



OFFICE OF THE DEPUTY INSPECTOR GENERAL/PRINCIPAL
CENTRAL INDUSTRIAL SECURITY FORCE
(MINISTRY OF HOME AFFAIRS)

CISF MPRTC BEHROR, ALWAR, RAJSTHAN
No.E-42099/CISF/MPRTC(B)/PRECIS-7990-(E) Dated : 18-02-2022
To,
The DIG/Principal of All RTCs

**Subject :-RELEASE OF PRECIS ON LESSON PLAN OF DRILL TOT COURSE
PREPARED BY MPRTC, BEHROR :- REG.**

Kindly refer FHQ Trg Dte Lt. No. E-42099/TRG.III/Misc/2022/42 dated 05.01.2022 on the subject cited above.

2. In this regard, it is mentioned that CISF MPRTC, Behror has prepared a Precis on Lesson Plan of Drill TOT Course and same was released by DG/CISF on 31.12.2021. As desired vide letter ibid above a soft copy of Precis on Lesson Plan of Drill TOT Course is enclosed in PDF format for further necessary action.

3. Submitted please.

Digitally signed by
AJAY SINGH,
COMMANDANT/COMMANDANT/EXE,
RTC BEHROR,
18-02-2022

Copy to:-



प्राक्कथन

किसी भी बल की सफलता का प्रतिमान किन बुलंदियों को छू सकेगा, यह उस बल के सदस्यों को दिए जा रहे "बुनियादी प्रशिक्षण" पर निर्भर करता है। केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल के निरंतर विस्तार, नई जिम्मेदारियों एवं बहुआयामी चुनौतियों को देखते हुए उद्देश्यपूर्ण "प्रशिक्षण" का महत्व और बढ़ जाता है।

मैंने यह तय किया है कि प्रशिक्षुओं को सभी प्रशिक्षण केन्द्रों में एकरूप मानक प्रशिक्षण कराया जाए। जरूरी है कि प्रशिक्षणार्थी, सम्बन्धित विषयों से स्वयं जुड़ें और प्रशिक्षण के दौरान अपनी सहभागिता सुनिश्चित कर सकें।

इस लक्ष्य को ध्यान में रखते हुए कवायद प्रशिक्षण के लिए तैयार की गयी यह संक्षेपिका सभी प्रशिक्षकगणों को समर्पित की जा रही है। कवायद प्रशिक्षण अनुशासन की बुनियाद है। संक्षेपिका में पाठ योजना के माध्यम से इस बात को स्पष्ट करने की पूरी कोशिश की गई है। "ड्रिल प्रशिक्षकों के प्रशिक्षण की यह पाठ योजना संक्षेपिका" ट्रेनर्स को कवायद प्रशिक्षण के बारे में अत्यन्त सुगमता व सहजता से जानकारी उपलब्ध कराएगी। यह "संक्षेपिका" पुलिस अनुसंधान एवं विकास व्यूरों के मैन्युअल पर आधारित है। इस संक्षेपिका के माध्यम से कवायद से संबंधित प्रशिक्षण एवं उपयोगी जानकारियों को विस्तारपूर्वक, सरल तरीकों से ड्रिल टीओटी प्रशिक्षणार्थियों को प्रदान किया जा सकेगा।

मुझे पूर्ण विश्वास है कि संक्षेपिका का यह संस्करण प्रशिक्षकों के लिए दिशा-निर्देशक के रूप में अत्यंत उपयोगी सिद्ध होगी।

शील वर्मन हैं

(शील वर्मन सिंह, भा.पु.से.)

CS
महान् कानूनी सेवा

CamScanner

विषय-सूची

क्रम सं सं0	सबक सं0	सबक का नाम	पृष्ठ सं 0
खाली हाथ कवायद			
1.	1.	सावधान विश्राम और आराम से ।	2
2.	2.	फासला रखते हुए एक लाईन, दो लाईन और तीन लाईन बनाना ।	5
3.	3.	दौड़चाल से कदमताल और थम ।	8
4.	4.	खड़े—खड़े दाहिने मुड़ना ।	11
5.	5.	खड़े—खड़े बांय मुड़ना	13
6.	6.	खड़े—खड़े पीछे मुड़ना	15
7.	7.	बगली कदम ।	17
8.	8.	बगली कदम, बाए कदम लेना ।	19
9.	9.	आगे कदम लेना ।	21
10.	10.	पीछे कदम लेना	23
11.	11.	खुली लाईन ।	25
12.	12.	निकट लाईन ।	27
13.	13.	दाहिने बायें तथा मध्य सज ।	30
14.	14.	बांए सज	33
15.	15.	एक लाईन में कदवार, गिनती और शुमार (साइजिंग) ।	37
16.	16.	स्कवाड साइजिंग	39
17.	17.	खड़े—खड़े सामने सैल्यूट ।	41
18.	18.	धीरे चाल और थम ।	43
19.	19.	खड़े—खड़े धीरे कदमताल और थम ।	46
20.	20.	धीरे चाल से कदम ताल व आगे बढ़ ।	48
21.	21.	धीरे चाल से दाहिने मुड़ना ।	51
22.	22.	धीरे चाल से बाए मुड़ना ।	54
23.	23.	धीरे चाल से पीछे मुडना ।	57
24.	24.	धीरे चाल से खुली तथा निकट लाईन ।	60
25.	25.	धीरे चाल से कदम बदलना ।	62
26.	26.	तेज चाल और थम ।	64
27.	27.	खड़े—खड़े तेज कदमताल एवं थम ।	67
28.	28.	तेज चाल से कदमताल और आगे बढ़ ।	70

क्रम सं०	सबक सं०	सबक का नाम	पृष्ठ सं०
29.	29.	तेज चाल से दाहिने मुड़ना ।	73
30.	30.	तेज चाल से बांए मुडना ।	74
31.	31.	तेज चाल से पीछे मुडना ।	79
32.	32.	लम्बा कदम एवं छोटा कदम ।	82
33.	33.	घूमना ।	84
34.	34.	धीरे चाल से सामने सैल्यूट	86
35.	35.	धीरे चाल से दाहिने सैल्यूट	89
36.	36.	तेज चाल से सामने सैल्यूट	92
37.	37.	तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट	95
38.	38.	तेज चाल से दाहिने सैल्यूट	98
39.	39.	तेज चाल से बांए सैल्यूट	101
40.	39 A	सैल्यूट के सम्बन्ध में सामान्य निर्देश ।	104
40	40.	तेज चाल से कदम बदलना ।	105
41	41.	धीरे चाल से तेज चाल में आना ।	108
42	42.	तेज चाल से धीरे चाल में आना ।	110
43	43.	दाहिना दर्षक और टोली परेड पर ।	112
44	44.	लाईनतोड़ विसर्जन एवं स्वस्थान ।	114
45	45.	लाईनतोड़	116
46	46.	दिशा बदलना ।	118
47	47.	स्क्वाड बनाना ।	119
48	48.	तीनों तीन से एक फाईल और एक फाईल से तीनों तीन बनाना ।	112
49	49.	तीन लाईन से एक फाईल और एक फाईल से तीन लाईन बनाना ।	125
50	50.	तीन लाईन से दो लाईन और दो लाईन से तीन लाईन बनाना ।	129
51	51.	धीरे चाल से दाहिने देख और सामने देख ।	132
52	52.	तेज चाल से दाहिने देख और सामने देख ।	135
53	53.	सैल्यूट से संबंधित निर्देश ।	138
54	54.	राष्ट्रगान	140
		शस्त्र क्वायद (एसएलआर)	
55.	55.	शस्त्र क्वायद के सामान्य नियम ।	144
56.	56.	एस.एल.आर के बारे में आम जानकारी	145
57.	57.	एस.एल.आर. के साथ सावधान विश्राम और आराम से	146

क्रम सं०	सबक सं०	सबक का नाम	पृष्ठ सं०
58.	58.	एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से ऊँचा बायें शस्त्र और ऊँचा बायें शस्त्र से बाजू शस्त्र	149
59.	59.	बाजू शस्त्र से तोल शस्त्र और तोल शस्त्र से बाजू शस्त्र	152
60.	60.	एसएलआर के साथ समतोल शस्त्र और बाजू शस्त्र	154
61.	61.	खड़े—खड़े सामने सैल्यूट ।	156
62.	62.	बाजू शस्त्र से बगल शस्त्र ।	158
63.	63.	दाहिने बांये तथा मध्य सज ।	161
64.	64.	एसएलआर के साथ खडे खडे सामने सैल्यूट	163
65.	65.	सलामी शस्त्र ।	165
66.	66.	भूमि शस्त्र, उठा शस्त्र ।	170
67.	67.	निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र तथा जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र	171
68.	68.	बांये शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र ।	178
69.	69.	संगीन लगाना तथा उतारना ।	182
70.	70.	तान शस्त्र ।	185
71.	71.	बगल शस्त्र से राईफल के साथ तेज चाल और थम	188
72.	72.	तेज चाल से सामने सैल्यूट ।	190
73.	73.	तेज चाल से पत्र के साथ सैल्यूट ।	193
74.	74.	तेज चाल से दाहिने बांये सैल्यूट ।	197
75.	75.	संभाल शस्त्र ।	200
76.	76.	लटका शस्त्र ।	203
77.	77.	तोल शस्त्र से बदल शस्त्र ।	206

शस्त्र कवायद (इंसास)

78.	78.	आम जानकारी तथा सावधान विश्राम आराम से ।	209
79.	79.	बगल शस्त्र से सलामी शस्त्र ।	212
80.	80.	बगल शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र ।	216

समारोह कवायद

81.	81.	समारोह कवायद के बारे में आम जानकारी ।	222
82.	82.	प्लाटून और कम्पनी ड्रिल एवं मार्च पास्ट ।	223
83.	83.	पैदल यूनिट का कदवार खड़ा होना ।	225
84.	84.	निरीक्षण ।	226
85.	85.	समीक्षाक्रम में आगे बढ़ना ।	227
86.	86.	निरीक्षण या समीक्षा अफसरों की अगवानी करना ।	229

क्रम सं०	सबक सं०	सबक का नाम	पृष्ठ सं०
लाठी ड्रिल			
87.	87.	आम जानकारी तथा सावधान विश्राम आराम से ।	232
88.	88.	बाजू लाठी से बगल लाठी ।	234
89.	89.	लाठी के साथ चलना तथा सैल्यूट ।	237
90.	90.	लाठी के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट	239
91.	91.	लाठी के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट	242
92.	92.	लाठी के साथ तेज चाल से दाहिने सैल्यूट	248
93.	93.	लाठी के साथ तेज चाल से बांए सैल्यूट	254
94.	94.	लाठी एक्सरसाईज कट जॉब के लिए स्कवाड को खोलना व जोड़ना	258
95.	95.	लाठी एक्सरसाईज कट	265
96.	96.	जॉब	268
गार्ड और संतरी तथा पोस्ट प्रोटेक्षन			
97.	97.	गार्ड और संतरी	272
98.	98.	सेरमोनियल तथा टैक्टिकल गार्ड के कर्तव्य ।	274
99.	99.	गार्ड आरोहण एवं गार्ड तथा संतरियों को कार्यमुक्त करना व बदली करना, मार्च करना और विसर्जित करने का अभ्यास ।	275
100.	100.	दिन में निरीक्षण के लिए लाईन बन कराना ।	286
101.	101.	गार्ड को रात के समय गार्ड होषियार कराना और आर्क आफ फायर ।	287
102.	102	संतरियों के लिए सामान्य निर्देष ।	289
103.	103	गार्ड और संतरी द्वारा किया जाने वाला अभिनन्दन ।	290
104.	104	गार्ड और संतरी का व्याख्यान एवं प्रदर्शन ।	292
105.	105	गार्ड कमांडर , सेकेंड गार्ड कमांडर, सामने तथा पीछे की तरफ के संतरी तथा क्वार्टर गार्ड में छत के ऊपर के संतरी के कर्तव्य	303
106.	106	बिगुल काल की पहचान ।	308
107.	107	व्हिसिल कोड ।	312
108.	108	राष्ट्रीय ध्वज कोड ।	315
109.	109	क्वार्टर गार्ड में दस्तावेजों का रख—रखाव, क्वाटर गार्ड को खोलने एवं बन्द करने की प्रक्रिया इत्यादि ।	320
110.	110	क्वाटर गार्ड, शस्त्रागार तथा मैगजीन के स्थाई आदेश ।	322
111.	111	सम्मान गार्ड ।	326
केन ड्रिल			
112.	112.	केन क्वायद के बारे में आम जानकारी ।	330
113.	113.	केन के साथ सावधान विश्राम आराम से ।	331

क्रम सं०	सबक सं०	सबक का नाम	पृष्ठ सं०
114.	114.	बाजू केन से बगल केन और बगल केन से बाजू केन ।	333
115.	115.	बाजू केन से तोल केन और तोल केन से बाजू केन	336
116.	116.	बाजू केन से खड़े-खड़े सामने सैल्यूट ।	339
117.	117.	तोल केन के साथ तेज चाल और थम ।	341
118.	118.	तेज चाल मे केन के साथ मुड़ना ।	344
119.	119.	तेज चाल मे केन के साथ बाए मुड़ना ।	347
120.	120.	तेज चाल मे केन के साथ पीछे मुड़ना ।	350
121.	121.	बाजू केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट ।	353
122.	122.	बाजू केन से तेज चाल से दाहिने बाए सैल्यूट	356
123.	123.	तोल केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट ।	360
124.	124.	तोल केन से तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट	363
125.	125.	तेज चाल तोल केन के साथ दाहिने बाये का सैल्यूट ।	367
126.	126.	केन के साथ विसर्जन ।	371
127.	127.	रेजिमेंटल केन के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट	374

किर्च ड्रिल

128.	128.	बिना किर्च निकाले सावधान विश्राम तथा आराम से	379
129	129.	निकाल किर्च	382
130	130.	किर्च के साथ खड़े खड़े सामने सैल्यूट ।	385
131	131.	किर्च के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट	388
132	132.	किर्च के साथ तेज चाल से दाहिने देख व सामने देख	390
133	133.	किर्च भेंट करने का तरीका	392

रॉयट ड्रिल

134.	134.	भीड़ का मनोविज्ञान ।	395
135.	135.	पुलिस का जनता से सम्बन्ध ।	398
136.	136.	लोक अशांति के प्रकार ।	401
137.	137.	मजमा तितर-बितर करने के कानूनी पहलू ।	404
138.	138.	रॉयट ड्रिल में लाठी का प्रयोग ।	407
139.	139.	रॉयट ड्रिल में लाठी के साथ मार्च करना ।	410
140.	140.	मजमा को तितर-बितर करते समय काम आने वाले उपकरण ।	413
141.	141.	व्याख्यान एवं प्रदर्शन मजमा नियंत्रण ड्रिल ।	416



CamScanner

अश्रु गैस			
142.	142.	अश्रु गैस का इतिहास , अश्रु गैस शेल एवं ग्रेनेड के प्रकार तथा उसकी पहचान तथा गैसगन का परिचय ।	435
143.	143.	गैस गन का इस्तेमाल; अश्रु गैस का शरीर पर प्रभाव, लक्षण तथा प्राथमिक चिकित्सा; अश्रू गैस दस्ते हेतु सुरक्षा उपकरण ।	441
144.	144.	गैस गन से फायर करना ।	450
145.	145.	ग्रेनेड फेंकने का तरीका ।	455
यातायात कन्ट्रोल			
146.	146.	यातायात नियंत्रण	460

