



BUỔI TƯ VẤN KHÓA HỌC TẬP

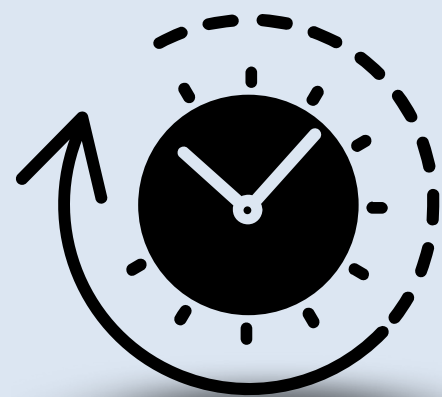
KẾT HỢP GDQP&GDAN

NĂM HỌC 2023-2024

TRƯỜNG ĐẠI HỌC NGOẠI NGỮ - ĐHQGHN



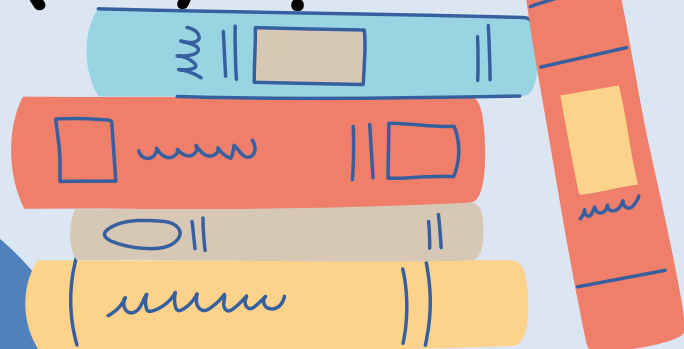
KẾ HOẠCH HỌC TẬP



THỜI GIAN

19/02/2024-31/03/2024

Quay lại ULI học: từ ngày 01/4/2024



ĐỊA ĐIỂM

Trung tâm giáo dục QP&AN – ĐHQGHN
(Thôn 7, Thạch Hòa, Thạch Thất, Hà Nội)

NỘI DUNG HỌC PHẦN CHUẨN ĐẦU RA

GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG-AN NINH

Kiến thức cơ bản về đường lối quốc phòng, an ninh; Trang bị kỹ năng quân sự, an ninh cần thiết đáp ứng yêu cầu xây dựng, củng cố nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân.

GIÁO DỤC THỂ CHẤT

Nâng cao thể chất, sức khỏe qua các môn thể thao



MÔ HÌNH ĐÀO TẠO

Mô hình cũ Từ QH2018.F1 trở về trước

- Số tín chỉ: 12 tín chỉ:
(8TC GDQP + 4TC GDTC)
- Thời gian học tập:
28 ngày GDQP + 4 học kỳ GDTC



Mô hình mới Từ QH2019.F1 trở về sau

- Số tín chỉ: 12 tín chỉ
(8TC GDQP + 4TC GDTC)
- Thời gian học tập:
học tập trung 42 ngày

LỢI ÍCH CỦA MÔ HÌNH ĐÀO TẠO MỚI

Tiết kiệm thời gian học tập

Tích lũy điểm 02 học phần trong cùng một thời gian

Một thời gian để rèn luyện + xác định lại mục tiêu cuộc sống



ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI TRUNG TÂM GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG VÀ AN NINH





**TRUNG TÂM GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO
ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI**

CÁC YÊU CẦU CHUNG

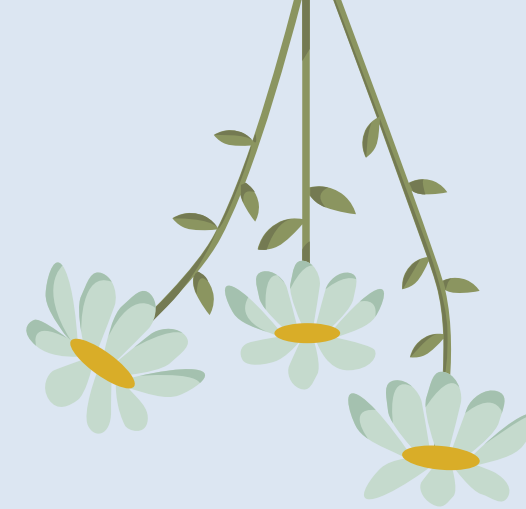
Tập trung đúng giờ, địa điểm trong thông báo của Nhà trường.

