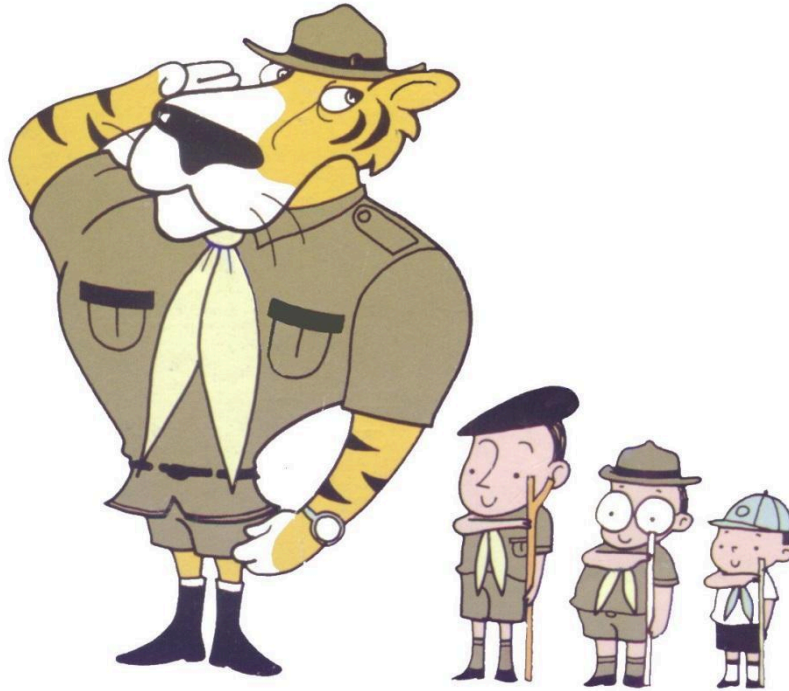




การฝึกกระเบียบแถว เป็นการฝึกให้ลูกเสือเกิดความพร้อมเพรียง มีระเบียบวินัย และความสามัคคีรวมทั้งสามารถฟังและปฏิบัติตามคำสั่งได้

๑. ทำตรง

ทำตรง เป็นท่าเบื้องต้น และเป็นรากฐานของการปฏิบัติในท่าอื่นๆ ต่อไปและยังใช้เป็นท่าสำหรับการแสดงความเคารพได้ท่าหนึ่งด้วย

คำบอก "แถว-ตรง"

การปฏิบัติ

- ๑) ลำตัวยืดตรง ออกผาย ไหล่เสมอกัน ตามองตรง
- ๒) ยืนให้น้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าทั้ง ๒ ข้าง ส้นเท้าชิดกัน ปลายเท้าแยกห่างกัน ๑ คืบ เข่าเหยียดตึง
- ๓) แขนทั้ง ๒ ข้าง เหยียดตรงแนบลำตัว พลิกศอกไปข้างหน้าเล็กน้อย จนไหล่ตึง
- ๔) นิ้วมือเหยียดและชิดกัน นิ้วกลางแตะกึ่งกลางตะเข็บกระโปรง
- ๕) นิ่ง ไม่เคลื่อนไหวร่างกาย

๒. ทำพัก

ทำพัก เป็นท่าเปลี่ยนอิริยาบถจากท่าตรง เพื่อช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดซึ่งมีอยู่ด้วยกัน ๔ ท่า ดังนี้

- ๑) **ท่าพักตามปกติ** ใช้พักในระหว่างการฝึกสอน

คำบอก "พัก"

การปฏิบัติ

๑. ให้หย่อนเข่าขวาก่อน ต่อไปจึงหย่อนเข่าซ้าย หรือเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย แต่ห้ามเคลื่อนที่
๒. เมื่อได้ยินคำว่า "แถว" ให้ยืดอกขึ้น สูดลมหายใจเข้าเต็มปอดและจัดทุกส่วนของร่างกายให้อยู่ในท่าตรง
๓. เมื่อได้ยินคำว่า "ตรง" ให้กระตุกเข่าขวากลับไปอยู่ในท่าตรง