खाली हाथ

कृवायद



CamScanner



CamScanner

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 01: सावधान,विश्राम और आराम से (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बेक स्टिक आदम कद आईना।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। वर्दी पहनने के तरीके के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पिरीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा सावधान,विश्राम और आराम से उद्देश्य एक बार फिर सुने सावधान,विश्राम और आराम से की कार्यवाही सिखाना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>सावधान :</p> <ol style="list-style-type: none"> क्लोज ड्रिल की सारी हरकतें सावधान से शुरू होकर सावधान पर ही समाप्त होती है। अपने से सीनियर अधिकारी से बात करने का मुकर्रर/तय शुदा तरीका है। सावधान नंगे सिर का सैल्यूट माना जाता है। <p>विश्राम</p> <ol style="list-style-type: none"> कोई नया सबक चलाना हो तो विश्राम किया जाता है। विश्राम सावधान का दूसरा रूप है। सावधान की जरूरत न रह जाय तो विश्राम किया जाता है। <p>आराम से</p> <ol style="list-style-type: none"> एक जवान ज्यादा देर तक सावधान एवं विश्राम में खड़े रहने से अपने शरीर में एक प्रकार का तनाव महसूस करता है उस तनाव को दूर करने के लिए आराम से की कार्यवाही अमल में लाया जाता है। 		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरंतीब वार सिखाया जायेगा, तरंतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेश सावधान,विश्राम, आराम से ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना अब इस कार्यवाही को हरकत और बयान के साथ सुने तथा देखे।</p> <p>हरकत और बयान के साथ-</p> <p>खुले पैर से आदेश मिलेगा सावधन इस आदेश पर बायें पैर को सामने से 12 इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर के एड़ी के साथ बायें पैर की एड़ी को मिलाएँ, साथ ही दोनों बाजूओं की दोनों बगल में सीधा मिलाएँ पुकारे एक। मेरे लिए आदेश सावधान-एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें-दोनों पैर की एड़ी से एड़ी मिली हुई पंजे से पंजे के बीच 30 ड्रिग्री का एंगल बना हुआ। दोनों घुटने तथा रान कसे हुए। दोनों बाजू बदन के दोनों पहलू में पतलुन की सिलाई के साथ मिले</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>हुए। मुट्ठी कुदरती तौर पर बन्द, बन्द मुट्ठी पर अंगूठा सवार नाखून का रुख सामने की ओर अंगूठा जमीन की ओर पांझट करता हुआ। पेट अंदर, सिना कुदरती तौर पर उठा हुआ। दोनों कंधे चौरस। अगर यूनिफार्म में हो तो गर्दन कालर के साथ पीछे से मिला हुआ। निगाह अपने कद के मुताबिक सामने 100 गज दूरी पर किसी स्थिर बिन्दू पर टिका हुआ। अगर मध्य और पिछली लाईन के जवान हो तो अपने सामने वाले जवान की टोपी या पगड़ी पर निगाह जमाएँ।</p> <p>यहाँ से बताउगों विश्राम की कार्यवाही।</p> <p>विश्राम</p> <p>सावधान पोजीशन से आदेश मिलेगा, विश्राम इस आदेश पर बायें पैर को 12 इंच सामने से उठाते हुए दाहिने पैर से 12 इंच बायें जमीन पर सपाट दबाएं साथ ही दोनों बाजूओं को शरीर के पीछे इस प्रकार ले जाए की बायें हाथ की हथेली के ऊपर दाहिने हाथ की हथेली ऊपर से अंगूठा कैची की तरह कास किया हुआ पकड़े पुकारे एक स्काड विश्राम विश्राम पोजीशन से आदेश मिलेगा, आराम से इस आदेश पर कमर से ऊपर वाले हिस्से को थोड़ा ठीला छोड़े। स्काड</p>			
अभ्यास	<p>01. उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</p> <p>खुले पैर से आदेश मिलेगा सावधन इस आदेश पर बायें पैर को सामने से 12 इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर के एड़ी के साथ बायें पैर की एड़ी को मिलाएँ, साथ ही दोनों बाजूओं को दोनों बगल में सीधा मिलाएँ पुकारे एक स्काड सावधान। सावधान पोजीशन से आदेश मिलेगा, विश्राम इस आदेश पर बायें पैर को 12 इंच सामने से उठाते हुए दाहिने पैर से 12 इंच बायें जमीन पर सपाट दबाएं साथ ही दोनों बाजूओं को शरीर के पीछे इस प्रकार ले जाए की बायें हाथ की हथेली के ऊपर दाहिने हाथ की हथेली ऊपर से अंगूठा कैची की तरह कास किया हुआ पकड़े पुकारे एक—स्काड विश्राम विश्राम पोजीशन से आदेश मिलेगा, आराम से इस आदेश पर कमर से ऊपर वाले हिस्से को थोड़ा ठीला छोड़े। स्काड</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>आराम से। ये था इस कार्यवाही का उस्ताद के आदेश पर अभ्यास तरतीब में आगे बताया जाएगा जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</p> <p>02. जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</p> <p>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए आदेश इस प्रकार होगा सावधान, विश्राम, आराम से। जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए ए ग्रुप मेरे दाहिने, बी ग्रुप मेरे बाएँ और सी ग्रुप मेरे सामने अभ्यास करेंगे, जोड़ी-जोड़ी अभ्यास के लिए लाईन तोड़। (उस्ताद जोड़ी-जोड़ी अभ्यास के लिए चेस्ट न० के अनुसार से भी अभ्यास करा सकता है।) ये था जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास, अभ्यास के दौरान किसी को कोई शक या सवाल। शक नहीं तो इस कार्यवाही को समय पुकारते हुए अभ्यास करेंगे।</p> <p>03. समय पुकारते हुए अभ्यास – आदेश मिलेगा स्कार्ड सावधान बायॉ पैर जमीन पर लगते ही पुकारे एक, स्कार्ड सावधान-एक। आदेश मिलेगा विश्राम बायॉ पैर जमीन पर लगते ही पुकारे एक स्कार्ड विश्राम – एक, आराम से।</p> <p>ये था इस कार्यवाही का समय पुकारते हुए अभ्यास अभी इसी कार्यवाही का समय के अन्दाज से अभ्यास।</p> <p>04. समय के अन्दाज से अभ्यास – जो अभ्यास आपने समय पुकारते हुए किया है उसी अभ्यास की गिनती को मन में रखते हुए अभ्यास करेंगे। स्कार्ड सावधान स्कार्ड विश्राम स्कार्ड आराम से।</p>			
एक अच्छे जवान का नमूना	<p>तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्कार्ड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें।) ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।</p>	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>01. सावधान के आदेश पर बायें पैर को सामने से 12 इंच उठाकर न दबाना।</p> <p>02. दोनों बाजूओं को शरीर के साथ न मिलाना।</p> <p>03. एड़ी से एड़ी को न मिलाना।</p> <p>04. पैर में लंजिंग करना।</p> <p>05. विश्राम के आदेश पर बायें पैर को 12 इंच बायें सपाट न दबाना।</p> <p>06. पैर दबाते समय शरीर को सामने झुकाना।</p> <p>07. शरीर का वजन दोनों पैरों पर बराबर न रखना।</p> <p>08. हाथ को पीछे न ले जाना।</p> <p>09. घुटने तथा रान को टाइट न रखना।</p> <p>10. विश्राम होते ही हरकत चालू कर देना।</p> <p>11. आराम से के दौरान पैरों को हरकत देना।</p> <p>इन गलतियों को ध्यान में रखते हुए अगर आप कार्यवाही करेंगे तो आपकी कार्यवाही और भी अच्छी होगी।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर सावधान, विश्राम और आराम से का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 02 :फासला रखते हुए लाईन, दो लाईन और तीन लाईन बनाना
(समय :40मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बेक स्टिक आदम कद आईना।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। सावधान, विश्राम और आराम से के विषय में दोहराई।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा जिसमें काम होगा फासला रखते हुए एक लाईन, दो लाईन और तीन लाईन बनाना। सबक तीन भागों में सिखाऊँगा भाग एक में एक लाईन बनाना।की कार्यवाही सिखाना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	भाग—1 एक लाईन बनाना 01 जब हमारे पास नफरी एक से लेकर पॉच तक हो तो एक लाईन बनाने की जरूरत पड़ती है। भाग—2 दो लाईन बनाना 02 जब हमारे पास नफरी 6 से लेकर 8 तक हो तो दो लाईन बनने की कार्यवाही करते हैं। भाग—3 तीन लाईन बनाना 3 जब नफरी आठ से अधिक हो तो तीन लाईन बना की कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	हरकत और बयान के साथ— भाग—1 एक लाईन बनाना सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले भाग एक में एक लाईन बनाना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)।शक नहीं तो इसी काम को में बयान करता जाऊँगा, साथ—साथ आप कार्यवाही करते जाएंगे। आदेश मिलेगा न: एक लाईन बन, तो इस आदेश पर न: एक सावधान होगा। दौड़कर उस्ताद के सामने आगे खड़ा हो जाएगा। उस्ताद से पॉच कदम दूर आकर खड़ा हो जाएगा और 'अप' बोलकर विश्राम हो जाएगा। यहाँ से		18	26	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>आदेश मिलेगा नः दो लाईन बन, तो नः एक और दो सावधान होंगे तथा नः2 नः1 की तरह दौड़कर नः1 के बायें आएगा, सावधान मे खड़ा हो जाएगा। बाजू भर का फासला लेगा तथा दाहिने से दुरुस्त सिधाई हासिल करेगा। नः2 अप बोलेगा व दोनों विश्राम हो जाएंगे। इसी प्रकार उस्ताद आदेश देगा और तीन, चार, पाँच लाईन तोड़ करके नः3 नः2 से नः4 नः3 से नः5 नः4 से बाजू भर का फासला लेते हुए खड़े हो जाएंगे, नः5 के अप बालने पर सभी विश्राम हो जाएंगे।</p> <p>भाग—2 दो लाईन बनाना</p> <p>हरकत और बयान के साथ— इस काम को मैं बयान करूंगा, आप साथ—साथ काम करेंगे, उस्ताद बयान करे। आदेश नम्बर—1 मेरे लाईन बन, तो नम्बर—1 सीखे हुये तरीके से लाईन बन की कार्यवाही करेगा, यहा से आदेश मिलेगा नम्बर—दो लाईन बन, तो इस आदेश पर नं.1 और नं.2 सावधान होंगे व नं.2 वहा से दौड़कर नं.1 के दो कदम पीछे थम करेगा और अप बोलकर दोनों विश्राम हो जाएंगे। आदेश मिलेगा नं.3 लाईन बन तो नं.1 नं.2 नं.3 के साथ सावधान होंगे। नं.3 नं.1 के बाएं आकर बाजू भर का फासला रखते हुये खड़ा होगा। नं.3 अप बोलकर तीनों विश्राम हो जाएंगे। यहां से आदेश नं.4 लाईन बन, इस आदेश पर चारों एक साथ सावधान होंगे नं.4 नं.2 के बायें और नं.3 के पीछे आकर खड़ा हो जाएगा और अप बोलकर चारों एक साथ विश्राम हो जाएंगे। अब नं.8 तक इसी प्रकार कार्यवाही करेंगे। कोई ब्लैंक फाईल हो तो पीछे की लाईन से बायें से नं.2 पर रखा जाएगा।</p> <p>भाग—3 तीन लाईन बनाना</p> <p>हरकत और बयान के साथ..... इस काम को मैं बयान करूंगा, काम करेंगे। आदेश मिलेगा नं.1 लाईन बन इस आदेश पर नः1 सीखे हुए तरीके से उस्ताद के सामने लाईन बन की कार्यवाही करता है। आदेश मिलता है नः2 लाईन बन तो नः2 सीखे हुए तरीके से नः1 के पीछे खड़ा होगा, परंतु सिर्फ एक कदम के फासले पर खड़ा होगा 'अप' 19 बोलेगा तथा दोनों विश्राम स्थिति अछित्यार करेंगे। यहां से आदेश मिलेगा है नः3 लाईन बन इस आदेश पर नः3 नः2 के पीछे एक कदम का फासला लेकर खड़ा हो जाएगा तथा अप बोलकर तीनों विश्राम हो जाएंगे। नं.4 लाईन बन, इस आदेश पर चारों सावधान होंगे नं.4 नं.1 के बायें बाजू भर का फासला लेकर खड़ा हो जाएगा और अप बोलकर तीनों विश्राम हो जाएंगे। नं.5 लाईन बन, इस आदेश पर चारों सावधान होंगे। नं.5 नं.2 के बायें और नं.4 के पीछे खड़ा हो जाएगा और अप बोलकर विश्राम हो जायेंगे। नं.6 लाईन बन इस आदेश पर नं.6 सावधान होंगे, नं.6 नं.3 बायें और नं.5 के पीछे खड़ा हो जाएगा और अप बोलकर सभी विश्राम हो जाएंगे।</p> <p>नोट :- ब्लैंक फाईल (अगर स्क्वॉड की नफरी 10,13,16,19 हो तो बायें से नं.2 फाईल मध्य तथा पिछ्ले लाईन मे खाली जगह छोड़ी जायेगी।)</p>		
---	--	--

अभ्यास	01 उस्ताद के आदेश पर अभ्यास		08	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) अपने दाहिने वाले जवान से दुरुस्त सिधाई न लेना। 2) दुरुस्त बाजू का फासला न लेना। 3) मध्य तथा पिछली लाईन का जवान अगली लाईन से कवर न करना। 4) नम्बर एक जवान के दाहिने खड़ा होना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर सावधान, विश्राम और आराम से का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 03 : दौड़ चाल से कदम ताल और थम (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बेक स्टिक आदम कद आईना।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। फासला रखते हुए एक लाईन, दो लाईन और तीन लाईन बनाना।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा दौड़चाल से कदमताल और थम। से की कार्यवाही सिखाना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब स्कॉड एक स्थान से दूसरे स्थान को दौड़ चाल में जा रहा हो निष्प्रित स्थान पर थम की कार्रवाई कराने से पहले ट्रेसिंग को दुरुस्त करने के लिए कदमताल की कार्रवाई की जाती है। मकसद पूरा होने पर थम की कार्यवाहीकी जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिए आदेश सामने से दौड़ के चल, कदमताल, थम। ये था इस कार्रवाई का दुरुस्त नमूना। इसी कार्रवाई को गिनती के साथ देखें।</p> <p>गिनती से नमूना :- मेरे लिए आदेश सामने से दौड़ के चल, गिनती से कदमताल स्कॉड एक। खाली एक ठहरो। स्कॉड दो-दो ठहरो। स्कॉड थम—1—2—3—4। ये था इस कार्रवाई का गिनती से नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें और</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- दौड़चाल की हालत में बांये पैर पर आदेश मिलेगा गिनती से कदमताल स्कॉड एक। इस आदेश</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	पर दाहिने पैर को खाली छोड़ते हुए बांये पैर को जमीन पर लगायें साथही दाहिने पैर को ऊपर लेकर जाएं और दोनों हाथों को शरीर से मिलायें। पुकारे खाली एक ठहरो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेश सामने से दौड़ के चल। गिनती से कदमताल स्क्वॉड एक— खाली एक ठहरो। इस स्थिति में देखने वाली बातें बांया पैर सपाट जमीन पर टिका हुआ, शरीर का वजन बांये पैर पर दाहिना पैर तोल हालत में बाकी सावधान की स्थिति। यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वॉड दो। इस आदेश पर दाहिने पैर को सपाट जमीन पर रखें साथही बांये पैर को तोल हालत में लेकर जाएं। पुकारें दो ठहरो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड—दो। दो ठहरो। यहाँ से बताऊँगा थम की कार्यवाही आदेश मिलेगा थम इस आदेश पर बांये पैर से और तीन कदम लेकर चौथा यानी दाहिने पैर पर लगाएं। पुकारें एक, दो, तीन, चार। स्क्वॉड थम। एक, दो, तीन, चार। इस स्थिति में देखने वाली बातें कदमताल से थम की कार्यवाही किया हुआ। बाकी दुरुस्त सावधान की स्थिति। ये था इस कार्यवाही का गिनती और बयान से नमूना। यहाँ तक की गई कार्यवाही में किसी को कोई ष्क या सवाल। नहीं तो इसी कार्यवाही को मेरे आदेश पर गिनती से अभ्यास करेंगे।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 दोनों पैरों को एकदम जमीन से ऊपर उठाकर कूदना। 02 थम करते समय शरीर के संतुलन को खो देना। 03 पैरों को पीछे से लाना। 04 हाथों को शरीर से अलग करना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर दौड़ चाल से कदम ताल और थम का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।			
---	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 04 : खडे—खडे दाहिने, बायें व पीछे मुड़ना (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बेक स्टिक आदम कद आईना।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। दौड़ चाल से कदम ताल और थम		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा खडे—खडे दाहिने, बायें व पीछे मुड़ना से की कार्यवाही सिखाना है। सबक आपको अलग—अलग भागों में सिखाया जायेगा। भाग—1 खडे — खडे दाहिने मुड़ना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब खडे—खडे 90 डिग्री दाहिने दिषा और बनावट की बदली करना हो तो खडे—खडे दाहिने मुड़ की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीब से सिखलाऊंगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p><u>दुरुस्त नमूना</u> — सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिए आदेश मुड़ना, दाहिने मुड़, जैसे थे, यह था खडे—खडे दाहिने मुड़ का दुरुस्त नमूना, अब इस काम को गिनती से देखें ये था इस कार्रवाई का दुरुस्त नमूना। इसी कार्रवाई को गिनती के साथदेखें।</p> <p>गिनती से नमूना :- गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्क्वॉड एक (एक), दो(दो), जैसे थे यह था गिनती के साथनमूना।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- अब इस काम को गिनती और बयान के साथदेखें तथा सुनेसावधान की स्थिति से आदेश मिलेगा, गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्क्वॉड एक इस आदेश पर दाहिने पैर की एड़ी तथा बायें पैर के पंजे से 90 डिग्री दाहिने</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	मुड़ करें । पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें । मेरे लिए आदेश गिनती से मुड़ना, दाहिने मुड़, स्क्वॉड—एक—एक । इस स्थिति में देखने वाली बातें – दाहिने पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ शरीर का भार दाहिने पैर पर 90° डिग्री दाहिने तरफ मुड़ा हुआ । बायें पैर की एड़ी उठी हुई, पंजा टिका हुआ, दोनों घुटने तथा रान कर से हुए । बाकी सावधान स्थिति । इस स्थिति से आदेश मिलेगा स्क्वॉड— दो – दो के आदेश पर बायें पैर को सामने से 12 इंच उठाते हुए दाहिने पांव की एड़ी के साथ मिलायें, पुकारे दो बयान की गई कार्यवाही को देखें, आदेश स्क्वॉड दो – दो । इस स्थिति में देखनें वाली बातें – दाहिने मुड़ की कार्यवाही किया हुआ । बाकी सावधान की स्थिति । जैसे थे – यह था गिनती तथा बयान के साथ इस कार्यवाही का नमूना । यहाँ तक किसी कोशक या सवाल नहीं तो, मेरे आदेश पर गिनती से अभ्यास करेंगे ।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें) । ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगूँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	पूरा 90 डिग्री न मुड़ना । 1. शरीर का वजन दाहिने पैर पर न होना । 2. शरीर को आगे पिछे झुकाना । 3. बायें पांव के साथ कोहनी को मोड़ना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें । सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया । एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया । यहाँ पर खड़े खड़े दाहिने मुड़ना का सबक समाप्त होता है । पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक :05 भाग –2 बायें मुड़ (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बेक स्टिक आदम कद आईना।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खड़े खड़े दाहिने मुड़ना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा खड़े-खड़े बायें मुड़ से की कार्यवाही सिखाना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	खड़े-खड़े 90 डिग्री बायें दिषा और बनावट की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
	दुरुस्त नमूना – सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। आदेश मिलेगा मुड़ना, बायें मुड़, जैसे थे। यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना, अब इस काम को गिनती से देखें। अब इस काम को गिनती से देखें ये था इस कार्रवाई का दुरुस्त नमूना। इसी कार्रवाई को गिनती के साथ देखें।				
	गिनती से नमूना :- गिनती से मुड़ना बायें मुड़ स्कॉड एक (एक), दो(दो), जैसे थे यह था। यह था इस कार्यवाही का गनती के साथ नमूना।				
	गिनती और बयान से नमूना :- अब इस काम को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुने, सावधान की स्थिति से आदेश मिलेगा, गिनती से मुड़ना बायें मुड़ स्कॉड एक इस आदेश पर बायें पैर की एड़ी तथा दाहिने पैर के पंजे की मदद से 90 डिग्री				