100% sinh viên phải tập trung tại trường và đi xe chung của Trung tâm để đảm bảo an toàn trong quá trình di chuyển (không đi xe riêng).

Tuân thủ các quy định của trung tâm GDQP&AN, của trường ĐHNN



THÔNG TIN LIÊN HỆ



Trung tâm GDQP và An ninh

Thiếu tá, ThS. Hoàng Xuân Lộc – Phó trưởng Phòng đào tạo và Quản lý người học

Email: hoangxuanlocqpan@vnu.edu.vn

Điện thoại: 0985413999

Phòng Đào tạo, Trường Đại học Ngoại ngữ

Thầy Nguyễn Mạnh Thắng (P.108-A1)

Email: thangptcnn@gmail.com

Điện thoại: 0986619810

Phòng Chính trị và Công tác HSSV, Trường DHNN

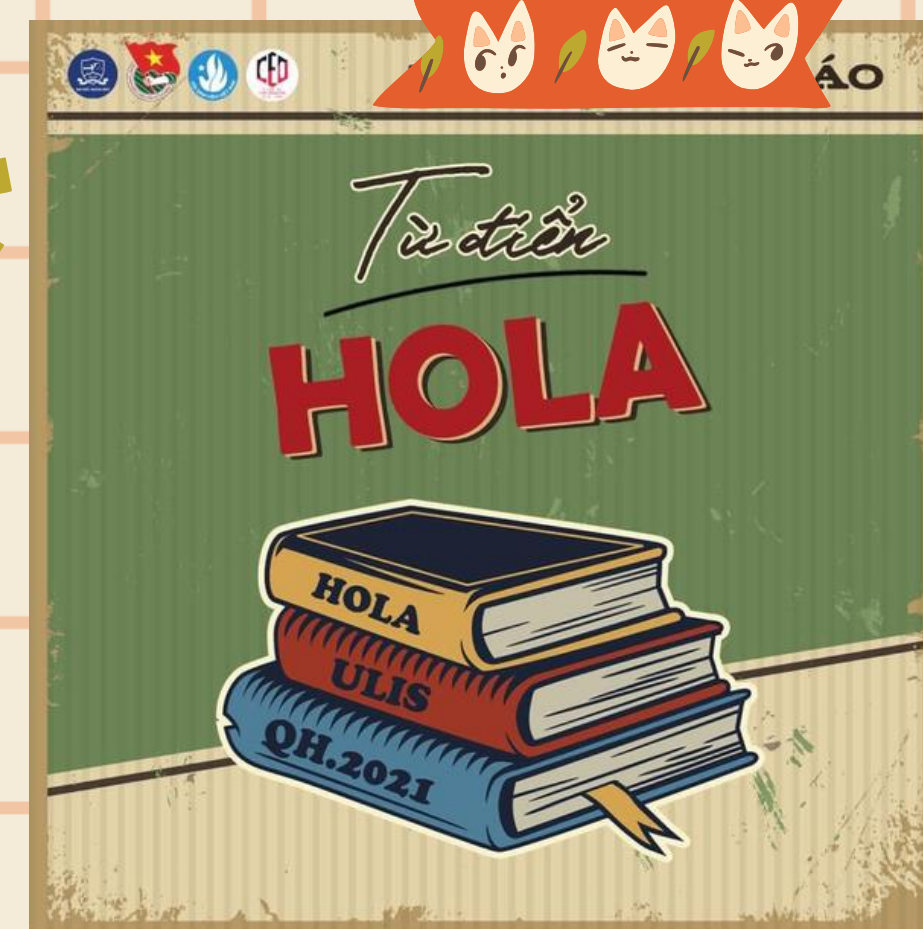
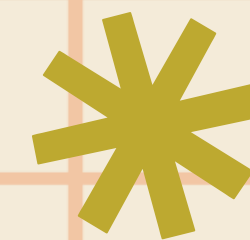
Thầy Trần Trí Thành (P.106-A1)

Email: trithanh1707@gmail.com

Điện thoại: 024.66863316



CÁC HOẠT ĐỘNG
NGOẠI KHÓA
CỦA QH2023
TẠI HOLA



HOLA NHẬT BÁO LÀ GÌ?