๒) ทำพักตามระเบียบ ใช้พักในโอกาสหรือพิธีการต่างๆ เช่น รอรับการตรวจพล

สวนสนาม หรือรออยู่ในแถวกองเกียรติยศ

คำบอก "ตามระเบียบ-พัก"

การปฏิบัติ

๑. ลำตัวยืดอกตรง ขาทั้ง ๒ ข้างตึง ให้น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าทั้ง ๒ ข้างเท่าๆกัน
๒. แยกเท้าซ้ายออกไปข้างซ้ายประมาณครึ่งก้าว อย่างรวดเร็วและเข้มแข็ง
๓. เอามือไขว้หลัง โดยให้หลังมือซ้ายแนบติดลำตัวในแนวกึ่งกลางหลัง และอยู่ใต้เข็มขัดเล็กน้อย มือขวาทับมือซ้าย และยื่นนิ่งๆ
๔. เมื่อได้ยินคำว่า "แถว-ตรง" ก็ให้ชักเท้าซ้ายกลับมาชิดเท้าขวา พร้อมกับทิ้งมือทั้ง ๒ ข้าง ลงแนบลำตัว กลับมาอยู่ในท่าเดิม

๓) ทำพักตามสบาย ใช้พักในโอกาสที่รอรับคำสั่งเพื่อปฏิบัติต่อไป เป็นเพียงระยะเวลาสั้นๆ เช่น เมื่อผู้ควบคุมแถวต้องไปรับคำสั่งจากผู้บังคับบัญชา

คำบอก "ตามสบาย-พัก"

การปฏิบัติ

๑. ให้หย่อนเข่าขวาก่อน ปฏิบัติเช่นเดียวกับท่าพักตามปกติ
๒. เคลื่อนไหวร่างกายได้ตามสบาย แต่ต้องอยู่กับที่ เช่น จัดเครื่องแต่งกายเรียบร้อย จัดหมวดหมู่ให้ตรง เช็ดหน้า ผูกเชือกกรองเท้า เป็นต้น
๓. พุดคุยกันได้ แต่ห้ามเสียงดัง และห้ามนั่งหากผู้กำกับไม่อนุญาต
๔. เมื่อได้ยินคำว่า "แถว-ตรง" ให้กลับมายืนตรงในท่าเดิมทันที โดยปฏิบัติเช่นเดียวกับท่าพักตามปกติ

๔) ทำพักนอกแถว ใช้พักในโอกาสที่ต้องรอคำสั่ง เพื่อปฏิบัติต่อไปเป็นระยะเวลานานๆ

คำบอก "พักแถว"

การปฏิบัติ

๑. ให้ทุกคนต่างแยกย้ายออกจากแถว แต่ต้องอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับที่ตั้งแถว เพื่อที่จะได้ยินเมื่อผู้กำกับเรียกเข้าแถวอีกครั้ง
๒. ต้องไม่ส่งเสียงอีกทีกรีกโครม ให้เป็นที่รบกวนผู้อื่น
๓. เมื่อได้ยินคำว่า "แถว" ให้รีบกลับมาเข้าแถวตรงที่เดิมโดยเร็วในรูปแถวเดิม และเมื่อจัดแถวเรียบร้อยแล้ว ให้อยู่ในท่าตรงจนกว่าจะมีคำสั่งต่อไป

๑. ทำหันอยู่กับที่

ทำหันอยู่กับที่ เป็นท่าที่ช่วยปรับเปลี่ยนทิศทางการหันหน้าของแถว แต่ก่อนที่จะมีคำบอกให้แถวหันไปยังด้านใด ต้องให้แถวอยู่ในท่าตรงเสียก่อน ทำหันอยู่กับที่มี ๓ ท่า ดังนี้

๑) ทำขวาหัน เป็นท่าที่ทำให้แถวหันไปทางด้านขวา

คำบอก "ขวา-หัน"

