



คู่มือการฝึก

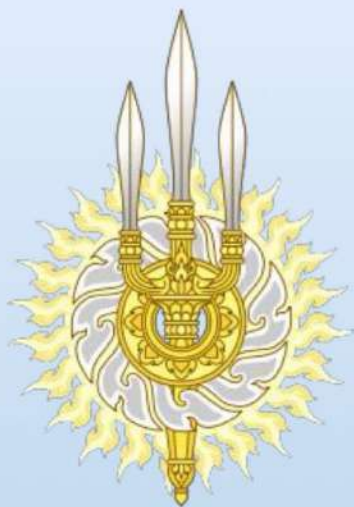
ว่าด้วย

แบบฝึกบุคคลท่ามือเปล่า

คู่มือการฝึกว่าด้วยแบบฝึกบุคคลท่ามือเปล่า



โรงเรียนทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์
หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์



“ติริตเน สกรภูเจ ๑ สมพัสเส ๑ มมายน
สกราไชฐิตตณ ๑ สกรภูจิวาตมณ”

“ความนับถือรักใคร่ในพระรัตนตรัยก็ดี ในรัฐของตนก็ดี ในวงศ์ตระกูลของตนก็ดี
มีจิตซื่อตรงในพระราชาของตนก็ดี ย่อมเป็นเครื่องทำให้รัฐของตนเจริญยิ่ง”

สจ

สจ สุรปภาโว สุตสุตสนิ โสภโณ สุขอมโม ปฏิรูป สัพเพ ธนา
จิรปฏิติกการเล ถาวรโต กายสุชี โหนติ มโนรมมา

ถ้าหากภาพรวม สวยงาม ถูกต้อง เหมาะควร ทุกคนทุกหมู่เหล่า
จะได้รับความสุขกาย สบายใจ อย่างถาวร ในระยะยาว





พระราชประวัติ

สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร
และพระราโชบายด้านการฝึก



สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ ลำดับที่ ๑๐ แห่งราชวงศ์จักรี เสด็จพระราชสมภพ ณ พระที่นั่งอัมพรสถาน พระราชวังดุสิต เมื่อวันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๙๕ เมื่อครั้งทรงมีพระชนมายุครบ ๖๐ พรรษา ทรงได้รับพระมหากฤษฎาธิคุณสถาปนาจากพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ขึ้นเป็น “สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร” เมื่อวันที่ ๒๘ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๕ นับเป็นสยามมกุฎราชกุมาร พระองค์ที่ ๓ แห่งสยามประเทศ

สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงสนพระราชหฤทัยในกิจการทหารตั้งแต่เมื่อครั้งยังทรงพระเยาว์ทรงมีพระราชวิริยะอุตสาหะเข้ารับการศึกษา และสำเร็จหลักสูตรทางการทหารทั้งในประเทศ และต่างประเทศหลายหลักสูตร ทรงดำรงตำแหน่งทางทหารตั้งแต่ระดับรองผู้บังคับกองพัน, ผู้บังคับกองพัน, ผู้บังคับการกรมทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ และองค์ผู้บัญชาการหน่วยบัญชาการถวายความปลอดภัยรักษาพระองค์ ทรงดำรงพระองค์เป็นแบบอย่าง และพระราชทานคำสั่งสอนแก่ข้าราชการบริพารทุกหมู่เหล่าด้วยพระองค์เองอยู่เสมอ ซึ่งข้าราชการบริพารในพระองค์ ล้วนสำนึกในพระมหากฤษฎาธิคุณ และเทิดทูนยกย่องพระองค์ท่านเป็น “บรมครูทางการทหาร”



ปรัชญาพระราชทาน ที่ทรงสั่งสอนข้าราชการพลเรือนมีความลึกซึ้งถึงแก่นแห่งความรู้ อันเกิดจากพระราชวิริยอุตสาหะในการฝึกฝนพระองค์เอง จนเกิดเป็นความรู้อย่างแท้จริง ทรงมีความมุ่งมั่นที่จะศึกษาหาความรู้ด้วยพระองค์เองอยู่เสมอ และเมื่อทรงปฏิบัติพระราชกรณียกิจใดๆ จะทรงปฏิบัติอย่างเต็มขีดความสามารถ และจะไม่ทรงโปรดความหย่อนยาน ความยวบยาบ หรือความไร้ระเบียบวินัย หากทรงทอดพระเนตรเห็นข้าราชการประพฤติปฏิบัติตนไม่เหมาะสม จะทรงมีพระเมตตาพระราชทานคำสอน และพระราชทานโอกาสให้ปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ

ความเป็น “บรมครูทางการทหาร” ถูกถ่ายทอดจากหลักปรัชญาที่พระราชทานแก่ข้าราชการพลเรือน และผู้ได้บังคับบัญชาในวาระสำคัญต่างๆ ซึ่งจะขอัญเชิญปรัชญาพระราชทานที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

๑. “ปรัชญาทหารมหาดเล็กฯ” สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ พระราชทานแก่ผู้ได้บังคับบัญชาและข้าราชการพลเรือนในพระองค์ได้ยึดถือเป็นแนวทางปฏิบัติไว้ ๓ ประการ ได้แก่

๑.๑ ผู้บังคับบัญชา ผู้ปกครองหรือผู้ฝึกทหารมหาดเล็กฯ หากไม่มีความรู้เรื่องทหารมหาดเล็กฯ จนถึงแก่นแท้แล้ว จะไปปกครองหรือฝึกผู้อื่นให้เป็นทหารมหาดเล็กฯ ที่มีคุณภาพย่อมเป็นไปไม่ได้



๑.๒ ผู้บังคับบัญชา หรือผู้ปกครองทหารมหาดเล็กฯ ต้องรู้จักพระรัตนตรัย หรือแก้ว ๓ ประการ คือ

แก้วดวงที่ ๑ ต้องรู้จักการบังคับบัญชา (Command)

แก้วดวงที่ ๒ ต้องรู้จักงานอำนวยความสะดวก (Staff)

แก้วดวงที่ ๓ ต้องรู้จักการฝึก (Training)

๑.๓ การตั้งเป้าหมาย (Objective) ของการฝึก จะต้องตั้งไว้ในระดับมาตรฐานและบวกเพิ่มขึ้นไปเสมอ (เกินกว่า ๑๐๐%) เมื่อมีปัจจัย (Factor) ใดๆ มากระทบ มาตรฐานอาจจะลดลงไปบ้าง แต่ก็ยังอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานที่ยอมรับได้

๒.ปรัชญา “การ Simmer หรือการตุ๋นไข่พะโล้” ทรงเปรียบเทียบลักษณะการฝึกอบรมทหารเหมือนกับ การตุ๋นไข่พะโล้ให้มีรสชาติอร่อย แม่ครัวจะต้องนำไข่มามาแกะปอกเปลือก แล้วนำไปตุ๋นในน้ำพะโล้ โดยใช้ความร้อนและ เวลาที่เหมาะสม น้ำพะโล้จึงจะค่อยๆ แหวกซึมเข้าไปยังเนื้อไข่ หากแม่ครัวเร่งรีบเกินไป เมื่อผ่าไข่ออกก็จะเห็นเพียง ภายนอกที่มีสีน้ำตาลแต่เนื้อในยังมีสีขาว เนื่องจากน้ำพะโล้ยังไม่แทรกซึมเข้าเนื้อไข่อย่างแท้จริง เปรียบเสมือนกับการฝึก หากฝึกอบรมแบบไม่จริงจัง ปฏิบัติแบบยวบยาบ เน้นแต่ภาพลักษณ์ที่ดูสวยงาม แต่ไม่เน้นเนื้อหาสาระ ไม่ค่อย ไม่รอบ ไม่กลั่นให้ผู้รับการฝึกได้มีความรู้อย่างแท้จริง ก็จะไม่สามารคนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้

๓.ปรัชญา “มาตรฐานหน่วย ทม.รอ.” สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงดำรงตำแหน่งองค์ผู้บัญชาการหน่วย บัญชาการถวายความปลอดภัยรักษาพระองค์ ตั้งแต่เมื่อครั้งยังทรงดำรงพระอิสริยยศเป็นสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ซึ่งพระองค์ทรงสั่งสอนให้ข้าราชการบริพารได้ยึดถือและรักษาไว้ซึ่งเกียรติยศ เกียรติศักดิ์ของ ทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ที่มีเกียรติประวัติของหน่วยมาอย่างยาวนาน การจะรักษาไว้ซึ่งเกียรติยศ และเกียรติศักดิ์ของหน่วยได้นั้น หน่วยจะต้องมีมาตรฐานการฝึกการปฏิบัติที่ถูกต้องเป็นไปตามพระราชพระเพณี พระราโชบาย และพระราชนิยม และต้องมีความต่อเนื่องในการถ่ายทอดองค์ความรู้ให้กับคนรุ่นหลังที่เข้ามา ถวายงานใหม่ โดยทรงยกตัวอย่างเหมือนผลิตภัณฑ์ยี่ห้อต่างๆ (Brand) ที่มีคุณภาพ ก็จะพยายามรักษามาตรฐาน ผลิตภัณฑ์ของตน เพื่อให้ผู้บริโภคมีความเชื่อมั่น หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ จึงมีหน้าที่ในการรักษา “มาตรฐานหน่วย ทม.รอ.” เพื่อที่จะสามารถปฏิบัติหน้าที่ถวายงานต่อสถาบันพระมหากษัตริย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สืบไป



๔.ปรัชญา “รถ SIKU” (SIKU, สิคุ เป็นยี่ห้อรถยนต์ของเล่นจำลองขนาดเล็ก) ที่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ โปรดตั้งแต่เมื่อครั้งยังทรงพระเยาว์ ซึ่งจะทรงเลือกรถ SIKU ชนิดเดียวกันจำนวน หลายๆ คัน และจะทรงทดสอบทุกคันด้วยพระองค์เอง หากรถ SIKU คันใดได้มาตรฐาน ระบบขับเคลื่อน ยังไม่ดี เช่นรถแล้ววิ่งไม่ตรงทิศทาง เอียงซ้ายเอียงขวา ก็จะทรงถอดชิ้นส่วนนำมาปรับแต่ง ทดสอบจนกว่า จะได้มาตรฐาน เปรียบเสมือนการที่ครูผู้ฝึกสอน จะต้องมันส์สังเกต ให้คำแนะนำแก้ไขชี้แจง ให้ผู้รับการฝึกสามารถเรียนรู้ และปฏิบัติได้ อย่างถูกต้อง

๕.ปรัชญา “รากหญ้า” สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ พระราชทานคำสอนให้ข้าราชการและผู้บังคับบัญชา ของพระองค์เรียนรู้ ให้ลึกซึ้งถึงรายละเอียดของแต่ละภารกิจ ให้ถึงในระดับพื้นฐานหรือระดับล่าง ที่ทรงเปรียบเทียบกับ คำว่า “รากหญ้า” ครั้นเมื่อรับราชการจนมีความเจริญก้าวหน้าเป็นผู้บังคับบัญชาแล้ว จะได้ให้คำแนะนำและให้ความ ช่วยเหลือแก่ผู้ใต้บังคับบัญชา ร่วมทุกข์ร่วมสุข พร้อมทั้งดำรงตนเป็นแบบอย่างที่ดี เป็นที่เลื่อมใสศรัทธา แก่ผู้ใต้บังคับบัญชา



ราชวัลลภ

โบราณว่าเป็นเจ้าจอมกษัตริย์
ท่านกำหนดท้าวในตำรา
หนึ่งวิชาสามารถมีอย่างไร
หนึ่งกล้าหาญทำการถวายนั้น
หนึ่งมีได้ประมาณราชการ
หนึ่งสัตย์ซื่อต่อธรรมบารยา
หนึ่งเลี้ยงย้อมเจียมตัวไม่กำเริบ
หนึ่งอยู่ใกล้รัชชิตศพระองค์
หนึ่งซื่อไม่ร่วมราชอาสน์
หนึ่งเข้าเฝ้าถึงเขตซึ่งรักษา
หนึ่งรู้เหตุจลาจลไม่พ้นพิว
หนึ่งสามภักศรักใคร่ในภูบาล

ราชวัลลภคือเพียงเรือนรักษา
มีแต่โบราณช้านานครั้น
ไม่ปิดไว้ให้ท่านทราบดีถึงสรรพ
มุ่งมีจนสำเร็จเจตนา
ขอปลื้มจิตรักหมั่นศึกษา
เหมือนสมาทานศีลไว้มั่นคง
เอื้อมเอื้อยหยิ่งเยอเพื่อหลง
ไม่ทำเทียมตัวพระบวรพระภุมมา
ด้วยอุบายจัญไรเป็นหนกหนา
ไม่ไกลไกลไปกว่าสมบัตการ
เล่นหัวผู้รักยศสมครุสมาน
ถึงถูกกริ้วทนต์ท่านไม่คอยแทน

(พระราชนิพนธ์ใน พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๖)





คำนำ

คู่มือการฝึก ว่าด้วยแบบฝึกบุคคลท่ามือเปล่าฉบับนี้ ทางโรงเรียนทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ (ร.ทม.ร.อ. น.ทม.ร.อ.) ได้เรียบเรียงขึ้นเพื่อใช้เป็นเอกสารอ้างอิง และคู่มือสำหรับการฝึกให้แก่กำลังพลของหน่วย อาทิเช่น หน่วยในพระองค์, หน่วยทหารรักษาพระองค์, หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์, หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ และหน่วยอื่นๆ ที่มีหน้าที่ถวายพระเกียรติ ถวายความปลอดภัยแด่องค์พระมหากษัตริย์และพระบรมวงศานุวงศ์ ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตามหมายพระราชพิธี ราชประเพณี และพระราชนิยมซึ่งท่าทางการปฏิบัติ นอกจากจะปฏิบัติด้วยความเข้มแข็ง แข็งแรง สง่างามแล้ว ยังจะต้องแสดงออกซึ่งการถวายพระเกียรติอย่างสูงที่สุด ท่าการฝึกปฏิบัติในแต่ละท่านับเป็นท่าการฝึกขั้นสูง เปรียบคล้ายกับความงดงามทางวัฒนธรรมของสังคมไทยทางด้านภาษา ที่ยกย่องเคารพผู้ที่มีอาวุโสสูงกว่า ด้วยการใช้ภาษาที่แสดงออกถึงการแสดงความเคารพให้เกียรติแก่ผู้ที่มีอาวุโสในลำดับต่างๆ เช่น การใช้คำสุภาพสำหรับสุภาพชนบุคคลโดยทั่วไป หรือมีการใช้คำศัพท์เฉพาะสำหรับพระภิกษุสงฆ์ และคราชาศัพท์ที่ใช้เฉพาะสำหรับพระมหากษัตริย์ และพระบรมวงศานุวงศ์ตามลำดับชั้น

ท่าการฝึกที่ปรากฏอยู่ในคู่มือการฝึกฉบับนี้ ส่วนได้รับพระมหากรุณาธิคุณ พระราชทานคำสั่งสอนจากสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ตั้งแต่เมื่อครั้งยังทรงดำรงพระอิสริยยศเป็นสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร องค์ผู้บัญชาการหน่วยบัญชาการถวายความปลอดภัยรักษาพระองค์ ดังนั้น หน่วยในพระองค์, หน่วยทหารรักษาพระองค์, หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์, หน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ และหน่วยอื่นๆ สมควรที่จะศึกษาทำความเข้าใจ นำไปฝึกกำลังพลให้ปฏิบัติได้ถูกต้อง ได้มาตรฐานตามแบบธรรมเนียมของหน่วยรักษาพระองค์สืบไป

โรงเรียนทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์





สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร



สารบัญ

บทที่ ๑ บุคคลทำมือเปล่า

หน้า

- ทำตรง	๑
- ทำยกอก	๒
- ทำพักตามปกติ	๓
- ทำพักตามระเบียบ	๔
- ทำพักตามสบาย	๕
- ทำพักแถว	๖
- ทำเลิกแถว	๗
- ทำซ้ายหัน	๘
- ทำขวาหัน	๙
- ทำกลับหลังหัน	๑๐
- ทำกึ่งซ้ายหัน	๑๑
- ทำกึ่งขวาหัน	๑๒
- ทำก้าวทางข้าง	๑๓
- ทำก้าวถอยหลัง	๑๔
- ทำวันทยหัตถ์	๑๖
- ทำนั่งคุกเข่าวันทยหัตถ์	๑๗
- ทำเลิกนั่งคุกเข่าวันทยหัตถ์	๑๘
- ทำแลขวา, แลซ้าย	๑๙
- ทำถอดหมวก	๒๐
- ทำสวมหมวก	๒๑

สารบัญ

	หน้า
- ท่าหมอบ	๒๒
- ท่าลุก	๒๓
- ท่าเดินสวนสนาม	๒๔
- ท่าเดินตามปกติ	๒๕
- ท่าเดินตามสบาย	๒๖
- ท่าหยุดจากการเดิน	๒๗
- ท่าซ้ายหันในเวลาเดิน	๒๘
- ท่าขวาหันในเวลาเดิน	๒๙
- ท่ากลับหลังหันในเวลาเดิน	๓๐
- ท่าซอยเท้าอยู่กับที่	๓๑
- ท่าหยุดจากการซอยเท้า	๓๒
- ท่าเดินจากการซอยเท้า	๓๓
- ท่าซอยเท้าจากการเดิน	๓๔
- ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาเดิน	๓๕
- ท่าวิ่ง	๓๖
- ท่าเปลี่ยนจากการเดินเป็นการวิ่ง	๓๗
- ท่าเปลี่ยนจากการวิ่งเป็นการเดิน	๓๘
- ท่าหยุดจากการวิ่ง	๔๐
- ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาวิ่ง	๔๒
- ท่าซ้ายหันในเวลาวิ่ง	๔๓

สารบัญ

หน้า

- ทำขวहनในเวลาวิ่ง	๔๔
- ทำกลับหลังหันในเวลาวิ่ง	๔๕
- การออกนอกแถวและกลับเข้าแถว	๔๖

บทที่ ๒ การฝึกแถวชิด

- แถวหน้ากระดานแถวเดี่ยวปีดระยะ	๕๓
- แถวหน้ากระดานแถวเดี่ยวเปิดระยะ	๕๔
- แถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปปีดระยะ	๕๕
- แถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปเปิดระยะ	๕๖
- แถวตอนเรียงหนึ่ง	๕๗
- แถวตอนเรียงสองขึ้นไป	๕๘
- การแยกคู่ขาดของแถวหน้ากระดาน	๖๐
- การแยกคู่ขาดของแถวตอน	๖๑
- การนับตามปกติ	๖๒
- การนับทั้งแถว	๖๕
- การนับตามจำนวนที่กำหนด	๖๗
- การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดาน	๗๐
- การเปลี่ยนรูปแถวตอน	๗๒

สารบัญ

บทที่ ๓ ทำกายบริหารมือเปล่า

	หน้า
- ทำกระโดดแยกเท้าหลังมือชนกัน	๗๗
- ทำกระโดดแยกเท้ากางแขนเสมอไหล่	๗๘
- ทำเหยียดแขนลอดช่องขา	๗๙
- ทำนั่งบนส้นเท้า	๘๐
- ทำก้มตัวทางข้าง	๘๑
- ทำงอเข่าครึ่งนั่ง	๘๒
- ทำฟุ้งหลัง	๘๓
- ทำสลัดเท้า (Kangaroo)	๘๔
- ทำก้มหน้าแอ่นหลัง	๘๕
- ทำเอียงตัวทางข้าง	๘๖
- ทำโยกตัวทางข้าง	๘๗
- ทำก้มตัวตีศอก	๘๘
- ทำกระโดดทั้งย่อ	๘๙
- ทำกางแขนบิดลำตัว	๙๐
- ทำดันพื้น	๙๑
- ทำปั้นเอวสลัด	๙๒
- ทำดึงข้อ	๙๓

ภาคผนวก

คำแนะนำ

การใช้คู่มือการฝึก ว่าด้วยแบบฝึกบุคคลท่ามือเปล่า

หน่วยทหารในพระองค์ หน่วยทหารรักษาพระองค์ หน่วยทหารมหาดเล็กรักษาพระองค์ และหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ รวมทั้งหน่วยทหารอื่นๆ ที่มีหน้าที่ในการถวายความปลอดภัยและถวายพระเกียรติ ต้องค้ำพระมหากษัตริย์และพระบรมวงศานุวงศ์ทุกพระองค์ จำเป็นจะต้องศึกษาพระราชกรณียกิจ พระราชประเพณี แบบธรรมเนียมของทหารรักษาพระองค์ ตลอดจนพระราชนิยม ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ และปฏิบัติได้อย่างถูกต้องตามกาลเทศะ การจะถวายพระเกียรติได้อย่างสูงส่งนั้น กำลังพลทุกคนจะต้องมีพื้นฐานการฝึก การปฏิบัติที่ถูกต้อง ตามแบบมาตรฐานของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ (น.ทม.รอ.) ที่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร องค์ผู้บัญชาการหน่วยบัญชาการถวายความปลอดภัยรักษาพระองค์ พระราชทานไว้ตั้งแต่เมื่อครั้งยังทรงดำรงพระอิสริยยศเป็นสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร

คู่มือการฝึกว่าด้วยแบบฝึกบุคคลท่ามือเปล่าฉบับนี้เป็นตำราเอกสารหลักฐานอ้างอิงในการปฏิบัติที่ถูกต้องตามแบบธรรมเนียมของทหารรักษาพระองค์ ดังนั้นผู้ฝึกและครูฝึกทหารทุกระดับชั้น จะต้องหมั่นศึกษา ฝึกทบทวนด้วยตนเอง จนสามารถปฏิบัติให้ได้เสียก่อน มิใช่แต่เพียงการท่องจำเพื่อนำไปสอนทหารเท่านั้น ผู้ฝึกและครูฝึกจะต้องสามารถแสดงตัวอย่างที่ถูกต้อง ปฏิบัติได้อย่างแข็งแรง และสง่างาม สร้างความเชื่อมั่น ศรัทธาให้แก่ผู้รับการฝึกอย่างแท้จริง คู่มือการฝึกประกอบไปด้วยเอกสาร จำนวน ๑ เล่ม และสื่อการสอนสไลด์ทศนะในแผ่นบันทึกข้อมูล (DVD) จำนวน ๑ แผ่น เนื้อหาเอกสารแบ่งออกเป็น ๓ บท ได้แก่ บุคคลท่ามือเปล่า การฝึกแถวซิด และท่ากายบริหารมือเปล่า

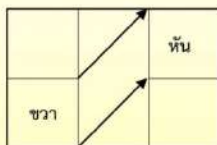
การออกคำสั่งหรือการใช้คำบอกเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติท่าต่างๆ ซึ่งแต่ละท่าจะมีการใช้คำบอกที่แตกต่างกัน แบ่งออกเป็น ๔ ประเภท ได้แก่

๑. คำบอกแบ่ง
๒. คำบอกเป็นคำๆ
๓. คำบอกรวด
๔. คำบอกผสม

การใช้คำบอกลักษณะที่ต่างกันของคำบอกประเภทต่างๆ จะเป็นเครื่องบ่งชี้ให้ทราบถึงลักษณะการปฏิบัติของทำนั้นๆ แนวทางในการใช้น้ำเสียงเพื่อสั่งและเขียนไว้ให้เห็นความแตกต่างกันอย่างเด่นชัดโดยการแสดงเครื่องหมายไว้