Gặp gỡ...
...g vức, lấy sức ăn cơm!

Hola Nhật báo là chuyên mục được triển khai hằng năm do Đoàn Thanh niên – Hội Sinh viên trường kết hợp cùng CLB Tổ chức sự kiện CEO tổ chức.

+ Đồng hành cùng các bạn Tân sinh viên khoá QH2023 trong quá trình học tập GPQPAN và GDTC tại Hoà Lạc.

+ Cập nhật các thông tin thường xuyên, nhanh chóng về các chương trình, sự kiện, tin tức trong suốt quá trình học.



Học thể chất
Năng quá trời quá đất



Hola Nhật Báo

TRẦN ĐẦU TIÊN TẠI HOLA

GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG AN NINH ĐHQGHN - NGÀY 28 THÁNG 3 NĂM 2022

TRƯỜNG CẢNH KHẢ "CHILL" VÀ QUEN TÌ CÁC BẠN GÁC ĐÊM TẠI HOLA ĐỒ.

Đây là một trải nghiệm vô cùng mới mẻ dành cho các bạn ULSer trong những tuần đầu tiên tại HOLA.

KHAI THẬT ĐI!
CÁC BẠN KHÔNG QUEN GẤP CHÂN MÀN

Chủ đề: "Hôm đó trời mưa nên tớ thấy ngôi nhà nhưng cũng là trải nghiệm làm quen với môi trường mới lạ và khá là hứng thú".

Trang 1

HOLA NHẬT BÁO

№03

TUẦN THỨ 2 tại HOLA

TRÊN NHỮNG NGỌN ĐỒI DƯỚI NHỮNG TÁN CÂY

ĐỊA ĐIỂM HỌC TẬP CÓ "MỘT-KHÔNG-HAI"

"Mình cảm thấy học trên đồi là một trải nghiệm vô cùng mới mẻ. Thay vì học trong khuôn viên của Trung tâm GDQP, chúng mình đi chuyển ra bên ngoài, hành quân lên đồi cao để học tập. Ngồi dưới bóng cây cao, nghe tiếng lá rì rào, chill phết! Chỉ là mình hơi sợ "mấy bạn côn trùng lạ mặt!" - Một bạn sinh viên chia sẻ.

HOLA NHẬT BÁO - THÁNG 3

TIN TỨC NÓNG HỔI KHẮP ĐẠI HỌC NGOẠI NGỮ

HOLA NHẬT BÁO

TUẦN THỨ 5 NGÀY 29 THÁNG 4 HÒA LẠC

TẠM BIỆT QUÂN PHỤC

Vậy là cũng đến lúc phải nói lời chào với những vật dụng quen thuộc đã đồng hành cùng các chiến sĩ trong 42 ngày. Còn đâu những ngày tháng lục tung phóng để tìm chiếc mũ, hay đi hỏi thăm từng giường một về "tung tích" của chiếc áo mình mới giặt.

DỌN DẸP PHÒNG

Cũng là dọn dẹp phòng nhưng lần dọn dẹp này lạ lắm! Đúng vậy, đây là lần cuối cùng các chiến sĩ quét dọn cho căn phòng sinh hoạt của mình trong 42 ngày, chắc hẳn đây cũng là nơi lưu giữ không ít kỷ niệm đẹp của chúng mình phải không nào!

TRẢ GHẾ

"Một nửa mạng sống ở HOLA là ghế". Chắc hẳn chúng ta cũng một lần từng thốt lên vì không tìm thấy chiếc ghế của mình. Nhưng từ giờ trở đi, tất cả chỉ còn là kỉ ức..."

TRANG 2

No.1 TIN TỨC NÓNG HỔI KHẮP ĐẠI HỌC NGOẠI NGỮ

HOLA NHẬT BÁO

Ngày 21 tháng 03 Hòa Lạc

ngày đầu tiên TUYỆT VỜI NHẤT TRÊN ĐỒI!

tuần bị lên đường

Ngày đầu tiên, các bạn sinh viên có mặt tập trung tại sân thi đấu đại học Ngoại Ngữ, chuẩn bị lên đường tới Hòa Lạc để trải nghiệm và sinh hoạt trong 42 ngày tại đây.