	बाये मुड़ करे। बयान की गई कार्यवाही को देखे। मेरे लिए आदेश गिनती से मुड़ना, बाये मुड़, स्क्वॉड—एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें—शरीर का भाग बायें पैर पर तथा बाये पांव जमीन पर सपाट लगा हुआ, 90 डिग्री बायें मुड़ किया हुआ। दाहिने पैर का पंजा लगा हुआ एड़ी उठी हुई, दोनों घुटने वारान कसे हुए। बाकी सावधान स्थिति। इस स्थिति से आदेश मिलेगा स्क्वॉड—दो—दो के आदेश पर दाहिने पैर को सामने से 12 इंच उटाते हुए जमीन पर सपाट दबायें साथ ही बायें पैर की एड़ी से दाहिने पैर की एड़ी से मिलायें। पुकारे दो बयान की गई कार्यवाही को देखें, आदेश स्क्वॉड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें— बाये मुड़ की कार्यवाही किया हुआ बाकी सावधान स्थिति सावधान की। बयान में कोई शक या सवाल नहीं तो, मेरे आदेश पर गिनती से अभ्यास करेंगे।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. पूरा 90 डिग्री न मुड़ना। 2. शरीर को आगें की ओर झुकाना। 3. शरीर का वजन बाएँ पैर पर न होना। 4. 4. पांव को सपाट न दबाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर खड़े खड़े बाये मुड़ना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 06 : भाग-3 खड़े-खड़े पीछे मुड़ (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कार्ड की गिनती करें। 4. स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कार्ड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बेक स्टिक आदम कद आईना।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खड़े खड़े बाये मुड़ना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परियड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा खड़े-खड़े पीछे मुड़।से की कार्यवाही सिखाना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब खड़े-खड़े 180 डिग्री पीछे दिशा की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही की जाती है। सबक आप को तरतीब वार बताया जायेगा तरतीब में सबसे पहले ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)।शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। आदेश, मुड़ना, पीछे मुड़, जैसे थे ,यह था दुरुस्त नमूना, अब इस काम को गिनती से देखें । गिनती से नमूना :- आदेश गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ स्क्वॉड एक (एक), दो (दो) ,जैसे थे यह था।गिनती के साथ नमूना । गिनती और बयान से नमूना :- अब इस काम को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें,सावधान की स्थिति से आदेश मिलेगा , गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ स्क्वॉड एक इस आदेश पर दाहिने पैर की एड़ी तथा बायें पैर के पंजे की मदद से 180'		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	डिग्री पीछे मुड़ करें। पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरै लिए आदेश गिनती से मुड़ना, पीछे मुड़, स्क्वॉड—एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें—पहली वाली स्थिति से 180 डिग्री पीछे मुड़ किया हुआ दाहिने पैर सपाट जमीन पर शरीर का वजन दाहिने पैर के ऊपर, बायें पैर की एड़ी उठी हुई पंजा जमीन पर लगा हुआ, दोनों पैरों का कैची की तरह आकार बना हुआ। दोनों घुटने वा रान कसे हुए। बाकी सावधान स्थिति। इस स्थिति से आदेश मिलेगा स्क्वॉड—दो—दो के आदेश पर बायें पैर को सामने से 12 इंच उठाते हुए दाहिने पैर की एड़ी के साथ मिलाते हुए सपाट दबाएँ पुकारे दो। बयान की गई कार्यवाही को देखे, आदेश स्क्वॉड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें। पीछे मुड़ की कार्यवाही पुरा किया हुआ अर्थात् दुरुस्त सावधान स्थिति।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> — 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> — 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> —		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. पूरा 180 डिग्री दिशा की बदली न करना। 2. शरीर का वजन दाहिने पैर पर न होना। 3. दोनों पांव को कैची का आकार न लेना। बायें पांव को सामने से 12 इंच न उठाना। 4. पांव को 30 डिग्री का कोण न बनाना। बाजूओं को शरीर से मिलाकर न रखना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर खड़े खड़े पीछे मुड़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 07 : बगली कदम (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खड़े-खड़े पीछे मुड़ बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा बगली कदम। से की कार्यवाही सिखाना है। भाग—01 में दाहिने कदम लेना।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	— जब हमें दाहिने वाले स्कॉड से दूरी कम करना हो या बांये वाले स्कॉड से दूरी ज्यादा करना हो तो इस कार्रवाई को अमल में लाया जाता है ध्यान रखें उस्ताद चार कदम दाहिने बाजू चल का आदेश दे सकता है या दाहिने बाजू चल के आदेश पर स्कॉड आठ कदम तक जा सकता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – अब आप इसी कार्रवाई का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिए आदेष एक कदम दाहिने बाजू चल। गिनती से नमूना :- अब आप इसी काम को गिनती से देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से चलना, एक कदम दाहिने बाजू चल, स्कॉड एक-एक। स्कॉड दो-दो। गिनती और बयान से नमूना :- यह था इस कार्रवाई का गिनती से नमूना इसी कार्रवाई को गिनती और बयान के साथ देखें और सुनें। सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा। गिनती से चलना एक कदम दाहिने बाजू चल स्कॉड एक। इस आदेष पर दाहिने पैर को सामने से 12 इंच उठाते हुए 12 इंच दाहिने सपाट जमीन पर दबायें पुकारें एक। बयान की गई कार्रवाई को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से चलना, एक कदम दाहिने बाजू चल।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	स्कॉड एक-एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने पैर बांये पैर से दाहिने 12 इंच की दूरी पर सपाट जमीन पर लगा हुआ। शरीर का वजन दोनों पैरों पर, दोनों घुटने तथा रान कसे हुआ, दोनों बाजू शरीर के दोनों पहलू पर सावधान की स्थिति में मिला हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड दो। इस आदेष पर बांये पैर को सामने से 12इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर की एड़ी के साथ मिलायें। पुकारें दो। बयान की हुई कार्खाई को देखें। स्कॉड दो-दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें पहले वाली जगह से एक कदम दाहिने लिया हुआ। बाकी स्थिति सावधान।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 दाहिने पैर को पूरा 12 इंच न उठाना। 02 दाहिने पैर को बांये पैर उन 12 इंच का फासला न लेना तथा दाहिना पैर सपाट न दबाना। 03 शरीर का भी दोनों पैर पर बराबर न होना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर दाहिने कदम लेना। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 08: बायें कदम लेना : (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। दाहिने कदम लेना। बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परियड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा <u>बायें कदम लेना</u> । से की कार्यवाही सिखाना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब बांये वाले स्कॉड से दूरी कम करना हो या दाहिने वाले स्कॉड से दूरी ज्यादा करना हो तो इस कार्रवाई को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष एक कदम बांये बाजू चल। यह था दुरुस्त नमूना। गिनती से नमूना :— मेरे लिए आदेष गिनती से चलना। एक कदम बांये बाजू चल। स्कॉड एक-एक, स्कॉड दो-दो। यह था गिनती से नमूना। गिनती और बयान के साथ नमूना :— दुरुस्त सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से चलना, एक कदम बांये बाजू चल स्कॉड एक। इस आदेष पर बांये पैर को सामने से 12 इंच ऊपर उठाते हुए 12 इंच बांये सपाट जमीन पर रखें। पुकारें एक। बयान की हुई कार्रवाई को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से चलना,		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	एक कदम बांये बाजू चल, स्कॉड एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बाते बांये पैर दाहिने पैर से 12 इंच बांये सपाट जमीन पर लगा हुआ, शरीर का वजन दोनों पैर पर बराबर। दोनों घुटना तथा रान कसा हुआ। बाकी स्थिति सावधान की। यही से आदेष मिलेगा स्कॉड दो, इस आदेष पर दाहिने पैर को सामने से 12 इंच ऊपर उठाते हुए बांये पैर की एड़ी के साथ सावधान की स्थिति में लाये पुकारें दो। बयान की गई कार्रवाई को देखें। स्कॉड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें पहली जगह से एक कदम बांये लिया हुआ बाकी स्थिति सावधान की। यह था इस कार्रवाई का गिनती और बयान के साथ नमूना।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउग़ों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 बांये पैर को दाहिने पैर से 12 इंच का फासला न देना। 02 पैर के साथ दाहिना बज़ूँ मोड़ना। 03 एड़िया न मिलाना। 04 पैर दबाते समय नीचे झुकना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर बायें कदम लेना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : 09 आगे पीछे कदम लेना : & (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बायें कदम लेना बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पिरीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा आगे पीछे कदम लेना की कार्यवाही सिखाना है। सबक आपको भागों में सिखाया जायेगा भाग—01 में आगे कदम लेना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब एक स्कवाड का दूसरा स्कवाड से सीधाई व बनावट दुरुस्त न रह जाय तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। <u>दुरुस्त नमूना</u> – मेरे लिए आदेश एक कदम आगे चल, ये था दुरुस्त नमूना। <u>गिनती से नमूना</u> – मेरे लिये आदेश गिनती से चलना – एक कदम आगे चल, स्कवाड एक-एक स्कवाड दो-दो ये था, गिनती से नमूना। <u>गिनती और बयान से नमूना</u> – सावधान स्थिति से आदेश मिलेगा। गिनती से एक कदम आगे चल, स्कवाड एक इस आदेश पर बायें पैर को 30 इंच आगे सपाट जमीन पर रखे (बिना		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>घुटना मोड़े) बयान की हुई कार्यवाही को देखें , मेरे लिए आदेष गिनती से चलना एक कदम आगे चल स्कवाड एक—एक, इस स्थिति में देखने वाली बातें— बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे सपाट जमीन पर लगा हुआ, शरीर का भार बायें पैर तथा दाहिने पैर को पंजा जमीन पर, एड़ी उठी हुई, दोनों पैरों के घुटने व रान कसे हुए, दोनों बाजू बगल शरीर से मिले हुए, बाकि सावधान स्थिति ।</p> <p>यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो, इस आदेष पर दाहिने पैर को सामने से 12 इंच उठाते हुए सपाट जमीन पर दबायें, बयान की गई कार्यवाही देखें । स्कवाड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें— पहली जगह से एक कदम आगे लिये हुआ, दोनों पैर सपाट जमीन पर दोनों पैर की एड़ी मिली हुई । बाकि बयान सावधान स्थिति का करें ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) बायें पैर को उठाकर दबाना । 2) बायें घुटने से मोड़कर आगे कदम लेना । 3) शरीर को आगे झुकाना । 4) पूरा 30 इंच का कदम न लेना ।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर आगे कदम लेना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : 10 पीछे कदम लेना : (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। आगे कदम लेना के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पिरीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा पीछे कदम लेना की कार्यवाही सिखाना है। सबक आपको भागों में सिखाया जायेगा भाग-02 में पीछे कदम लेना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब एक स्क्वॉड का दूसरा स्क्वॉड से सीधाई व बनावट दुरुस्त न रह जाय तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – आदेश एक कदम पीछे चल, जैसे थे। गिनती से नमूना – मेरे लिये आदेष गिनती से चलना—एक कदम पीछे चल, स्कवाड एक—एक स्कवाड दो—दो।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
	गिनती और बयान से नमूना – सावधान स्थिति से आदेष मिलेगा। गिनती से एक कदम पीछे चल, स्कवाड एक इस आदेष पर बायें पैर को 30 इंच आगे सपाट जमीन पर रखे। बयान की हुई कार्यवाही को देखें, मेरे लिए आदेष गिनती से चलना एक कदम पीछे चल। स्कवाड एक—एक, इस स्थिति में देखने वाली बातें— बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर लगा हुआ, शरीर का भार बायें पैर तथा दाहिने पैर की एड़ी जमीन पर, पंजाँग दुलज				

	दोनों पैरों के घुटने व रान कसे हुए । बाकि सावधान स्थिति । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो, इस आदेष पर दाहिने पैर को सामने से 12 इंच आगे से उठाते हुए सपाट जमीन पर दबायें, पुकारे दो । बयान की गई कार्यवाही देखें । स्कवाड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें— पहली जगह से 30 इंच का एक कदम पीछे लिया हुआ, बाकि बयान सावधान स्थिति का करें ।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1 बायें पैर को उठाकर दबाना । 2 दोनों पैर का एड़ी न मिलाना । 3 दाहिने पैर को सामने से 12 इंच ऊपर न उठाना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर पीछे कदम लेना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक :11 खुली लाईन तथा निकट लाईन : (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पीछे कदम लेना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पिरीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा खुली लाईन तथा निकट लाईन की कार्यवाही सिखाना है। सबक आपको भागों में सिखाया जायेगा भाग-01 में खुली लाईन चल (सामने लाईन की कार्यवाही)		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	—स्कॉड का निरीक्षण करना हो या शस्त्र कवायद का अभ्यास करना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाते हैं। सबक तरतीब वार चलाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना यहाँ तक कोई शक।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेश निकट लाईन चल (जैसे थे) ये था दुरुस्त नमूना । गिनती से नमूना :— मेरे लिए आदेश गिनती से चलना खुली लाईन चल स्कॉड एक एक स्कॉड दो-दो जैसे थे। (ये था, इसी कार्यवाही का गिनती से नमूना) गिनती और बयान से नमूना :— अभी इसी कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना देखें तथा सुने । सावधान की पोज़िशन मे आदेश मिलजटं "गिनती से निकट लाईन चल स्कॉड 'एक' इस आदेश पर बायें पैर को दाहिने पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर रखें ,		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पुकारे 'एक' बयान की कार्यवाही को देखें।</p> <p>मेरे लिए आदेष गिनती से चलना निकट लाईन चल स्कवाड एक-एक, इस स्थिति में देखने वाली बातें – बांया पैर दाहिने पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर, दाहिने पैर का एड़ी जमीन पर लगा हुआ पंजाँग्ज हुआ शरीर का वजन बायें पैर पर दोनों घुटने व रान कसे हुए बाकि पोजीषन दुरुस्त सावधान।</p> <p>इस स्थिति से आदेष मिलेगा 'स्कवाड दो' इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर रखें साथ ही बायें पैर को आगे से 12 इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर की एड़ी से मिलाएँ, पुकारे एक -दो।</p> <p>बयान की हुई कार्यवाही को देखें।</p> <p>स्कवाड दो –'एक दो' – इस स्थिति में देखने वाली बातें पहले स्थान से दो कदम पीछे लिया हुआ, अर्थात् खुली लाईन चल के आदेष पर सामने की लाईन की कार्यवाही किया हुआ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1 बायें पैर को 12 इंच ऊपर से उठाकर न मिलाना।</p> <p>2.30 इंच का पूरा कदम न लेना।</p> <p>3.शरीर का भार पूरा बायें पैर पर न लेना।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर खुली लाईन चल (सामने लाईन की कार्यवाही) का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक :12 निकट लाईन : & (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खुली लाईन चल (सामने लाईन की कार्यवाही) के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पिरीयड के दौरान पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा—निकट लाईन चलना (सामने लाईन की कार्यवाही) कार्यवाही सिखाना है। सबक आपको भागों में सिखाया जायेगा भाग—02 में निकट लाईन चलना (सामने लाईन की कार्यवाही)		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब शस्त्र कवायद समाप्त हो जाए या निरीक्षण समाप्त हो जाए और स्कवाड मार्च करवाना हो तो निकट लाईन की कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेश निकट लाईन चल (जैसे थे) ये था दुरुस्त नमूना। गिनती से नमूना :—मेरे लिए आदेश गिनती से चलना निकट लाईन चल स्क्वॉड 'एक स्क्वॉड दो एक—दो जैसे थे। (ये था इसी कार्यवाही का गिनती से नमूना) गिनती और बयान से नमूना :— अभी इसी कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना देखें तथा सुने। सावधान की पोजिशन मे आदेश मिलजटं "गिनती से निकट लाईन चल स्कवाड 'एक' इस आदेश पर बायें पैर को दाहिने पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर रखें, पुकारे 'एक' बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेश गिनती से चलना निकट लाईन चल स्कवाड एक—एक , इस स्थिति में देखने वाली बातें		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>— बांया पैर दाहिने पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर, दाहिने पैर का एड़ी जमीन पर लगा हुआ पंजाँग्ज हुआ शरीर का वजन बायें पैर पर दोनों घुटने व रान कसे हुए बाकि पोजीषन दुरुस्त सावधान ।</p> <p>इस स्थिति से आदेष मिलेगा 'स्कवाड दो' इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर से 30 इंच पीछे सपाट जमीन पर रखें साथ ही बायें पैर को आगे से 12 इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर की एड़ी से मिलाएँ, पुकारे एक -दो ।</p> <p>बयान की हुई कार्यवाही को देखें ।</p> <p>स्कवाड दो —'एक दो' — इस स्थिति में देखने वाली बातें पहले स्थान से दो कदम पीछे लिया हुआ, अर्थात् खुली लाईन चल के आदेष पर सामने की लाईन की कार्यवाही किया हुआ ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1.बायें पैर को 12 इंच ऊपर से उठाकर न मिलाना ।</p> <p>2.30 इंच का पूरा कदम न लेना ।</p> <p>3.शरीर का भार पूरा बायें पैर पर न लेना ।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर निकट लाईन चलना (सामने लाईन की कार्यवाही) का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।</p> <p>नोट : 1) आदेष मिलेगा खुली लाईन चल इस आदेष पर सामने की लाईन दो कदम आगे आएगी तथा पिछली लाईन दो कदम पीछे जाएगी</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>और मध्य लाईन कोई हरकत नहीं करेगी । 2) आदेष मिलेगा निकट लाईन चल, इस आदेष पर सामने की लाईन दो कदम पीछे लेगी और पिछली लाईन दो कदम आगे आएगी और मध्य लाईन कोई हरकत नहीं करेगी ।</p>			
--	---	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : 13 सजना – दाहिने बांये तथा मध्य सज : & (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार और एक सहायक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी । खुली तथा निकट लाईन की दोहराई ली जाए । के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम हो गा सजना, सजना तीन प्रकार का है दाहिने, बायें तथा मध्य सज । सबक भागों में सिखाया जाएगा । भाग एक में दाहिने सज ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	कोई भी सजा हुआ स्वाक्षर देखने में ज्यादा सुन्दर लगता है और ऐसे स्कवाड द्वारा की जाने वाली हरकतें भी देखने में अच्छी लगती है । बड़े-बड़े परेडो में आम तौर पर मध्य सज कराया जाता है । मध्य सज के समय मध्य से बायीं ओर टुकड़ियाँ दाहिने सज की कार्यवाही करती हैं । छोटी टोलियों को जब एक तरफ से सीधाई लेना सम्भव हो, तो दाहिने सज की कार्यवाही करायी जाती है । सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दाहिने सज का दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । दूरुस्त नमूना – स्कवाड से किसी भी एक जवान को सहायक के रूप में काम करने के लिए आदेष दिया जाए । नम्बर 501 सहायक मेरे सामने लाईन बंन । सहायक के पहुँचने पर उसे कार्यवाही के दौरान सिर्फ सावधान की हालत में खड़े रहने की हिदायत शननि आदेष तश्हज 'जल । आदेष 'सज दाहिने सज' दाहिने सिधाई लेने की कार्यवाही पूरी होने पर सामने देख ।' अब सहायक को विश्राम का आदेष देते हुए स्वयं भी विश्राम हो जाएं और बयान करें । यह है, दाहिने सज की		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

कार्यवाही का दुरुस्त नमूना , इसी कार्यवाही को गिनती से देखें ।

गिनती से नमूना :- सहायक को सावधान का आदेष देते हुए उस्ताद स्वयं भी सावधान हो जाता है आदेष गिनती से सज 'दाहिने सज' स्कवाड 'एक—एक—दो ' स्कवाड दो —दो । स्कवाड तीन—तीन सामने देख "एक उस्ताद सहायक का आदेष देते हुए स्वयं भी विश्राम होता है । और तब बयान करेगा । यह था दाहिने सज स्कवाड की कार्यवाही का गिनती से नमूना । इसी काम को गिनती और बयान के साथ देखे और सुने ।"

गिनती और बयान से नमूना :- आदेष मिलेगा गिनती से सज दाहिने सज स्कवाड एक इस आदेष पर 15 इंच का कदम आगे ले और पुकारें एक दो । परंतु सामने की लाईन का दाहिने से नं 1 अपने क्षणिक स्पष्ट पर ही खड़ा रहेगा । आदेष गिनती से सज दाहिने सज स्कवाड एक,एक—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें सामने की लाईन के नं. 1 को छोड़कर बाकि सब व्यक्तियों द्वारा 15 इंच का एक कदम आगे लेने के बाद दुरुस्त सावधान की पोजीषन । आदेष मिलता है 'स्कवाड दो ' इस आदेष पर सबसे दाहिने वाले जवान को छोड़कर सब व्यक्ति अपने दाहिने वाले व्यक्ति के पीछे की ओर से और सामने की ओर से अपने दाहिने बाजू को कंधे की ऊँचाई पर मुट्ठी बंद रखते हुए उठावे । और साथ ही सिर को पूरा दाहिने की ओर घुमाते हुए नजर पूरा दाहिने ले जाएं परंतु सिखलाई हो जाने के बाद मध्य और पिछली लाईन के व्यक्ति बाजू नहीं उठायेंगे । सिर्फ मध्य लाईन से नं. 1 और पिछली लाईन का नं. 1 अपने दाहिने बाजू को दाहिने कंधे की सीधाई में उठाएगा व सामने देखेगा । बाकि सभी सिर को दाहिने घुमायेंगे । और पुकारे दो । स्कवाड—दो इस पोजीषन में देखने वाली बातें सामने की लाईन का नं 2 का बाजू नं 1 के सामने हो शेष सबका अपने दाहिने वाले व्यक्ति के पीछे कंधे की ऊँचाई पर उठाया हुआ मुट्ठी को कुदरती तौर पर बंद उंगलियों के नाखून सामने की ओर अंगूठे का नाखून सामने गर्दन की मदद से सिर पूरा दाहिने घुमाया हुआ सभी दाहिने वाले जवान अपने सामने देखते हुए हो ।

शरीर का संतुलन एड़ी पंजे पर बराबर तुला हुआ आदेष मिलता है । 'स्कवाड तीन ' इस आदेष पर तेज और

	छोटे कदमों से हरकत करते हुए इस प्रकार से सिधाई लो कि अपने से तीसरे व्यक्ति की जोड़ी मामूली सी नजर आये और पुकारे 'तीन'। स्कवाड तीन, तीन इस पोजीषन में देखने वाली बातें दाहिने से बाएँ बाजू के फासले पर सही सीधाई ली हुई और अगर स्कवाड एक से अधिक लाईन हो तो मध्य एवं पिछली लाईन के जवान को कवर करके एक-दूसरे के ठीक पीछे निर्धारित फासले पर खड़े हो। आदेष मिलता है स्कवाड सामने देख इस आदेष पर दाहिने हाथ को चुस्ती से दाहिने बगल में मिलाते हुए सावधान में लाएँ और साथ ही पुकारे एक। आदेष सामने देख इस पोजीषन में देखने वाली बातें स्कवाड दाहिने से ठीक सीधाई लिया हुआ और सामने से ठीक पीछे कवर हो। अब उस्ताद सहायक को वापस स्कवाड में जाने के लिए आदेष दे और बयान करें यह है दाहिने सज की कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना किसी को कोई शक, शक दुर करने के बाद। इसी काम को मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. दाहिने गाइड का हरकत करना 2. अगली लाईन का जवान द्वारा बायें हाथ उठाना। 3. गर्दन को 90 अंश दाहिने तरफ न ले जाना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर दाहिने सज का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : 14 सजना – सज बांये सज : (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार और एक सहायक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। सज दाहिने सज की दोहराई ली जाए । के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊंगा, जिसमें काम होगा सज बांये सज		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	बड़ी–बड़ी परेड़ों में जब मध्य सज की कार्रवाई की जाती है तो मध्य से दाहिने खड़ी कम्पनियाँ बांये सज की कार्रवाई करती हैं। सबक तरतीबवार सिखाऊंगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – बड़ उस्ताद स्क्वाड से एक जवान को सहायक के रूप में काम करने के लिए आदेष देगा। सहायक मेरे बांये लाईन बन। सहायक के पहुँचने पर उसे दूसरी हरकत में अपने दाहिने बाजू को दाहिने कंधे की ऊँचाई में उठाने की हिदायत देगा और सामने देख के आदेष पर बाजू डाउन करेंगे। आदेष, सज बांये सज। बांये से सिधाई लेने के बाद सामने देख की कार्रवाई करेंगे। उस्ताद सहायक को विश्राम का आदेष देते हुए स्वयं विश्राम होता है और बयान करें। यह है बांये सज का दुरुस्त नमूना। इसी कार्रवाई को गिनती से देखें। गिनती से नमूना :- उस्ताद स्वयं सावधान होते हुए सहायक को भी सावधान करता है और आदेष देता है कि गिनती से सज बांये सज स्क्वाड एक एक.-दो ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>स्क्वाड दो—दो। स्क्वाड—तीन—तीन। सामने देख—एक। उस्ताद सहायक को विश्राम का आदेष देते हुए स्वयं भी विश्राम होकर बयान करें। यह था बांये सज की कार्वाई का गिनती से नमूना। इसी काम को गिनती और बयान के साथ देंखे और सुनें।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- आदेष मिलेगा गिनती से सज बांये सज स्क्वाड एक। इस आदेष पर 15 इंच का एक कदम आगे लें पुकारें एक, दो। इस समय सामने की लाईन का बांये से नम्बर एक अपने स्थान पर ही खड़ा रहेगा। आदेष—गिनती से सज बांये सज स्क्वाड एक—एक, दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें सामने की लाईन के नम्बर एक को छोड़कर बाकी सभी जवान 15 इंच का एक कदम आगे लेने के बाद दुरुस्त सावधान पोजिषन। यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर सबसे बांये वाले व्यक्ति को छोड़कर सभी अपनी गर्दन की मदद से सिर को बांयी ओर घुमायें और सबसे दाहिने वाले व्यक्ति को छोड़कर बाकी सब अपने दाहिने बाजू को अपने दाहिने वाले पीठ के पीछे से कंधे की ऊँचाई पर मुट्ठी कुदरती तौर पर बन्द रखते हुए उठायें और पुकारें दो, स्क्वाड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें अपने दाहिने बाजू के फासले पर सही सिधाई ली हुई और अगर स्क्वाड एक से अधिक लाईनों में हों तो एक दूसरे के ठीक पीछे निर्धारित फासले पर खड़े हो। सिखलाई हो जाने पर मध्य और पिछली लाईन का जवान बाजू नहीं उठायेंगे। यह सिर्फ सामने से ठीक पीछे हो जाएंगे। आदेष मिलेगा। सामने देख। ठीक दाहिने सज की तरह गर्दन को घुमाते हुए पुकारे एक। सामने देख—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें स्क्वाड बांये से ठीक सिधाई लिया हुआ और सामने से ठीक पीछे। अब उस्ताद सहायक को अपने स्थान पर मिलने के लिए आदेष देता है और बयान करेगा। यह है बांये सज की कार्वाई का गिनती और बयान से नमूना। किसी को शक। (शक दूर करने के बाद) इसी काम को मेरे आदेष पर अभ्यास करेंगे।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