คำบอกแบ่ง (ภาพที่หนึ่ง) เป็นคำบอกที่ใช้เพื่อออกคำสั่ง สำหรับทำฝึกที่ส่วนใหญ่แล้วมักจะกำหนดไว้ให้ปฏิบัติได้เป็นจังหวะเดียวหรือแบ่งเป็นจังหวะๆ ได้ เป็นคำบอกแบ่งนี้ผู้ให้คำบอกจะต้องแปลงเสียงบอกในคำแรกด้วยการลากเสียงค่อนข้างยาวแล้วเว้นจังหวะไว้เล็กน้อยก่อนที่จะแปลงเสียงบอกในคำหลังด้วยการเน้นเสียงให้หนักและสั้นการเขียนคำบอกชนิดนี้จะแสดงไว้ให้เห็นด้วยการใช้เครื่องหมายอัฒจันทร์ (-) คั่นกลางไว้ระหว่างคำบอกคำหน้าและคำหลัง ตัวอย่างเช่น “ขวา - หัน” เป็นต้น



ภาพที่หนึ่ง แสดงการบอกคำบอก “แบ่ง”

คำบอกเป็นคำๆ (ภาพที่สอง) เป็นคำบอกที่ใช้เพื่อออกคำสั่ง สำหรับทำฝึกที่ส่วนใหญ่แล้วมักจะไม่มีกำหนดให้ปฏิบัติแบ่งเป็นจังหวะๆ ไว้ (แต่สามารถแบ่งการฝึกออกเป็นตอนๆ ได้) และไม่จำเป็นต้องใช้คำบอกยืดยาว ซึ่งอาจจะมีหลายพยางค์ก็ได้ จึงจำเป็นต้องเว้นจังหวะการบอกไว้เป็นตอนๆ หรือคำๆ เป็นคำบอกเป็นคำๆ นี้ผู้ให้คำบอกจะต้องแปลงเสียงบอกทั้งในคำแรกและคำหลัง ด้วยการวางน้ำหนักเสียงไว้เท่าๆ กัน โดยเว้นจังหวะระหว่างคำไว้เล็กน้อย ไม่ต้องลากเสียงยาวในคำแรก และเน้นหนักในคำหลัง เหมือนคำบอกแบ่ง การเขียนคำบอกชนิดนี้จะแสดงไว้ให้เห็นโดยการใช้อักษรจุลภาค (,) คั่นกลางไว้ระหว่างคำบอกคำหน้าและคำหลัง ตัวอย่างเช่น “ตามระเบียบ, พัก” เป็นต้น



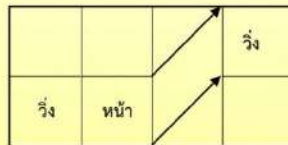
ภาพที่สอง แสดงการบอกคำบอก “เป็นคำๆ”

คำบอกรวดเร็ว (ภาพที่สาม) เป็นคำบอกที่ใช้เพื่อออกคำสั่งสำหรับทำฝึกที่ส่วนใหญ่แล้ว มักจะไม่กำหนดให้ปฏิบัติแบ่งเป็นจังหวะๆ ไว้ (แต่สามารถแบ่งการฝึกออกเป็นตอนๆ ได้) และเป็นคำสั่งที่ไม่ยืดยาวหรือมีหลายพยางค์ จึงไม่มีความจำเป็นต้องแบ่งจังหวะการสั่งไว้เป็นตอนๆ หรือคำๆ เป็นคำบอกรวดเร็วนี้ไม่ว่าจะมีกี่พยางค์ก็ตาม ผู้ให้คำบอกจะต้องบอกรวดเร็วจบโดยวางน้ำหนักเสียงเป็นระดับเดียวการเขียนคำบอกชนิดนี้จะแสดงไว้ให้เห็นโดยเขียนเป็นคำติดต่อกันทั้งหมดไม่ใช้เครื่องหมายใดๆ ทั้งสิ้น ตัวอย่างเช่น “ถอดหมวก” เป็นต้น



ภาพที่สาม แสดงการบอกคำบอก “รวดเร็ว”

คำบอกผสม (ภาพที่สี่) เป็นคำบอกที่มีลักษณะคล้ายคำบอกเป็นคำๆ จะต่างก็ตรงที่คำบอกในคำหลังจะเป็นเป็นคำบอกแบ่ง เพราะฉะนั้นคำบอกประเภทนี้จึงเป็นคำบอกที่ใช้เพื่อออกคำสั่งสำหรับทำฝึกที่ส่วนใหญ่มักจะกำหนดให้ปฏิบัติแบ่งเป็นจังหวะๆ ได้ตามลักษณะของคำบอกแบ่งที่ผสมอยู่ในคำหลังของคำบอกผสมนี้เป็นหลักคำบอกผสมนี้ผู้ให้คำบอกจะต้องเปล่งเสียงบอกในคำแรกเช่นเดียวกับคำบอกเป็นคำๆ คือ วางน้ำหนักเสียงไว้เท่าๆ กัน ส่วนการเปล่งเสียงในคำบอกห้วงหลังก็คงเปล่งเสียงในลักษณะเดียวกันกับคำบอกแบ่ง คือเปล่งเสียงบอกในคำแรกด้วยการลากเสียงค่อนข้างยาว แล้วเว้นจังหวะไว้เล็กน้อยก่อนที่จะเปล่งเสียงบอกในคำหลังด้วยการเน้นเสียงให้นหนักและสั้น การเขียนคำบอกชนิดนี้จะแสดงไว้ให้เห็นโดยใช้เครื่องหมายจุลภาค (,) คั่นกลางไว้ระหว่างคำบอกห้วงแรกและห้วงหลัง ส่วนคำบอกในห้วงหลังคงใช้เครื่องหมายยัติภังค์ (-) คั่นกลางไว้ระหว่างคำบอกคำหน้าและคำหลัง ตัวอย่างเช่น “วิ่ง, หน้า - วิ่ง” เป็นต้น



ภาพที่สี่ แสดงการบอกคำบอก “ผสม”

ลำดับขั้นตอนในการฝึก สมควรฝึกแบบปิดขั้นตอนจนทารปฏิบัติได้คล่องแล้วพอสมควรแล้ว จึงค่อยฝึกแบบเปิดขั้นตอน ซึ่งการใช้คำบอกในการปฏิบัติแบบปิดขั้นตอนนั้นจะใช้คำบอกที่แตกต่างกับการใช้คำบอกข้างต้นควรศึกษาให้ละเอียดเพื่อความถูกต้องและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกัน



ตารางสรุปชนิดคำบอกบุคลลทำมือเปล่า

ลำดับ	ท่า	คำบอก	ชนิดคำบอก
๑	ทำตรง	“แถว - ตรง”	แบ่ง
๒	ทำยกอก	“ยก, อก”	เป็นคำๆ
๓	ทำพักตามปกติ	“พัก”	รวด
๔	ทำพักตามระเบียบ	“ตามระเบียบ, พัก”	เป็นคำๆ
๕	ทำพักตามสบาย	“ตามสบาย, พัก”	เป็นคำๆ
๖	ทำพักแถว	“พักแถว”	รวด
๗	ทำเลิกแถว	“เลิกแถว”	รวด
๘	ทำซ้ายหัน	“ซ้าย - หัน”	แบ่ง
๙	ทำขวาหัน	“ขวา - หัน”	แบ่ง
๑๐	ทำกลับหลังหัน	“กลับหลัง - หัน”	แบ่ง
๑๑	ทำกึ่งซ้ายหัน	“กึ่งซ้าย - หัน”	แบ่ง
๑๒	ทำกึ่งขวาหัน	“กึ่งขวา - หัน”	แบ่ง
๑๓	ทำก้าวทางข้าง	“ก้าวทางข้าง, ทำ”	เป็นคำๆ
๑๔	ทำก้าวถอยหลัง	“ก้าวถอยหลัง, ทำ”	เป็นคำๆ
๑๕	ทำวันทยหัตถ์	“ตรงหน้า (ทางขวา, ทางซ้าย), วันทยหัตถ์”	ผสม
๑๖	ทำนั่งคุกเข่าวันทยหัตถ์	“นั่งคุกเข่า, ทำ”	เป็นคำๆ
๑๗	ทำเลิกนั่งคุกเข่าวันทยหัตถ์	“เลิกนั่งคุกเข่า, ทำ”	เป็นคำๆ
๑๘	ทำแลขวา, แลซ้าย	“แลขวา (แลซ้าย) - ทำ”	แบ่ง
๑๙	ทำถอดหมวก	“ถอดหมวก”	รวด
๒๐	ทำสวมหมวก	“สวมหมวก”	รวด
๒๑	ทำหมอบ	“หมอบ”	รวด
๒๒	ทำลุก	“ลุก”	รวด

ลำดับ	ท่า	คำบอก	ชนิดคำบอก
๒๓	ทำเดินสวนสนาม	“สวนสนาม, หน้า - เดิน”	ผสม
๒๔	ทำเดินตามปกติ	“หน้า - เดิน”	แบ่ง
๒๕	ทำเดินตามสabay	“เดินตามสabay”	รวด
๒๖	ทำหยุดจากการเดิน	“แถว - หยุด”	แบ่ง
๒๗	ทำซ้ายหันในเวลาเดิน	“ซ้าย - หัน”	แบ่ง
๒๘	ทำขวาหันในเวลาเดิน	“ขวา - หัน”	แบ่ง
๒๙	ทำกลับหลังหันในเวลาเดิน	“กลับหลัง - หัน”	แบ่ง
๓๐	ทำขอยเท้าอยู่กับที่	“ขอยเท้า, ทำ”	เป็นคำๆ
๓๑	ทำหยุดจากการขอยเท้า	“แถว - หยุด”	แบ่ง
๓๒	ทำเดินจากการขอยเท้า	“หน้า - เดิน”	แบ่ง
๓๓	ทำขอยเท้าจากการเดิน	“ขอยเท้า, ทำ”	เป็นคำๆ
๓๔	ทำเปลี่ยนเท้าในเวลาเดิน	“เปลี่ยน, เท้า”	เป็นคำๆ
๓๕	ทำวิ่ง	“วิ่ง, หน้า - วิ่ง”	ผสม
๓๖	ทำเปลี่ยนจากการเดินเป็นการวิ่ง	“วิ่งหน้า - วิ่ง”	ผสม
๓๗	ทำเปลี่ยนจากการวิ่งเป็นการเดิน	“เดิน - ทำ”	แบ่ง
๓๘	ทำหยุดจากการวิ่ง	“แถว - หยุด”	แบ่ง
๓๙	ทำเปลี่ยนเท้าในเวลาวิ่ง	“เปลี่ยน, เท้า”	เป็นคำๆ
๔๐	ทำซ้ายหันในเวลาวิ่ง	“ซ้าย - หัน”	แบ่ง
๔๑	ทำขวาหันในเวลาวิ่ง	“ขวา - หัน”	แบ่ง
๔๒	ทำกลับหลังหันในเวลาวิ่ง	“กลับหลัง - หัน”	แบ่ง
๔๓	การออกนอกแถวและกลับเข้าแถว	“หน้าแถว, ประจ่าที่” “หน้าแถว, กลับ, เข้าแถว”	เป็นคำๆ เป็นคำๆ





บทที่ ๑

บุคคลทำมือเปล่า





โรงเรียนพรหมเทพราษฎร์วิเทศศึกษาพระองค์
หน่วยพรหมเทพราษฎร์วิเทศศึกษาพระองค์

๑. เรื่องที่จะทำการฝึก

บุคคลทำมือเปล่า “ท่าตรง”

๒. ความมุ่งหมาย

เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓. ประโยชน์

ท่าตรงเป็นท่าพื้นฐานของทุกท่าก่อนจะปฏิบัติท่าใดก็ตามจะต้องเริ่มจากท่าตรงเสมอ และใช้เป็นการแสดงความเคารพเมื่ออยู่ในแถวหรือกรณีที่อยู่นอกแถวแต่ไม่สวมหมวก

๔. คำบอก

เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “แถว - ตรง”



ท่าตรง (ด้านหน้า)



ท่าตรง (ด้านข้าง)

๕. การปฏิบัติ

เมื่อได้ยินคำบอก “แถว - ตรง” ให้ผู้ปฏิบัติยืนให้ส้นเท้าทั้งสองข้างชิดและอยู่ในแนวเดียวกัน ปลายเท้าทั้งสองแยกออกไปทางข้าง ข้างละเท่าๆ กัน จนปลายเท้าห่างกันประมาณหนึ่งคืบ ปลายเท้าเฉียงทำมุมประมาณ ๔๕ องศา เข้าทั้งสองข้างเหยียดตรงและบีบเข้าหากันลำตัวตั้งตรง ออกผาย ไหล่ผึ่ง แขนทั้งสองข้างอยู่ข้างลำตัวในลักษณะงอข้อศอกจนเกิดเป็นช่องว่างห่างจากลำตัวประมาณหนึ่งฝ่ามือ และพลิกข้อศอกไปข้างหน้าเล็กน้อยจนไหล่ทั้งสองข้างตั้งและเสมอกัน นิ้วมือทั้งห้าเหยียดตรงเรียงชิดติดกันและให้นิ้วกลางแตะที่กึ่งกลางขาท่อนบนหรือประมาณแนวตะเข็บกางเกง น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าทั้งสองข้าง



ท่ายกอก

๑.ความเป็นมา : ท่ายกอกเป็นท่าฝึกพระราชทาน สืบเนื่องมาจากการที่ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร ตั้งแต่เมื่อครั้งยังทรงดำรงพระอิสริยยศเป็นสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ทรงสังเกตและทรงทอดพระเนตรเห็นเหล่าบรรดาทหารหลายนาย มีบุคลิกลักษณะที่ไม่สง่าผ่าเผย มักจะยืนค้อมตัว ไม่ยืดอก และปลายคางเชิด จึงพระราชทานคำสอน พร้อมทั้งทรงพระเมตตาแสดงพระองค์เป็นตัวอย่าง ด้วยการ ยืดอก เก็บคาง และสับัดหน้าไปยังผู้รับการเคารพ ซึ่งท่ายกอกนี้สามารถนำไปปฏิบัติประกอบกับทุกท่าการฝึกในขั้นตอนสุดท้ายของแต่ละท่าได้ ในระยะแรกทรงเรียกท่าการฝึกนี้แบบล้าลองว่า “ท่าแก้เขิน” ต่อมาพระราชทานชื่อทำนี้นว่า “ท่ายกอก”

๒.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่ายกอก”

๓.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็ก ราชวัลลภรักษาพระองค์

๔.ประโยชน์ : ใช้สำหรับประกอบการปฏิบัติในขั้นตอนสุดท้ายของทุกท่า เพื่อแสดงถึงความแข็งแรงและความสง่าผ่าเผยของผู้ปฏิบัติ

๕.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ยก, ออก”

๖.การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก “ยก” เป็นการเตือนให้ผู้ปฏิบัติเตรียมพร้อมในการปฏิบัติต่อไป เมื่อได้ยินคำบอก “ออก” ให้ผู้ปฏิบัติยกหน้าขึ้นในลักษณะกระดูกหน้าอกให้ผึ่งผาย ซึ่งมีใช้การยกไหล่หรือสุดลมหายใจเข้า จากนั้น เมื่อได้ยิน คำบอก “อับ” ให้ผู้ปฏิบัติสับัดหน้าไปทางผู้รับการเคารพ (ในลักษณะการกักดราม) ไปในทิศทางตรงหน้า ทางขวา หรือทางซ้ายให้แข็งแรง



ท่ายกอก (ด้านหน้า)



ท่ายกอก (ด้านข้าง)

หมายเหตุ : แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ

๑.กรณีผู้ปฏิบัติมีตั้งแต่ ๒ นายขึ้นไป ให้ผู้ที่มีชั้นยศสูงสุดในบริเวณนั้นเป็นคนสั่ง “ยก, ออก” ปฏิบัติให้พร้อมเพรียงกันทุกนาย และสั่ง “อับ” พร้อมกับสับัดหน้าไปในทิศทางผู้รับการเคารพ

๒.กรณีผู้ปฏิบัติมีคนเดียว ให้ผู้ปฏิบัติปฏิบัติท่ายกอก และสับัดหน้าประกอบการแสดงความเคารพให้แข็งแรง

ท่าพัก



ท่าพัก แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท

๑. ท่าพักในแถว ประกอบด้วย
 - ๑.๑ ท่าพักตามปกติ
 - ๑.๒ ท่าพักตามระเบียบ
 - ๑.๓ ท่าพักตามสบาย
๒. ท่าพักนอกแถว ประกอบด้วย
 - ๒.๑ ท่าพักแถว
 - ๒.๒ ท่าเล็กแถว

ท่าพักตามปกติ

๑. เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลห่มือเปล่า “ท่าพักตามปกติ”

๒. ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓. ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัติผ่อนคลายอิริยาบถจากการปฏิบัติในบุคคลห่มือเปล่า

๔. คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “พัก”



ท่าพักตามปกติ (ด้านหน้า)



ท่าพักตามปกติ (ด้านข้าง)

๕. การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก “พัก” ให้ผู้ปฏิบัติหย่อนเข่าขวาลงเล็กน้อย โดยส่วนอื่นๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง เมื่อได้ยินคำบอก “แถว” ให้ผู้ปฏิบัติยืนตัวขึ้นพร้อมสุดลมหายใจเข้าปอด เมื่อได้ยินคำบอก “ตรง” ให้กระตุกเข่าขวากลับไปอยู่ในท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

หมายเหตุ : ท่าพักตามปกตินี้สามารถเปลี่ยนเข้าได้ ห้ามพูดคุยกันและเปลี่ยนที่ยืนของเท้าทั้งสองข้างเป็นอันขาด



ท่าพักตามระเบียบ

๑. เรื่องที่จะทำการฝึก

บุคคลทำมือเปล่า “ท่าพักตามระเบียบ”

๒. ความมุ่งหมาย

เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓. ประโยชน์

ใช้ในโอกาสรับคำสั่งหรือฟังคำสั่งแจ้งในลักษณะรูปแถว และใช้ปฏิบัติหน้าที่เฝ้ารักษาการณ์ (ไม่ประกอบอาวุธ)

๔. คำบอก

เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ตามระเบียบ, พัก”

๕. การปฏิบัติ

เมื่อได้ยินคำบอก “ตามระเบียบ, พัก” ให้ผู้ปฏิบัติแยกเท้าซ้ายออกไปทางด้านข้าง จากนั้น ตบเท้าซ้ายอย่างแข็งแรงประมาณ ๓๐ เซนติเมตร พร้อมกับนำมือทั้งสองข้างขึ้นประสานกันไว้ทางด้านหลัง ในลักษณะหันหลังมือเข้าหาลำตัว วางหลังมือซ้ายแนบชิดติดลำตัวอยู่ใต้เข็มขัดเล็กน้อย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วหัวแม่มือขวาทับนิ้วหัวแม่มือซ้าย มือซ้ายจับมือขวา นิ้วมือทั้งสองของมือขวาเหยียดตึงเรียงชิดติดกัน และแบะข้อศอกทั้งสองไปข้างหน้าจนไหล่ตึง ขาทั้งสองข้างเหยียดตึง น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าทั้งสองข้าง ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง



ท่าพักตามระเบียบ (ด้านหน้า)



ท่าพักตามระเบียบ (ด้านหลัง)

หมายเหตุ

เมื่อได้ยินคำบอก “แถว” ให้ผู้ปฏิบัติแยกเท้าซ้ายออกไปด้านข้าง ยกอก และเมื่อได้ยินคำบอก “ตรง” ให้นำเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวาในลักษณะอัตโนมัติอย่างรวดเร็วและแข็งแรง พร้อมกันนั้นให้ลดมือทั้งสองข้างลงมาอยู่ด้านข้างลำตัว กลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างแข็งแรง

เมื่อผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติในท่าพักตามระเบียบแล้ว ให้ผู้ปฏิบัติท่ายอก

ท่าพักตามสบาย



๑. เรื่องที่จะทำการฝึก

บุคคลทำมือเปล่า “ท่าพักตามสบาย”

๒. ความมุ่งหมาย

เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓. ประโยชน์

ใช้ในการผ่อนคลายอิริยาบถเมื่ออยู่ในแถว สามารถจัดระเบียบเครื่องแต่งกายได้

๔. คำบอก

เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ตามสบาย, พัก”

๕. การปฏิบัติ

เมื่อได้ยินคำบอก “ตามสบาย, พัก” ให้ผู้ปฏิบัติค่อยๆ หย่อนเข่าขวาลงเล็กน้อยเหมือนท่าพักตามปกติ ต่อจากนั้นจึงเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายได้ แต่เท้าข้างใดข้างหนึ่งของผู้ปฏิบัติต้องอยู่เป็นหลักไว้



ท่าพักตามสบาย

หมายเหตุ

ในการออกคำสั่งเมื่อต้องการให้ผู้ปฏิบัติกลับมาอยู่ในท่าตรง ให้ออกคำสั่งเตือน “เลิกทำ” แล้วถึงจะใช้คำบอก “แถว - ตรง” และปฏิบัติในท่ายกอก

เมื่อได้ยินคำบอก “แถว” ให้ผู้ปฏิบัติสุดลมหายใจเข้าปอดสั้นๆ และยกอกขึ้นแล้วรีบจัดส่วนต่างๆ ของร่างกายให้อยู่ในท่าพักตามปกติ และเมื่อได้ยินคำบอก “ตรง” ให้ผู้ปฏิบัติกระตุกเข้าหากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างแข็งแรง



ท่าพักแถว

๑. เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าพักแถว”
๒. ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์
๓. ประโยชน์ : ท่าพักแถวเป็นการผ่อนคลายอิริยาบถโดยไม่อยู่ในรูปแบบแถวในระยะเวลาไม่นาน แต่ยังคงอยู่บริเวณใกล้ที่รวมพลพร้อมเรียกแถว
๔. คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “พักแถว”



รูปที่หนึ่ง



รูปที่สอง

๕. การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก “พักแถว” ให้ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติท่ากึ่งขวาหันโดยไม่ชิดเท้า จากนั้นดับเท้าซ้ายไปข้างหน้า น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าซ้าย สันเท้าขวาเปิด พร้อมยกมือทั้งสองข้าง ในลักษณะกำหลวมขึ้นมาบริเวณหน้าอก ข้อศอกกางเล็กน้อย พร้อมเปล่งเสียง “เฮ้” และออกนอกแถวทันที

หมายเหตุ : เมื่อได้ยินคำบอก “แถว” ให้เปล่งเสียง “เฮ้” พร้อมกลับมามาอยู่ในรูปแบบเดิม พร้อมกับจัดแถวและกลับมายุบในลักษณะท่าตรง

ท่าเล็กแถว



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเล็กแถว”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ท่าเล็กแถวเป็นท่าที่ใช้ในโอกาสเลิกจากการฝึก หรือเลิกยืนรับฟังคำสั่ง

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “เล็กแถว”



รูปที่หนึ่ง



รูปที่สอง

๕.การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก “เล็กแถว” ให้ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติท่าถึงขาหันโดยไม่ชิดเท้า จากนั้นตะเท้าซ้ายไปข้างหน้า รุมปลายเท้า และตบเท้าลงกับพื้น น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าซ้าย สันเท้าขวาเปิด หรือยกมือทั้งสองข้าง ในลักษณะกำหลวมขึ้นมามีบริเวณหน้าอก ข้อศอกกางเล็กน้อย พร้อมเปล่งเสียง “เอ้”

หมายเหตุ : เมื่อต้องการให้กลับมามีอยู่ในรูปแถว ผู้ควบคุมแถวต้องทำการเรียกแถวใหม่โดยสามารถเปลี่ยนรูปแถวได้



ท่าหัน

ท่าหันอยู่กับที่ แบ่งออกเป็น ๕ ท่า

- | | |
|------------------|------------------|
| ๑.ท่าซ้ายหัน | ๔.ท่ากึ่งซ้ายหัน |
| ๒.ท่าขวาหัน | ๕.ท่ากึ่งขวาหัน |
| ๓.ท่ากลับหลังหัน | |

ท่าซ้ายหัน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าซ้ายหัน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้เปลี่ยนทิศทางของแถวจากทิศทางตรงหน้าไปยังทิศทางด้านซ้าย