Nhận quân phục
Sau khi tới nơi, tại khu vực được phân công, các bạn sinh viên được phân phát và nhận quân phục theo lớp.

ng 1

HOLA NHẬT BÁO

Đồng hành cùng mỗi mùa quân sự của ULSers tại "xứ sở" Hòa Lạc, Một tờ báo "online" với tần suất 2 ngày 1 số, thường xuyên cập nhật mọi tình hình, ghi lại những khoảnh khắc đáng nhớ nhất của "các chiến sĩ" trong hành trình 42 ngày "nhập ngũ" tới đây.

LẦN ĐẦU VƯỢT QUA VỮ MÔN "GIÁO DỤC THỂ CHẤT"



"Điền kinh, bộ môn không dễ dàng với tất cả mọi sinh viên, đã có tỷ lệ qua môn đáng ngạc nhiên! Dù là nam hay nữ, các bạn sẽ được hướng dẫn kỹ cách lấy đà và chạy nhanh - tiết kiệm sức!" (Lê Quỳnh Trang)

"Nhiều bạn nữ nhìn có vẻ nhỏ nhắn, đáng yêu, nhưng mình rất ấn tượng bởi đằng sau vẻ đẹp ấy là một sức mạnh thể chất khá tốt được thể hiện qua những đòn võ, đòn quyền chắc chắn, hữu lực. Chúc các bạn gái trường ta sẽ đạt điểm cao trong các môn thể chất ở HOLA nhé!" - Chia sẻ từ bạn Chí Minh



Trang 3

TẮT ĐIỆN - BẬT "NHIỆT"

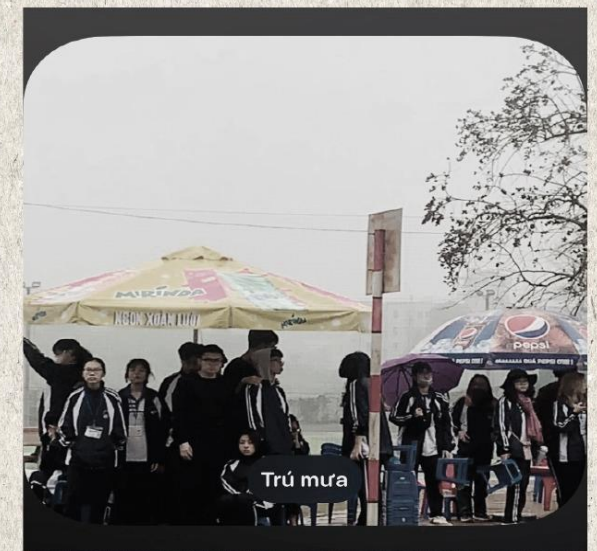


Khi hoàng hôn vừa tắt là lúc sinh hoạt tiểu đội diễn ra, tuy nhiên vào thứ Năm, ngày 23/0 các chiến sĩ đã quây quần bên nhau dưới những ánh sao trời! Dù chỉ mất điện trong thời gian ngắn nhưng lại nổi bật lên sự nhiệt thành của ULISERS khi cùng nhau tranh luận, tổng hợp nhận xét công việc trong ngày và chuẩn bị nề nếp ngày mai! Qua đây, ban Quản lý Trung tâm cũng nhắc nhở sinh viên dùng điện hợp lý - tiết kiệm quá tải nguồn điện.

