Git неявно определяет, что произошло переименование, поэтому неважно, переименуете вы файл так или используя команду mv. Единственное отличие состоит лишь в том, что mv — это одна команда вместо трёх — это функция для удобства. Важнее другое — вы можете использовать любой удобный способ, чтобы переименовать файл, и затем воспользоваться add/rm перед коммитом.