नमूना	खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊंगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।				
आम गलतियाँ	<p>01 पहली हरकत में दोनों पैरों को उठाकर दबाना।</p> <p>02 दूसरी हरकत में गरदन को पूरा दाहिने न घुमाना।</p> <p>03 सिधाई लेते समय लम्बा कदम लेना।</p> <p>04 सहीं सिधाई न ले पाना और सामने से ठीक पीछे न होना।</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर सज बांये सज का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p> <p>भाग—3 मध्य सज</p> <p>उद्देश्य :— अभी भाग तीन में मध्य सज की कार्रवाई सिखाया जाएगा।</p> <p>जरूरत :— बड़े—बड़े समारोह परेड में जब परेड करने वाली टुकड़ियों की संख्या अधिक हो और एक तरफ से सिधाई हासिल करना सम्भव न हो तो मध्य सज की कार्रवाई अमल में लाया जाता है।</p> <p>बयान :— मध्य सज की कार्रवाई राईफल के साथ बाजू शस्त्र की हालत में की जा रही हो तो फासला ठीक करने के लिए बांये बाजू का उठाया जाएगा और अगर कंधे शस्त्र में हो दाहिना बाजू उठाया जाएगा।</p> <p>सज और सज जा में फर्क :—</p> <p>01 सज के आदेश पर ऊपर बयान की हुई दाहिने बांये तथा मध्य सज की पूरी कार्रवाई की जाती है। सज जा के आदेश पर छोटी हरकत होती है। जिसमें स्क्वाड चुस्ती के साथ तथा कम से कम समय में आदेश अनुसार दाहिने सज तथा सामने देख की कार्रवाई कर लेता है।</p> <p>02 सज की कार्रवाई सिखलाई के साथ तथा बड़ी टुकड़ी या एक से अधिक टुकड़ियों के</p>		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	सजने के लिए की जाती है। सज जा छोटे स्क्वाड द्वारा मार्च के बाद थम होने पर की जाती है जिसमें सिधाई एवं कवरिंग ठीक रहे।			
--	---	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : 15 एक लाईन में कदवार गिनती और शुमार - : & (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रुक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। सज बांये सज की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रिल का सबक सिखाउँगा,जिसमें काम होगा कदवार गिनती करना और शुमार।सबसे पहले है कदवार।कदवार दो प्रकार का होता है-सेरोमोनियल और स्क्वाड कदवार।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	सेरोमोनियल परेड के जवान कदवार खडे रहने से दूर से देखने में अच्छे और सुन्दर लगते हैं। इसमें लम्बे जवान स्क्वाड के दाहिने और बाएँ तरफ और छोटे जवान मध्य में कदवार खडे होते हैं। भाग-1 सेरोमोनियल साइंजिंग		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>बयान और हरकत- इसी काम को मैं बयान करूँगा और आप कार्यवाही करेंगे।(स्क्वाड एक लाईन में) उस्ताद स्क्वाड के सामने से विश्राम पोजीशन में बयान करें।जब आदेश मिले,लम्बा दाहिने ,छोटा बायें एक लाईन में कदवार,तो पूरा स्क्वाड लाईन तोड़ करके सबसे लम्बा जवान सबसे दाहिने और बाकी कद के मुताबिक दहिने से बायें खडे होते जायें।आदेश लम्बा दाहिने ,छोटा बायें,एक लाईन में कदवार स्क्वाड बयान की गई कार्यवाही करें।</p> <p>आदेश मिलते हीं 'एक दो गिनती कर 'तो दाहिने से छोटी गिनती एक दो इस तरह करें।आदेश मिलेगा 'विषम एक कदम आगे सम एक कदम पीछे चल ''तो इस आदेश पर,विषम नम्बर वाले जवान एक कदम आगे और सम नम्बर वाले जवान एक कदम पीछे लेंगे।आदेश''विषम एक कदम आगे सम एक कदम पीछे चल ''जवान बताई कारवाई करें।आदेश मिलेगा''नम्बर एक जवान खडा रहे ,विषम दाहिने सम बायें मुड''तो दोनों लाईने आदेश के अनुसार मुड की कार्यवाही करें।</p>		18	26	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	आदेश 'नम्बर एक खड़ा रहे ,विषम दाहिने सम बायें, दाहिने बायें मुड़'।इसके बाद आदेश मिलेगा' 'नम्बर एक पर तीन लाईन बना तेज चल,' तो कार्यवाही इस प्रकार करें।बारी-बारी से चल कर दूसरा जवान नम्बर एक के पीछे तीसरा दुसरे के दाहिने जाकर थम करे।जब तीन जवान एक सीध में चले जाते हैं तो आग्यर में मिलने वाला जवान 'अप'बोलकर इशारा देगा,जिस पर दोनों एक साथ बायें मुड़ करेंगे और फिर 'अप'बोलकर विश्राम हो जायेंगे।इसी प्रकार चौथा,पाँचवा,छठा जवान सामने,मध्य और पिछली लाईन में खड़े जवानों की सीध के क्रम से थमेंगे और 'अप' के इशारे पर बायें मुड़ेंगे और विश्राम करेंगे।सम सर्वांग वाले जवान दाहिने घुमते हुए विषम संख्या वाले जवानों के पीछे एक फाईल में जुड़ते जायेंगे और इसी क्रम में सभी जवान बारी-बारी सामने,मध्य और पिछली लाईन में मिलते जायेंगे।आदेश 'नम्बर एक खड़ा रहे,बाकी तीन लाईन बना,तेज चल।'(शक सवाल पूछे)			
अभ्यास	उस्ताद के आदेश पर स्वर्वॉड अभ्यास करें।	08	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	कदवार एक लाईन में खड़े होते समय कद का माप लेने के लिये कंधों को ऊपर उठाना। (2) बिना अपनी ऊँचाई का अनुमान लगाये लाईन में खड़े हो जाना। (3) गिनती करने के बाद अपने नम्बर को भूल जाना। (4) तीन लाईन बनाते समय दुरुस्त फासला बनाकर खड़े न होना। (5) उस्ताद द्वारा सिर की ऊँचाई देखकर साईजिंग को दुरुस्त न करना	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एक लाईन में कदवार गिनती और शुमार का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक16 : भाग.2 स्क्वाड साइजिंग – & (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कार्ड की गिनती करें। 4. स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कार्ड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार और एक सहायक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। सेरोमोनियल साइजिंग दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रिल का सबक सिखाऊँगा,जिसमें काम होगा स्क्वाड साईजिंग		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	इसमें लंबे जवान स्क्वाड के दाहिने और छोटे बायें खड़े रहते हैं।सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	बयान और हरकत- इस कार्यवाही को तरतीब में बयान करूँगा और आप काम करते जायेंगे। आदेश मिलता है 'लम्बा दाहिने और छोटे बायें एक लाईन में कदवार' इस आदेश पर पहले बताए तरीके से कार्यवाही करें। आदेश मिलता है 'लम्बा दाहिने और छोटे बायें एक लाईन में कदवार' आदेश मिलता है 'दाहिने से गिनती कर' इस आदेश पर दाहिने से बायें एक.दो,तीन,चार इत्यादि गिनती की जाती है।आदेश 'दाहिने से गिनती कर' अब आदेश मिलता है 'नम्बर एक खड़ा रहे,बाकी दाहिने मुड' जिस पर एक नम्बर जवान अपनी जगह पर खड़ा रहता है।बाकी सब अपनी जगह पर दाहिने मुड की कार्यवाही करते हैं।आदेश नम्बर एक पर तीन लाईन बना,तेज चल,इस आदेश पर सेरोमोनियल साईजिंग के बताए गए तरीके से सब जवान बारी-बारी सामने,मध्य और पिछली लाईन में मिलकर तीन लाईन बनाते हैं। सामने, को मुडते हैं और विश्राम करते जाते हैं।आदेश नम्बर एक पर तीन लाईन बना तेज चल इस प्रकार लम्बे जवान दाहिने तरफ एक बाजू फासला रखते हुए खड़े होंगे तथा बाकी छोटे जवान उसके बायें खड़े रहेंगे।		18	26	प्रशिक्षक द्वारा बयान

अभ्यास	उस्ताद के आदेश पर स्कॉल अभ्यास करें।		08	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	नम्बर पुकारते समय आवाज स्पष्ट होना। (2) नम्बर पुकारने से पहले अपने दाहिने और देखना और पिछली लाईन में खड़े जवानों द्वारा सामने की लाईन के जवानों द्वारा की जा रही गिनती कि पंजल ध्यान न देना, जिससे उन्हें अपने नम्बर बोलते समय गर्दन घुमाना या चेहरे की रूपरेखा में बदलाव लाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर स्कॉल सार्फिंग का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना सबक :17 खडे—खडे सामने सैल्यूट : – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार और एक सहायक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एक लाईन में कदवार गिनती और शुमार की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा खडे—खडे सामने		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम किसी निष्प्रित स्थान पर वर्दी हालत में खडे हो व सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे सामने से गुजता है, तो उस समय इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक को तरतीब वार सिखाऊँगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना दे। उस्ताद शक सवाल करे।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दूरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेश सामने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट जैसे थे, ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना, अब इसी काम को गिनती से देखे। गिनती से नमूना :- मेरे लिये आदेश सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, एक—स्क्वाड दो—दो स्क्वॉड तीन, तीन जैसे थे। अब इसी काम को गिनती और बयान से देखे तथा सुने। गिनती और बयान से नमूना :- – सावधान स्थिति से आदेश मिलेगा गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, इस आदेश पर दाहिने हाथेकी चारों अंगुलियों और अंगुठे को मिलाते हुए दाहिने हाथ को दाहिने		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	कंधें की सिधाई में हथेली का रुख सामने की तरफ रखते हुए दाहिने और खड़ा करें और पुकारे 'एक' बयान की गई कार्यवाही को देखे मेरे लिये आदेश खड़े-खड़े सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक-एक, इस स्थिति में देखने वाली बातें, दाहिने हाथ दाहिने कंधे की सिधाई में दाहिने तरफ जमीन के समानान्तर तथा चारों अंगुलियां व अंगुठा मिला हुआ, हथेली का रुख सामने की तरफ, बाकी स्थिति सावधान (उस्ताद सावधान स्थिति का पूरा बयान करें) यहीं से आदेश मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेश पर दाहिने हाथ को कोहनी से मोड़ते हुए दाहिने हाथ की कलमे वाली अंगूली को दाहिनी आँख की आई ब्रो के सामने एक इंच आगें और एक इंच ऊपर रखें और पुकारे दो। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड दो-दो इस स्थिति में देखने वाली बातें, दाहिनी हाथ कोहनी से हथेली तक 45 इंच पर पानी				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ			02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर भाग-1 खड़े-खड़े 'सामन' सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना सबक :18 धीरे चाल और थमः – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एगल बोर्डे कदम प्रकार पेस स्टिक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खडे–खडे सामने सैल्यूट की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम धीरे चाल और थम		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	1. बड़ी – बड़ी समारोह परेड में आगे चलने वाले पायलट इस कार्यवाही को अमल में लाते हैं। 2. शरीर का संतुलन बनाये रखने हेतु इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। 3. शहीद स्मारक पर पुष्पांजलि अर्पित करने वाले धरे चाल से ही पुष्पांजलि अर्पित करते हैं।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। <u>दुरुस्त नमूना</u> – अभी इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिए आदेष सामने से धरे चल थम ये था दुरुस्त नमूना। <u>कदम तोल कर नमूना</u> :—अभी इस काम को तोलकर देखें। मेरे लिए आदेष कदम तोल कर धीरे चलना, बायां पैर आगे—आगे, आगे बढ़ , बढ़ो, दाहिना पैर आगे — आगे, आगे बढ़—बढ़ो , बायां पैर आगे — आगे , यहीं से बताऊँगा थम । मेरे लिए आदेष थम एक – दो ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

कदम तोल कर हरकत और बयान के साथ नमूना :-
अब इस काम को कदम तोल कर हरकत और बयान के साथ देखें तथा सुने , सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा , कदम तोल कर धीरे चलना बायां पैर आगे इस आदेष पर बायें पैर की चटकी से तोल हालत में निकाले । बयान की हुई कार्यवाही को देखें । मेरे लिए आदेष कदम तोल कर धीरे चलना बायां पैर आगे – आगे ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें – बायां पैर दाहिने पैर से 15 इंच आगे तोल हालत में बांये पैर का पंजा जमीन की तरफ खींचा हुआ । एड़ी उठी हुई तकरीबन जमीन से 2 इंच ऊपर दाहिना पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार दाहिने पैर पर दोनों पैरों के घुटने तथा रान कसे हुए दोनों बाजू बगल शरीर से इस प्रकार मिले हुए कि रोषनी भी पार न हो सके । आगे का बयान सावधान स्थिति का उस्ताद पुरा करें, इसी स्थिति से आदेष मिलेगा । आगे बढ़ इस आदेष पर बायें पैर को 15 इंच आगे सपाट जमीन पर दबायें साथ ही पुकारे बढ़ो । इस स्थिति में देखने वाली बाते बायां पैर सपाट जमीन पर शरीर का वजन बायें पैर पर दाहिने पैर का पंजा जमीन पर एड़ी उठी हुई दोनों पैरों के घुटने व रान कसे हुए । इसी स्थिति से आदेष मिलेगा दाहिना पैर आगे । इस आदेष पर दाहिने पैर की बायें पैर से 15 इंच आगे किक हालत में निकालें पुकारें आगे, बयान की कार्यवाही को देखें । दाहिने पैर आगे – आगे । इस स्थिति में देखने वाली बातें । दाहिना पैर बायें पैर से 15 इंच आगे तोल हालत में बायां पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार बायें पैर पर दोनों पैरों के घुटने व रान कसे हुए दोनों बाजू बगल शरीर से मिले हुए इसी स्थिति से आदेष मिलेगा आगे बढ़, इस आदेष पर दाहिने पैर को 15 इंच आगे सपाट जमीन पर रखें । बयान की हुई कार्यवाही को देखें, इस स्थिति में देखने वाली बाते दाहिना पैर सपाट जमीन पर शरीर का वजन दाहिने पैर पर बायें पैर का पंजा जमीन पर लगा हुआ , एड़ी उठी हुई , दोनों पैर के घुटने तथा रान कसे हुए बाकि बयान नं. 1 स्थिति जैसा करें । इसी स्थिति से आदेष मिलेगा बायां पैर आगे इस आदेष पर नं. 1 स्थिति के मुताबिक बाये पैर को तोल हालत में आगे ले जाये । इसी स्थिति से आदेष मिलेगा स्कावाड थम इस आदेष पर बायें पैर को

	सीधा सपाट 15 इंच आगे जमीन पर रखें साथ ही दाहिने पैर को 12 इंच आगे ऊपर उठाते हुए बायें पैर के साथ सपाट जमीन पर दबायें बयान की हुई कार्यवाही देखें। मेरे लिए आदेश थम एक – दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें ऐड़ी से मिला हुआ दोनों पंजे 30 डिग्री के कोण पर खुले हुए दोनों पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार दोनों पैरों पर दुरुस्त सावधान अर्थात् थम की कार्यवाही किया हुआ।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्कार्ड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. बायें पैर से किक को तेज न लेना। 2. बायें पैर का पंजा को ऊपर की तरफ करना। 3. बायें पैर को दाहिने पैर के पंजे के आगे न लेना। 4. थम में बायें पैर को उठाकर दबाना और दाहिने पैर को ऊँचाई न देना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल और थम का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) 19 सबक : खड़े-खड़े धीरे कदम ताल और थमः – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एगल बोर्ड ऐ बैक स्टिक मेट्रोनम घड़ी ड्रम और ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल और थम की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा खड़े-खड़े धीरे कदम ताल और थम		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	धीरे चाल से कदम ताल की कार्यवाही की सिखलाई के लिए यह कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष धीरे कदम ताल , थम (जैसे थे) यह था दुरुस्त नमूना । गिनती से नमूना :- मेरे लिए आदेष धीरे कदम ताल , स्कवाड एक खाली एक ठहरों स्कवाड दो—दो ठहरों । स्कवाड थम एक –दो (जैसे थे) यह था गिनती के साथ नमूना । गिनती और बयान से नमूना :- – सावधान स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से धीरे कदम ताल स्कवाड एक इस आदेष पर बायां पैर सामने जमीन से 12 इंच ऊपर उठाये पुकारे खाली या साथ ही बायें पैर को जमीन में टिकाये तथा दाहिने पैर को सामने से 12 इंच ऊ उठायें , पुकारे एक ठहरों । बयान की गई कार्यवाही को देखें । मेरे लिए आदेष – गिनती से धीरे कदम ताल स्कवाड एक खाली एक ठहरों , इस स्थिति		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>में देखने वाली बातें –</p> <p>बायां पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार बायें पैर पर दाहिना पैर जमीन से 12 इंच ऊपर दाहिने पैर की एड़ी घुटने के नीचे बाकि दुरुस्त सावधान स्थिति इस स्थिति से आदेष मिलेगा । स्कवाड दो । इस आदेष पर दाहिने पैर को सपाट जमीन पर लगायें तथा साथ ही तेजी से बायें पैर को सामने से 12 इंच ऊपर उठाये पुकारे दो ठहरों । बयान की कार्यवाही देखें । स्कवाड दो—दो ठहरों । इस स्थिति में देखने वालीइ बातें – दाहिना पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ तथा शरीर का भार दाहिने पैर पर जमीन से 12 इंच ऊपर उठाया हुआ, बाकि सावधान स्थिति । इसी स्थिति से बताऊँगा थम की कार्यवाही ।</p> <p>जब दाहिना पैर जमीन पर होगा आदेष मिलेगा स्कवाड थम इस आदेष पर बायें पैर को सपाट जमीन पर दबायें तथा साथ ही दाहिने पैर को 12 इंच ऊपर उठाते हुए बाएँ पैर की एड़ी के साथ सपाट दबायें । पुकारें एक—दो ।</p> <p>बयान की हुई कार्यवाही को देखें, आदेष – स्कवाड थम—एक—दो, इस स्थिति में देखने वाली बातें दोनों पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार दोनों पैर पर (अर्थात् दुरुस्त सावधान स्थिति ।</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1. बायाँ पैर तेज न उठाना व साथ ही बायें पैर का जमीन पर न टिकाना ।</p> <p>2. पैर उठाते समय शरीर का संतुलन न रखना ।</p> <p>3. थम की कार्यवाही में दोनों पैर को सपाट न दबाना ।</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर खड़े—खड़े धीरे कदम ताल और थम का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान
---------	---	--	----	----	-----------------------