Trang 2



À THÌ RA MƯA PHÙN HOLA DIU DANG Đ



Thời tiết trong tuần thứ hai tại HOLA Resort diễn biến thất thường khiến cho mọi hoạt động sinh hoạt của mỗi con người nơi đây đều gặp trở ngại, đặc biệt là các môn học ngoài trời và thậm chí là phải nghỉ học. Trời bỗng đổ mưa giữa cái nắng nóng của mùa hè khiến cho tâm trạng chúng ta trở nên rối bời hay gặp một chút vấn đề về sức khỏe nhưng sự chuyển giao giữa hai mùa cũng có thể đang thúc đẩy sự đổi thay mới mẻ trong

Trang 1

LẦN ĐẦU VƯỢT QUA VỮ MÔN "GIÁO DỤC THỂ CHẤT"



Giữa thời tiết nắng nóng đầu mùa của những ngày qua, hình ảnh những chàng trai đánh bóng rổ trên sân thể chất thật sự có thể làm điều đứng không biết bao nhiêu trái tim của những thiếu nữ. Và các cô gái của chúng ta cũng rất cố gắng, nỗ lực luyện tập để vượt qua. Thật đáng tự hào, phải không nào? (Nguyễn)

LẦN ĐẦU VƯỢT QUA VỮ MÔN "GIÁO DỤC THỂ CHẤT"



Chúng ta thường nghĩ rằng đây là môn học dễ dàng và nhẹ nhàng nhất. Thế nhưng khi phải học thuộc những động tác rèn luyện và ôn tập cho những bài kiểm tra giữa kì, cuối kì thì môn học thể chất 1 này lại đem đến những khó khăn nhất định cho các chiến sĩ trẻ. Đồng chí giảng viên nghiêm túc trong giảng dạy và đánh giá cũng làm các bạn sinh viên kết hợp với nhau thêm ăn ý để ghi điểm trong mắt các thầy, các cô. (Anh Phương)

Trang 5

NGÀY HỘI KẾT NỐI



Với khẩu hiệu “Học hết sức, Chơi hết mình, Kết nối yêu thương”, Ngày hội kết nối cho mong muốn qua các hoạt động ngoại khóa gắn với các nội dung học tập của các em sinh viên trong thời gian tại Hà Lạc, từ đó phát huy tinh thần đoàn kết, giao lưu, học hỏi và rèn luyện sức khỏe của sinh viên. Quan trọng hơn, đây cũng là cơ hội tuyệt vời để lớn mạnh tình đồng chí, gắn kết thầy và trò, kết nối 3 đơn vị ngày một khăng khít. Ngày hội kết nối 2023 đã diễn ra với sự tham gia của hơn 1700 sinh viên QH-2023 và hơn 100 thầy cô đến từ 3 đơn vị cùng nhiều hoạt động bùng nổ, gắn kết.



QH-2023 đã sẵn sàng cho một Ngày hội kết nối 2024 bùng nổ hơn nữa chưa???





THẦY, TRÒ ULISER
VUI QUÁ LÀ VUI

HỌC MÀ CHƠI
CHƠI MÀ HỌC

ĐỒNG LÒNG, ĐỒNG CHÍ HƯỚNG
GẮT HÁI THÀNH TÍCH

KẾT NỐI
ĐỂ TRƯỞNG THÀNH



Buổi diễu duyệt, đồng diễn của các tân chiến sĩ ULISer tại Hòa Lạc



Cuộc thi Chiến sĩ ULIS



Đón chào các sinh viên của khóa Q1-2023 đến với mảnh đất HOLA năm nay không chỉ là những buổi học, buổi tập luyện mà còn là một cuộc thi hết sức thú vị mang tên CHIẾN SĨ ULIS. Với mục đích tăng cường các hoạt động ngoại khóa, kết nối, phát huy tinh thần đoàn kết của sinh viên cũng như tạo môi trường cho sinh viên tham gia các hoạt động thể thao, phấn đấu rèn luyện, thể hiện tài năng, cuộc thi bốn vòng thi: Chiến sĩ chuẩn tác phong, Chiến sĩ giỏi nghiệp vụ, Tình yêu chiến sĩ và Chiến sĩ tài năng. Cuộc thi hứa hẹn sẽ là nơi khám phá ra các tài năng ẩn náu của các Tân Sinh viên Q1-2023.



Cuộc thi Nhảy TikTok của thầy và trò

Ài nói chỉ có Gen Z mới chơi Tiktok? Nhầm nha, các thầy cô trường mình cũng luôn là người bắt kịp các xu hướng tiktok và cùng sinh viên nhảy Tiktok siêu ngẫu luôn.

