SÁNG

Hội thao quân sự, tổng kết hành trình

Hội thi ẩm thực: Đồi Đũa Vàng

CHIỀU

Ga la tổng kết, chia tay đơn vị quân đội

Ghi nhận sự trưởng thành của các chiến sĩ và trao
bằng chứng nhận Nhịp Bước Hành Quân

Phát thưởng các các nhân, tiểu đội có thành tích
xuất sắc trong chương trình.

Chia tay đơn vị quân đội, chia tay bạn bè, trở về
mái ấm thân thương



BTC NHỊP BƯỚC HÀNH QUÂN 2013