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 20 : धीरे चाल से कदम ताल और आगे बढ़ : – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बैर्डबैक स्टिक, कदम प्रकार, पेस स्टिक		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खड़े—खड़े धीरे कदम ताल और थम की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से कदम ताल और आगे बढ़		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	धीरे चाल से खुली लाईन तथा निकट लाईन की कार्यवाही का दुरुस्त करने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता हैं सबक तरतीबवार सिखाया जायेगा, सबक में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल कदम ताल आगे</p> <p>गिनती से नमूना :— अभी इस कार्यवाही को गिनती के साथ देखें, मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल गिनती से धीरे कदम ताल स्क्वॉड एक खाली एक ठहरो, स्क्वॉड दो—दो ठहरो, स्क्वॉड एक—एक ठहरो, गिनती से आगे बढ़ स्क्वॉड एक, स्क्वॉड दो</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :— धीरे चाल की हालत में जब बायां पैर को दाहिना पैर क्रास कर रहा हो। आदेष मिलेगा गिनती से धीरे कदम ताल स्क्वॉड एक इस आदेष पर दाहिने पैर को 15 इंच आगे सपाट जमीन पर रखें तथा बायें पैर को 12 इंच उपर उठाते हुए सपाट जमीन पर लगाये साथ ही दाहिने पैर को 12 इंच उपर रोककर रखें बाया पैर जमीन पर लगते ही पुकारे खाली एक ठहरो बयान की हुई कार्यवाही को देखें मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल, गिनती से धीरे कदम ताल स्क्वॉड एक—खाली एक ठहरो, इस स्थिति में देखने वाली बातें—बांया पैर पर सपाट जमीन पर शरीर को भार बायें पैर पर बाये पैर का घुटना तथा रान कसे हुए हादिने पैर कुल्ले से लेकर घुटने तक जमीन के समान्तर दाहिने पैर का घुटना व एडी तकरीबन एक सीध में पंजा नीचे की तरफ मुड़ा हुआ हो, दोनों बाजू बगल शरीर से इस प्रकार मिले हुए कि बीच से रोषनी भी पार न हो सके। इसी स्थिती से आदेष मिलेगा। स्क्वॉड दो इस आदेष पर दाहिने पैर को सपाट जमीन पर लगाये, साथ ही बायें पैर को 12 इंच उपर उठाकर रोके जैसे दाहिना पैर जमीन पर लगता है, पुकारे दो ठहरो, बयान की गयी कार्यवाही को देखें स्क्वॉड दो—दो ठहरो। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिना पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ। शरीर का भार दाहिने पैर पर दाहिने पैर का घुटना व रान कसा हुआ बायें पैर का घुटने व एडी तकरीबन एक सीधाई में (बाकि बयान नं. 1 स्थिति का करें) इसी स्थिति से आदेष मिलेगा स्कावड एक इस आदेष पर बायें पैर को सपाट जमीन पर दबायें जैसे ही बायें पैर सपाट जमीन पर दबता है, पुकारे एक ठहरो बयान की हुई कार्यवाही को देखें, मेरे लिए आदेष स्क्वॉड एक—एक ठहरो। इस स्थिति में देखने वाली बाते पूरा बयान नं. 1 स्थिति का करें, बयान पुरा होने पर यही से आदेष मिलेगा गिनती से आगे</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1 बाये पैर तेजी से न उठाना तथा बांया पैर जमीन पर टिकाते ही दाहिने पैर को तेजी से न उठाना। 2 शरीर का संतुलन न बनाये रखना। 3 पैर को 12 इंच न उठाना। 04 आगे बढ़ पर दाहिने पैर सपाट न दबाना तथा बाये पैर को तेजी से किक न लगाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से कदम ताल और आगे बढ़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 21 :धीरे चाल से मुड़ना :- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैक स्टिक , एंगल बोर्ड , ड्रम और ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से कदम ताल और आगे बढ़ की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से मुड़ना। मुड़ना तीन प्रकार का है । दाहिने , बाएं तथा पीछे मुड़ । भाग –1 दाहिने मुड़		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब धीरे चाल से 90 अंष दाहिनी ओर दिषा व बनावट की दाहिने बदली करना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है । सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल । मुड़ना दाहिने मुड़ । थम । यह था दुरुस्त नमूना । गिनती से नमूना :- मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल, गिनती से मुड़ना, दाहिने मुड़ स्कवाड एक –एक । स्कवाड दो–दो, स्कवाड तीन बढ़ो— थम । यह था गिनती के साथ नमूना ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>गिनती और बयान से नमूना :- धीरे चाल से आदेष मिलेगा गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्कवाड एक यह आदेष मिलेगा जब दाहिने पैर जमीन पर होगा तथा बायां पैर तोल हालत में होगा इस आदेष पर बायें पैर को जमीन से 6 इंच उठाकर 15 इंच आगे सपाट दबाएं पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें, मेरे लिए आदेष – सामने से धीरे चल, गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्कवाड एक–एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें – बायां पैर जमीन पर सपाट दाहिने पैर से बायें पैर 30 इंच आगे शरीर का वजन बायें पैर पर दाहिने पैर का पंजा जमीन पर एड़ी उठी हुई बाकि सावधान स्थिति का बयान करें। इस स्थिति से आदेष मिलेगा स्कवाड दो।</p> <p>बयान – इस आदेष पर बायें पैर के पंजे के मदद से 90 अंष दाहिने दिषा की बदली किया हुआ शरीर का वजन बायें पैर पर बायां पैर सपाट जमीन पर तथा दाहिना पैर बायें पैर से 15 इंच आगे तोल हालत में दोनों पैर के घुटने व रान कसे हुए बाकि सावधान की स्थिति में इस स्थिति से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन।</p> <p>बयान – इस आदेष पर दाहिने पैर से धीरे चाल को जारी करें। पुकारे बढ़ो बयान की गई कार्यवाही को देखें – स्कवाड तीन–बढ़ो (थम) जैसे थे।</p> <p>यह था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना। यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही में कोई शक या सवाल।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेष पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास –</u> 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u> 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u></p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

आम गलतियाँ	<ol style="list-style-type: none"> 1. चेक मारते समय घुटना मुड़ना । 2. शरीर को आगे झुकाना । 3. बायें पैर के पंजे की मदद से धूरी न बनाना । 4. दाहिने हरकत में दाहिने घुटना मोड़कर आगे लाना । 		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से दाहिने मुड़। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 22: भाग-2 धीरे चाल से बायें मुड़ना : - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैक स्टिक , एंगल बोर्ड ,ड्रम और ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। दाहिने मुड़ की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से बायें मुड़ ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें धीरे चाल से 90 अंष बायें दिषा व बनावट की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना- मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल बायें मुड़ –थम (जैसे थे)यह था धीरे चाल से बायें मुड़ का दुरुस्त नमूना । 6) गिनती से नमूना मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल गिनती से मुड़ना बायें मुड़ –स्कवाड एक–एक स्कवाड दो–दो , स्कवाड तीन , बढ़ो थम यह था बायें मुड़ का दुरुस्त नमूना । 7) गिनती और बयान के साथ नमूना धीरे चाल से जब बायां पैर जमीन पर होगा तब गिनती से मुड़ना बाये मुड़ स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने पैर को 15 इंच आगे सपाट जमीन पर दबाएँ		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष – सामने से धीरे चल, गिनती से मुड़ना बाये मुड़ स्कवाड एक–एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें – दाहिना पैर जमीन पर सपाट लगा हुआ बायें पैर से 30 इंच आगे लिया हुआ शरीर का वजन दाहिने पैर पर बाये पैर का पंजा जमीन पर एड़ी उठी हुई दोनों पैर के घुटने व रान कसे हुए बाकि सावधान स्थिति का बयान करें। इस स्थिति से आदेष मिलेगा स्कवाड दो।</p> <p>दो के आदेष पर दाहिने पैर के पंजे की मदद से 90 अंष बायें दिष की बदली करें साथ ही बायें पैर को तोल हालत में लायें पुकारे दों। बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो–दो।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें – दाहिना पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ 90 अंष दाहिने दिष की बदली किया हुआ तथा शरीर का भार दाहिने पैर पर बांया पैर दाहिने पैर से 15 इंच आगे तोल हालत में दोनों पैर के घुटने व रान कसे हुयें। बाकि सावधान स्थिति। इस स्थिति में आदेष मिलेगा स्कवाड तीन।</p> <p>बयान – इस आदेष पर बायें पैर को 15 इंच आगे ले तथा ज्यों ही बायें पैर का पंजा जमीन पर लगे पुकारे बढ़ो तथा धीरे चाल को जारी रखे।</p> <p>बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड तीन–बढ़ो (थम) जैसे थे।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेष पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेष दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1. चेक मारते समय घुटना मुड़ना।</p> <p>2. घरीर को आगे झुकाना।</p> <p>3. दाहिने पैर के पंजे की मदद से धूरी न बनाना।</p> <p>4. बायें हरकत में बायें घुटना मोड़कर आगे लाना।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले	02	40	प्रशिक्षक

<p>शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से बायें मुड़। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			द्वारा बयान
--	--	--	-------------

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 23: धीरे चाल से पीछे मुड़ : - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैक स्टिक, एंगल बोर्ड, ड्रम और ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से बायें मुड़ना की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रियिड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से पीछे मुड़		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें धीरे चाल से 180 अंष दिशा की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता लें सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल मुड़ना पीछे मुड़ –थम (जैसे थे)यह था धीरे चाल से पीछे मुड़ का दुरुस्त नमूना । 6) गिनती से नमूना : —मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ –स्कवाड एक–एक ठहरों स्कवाड दो–दो ठहरो, स्कवाड तीन–तीन ठहरो, स्कवाड चार–चार ठहरो , स्कवाड पॉच बढ़ो थम यह था पीछे मुड़ का गिनती से नमूना । 7) गिनती और बयान के साथ नमूना धीरे चाल से आदेष मिलेगा गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिना पैर सपाट जमीन पर दबाएँ तथा बायें पैर को तेजी से 12इंच ऊपर उठायें साथ ही शरीर का वजन दाहिने पैर पर ले जायें पुकारे एक ठहरों । बयान की गई कार्यवाही को देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

मेरे लिए आदेष – सामने से धीरे चल , गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ स्कवाड एक–एक ठहरो ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिना पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ शरीर का भार दाहिने पैर पर घुटने व रान कसे हुए बायां पैर घुटने से कूल्हे तक जमीन के समानान्तर तथा पंजा जमीन से 12 इंच ऊपर बाकि सावधान की स्थिति बयान करें ।

स्कवाड दो – इस आदेष पर बायें पैर का कटा हुआ भाग दायें बूट के टो के सामने रखे तथा साथ ही दाहिना पैर को सामने से 12 इंच ऊपर तेजी से उठायें और 90 अंश दाहिने दिषा की बदली करें पुकारे दो ठहरो बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो–दो ठहरो ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें 90 अंश दाहिने दिषा की बदली किया हुआ तथा बायां पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ शरीर का भार बायें पैर पर तथा दाहिना पैर जमीन से 12 इंच ऊपर सामने से उठा हुआ बाकी सावधान की स्थिति का बयान करें ।

स्कवाड तीन – इस आदेष पर दाहिने पैर को सपाट जमीन पर बायें पैर की एड़ी से दाहिने पैर की एड़ी मिलायें तथा साथ ही बायें पैर को जमीन से ऊपर उठाते हुए हवा में रखें वा 90 अंश और दाहिने दिषा की बदली करें पुकारे तीन ठहरो । बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड तीन–तीन ठहरो ।

इस स्थिति में देखने वाली 90 अंश दाहिने दिषा बदली किया हुआ शरीर का भार दाहिने पैर पर अर्थात् कुल 180 अंश दिषा की बदली किया हुआ बायां पैर जमीन से 12 इंच ऊपर । इसी स्थिति से आदेष मिलेगा स्कवाड चार ।

बयान – चार के आदेष पर बायें पैर को तेजी से सपाट जमीन पर दबायें तथा साथ ही दाहिने पैर को बांये पैर से 15 इंच आगे तोल हालत में लायें पुकारे चार ठहरो बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड चार–चार ठहरो ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें – बायां पैर सपाट जमीन पर शरीर का वजन बायें पैर तथा दाहिना पैर बायें पैर से 15 इंच आगे तोल हालत में दोनों पैर के घुटने व रान कसे हुए बाकि सावधान की स्थिति बयान करें ।

स्कवाड पाँच – इस आदेष पर दाहिने पैर 15

	इंच और आगे लेते हुए पंजा जमीन पर टिकायें पुकारे बढ़ो और धीरे चाल को जारी रखें। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड पॉच बढ़ो, थम एक-दो जैसे थे यह था गिनती और बयान के साथ नमूना।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. दाहिने पैर को चेक मारते समय घुटना मुड़ना। 2. पीछे मुड़ते समय गति को कम करना या बढ़ा देना। 3. दुरुस्त 180 अंश दिशा का बदली न करना। पीछे मुड़ते समय टी.एल.वी. का ध्यान न रखना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से पीछे मुड़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 24 : धीरे चाल से खुली लाइन तथा निकट लाइन : (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, पेस स्टिक, झम।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से पीछे मुड़ की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊंगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से खुली लाइन तथा निकट लाइन भाग-01 (खुली लाईन)		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	बड़ी-बड़ी समारोह परेड में धीरे चाल का प्रदर्शन करना हो तो मंच से पहले बी फ्लैग पर खुली लाईन की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीबवार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना यहाँ तक बयन में कोई शक।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष सामने से धीरे चल, खुली लाईन थम। ये था दुरुस्त नमूना। हरकत और बयान से नमूना:- धीरे चाल से जब बांया पैर जमीन पर हो तो आदेष मिलेगा खुली लाईन। इस आदेष पर सामने के लाईन दाहिने पैर का चेक मारते हुये धीरे चाल को जारी रखेंगे। (उस्ताद नमूना दे) ये था खुली लाईन में सामने की लाईन की कार्यवाही। अभी बताऊंगा मध्य लाईन की कार्यवाही-खुली लाईन के आदेष पर मध्य लाईन दो कदमताल करने के बाद धीरे चाल को जारी रखेंगा। (उस्ताद नमूना दे) ये था खुली लाईन में मध्य की लाईन की कार्यवाही। अभी बताऊंगा पिछली लाईन की कार्यवाही-खुली लाईन के आदेष पर पिछली लाईन चार कदमताल करने के बाद धीरे चाल को जारी रखेंगा। (उस्ताद		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>नमूना दे) ये था खुली लाईन में पिछली लाईन की कार्यवाही।</p> <p>भाग—02</p> <p>(निकट लाईन)</p> <p>जरुरत— जब मंच से गुजर जाते हैं और ई फ्लैग के पास पहुंचते हैं तो निकट लाईन की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीबवार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना यहाँ तक बयान में कोई शक।</p> <p>बयान— निकट लाईन का आदेष मिलने पर कार्यवाही खुली लाईन की तरह ही किया जायेगा फर्क यह है कि निकट लाईन के आदेष पर सामने की लाईन चार कदमताल करेगी, मध्य लाईन दो कदमताल करेगी तथा पिछली लाईन चलती रहेगी (उस्ताद तीनों लाईनों का बारी-बारी नमूना दो)</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगे सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1 दाहिने पैर को चेक मारते समय घुटना मुड़ना ।</p> <p>2. पीछे मुड़ते समय गति को कम करना</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरुरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से खुली लाईन तथा निकट लाईन का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 25 : धीरे चाल से कदम बदलना :- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, कदम प्रकार, बैक स्टिक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से खुली लाईन तथा निकट लाईन की दोहराई ली जाए। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से कदम बदलना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब प्लाटुन का दुसरे प्लाटुन से कदम टुट जाये तो प्लाटुन कमाण्डर के आदेष पर इस कार्यवाही को किया जाता है। या प्लाटुन में किसी जवान का कदम टुट जाय तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब बार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले –		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब बार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – अब इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें, मेरे लिए आदेष सामने से धिरे चल, कदम बदलना बाये पैर आगे कदम बदल थम।</p> <p>गिनती से नमूना :- अभी इस कार्यवाही को गिनती के साथ देखें। मेरे लिए आदेष सामने धीरे चल, गिनती से कदम बदलना बाया पैर आगे स्क्वॉड एक-एक, स्क्वॉड-दो-दो, स्क्वॉड-तीन</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- धीरे चाल कि हालत में जब दाहिने पैर जमीन पर लग रहा हो आदेष मिलेगा</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	गिनती से कदम बदलना बाया पैर आगे, स्क्वॉड एक। इस आदेष पर बाया पैर को सपाट जमीन पर 15 इंच आगे दबाये, पुकारे एक बयान कि कार्यवाही को देखे मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से कदम बदलना बाया पैर आगे स्क्वॉड एक—एक इस स्थिति में देखने वाली बातें धीरे चाल से दाहिने मुड़ कि नं. 1 स्थिति का पूरा बयान करे। यही से आदेष मिलेगा, स्क्वॉड दो इस आदेष पर दाहिने पैर का बूट का कटा हुआ भाग बाये पैर कि एडी के साथ लगायें। साथ ही बायें पैर को चटकी से तौल हालत में निकालें, बयान की हुई कार्यवाही को देखें स्क्वॉड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें (धीरे चल की नं.2 स्थिति का पूरा बयान करें) यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन इस आदेष पर बायें पैर को 15 इंच आगे जमीन पर पंजा टिकाएँ तथा धीरे चाल को जारी करें। पुकारें				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) एक के आदेष पर बाये पैर को सपाट जमीन पर न दबाना। 2) बाया पैर कि एडी के साथ दाहिने पैर के बूट का कटा हुआ हिस्सा न मिलाना। 3) बायें पैर को तेजी से तोल हालत में न लाना। 4) शरीर का संतुलन न बनाया रखना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से कदम बदलना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 26 : तेज चाल और थमः - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एगल बाॅर्ड, पेस स्टिक, ड्रम, ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल कि तमाम करवाही के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम हो गा तेज चाल और थमः		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>अनुषासन को कायम रखते हुए एक स्थान से दूसरे स्थान जाने का एक तय शुदा तरीका माना गया है और अपने गन्तव्य (निर्धारित) जगह पर पहुँचकर थम किया जाता है तेज चाल में कदम की लम्बाई 30 इंच और रफतार 120 कदम प्रति मिनट होती है, परन्तु नये प्रशिक्षणार्थी 140 कदम प्रति मिनट की रफतार से चलते हैं।</p> <p>सबक तरतीबवार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। किसी को कोई शक</p>		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल थम। ये था दुरुस्त नमूना।</p> <p>गिनती से नमूना :- अभी इस काम को</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

गिनती से देखें । मेरे लिए आदेष गिनती से चलना , तेज चल स्कवाड एक – एक । स्कवाड दो–दो । स्कवाड थम एक दो । यह था गिनती से नमूना । अब इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें और सुनें ।

गिनती और बयान के साथ नमूना

सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा , गिनती से चलना तेज चल स्कवाड एक । इस आदेष पर बाये पैर को चुस्ती से आगे निकालते हुए व ऐड़ी को दाहिने पैर की ऐड़ी से 30 इंच आगे जमीन पर लगाएँ और साथ ही दोनो हाथों की मुटिठ्याँ कुदरती तौर पर बंद रखते हुए दाहिने हाथ को दाहिने कंधे की सीध में आगे और बायें हाथ को कमर पेटी की सीधाई में पीछे ले जायें । पुकारे एक । बयान की हुई कार्यवाही को देखें । मेरे लिए आदेष गिनती से चलना । तेज चल स्कवाड एक – एक इस स्थिति में देखने वाली बातें । बायें पैर की ऐड़ी से 30 इंच आगे जमीन पर टिकी हुई और पंजा खढ़ा रख दाहिना पैर पूरा जमीन पर टिका हुआ और शरीर का वजन दाहिने पैर पर दोनो पैर के घुटने और रान कसे हुए पेट अंदर सीना कुदरती तौर पर उठा हुआ हो नजर 100 गज सामने अपनी ऊचाई के बराबर किसी वस्तु पर टिकी हुई हो दाहिना बाजू दाहिने कंधे की सीधाई में आगे बायें बाजू कमर पेटी के सीधाई में नीचे की ओर । आदेष मिलता है स्कवाड दो इस आदेष पर शरीर के वजन को बायें पैर पर लेते हुए बायें पैर के पंजे को पूरा जमीन में टिकायें और चुस्ती से दाहिने पैर को सामने निकालते हुए दाहिने पैर की ऐड़ी को बायें पैर की ऐड़ी से 30 इंच आगे जमीन पर लगाये और साथ ही दोनो हाथ की बदली करें । बायां हाथ आगे तथा दाहिना हाथ पीछे हो । आदेष स्कवाड दो–दो इस पोजीषन में देखने वाली बातें दाहिना पैर बायें पैर से तीस इंच आगे ऐड़ी लगी हुई पंजा उठा हुआ । बायां पैर जमीन पर सपाट शरीर का वजन बायें पैर बायें बाजू कंधे की सिधाई में आगे जमीन के समानान्तर दाहिना बाजू कमर पेटी की सिधाई में पीछे की तरफ । बाकि पोजीषन नं.1 की तरह । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड थम । इस आदेष पर बाये पैर को 30 इंच आगे जमीन पर लगाएँ । साथ ही दाहिने पैर को 30 इंच ऊपर उठाते हुए बायें पैर को साथ मिलायें तथा दोनो बाजूओं को वर खिलाफ स्विंग करते हुए दोनों