Cùng đón chờ các màn cover tiktok siêu đỉnh với sự kết hợp của thầy cô và sinh viên tại Ngày hội kết nối 2024 nhé.





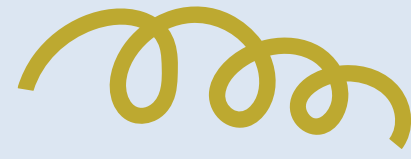
QUÀ TẶNG TỪ "HẬU PHƯƠNG"

Mỗi năm sinh viên UIS học tập tại Hbla thì thầy cô và Nhà trường đều có những món quà đặc biệt gửi gắm cho các UISERS. Năm 2023, Nhà trường đã phát động, triển khai chiến dịch gây quỹ cho Ngày hội kết nối năm 2023. Quỹ đã thu về hơn 100 triệu đồng và nhiều phần quà đáng yêu khác dành tặng cho QH-2022.

Vậy QH-2023 có đoán được năm nay chúng mình sẽ được nhận quà gì không nhỉ?

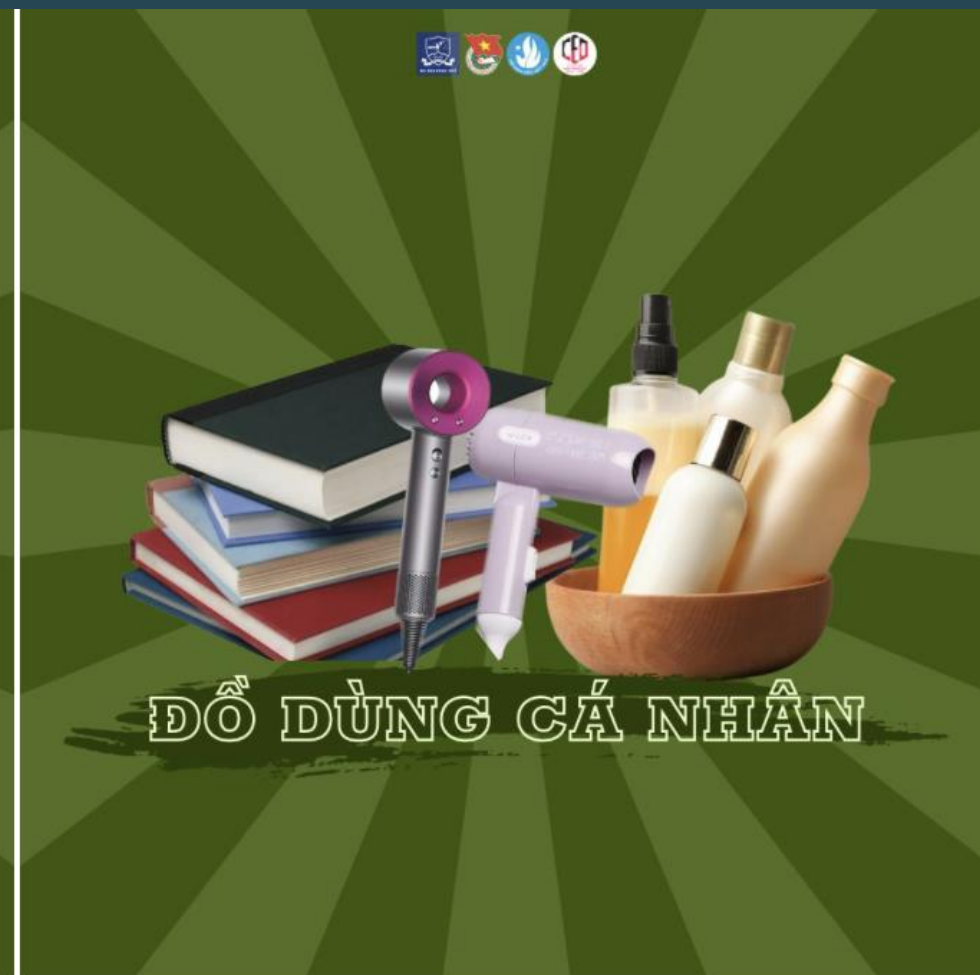


ĐÊM GALA LỬA TRẠI



Cứ ngỡ dĩ "nhập ngũ" sẽ tắt đèn dĩ ngủ từ 9 giờ tối. Nhưng điều này lại không đúng với Đêm Gala lửa trại của các ULISERs tại Hà Lạc. Sau những ngày tháng học tập và trải nghiệm tại Hà Lạc, thì đây có thể nói là một đêm rực rỡ nhất để đánh dấu chặng đường 42 ngày học tập. Có thầy cô, có bạn bè, có âm nhạc, có DJ, có kỷ niệm tất cả đều có tại Đêm Gala lửa trại tại Hà Lạc.