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “ซ้าย - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง

จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติเปิดปลายเท้าซ้ายยกส้นเท้าขวาขึ้นเล็กน้อยใช้ส้นเท้าซ้ายเป็นจุดหมุน หมุนตัวไปทางซ้ายด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๙๐ องศา ในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ใช้ปลายเท้าขวาจดแน่นกับพื้นแล้วบิดส้นเท้าขวาออกนอกลำตัวจนขาขวาเหยียดตั้งส้นเท้าขวาเปิดปลายเท้าขวาชี้ไปในทิศทางตรงหน้า เมื่อหันได้ทีแล้วนั้นนักวิ่งจะอยู่บนเท้าซ้ายในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ผู้ปฏิบัติรักษาลักษณะท่าทางของลำตัวให้อยู่ในลักษณะท่าตรง

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำส้นเท้าขวามาชิดส้นเท้าซ้ายอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอก

หมายเหตุ : เมื่อปฏิบัติในรูปแถว การจัดส้นเท้าต้องปฏิบัติให้เกิดความแข็งแรง พร้อมเตรียม เสียงซิกที่จำเป็นเสียงเดียวกัน

ท่าขาหั้น



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าขาหั้น”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้เปลี่ยนทิศทางของแถวจากทิศทางตรงหน้าไปยังทิศทางด้านขวา

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “ขวา - หั้น”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั้นจังหวะ - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติเปิดปลายเท้าซ้ายยกส้นเท้าซ้ายขึ้นเล็กน้อยใช้ส้นเท้าขวาเป็นจุดหมุนหมุนตัวไปทางขวาด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๙๐ องศา ในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ใช้ปลายเท้าซ้ายกดแน่นกับพื้นแล้วบิดส้นเท้าซ้ายออกนอกลำตัวจนขาซ้ายเหยียดตึง ส้นเท้าซ้ายเปิดปลายเท้าซ้ายชี้ไปในทิศทางตรงหน้า เมื่อหันได้ทีแล้วน้ำหนักตัวจะอยู่บนเท้าขวาในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ผู้ปฏิบัติรักษาลักษณะท่าทางของลำตัวให้อยู่ในลักษณะท่าตรง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั้นจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำส้นเท้าซ้ายมาชิดส้นเท้าขวาอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอก

หมายเหตุ : เมื่อปฏิบัติในรูปแถว การอัดส้นเท้าต้องปฏิบัติให้เกิดความแข็งแรง พร้อมเหวี่ยง เสียงจิตเท้าต้องเป็นเสียงเดียวกัน



ท่ากลับหลังหัน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่ากลับหลังหัน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้เปลี่ยนทิศทางของแถวจากทิศทางตรงหน้าไปยังทิศทางตรงข้าม

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “กลับหลัง - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติเปิดปลายเท้าซ้ายยกส้นเท้าซ้ายขึ้นเล็กน้อยใช้ส้นเท้าขวาเป็นจุดหมุนให้ยกเท้าซ้ายเหวี่ยงไปทางซ้าย และนำปลายเท้าซ้ายไปวางแตะพื้นไว้ด้านหลังเฉียงไปทางซ้ายของลำตัวประมาณครึ่งก้าวหรือหนึ่งช่วงไหล่ ปลายเท้าซ้ายอยู่ในแนวเดียวกับส้นเท้าขวา ขาซ้ายเหยียดตั้งส้นเท้าเปิดหมุนตัวไปทางขวาด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๑๘๐ องศาหรือจากทิศทางตรงหน้าไปข้างหลัง ในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้รักษาลักษณะท่าทางของลำตัวอยู่ในลักษณะท่าตรง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำส้นเท้าซ้ายมาชิดส้นเท้าขวาวางอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอก

หมายเหตุ : เมื่อปฏิบัติในรูปแถว การอัดส้นเท้าต้องปฏิบัติให้เกิดความแข็งแรง พร้อมเหวี่ยง เสียงชิดเท้าต้องเป็นเสียงเดียวกัน

ท่ากึ่งซ้ายหัน



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่ากึ่งซ้ายหัน”

๒. ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้เปลี่ยนทิศทางการแถวจากทิศทางตรงหน้าไปยังทิศทางด้านซ้าย (ทิศทางเฉียง ๔๕ องศาจากทิศทางตรงหน้า)

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “กึ่งซ้าย - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวัด



จังหวัดหนึ่ง

จังหวัดหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “กึ่งซ้ายหันจังหวัด - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติเปิดปลายเท้าซ้ายยกส้นเท้าขวาขึ้นเล็กน้อยใช้ส้นเท้าซ้ายเป็นจุดหมุนหมุนตัวไปทางซ้ายด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๔๕ องศา ในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ใช้ปลายเท้าขวาติดแน่นกับพื้นแล้วบิดส้นเท้าขวาออกนอกลำตัวจนขาขวาเหยียดตึง ส้นเท้าขวาเปิดปลายเท้าขวาชี้ไปในทิศทางตรงหน้า เมื่อหันได้ทีแล้วนำหน้าทรวงจะอยู่บนเท้าซ้าย ในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ผู้ปฏิบัติรักษาลักษณะท่าทางของลำตัวให้อยู่ในลักษณะท่าตรง



จังหวัดสอง

จังหวัดสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “กึ่งซ้ายหันจังหวัด - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำส้นเท้าขวามาชิดส้นเท้าซ้ายอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติท่ายกอก

หมายเหตุ : เมื่อปฏิบัติในรูปแบบแถว การอืดส้นเท้าต้องปฏิบัติให้เกิดความแข็งแรง พร้อมเพรียง เสียงจิตเท้าต้องเป็นเสียงเดียวกัน



ท่ากิ่งขาหั้น

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่ากิ่งขาหั้น”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้เปลี่ยนทิศทางของแถวจากทิศทางตรงหน้าไปยังทิศทางด้านขวา (ทิศทางเฉียง ๔๕ องศาจากทิศทางตรงหน้า)

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “กิ่งขา - หั้น”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “กิ่งขาหั้นจังหวะ - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติเปิดปลายเท้าขวากลับเท้าซ้ายขึ้นเล็กน้อยใช้สันเท้าขวาเป็นจุดหมุนหมุนตัวไปทางขวาด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๔๕ องศา ในขณะที่หมุนตัวไปนั้นให้ใช้ปลายเท้าซ้ายกดแน่นกับพื้น แล้วบิดสันเท้าซ้ายออกนอกลำตัวจนขาซ้ายเหยียดตึง สันเท้าซ้ายเปิดปลายเท้าซ้ายชี้ไปในทิศทางตรงหน้า เมื่อหันได้ที่แล้วนำหน้าหัวตัวจะอยู่บนเท้าขวา ในขณะที่หมุนตัวไปนั้น ให้ผู้ปฏิบัติรักษาลักษณะท่าทางของลำตัวให้อยู่ในลักษณะท่าตรง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “กิ่งขาหั้นจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำสันเท้าซ้ายมาชิดสันเท้าขวาอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอก

หมายเหตุ : เมื่อปฏิบัติในรูปแถว การยึดสันเท้าต้องปฏิบัติให้เกิดความแข็งแรง พร้อมเพรียง เสียงชิดเท้าต้องเป็นเสียงเดียวกัน

ท่าก้าวทางข้าง



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าก้าวทางข้าง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ท่าก้าวทางข้างใช้เปลี่ยนตำแหน่งรูปแถวไปทางด้านข้างทางซ้าย หรือทางขวาในระยะใกล้ๆ

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ก้าวทางข้างทางซ้าย, ท่า” หรือ “ก้าวทางข้างทางขวา (ซ้าย), ท่า” แล้วสั่งว่า “แถว - หยุด” (ใช้ในโอกาสที่ไม่กำหนดจำนวนก้าวให้) ถ้าใช้คำบอก “ก้าวทางข้างทางซ้าย...ก้าว, ท่า” หรือ “ก้าวทางข้างทางขวา...ก้าว, ท่า” (ใช้ในโอกาสที่กำหนดจำนวนก้าวให้) ในกรณีนี้ไม่ต้องสั่งแถวหยุด เมื่อครบจำนวนก้าวให้หยุดเอง)

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



ท่าเริ่มต้น



จังหวะหนึ่ง (รูปที่หนึ่ง)

จังหวะหนึ่ง (รูปที่หนึ่ง)

เมื่อได้ยินคำบอก “ก้าวทางข้างทางซ้าย (ขวา), ท่า” ให้ผู้ปฏิบัติยกส้นเท้าทั้งสองขึ้นแล้วยืนด้วยปลายเท้า ส่วนอื่นๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะของท่าตรง



จังหวะหนึ่ง (รูปที่สอง)

จังหวะหนึ่ง (รูปที่สอง)

ก้าวไปทางข้างทางซ้าย (ขวา) ประมาณหนึ่งช่วงไหล่ (๓๐ เซนติเมตร) ยังคงยืนด้วยปลายเท้า น้ำหนักตัวอยู่บนปลายเท้าทั้งสองข้าง ส่วนอื่นๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะของท่าตรง



จิงหวะสอง (รูปที่หนึ่ง)

จิงหวะสอง (รูปที่หนึ่ง)

นำสันเท้าขวา (ซ้าย) ไปชิดสันเท้าซ้าย (ขวา)
อย่างแข็งแรง ยังคงยืนด้วยปลายเท้าๆ ทั้งสองข้างห่างกัน
ประมาณหนึ่งคืบ



จิงหวะสอง (รูปที่สอง)

จิงหวะสอง (รูปที่สอง)

ลดสันเท้าทั้งสองข้างลงพร้อมกัน ส่วนต่างๆ ของ
ร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง

หมายเหตุ

ในการใช้คำบอก “แถว - หยุด” จะใช้คำบอกเมื่อสันเท้าทั้งสอง มาชิดกันและสัมผัสพื้น
เช่น เมื่อผู้ปฏิบัติชักเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวา และลดสันเท้าทั้งสองลงยืนบนพื้นจะสั่งว่า “แถว” ผู้ปฏิบัติยังคง
ก้าวเท้าขวาต่อไป เมื่อผู้ปฏิบัตินำเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวา และยืนอีกครั้ง ก็จะสั่งว่า “หยุด” ในจิงหวะที่หนึ่ง
ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปอีกหนึ่งก้าว ในจิงหวะที่สองให้ผู้ปฏิบัตินำเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวาพร้อมกับลดสันเท้า
ทั้งสองลงยืนบนพื้นกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรง ซึ่งการปฏิบัติของเท้าซ้ายเหมือนเท้าขวาทุกประการ

ท่าก้าวถอยหลัง



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ท่าก้าวถอยหลัง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้เปลี่ยนตำแหน่งรูปแบบไปทางด้านหลังในระยะใกล้ๆ

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ก้าวถอยหลัง, ท่า” แล้วสั่งว่า “แถว - หยุด” (กรณีไม่กำหนดจำนวนก้าว) หรือ “ก้าวถอยหลัง...ก้าว, ท่า” เมื่อปฏิบัติครบตามจำนวนที่กำหนดให้ผู้ปฏิบัติหยุดด้วยตนเอง (กรณีกำหนดจำนวนก้าวให้)

๕.การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก “ก้าวถอยหลัง, ท่า” ให้ก้าวเท้าซ้ายออกไปทางข้างหลังก่อน ในลักษณะที่ขาซ้ายเหยียดตึง พร้อมกันนั้นให้ยกมือซ้ายขึ้นมาอยู่ที่แนวหัวเข็มขัด ในลักษณะนิ้วมือทั้งห้าเรียงชิดติดกัน ฝ่ามือหันเข้าหาลำตัว ห่างจากหัวเข็มขัดประมาณหนึ่งฝ่ามือ ให้สะบัดแขนขวาไปข้างหลังเฉียงไปทางขวา (ในลักษณะการฟันมือ) จนแขนเหยียดตึง จากนั้นให้วางปลายเท้าซ้ายลงจุดพื้น แล้วลดส้นเท้าลงยืนกับพื้น ก้าวเท้าขวามาข้างหลังผ่านเท้าซ้ายไปประมาณ ๓๐ เซนติเมตร แล้วให้วางปลายเท้าขวาลงจุดกับพื้นในลักษณะเช่นเดียวกับการวางเท้าซ้าย พร้อมกันนั้นให้เปลี่ยนมือขวามาอยู่ที่หน้าหัวเข็มขัด ในลักษณะเดียวกันกับมือซ้ายในครั้งแรกในลำดับต่อไปให้เปลี่ยนเท้าก้าวสลับกันไปทางข้างหลัง



ท่าเริ่มต้น



ท่าก้าวถอยหลัง

หมายเหตุ

เมื่อได้ยินคำบอก “แถว - หยุด” ให้ทำท่าหยุดเช่นเดียวกับท่าหยุดจากการเดิน ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง



ท่าเคารพ

ท่าเคารพ สามารถใช้แสดงความเคารพได้ทั้งขณะอยู่กับที่และเคลื่อนที่ แบ่งออกเป็น ๒ ท่า

- ๑.ท่าวันทยหัตถ์
- ๒.ท่านั่งคุกเข่าวันทยหัตถ์
- ๓.ท่าแลงขา, แลซ้าย

ท่าวันทยหัตถ์

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าวันทยหัตถ์”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อใช้ในการแสดงความเคารพบุคคลหรือใช้แสดงการเคารพวัตถุ, สถานที่ (เมื่อผู้ปฏิบัติสวมหมวก)

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “ผสม” ใช้คำบอก “ตรงหน้า (ทางขวาหรือทางซ้าย), วันทยหัตถ์”

๕.การปฏิบัติ : ท่าวันทยหัตถ์เป็นท่าแสดงความเคารพเมื่อผู้ปฏิบัติสวมหมวก เมื่อได้ยินคำบอก “ตรงหน้า (ทางขวาหรือทางซ้าย)” ให้ผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติท่ายกอก เมื่อได้ยินคำบอก “วันทยหัตถ์” ให้ผู้ปฏิบัติยกมือขวาขึ้นมาด้านหน้าอย่างรวดเร็วและแข็งแรง ฟามือเหยียดตรงไปตามแนวแขนท่อนล่างแล้วให้ปลายนิ้วชี้ไปแตะขอบล่างของกระบังหมวกในแนวทางคิ้ว นิ้วมือเหยียดตรงและเรียงชิดติดกัน ข้อมือไม่หักและให้เปิดฝ่ามือขึ้นประมาณ ๓๐ องศา คอกลงขาเปิดขนานกับพื้น ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง จากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอกและสับัดหน้าไปยังทิศทางการเคารพ



ท่าตรงหน้าวันทยหัตถ์ ท่าทางขวาวันทยหัตถ์ ท่าทางซ้ายวันทยหัตถ์

หมายเหตุ

ท่าทางขวา (ซ้าย) วันทยหัตถ์ ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกับท่าตรงหน้าวันทยหัตถ์โดยมีการสับัดหน้าไปทางขวา (ซ้าย)

เมื่อได้ยินคำบอก “มิลอง” ให้ผู้ปฏิบัติลงขาตรงมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง ปฏิบัติจากท่าทางขวา (ซ้าย) วันทยหัตถ์ ให้สับัดหน้ากลับมา ในทิศทางตรงหน้าพร้อมกับลดมือขวาลง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอก

ทำนึ่งคุกเข้าวันทยหัตถ์



๑.ความเป็นมา : เนื่องจากทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์จะต้องปฏิบัติภารกิจในการถวายความปลอดภัยและถวายพระเกียรติอย่างใกล้ชิดต่อองค์พระมหากษัตริย์ และพระบรมวงศานุวงศ์ ซึ่งบางครั้งทหารจะยืนอยู่ในระยะประชิดมากเกินไป ดังนั้นเพื่อเป็นการถวายพระเกียรติอย่างสูงที่สุดจึงให้ปฏิบัติในทำนึ่งคุกเข้าวันทยหัตถ์

๒.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “นึ่งคุกเข้าวันทยหัตถ์” (ท่าฝึกพระราชทาน)

๓.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๔.ประโยชน์ : ใช้เป็นท่าถวายความเคารพ, เป็นการถวายพระเกียรติ กรณีเมื่อพระมหากษัตริย์หรือพระบรมวงศานุวงศ์ทุกพระองค์เสด็จฯ ผ่านในระยะใกล้ประมาณ ๓ - ๕ เมตร

๕.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำฯ” ใช้คำบอก “นึ่งคุกเข้า, ท่า” หรือสั่งแบบรวดเร็วว่า “อ๊ับบ๊”



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม (ตรงหน้า)



จังหวะสาม (ทางซ้าย)



จังหวะสาม (ทางขวา)

๖.การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “นึ่งคุกเข้าจังหวะ - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติตั้งเท้าซ้ายไปด้านหลังเล็กน้อยโดยไม่เสียลักษณะท่าทาง สันเท้าซ้ายเปิด มือซ้ายและอยู่ใต้เข่ากางเกง มือขวาปฏิบัติทำวันทยหัตถ์ สายตามองตรงไปด้านหน้า ในแนวระดับ ในกรณีที่มีผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติท่าแลขวาหรือแลซ้ายอยู่ให้สะบัดหน้ามองตรงก่อนปฏิบัติจังหวะหนึ่ง

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “นึ่งคุกเข้าจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติตั้งเท้าซ้ายไปด้านหลังอีกเล็กน้อยเพื่อสะดวกต่อการนึ่งคุกเข้า แล้วคุกเข้าซ้ายลงให้ขาขวาท่อนบนและล่างตั้งฉากกัน ส่วนอื่นๆ ของร่างกายยังอยู่ในลักษณะเดิม

จังหวะสาม : เมื่อได้ยินคำบอก “นึ่งคุกเข้าจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติสะบัดหน้าไปในทิศทางที่พระมหากษัตริย์หรือพระบรมวงศานุวงศ์เสด็จฯ ส่วนอื่นๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะเดิม

หมายเหตุ : เมื่อผู้ปฏิบัติอยู่ในทำนึ่งคุกเข้าวันทยหัตถ์ สามารถปฏิบัติในท่าแลขวาและแลซ้ายได้ โดยการปฏิบัติท่ายกอกและสะบัดหน้าไปในทิศทางที่พระมหากษัตริย์หรือพระบรมวงศานุวงศ์เสด็จฯ



ท่าเลิคนั่งคุกเข้าวันทยหัตถ์

- ๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “เลิคนั่งคุกเข้าวันทยหัตถ์” (ท่าฝึกพระราชทาน)
- ๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์
- ๓.ประโยชน์ : ใช้เมื่อเลิกปฏิบัติจากท่านั่งคุกเข้าวันทยหัตถ์
- ๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “เลิคนั่งคุกเข้า, ท่า” หรือสั่งแบบรวดเร็วว่า “เลิก, อีบอ๊บ”



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม (ตรงหน้า)



จังหวะสาม (ทางซ้าย)



จังหวะสาม (ทางขวา)

๕.การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้อินคำบอก “เลิคนั่งคุกเข้าจังหวะ - หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติลุกขึ้นยืนโดยไม่เสียลักษณะท่าทาง ขาซ้ายเหยียดตั้ง สันเท้าซ้ายเปิด ส่วนอื่นๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะเดิม

จังหวะสอง : เมื่อได้อินคำบอก “เลิคนั่งคุกเข้าจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำเท้าซ้ายมาชิดสันเท้าขวา กลับมาอยู่ในลักษณะท่านั่งทยหัตถ์

จังหวะสาม : เมื่อได้อินคำบอก “เลิคนั่งคุกเข้าจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติสับัดหน้าไปในทิศทางที่พระมหากษัตริย์หรือพระบรมวงศานุวงศ์เสด็จฯ ส่วนอื่นๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะเดิม

หมายเหตุ : กรณีผู้ปฏิบัติตั้งแต่ ๒ นายขึ้นไปหลังจากปฏิบัติจังหวะหนึ่ง ให้รอสัญญาณ “อ๊บ”

ท่าแลขวา, แลซ้าย



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก

บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าแลขวา, แลซ้าย”

๒.ความมุ่งหมาย

เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์

เพื่อใช้ในการแสดงความเคารพบุคคลหรือใช้แสดงการเคารพวัตถุ, สถานที่ (เมื่อผู้ปฏิบัติไม่สวมหมวก หรือไม่สามารถปฏิบัติทำวันทยหัตถ์ได้)

๔.คำบอก

เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “แลขวา - ท่า”, “แลซ้าย - ท่า”

๕.การปฏิบัติ

เมื่อได้ยินคำบอก “แลขวา (ซ้าย) - ท่า” ให้ผู้ปฏิบัติสละหน้าไปทางขวา (ทางซ้าย) ประมาณ ๔๕ องศา อย่างแข็งแรง ใบหน้าตั้งตรงและสายตามองตรงไปด้านหน้าในแนวระดับ โดยส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง จากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอกและสละหน้าไปยังทิศทางผู้รับการเคารพ



ท่าเคารพตรงหน้า



ท่าแลขวา



ท่าแลซ้าย

หมายเหตุ

-เมื่อได้ยินคำบอก “แล - ตรง” ให้สละหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติในท่ายกอก

-กรณีผู้ปฏิบัติเป็นนายทหารชั้นสัญญาบัตร ไม่สวมหมวกหรือไม่สามารถปฏิบัติทำวันทยหัตถ์ได้ ให้ปฏิบัติท่าโค้งคำนับ



ท่าถอดหมวก

- ๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า "ท่าถอดหมวก"
- ๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์
- ๓.ประโยชน์ : ใช้ท่าถอดหมวกในระหว่างการประกอบพิธีทางศาสนา
- ๔.คำบอก : เป็นคำบอก "รวด" ใช้คำบอก "ถอดหมวก"
- ๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๓ ตอน



ตอนที่หนึ่ง



ตอนที่สอง



ตอนที่สาม

ตอนที่หนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก "ถอดหมวก, ตอนที่หนึ่ง" ให้ผู้ปฏิบัติยกแขนซ้ายท่อนล่างขึ้นมาข้างหน้าลำตัว ในลักษณะงอข้อศอก พร้อมกับพลิกหงายฝ่ามือขึ้นอย่างรวดเร็ว ให้นิ้วทั้งสี่เหยียดตึงเรียงชิดติดกัน นิ้วหัวแม่มือตั้งขึ้นข้างบน และตั้งฉากกับฝ่ามือ แขนซ้ายท่อนล่างขนานกับพื้น และตั้งฉากกับลำตัว แขนซ้ายท่อนบนแนบชิดติดลำตัวข้อศอกเสมอกับแนวแผ่นหลัง พร้อมกันนั้นให้ยกมือขวาขึ้นไปจับที่กระบังหมวก ใช้นิ้วทั้งสี่ทาบทับกับกระบังหมวกด้านบน นิ้วหัวแม่มืออยู่ด้านล่างข้อศอกขวาเปิดแขนขวาท่อนบนยื่นไปทางขวาค่อนไปข้างหน้าเล็กน้อย

ตอนที่สอง : เมื่อได้ยินคำบอก "ถอดหมวก, ตอนที่สอง" ให้ผู้ปฏิบัติใช้มือขวาหักหมวกออกจากศีรษะแล้วนำมาวางครอบที่นิ้วหัวแม่มือซ้ายอย่างแข็งแรง หันหน้าหมวกไปทางขวาของลำตัว ขอบกระบังหมวกอยู่แนวโคนนิ้วมือซ้าย มือขวายังจับที่กระบังหมวกในลักษณะเดิม ข้อมือขวาไม่หักและเป็นแนวเดียวกับแขนขวาท่อนล่าง

ตอนที่สาม : เมื่อได้ยินคำบอก "ถอดหมวก, ตอนที่สาม" ให้ผู้ปฏิบัติลดมือขวาลงไปอยู่ในลักษณะทำตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง พร้อมกันนั้นให้จับขอบหมวกด้วยมือซ้าย (ลักษณะกำมือ) หลังจากนั้นปฏิบัติในท่ายกอก