	बाजूओं को मिलायें । मेरे लिए आदेश थम एक – दो । इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त थम की कार्यवाही किया हुआ अर्थात् सावधान स्थिति । यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही में शक या सवाल ।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. एड़ियों पर मार्च न करना । 2. हाथों का आसमान की तरफ हिलाना । 3. हाथों को कोहनी से मोड़ना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल और थमः का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 27: खडे-खडे तेज कदम ताल व थम | – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एगल बोर्ड, पेस स्टिक, ड्रम, ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल और थम के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा खडे-खडे तेज कदम ताल व थम।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>तेज चाल से कदम ताल व आगे बढ़ की कार्यवाही को दुरुस्त करने के लिये खडे- खडे कदम ताल व थम की कार्यवाही कि जाती है।</p> <p>यहाँ तक की कार्यवाही में कोई शक सवाल। सबक आपको तरतीब बार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना देखें--</p>		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना--मेरे लिये आदेश-तेज कदम ताल.....थम जैसे थे यह था दुरुस्त नमूना अब इस कार्यवाही को गिनती के साथ देखें।</p> <p>गिनती से नमूना :- मेरे लिये आदेश गिनती से तेज कदम ताल रक्वाड एक खाली एक रक्वाड दो दो-दो रक्वाड थम एक दो जैसे थे यह था गिनती के साथ नमूना। अब</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>इस कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखे तथा सुनें।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- सावधान स्थिति से आदेश मिलेगा गिनती से तेज कदम ताल स्क्वाड एक इस आदेश पर बायें पैर को सामने से 12 इंच उपर उठायें तथा पुकारें खाली साथ हीं बायें पैर को जमीन पर सपाट लगायें तथा दाहिनें पैर को सामने से 12 इंच उपर उठायें पुकारें एक बयान की गई कार्यवाही को देखें।</p> <p>मेरे लिये आदेश-गिनती से तेज कदम ताल स्क्वाड एक खाली एक।</p> <p>इस स्थिति मे देखने वाली बातें -बायें पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार बायें पैर पर दोनों घुटने व रान कसे हुए तथा दाहिनें पैर जमीन से 12 इंच उपर घुटने से कुलहे तक जमीन के समानान्तर व एड़ी घुटने के नीचे पजां का रुख जमीन की तरफ खीचा हुआ बाकी सावधान स्थिति में। इस स्थिति मे आदेश मिलेगा स्क्वाड दो-दो के आदेश पर दाहिनें पैर को सपाट जमीन पर लगाएं साथ ही बायें पैर को सामने से 12 इंच उपर उठाएं पुकारें दो।</p> <p>आदेश-स्क्वाड दो-दो।</p> <p>इस स्थिति मे देखने वाली बातें-दाहिना पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ शरीर का भार दाहिनें पैर पर दाहिनें पैर घुटना व रान कसे हुए और बं;च पैर जमीन से 12 इंच उपर घुटने से कुलहे तक जमीन के समानान्तर तथा बायें पैर की एड़ी घुटने के नीचे पजां जमीन की तरफ खीचां हुआ बाकी सावधान स्थिति। इस स्थिति मे आदेश मिलेगा थम।</p> <p>बयान-जब दाहिनें पैर जमीन पर होगा तो आदेश मिलेगा थम, इस आदेश पर बायें पैर को सपाट जमीन पर दबायें साथ हीं दाहिनें पैर को सामने से 12 इंच आगे से उठाते हुए सपाट जमीन पर दबायें तथा बायें पैर की एड़ी के साथ दाहिनें पैरकी एड़ी मिलायें पुकारें एक-दो। बयान की गई कायवाही को देखें।</p> <p>थम एक-दो</p> <p>इस स्थिति मे देखने वाली बातें -थम की कार्यवाही किया हुआ अर्थात् दुरुस्त सावधान स्थिति।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u></p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u></p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u></p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद	02	36	प्रशिक्षक

जवान का नमूना	स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काडँ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काडँ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।				द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) नम्बर एक हरकत में बायें पैर को खाली ना छोड़ना व पैर तेजी के साथ बदली न करना। (2) जमीन में पैर लाते समय बाजू को बदन से अलग करना। (3) पैर का बदली करते समय घुटने को मोड़ना। (4) थम के आदेश पर बायें और दाहिने पैर को तेजी से सपाट न दबाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर खड़े-खड़े तेज कदम ताल व थम। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 28 : तेज चाल से कदम ताल व आगे बढ़ – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैक स्टिक मैट्रोनम, पेस स्टिक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। खडे–खडे तेज कदम ताल व थम। के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से कदम ताल व आगे बढ़		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	तेज चाल की हालत में मार्च करते समय स्कॉड की ड्रेसिंग और कवरिंग को कायम रखने के लिये कदम ताल किया जाता है। दुरुस्त फासला ड्रेसिंग और कवरिंग होने के बाद आगे बढ़ की कार्यवाही की जाती है। सबक आपको तरतीबवार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में कोई शक या सवाल, नहीं तो कार्यवाही को दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दूरुस्त नमूना – मेरे लिये ओदष सामने से तेल चल.... कदम ताल.... आगे बढ़.... थम, जैसे थे, यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना अब इस कार्यवाही को गिनती से देखें। गिनती से नमूना :— मेरे लिये आदेष सामने से तेज चल, गिनती से कदम ताल स्कॉड एक–खाली एक, स्कॉड दो–दो		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	स्क्वॉड एक-एक। अभी देखे आगे बढ़ की कार्यवाही, मेरे लिये आदेष गिनती से आगे बढ़ स्क्वॉड एक-खाली एक, स्क्वॉड दो				
	गिनती और बयान से नमूना :- तेज चाल की हालत मे बाया पैर जमीन पर लगते ही आदेष मिलेगा गिनती से कदम ताल स्क्वॉड एक, इस आदेष पर दाहिने हाथ को आगे से और बायें हाथ को पीछे से काटें और बदन के साथ मिलायें साथ ही दाहिने पैर को जमीन से 6 इंच उपर तथा 30 इंच आगे सपाट दबायें और बायें पैर को सामने से 12 इंच उपर उठाते हुए जमीन पर लगायें साथ ही दाहिने पैर को 12 इंच सामने से उपर उठायें व ताल की हालत में रखें, पुकारें खाली एक। बयान की कार्यवाही को देखे मेरे लिये आदेष गिनती से कदम ताल स्क्वॉड एक-खाली एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें- बायां पैर सपाट जमीन पर शरीर के भार बायें पैर पर, बायें पैर का घुटना व रान कसे हुये, दाहिने पैर जमीन से 12 इंच उपर तथा कुल्हे से घुटने तक जमीन के समाना तर तथा पंजा जमीन की ओर दोनों हाथ बदन के साथ मिले हूए बाकी सावधान, इस स्थिति से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो-दो के आदेष पर दाहिने पैर को सपाट जमीन पर दबायें तथा बायें पैर को सामने से 12 इंच उपर उठायें, बयान की कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड दो-दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिना पैर सपाट जमीन पर तथा शरीर का भार दाहिने पैर पर घुटना व रान कसे हुये, बायां पैर जमीन से 12 इंच उपर तथा घुटने से कुल्हे तक जमीन के समानां तक बाकी स्थिति सावधान। यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन, इस आदेष पर नं.1 स्थिति अखियार करें, पुकारे एक। बयान की कार्यवाही को देखें-स्क्वॉड एक, इस स्थिति में देखनेवाली बातें-जैसे नं.1 स्थिति में बयान किया गया है। यहाँ से अब बताऊँगा आगे बढ़ की कार्यवाही। बायां पैर जमीन पर लगते ही आदेष मिलेगा गिनती से आगे बढ़ स्क्वॉड एक, इस आदेष पर दाहिना पैर को जमीन पर सपाट दबाये साथ ही बायें पैर को दाहिने पैर से 30 इंच आगे लें और साथ ही बाजुओं को चलती हालत में लाएं, पुकारें खाली एक। बयान की कार्यवाही को देखे-मेरे लिये आदेष गिनती से बढ़ स्क्वॉड एक-खाली एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें-तेज चाल की नं.1 स्थिति जो पहले आप सीख चुके हैं। यहीं से आदेष मिलेगा दो, इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर से 30 इंच आगे एडी लगाएं व मार्च को जारी करें। पुकारें-				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	03. समय पुकारते हुए अभ्यास – 04. समय के अन्दाज से अभ्यास –				
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काडँ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काडँ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) नम्बर 1 हरकत में दाहिने पैर को सपाट न दबाना। (2) बायें पैर का तेजी के साथ उपर न उठाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से कदम ताल व आगे बढ़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 29: तेज चाल से मुड़ना— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें ।</p> <p>2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्कॉड की गिनती करें।</p> <p>4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैक स्टिक , एंगल बोर्ड , कदम प्रकार ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से कदम ताल व आगे बढ़ । के बारे में स्थीख चुके हैं । के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक जिसमें काम होगा तेज चाल से मुड़ना अभी बताऊँगा तेज चाल से मुड़ना। मुड़ना तीन प्रकार का है । दाहिने, बाएं तथा पीछे मुड़ । भाग –1 दाहिने मुड़ ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें तेज चाल की हालत में 90 अंष दाहिनी ओर दिषा व बनावट की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है । सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – अभी इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल मुड़ना, दाहिने मुड़, थम । यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना ।</p> <p>गिनती से नमूना :- मेरे लिये आदेष सामने से तेज चल गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्कवाड एक-एक, स्कवाड दो-दो, स्कवाड तीन बढ़ो, थम । यह था इस कार्यवाही का गिनती के साथ नमूना ।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- तेज चाल की हालत में जब दाहिने पैर की एड़ी जमीन पर हो या</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>दाहिने पैर को बायें पैर कॉस कर रहा हो आदेष मिलेगा, गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़, स्कवाड एक इस आदेष पर बायें पैर को 30 इंच आगे सपाट जमीन पर दबायें साथ ही दाहिना बाजू आगे से व बायां बाजू पीछे से सावधान स्थिति में लाये बयान की हुई कार्यवाही देखें, मेरे लिये आदेष गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्कवाड एक—एक ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें – बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे सपाट जमीन पर लगा हुआ, एड़ी उठी हुई दोनों पैरों के घुटने व रान कसे हुए, दोनों बाजू बगल शरीर में इस प्रकार मिले हुए कि रोषनी भी पार न हो सके। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो – इस आदेष पर बायें पैर को धूरी बनाते हुये शरीर व चेहरे का रुख 90डिग्री दाहिनी ओर मोड़, साथ ही दाहिने पैर को बायें पैर से 30 इंच आगे एड़ी लगायें बायां बाजू बबायें कंधे की सीधाई में जमीन के समान्तर आगे तथा दाहिना बाजू कमर पेटी की ऊँचाई के बराबर पीछे (तथा पूरा बयान चाल की नं.2 की स्थिति का करें) यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड 3 इस आदेष पर बायें पैर को 30 इंच आगे एड़ी लगाते हुए पुकारे बढ़ो, साथ ही चाल को जारी करें। थम । यह था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना । यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही में कोई शक या सवाल ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<ol style="list-style-type: none"> दोनों हाथ को तेजी से कट न कराना । बायें पैर सपाट न दबाना । पंजे पर टर्न न करना । दाहिने पैर का घुटना मोड़कर निकालना । 	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से मुड़ना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।			
--	---	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 30 : तेज चाल से बायें मुड़ - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू - शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैंक स्टिक , एंगल बोर्ड , कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। दाहिने मुड़ के बारे में स्थीख चुके हैं के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस परियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक जिसमें काम होगा तेज चाल से बायें मुड़		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें तेज चाल की हालत में 90 अंश बायें ओर दिषा व बनावट की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल मुड़ना बायें मुड़ –थम। यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से मुड़ना बायें मुड़ –स्कवाड एक–एक स्कवाड दो–दो , स्कवाड तीन , बढ़ो थम यह था बायें मुड़ का दुरुस्त नमूना।</p> <p>7) गिनती और बयान के साथ नमूना</p> <p>तेज चाल की हालत में जब बायें पैर की एड़ी जमीन पर हो तो आदेष मिलेगा, गिनती से मुड़ना बायें मुड़, स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने पैर को 30 इंच आगे स्पाट जमीन पर दबायें साथ ही दोनों बाजू सावधान स्थिति में लायें। पुकारे एक बयान की हुई कार्यवाही देखें, मेरे लिये आदेष गिनती से मुड़ना बायें</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	मुङ्ग स्कवाड एक—एक । इस स्थिति में देखने वाली बातें – दाहिना पैर बायें पैर से 30 इंच आगे सपाट जमीन पर लगा हुआ, बाएं पैर का पंजा जमीन पर एड़ी उठी हुई दोनों पैरों के घुटने व रान कसे हुए, दोनों बाजू बगल शरीर में इस प्रकार मिले हुए कि रोषनी भी पार न हो सके। यही से आदेष मिलेगा स्कवाड दो – इस आदेष पर दाहिने पैर के पंजे पर धुरी बनाते हुये शरीर व चेहरे का रुख 90डिग्री बायें ओर मोड़े, साथ ही बायें पैर को 30 इंच आगे एड़ी जमीन पर लगायें। दाहिना बाजू दाहिने कंधे की सीधाई में आगे तथा बायां बाजू जमीन के समान्तर कमर पेटी की ऊँचाई के बराबर पीछे ले जायें बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें – शरीर व चेहरे का रुख 90 डिग्री बायीं ओर मुड़ा हुआ दाहिना पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार दाहिने पैर पर बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे एड़ी जमीन पर लगी हुई पंजे का रुख ऊपर की तरफ उस्ताद यहाँ पर पूरा तेज चाल की नं.1 स्थिति का बयान करें। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर दाहिने पैर को 30 इंच आगे एड़ी लगाते हुए पुकारे बढ़ो साथ ही तेज चाल को जारी करें। बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड तीन बढ़ो थम। यह था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना। यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही में कोई शक या सवाल।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काडँ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काडँ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. पूरा 90 डिग्री बायें शरीर को न मोड़ना । 2. बायें पैर आगे लेते समय शरीर को आगे झुकाना व धुटना मोड़ना । 3. शरीर का संतुलन न रखना । 4. बायें पैर का तथा हाथों का एक साथ समन्वय न होना ।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले	02	40	प्रशिक्षक

<p>शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से बायें मुड़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			द्वारा बयान
--	--	--	-------------

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 31 : तेज चाल से पीछे मुड़। – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैंक स्टिक , एंगल बोर्ड , कदम प्रकार।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से बायें मुड़ के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक जिसमें काम होगा तेज चाल से पीछे मुड़।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें तेज चाल की हालत में 180 अंष दाहिने ओर से दिषा की बदली करना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल मुड़ना पीछे मुड़ –थम। यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना।</p> <p>6) गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ –स्कवाड एक–एक स्कवाड दो–दो , स्कवाड तीन–तीन, स्कवाड चार–चार, स्कवाड पॉच–पॉच, स्कवाड छःबढ़ो यह था गिनती के साथ नमूना।</p> <p>7) गिनती और बयान के साथ नमूना</p> <p>तेज चाल की हालत में आदेष मिलेगा गिनती से पीछे मुड़ स्कवाड एक यह आदेष तब मिलता है जब बायें पैर की एड़ी जमीन पर लगती है इस आदेष पर दोनों बाजू सावधान स्थिति में लायें व दाहिने पैर को 30</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

इंच आगे सपाट जमीन पर दबायें साथ ही बायें पैर को 12 इंच ऊपर हवा में रोके। पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष सामने से तेज़ चल गिनती से मुड़ना पीछे मुड़ स्कवाड एक—एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें — दाहिना पैर सपाट जमीन पर, शरीर का भार दाहिने पैर पर घुटने व रान कसे हुए, बायां पैर कुल्हे से लेकर घुटने तक जमीन के समान्तर घुटना एवं एड़ी एक सीधाई में। पंजे का रुख जमीन की तरफ मुड़ा हुआ। दोनों बाजू बगल शरीर में इस प्रकार मिले हुए कि रोषनी भी पार न हो सके। यही से आदेष मिलेगा स्कवाड दो — इस आदेष पर बायें पैर के कटे हुये भाग दाहिने पैर की टो के साथ टी आकार देते हुए सपाट जमीन पर रखें। साथ ही दाहिना पैर 12 इंच ऊपर हवा में रोकें बयान की हुई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें —शरीर व चेहरे का रुख 90 डिग्री दाहिने ओर मुड़ा हुआ बायां पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार बायें पैर पर बायां पैर का घुटना तथा रान कसे हुये दाहिने पैर कूल्ले से लेकर घुटने तक जमीन के समान्तर दाहिने पैर का घुटने व एड़ी एक सीधाई में पंजे का रुख जमीन की तरफ मुड़ा हुआ आगे का बयान उस्ताद यहाँ पर पूरा करें यही से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर की एड़ी के साथ एल आकार में रखें साथ ही बायें पैर को 12 इंच ऊपर हवा में रोके पुकारे तीन बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कवाड तीन—तीन इस स्थिति में देखने वाली बाते 90 डिग्री और दाहिने मुड़ा हुआ या 180 डिग्री पीछे मुड़ की स्थिति में दाहिना पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार दाहिने पैर पर (आगे का बयान नं1 स्थिति जैसा) यही से आदेष मिलेगा स्कवाड चार इस आदेष पर बायें पैर की एड़ी के साथ मिलाते हुये दबायें पुकारे चार। बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड चार—चार।

इस स्थिति में देखने वाली बातें — पीछे मुड़ की दुरुस्त कार्यवाही किया हुआ दोनों पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार दोनों पैरों पर पैरों की एड़ी मिला हुआ। बाकि स्थिति सावधान की। इस स्थिति से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस आदेष पर दाहिने पैर को 30 इंच आगे एड़ी लगायें। साथ ही बायां बाजू आगे व दाहिना बाजू तेज़ चाल की नं.2 स्थिति में ले जायें। जैसे

	ही दाहिने पैर की एड़ी जमीन पर लगता है। पुकारे पॉच स्कवाड पॉच-पॉच इस स्थिति में देखने वाली बातें (तेज चाल की नं. 2 स्थिति का पूरा बयान करें) यहीं से आदेष मिलेगा। स्कवाड छः इस आदेष पर बायें पैर को तेज चाल की नं.1 स्थिति में ले जायें जैसे ही बायें पैर की एड़ी 30 इंच आगे जमीन पर लगता है। पुकारें बढ़ो साथ ही चाल को जारी करें। बयान की हुई कार्यवाही को देखें स्कवाड छः बढ़ो। थम ये था गिनती और बयान के साथ नमूना। यहाँ तक कि कार्यवाही में किसी को कोई शक, शक नहीं तो इस काम को मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. एक दो तीन चार हरकतों में एडियो की जगह पर पूरी कार्यवाही न करना। 2. दूसरी, तीसरी व चौथी हरकत में बाजू को शरीर से अलग करना। 3. शरीर का संतुलन न रखना। 4. दूसरी व तीसरी हरकत में 90 डिग्री दाहिने दिशा का बदली न करना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से पीछे मुड़। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 32: लम्बा कदम एवं छोटा कदम— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैंक स्टिक , एंगल बोर्ड , कदम प्रकार ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से पीछे मुड़। के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक जिसमें काम होगा लम्बा कदम एवं छोटा कदम		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	स्क्वाड को दाहिने या बांये घूमकर जाने के लिए लम्बा और छोटा कदम लेने की जरूरत पड़ती है। लम्बा कदम 33 इंच तथा छोटा कदम 21 इंच का होता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना :- मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल। लम्बा कदम। छोटा कदम। थम।</p> <p>7) हरकत और बयान के साथ नमूना :- घूम की हरकत में 04 फुट त्रिज्या को एक चौथाई भाग में पूरी होती है। इसमें इनर फ्लैंक छोटा कदम 21 इंच का मध्य फ्लैंक सामान्य कदम 30 इंच का तथा आउटर फ्लैंक लम्बा कदम 33 इंच का लेता है, जो इस प्रकार है।</p> <p>घूम की कार्यवाही में स्क्वाड या प्लाटून के जवान स्वयं ही मध्य से ड्रेसिंग रखते हुए घूम की कार्यवाही करेंगे तथा स्वयं ही लम्बा, छोटा एवं मध्यम कदम लेंगे। इसके लिए कोई अलग से आदेष नहीं दिया जाएगा।</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	अभ्यास :- प्रशिक्षक इसी कार्यवाही को डायाग्राम		18	34	प्रशिक्षक