Hành trang Hola

- + Cung cấp các thông tin cần thiết về Hành trang khi đi học tại Hola: Đồ dùng cá nhân, quần áo chăn gối, đồ ăn vặt,...
- + Các thông tin được cung cấp cụ thể, rõ ràng, đầy đủ, tiện lợi cho các bạn sinh viên khi chuẩn bị các vật dụng riêng cho mình.

MỘT SỐ LƯU Ý VỀ HÀNH TRANG

Khi tham gia khoá học tại Hà Lạc các bạn sẽ mặc trang phục học tập theo quy định của TT.GDQP-AN. Nhưng các bạn đừng quên chúng ta cũng có rất nhiều hoạt động ngoại khoá ngoài giờ, vậy nên chúng ta phải mang theo cả chiếc áo đồng phục xanh ULS thân yêu và nếu như là Đại sứ ULS thì phải thêm ngay chiếc áo vàng Đại sứ rực rỡ nhé.

ÁO ĐỒNG PHỤC ULS



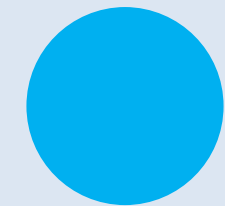
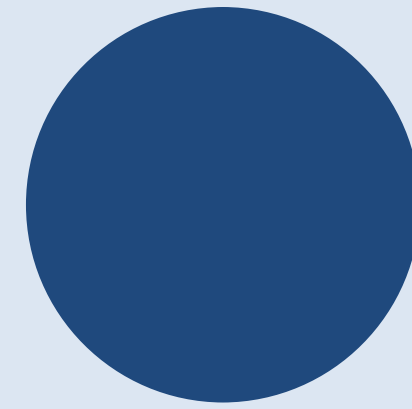
100% các bạn sinh viên

ÁO ĐẠI SỨ



100% các bạn đại sứ

Q&A



Q1: Sinh viên có thể tự túc phương tiện đi lại được không?

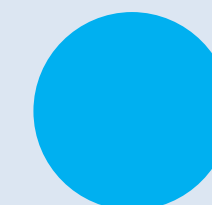
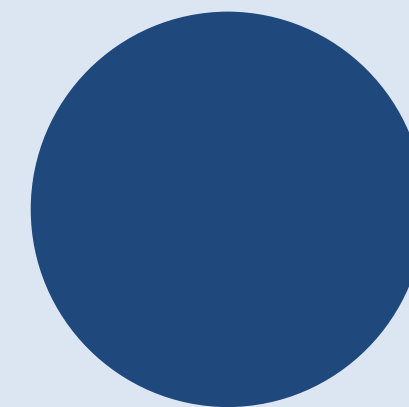
A: 100% sinh viên phải tập trung tại trường và đi xe chung của Trung tâm để đảm bảo an toàn trong quá trình di chuyển.

Q2: Trong thời gian học tập tại Trung tâm nếu có việc đột xuất em có thể xin nghỉ để về được không (VD: thi, khám bệnh theo lịch,...)?

A: Sinh viên viết đơn gửi Trung tâm GDQPAN (Thầy phụ trách đại đội) và phòng Chính trị & Công tác HSSV, ĐHNN để xem xét giải quyết.

Q3: Sinh viên muốn xác nhận lịch học Giáo dục Quốc phòng để xin hoãn các lịch cá nhân khác?

A: Em đăng ký xác nhận trên Cổng hành chính một cửa dành cho SV để nhà trường cấp giấy xác nhận.



**CHÚC CÁC BẠN
CÓ MỘT TRẢI
NGHIỆM Ý NGHĨA**