หมายเหตุ : ในกรณีเป็นการเปิดคอนให้รอสัญญาณ "ฮีบ" เมื่อปฏิบัติในท่าถอดหมวกตอนที่หนึ่งเรียบร้อย รอที่จะปฏิบัติตอนที่สอง และปฏิบัติในท่าถอดหมวกตอนที่สองเรียบร้อย รอที่จะปฏิบัติตอนที่สาม

ท่าสวมหมวก



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าสวมหมวก”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ท่าสวมหมวกหลังเลิกประกอบพิธีทางศาสนา

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “สวมหมวก”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๓ ตอน



ตอนที่หนึ่ง



ตอนที่สอง



ตอนที่สาม

ตอนที่หนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “สวมหมวก, ตอนที่หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติใช้มือขวามาจับที่กระบังหมวก นิ้วทั้งสี่เรียงชิดติดกันอยู่ด้านบนของกระบังหมวก นิ้วหัวแม่มืออยู่ด้านล่างข้อมือขวาไม่หักและแขนขวาท่อนล่างเป็นแนวเดียวกันขนานกับพื้น พร้อมกันนั้นให้เหยียดนิ้วมือทั้งสองมือซ้ายออกไปในลักษณะนิ้วเรียงชิดติดกันขนานกับพื้น

ตอนที่สอง

เมื่อได้ยินคำบอก “สวมหมวก, ตอนที่สอง” ให้ผู้ปฏิบัติใช้มือทั้งสองพลิกหาข้อมือขวา พร้อมกับนำหมวกขึ้นสวมนบนศีรษะ หันหน้าหมวกไปข้างหน้า นิ้วมือทั้งสองมือทั้งสองข้างทาบไปกับกระบังหมวกด้านบน ปลายนิ้วกลางชนกัน นิ้วหัวแม่มือทั้งสองอยู่ด้านล่างของกระบังหมวก แขนท่อนบนทั้งสองข้างขนานกับพื้นและค่อนไปข้างหน้าเล็กน้อย

ตอนที่สาม

เมื่อได้ยินคำบอก “สวมหมวก, ตอนที่สาม” ให้ผู้ปฏิบัติลดมือทั้งสองลงมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง (ในลักษณะของการฟันมือ) หลังจากนั้นปฏิบัติในท่ายกอก

หมายเหตุ : ในกรณีเป็นการเปิดตอนให้รอสัญญาณ “ฮีบ” เมื่อปฏิบัติในท่าสวมหมวกตอนที่หนึ่งเรียบร้อยแล้วจะปฏิบัติตอนที่สอง และปฏิบัติในท่าสวมหมวกตอนที่สองเรียบร้อยแล้ว รอที่จะปฏิบัติตอนที่สาม



ท่าหมอบ

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าหมอบ”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เป็นหนึ่งในท่าบุคคลทำการบิช่วยในการลดเป้าหมาย ลดการตรวจการณ์จากฝ่ายตรงข้าม

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “รวดเร็ว” ใช้คำบอก “หมอบ”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๓ ตอน



ตอนที่หนึ่ง



สัญญาณ “อ๊ีบ”



ตอนที่สอง



ตอนที่สาม

ตอนที่หนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “หมอบ, ตอนที่หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติบิตัวซ้ายไปข้างหน้าประมาณครึ่งก้าว แล้วดับเท้าลงที่พื้นเดิมฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าทั้งสอง สันเท้าขวาไม่เปิด แขนทั้งสองข้างเหยียดตั้งมือทั้งสองข้างลำตัว

ตอนที่สอง : เมื่อได้ยินคำบอก “หมอบ, ตอนที่สอง” ให้ผู้ปฏิบัติทรุดตัวลงคุกเข่าขวาและพื้น จากนั้นให้ยกแขนทั้งสองขึ้นมาด้านหน้าลำตัว แขนเหยียดตั้งและขนานกับพื้นฝ่ามือคว่ำลง ลำตัวตั้งตรง เข่าซ้ายตั้งขึ้นเมื่อได้ยินสัญญาณ “อ๊ีบ” ให้คุกเข่าซ้ายลงกับพื้นแล้วโน้มน้ำหนักตัวไปข้างหน้าใช้มือทั้งสองยันพื้น นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันชี้ไปข้างหน้า พร้อมกันนั้นให้ยกเข่าขวาพ้นพื้น ขาขวาเหยียดตั้ง ปลายเท้าจิกพื้นเท้าตั้งตรง เหย่น้ำสายตามองตรงไปด้านหน้าในแนวระดับ

ตอนที่สาม : เมื่อได้ยินคำบอก “หมอบ, ตอนที่สาม” ให้ผู้ปฏิบัติเหยียดขาซ้ายออกไปข้างหลังจนขาเหยียดตั้ง เท้าทั้งสองข้างชิดกัน ให้ลดตัวลงไปในนอนราบกับพื้น เมื่ออกแตะถึงพื้นให้น้ำมือทั้งสองมาประสานกันไว้ ประมาณใดคางในลักษณะที่มือขวาทับมือซ้าย ฝ่ามือทั้งสองคว่ำลงและให้ปลายนิ้วกลางมือขวาอยู่ประมาณโคนนิ้วกลางมือซ้าย คอทั้งสองข้างกางออก เท้าทั้งสองแบนราบไปกับพื้น ปลายเท้าแบะออกไปทางซ้าย และทางขวา เท้าด้านในแบนราบไปกับพื้น สันเท้าชิดกัน เหย่น้ำสายเล็กน้อย

หมายเหตุ : ในการเปิดตอนให้รอสัญญาณ “อ๊ีบ” ในตอนที่สอง ขึ้นตอนที่เข้าขวาและพื้น

“หมอบ”

เป็นคำบอก “รวดเร็ว”

กองทัพบก

ท่าลูก



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าลูก”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เป็นท่าที่ปฏิบัติต่อจากท่าหมอบเพื่อให้สามารถปฏิบัติทางยุทธวิธีในการรบต่อไป

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “ลูก”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งเป็น ๓ ตอน



ตอนที่หนึ่ง



ตอนที่สอง



ตอนที่สาม

ตอนที่หนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “ลูก, ตอนที่หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัตินำมือทั้งสองวางอยู่ในแนวหน้าอกฝ่ามือคว่ำปลายนิ้วของมือทั้งสองชี้ขึ้นไปทิศทางตรงหน้า (วางมือในลักษณะการคืบฝ่ามือลงพื้น) พร้อมกันนั้นให้รวบรวมเท้าทั้งสองเข้าหากันปลายเท้าทั้งสองข้างตั้งตรงกับพื้น แล้วใช้มือทั้งสองดันพื้นยกตัวขึ้นมาจนแขนทั้งสองข้างเหยียดตั้ง จากนั้นให้ชักเข่าเข้ามาข้างหน้า ให้เข่าแตะพื้นและตั้งฉากกับลำตัว ขาขวาเหยียด ตั้งปลายเท้าทั้งสองยังจุดที่พื้นงนเข่าสายตาตามองตรงไปด้านหน้าในแนวระดับ

ตอนที่สอง : เมื่อได้ยินคำบอก “ลูก, ตอนที่สอง” ให้ผู้ปฏิบัติคุกเข่าลงกับพื้นแล้วยกตัวโดยใช้ฝ่ามือทั้งสองออกแรงดันพื้นให้ลำตัวตั้งขึ้น พร้อมกับยกเข่าทั้งสองข้างให้พ้นพื้น แล้วลุกขึ้นยืนในท่าเท้าซ้ายอยู่ข้างหน้า น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าทั้งสอง นำมือทั้งสองมาอยู่ข้างลำตัวในลักษณะมือทั้งสองตั้งนิ้วชี้ทั้งห้าเรียงชิดติดกัน ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง

ตอนที่สาม : เมื่อได้ยินคำบอก “ลูก, ตอนที่สาม” ให้ผู้ปฏิบัตินำเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ปฏิบัติท่ายกอก

หมายเหตุ : ถ้าเป็นกรณีที่เปิดตอนในทำนี้ให้รอสัญญาณ “ฮีบ” ในตอนที่สองเมื่อลุกขึ้นมาแล้ว
-ท่าลูกเท้าขวาต้องเป็นหลักอยู่กับที่เสมอ



ท่าเดิน

ท่าเดิน แบ่งออกเป็น ๓ ท่า : ๑.ท่าเดินสวนสนาม ๒.ท่าเดินตามปกติ ๓.ท่าเดินตามสบาย

ท่าเดินสวนสนาม

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเดินสวนสนาม”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : -ใช้เป็นท่าเดินในพระราชพิธี เช่น การเดินของแถวทหารกองเกียรติยศ การเดินเปลี่ยนยามถวายพระเกียรติ เป็นต้น

-ใช้เป็นท่าเดินในพิธีอื่นๆ เช่น การเดินสวนสนาม หรือการปฏิบัติของการเปลี่ยนยามรักษาการณ์ เป็นต้น

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “ผสม” ใช้คำบอก “สวนสนาม, หน้า - เดิน”



รูปที่หนึ่ง



รูปที่สอง

๕.การปฏิบัติ

รูปที่หนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “สวนสนาม, หน้า - เดิน” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้าในลักษณะของการเตะเท้าไปทิ้งทอนจนขาเหยียดตึง ปลายเท้ามุม ฝ่าเท้าสูงจากพื้นประมาณหนึ่งคืบ พร้อมกันนั้นให้ยกมือขวาขึ้นนิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและเหยียดตึงมาข้างหน้าอยู่ประมาณหัวเข็มขัด ห่างจากหัวเข็มขัดประมาณหนึ่งฝ่ามือในลักษณะปิดฝ่ามือเฉียงไปข้างหน้า ข้อศอกงอเล็กน้อย ในขณะเดียวกันให้สะบัดแขนและมือซ้ายขึ้นนิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและเหยียดตึงไปข้างหลังเฉียงไปทางซ้ายจนแขนตึง หันหลังมือออกนอกลำตัว ท่ามุม ๔๕ องศา กับลำตัว (ในลักษณะการฟันมือ) ลำตัวตั้งตรง ออกผาย ไหล่ผึ่ง

รูปที่สอง : ให้ผู้ปฏิบัติจบท่าลงบนพื้นเดิมฝ่าเท้าอย่างแข็งแรงพร้อมกันนั้นให้สะบัดมือขวาไปข้างหลังเฉียงไปทางขวา หันหลังมือออกนอกลำตัวท่ามุม ๔๕ องศา กับลำตัว จนแขนขวาเหยียดตึง (ในลักษณะการฟันมือ) ถ่ายน้ำหนักตัวไปที่เท้าซ้าย สันเท้าขวาเปิด จากนั้นให้เตะเท้าขวาไปข้างหน้า ในลักษณะเดียวกันกับการเตะเท้าซ้ายออกเดินก้าวแรก และให้ยกมือซ้ายมาข้างหน้าประมาณหน้าหัวเข็มขัดห่างจากหัวเข็มขัดประมาณหนึ่งฝ่ามือ ให้เดินสลับเท้าและแกว่งแขนในลักษณะเดียวกัน จนกว่าจะได้ยินคำบอก “แถว - หยุด”

ทำเดินตามปกติ



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ทำเดินตามปกติ”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เป็นท่าที่ใช้ในการเคลื่อนที่ในรูปแถว โดยปกติมักใช้ในการเคลื่อนที่ในระยะใกล้

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “หน้า - เดิน”

๕.การปฏิบัติ

รูปที่หนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “หน้า - เดิน” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้าในลักษณะของการเตะเท้าไปทั้งท่อนจนขาเหยียดตึง ปลายเท้าจรด ฝ่าเท้าสูงจากพื้นประมาณหนึ่งคืบ พร้อมกันนั้นให้ยกมือขวาขึ้นนิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและเหยียดตึงมาข้างหน้าอยู่ประมาณหัวเข่าชิด ห่างจากหัวเข่าชิดประมาณหนึ่งฝ่ามือในลักษณะปิดฝ่ามือเฉียงไปข้างหน้า ข้อศอกงอเล็กน้อย แขนซ้ายเหยียดตึง มือทั้งตึงนิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกัน ไม่ติดข้างลำตัว

รูปที่สอง : คบเท้าลงบนพื้นเต็มฝ่าเท้าอย่างแข็งแรงพร้อมกันนั้นให้สะบัดมือขวาไปข้างหลังเฉียงไปทางขวา หันหลังมือออกนอกลำตัว หัวมุม ๔๕ องศา กับลำตัว จนแขนขวาเหยียดตึง (ในลักษณะการฟันมือ)

รูปที่สาม : ก้าวเท้าขวาเดินต่อไปและก้าวสลับเท้าเดินอย่างต่อเนื่อง มือทั้งสองข้างกำหลวม นิ้วหัวแม่มือจรดข้อที่สองของนิ้วชี้ นิ้วทั้งสี่เรียงชิดติดกัน แกว่งแขนตามการก้าวเดินของเท้าให้สัมพันธ์กันในลักษณะงอข้อศอกเล็กน้อยและหันหลังมือไปด้านหน้า



รูปที่หนึ่ง



รูปที่สอง



รูปที่สาม

ทำเดินตามปกติ



ทำเดินตามสบาย

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ทำเดินตามสบาย”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เป็นท่าที่ใช้ในการเคลื่อนที่ในรูปแถวในลักษณะของการผ่อนคลาย และเป็นการเดินในรูปแถวหลังจากวิ่งออกกำลังกายมาเป็นระยะเวลานาน

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “เดินตามสบาย”

๕.การปฏิบัติ : ทำเดินตามสบายจะปฏิบัติในขณะที่ปฏิบัติในท่าเดินตามปกติอยู่ เมื่อได้ยินคำบอก “เดินตามสบาย” ให้ผู้ปฏิบัติใช้ท่าเดินตามปกติแต่สามารถผ่อนคลายการเดินได้ ถ้าปฏิบัติเป็นรูปแถวสามารถเดินเท้าไม่พร้อมกันได้ เมื่อได้ยินคำบอก “เดินเข้าระเบียบ” ให้เดินในท่าเดินตามปกติในระเบียบแถวเช่นเดิม



ทำเดินตามสบาย

ท่าหยุดจากการเดิน



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลหามือเปล่า “ท่าหยุดจากการเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการหยุดจากการเคลื่อนที่ของแถวให้เกิดความพร้อมเพรียงและเกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “แถว - หยุด”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง

จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวน้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าขวา สันเท้าซ้ายเปิด มือซ้ายอยู่ในระดับแนวหัวเข่าชิดห่างจากลำตัวประมาณหนึ่งฝ่ามือ มือขวาสะบัดเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะการฟันมือ)

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำเท้าซ้ายมาชิดเท้าขวาในลักษณะของการอัดสันเท้า พร้อมกับลดมือและแขนทั้งสองข้างกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง จากนั้นปฏิบัติหายอก

หมายเหตุ : -ในกรณีที่เป็นกรเปิดจังหวะให้สะบัดมือเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะการฟันมือ) ในขณะที่เท้าตกถึงพื้น

-ในกรณีที่เป็นท่าเดินตามปกติหรือท่าเดินตามสบาย ในจังหวะที่หนึ่ง ให้ตบเท้าพร้อมกับลดมือและ แขนทั้งสองข้างมาอยู่ข้างขา ในลักษณะที่นิ้วมือทั้งห้าเหยียดตึงและเรียงชิดติดกัน ทั้งตั้งข้างลำตัว ในจังหวะที่สองคงปฏิบัติเหมือนท่าหยุดจากท่าเดินสวนสนาม การปฏิบัติแบบปิดจังหวะ ปฏิบัติเช่นเดียวกับแบบเปิดจังหวะ การใช้คำบอกสามารถใช้ได้ทั้งเท้าซ้ายและเท้าขวา แต่ต้องสั่งเว้นเท้า



ท่าซ้ายหันในเวลาเดิน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าซ้ายหันในเวลาเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ในการเปลี่ยนทิศทางการเดินไปทางซ้ายในขณะที่เคลื่อนที่

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “ซ้าย - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



รูปที่หนึ่ง



รูปที่สอง

จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง

จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ” ในขณะที่ย้ายตัวถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาเดินต่อไปตามปกติและเมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่ย้ายตัวถึงพื้นอีกครั้ง ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปข้างหน้า แล้วดบเบี่ยงไปทางซ้ายลงกับพื้นอย่างแข็งแรง ห่างจากปลายเท้าซ้ายเล็กน้อย โดยให้ส้นเท้าขวาอยู่ในแนวเดียวกับปลายเท้าซ้าย ปลายเท้าขวาบิดเฉียงไปทางซ้าย ๔๕ องศา แขนและมือซ้ายอยู่หน้าหัวเข่าชิด แขนและมือขวาเหยียดตึงไปข้างหลังในลักษณะของการเดินสวนสนาม น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าขวา ส้นเท้าซ้ายเปิด (รูปที่หนึ่ง) จากนั้นให้ใช้ปลายเท้าทั้งสองเป็นจุดหมุนหมุนตัวไปทางซ้ายด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๙๐ องศา ในขณะที่หมุนตัวนั้นให้สะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) ต่อจากนั้นลดมือทั้งสองข้างลงมาอยู่ข้างขาทั้งสองอย่างแข็งแรง (แขนทั้งสองข้างเหยียดตึงมือทั้งสองนิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกัน ไม่ติดข้างลำตัว) น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าขวา ส้นเท้าซ้ายเปิด ขาซ้ายเหยียดตึง ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง (รูปที่สอง)

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายออกเดินต่อไปในลักษณะของการเตะเท้าและดบเท้า แขนและมือทั้งสองปฏิบัติตามลักษณะของการเดินสวนสนาม

หมายเหตุ : ในกรณีที่เป็นท่าเดินตามปกติ ในจังหวะที่หนึ่งให้เหยียดนิ้วมือทั้งสองข้างออกไปจนนิ้วเหยียดตึง และเรียงชิดติดกัน ในจังหวะที่สองเมื่อก้าวเท้า ให้ดบเท้าและสะบัดมือเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะการฟืนมือ) ในก้าวแรกจากนั้นให้ก้าวเท้าเดินพร้อมกับมือหลวมในท่า เดินตามปกติต่อไป

ท่าขาหั้นในเวลาเดิน



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ท่าขาหั้นในเวลาเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ในการเปลี่ยนทิศทางจากทิศทางเดิมไปทางขวาในขณะที่เคลื่อนที่

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “ขวา - หั้น”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั้นจังหวะ” ในขณะที่เท้าขวาตึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายเดินต่อไปตามปกติ และเมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าขวาตึงพื้นอีกครั้ง ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้าประมาณครึ่งก้าว แล้วตบเบี่ยงไปทางขวาลงกับพื้นอย่างแข็งแรง ห่างจากปลายเท้าขวาเล็กน้อย โดยให้สันเท้าซ้ายอยู่ในแนวเดียวกับปลายเท้าขวา ปลายเท้าซ้ายบิดเฉียงไปทางขวา ๔๕ องศา แขนและมือขวายู่น้ำหัวเข่าชิด แขนและมือซ้ายเหยียดตั้งไปข้างหลังในลักษณะของการเดินสวนสนาม น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าซ้ายสันเท้าขวาเปิด (รูปที่หนึ่ง) จากนั้นให้ใช้ปลายเท้าทั้งสองเป็นจุดหมุน หมุนตัวไปทางขวาด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๙๐ องศา ในขณะที่หมุนตัวนั้นให้สะบัดมือขวาเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการขึ้นมือ) ต่อจากนั้นลดมือทั้งสองข้างลงมาอยู่ข้างขาทั้งสองอย่างแข็งแรง (แขนทั้งสองข้างเหยียดตั้ง มือทั้งตั้งนิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันไม่ติดขา) น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าซ้าย สันเท้าขวาเปิด ขาขวาเหยียดตั้งส่วนต่างๆ ขวางร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง (รูปที่สอง)

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั้นจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาออกเดินต่อไปในลักษณะของการเตะเท้าและตบเท้า แขนและมือทั้งสองปฏิบัติตามลักษณะของการเดินสวนสนาม

หมายเหตุ : ในกรณีที่เป็นการทำเดินตามปกติ ในจังหวะที่หนึ่งให้เหยียดนิ้วมือทั้งสองข้างออกไปจนนิ้วเหยียดตั้งและเรียงชิดติดกัน ในจังหวะที่สองเมื่อก้าวเท้า ให้ตบเท้าและสะบัดมือเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะการขึ้นมือ) ไม่ก้าวแรก จากนั้นให้ก้าวเท้าเดินพร้อมกับก้าวมือหลวมในท่าเดินตามปกติต่อไป



ท่ากลับหลังหันในเวลาเดิน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่ากลับหลังหันในเวลาเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ในการเปลี่ยนทิศทางการเดินทางจากตรงหน้าไปทิศทางตรงข้ามในขณะที่เคลื่อนที่

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “กลับหลัง - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๓ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาออกเดินต่อไปตามปกติ และเมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้นอีกครั้ง ในลำดับของการก้าวเท้าเดิน ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปข้างหน้าประมาณหนึ่งก้าว ลักษณะของการตบเท้าลงกับพื้นอย่างแข็งแรง พร้อมกับยกตัวหยุดเดินไว้ ยกมือซ้ายขึ้นมาอยู่ที่หน้าหัวเข่าข้างซ้ายประมาณหนึ่งฝ่ามือ ให้สะบัดมือขวาไปข้างหลังจนแขนขวาเหยียดตึง (ในลักษณะของการฟันมือ) นำหนักตัวอยู่บนเท้าขวา ส้นเท้าซ้ายเปิด ลักษณะท่าทางของลำตัวยังอยู่ในท่าตรง สายตามองตรงไปด้านหน้าในแนวระดับ

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติบดเบี่ยงไปทางขวาลงกับพื้นอย่างแข็งแรง ห่างจากปลายเท้าขวาเล็กน้อย โดยให้ส้นเท้าซ้ายอยู่ในแนวเดียวกับปลายเท้าขวา ปลายเท้าซ้ายบิดเฉียงไปทางขวา ๔๕ องศา พร้อมกันนั้นให้เปลี่ยนมือขวามาอยู่ที่หน้าหัวเข่าข้างซ้าย และสะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟันมือ) จนแขนซ้ายเหยียดตึง (รูปที่หนึ่ง) จากนั้นให้ใช้ปลายเท้าทั้งสองเป็นจุดหมุน หมุนตัวไปทางขวาด้วยแรงเหวี่ยงของสะโพกจนได้ ๑๘๐ องศา ในขณะที่หมุนตัวส้นเท้าทั้งสองเปิด ให้สะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟันมือ) จากนั้นลดมือทั้งสองมาอยู่ข้างขาทั้งสองอย่างแข็งแรง (แขนทั้งสองข้างเหยียดตึง มือทั้งสองนี้ทั้งห้าเรียงชิดติดกัน ไม่ติดข้างลำตัว) นำหนักตัวอยู่บนเท้าขวา ส้นเท้าซ้ายเปิดขาซ้ายเหยียดตึง ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง (รูปที่สอง)

จังหวะสาม : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายออกเดินต่อไป ในลักษณะของการเตะเท้าและตบเท้า แขนและมือทั้งสองปฏิบัติตามลักษณะของการเดินสวนสนาม

ท่าชอยเท้า



ท่าชอยเท้า แบ่งออกเป็น ๔ ท่า

- ๑.ท่าชอยเท้าอยู่กับที่
- ๒.ท่าหยุดจากการชอยเท้า
- ๓.ท่าเดินจากการชอยเท้า
- ๔.ท่าชอยเท้าจากการเดิน

ท่าชอยเท้าอยู่กับที่

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ท่าชอยเท้าเมื่ออยู่กับที่”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ท่าชอยเท้าอยู่กับที่ที่ใช้ในการจัดหน้าดับและรูปแถวก่อนที่จะเริ่มทำการเคลื่อนที่