การปฏิบัติ

จังหวะที่ ๑

๑. เปิดปลายเท้าขวา และยกส้นเท้าซ้ายแล้วหันตัวไปทางขวาเป็นมุม ๙๐ องศา
๒. หมุนเท้าทั้ง ๒ ข้างตาม โดยให้ส้นเท้าและปลายเท้าซึ่งเป็นหลัก ติดอยู่กับพื้น
๓. ให้น้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าขวา ขาซ้ายเหยียดตึงบิดส้นเท้าซ้ายออกข้างนอกเล็กน้อย
๔. ลำตัวยืดตรง แขนแนบชิดกับลำตัว

จังหวะที่ ๒

ให้ชักเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวาในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

๒) ทำซ้ายหัน เป็นท่าที่ทำให้แถวหันไปทางด้านซ้าย

คำบอก "ซ้าย-หัน"

การปฏิบัติ

๑. ปฏิบัติเป็น ๒ จังหวะ เช่นเดียวกับท่าขวาหัน แต่เปลี่ยนหันไปทางซ้ายแทน
๒. ให้เท้าซ้ายเป็นหลักอยู่กับที่ แล้วดึงเท้าขวามาชิด

๓) ทำกลับหลังหัน เป็นท่าที่เปลี่ยนการหันหน้าของแถว จากด้านหน้าเป็นด้านหลัง

คำบอก "กลับหลัง-หัน"

การปฏิบัติ

จังหวะที่ ๑

๑. มีขั้นตอนเช่นเดียวกับท่าขวาหัน จังหวะที่ ๑ แต่หันเลยไปจนกลับจากหน้าเป็นหลังครบ

๑๘๐ องศา

๒. ปลายเท้าซ้ายหันไปหยุดอยู่ข้างหลัง เหยียดซ้ายประมาณครึ่งก้าวและอยู่ในแนวเส้นเท้าขวา
จังหวะที่ ๒

ให้ชักเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวาในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

๔. ท่าเดิน

ท่าเดิน เป็นท่าที่ช่วยทำให้การเคลื่อนย้ายหรือการเดินขบวนของแถว ดูเป็นระเบียบสง่างาม
ก่อนที่จะมีคำบอกให้เดิน ต้องให้แถวอยู่ในท่าตรงเสียก่อน

คำบอก "หน้า-เดิน"

การปฏิบัติ

- ๑) โน้มหน้าหันกลับไปข้างหน้า พร้อมกับก้าวเท้าซ้ายออกเดินก่อน
- ๒) ขาเหยียดตรง ปลายเท้าจุ่ม ส้นเท้าสูงจากพื้นประมาณ ๑ คืบ
- ๓) เมื่อตบเท้าซ้ายลงกับพื้นแล้ว จึงเคลื่อนเท้าขวาตาม โดยเดินตบเท้าซ้ายและขวาสลับกัน
เป็นจังหวะอย่างต่อเนื่อง
- ๔) ลำตัวและศีรษะอยู่ในท่ายืนตรงเสมอ
- ๕) แขนเหยียดตึง ให้เฉียงไปข้างหน้าและข้างหลังพองาม โดยแกว่งแขนตามปกติ
- ๖) การเดินเป็นหมู่ ต้องเดินให้พร้อมกัน ถ้ามีจังหวะต้องเดินให้เข้าจังหวะ

๕. ท่าหยุด

ท่าหยุด จะเป็นท่าที่ติดตามมาจากท่าเดิน ซึ่งช่วยทำให้การหยุดแถวของลูกเสือมีความ
พร้อมเพรียงกัน

คำบอก "แถว-หยุด"

การปฏิบัติ

ในขณะที่กำลังเดินตามปกติ เมื่อได้ยินคำบอก "แถว-หยุด" ไม่ว่าเท้าข้างใดข้างหนึ่งจะ
ตกถึงพื้นก็ตามให้ปฏิบัติเป็น ๒ จังหวะ คือ

จังหวะที่ ๑ ก้าวเท้าต่อไปอีก ๑ ก้าว

จังหวะที่ ๒ ชักเท้าหลังชิดเท้าหน้าในลักษณะท่าตรง อย่างแข็งแรง