	बनाकर अभ्यास करवाये। प्रशिक्षक के लम्बा कदम के आदेष पर कार्यवाही करें अर्थात् 33 इंच का कदम लें, छोटा कदम पर 21 इंच का कदम लेकर मार्च करें। अभ्यास के लिए यह आदेष दाहिने पैर पर दिया जाए।				द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान	
आम गलतियाँ	1 कदम को छोटा, लम्बा करना अर्थात् कभी लम्बा कभी छोटा। 2 घूम में एक साथ कदम एक न लेना	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान	
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर लम्बा कदम एवं छोटा कदम का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 33: घूमना Wheeling) – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	बैक स्टिक , एंगल बोर्ड , कदम प्रकार ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लम्बा कदम एवं छोटा कदम के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ फ़िल का एक आर सबक जिसमें काम होगा घूमना (Wheeling)		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब प्लाटून को एक ही स्थान से तीनों तीन के फारमेषन को कायम रखते हुए बांये या दाहिने 90 डिग्री दिशा का परिवर्तन करना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	बयान :- बयान :- इसी कार्यवाही का मैं बयान करता जाऊंगा आप लोग साथ—साथ कार्यवाही करते जाएंगे। तीनों तीन की हालत से आदेष मिलेगा। दाहिने या बांये घूम तो प्लाटून के सबसे अगले भाग का भीतरी जवान एक चौथाई गोलाई जिसका अर्ध व्यास चार फीट होगा में घूमेगा तथा छोटा कदम लेगा। मध्य फाईल के जवान साधारण कदम लेगा और आउटर फाईल के जवान लम्बा कदम लेकर तेजी के साथ आ जाएंगे ताकि उससे सिधाई रखी जा सके। प्रत्येक फाईल का अन्दर वाला जवान अपना सिर और ऑख बाहर वाले जवान की ओर मुड़ेगा। बाकी जवान अपनी सिर और ऑखें अन्दर वाले जवान की ओर मुड़ेगे। ज्योंही एक चौथाई गोलाई घूम ली जाए सब जवान अपनी सिर और ऑखें सामने कर देंगे और नई दिशा की ओर चलेंगे। बाकी फाईल अपने कदम और रफ़्तार ठीक रखकर आगे वाले जवानों से कदम मिलायेंगे।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	बयान :- इसी कार्यवाही का मैं बयान करता जाऊंगा आप लोग साथ—साथ कार्यवाही करते जा		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्कॉड में		02	36	प्रशिक्षक

जवान का नमूना	से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।				द्वारा बयान
आम गलतियाँ			02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर घूमना (Wheeling) का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 34 : धीरे चाल से सामने दाहिने एवं बाए सैल्यूट I- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, पैस स्टिक, बैक स्टिक, मेट्रो नम यदि उपलब्ध हो तो ड्रम व ड्रमर		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। घूमना के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक जिसमें काम होगा धीरे चाल से सामने दाहिने एवं बाए सैल्यूट भाग 1 में भाग 1 धीरे चाल से सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	तेज चल से सामने सैल्यूट की कार्यवाही को दुरुस्त करने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब से सिखाऊँगा ,तरतीब में सबसे पहले।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना अब इसको गिनती से देंखें। .दुरुस्त नमूना- मेरे लिये आदेश सामने से धीरे चल सामने सैल्यूट रक्वाड, सैल्यूट थम जैसे थे यह था इस काम का दुरुस्त नमूना अब इसको गिनती से देंखो। 7.गिनती से नमूना- मेरे लिये आदेश सामने से धीरे चल गिनती से सामने सैल्यूट,रक्वाड एक-एक,दो रक्वाड दो-एक-दो-तीन-एक रक्वाड तीन,एक-दो-तीन-एक,रक्वाड चार एक-दो-तीन-एक,रक्वाड पाँच बढ़ो,थम यह था इस काम का गिनती से नमूना। 8.गिनती और बयान के साथ नमूना- धीरे चाल की हालत में दाहिने पैर पर आदेश मिलेगा गिनती से सामने सैल्यूट रक्वाड एक,इस आदेश		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पर सीखे हुए तरीके से थम की कार्यवाही करें। पुकारें, एक दो। बयान की गई कार्यवाही को देखे मेरे लिये आदेश सामने से धीरे, चल, गिनती से सामने सैल्यूट रक्वाड एक, एक-दो। इस स्थिति में देखने वाली बांतें। दुरुस्त सावधान स्थिति यहीं से आदेश मिलेगा, रक्वाड दो।</p> <p>दो के आदेश पर सीखे हुए तरीके से सामने सैल्यूट करके सैल्यूट डाऊन करें। पुकारें एक-दो-तीन एक मेरे लिये आदेश -रक्वाड दो-एक-दो-तीन-एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें-एक बार सैल्यूट गल गज डाऊन किया हुआ। बाकी दुरुस्त सावधान स्थिति इस स्थिति से आदेश मिलेगा, रक्वाड तीन दोबारा सैल्यूट करें व समय पुकारते हुए सैल्यूट को डाऊन करें। पुकारें एक-दो-तीन-एक बयान की गई कार्यवाही को देखें, रक्वाड तीन, एक-दो-तीन-एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें-दोबारा सैल्यूट डाऊन गल गज किया हुआ। बाकी दुरुस्त सावधान स्थिति। यहीं से आदेश मिलेगा, रक्वाड चार।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउंगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) धीरे चाल व थम की तमाम गलतियाँ इसमें शामिल हैं। (2) खड़े-खड़े सामने सैल्यूट की तमाम गलतियाँ इसमें शामिल हैं। (3) दुरुस्त पिछे मुड़ न करना। (4) बाँह पैर से मार्च न करना। (5) बाँह पैर का पंजा जमीन पर लगने से पहले बढ़ो पुकारना।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से सामने सैल्यूट। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।			
--	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 35 : धीरे चाल से दाहिने सैल्यूट – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	जो भाग दो में बताया जा चुका है।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से सामने सैल्यूट के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान खाली हाथ ड्रिल का एक आर सबक जिसमें काम होगा धीरे चाल से दाहिने सैल्यूट सिखाना।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	तेज चाल से दाहिने सैल्यूट को दुरुस्त करने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब से सिखाऊँगा ,तरतीब में सबसे पहले।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। .दुरुस्त नमूना- मेरे लिये आदेश सामने से धीरे चल दाहिने सैल्यूट स्क्वाड सैल्यूट ,थम। 5.गिनती से नमूना- मेरे लिये आदेश सामने से धीरे चल गिनती से दाहिने सैल्यूट,स्क्वाड एक- खाली एक,स्क्वाड-दो दो-तीन-चार-पाँच-छः ,स्क्वाड तीन,डाउन ,स्क्वाड चार बढ़ो,थम जैसे थे यह था इस जी गं गिनती से नमूना।अब इस कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ दर्खे। 6.गिनती और बयान के साथ नमूना- धीरे चाल से आदेश मिलेगा गिनती से दाहिने सैल्यूट स्क्वाड एक,यह आदेश तब मिलेगा,जब बाय पैर का पंजा जमीन पर लग रहा होए दाहिने पैर को खाली छोड़े, बायें पैर का पंजा जमीन पर लगते ही गर्दन को		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>90 अंश दाहिने मोडे तथा दाहिने हाथ को सैल्यूट की स्थिति में लाएं। पुकार खाली एक बयान की गई कार्यवाही को दख।</p> <p>मेरे लिय आदेश सामने से धीरे चल गिनती से दाहिने सैल्यूट, स्क्वाड एक- खाली एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बात-बायाँ पैर सपाट जमीन पर शरीर का भार तथा दाहिना पैर तोल हालत में दोना पैर के घुटने व रान कसे हुए तथा गर्दन से चेहरे को 90 अंश दाहिनी तरफ किया हुआ तथा दाहिने सैल्यूट सिखे हुए तरीके से किया हुआ। इस स्थिति से आदेश मिलेगा , स्क्वाड-दो।</p> <p>दो के आदेश पर दाहिने पैर को आगे निकालते हुए पाँच कदम आगे जाएं और छः पर मार्च को राके। पुकार-दो, तीन, चार, पाँच, छः। बयान की गई कार्यवाही को दख। स्क्वाड दो-दो, तीन, चार, पाँच, छः।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें-दायां पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ तथा शरीर का भार श पर, बायें पैर तोल हालत में दुरुस्त दाहिने सैल्यूट किया हुआ। इस स्थिति से आदेश मिलेगा , स्क्वाड-तीन।</p> <p>तीन के आदेश पर बायें पैर को 15 इंच आगे लें तथा ज्यों ही पंजा जमीन पर लगे गर्दन को सामने लाँहे तथा सैल्यूट को तेजी से डाऊन करें। पुकारें डाऊन, बयान की गई कार्यवाही को देंखें। स्क्वाड तीन, डाऊन।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें-सैल्यूट डाऊन किया हुआ शरीर का भार बायें पैर पर दाहिना पैर तोल हालत में बाकी सावधान स्थिति। इस स्थिति से आदेश मिलेगा , स्क्वाड-चार।</p> <p>चार के आदेश पर बायें पैर को 15 इंच आगे जमीन पर लगाएं व मार्च को जारी करें। पुकारे बढ़ो। स्क्वाड चार बढ़ो, थम जैसे थे यह था गिनती और बयान के साथ नमूना।</p>			
अभ्यास	<p>01. उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</p> <p>02. जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</p> <p>03. समय पुकारते हुए अभ्यास –</p> <p>04. समय के अन्दाज से अभ्यास –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाएं और अच्छे जवान को अपनी जगह पर	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउग़ों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।				
आम गलतियाँ	(1) गर्दन को 90 अंश दाहिने की ओर न मोडना। (2) गर्दन,सैल्यूट व पंजे का लगना एक साथ न होना। (3) धीरे चाल की तमाम गलतियाँ इसमे शामिल हैं।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से दाहिने सैल्यूट सिखाना। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल। नोट— बाएं सैल्यूट भी दाहिने सैल्यूट की तरह होता है। लेकिन बाएं सैल्यूट मे गर्दन 90 अंश बाई तरफ टने होगी। बाकि तमाम कार्यवाही दाहिने सैल्यूट की तरह है।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 36 :तेज चाल से सामने, पत्र के साथ व दाहिने, बायें सैल्यूट

- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड,पेस स्टिक,बैक स्टिक,मेट्रोनमएड्स व ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से दाहिने सैल्यूट सिखाना। के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से सामने, पत्र के साथ, दाहिने और सैल्यूट करना। इस भाग में सिखाऊँगा तेज चाल से सामने सैल्यूट की कार्यवाही।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें किसी सीनियर अधिकारी के पास जाना हो या वह हमें बुलाता हो, तो उन्हे सम्मान देने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब से सिखाऊँगा, तरतीब में सबसे पहले।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दुरुस्त नमूना-					
मेरे लिये आदेश सामने से तेज चल, सामने सैल्यूट, स्क्वाड रैल्यूट, थम।					
गिनती से नमूना-					
मेरे लिये आदेश सामने से तेज चल, गिनती से सामने सैल्यूट, स्क्वाड एक-एक, दो। स्क्वाड-दो' 'स्क्वाड-दो-एक-दो-तीन-एक'। 'स्क्वाड तीन-एक-दो-तीन-एक'। 'स्क्वाड चार, एक-दो-तीन-एक'। स्क्वाड पाँच बढ़ो। थम।					
यह था गिनती से नमूना। अब इस कार्यवाही को					

	<p>गिनती और बयान के साथ दखें व सुन।</p> <p>गिनती और बयान के साथ नमूना-</p> <p>तेज चाल से जब दाहिना पैर जमीन पर लगता है तो आदेश मिलेगा 'गिनती से सामने सैल्यूट, स्क्वाड एक' इस आदेश पर सीखे हुए तरीके से दुरुस्त थम कर। पुकार-एक दो। बयान की गई कार्यवाही को दख।</p> <p>मेरे लिये आदेश नीज नज तेज चल 'गिनती से सामने सैल्यूट, स्क्वाड एक-एक-दो।' इस स्थिति में देखने वाली बात-तेज चाल से दुरुस्त थम किया हुआ या सावधान स्थिति। यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वाड-दो। तो इस आदेश पर सीखे हुए तरीके से एक बार सामने सैल्यूट की कार्यवाही कर और सनय पुकारते हुए डाऊन कर। पुकार-एक-दो-तीन-एक। बयान की गई कार्यवाही को दख। स्क्वाड-दो 'एक-दो-तीन-एक। इस स्थिति में देखने वाली बात-एक बार सैल्यूट करके डाऊन किया हुआ। यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वाड-तीन। इस आदेश पर दोबारा सैल्यूट कर डाऊन कर, पुकार-एक-दो-तीन-एक। बयान की गई कार्यवाही को दख। स्क्वाड-तीन एक-दो-तीन-एक। इस स्थिति में देखने वाली बात-दोबारा सैल्यूट कर डाऊन किया हुआ बाकी स्थिति सावधान यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वाड-चार। तो सीखे हुए तरीके से पीछे मुड़ कर, पुकार-एक-दो-तीन-एक। बयान की हुई कार्यवाही को दख। स्क्वाड-चार एक-दो-तीन-एक। इस स्थिति में देखने वाली बात-दुरुस्त 180 अंश पीछे मुड़ की कर्यवाही की हुई, यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वाड पाँच। इस आदेश पर बाँहे पैर को दाहिने पैर से 30 इंच पंटज एडी लगाएं और मार्च कर, पुकार बढ़ो। बयान की गई कार्यवाही को दखें।</p> <p>(उस्ताद शक सवाल करें)</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) पहली हरकत में दुरुस्त सवधान पोजीशन न होना। (2) सैल्यूट के दौरान आगे झुकना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	(3)सैल्यूट को नजदीकी रास्ते से न गिराना।				
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से सामने सैल्यूट। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 37 : भाग-दो तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू - शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड,पेस स्टिक,बैक स्टिक,मेट्रोनमएड्रम व ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से सामने सैल्यूट। के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब किसी सीनियर को पत्र के साथ या लिखित सन्देश देना हो तो यह कार्यवाही अमल में लाई जाती है।(सबक तरतीब वार होगा।पहले इसी का दुरुस्त नमूना देंखें)		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना-</p> <p>मेरे लिये आदेश सामने से तेज चल 'गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट खचाड एक-एक-दो। खचाड-दो-एक,दो-तीन-एक। खचाड-तीन-एक दो। खचाड-चार-चार-खचाड-पाँच-एक-दो-तीन-एक। खचाड-छ: एक-दो, खचाड-सात-एक-दो-तीन-एक। खचाड आठ-एक-दो-तीन-एक। खचाड नो-बढो। थम-एक-दो। ये था गिनती से नमूना। अब इस कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देंखें व सुनें।</p> <p>गिनती और बयान के साथ नमूना-</p> <p>तेज चाल से उसी प्रकार आदेश मिलेगा जिस प्रकार सामने सैल्यूट का मिला। सिर्फ आदेश में फर्क है- गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट खचाड एक। इस आदेश पर</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

सीखे हुए तरीके से थम करें। पुकारे एक-दो। बयान की गई कार्यवाही को देखें।

मेरे लिये आदेश सामने से तेज चल 'गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट, स्क्वाड एक-एक-दो।' इस स्थिति में देखने वाली बातें।

तेज चाल से दुरुस्त थम किया हुआ या सावधान स्थिति। यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वाड-दो। तो इस आदेश पर सिखे हुए तरीके से एक बार सामने सैल्यूट की पूरी कार्यवाही करें। पुकारें-एक-दो-तीन-एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें। 'स्क्वाड-दो।' एक-दो-तीन-एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें-

एक बार सामने सैल्यूट की पूरी कार्यवाही की हुई। यहीं से आदेश मिलेगा स्क्वाड-तीन। इस आदेश पर सिखे हुए तरीके से एक 30 इंच का कदम आगे लें। आर पुकारें एक-दो। बयान की गई कार्यवाही को देखें। 'स्क्वाड-तीन-एक-दो।' इस स्थिति में देखने वाली बातें-पहली जगह से 30 इंच कदम आगे लिया हुआ बंका सावधान स्थिति। यहाँ से आदेश मिलेगा स्क्वाड-चार। तो इस आदेश पर तेजी व चटकी से बायें हाथ को बायें कुहँैल तथा दाहिने हाथ से पत्र बाहर निकालते हुए मुट्ठी को बन्द करें, पुकारें-'चार।' बयान की गई कार्यवाही को देखें-स्क्वाड-चार-चार। इस स्थिति में देखने वाली बातें-बायों हाथ बायें कुलहे व जेब के बीच, दाहिने हाथ में पत्र तथा दोनों मुट्ठियां बन्द, बाकी स्थिति सवधान। यहाँ से आदेश मिलता है-स्क्वाड-पाँच तो इस आदेश पर चटकी से बायें हाथ को नीचे सावधान स्थिति में करें। साथ ही दाहिने हाथ को आगे कमर पेटी की लाईन में मुट्ठी को सीधा करें और पत्र लेने वाले अधिकारी को पत्र देकर दो-तीन का समय रखते हुए तेजी से सावधान पोजीशन में लायें, पुकारें-एक-दो-तीन-एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें-स्क्वाड-पाँच, एक-दो-तीन-एक। इस पोजीशन में देखने वाली बातें-पत्र अधिकारी को देने के बाद दुरुस्त सावधान स्थिति। यहाँ से आदेश मिलता है-स्क्वाड-छः। तो इस आदेश पर बायें पैर से एक 30 इंच का कदम पिछे लें और पुकारें एक दो। बयान की गई कार्यवाही को देखें-स्क्वाड छः। इस स्थिति में देखने वाली बातें-पहली जगह से एक 30 इंच गं कदम पिछे लिया हुआ या सावधान स्थिति। यहाँ से आदेश मिलता है-स्क्वाड-सात। तो इस आदेश पर सीखे हुए तरीके से एक बार सामने सैल्यूट की कार्यवाही करें और पुकारें-एक-दो-तीन-एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें-एक बार सामने