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ชอยเท้า, ท่า”



รูปที่หนึ่ง



รูปที่สอง

๕.การปฏิบัติ

รูปที่หนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “ชอยเท้า, ท่า” ให้ผู้ปฏิบัติยกเท้าซ้ายขึ้นให้ท่อนขาซ้ายขนานกับพื้น ร่มปลายเท้าลง พร้อมกันนั้นให้ยกมือขวาอยู่ที่หน้าหัวเข่าข้างทางประมาณหนึ่งฝ่ามือ สะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟ้นมือ) แขนซ้ายเหยียดตั้ง (เหมือนลักษณะของการเดินสวนสนาม)

รูปที่สอง : วางปลายเท้าลงไปยืนกับพื้นตำแหน่งเดิมในลักษณะของการย้ายอยู่กับที่ เมื่อเท้าซ้ายลงถึงพื้นให้สะบัดมือขวาเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟ้นมือ) และยกมือซ้ายมาอยู่ที่หน้าหัวเข่าข้างแทน ในขณะเดียวกันให้ยกเท้าขวาขึ้นมาในลักษณะเดียวกับการยกเท้าซ้ายในครั้งแรก จากนั้นให้ยกเท้าซ้ายและเท้าขวาขึ้นลงสลับกันไปเรื่อยๆ ในลักษณะการย้ายอยู่กับที่ มือและแขนคงปฏิบัติตามการเดินสวนสนาม



ท่าหยุดจากการชอยเท้า

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ท่าหยุดจากการชอยเท้า”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ท่าหยุดจากการชอยเท้าเป็นท่าที่นำไปใช้ในการหยุดจากการชอยเท้าก่อนที่รูปแถวจะหยุดจากการเดิน เมื่อผู้ปฏิบัติในแถวปฏิบัติในท่าหยุดจากการชอยเท้าทำให้มีการจัดหน้าดับและรูปแถว ให้เกิดความ เป็นระเบียบเรียบร้อยและหยุดได้พร้อมเพรียงกัน

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “แถว - หยุด”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

ในขณะที่ผู้ปฏิบัติกำลังปฏิบัติท่าชอยเท้าเมื่ออยู่กับที่ เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ยกเท้าขวาขึ้นและย่างลงกับพื้น เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ยกเท้าขวาขึ้นและย่างลงกับพื้น จากนั้น ยกเท้าซ้ายขึ้นมาค้างไว้ในลักษณะขาซ้ายงอ ยกมือขวามาอยู่ที่ หน้าหัวเข็มขัด สบับมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) จนแขนเหยียดตึง ลำตัวตั้งตรง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติ นำเท้าซ้ายลงมาชิดเท้าขวา (ในลักษณะของการอัดสันเท้า) พร้อมกับ ลดมือทั้งสองกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างแข็งแรง

หมายเหตุ : ท่าหยุดจากการชอยเท้าสามารถปฏิบัติได้ทั้งสองเท้า

ท่าเดินจากการชอยเท้า



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเดินจากการชอยเท้า”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการจัดหน้าดับและรูปแถวในขณะที่เดินอยู่เพื่อรักษาหน้าดับระยะต่อของแถวก่อนที่จะออกเดินต่อไป

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “หน้า - เดิน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “หน้าเดินจังหวะ” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติยกเท้าขวาขึ้นและย่อลงกับพื้น เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ยกเท้าขวาขึ้นและย่อลงกับพื้น จากนั้นยกเท้าซ้ายขึ้นมาค้างไว้ในลักษณะขาซ้ายงอ ยกมือขวามาอยู่ที่หน้าหัวเข็มขัดสะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) จนแขนเหยียดตึง ลำตัวตั้งตรง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “หน้าเดินจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติเตะเท้าซ้ายไปข้างหน้าจนขาเหยียดตึง ดับเท้าซ้ายลงบนพื้นเต็มฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง พร้อมกับสะบัดมือขวาเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) จนแขนเหยียดตึง จากนั้นให้ก้าวเท้าเดินต่อไปตามปกติ แขนและมือทั้งสองปฏิบัติตามการเดินสวนสนาม



ท่าชอยเท้าจากการเดิน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลทำมือเปล่า “ท่าชอยเท้าจากการเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ท่าชอยเท้าจากการเดินใช้ในการจัดหน้าดับและรูปแถวในขณะที่กำลังเคลื่อนที่

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “ชอยเท้า, ท่า”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



ท่าเริ่มต้น



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “ชอยเท้าจังหวะ” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้นให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาเดินต่อไป และเมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปชิดเท้าซ้าย (ในการนำเท้าหลังมาชิดเท้าหน้าไม่มีการอดสันเท้า) มือทั้งสองข้างทั้งตั้งข้างลำตัวนี้ทั้งที่เรียงชิดติดกันอยู่ในลักษณะทำตรง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “ชอยเท้าจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติยกเท้าซ้ายขึ้นในทางตั้ง โดยปฏิบัติเช่นเดียวกับท่าชอยเท้าอยู่กับที่ (จังหวะหนึ่ง) จากนั้นให้วางเท้าซ้ายลงกับพื้นในลักษณะของการย้ายเท้าอยู่กับที่แขนทั้งสองข้างปฏิบัติตามลักษณะการเดินสวนสนาม

หมายเหตุ : ท่าชอยเท้าจากการเดินสามารถปฏิบัติได้ทั้งสองเท้า

ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาเดิน



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในโอกาสเปลี่ยนเท้าขณะที่กำลังเดินอยู่แล้วเท้าไม่พร้อมกับการกำลังพลในแถว

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “รวด” ใช้คำบอก “เปลี่ยนเท้า”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๓ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ” เมื่อเท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปข้างหน้า เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” เมื่อเท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปข้างหน้าพร้อมกับหยุดยังตัวไว้ มือและแขนทั้งสองอยู่ในท่าหยุดจากการเดิน (จังหวะที่หนึ่ง) น้ำหนักตัวอยู่ที่เท้าหน้า

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัตินำปลายเท้าหลังมาชิดสันเท้าหน้า มือและแขนทั้งสองอยู่ในลักษณะของการเดินสวนสนาม สันเท้าถึงเปิด

จังหวะสาม

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติเตะเท้าหน้าไปข้างหน้า และตบลงพื้น อย่างแข็งแรง

หมายเหตุ : -ท่าเปลี่ยนเท้าสามารถปฏิบัติได้ทั้งสองเท้า

-ถ้าเป็นการเปิดจังหวะจะส่งในเท้าเดียวกัน ถ้าเป็นการปิดจังหวะจะส่งเท้าเว้นเท้า



ท่าวิ่ง

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าวิ่ง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการเคลื่อนที่ในรูปแถว ในโอกาสที่ต้องการความรวดเร็วในขณะเคลื่อนที่
-ใช้เพื่อการออกกำลังกาย

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “ผสม” ใช้คำบอก “วิ่ง, หน้า - วิ่ง”

๕.การปฏิบัติ



รูปที่หนึ่ง

รูปที่หนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “วิ่ง, หน้า - วิ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติตะเท้าซ้ายไปข้างหน้าจนขาซ้ายเหยียดตึง และดบเท้าซ้ายลงบนพื้นเต็มฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง สันเท้าขวาเปิด พร้อมกับยกมือทั้งสองขึ้นมาเสมอหน้าอก กำมือหลวม และให้มือห่างจากหน้าอกประมาณหนึ่งฝ่ามือ หันฝ่ามือเข้าหาลำตัว



รูปที่สอง

รูปที่สอง

ในขณะที่เท้าซ้ายอยู่บนพื้น ให้ย่อเข้าซ้ายเล็กน้อย และใช้เท้าซ้ายถีบตัวให้พุ่งออกไปข้างหน้า พร้อมกับก้าวเท้าขวาออกวิ่ง

หมายเหตุ : ในการวิ่งออกไปแต่ละก้าว ให้รักษาลักษณะท่าทางการวิ่ง นอกจากแขน มือและขาทั้งสองข้าง ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าตรง

ท่าเปลี่ยนจากการเดินเป็นการวิ่ง



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเปลี่ยนจากการเดินเป็นการวิ่ง”

๒. ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : -ใช้ในการเคลื่อนที่ในรูปแถว ในโอกาสที่ต้องการเพิ่มความรวดเร็วในขณะเคลื่อนที่โดยเปลี่ยนจากการเดินเป็นการวิ่ง

-ใช้ในการออกกำลังกายในรูปแถว

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “ผสม” ใช้คำบอก “วิ่งหน้า - วิ่ง”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๒ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “วิ่งหน้าวิ่งจังหวะ” ในขณะที่ยกเท้าซ้ายลงถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาต่อไปตามปกติ เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่ยกเท้าซ้ายลงถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปข้างหน้าหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวหยุดเดินไว้ ยกมือซ้ายมาอยู่ที่หน้าหัวเข็มขัดห่างประมาณหนึ่งฝ่ามือ สะบัดมือขวาเฉียงไปข้างหลัง น้ำหนักตัวอยู่บนเท้าขวาส่วนเท้าซ้ายเปิด ลำตัวตั้งตรงสายตามองตรงไปด้านหน้าในแนวระดับ

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “วิ่งหน้าวิ่งจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้าในลักษณะการเตะเท้าจนขาเหยียดตึง และคบบเท้าลงกับพื้นเต็มฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง พร้อมกับยกมือทั้งสองขึ้นมาเสมอหน้าอก กำมือหลวม หนึ่งฝ่ามือเข้าหาลำตัว ใช้เท้าซ้ายสปริงตัววิ่งออกไปข้างหน้า ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

หมายเหตุ : -ทำวิ่งจากการเดินสามารถปฏิบัติได้ทั้งสองเท้า

-ถ้าเป็นการปฏิบัติปิดจังหวะยกมือขวามาอยู่ที่หน้าหัวเข็มขัดห่างประมาณหนึ่งฝ่ามือ สะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง ส่วนการปฏิบัติเปิดจังหวะ ในจังหวะหนึ่ง เมื่อตบเท้าขวาถึงพื้นให้สะบัดมือทั้งสองข้างเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะการพินมือ) ในจังหวะสอง เมื่อตบเท้าถึงพื้น ให้ยกมือทั้งสองมาอยู่บริเวณหน้าอกในลักษณะท่าวิ่ง



ท่าเปลี่ยนจากการวิ่งเป็นการเดิน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเปลี่ยนจากการวิ่งเป็นการเดิน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในโอกาสที่ต้องการลดความเร็วในขณะเคลื่อนที่โดยเปลี่ยนจากการวิ่งเป็นการเดิน

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “เดิน - ท่า”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๕ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “เดินท่าจังหวะ” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไป เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้นอีก ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวหยุดวิ่ง ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “เดินท่าจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายวิ่งต่อไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวไว้ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง



จังหวะสาม

รูปที่หนึ่ง

รูปที่สอง

จังหวะสี่

จังหวะสาม

เมื่อได้ยินคำบอก “เดินทำจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวไว้ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสี่

เมื่อได้ยินคำบอก “เดินทำจังหวะ - สี่” ให้ผู้ปฏิบัติเตะเท้าซ้ายซึ่งอยู่ไปข้างหน้าจนขาเหยียดตึง สะบัดมือซ้ายเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) จนแขนเหยียดตึง ยกมือขวามาอยู่ที่หน้าหัวเข่าซ้าย ลำตัวตั้งตรง (รูปที่หนึ่ง) จากนั้นตบเท้าซ้ายเต็มฝ่าเท้าลงกับพื้นอย่างแข็งแรง พร้อมกับสะบัดมือขวาเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) จนแขนเหยียดตึง แล้วใช้เท้าอีกข้างหนึ่งก้าวเดินต่อไปด้วย ทำเดินตามปกติหรือเดินสวนสนามก็ได้ (รูปที่สอง)

หมายเหตุ : ถ้าเป็นการปฏิบัติเปิดจังหวะ ในจังหวะสี่ ให้สะบัดมือทั้งสองเฉียงไปข้างหลัง (ในลักษณะของการฟืนมือ) แขนเหยียดตึง พร้อมกับตบเท้าซ้ายเต็มฝ่าเท้าลงกับพื้นอย่างแข็งแรง

“เดิน - ทำ”

เป็นลำดับ “ไป”

ทำเปลี่ยนจากการเดินเป็นการวิ่ง



ท่าหยุดจากการวิ่ง

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าหยุดจากการวิ่ง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการหยุดจากการเคลื่อนที่ของแถวให้เกิดความพร้อมเพรียงและเกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “แถว - หยุด”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๕ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไป เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่เท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวหยุดวิ่ง ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง



จังหวะสอง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายวิ่งต่อไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง



จังหวะสาม

จังหวะสาม

เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขว้างไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวไว้ ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง



จังหวะสี่

จังหวะสี่

เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - สี่” ให้ผู้ปฏิบัติใช้เท้าขวาที่ยืนอยู่กับพื้นเป็นหลักในการทรงตัว เตะเท้าซ้ายซึ่งอยู่ไปข้างหน้าจนขาเหยียดตึง พร้อมกับนั้นให้ตบเท้าซ้ายลงบนพื้นอย่างแข็งแรงประมาณครึ่งก้าว โน้มหน้าหนักตัวลงบนเท้าซ้ายขาซ้ายเหยียดตรงขาขวาเหยียดตึง และเปิดสันเท้าขวา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง



จังหวะห้า

จังหวะห้า

เมื่อได้ยินคำบอก “แถวหยุดจังหวะ - ห้า” ให้ผู้ปฏิบัตินำเท้าขวามาชิดเท้าซ้ายอย่างรวดเร็วและแข็งแรง (ในลักษณะของการอัดสันเท้า) พร้อมกับนั้นให้ลดมือทั้งสองลงมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างแข็งแรง (ในลักษณะการฟันมือ)

หมายเหตุ : ทำท่าหยุดจากการวิ่งสามารถปฏิบัติได้ทั้งสองเท้า

-การปฏิบัติเปิด และปิดจังหวะในจังหวะสี่ ให้ตบเท้า

และบิดปลายเท้าหนี้ออกไปประมาณ ๔๕ องศา



ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาวิ่ง

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาวิ่ง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัติใช้ในการเปลี่ยนเท้า ขณะกำลังวิ่งแล้วท่าไม่พร้อมกับคนส่วนใหญ่ในแถว

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “เปลี่ยน, เท้า”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๔ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ” ในขณะที่ยกเท้าซ้ายตกถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไป และเมื่อได้ยิน เป็นคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่ยกเท้าซ้ายตกถึงพื้นอีกครั้ง ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวไว้ ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายวิ่งไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวไว้ ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสาม

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายวิ่งไปข้างหน้าอีกหนึ่งก้าว พร้อมกับยังตัวไว้ ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสี่

เมื่อได้ยินคำบอก “เปลี่ยนเท้าจังหวะ - สี่” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปข้างหน้าตามปกติ

หมายเหตุ : ท่าเปลี่ยนเท้าในเวลาวิ่งสามกรณีปฏิบัติได้ทั้งสองเท้า

ถ้าเป็นการปฏิบัติเปิดจังหวะ จะใช้คำบอกเท้าต่อมาโดยไม่มีการบอกหัวเดินเท้า

ท่าซ้ายหันในเวลาวิ่ง



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าซ้ายหันในเวลาวิ่ง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ในการเปลี่ยนทิศทางจากทิศทางเดิมไปทางซ้ายในขณะวิ่ง

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “ซ้าย - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๔ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ” ในขณะที่กำลังวิ่งมาถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปตามปกติ เมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่กำลังวิ่งมาถึงพื้นอีกครั้ง ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าขวา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าซ้าย ในลักษณะที่เท้าซ้ายและลำตัวหันไปทางซ้าย ๔๕ องศา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสาม

เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าขวา ในลักษณะที่เท้าขวาและลำตัวหันไปทางซ้าย ๔๕ องศา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสี่

เมื่อได้ยินคำบอก “ซ้ายหันจังหวะ - สี่” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายไปข้างหน้า ในลักษณะของการเตะเท้าซ้ายจนขาเหยียดตึง พร้อมกับตบเท้าลงไปกับพื้นเต็มฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง จากนั้นให้ผู้ปฏิบัติวิ่งต่อไปตามปกติ



ท่าขาหั่นในเวลาวิ่ง

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่าขาหั่นในเวลาวิ่ง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ในการเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนที่จากทิศทางเดิมไปทางขวาในขณะวิ่ง

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “ขวา - หั่น”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๔ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

จังหวะหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั่นจังหวะ” ในขณะที่กำลังวิ่งเท้าขวาถึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายวิ่งต่อไปตามปกติ และเมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่กำลังวิ่งเท้าขวาถึงพื้นอีกครั้ง ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าซ้าย ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสอง

เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั่นจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าขวา ในลักษณะที่เท้าขวาและลำตัวหันไปทางขวา ๔๕ องศา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสาม

เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั่นจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าซ้าย ในลักษณะที่เท้าซ้ายและลำตัวหันไปทางขวา ๔๕ องศา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสี่

เมื่อได้ยินคำบอก “ขวาหั่นจังหวะ - สี่” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาไปข้างหน้า ในลักษณะของการเตะเท้าขวาจนขาเหยียดตึง พร้อมกับบิดตัวลงไปกับพื้นเดิมฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ผู้ปฏิบัติวิ่งต่อไปตามปกติ

ท่ากลับหลังหันในเวลาวิ่ง



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : บุคคลท่ามือเปล่า “ท่ากลับหลังหันในเวลาวิ่ง”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อให้ผู้ปฏิบัตินำไปใช้ในการเปลี่ยนทิศทางจากทิศทางเดิมไปทิศทางตรงข้ามในขณะวิ่ง

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “แบ่ง” ใช้คำบอก “กลับหลัง - หัน”

๕.การปฏิบัติ : แบ่งออกเป็น ๔ จังหวะ



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

จังหวะหนึ่ง : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ” ในขณะที่ยกเท้าซ้ายตกลึงพื้น ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าขวาวิ่งต่อไปตามปกติ และเมื่อได้ยินคำบอก “หนึ่ง” ในขณะที่ยกเท้าซ้ายตกลึงพื้นอีกครั้งในการก้าวเท้าขวาวิ่งตามปกติ ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดยังตัวด้วยเท้าขวา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสอง : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - สอง” ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดอยู่กับที่ด้วยแรงถีบของเท้าขวาที่ยืนอยู่ พร้อมกับนำเท้าซ้ายลงยืนกับพื้นแทนเท้าขวา ในลักษณะที่เท้าซ้ายและลำตัวหันไปทางขวา ๙๐ องศา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสาม : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - สาม” ให้ผู้ปฏิบัติกระโดดอยู่กับที่ด้วยแรงถีบของเท้าซ้ายที่ยืนอยู่พร้อมกับนำเท้าขวาลงยืนกับพื้นแทนเท้าซ้าย ในลักษณะที่เท้าขวาและลำตัวหันไปทางขวา ๙๐ องศา ส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่ในลักษณะท่าวิ่ง

จังหวะสี่ : เมื่อได้ยินคำบอก “กลับหลังหันจังหวะ - สี่” ให้ผู้ปฏิบัติก้าวเท้าซ้ายออกวิ่งไปข้างหน้า ในลักษณะของการเตะเท้าจนขาเหยียดตึง พร้อมกับตบเท้าลงไปกับพื้น เต็มฝ่าเท้าอย่างแข็งแรง หลังจากนั้นให้ผู้ปฏิบัติวิ่งต่อไปตามปกติ



การออกนอกแถวและกลับเข้าแถว

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด “การออกนอกแถวและกลับเข้าแถว”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในโอกาสที่ผู้ปฏิบัติในแถวต้องออกจากแถวมาที่หน้าแถว เพื่อแสดงตัวอย่าง หรือออกมาปฏิบัติโทษ ในการตรวจแต่งกายก่อนออกปฏิบัติหน้าที่

๔.คำบอก : เป็นคำบอก “เป็นคำๆ” ใช้คำบอก “หน้าแถว, ประจําที่”

เป็นคำบอก “ผสม” ใช้คำบอก “หน้าแถว, กลับ, เข้าแถว”



การออกนอกแถว

๕.การปฏิบัติทำออกนอกแถว

เมื่อได้ยินคำบอก “หน้าแถว, ประจําที่” ให้ผู้ปฏิบัติสุดลมหายใจเข้าปอดสั้นห้วนแล้วกลับมายุ่งในลักษณะท่าตรง จากนั้นทำท่าทึ่งขวาหันโดยไม่ต้องชิดเท้า พร้อมกับก้าวเดินในท่าเดินสวนสนามไปทางหัวแถวสามก้าว ในก้าวที่สี่ให้ตบเท้าพร้อมกับยกมือทั้งสองมากำหลวมประมาณหน้าอก สปริงตัวออกจึงไปทางหัวแถวโดยวนทางซ้ายมือของตัวเอง และมาหยุดอยู่กึ่งกลางแถวห่างจากแถวประมาณหกก้าว แล้วทำท่าซ้ายหัน จากนั้นปฏิบัติในท่าพักตามระเบียบ



การกลับเข้าแถว

๕. การปฏิบัติท่ากลับเข้าแถว

เมื่อได้ยินคำบอก “กลับ, เข้าแถว” ให้ผู้ปฏิบัติสุดลมหายใจเข้าปอดสั้นห้วนแล้วกลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรง จากนั้นทำท่ากึ่งขวาหันโดยไม่ต้องชิดเท้า พร้อมกับก้าวเดินในท่าเดินสวนสนามสามก้าว ในก้าวที่สี่ให้ตบเท้าพร้อมกับยกมือทั้งสองมากำหลวมประมาณหน้าอก สปริงตัวออกวิ่งไปทางท้ายแถวแล้ววิ่งเข้าหาแถวทางด้านหลังให้ห่างจากแถวประมาณหนึ่งก้าว เมื่อถึงตำแหน่งเดิมให้ปฏิบัติท่าหยุดจากการวิ่งแล้วทำท่าซ้ายหันโดยไม่ต้องชิดเท้า จากนั้นก้าวเท้าขวากลับไปยืนในตำแหน่งเดิมแล้วชิดเท้า (ในลักษณะการอัดสั้นเท้า) และให้ปฏิบัติท่าจัดแถว เมื่อยืนตรงตำแหน่งแล้วให้ปฏิบัติท่าตรงและท่าพักตามระเบียบตามลำดับ





บทที่ ๒

การฝึกแถวชิด





การฝึกแถวซิด แบ่งออกเป็น ๒ รูปแถว ดังนี้

๑.แถวหน้ากระดาน

รูปขบวนที่มีลักษณะสัดส่วนความกว้างด้านหน้ามากกว่าความลึก ในการจัดแถวอาจจัดเป็นแถวหน้ากระดานแถวเดียวหรือตั้งแต่สองแถวขึ้นไปตามความเหมาะสม ส่วนระยะเคียงระหว่างบุคคลที่อยู่ในแถวนั้น กำหนดไว้สองระยะคือ ระยะเคียงหนึ่งช่วงศอก (ยกมือซ้ายเท้าสะโพก) เรียกรูปแถวนี้นี้ว่า **แถวหน้ากระดาน** และระยะเคียงหนึ่งช่วงแขน (เหยียดแขนซ้ายออกไปทางข้าง) เรียกรูปแถวนี้นี้ว่า **แถวหน้ากระดานเปิดระยะ**

๒.แถวตอน

รูปแถวที่มีลักษณะสัดส่วนความลึกมากกว่าความกว้างด้านหน้า ในการจัดแถวอาจจัดเป็นแถวตอนเรียงหนึ่งหรือตั้งแต่สองแถวขึ้นไปตามความเหมาะสม ส่วนระยะเคียงระหว่างบุคคลที่อยู่ในแถวนั้น กำหนดไว้เช่นเดียวกับแถวหน้ากระดาน

การปฏิบัติในท่าแถวซิดในคู่มือการฝึกเล่มนี้มีความแตกต่างจากคู่มือการฝึกในอดีตที่ผ่านมาหลาย ขั้นตอน เช่น การปฏิบัติขณะจัดแถว การปฏิบัติในการนับ เป็นคำบอกในการนับ เป็นต้น ฉะนั้นผู้ศึกษาควรศึกษาการปฏิบัติโดยละเอียดให้เข้าใจดังนี้เพื่อความเข้มแข็ง ความเป็นเอกภาพ ความพร้อมเพรียง และความสง่างาม ได้มาตรฐานของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์





แถวหน้ากระดานแถวเดียว



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด “แถวหน้ากระดานแถวเดียว”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : -ใช้ในโอกาสที่จะทำการตรวจแถว

-ใช้ในการจัดลำดับความสูงของผู้ปฏิบัติเพื่อใช้ในการจัดแถวในรูปแถวต่าง ๆ

๔.คำบอก : ใช้คำบอก “หน้ากระดานแถวเดียว, มาหาข้าพเจ้า”



๕.การปฏิบัติ

เมื่อได้อ่านคำบอก “หน้ากระดานแถวเดียว, มาหาข้าพเจ้า” ให้ผู้ปฏิบัติวิ่งมาเข้าแถวตามลำดับความสูงข้างหน้าผู้เรียกแถวโดยเร็ว คนสูงที่สุดของแถวเป็นคนหลัก (คนหัวแถว) ยืนตรงหน้าผู้เรียกแถว และห่างจากผู้เรียกแถวประมาณหกก้าว จากนั้นให้ผู้ปฏิบัติคนอื่น ๆ วิ่งมาเข้าแถวเรียงตามลำดับความสูงต่อไปทางซ้ายของคนหลัก โดยผู้ปฏิบัติทุกคนกระโดดอยู่กับที่ (ในลักษณะกระโดดสองเท้าพร้อมกัน) มือกำหลวมอยู่บริเวณหน้าอก ต่อจากนั้นให้คนหัวแถวหันมองดูผู้ปฏิบัติคนอื่น ๆ ว่าจัดแถวเป็นรูปแถวเรียบร้อยหรือไม่ ถ้าเห็นว่าไม่เป็นรูปแถวแล้วให้คนหัวแถวนับ “หนึ่ง” เมื่อสิ้นเสียงคนหัวแถวนับ “หนึ่ง” แล้วให้คนที่เหลือนับ “หนึ่ง” ให้เสียงดังและพร้อมเพรียงกัน

หลังจากนั้นรอฟังสัญญาณ “อ๊ีบ” ให้ทุกคนหยุดกระโดดกลับมาอยู่ในท่าตรง และฟังสัญญาณ “อ๊ีบ” อีกหนึ่งครั้ง ให้ทุกคนยกมือซ้ายขึ้นมาแตะที่สะโพกซ้ายประมาณแนวเข็มขัด นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและให้ปลายนิ้วชี้ลงทางเบื้องล่าง นิ้วกลางอยู่ประมาณแนวตะเข็บกางเกง สอดซ้ายกางออกเสมอแนวลำตัว แล้วเปลี่ยนเสียง “เฮ้” ให้คนที่อยู่ถัดไปทางซ้ายจากหัวแถวนำแขนขวา (อยู่ลักษณะท่าตรง) ของตนไปแตะกับปลายศอกซ้ายของคนที่อยู่ถัดไปทางหัวแถว (คนทางขวาของตนเอง) สะบัดหน้ามองไปทางขวาหรือคนหัวแถว พร้อมกับก้มมองดูแนวปลายเท้าให้เสมอกัน แล้วสะบัดหน้ากลับไปมองทางขวาหรือคนหัวแถวอีกครั้งหนึ่ง เมื่อได้อ่านคำบอก “นิ่ง” ให้ทุกคนสะบัดหน้ากลับมองตรงไปข้างหน้า พร้อมกับลดศอกซ้ายกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

หน้ากระดานแถวเดียว, มาหาข้าพเจ้า

แถวหน้ากระดานแถวเดียว



แถวหน้ากระดานแถวเดี่ยวเปิดระยะ

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด “แถวหน้ากระดานแถวเดี่ยวเปิดระยะ”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : -ใช้ในโอกาสที่จะทำการตรวจแถว

-ใช้ในการจัดลำดับความสูงของผู้ปฏิบัติเพื่อใช้ในการจัดแถวในรูปแบบต่างๆ

๔.คำบอก : ใช้คำบอก “หน้ากระดานแถวเดี่ยว, เปิดระยะ, มหาวาข้าพเจ้า”



๕.การปฏิบัติ

เมื่อได้ยินคำบอก “หน้ากระดานแถวเดี่ยว, เปิดระยะ, มหาวาข้าพเจ้า” ให้ผู้ปฏิบัติวิ่งมาเข้าแถวตามลำดับความสูงข้างหน้าผู้เรียกแถวโดยเร็ว คนสูงที่สุดของแถวเป็นคนหลัก (คนหัวแถว) ยืนตรงหน้าผู้เรียกแถว และห่างจากผู้เรียกแถวประมาณหกก้าว จากนั้นให้ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ วิ่งมาเข้าแถวเรียงตามลำดับความสูงต่อไปทางซ้ายของคนหลัก โดยผู้ปฏิบัติทุกคนกระโดดอยู่กับที่ (ในลักษณะกระโดดสองเท้าพร้อมกัน) มือก้ำหลวมอยู่บริเวณหน้าอก ต่อจากนั้นให้คนหัวแถวหันมองดูผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ว่าจัดแถวเป็นรูปแถวเรียบร้อยหรือไม่ ถ้าเห็นว่าเป็นรูปแถวแล้วให้คนหัวแถวนับ “หนึ่ง” เมื่อสิ้นเสียงคนหัวแถวนับ “หนึ่ง” แล้วให้คนที่เหลือนับ “หนึ่ง” ให้เสียงดังและพร้อมเพรียงกัน

หลังจากนั้นรอฟังสัญญาณ “อับ” ให้ทุกคนหยุดกระโดดกลับมาอยู่ในท่าตรง และฟังสัญญาณ “อับ” อีกหนึ่งครั้ง ให้ทุกคนยกมือซ้ายขึ้นมาแตะที่สะโพกซ้ายประมาณแนวเข็มขัด นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและให้ปลายนิ้วชี้ลงทางเบื้องล่าง นิ้วกลางอยู่ประมาณแนวตะเข็บกางเกง คอขย้างางออกเสมอแนวลำตัว แล้วปล่อยเสียง “เอ้” จากนั้นให้ทุกคนยกแขนซ้ายเหยียดออกไปทางข้างในระดับสูงเสมอแนวไหล่ (ยกเว้นคนท้ายแถวสุดไม่ต้องยกแขนซ้ายขึ้น) คว่ำฝ่ามือนิ้วมือง้างเหยียดตั้งและเรียงชิดติดกัน โดยให้คนที่อยู่ถัดไปทางซ้ายจากหัวแถว นำไหล่ขวาของตนเองไปแตะจุดกับปลายนิ้วมือซ้ายของคนที่อยู่ถัดไปทางหัวแถว (คนทางขวาของตนเอง) สะบัดหน้ามองไปทางขวาหรือคนหัวแถว พร้อมกับก้มมองดูแนวปลายเท้าให้เสมอกัน แล้วสะบัดหน้ากลับไปมองทางขวาหรือคนหัวแถวอีกครั้งหนึ่ง เมื่อได้ยินคำบอก “นิ่ง” ให้ทุกคนสะบัดหน้ากลับมองตรงไปข้างหน้า พร้อมกับลดแขนซ้ายกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

หมายเหตุ : ตามแบบฝึกของ ร.ร.ม.ร.อ. นิยมเรียกแถวปิดระยะก่อน และเมื่อต้องการจะเปิดระยะ จะสั่งว่า “เปิดระยะ, จัดแถว”

แถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด "แถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป"

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : -ใช้ในโอกาสที่จะทำการตรวจแถว
-ใช้ในการฝึก หรือรับฟังคำสั่งแจ้ง

๔.คำบอก : ใช้คำบอก "หน้ากระดานสองแถว (ขึ้นไป), มหาข้าพเจ้า"



รูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป

๕.การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก "หน้ากระดานสองแถว (ขึ้นไป), มหาข้าพเจ้า" ให้ผู้ปฏิบัติวิ่งมาเข้าแถว และจัดแถวเช่นเดียวกับการเข้าแถว และจัดแถวแบบหน้ากระดานแถวเดียวเปิดระยะ จะต่างกันที่จะต้องจัดแถวซ้อนหลังกันลงไปตามทางลึกให้มีจำนวนแถวครบตามที่ผู้เรียกแถวสั่ง โดยยึดถือแถวหน้าเป็นหลัก ผู้ปฏิบัติที่อยู่แถวหลังคนยืนตรงคอกับคนที่อยู่แถวหน้าระยะต่อระหว่างแถว ประมาณหนึ่งเมตร การประมาณระยะต่อให้แต่ละคนใช้แขนขวาเหยียดออกไปข้างหน้าในลักษณะโน้มตัวท่อนบนช่วยเล็กน้อย จนกว่าปลายนิ้วมือไปแตะหลังคนที่ยืนอยู่ข้างหน้า (แต่ไม่ต้องยกมือค้างไว้) หลังจากนั้นให้กระโดดอยู่กับที่ด้วยปลายเท้าทั้งสองข้าง มือกำหลวมอยู่ที่หน้าอก คนหัวแถวหันมองผู้ปฏิบัติคนอื่น ๆ ว่าจัดแถวเป็นรูปแถวเรียบร้อยหรือไม่ ถ้าเห็นว่าเป็นรูปแถวแล้วให้คนหัวแถวนำ "หนึ่ง" ให้ผู้ปฏิบัติในแถวนับตามจำนวนแถวที่ผู้เรียกแถวกำหนด เมื่อจะนับจำนวนสุดท้ายตามผู้เรียกแถวกำหนดให้ผู้ปฏิบัติทั้งแถวเปล่งเสียงนับจำนวนสุดท้ายนั้นอย่างพร้อมเพรียงกัน

หลังจากนั้นรอฟังสัญญาณ "อ๊ิบ" ให้ทุกคนหยุดกระโดดกลับมาอยู่ในท่าตรง และฟังสัญญาณ "อ๊ิบ" อีกหนึ่งครั้ง ให้ทุกคนยกมือซ้ายขึ้นมาแตะที่สะโพกซ้ายประมาณแนวเข็มขัด นับทั้งท่าเรียงชิดติดกัน และให้ปลายนิ้วชี้ลงทางเบื้องล่าง นิ้วกลางอยู่ประมาณระดับเข่ากางออก คอข่ายกางออกเสมอแนวลำตัว แล้วเปล่งเสียง "เอ้" ให้คนที่อยู่ถัดไปทางซ้ายจากหัวแถวนำแขนขวา (อยู่ลักษณะท่าตรง) ของตนไปแตะกับปลายคอข่ายของคนที่อยู่ถัดไปทางหัวแถว (คนทางขวาของตนเอง) สะบัดหน้ามองไปทางขวาหรือคนหัวแถว พร้อมกับก้มมองดูแนวปลายเท้าให้เสมอกัน แล้วสะบัดหน้ากลับไปมองทางขวาหรือคนหัวแถวอีกครั้งหนึ่ง เมื่อได้ยินคำบอก "นิ่ง" ให้ทุกคนสะบัดหน้ากลับมองตรงไปข้างหน้า พร้อมกับลดคอข่ายกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

หมายเหตุ : การเข้าแถวของแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปนั้น ให้ยึดถือเอาแถวหน้าเป็นหลักโดยไม่ต้องคำนึงถึงคอกแต่ละคนของแถวที่อยู่ถัดไป



แถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปเปิดระยะ

- ๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด "แถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปเปิดระยะ"
๒. ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์
- ๓.ประโยชน์ : -ใช้ในโอกาสที่จะทำการตรวจแถว
-ใช้ในการฝึก หรือรับฟังคำสั่ง
- ๔.คำบอก : ใช้คำบอก "หน้ากระดานสองแถว (ขึ้นไป), เปิดระยะ, ม้าข้าพเจ้า"



๕.การปฏิบัติ : เมื่อได้ยินคำบอก "หน้ากระดานสองแถว (ขึ้นไป), เปิดระยะ, ม้าข้าพเจ้า" ให้ผู้ปฏิบัติวิ่งมาเข้าแถวและจัดแถวเช่นเดียวกับการเข้าแถวและจัดแถว แบบหน้ากระดานแถวเดียวเปิดระยะจะต่างกันที่จะต้องจัดแถวซ้อนหลังกันลงไปตามทางลึกให้มีจำนวนแถวครบตามที่อยู่เรียกแถวสั่งเหยียดมือแถวหน้าเป็นหลัก ผู้ปฏิบัติที่อยู่แถวหลังคงยืนตรงคอยคนที่อยู่แถวหน้าระยะต่อระหว่างแถวประมาณหนึ่งเมตร การประมาณระยะต่อให้แต่ละคนใช้แขนซ้ายเหยียดออกไปข้างหน้าในลักษณะโน้มตัวท่อนบนช่วยเล็กน้อย จนกว่าปลายนิ้วมือไปแตะหลังคนที่ยืนอยู่ข้างหน้า (แต่ไม่ต้องยกมือค้างไว้) หลังจากนั้นให้กระโดดอยู่กับที่ด้วยปลายเท้าทั้งสองข้าง มือกำหลามอยู่ที่หน้าอก คนหัวแถวหันมองดูผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ว่าจัดแถวเป็นรูปแถวเรียบร้อยหรือไม่ ถ้าเห็นว่าเป็นรูปแถวแล้วให้คนหัวแถวนับ "หนึ่ง" ให้ผู้ปฏิบัติในแถวนับตามจำนวนแถวที่ผู้เรียกแถวกำหนด เมื่อจะนับจำนวนสุดท้ายตามที่อยู่เรียกแถวกำหนดให้ผู้ปฏิบัติทั้งแถวเปล่งเสียงนับจำนวนสุดท้ายนั้นอย่างพร้อมเพรียงกัน

หลังจากนั้นรอฟังสัญญาณ "อ๊อบ" ให้ทุกคนหยุดกระโดดกลับมาอยู่ในท่าตรง และฟังสัญญาณ "อ๊อบ" อีกหนึ่งครั้ง ให้ทุกคนยกมือซ้ายขึ้นมาแตะที่สะโพกซ้ายประมาณแนว เข็มขัด นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและให้ปลายนิ้วชี้ลงทางเบื้องล่าง นิ้วกลางอยู่ประมาณแนวตะเข็บกางเกง คอซ้ายกางออกเสมอแนวลำตัวแล้วเปล่งเสียง "เอ้" จากนั้นให้ทุกคนยกแขนซ้ายเหยียดออกไปทางข้างในระดับสูงเสมอแนวไหล่ (ยกเว้นคนท้ายแถวสุดท้ายไม่ต้องยกแขนซ้ายขึ้น) คำว่าฝ่ามือนิ้วมือทั้งห้าเหยียดตึงและเรียงชิดติดกัน โดยให้คนที่อยู่ถัดไปทางซ้ายจากหัวแถวนำให้สาวของตนเองไปแตะจุดกับปลายนิ้วมือซ้ายของคนที่อยู่ถัดไปทางหัวแถว (คนทางขวาของตนเอง) สะบัดหน้ามองไปทางขวาหรือคนหัวแถวอีกครั้งหนึ่ง เมื่อได้ยินคำบอก "นิ่ง" ให้ทุกคนสะบัดหน้ากลับมองตรงไปข้างหน้า พร้อมกับกลับคอซ้ายกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

หมายเหตุ : การเข้าแถวของแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปนั้น ให้ยึดถือเอาแถวหน้าเป็นหลักโดยไม่ต้องคำนึงถึงคอแต่ละคนของแถวที่อยู่ถัดไป (ตามแบบฝึกของ รร.ทม.ร.อ. นิยมเรียกแถวเปิดระยะก่อน และเมื่อต้องการจะเปิดระยะจะสั่งว่า "เปิดระยะ, จัดแถว")

แถวตอนเรียงหนึ่ง

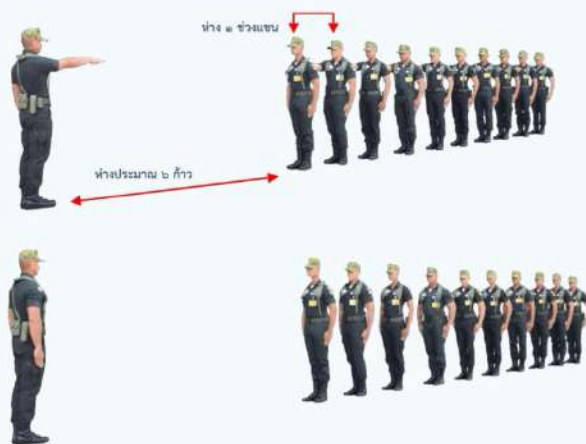


๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด "แถวตอนเรียงหนึ่ง"

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการจัดลำดับความสูงของผู้ปฏิบัติเพื่อใช้ในการจัดแถว ในรูปแถวต่างๆ

๔.คำบอก : ใช้คำบอก "ตอนเรียงหนึ่ง, มาหาข้าพเจ้า"



รูปแถวตอนเรียงหนึ่ง

๕.การปฏิบัติ

เมื่อได้ยินคำบอก "ตอนเรียงหนึ่ง, มาหาข้าพเจ้า" ให้ผู้ปฏิบัติวิ่งมาเข้าแถวตามลำดับความสูงข้างหน้าผู้เรียกแถวโดยเร็ว คนสูงที่สุดของแถวเป็นคนหลัก (คนหัวแถว) ยืนตรงหน้าผู้เรียกแถว และห่างจากผู้เรียกแถวประมาณหกก้าว จากนั้นให้ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ วิ่งมาเข้าแถวเรียงตามลำดับความสูงซ้อนกันลงไปในทางข้างหลังคนหัวแถว (ทางลึก) ให้ตรงคอกับคนข้างหน้าจนถึงคนท้ายแถวในลักษณะกระโดดอยู่กับที่ด้วยปลายเท้าทั้งสองข้าง มือกำหลวมอยู่ที่หน้าอก ต่อจากนั้นให้คนหัวแถวหันมองดูผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ว่าจัดแถวเป็นรูปแถวเรียบร้อยหรือไม่ ถ้าเห็นว่าเป็นรูปแถวแล้วให้คนหัวแถวนับ "หนึ่ง" เมื่อสิ้นเสียงคนหัวแถว นับ "หนึ่ง" แล้วให้คนที่เหลือนับ "หนึ่ง" ให้เสียงดังและพร้อมเพรียงกัน

หลังจากนั้นรอทั้งสัญญาณ "อับ" ให้ทุกคนหยุดกระโดดกลับมายืนในท่าตรง และฟังสัญญาณ "อับ" อีกหนึ่งครั้ง ให้ทุกคนยกมือซ้ายขึ้นมาแตะที่สะโพกซ้ายประมาณแนวเข็มขัด นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกัน และให้ปลายนิ้วชี้ลงทางเบื้องล่าง นิ้วกลางอยู่ประมาณแนวตะเข็บกางเกง คอขยักางออกเสมอแนวลำตัว แล้วเปล่งเสียง "เอ" จากนั้นให้รีบลดมือลงโดยเร็วแล้วให้ยกมือขวาขึ้นมาข้างหน้าเหยียดแขนขวาไปแต่ใกล้คนข้างหน้า ฝ่ามือคว่ำและขนานกับพื้น นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกัน ให้ห่างจากคนข้างหน้าประมาณหนึ่งช่วงแขน (ประมาณหนึ่งเมตร) โดยอยู่ในแนวไหล่ขวาของคนข้างหน้าและให้ยกแขนค้างไว้ เมื่อได้ยินคำบอก "นิ่ง" ให้ลดมือขวาลงมาอยู่ที่ข้างขากลับมายืนในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง



แถวตอนเรียงสอง (ขึ้นไป)

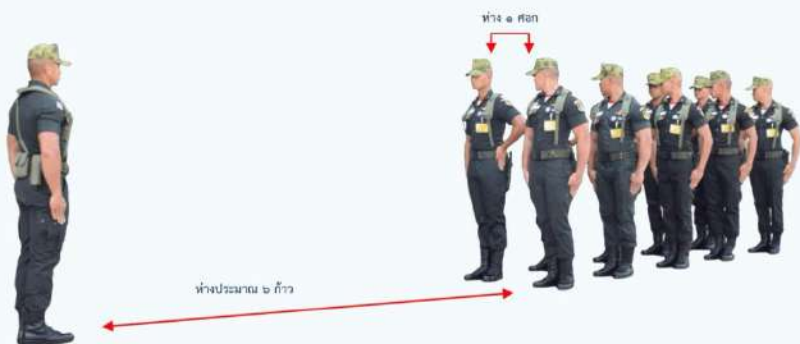
๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวจัด "แถวตอนเรียงสองขึ้นไป"

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็ก
ราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : -ใช้ในการฝึกหรือฟังก้าว

-ใช้เมื่อต้องการเคลื่อนย้ายผู้ปฏิบัติจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งในรูปแถว

๔.คำบอก : ใช้คำบอก "ตอนเรียงสอง (ขึ้นไป), ม้าหาข้าพเจ้า"



รูปแถวตอนเรียงสอง (ขึ้นไป)



๕.การปฏิบัติ : เมื่อได้อินคำบอก “ตอนเรียงสอง (ขึ้นไป), มหาข้าพเจ้า” ให้ผู้ปฏิบัติวิ่งมาเข้าแถวและจัดแถว เช่นเดียวกับการเข้าแถว และจัดแถวแบบตอนเรียงหนึ่งจะต่างกันที่จะต้องจัดแถวซ้อนหลังกันลงไปตามทางลึก ให้มีจำนวนแถวครบตามที่ผู้เรียกแถวสั่ง โดยยึดถือแถวหน้าเป็นหลักให้ตรงคอกับคนข้างหน้าจนถึงคนท้ายแถว การประมาณระยะต่อให้แต่ละคนใช้แขนซ้ายเหยียดออกไปข้างหน้าในลักษณะโน้มตัวท่อนบนช่วยเล็กน้อย จนกว่าปลายนิ้วมือไปแตะหลังคนที่ยืนอยู่ข้างหน้า (แต่ไม่ต้องยกมือค้างไว้) หลังจากนั้นให้กระโดดอยู่กับที่ด้วย ปลายเท้าทั้งสองข้าง มือกำหลวมอยู่ที่หน้าอก คนหัวแถวหันมองดูผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ว่าจัดแถวเป็นรูปแถว เรียบร้อยหรือไม่ ถ้าเห็นว่าเป็นรูปแถวแล้วให้คนหัวแถวนับ “หนึ่ง” ให้ผู้ปฏิบัติในแถวนับตามจำนวนแถว ที่ผู้เรียกแถวกำหนด เมื่อจะนับจำนวนสุดท้ายตามที่ผู้เรียกแถวกำหนดให้ผู้ปฏิบัติทั้งแถวเปล่งเสียง นับจำนวนสุดท้ายนั้นอย่างพร้อมเพรียงกัน

หลังจากนั้นรอฟังสัญญาณ “อ๊ับ” ให้ทุกคนหยุดกระโดดกลับมาอยู่ในท่าตรง และฟังสัญญาณ “อ๊ับ” อีกหนึ่งครั้ง ให้ทุกคนยกมือซ้ายขึ้นมาแตะที่สะโพกซ้ายประมาณแนวเข็มขัด นิ้วทั้งห้าเรียงชิดติดกันและ ให้ปลายนิ้วชี้ลงทางเบื้องล่าง นิ้วกลางอยู่ประมาณแนวตะเข็บกางเกง คอซ้ายกางออกเสมอแนวลำตัว แล้วเปล่งเสียง “เอ้” ให้คนที่อยู่ถัดไปทางซ้ายจากหัวแถวนำแขนขวา (อยู่ลักษณะท่าตรง) ของตนไปแตะจุดกับ ปลายศอกซ้ายของคนที่อยู่ถัดไปทางหัวแถว (คนทางขวาของตนเอง) สะบัดหน้ามองไปทางขวาหรือคนหัวแถว พร้อมกับก้มมองดูแนวปลายเท้าให้เสมอกัน แล้วสะบัดหน้ากลับไปมองทางขวาหรือคนหัวแถวอีกครั้งหนึ่ง เมื่อได้อินคำบอก “นิ่ง” ให้ทุกคนสะบัดหน้ากลับมอมองตรงไปข้างหน้า พร้อมกับลดศอกซ้ายกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง

หมายเหตุ : การเข้าแถวของแถวตอนเรียงสองขึ้นไปนั้น ให้ยึดถือความตรงของแถวตอนทางลึก โดยเอาแถวหน้าเป็นหลัก เนื่องจากระยะของศอกแต่ละคนไม่เท่ากัน เมื่อต้องการเปิดระยะเคียง ใช้คำบอก “เปิดระยะ, จัดแถว” ให้ผู้ปฏิบัติทุกคน ยกแขนซ้ายเหยียดออกไปทางข้างในระดับสูงเสมอแนวไหล่ (ยกเว้นคนท้ายแถวสุดไม่ต้องยกแขนซ้ายขึ้น) ครีวฝ่ามือขึ้น นิ้วมือทั้งห้าเหยียดตึงและเรียงชิดติดกัน โดยให้คนที่อยู่ถัดไปทางซ้ายจากหัวแถวนำไหล่ขวาของตนเองไปแตะกับปลายนิ้ว มือซ้ายของคนที่อยู่ถัดไปทางหัวแถว (คนทางขวาของตนเอง) สะบัดหน้ามองไปทางขวาหรือคนหัวแถว พร้อมกับก้มมองดู แนวปลายเท้าให้เสมอกัน แล้วสะบัดหน้ากลับไปมองทางขวาหรือคนหัวแถวอีกครั้งหนึ่ง เมื่อได้อินคำบอก “นิ่ง” ให้ทุกคนสะบัดหน้ากลับมอมองตรงไปข้างหน้า พร้อมกับลดศอกซ้ายกลับไปอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง



การแยกคู่ขาดของแถวหน้ากระดาน

- ๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวซิด “การแยกคู่ขาดของแถวหน้ากระดาน”
- ๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์
- ๓.ประโยชน์ : เนื่องจากการจัดแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป เมื่อจัดแถวแล้วมีผู้ปฏิบัติขาดจำนวนไม่ลงตัว จึงทำให้มีการแยกคู่ขาดเพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อยในการจัดแถว
- ๔.การปฏิบัติ : ในกรณีที่มีผู้ปฏิบัติไม่ครบตามจำนวนแถว ให้จัดแถวแยกคู่ขาดโดยมีหลักการปฏิบัติ ดังนี้
 - ในการเข้าแถวให้ยึดถือเอาแถวหน้าเป็นหลัก โดยจะต้องจัดแถวหน้าให้เต็ม
 - จำนวนที่ขาดให้แยกคู่ขาดไว้ในทางตอนท้ายของแถว เมื่อเป็นแถวหน้ากระดาน สองแถวหรือแถวรองสุดท้าย เมื่อเป็นหน้ากระดานสามแถวขึ้นไป
 - จำนวนแถวและดับสุดท้ายจะต้องเต็มเมื่อผู้ปฏิบัติเข้าแถวตั้งแต่สองแถวขึ้นไป เมื่อจัดแถวแล้วผู้ปฏิบัติขาดจำนวน ไม่ลงตัวคือแถวหน้ากับแถวหลังไม่เท่ากัน ในการเข้าแถวให้ยึดถือเอาแถวหน้าเป็นหลัก โดยจะต้องเข้าแถวให้เต็มไม่มีขาด ส่วนจำนวนที่ขาดให้แยกคู่ขาดไว้ในทางตอนท้ายของแถวหลังๆ ให้ยึดถือเป็นหลักว่าให้จัดแถวหน้าและดับสุดท้ายของแถวไว้ให้เต็ม แล้วให้แยกคู่ขาดไว้ที่แถวหลังสุดดับรองสุดท้ายในกรณีที่มีจำนวนแถวเกินสองแถวให้จัดแถวหลังไว้ให้เต็ม แล้วแยกคู่ขาดคนแรกจากแถวรองสุดท้าย และดับรองสุดท้าย ถ้าเกินหนึ่งคนก็ให้แยกจากดับเดิมแต่เลื่อนขึ้นมาข้างหน้าอีกถ้าหากเกินที่จะจัดจากดับที่แยกคู่ขาดให้เลื่อนดับเข้ามาอีกส่วนแถวใช้หลักการปฏิบัติเช่นเดิม



การแยกคู่ขาดของแถวหน้ากระดาน

การแยกคู่ขาดของแถวตอน



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด "การแยกคู่ขาดของแถวตอน"

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เนื่องจากการจัดแถวตอนเรียงสองขึ้นไป เมื่อจัดแถวแล้วมีผู้ปฏิบัติขาดจำนวนไม่ครบทุกดับ จึงทำให้มีการแยกคู่ขาดเพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อยในการจัดแถว

๔.การปฏิบัติ : ในกรณีที่ผู้ปฏิบัติมีไม่ครบตามจำนวนแถว ให้จัดแถวแยกคู่ขาดโดยมีหลักการปฏิบัติ ดังนี้

-ในการเข้าแถวให้ยึดถือเอาแถวขวาเป็นหลัก โดยจะต้องเข้าไว้ให้เต็มไม่มีจำนวนขาด

-จำนวนที่ขาดให้แยกคู่ขาดไว้ที่แถวรองสุดท้ายที่อยู่ทางซ้ายสุด เมื่อเป็นรูปแถวตอนเรียงสอง หรือแถวรองสุดท้ายตรงกลางเมื่อเป็นแถวตอนเรียงสามขึ้นไป

-จำนวนแถวและดับสุดท้ายจะต้องเต็ม

เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าแถวตั้งแต่สองแถวขึ้นไป เมื่อจัดแถวผู้ปฏิบัติขาดจำนวนไม่ลงตัว คือแถวแรกกับแถวสุดท้ายไม่เท่ากัน ในการเข้าแถวให้ยึดถือเอาแถวแรกเป็นหลักโดยจะต้องเข้าแถวให้เต็มไม่มีขาด ส่วนจำนวนที่ขาดให้แยกคู่ขาดไว้ที่ท้ายของแถวที่อยู่ทางซ้ายสุด หรือแถวที่อยู่ตรงกลางให้ยึดถือเป็นหลักกว่าให้จัดแถวแรกและดับสุดท้ายของแถวไว้ให้เต็ม แล้วให้แยกคู่ขาดไว้ที่แถวรองสุดท้าย ในกรณีที่จำนวนแถวเกินสองแถวให้จัดแถวสุดท้ายไว้ให้เต็ม แล้วแยกคู่ขาดคนแรกจากแถวรองสุดท้ายและดับรองสุดท้าย ถ้าเกินหนึ่งคนก็ให้แยกจากดับเดิม แต่เลื่อนขึ้นมาข้างหน้าอีก ถ้าหากเกินที่จะจัดจากดับที่แยกคู่ขาดให้เลื่อนดับเข้ามาอีก ส่วนแถวใช้หลักการปฏิบัติเช่นเดิม



การแยกคู่ขาดของแถวตอน



การนับ

การนับ แบ่งออกเป็น ๓ ประเภท

๑. การนับตามปกติ
๒. การนับทั้งแถว
๓. การนับตามจำนวนที่กำหนด

การนับตามปกติ

๑. เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด "การนับตามปกติ"

๒. ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓. ประโยชน์ : เพื่อความรวดเร็วในการสำรวจยอดผู้ปฏิบัติในแถว

๔. คำบอก : ใช้คำบอก "นับ"



การนับรูปแถวหน้ากระดานแถวเดียว

๕. การปฏิบัติ

๕.๑ รูปแถวหน้ากระดาน

๕.๑.๑ รูปแถวหน้ากระดานแถวเดียว

เมื่อได้ยินคำบอก "นับ" ให้ผู้ปฏิบัติที่อยู่หัวแถวเริ่มนับ "หนึ่ง" ด้วยการออกเสียงดังชัดเจนเสียงสั้นห้วนๆ พร้อมกับสะบัดหน้าไปทางซ้าย เมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ที่อยู่ถัดไปนับต่อจากคนที่หนึ่งเรียงตามลำดับหมายเลขกันไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว โดยใช้วิธีสะบัดหน้าไปนับแล้วสะบัดหน้ากลับเช่นเดียวกับคนหัวแถว เว้นคนสุดท้ายของแถวเมื่อนับให้สะบัดหน้าไปยังผู้ที่อยู่ทางขวามือของตน และเมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรง

หมายเหตุ : การนับตามปกติของแถวหน้ากระดานไม่ว่าจะเป็นแถวหน้ากระดานปิดระยะหรือเปิดระยะใช้หลักการปฏิบัติเดียวกัน คือให้นับจากหัวแถวไปทางท้ายแถว



๕.๑.๒ รูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป

เมื่อได้ยินคำบอก “นับ” ให้ผู้ปฏิบัติที่อยู่หัวแถวเริ่มนับ “หนึ่ง” ด้วยการออกเสียงดังชัดเจนเสียงสั้น ห้วนๆ พร้อมกับสะบัดหน้าไปทางซ้าย เมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมายู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็ว และแข็งแรง ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ที่อยู่ถัดไปนับต่อจากคนที่หนึ่งเรียงตามลำดับหมายเลขกันไปจนกว่าจะถึง คนท้ายแถว โดยใช้วิธีสะบัดหน้าไปนับแล้วสะบัด หน้ากลับเช่นเดียวกับคนหัวแถวเว้นคนสุดท้ายของแถวเมื่อนับ ให้สะบัดหน้าไปยังผู้ที่อยู่ทางขวามือของตน และเมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมายู่ในลักษณะของท่าตรง

หมายเหตุ : -ในการนี้ที่เป็นแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป ซึ่งมีการแยกคู่ขาดไว้ในทางตอนท้ายแถวอาจจะขาดที่แถว กลางหรือแถวหลังสุด คนท้ายแถวซ้ายมือสุดเป็นผู้ขานจำนวนที่ขาดขึ้นดังๆ โดยไม่ต้องสะบัดหน้า เช่น “ขาดหนึ่ง” “ขาดสอง” “ขาดสาม” ฯลฯ เป็นต้น

-การนับตามปกติของแถวหน้ากระดานจะนับเฉพาะแถวหน้าเท่านั้น ยกเว้นผู้เรียกกำหนดแถวนับ



การนับรูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป



การนับตามปกติรูปแถวตอนเรียงหนึ่ง

๕.๒ รูปแถวตอน

๕.๒.๑ รูปแถวตอนเรียงหนึ่ง

เมื่อได้ยินคำบอก “นับ” ให้ผู้ปฏิบัติที่อยู่หัวแถวเริ่มนับ “หนึ่ง” ด้วยการออกเสียงดังชัดเจนเสียงสั้น ห้วนๆ พร้อมกับสะบัดหน้าไปทางซ้าย เมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมายู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและ แข็งแรง ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ที่อยู่ถัดจากคนหัวแถวต้องลงไปข้างหลังนับต่อจากคนหัวแถวเรียงตามลำดับ หมายเลข ไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว โดยใช้วิธีสะบัดหน้าไปนับแล้วสะบัดหน้ากลับเช่นเดียวกับคนหัวแถว เว้นคนสุดท้าย ของแถวไม่ต้องสะบัดหน้า



๕.๒.๒ รูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

เมื่อได้อินคำบอก “นับ” ให้ผู้ปฏิบัติที่อยู่หัวแถวเริ่มนับ “หนึ่ง” ด้วยการออกเสียงดังชัดเจนเสียงสั้น ห้วนๆ พร้อมกับสะบัดหน้าไปทางซ้าย เมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็ว และแข็งแรง ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ที่อยู่ถัดจากคนหัวแถวต่อไปข้างหลัง นับต่อจากคนหัวแถวเรียงตามลำดับ หมายเลขไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว โดยวิธีสะบัดหน้าไปนับแล้วสะบัดหน้ากลับเช่นเดียวกับคนหัวแถว เว้นคนสุดท้ายของแถวไม่ต้องสะบัดหน้า



การนับตามปกติรูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

หมายเหตุ

ในกรณีที่เป็นแถวตอนเรียงสองขึ้นไป ซึ่งมีการแยกคู่ขาดไว้ในทางตอนท้ายแถว เมื่อคนสุดท้ายของแถวทางขวาสุดนับสิ้นเสียงลงแล้ว ให้คนท้ายแถวซ้ายสุดเป็นผู้ขานจำนวนที่ขาดขึ้นตั้งๆ โดยไม่ต้องสะบัดหน้า เช่น “ขาดหนึ่ง” “ขาดสอง” “ขาดสาม” เป็นต้น

การนับตามปกติของแถวตอน จะนับเฉพาะแถวขวามือสุดเท่านั้น ยกเว้นผู้เรียกแถวกำหนดแถวที่จะนับ

การนับทั้งแถว



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด “การนับทั้งแถว”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อสำรวจยอดผู้ปฏิบัติในแถวโดยละเอียด

๔.คำบอก : ใช้คำบอก “นับทั้งแถว, นับ”

๕.การปฏิบัติ

๕.๑ รูปแถวหน้ากระดาน

๕.๑.๑ รูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป

เมื่อได้ยินคำบอก “นับทั้งแถว, นับ” ให้ผู้ปฏิบัติที่อยู่หัวแถวเริ่มนับ “หนึ่ง” ด้วยการออกเสียงดังชัดเจน เสียงสั้นห้วนๆ พร้อมกับสะบัดหน้าไปทางซ้าย เมื่อสิ้นเสียงนับแล้วให้สะบัดหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง ผู้ปฏิบัติคนอื่นๆ ที่อยู่ถัดไปนับต่อจากคนหัวแถวเรียงตามลำดับหมายเลขกันไป เมื่อคนท้ายแถวของแถวหน้านับแล้วให้คนท้ายแถวของแถวถัดไปเป็นผู้เริ่มนับต่อตามลำดับหมายเลขต่อจากคนท้ายแถวของแถวหน้า โดยการสะบัดหน้าไปทางขวานับต่อกันไปจนถึงคนหัวแถว และเมื่อคนหัวแถวสุดท้ายนับแล้ว จึงให้คนหัวแถวของแถวถัดไปเป็นผู้เริ่มนับต่อตามลำดับหมายเลขที่ติดต่อกับคนหัวแถวสุดท้าย และให้นับในลักษณะดังกล่าว ไปจนกว่าจะหมดจำนวนคนของทุกแถวที่มีอยู่ คนสุดท้ายของแถวเมื่อนับให้สะบัดหน้าไปยังผู้ที่อยู่ทางขวามือของตน และเมื่อสิ้นเสียงนับ ให้สะบัดหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะของท่าตรง



การนับทั้งแถวรูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป





๕.๒ รูปแถวตอน

๕.๒.๑ รูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

เมื่อได้ยินคำบอก “นับทั้งแถว, นับ” ให้ผู้ปฏิบัติคนแรกของรูปแถวเริ่มนับ “หนึ่ง” ในลักษณะเช่นเดียวกับการนับตามปกติของแถวหน้ากระดาน ผู้ปฏิบัติคนต่อไปของหน้าดับทางซ้าย นับเรียงตามลำดับหมายเลขกันไปโดยตลอด ด้วยการนับพร้อมกับสะบัดหน้าไปทางซ้าย เมื่อคนซ้ายสุดของดับหน้านับแล้ว ให้คนทางซ้ายสุดของดับที่สองเป็นผู้เริ่มต้นนับต่อ โดยนับตามลำดับหมายเลขต่อจากคนซ้ายสุดของดับที่หนึ่งและนับต่อไปทางขวา (สะบัดหน้าไปทางขวา) จนกว่าจะถึงคนขวาสุดของดับที่สอง เมื่อคนขวาสุดของดับที่สองนับแล้ว ให้คนขวาสุดของดับที่สามเป็นผู้เริ่มนับต่อตามลำดับหมายเลขจากคนขวาสุดของดับที่สอง ในลักษณะเช่นเดียวกับคนขวาสุดของดับที่หนึ่งโดยการนับและสะบัดหน้าไปทางซ้าย กระทำในลักษณะเช่นนี้สลับกันไปจนกว่าจะหมดจำนวนคนของทุกดับที่มีอยู่ในแถว โดยวิธีสะบัดหน้าไปนับแล้วสะบัดหน้ากลับมาอยู่ในลักษณะของท่าตรงอย่างรวดเร็วและแข็งแรง



การนับทั้งแถวรูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

การนับตามจำนวนที่กำหนด



๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด “การนับตามจำนวนที่กำหนด”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : เพื่อความสะดวกรวดเร็วในการเปลี่ยนรูปแถวและปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

๔.คำบอก : ใช้คำบอก “นับสอง, นับ” หรือ “นับสาม, นับ”

๕.การปฏิบัติ

๕.๑ รูปแถวหน้ากระดาน

๕.๑.๑ รูปแถวหน้ากระดานแถวเดี่ยว

เมื่อได้ยินคำบอก “นับสอง (นับ...), นับ” ให้ผู้ปฏิบัติเริ่มนับจากคนหัวแถวก่อน ในลักษณะเช่นเดียวกับการนับตามปกติ โดยนับเรียงตามลำดับหมายเลขให้ครบตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอก เมื่อนับครบตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอกแล้ว คนต่อไปจะต้องเริ่มนับ “หนึ่ง” ใหม่ ตัวอย่างเช่น ผู้เรียกแถวบอกให้ “นับสอง” ผู้ปฏิบัติจากหัวแถวจะต้องนับ “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” ไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว

หมายเหตุ : การนับตามจำนวนที่กำหนดของแถวหน้ากระดานไม่ว่าจะเป็นแถวหน้ากระดานปิดระยะหรือเปิดระยะใช้หลักการปฏิบัติเดียวกัน คือให้นับจากหัวแถวไปทางท้ายแถว



การนับตามจำนวนรูปแถวหน้ากระดานแถวเดี่ยว

“นับสอง, นับ”

การนับตามจำนวนที่กำหนด



๕.๑.๒ รูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป

เมื่อได้อินคำบอก “นับสอง (นับ...), นับ” ให้ผู้ปฏิบัติเริ่มนับจากคนหัวแถวก่อน ในลักษณะเช่นเดียวกับการนับตามปกติ โดยนับเรียงตามลำดับหมายเลขให้ครบตามที่ผู้เรียกแถวบอก เมื่อนับครบตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอกแล้ว คนต่อไปจะต้องเริ่มนับ “หนึ่ง” ใหม่ ตัวอย่างเช่น ผู้เรียกแถวบอกให้ “นับสอง” ผู้ปฏิบัติจากหัวแถวจะต้องนับ “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” ไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว

หมายเหตุ : การนับตามจำนวนที่กำหนดของแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป จะนับเฉพาะแถวหน้าเท่านั้น ยกเว้นผู้เรียกแถวกำหนดแถวที่จะนับ



การนับตามจำนวนรูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป



การนับตามจำนวนรูปแถวตอนเรียงหนึ่ง

๕.๒ รูปแถวตอน

๕.๒.๑ รูปแถวตอนเรียงหนึ่ง

เมื่อได้อินคำบอก “นับสอง (นับ...), นับ” ให้ผู้ปฏิบัตินับตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอก โดยให้เริ่มนับจากคนหัวแถวก่อนในลักษณะเช่นเดียวกับการนับตามปกติโดยนับเรียงลำดับหมายเลขไปตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอก เมื่อนับครบตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอกแล้วคนต่อไปจะต้องเริ่มนับ “หนึ่ง” ใหม่ ตัวอย่างเช่น ผู้เรียกแถวบอกให้ “นับสอง” ผู้ปฏิบัติจากหัวแถวจะต้องนับ “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” ไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว



๕.๒.๒ รูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

เมื่อได้อินคำบอก “นับสอง (นับ...), นับ” ให้ผู้ปฏิบัตินับตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอก โดยให้เริ่มนับจากคนหัวแถวก่อนในลักษณะเช่นเดียวกับการนับตามปกติ โดยนับเรียงลำดับหมายเลขไปตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอก เมื่อนับครบตามจำนวนที่ผู้เรียกแถวบอกแล้วคนต่อไปจะต้องเริ่มนับ “หนึ่ง” ใหม่ ตัวอย่างเช่น ผู้เรียกแถวบอกให้ “นับสอง” ผู้ปฏิบัติจากหัวแถวจะต้องนับ “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” “หนึ่ง - สอง” ไปจนกว่าจะถึงคนท้ายแถว

หมายเหตุ : การนับตามจำนวนที่กำหนดของแถวตอนเรียงสองขึ้นไป จะนับเฉพาะแถวขวามือสุดท้ายเท่านั้น ยกเว้นผู้เรียกแถวกำหนดแถวที่จะนับ



การนับตามจำนวนรูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

“นับสอง, นับ”

การนับตามจำนวนที่กำหนด



การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดาน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด “การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดาน”

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการเปลี่ยนแนวรูปแถวจากรูปแถวหนึ่งไปเป็นอีกรูปแถวหนึ่งเพื่อให้เหมาะสมกับการกิจโดยพิจารณาจากบริเวณพื้นที่นั้น

๔.คำบอก : ใช้คำบอก “หน้ากระดานแถวเดียว หรือสองแถวขึ้นไป, ปิด (เปิด) ระยะ, จัดแถว”

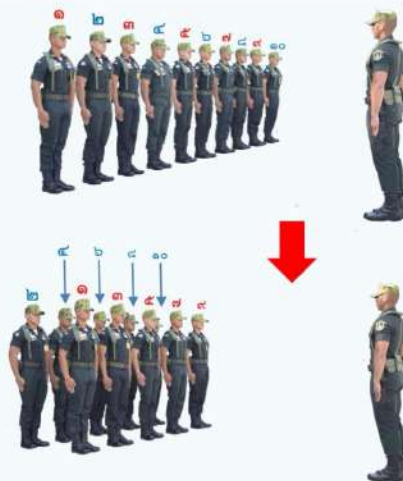
๕.การปฏิบัติ : การเปลี่ยนรูปแถวประเภทนี้สามารถจะกระทำได้เป็น ๓ ลักษณะ คือ

๕.๑ การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดานแถวเดียวปิด (เปิด) ระยะเป็นแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ

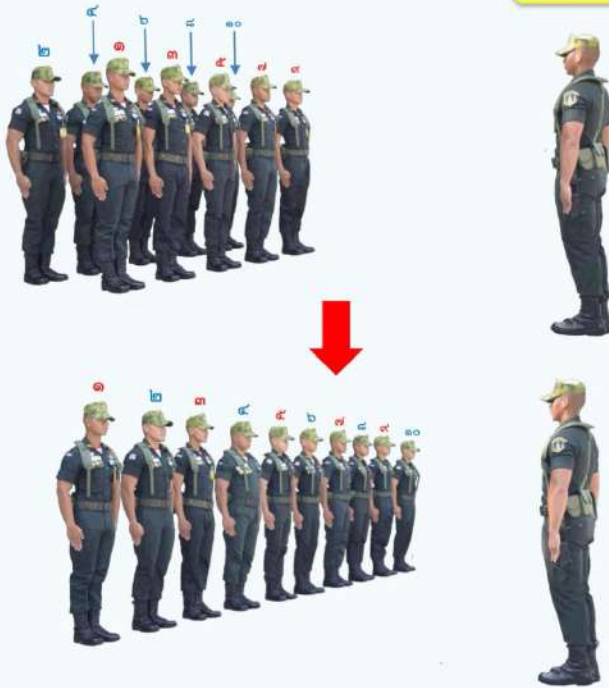
๕.๒ การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ เป็นแถวหน้ากระดานแถวเดียวปิด (เปิด) ระยะ

๕.๓ การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ เป็นแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ ที่มีจำนวนแถวมากกว่าหรือน้อยกว่ารูปแถวเดิม

สำหรับการปฏิบัติของผู้ปฏิบัติในแถว มีหน้าที่ฟังคำสั่งจากผู้ควบคุมและผู้ควบคุมแถวจะบอกให้จัดแถวในรูปแถวอะไรแล้วจัดแถวใหม่ให้เป็นที่ไปตามคำบอกนั้น โดยผู้ปฏิบัติที่เป็นคนหลักของรูปแถวจะต้องยืนอยู่ ณ ที่เดิมเสมอ ส่วนการเข้าแถวและจัดแถวใหม่นั้นคงปฏิบัติตามการจัดแถวหน้ากระดานแถวเดียว หรือสองแถวขึ้นไป



การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดานแถวเดียวเป็นแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป



การเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป เป็นแถวหน้ากระดานแถวเดียว

หมายเหตุ

การฝึกการเปลี่ยนรูปแถวหน้ากระดานแถวเดียวปิด (เปิด) ระยะ เป็นแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไป หากผู้ควบคุมแถวต้องการจะเปลี่ยนรูปแถวจากแถวเดียวเป็นก็แถวก็ตาม ควรสั่งให้ผู้ปฏิบัตินับตามจำนวนแถวที่ต้องการจะให้เปลี่ยนเสียก่อน

การฝึกเปลี่ยนรูปแถวจากแถวหน้ากระดานสองแถวขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะเป็นแถวหน้ากระดานแถวเดียว ผู้ปฏิบัติแต่ละคนที่ยืนอยู่ตรงคอกันในทางลึก ควรจะเปลี่ยนรูปแถวขึ้นมาเป็นแถวเดียว โดยให้คนที่อยู่แถวที่สองขึ้นมาอยู่ทางซ้ายของคนที่อยู่แถวที่หนึ่ง และให้คนที่อยู่ในแถวที่สามขึ้นมาอยู่ทางซ้ายของคนที่อยู่ในแถวที่สอง (ถ้ามีหลายแถวก็คงปฏิบัติในลักษณะเดียวกัน) จนกว่าจะถึงปลายแถวสุด

การสั่งจัดแถวโดยที่ผู้ควบคุมแถวไม่ได้สั่งปิดระยะหรือเปิดระยะ ให้ผู้ปฏิบัติในแถวปฏิบัติแบบปิดระยะเท่านั้น



การเปลี่ยนรูปแถวตอน

๑.เรื่องที่จะทำการฝึก : การฝึกแถวชิด "การเปลี่ยนรูปแถวตอน"

๒.ความมุ่งหมาย : เพื่อให้ปฏิบัติได้ถูกต้องตามแบบฝึกและเป็นระเบียบแบบแผนเดียวกันของหน่วยทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

๓.ประโยชน์ : ใช้ในการเปลี่ยนแนวรูปแถวจากกรุปแถวหนึ่งไปเป็นอีกรูปแถวหนึ่งเพื่อให้เหมาะสมกับการกิจโดยพิจารณาจากบริเวณพื้นที่นั้น

๔.คำบอก : ใช้คำบอก "ตอนเรียงหนึ่ง หรือตอนเรียงสองขึ้นไป, ปิด (เปิด) ระยะ, จัดแถว"

๕.การปฏิบัติ : การเปลี่ยนรูปแถวประเภทนี้สามารถจะกระทำได้เป็น ๓ ลักษณะ คือ

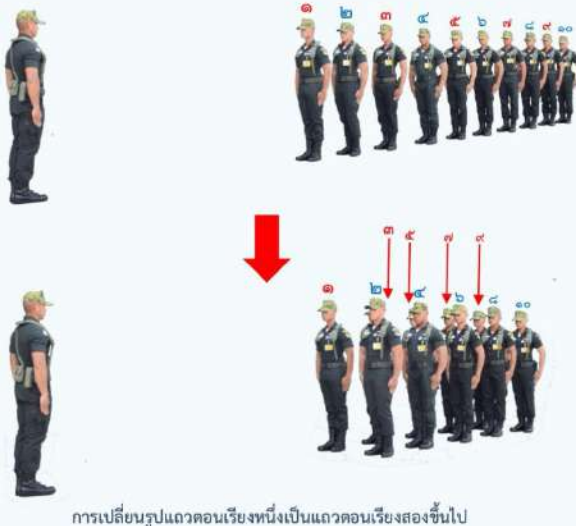
๕.๑ การเปลี่ยนรูปแถวตอนเรียงหนึ่งเป็นแถวตอนเรียงสองขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ

๕.๒ การเปลี่ยนรูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ เป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง

๕.๓ การเปลี่ยนรูปแถวตอนเรียงสองขึ้นไปปิด (เปิด) ระยะ เป็นแถวตอนเรียงสองขึ้นไปปิด (เปิด)

ระยะ ที่มีจำนวนแถวมากกว่าหรืออย่างน้อยกว่ารูปแถวเดิม

สำหรับการปฏิบัติของผู้ปฏิบัติในแถว มีหน้าที่ฟังคำสั่งจากผู้ควบคุมแถวว่าผู้ควบคุมแถวจะบอกให้จัดแถวในรูปแถวอะไร แล้วจัดแถวใหม่ให้เป็นไปตามคำบอกนั้น โดยผู้ปฏิบัติที่เป็นคนหลักของรูปแถวจะต้องยืนอยู่ ณ ที่เดิมเสมอ ส่วนการเข้าแถวและจัดแถวใหม่นั้นคงปฏิบัติตามการจัดแถวตอนเรียงหนึ่ง หรือตอนเรียงสองขึ้นไป



การเปลี่ยนรูปแถวตอนเรียงหนึ่งเป็นแถวตอนเรียงสองขึ้นไป

“ตอนเรียงหนึ่ง หรือตอนเรียงสองขึ้นไป, ปิด (เปิด) ระยะ, จัดแถว”

การเปลี่ยนรูปแถวตอน



การเปลี่ยนรูปแถวตอนเรียงสองชั้นไปเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง

หมายเหตุ

การฝึกการเปลี่ยนรูปแถวตอนเรียงหนึ่งเป็นแถวตอนเรียงสองชั้นไปหากผู้ควบคุมแถวต้องการจะเปลี่ยนรูปแถวจากตอนเรียงหนึ่งเป็นกี่แถวก็ตาม ควรสั่งให้ผู้ปฏิบัตินับตามจำนวนแถวที่ต้องการจะให้เปลี่ยนเสียก่อน

การฝึกเปลี่ยนรูปแถวจากแถวตอนเรียงสองชั้นไปเป็น (เปิด) ระเบียบ เป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง ผู้ปฏิบัติแต่ละคนที่ยืนอยู่ในแถวด้านซ้ายของแถวหลักในแต่ละดับควรเปลี่ยนรูปแถวเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง โดยให้คนที่อยู่ทางด้านซ้ายของคนหลักตามลำดับนั้น เลื่อนลงไปยืนต่อข้างหลังของคนที่เคยอยู่ทางขวาของตนตามลำดับ เหมือนกับเมื่ออยู่ในแถวตอนเรียงหนึ่ง

การสั่งจัดแถวโดยที่ผู้ควบคุมแถวไม่ได้สั่งปิดระยะหรือเปิดระยะ ให้ผู้ปฏิบัติในแถวปฏิบัติแบบปิดระยะเท่านั้น

“ตามใจฉัน” หรือ “ตามใจฉัน”

การเปลี่ยนรูปแถว





บทที่ ๓

ท่ากายบริหารมือเปล่า





ท่ากระโดดแยกเท้าหลังมือชนกัน



ท่าเตรียม : ท่าตรง

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : กระโดดแยกเท้า เหยียดแขนขึ้นเหนือศีรษะ แขนเหยียดตึงหลังมือชนกัน นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กระโดดกลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : กลับมาอยู่ในจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : ปฏิบัติเหมือนจังหวะสอง นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่ากระโดดแยกเท้ากางแขนเสมอไหล่

ท่าเตรียม : ท่าตรง

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : กระโดดแยกเท้ากางแขนเสมอไหล่ แขนเหยียดตั้งอยู่ระดับหัวไหล่ลักษณะกางแขน นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กระโดดกลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : กลับมาอยู่ในจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : ปฏิบัติเหมือนจังหวะสอง นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่าเหวี่ยงแขนลอดช่องขา



ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ แขนเหยียดตรงเหนือศีรษะหันฝ่ามือเข้าหากัน

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : เหวี่ยงแขนทั้งสองไปในระหว่างขาทั้งสองข้าง ย่อตัวนั่งลงแขนเหยียดตึงปลายนิ้วเกือบแตะพื้น นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : ยืนตัวขึ้นมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : ปฏิบัติเหมือนจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : ปฏิบัติเหมือนจังหวะสอง นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่านั่งบนส้นเท้า

ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ มือทั้งสองข้างจับที่เอว

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : เขยียดแขนทั้งสองข้างไปข้างหน้าขนานกับพื้นฝ่ามือคว่ำ ย่อตัวลงนั่งบนส้นเท้า ส้นเท้าเปิด นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : ก้มตัวลงไปด้านหน้าหันหลังมือไปด้านหน้า จนปลายนิ้วแตะพื้นแขนและขาเหยียดตึง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่าก้มตัวทางข้าง



ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ แขนทั้งสองข้างเหยียดตึงเหนือศีรษะ นิ้วหัวแม่มือ
เกี่ยวกันฝ่ามือหันไปด้านหน้า

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : บิดลำตัวไปทางซ้าย นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : ก้มตัวลงไปให้ปลายนิ้วมือแตะที่ข้อเท้าซ้าย นับ “สอง”

จังหวะสาม : ยกตัวขึ้นมาอยู่ในจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : บิดตัวมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่างอเข่าครึ่งนั่ง

ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ มือทั้งสองข้างจับเอว

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : ย่อตัวนั่งลง ใช้ปลายนิ้วแตะที่พื้นแขนเหยียดตึง หันฝ่ามือเข้าหากัน นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : ปฏิบัติเหมือนจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : ปฏิบัติเหมือนจังหวะสอง นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่าฟุ้งหลัง



ท่าเตรียม : ท่าตรง

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : ลดตัวลงนั่งยองๆ ฝ่ามือทั้งสองวางบนพื้นอยู่ข้างเท้าทั้งสองข้าง นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : ฟุ้งเท้าไปข้างหลัง แขนและขาเหยียดตึงปฏิบัติเหมือนท่าต้นพื้น นับ “สอง”

จังหวะสาม : ปฏิบัติเหมือนจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่าสลับเท้า (Kangaroo)

ท่าเตรียม : เหมือนท่าดันพื้น แต่ให้เท้าข้างซ้ายอยู่เสมอมือซ้ายด้านนอก ขาขวาเหยียดตั้ง

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : ให้เท้าขวาสลับขึ้นไปอยู่เสมอมือขวาด้านนอก เท้าซ้ายพุ่งไปข้างหลังจนขาตั้ง นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : สลับเท้าซ้ายขึ้นมาเสมอมือซ้ายด้านนอก เท้าขวาพุ่งกลับไปด้านหลัง นับ “สอง”

จังหวะสาม : ปฏิบัติเหมือนจังหวะหนึ่ง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่าก้มหน้าแอ่นหลัง



ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ มือทั้งสองข้างจับเอว
การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : ก้มลำตัวไปด้านหน้าขนานกับพื้น ขาตึง หน้ามองตรง นับ "หนึ่ง"

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ "สอง"

จังหวะสาม : แอ่นตัวไปข้างหลัง นับ "สาม"

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ "สี่"



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่าเอียงตัวทางข้าง

ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ มือทั้งสองข้างประสานเหนือศีรษะหันฝ่ามือออก

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : เอียงลำตัวไปทางซ้าย นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : เอียงลำตัวไปทางขวา นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่าโยกตัวทางข้าง



ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างให้มากที่สุด ยกแขนทั้งสองขึ้น แขนขวาทับบนแขนซ้าย แขนขนานกับพื้น
การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : โยกตัวไปทางซ้ายให้เข่าตึงฉากกับพื้น ขาขวาเหยียดตึง นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : โยกตัวไปทางขวาให้เข่าตึงฉากกับพื้น ขาซ้ายเหยียดตึง นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่าก้มตัวตีศอก

ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ มือทั้งสองข้างประสานหลังศีรษะ
การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : ก้มลำตัวขนานกับพื้น ขาเหยียดตรง ตามองพื้น นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : บิดลำตัวไปทางขวา พร้อมตีศอกซ้ายไปทางขวา นับ “สอง”

จังหวะสาม : บิดลำตัวไปทางซ้าย พร้อมตีศอกขวาไปทางซ้าย นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่ากระโดดตบย่อ



ท่าเตรียม : กระโดดแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ งอเข่าเล็กน้อย แขนเหยียดไปทางด้านหลังหันฝ่ามือเข้าลำตัว แขนเหยียดตรง ทำมุมกับลำตัว ๔๕ องศา

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : กระโดดพร้อมเหวี่ยงแขนมาด้านหน้าขนานกับพื้น นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กระโดดพร้อมเหวี่ยงแขนกลับไปด้านหลัง นับ “สอง”

จังหวะสาม : กระโดดพร้อมเหวี่ยงแขนเหนือศีรษะ นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”

หมายเหตุ : กระโดดสปริงข้อเท้า, ปลายเท้า



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่



ท่าทางแขนบิดลำตัว

ท่าเตรียม : ยืนแยกเท้าทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่ กางแขนทั้งสองข้างขนานกับพื้น หงายมือขึ้น

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : บิดลำตัวไปทางซ้าย (เหวี่ยงแขนซ้ายไปด้านหลัง) ให้มากที่สุด นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สอง”

จังหวะสาม : บิดลำตัวไปทางขวา (เหวี่ยงแขนขวาไปด้านหลัง) ให้มากที่สุด นับ “สาม”

จังหวะสี่ : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม นับ “สี่”



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



จังหวะสาม



จังหวะสี่

ท่าดันพื้น



ท่าเตรียม : -นอนคว่ำ มือทั้งสองยันพื้นแขนเหยียดตึง เท้าพุ่งไปข้างหลังขาตึง
-ระยะห่างของมือทั้งสองข้างประมาณหนึ่งช่วงไหล่

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : งอข้อศอกทรุดตัวลง หน້ากอเกือบแตะพื้น

จังหวะสอง : ดันตัวขึ้นมาอยู่ในท่าเตรียม



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง



ท่าบั้นเอวสลับ

ท่าเตรียม : - นอนหงายราบกับพื้น เพ้าชิดมือประสานที่หลังศีรษะ
- เข่าสามารถงอได้เล็กน้อย

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : จอลำตัวขึ้นมา โน้มตัวไปข้างหน้าจนตอกแตะเข่าเท้าไม่ยกจากพื้น เข่าอเล็กน้อย
นับ “หนึ่ง”

จังหวะสอง : กลับมาอยู่ในท่าเตรียม



ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง

ทำดึงข้อ

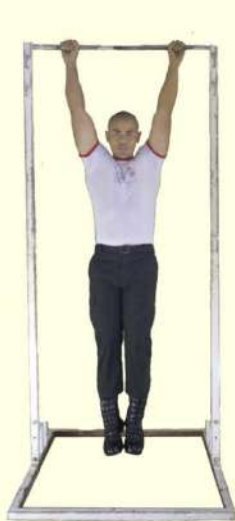


ท่าเตรียม : มือทั้งสองจับราวกำรอบมือคว่ำ ขาทั้งสองชิดกัน ปล่อยตัวจนแขนตึง

การปฏิบัติ

จังหวะหนึ่ง : เกร็งแขนทั้งสองข้าง เกร็งลำตัวให้แขนทั้งสองข้างตึงลำตัวขึ้นไป ให้ค้างเหนือราวเบาเดียว

จังหวะสอง : ปล่อยตัวลงมาอยู่ในท่าเตรียม



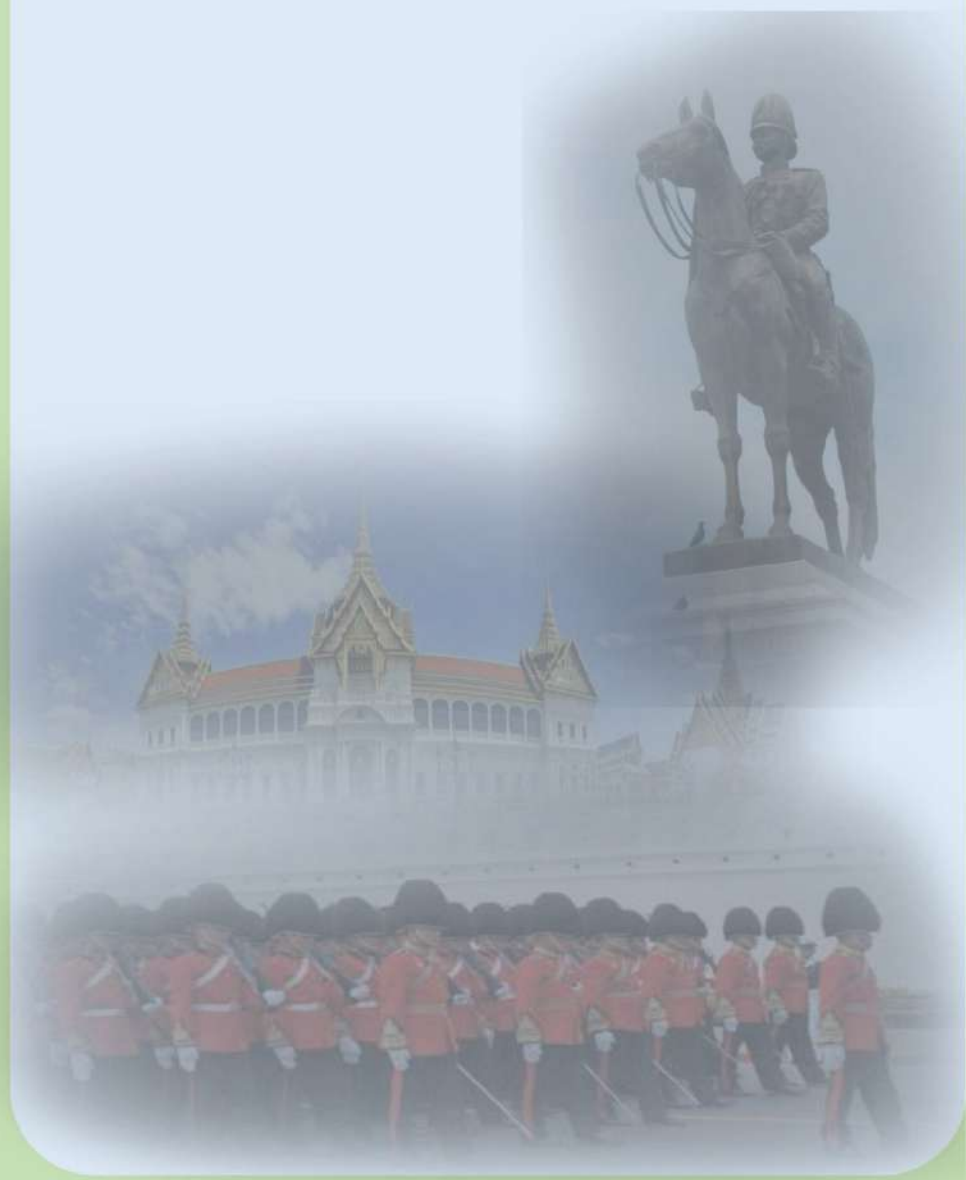
ท่าเตรียม



จังหวะหนึ่ง



จังหวะสอง





ภาคผนวก



มารักรารักรัลลก

เราทหารราชวัลลก
ล้วนแต่ต้องอาแรงแรง
วินัยเทิดเกียรติชาติไว้ทุกแห่ง
เราเป็นกองทหารประเวศการณ
เราทุกคนมิไ
พิทักษ์สมเด็จเจ้าไท

เราทหารราชวัลลก
องค์รารารัน
มิเกรงคูหมิ่นข่มเหงย่ำยี
จะลุยเลือดสู้ตายจะเอากายป้องกัน
ฝ่ากศมีมือปรากฏ
กระตือรือร้นกองทัพบกไทย

รักษาสงคค์ พระมหากษัตริย์สูงส่ง
เราทุกคนบุรากล้าหาญ
ใจคุรเหล็กเพชรแฉ่งแกร่งมิกลัวใคร
ก่อเกิดกวีนิพนธ์กองทัพบกชาติไทย
ได้รับไว้วางพระราชนิพนธ์
ตลอดในพระวงศ์จักรี
รักษาสงคค์ จะถวายสัตย์ขอตรง
หากมั่นมีภัยพาลอวตหาญ
เราจักถวายชีวิมหาวตหาญ
เป็นเกราะทองรบประจัญศัตรู
เกียรติยศพึงเฟื่อง
ไว้นามเรศรารักรัลลกคู่ปฐพี

(เพลงพระราชนิพนธ์ใน พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙)

คำกล่าวสดุดีปณิธาน ทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์

ข้าพระพุทธเจ้า จักถวายความจงรักภักดี ถวายความปลอดภ้ย และรักษาไว้
ซึ่งพระบรมเชษฐาธิราช แห่งราชวงศ์จักรี จนกว่าชีวิตจะหาไม่
ข้าพระพุทธเจ้า จักเชิดชูและรักษาไว้ ซึ่งเกียรติยศ เกียรติศักดิ์
ของทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ ทั้งจะขบถยึดตน ให้เป็นที่ไว้วาง
พระราชหฤทัย ของใต้ฝ่าละอองธุลีพระบาท ทุกประการตลอดไป

วินัยทหาร ข้อ

๑. คอติง ขวชน หลีกเลียง หรือละเลย ไม่ปฏิบัติตามคำสั่งผู้บังคับบัญชาเหนือตน
๒. ไม่รักษาระเบียบการเคารพ ระหว่างผู้ใหญ่ผู้น้อย
๓. ไม่รักษามารยาทให้ถูกต้องตามแบบธรรมเนียมทหาร
๔. ก่อให้เกิดความลำคึกในคณะทหาร
๕. เกียจคร้าน ละทิ้ง หรือเลินเล่อ ต่อหน้าที่ราชการ
๖. กล่าวคำเท็จ
๗. ใช้กริยาวาจาไม่สมควร หรือประพฤติไม่สมควร
๘. ไม่ตักเตือนสั่งสอน หรือลงโทษผู้ใต้บังคับบัญชา ที่กระทำความผิดตามโทษานุโทษ
๙. เสพเครื่องทองของเมาจนเสียกริยา





คาถาปิดทองหลังพระ

ปรมนุชาตปุณฺณิโย อปฺปิโน อมฺหิรณฺโกล
 อสฺสโร เจ อมายาวิ ตทา เทวาปิยาภโย
 ยํ ยํ เทว อปฺปาทาติ สัพพณฺตํ เต นิวาริตํ
 สัพเพ พุทฺธานํรทณฺตํ สัพพโสคติ ฆานนฺตํ เต

ปิดทองหลังพระไม่heimเกริม ทะเยอทะยาน ไม่เอาหน้า และในเวลาเดียวกัน
 พระและเทพก็ระคุ้มครองให้เจริญ เป็นนากำบังภัย ตลอดจนถึงชั่วร้ายอปมงคล
 ไม่ให้บังเกิด และครอบงำพระองค์