	<p>सैल्यूट की पूरी कार्यवाही की हुई या दुरुस्त सावधान स्थिति। यहां से आदेश मिलता है-स्क्वाड-आठ। तो इस आदेश पर सीखे हुए तरीके से पिछे मुड़ की कार्यवाही करें और पुकारें-एक-दा-तीन-एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें-स्क्वाड आठ-एक-दो-तीन-एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें-अपनी जगह से दुरुस्त पीछे मुड़ किया हुआ। यहां से आदेश मिलता है-स्क्वाड- नौ तो बायें पैर से मार्च जारी करें। पुकारें-बढ़ो। बयान की गई कार्यवाही को देखें-स्क्वाड-ना-बढ़ो। थम एक-दो।</p> <p>यहाँ तक किसी को कोई शक। शक नहीं तो मेरे आदेश पर अभ्यास करेंगे। (स्क्वाड को एक लाइन में खड़ा करके, दायें या बायें मुड़कर अभ्यास करायें।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काडँ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काडँ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) दुरुस्त थम न होना। (2) सैल्यूट की कार्यवाही ठीक न होना। (3) कदम आगे लेते समय बाजुओं को मोड़ना। (4) बायें-दायें हाथ को जेब पर मारते समय व पत्र निकालते समय बार्थीं और झुककर देखना। (5) पत्र निकालते समय हाथ ज्यादा उठाना व कोहनी बैंड करना। (6) हरकतें सुरक्षित करना तथा सही समय या ठहराव न देना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 38: तेज चाल से दाहिने सैल्यूट - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू - शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एगल बोर्ड, पेस स्टिक, बैक स्टिक, मेट्रोनम एड्रम व ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट के बारे में भीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, अभी सीखाऊँगा तेज चाल से दाहिने सैल्यूट की कार्यवाही।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम तेज चाल मे जा रहे हों और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे दाहिने और खड़ा हो या दाहिने और से गुजर रहा हो तो उन्हे सम्मान देने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब स सिखाऊँगा, तरतीब मे सबसे पहले		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना- (उस्ताद स्क्वाड के बायें वाले जवान से नमूना दे)</p> <p>मेरे लिये आदेश सामने से तेज चल, दाहिने सैल्यूट, स्क्वाड सैल्यूट, थम। जैसे थे। यह था दुरुस्त नमूना। अभी इसी काम को गिनती से देंखें।</p> <p>गिनती से नमूना-</p> <p>मेरे लिये आदेश- (गिनती से दाहिने सैल्यूट स्क्वाड- एक-खाली-एक)। स्क्वाड-दो-दो. तीन चार, पाँच, छः। स्क्वाड तीन-डाउन। स्क्वाड चार-खाली सुईंग। थम एक-दो।</p> <p>ये था गिनती से नमूना। अब इस कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देंखे व सुनें।</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	गिनती और बयान के साथ नमुना- <p>तेज चाल से जैसे ही बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, आदेश मिलेगा। गिनती से दाहिने सैल्यूट स्क्वाड एक। इस आदेश पर जैसे ही एक बोला जाये या बायें पैर की एडी जमीन पर लगते ही दोनों बाजू को तेजी से सावधान स्थिति में लॉक करें, दाहिने पैर से 30 इंच पूरा कदम लें, बोले खाली तथा बायें पैर को 30 इंच आगे जैसे ही बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, तो सीखे हुए तरीके से दाहिने सैल्यूट करके रुकें बोले खाली एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें- मेरे लिये आदेश 'सामने से तेज चल' गिनती से दाहिने सैल्यूट स्क्वाड एक खाली एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें- बायें पैर की एडी जमीन पर पंजा ऊपर। दाहिना पैर फ्लैट जमीन पर तथा शरीर का वजन दाहिने पैर पर। दाहिने हाथ से दाहिने सैल्यूट किया हुआ। बाकी सावधान स्थिति। यहाँ से आदेश मिलता है, स्क्वाड दो। इस आदेश पर दाहिने पैर को दो गिनते हुए छः की गिनती तक पाँच कदम आगे जाएं और रुकें। पुकारें दो-तीन-चार-पाँच-छः। बयान की गई कार्यवाही को देखें- जेलज कअ, आदेश 'स्क्वाड दो-दो, तीन-चार. पाँच, छः। इस स्थिति में देखने वाली बातें- सैल्यूट की हालत में पहले वाली स्थिति से पाँच कदम आगे लिया हुआ, दोनों पैर तेज चाल की 2 नः पोजीशन की तरह। यहाँ से आदेश मिलेगा, स्क्वाड- तीन। तो इस आदेश पर बायें पैर को 30 इंच आगे जमीन पर टिकायें, जैसे ही बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, सैल्यूट को डाऊन करें, गर्दन को सामने घुमाएं, पुकारें डाऊन। बयान की गई कार्यवाही को देखें।</p> <p>स्क्वाड तीन-डाऊन। इस पोजीशन में देखने वाली बात- सैल्यूट डाऊन किया हुआ। गर्दन का रुख सामने की तरफ, बायां पैर 30 इंच आगे एडी जमीन पर तथा पंजा उठा हुआ। दाहिना पैर सपाट जमीन पर, बाकी स्थिति सावधान की तरह। यहाँ से आदेश मिलता है स्क्वाड-चार, तो दाहिने पैर को 30 इंच आगे लें और बायें पैर को 30 इंच आगे लेते हुए दोनों बाजू सुइंग करें। पुकारें खाली सुइंग-सुइंग.....। (इसमें दाहिने पैर को आगे लेते समय बाजू लॉक रहेगी)। बयान की गई कार्यवाही को देखें आदेश स्क्वाड चार-खाली सुइंग.....।) स्क्वाड थम। , ग दो। उस्ताद विश्राम पोजेशन में शक सवाल करें।</p>			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	03. समय पुकारते हुए अभ्यास – 04. समय के अन्दाज से अभ्यास –			
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्कार्ड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) स्क्वार्ड एक या सैल्यूट के आदेश पर दोनों बाजू का लॉक न होना। तथा सैल्यूट में गर्दन पूरी दाहिने न आना। (2) सैल्यूट के दजपीजस बायें बाजू को हिलाना तथा बायां कंधा आगे करना। (3) डाऊन करने पर सीधा सुइंग करना। (4) अधिकारी की तरफ देखना। (अधिकारी की तरफ तभी आंखे मिलाएं जब उनके सामने आये) (5) अधिकारी से पहले सैल्यूट कर देना। नोट-सैल्यूट अधिकारी से 3 कदम पहले से तथा 3 कदम बाद तक किया जाए।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से दाहिने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 39: तेज चाल से बायें सैल्यूट- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एगल बोर्ड,पेस स्टिक,बैक स्टिक,मेट्रोनमएड्रम व ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से दाहिने सैल्यूट के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ झील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से बायें सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम तेज चाल में जा रहे हों और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे बायें से गुजरता है या खड़ा हो, तो उन्हे सम्मान देने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। (सबक तरतीबवार सिखाऊंगा) पहले सवाल करें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना यह कार्यवाही दाहिने सैल्यूट की तरह ही सिर्फ दाहिने की जगह बायें बोलना है। बायें सैल्यूट करना है।</p> <p>गिनती से नमूना :- यह कार्यवाही दाहिने सैल्यूट की तरह ही सिर्फ दाहिने की जगह बायें बोलना है। बायें सैल्यूट करना है।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- तेज चाल से जैसे ही बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, आदेष मिलेगा। गिनती से बाए सैल्यूट स्क्वॉड एक। इस आदेष पर जैसे ही एक बोला जाये या बायें पैर की एडी जमीन पर लगते ही दोनों बाजू को तेजी से सावधान स्थिति में लॉक करें, दाहिने पैर से 30 इच पूरा कदम लें, बोले खाली तथा बायें पैर को 30 इच आगे जैसे हीं बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, तो सीखे हुए तरीके से बाए सैल्यूट करके रुके बोले खाली एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें—मेरे लिये आदेष 'सामने से तेज चल' गिनती से दाहिने सैल्यूट स्क्वॉड एक खाली एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें—बायें पैर की एडी जमीन पर पा जा ऊपर। दाहिने पैर पलैट जमीन पर तथा शरीर का बनज दाहिने पैर</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	पर। दाहिने हाथ से बाए सैल्यूट किया हुआ। बाकी सावधान रिथति। यहाँ से आदेष मिलता है, स्क्वॉड दो। इस आदेष पर दाहिने पैर को दो गिनते हुए छः की गिनती तक पाँच कदम आगे जाए और रुकें। पुकारे दो-तीन-चार-पाँच-छः। बयान की गई कार्यवाही को देखे—मेरे लिये आदेष 'स्क्वॉड दो-दो-तीन-चार-पाँच-छः। इस रिथति में देखने वाली बातें—सैल्यूट की हालत में पहले वाली रिथति से पाँच कदम आगे लिया हुआ दोनों पैर तेज चाल की नं.2 पोजीषन की तरह। यहाँ से आदेष मिलेगा, स्क्वॉड-तीन। तो इस आदेष पर बायें पैर को 30 इंच आगे जमीन पर टिकायें, जैसे ही बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, सैल्यूट को डाऊन करें, गर्दन को सामने घुमाये, पुकारें डाऊन। बयान की गई कार्यवाही को देखे। स्क्वॉड तीन डाऊन। इस पोजीषन में देखने वाली बातें सैल्यूट डाऊन किया हुआ। गर्दन का रुख सामने की तरफ, बायां पैर 30 इंच आगे एडी जमीन पर तथा पंजा उठा हुआ। दाहिना पैर सपाट जमीन पर, बाकी रिथति सावधान की तरह। यहाँ से आदेष मिलता है स्क्वॉड-चार, तो दाहिने पैर को 30 इंच आगे लें और बायें पैर को 30 इंच आगे लेते हुए दोनों बाजु सुईंग करें। पुकारे खाली सुईंग—सुईंग.....(इसमें दाहिने पैर को आगे लेते समय बाजू लॉक रहेगी) बयान की गई कार्यवाही को देखे आदेष स्क्वॉड चार-खाली सुईंग.....स्क्वॉड थम। एक दो उस्ताद विश्राम पोजिषन में शक सवाल करें।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) स्क्वाड एक या सैल्यूट के आदेश पर दोनों बाजू का लॉक न होना। तथा सैल्यूट में गर्दन पूरी दाहिने न आना। (2) सैल्यूट के दजपीजस बायें बाजू को हिलाना तथा बायां कंधा आगे करना। (3) डाऊन करने पर सीधा सुइंग करना। (4) अधिकारी की तरफ देखना। (अधिकारी की तरफ तभी आंखे मिलाएं जब उनके सामने आये) (5) अधिकारी से पहले से सैल्यूट कर देना। नोट- सैल्यूट अधिकारी से 3 कदम पहले से तथा 3 कदम बाद तक किया जाए।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से बायें सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।				
--	--	--	--	--

सैल्यूट के सम्बन्ध में सामान्य निर्देश

आम :-

इस खण्ड में एक जवान को यह बताया गया है कि यदि कोई अधिकारी एवं अधीनस्थ अधिकारी उसके पास से गुजरे या उससे बात करे या उसकी अधिकारी से मुलाकात ऐसे समय में हो जब वह टोपी या पगड़ी न पहने हो या सादे कपड़े में हो वर्दी में न हो तो उसे कैसा व्यवहार करना होगा। ये सभी बातें जवान के षिक्षण का एक हिस्सा है। इसीलिए इन्हें जवान को स्पष्ट किया जाए, प्रदर्शन किया जाए और इसका अभ्यास कराया जाए।

बिना टोपी या पगड़ी पहने :-

01 यदि कोई अधिकारी बगल से गुजर रहा हो तो अपने दोनों हाथ तेजी से बगल में गिरायें और बांये कदम पर अपना सिर और आँखें अधिकारी की दिशा में मोड़े और 6 कदम आगे बढ़ जाने तक इसी दिशा में रहें। इसके बाद सिर सामने कर लें।

02 यदि अधिकारी उससे बात करे तो वह सावधान की स्थिति में खड़ा रहे।

03 यदि कोई अधिकारी उसके पास से गुजरे तो वह सावधान स्थिति में खड़ा हो जाए।

बैठकर सैल्यूट करना :- यदि कोई अधिकारी ऐसे समय में जाए जब जवान बैठा हो तो वह अधिकारी के सामने खड़ा हो जाए और हाथ से सैल्यूट करे। यदि उस स्थान पर दो से अधिक जवान बैठे हो तो वरिष्ठ अधिकारी या अधीनस्थ अधिकारी या सबसे वरिष्ठ जवान पधारने वाले अधिकारी की ओर मुँह करके खड़ा हो। सभी को सावधान होने के लिए कहे और खुद सैल्यूट करे।

अधिकारी से बात करते समय या उसे संदेश देते समय :- जवान चुस्ती से अधिकारी के पास तेज चाल में मार्च करते हुए जाएगा, उससे दो कदम पहले थम करेगा, सैल्यूट करेगा और अधिकारी से बात करेगा या अपना संदेश देगा, फिर से सैल्यूट करेगा पीछे मुड़ेगा और तेज चाल से मार्च करता हुआ लौट जाएगा।

दौड़चाल में कोई भी रैक सैल्यूट न करे, परन्तु यदि सीनियर पदाधिकारी दौड़ चाल में हो और जूनियर खड़ा हो या तेज चाल में हो तो वह सैल्यूट करेगा। दौड़ चाल वाला सैल्यूट नहीं करेगा।

सामान्य गलतियाँ :-

01 अपेक्षित तरीके से अभिनन्दन न कर पाना।

02 बिना हैट या टोपी/पगड़ी पहने सैल्यूट करना।

विविध अवसरों पर :-

"राष्ट्रीय गीत"

निम्नलिखित व्यक्तियों को राष्ट्रीय सैल्यूट किया जाएगा।

- 01 भारतीय गणतंत्र के राष्ट्रपति
- 02 राज्यपालों को अपने—अपने राज्यों में
- 03 समारोह, उत्सवों और परेडों "चाहे ऊपर के पैरा (एक और दो में) लिखा हुआ हो या न हो" 15 अगस्त, 26 जनवरी को।

विषेष अवसरों पर राज्य सरकार की पूर्वानुमति से भारत के प्रधानमंत्री के लिए भी राष्ट्रीयगीत की धुन बजाई जा सकती है।

- (क) जब राष्ट्रीय गीत की धुन बजाई जाए सभी वर्दीधारी सैल्यूट करेंगे।
 (ख) परेड ग्राउण्ड से बाहर मार्च करने वाली पार्टी को कमांड करने वाले सभी अधिकारी या अधीनस्थ अधिकारी राष्ट्रीय गीत को सुनते ही अपने पार्टी को थम करें ये पार्टी बगल शस्त्र या सावधान की स्थिति में खड़ी रहेगी। यदि अधिकारी के पास खुली तलवार हो तो सामने किंच की रिथति में खड़े रहेंगे।

सैल्यूट लेना :-

अधिकारी सैल्यूट स्वीकार करेगा तथा षिष्ठा से उसका जवाब सैल्यूट से ही देगा। यदि दो या दो से अधिक सैल्यूट लेने वाला अधिकारी साथ हो तो जो अधिकारी वरिष्ठ होगा वह सैल्यूट का जवाब देगा।

बांये हाथ से सैल्यूट करना :- यदि शारीरिक अक्षमता के कारण दाहिने हाथ से सैल्यूट करना असम्भव हो तो बांये हाथ सैल्यूट किया जाए।

घोड़े पर सवार होने पर सैल्यूट करना :- बिना शस्त्र घोड़े पर सवार अधिकारी दाहिने हाथ से सैल्यूट करेगा तथा यदि जवान बिना शस्त्र के घोड़े पर सवार हो तो वह नीचे बताये अनुसार सैल्यूट करेगा।

(क) यदि जवान ने दोनों हाथों से लगाम पकड़ी हो तो वह अपना हाथ हिलाये बगैर दाहिने या बांये देखेगा।

(ख) यदि लगाम एक हाथ से पकड़ी हो तो दाहिने हाथ को दाहिने रान के पीछे सीधा करेगा तथा दाहिने या बार्थी ओर देखेगा।

पुलिस और सैनिक अंत्येष्टिक्रिया :-

पुलिस या सैनिक अंत्येष्टि क्रिया में शामिल होने वाले अधिकारी और जवान शव की ओर दाहिने या बांये देखकर सैल्यूट करेंगे। अगर जवान टोलियों में हो तो टोली का वरिष्ठ प्रभारी अधिकारी सैल्यूट करेगा।

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 40 : तेज चाल से कदम बदलना – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार मेट्रोनम , ड्रमर बीट सहित		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से बायें सैल्यूट के बारे में स्थीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से कदम बदलना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब तेज चाल की हालत में एक टोली के जवान का टाली से कदम अलग हो जाये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता तथा यदि एक टोली से दूसरी टोली के कदम अलग हो जाये तो टोली कमांडर के आदेष पर कदम बदल की कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल कदम बदलना बायें पैर आगे कदम बदल थम था इस काम का दुरुस्त नमूना।</p> <p>6) गिनती से नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल, गिनती से कदम बदलना बायें पैर आगे स्कवाड एक – एक स्कवाड दो –दो, स्कवाड तीन बढ़ो थम(एक–दो), ये था गिनती के साथ नमूना, अभी इसी काम को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें।</p> <p>7) गिनती और बयान के साथ नमूना तेज चाल से तेज चाल से दाहिने पैर पर जमीन लगते ही आदेष मिलेगा गिनती से कदम बदलना बायें पैर आगे, स्कवाड एक इस आदेष पर बाये पैर</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>दाहिने पैर से 30 इंच आगे जमीन पर दबायें और रुके पुकारे एक, बयान की हुई कार्यवाही को देखें मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से कदम बदलना, बायें पैर आगे स्क्वाड एक—एक ।</p> <p>8) इस स्थिति में देखने वाली बातें ।</p> <p>बायां पैर सपाट जमीन पर दाहिने पैर के 30 इंच आगे तथा शरीर का वजन बायें पैर पर दाहिने पैर का पंजा जमीन पर एड़ी उठी हुई दोनों पैर के घुटने व रान कसे हुए दोनों हाथ तेज चाल की नं. 1 स्थिति में पेट अंदर कसा हुआ । दोनों कंधे चौरस व गर्दन कालर के साथ पीछे सटी हुई तथा निगाह 100 गज दूर जमीन के सामनान्तर किसी स्थिर वस्तु पर टिकी हुई । इस स्थिति से आदेष मिलगा स्क्वाड दो—दो के आदेष पर दाहिने पैर का कटा हुआ हिस्सा बायें पैर की एड़ी से मिलाये तथा साथ ही दाहिने हाथ को आगे से तथा बायें हाथ को पीछे से सावधान की स्थिति में लेकर आयें पुकारे दो बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्क्वाड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें बायें पैर की एड़ी के साथ दाहिने पैर की एड़ी मिली हुई । इस स्थिति में आदेष मिलेगा । स्क्वाड तीन—तीन के आदेष पर बायें पैर को दाहिने पैर से 30 इंच आगे ले दाहिने हाथ को दाहिने कंधे की सीधाई में तथा बायें हाथ को पीछे कमर पेटी की ओर तक पीछे ले जायें और मार्च जारी करें पुकारे, बढ़ो बयान की गई कार्यवाही देखें स्क्वाड तीन बढ़ो थम । यह था गिनती और बयान के साथ नमूना । यहाँ तक की बयान की गई कार्यवाही में किसी को कोई शक या सवाल ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1. बायां पैर सपाट जमीन पर न मारना ।</p> <p>2. बायां पैर सपाट दबाते समय घुटना मोड़ना ।</p> <p>3. दाहिने पैर को बायें पैर के एड़ी के साथ तेजी से</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>न मिलाना ।</p> <p>4. तथा दोनों हाथों को सावधान स्थिति में न लाना</p> <p>5. बायें पैर को तेजी से न निकालना व हाथों को आगे पीछे न करना ।</p> <p>6. बायां पैर की एड़ी जमीन पर लगने से पहले बढ़ो पुकारना ।</p> <p>तथा तेज चाल की तमाम गलतियाँ दोहराना ।</p>			
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से कदम बदलना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p> <p>संक्षेप</p> <p>जिस प्रकार बायं कदम बदल की कार्यवाही है, उसी प्रकार दाहिने बदल की कार्यवाही है। सिर्फ आदेश बायें पैर पर होगा तथा दाहिना कदम आगे होगा तथा नम्बर 3 हरकत में दाहिने पैर से मार्च जारी होगा।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 41: धीरे चाल से तेज चाल में आना – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार मेट्रोनम, ड्रमर बीट सहित।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से कदम बदलना। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ झील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल से तेज चाल में आना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब मुख्य अतिथि परेड की आखिरी टुकड़ी का निरीक्षण करते हुए गुजरता है तो उसके आगे चलने वाले पायलट धीरे चाल से तेज चाल की कार्यवाही को अमल में लाते हैं।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना:- मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल। तेज चाल में आ। तेज चल, थम। ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती से देखें।</p> <p>6) गिनती से नमूना :- मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल। गिनती से धीरे चाल से तेज चाल में आ, स्क्वाड एक-एक। स्क्वाड दो बढ़ों, थम। ये था इस कार्यवाही का गिनती से नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान से देंखे तथा सुनें।</p> <p>7) गिनती और बयान से नमूना:- धीरे चाल में जब दाहिना पैर जमीन पर हो या बांया पैर दाहिने पैर को कास कर रहा हो तो आदेष मिलेगा गिनती से धीरे चाल से तेज चाल में आ, स्क्वाड एक। इस आदेष पर बांये पैर को 30 इंच आगे जमीन पर लगायें तथा तेज चाल</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	की नम्बर एक स्थिति अखिलयार करें। पुकारें एक। मेरे लिए आदेष सामने से धीरे चल। गिनती से ६ तेज चाल आ में स्क्वाड एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। तेजचाल की नम्बर—०१ स्थिति अखिलयार किया हुआ। यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो, इस आदेष पर तेज चाल को जारी करें पुकारें बढ़ों। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वाड दो—बढ़ों। स्क्वाड थम। एक दो। ये था इस कार्यवाही ' का गिनती और बयान से नमूना। यहाँ तक की गई कार्यवाही ' में किसी को कोई शक या सवाल। नहीं तो इसी कार्यवाही का मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	नम्बर एक पोजिषन में बांये पैर के एड़ी को एठाकर न दबाना। बाजू को तेजी से स्विंग न करना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से तेज चाल में आना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 42: तेज चाल से धीरे चाल मे आना। – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार मेट्रोनम, ड्रमर बीट सहित।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से तेज चाल में। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से धीरे चाल मे आना।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	दिक्षांत परेड मे जब परेड को तेज चाल और धीरे चाल से गुजरना होता है। तो परेड इस कार्यवाही को अमल मे लाती है। निरीक्षण परेड मे VIP के आगे चलने वाले पायलट लाईन से पहले इस कार्यवाही को अमल मे लाते है। सबक आपको तरतीब वार चलाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक किया गया बयान मे किसी को शक या सवाल। शक या सवाल नहीं तो सभी सोचे सवाल सभी के लिए जवाब वही देगा जिससे पुछा जाएगा। अभी इसी कार्यवाही को दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेष तेज चाल से धीरे चाल में आ धीरे चल—थम। ये था दुरुस्त नमूना इसी कार्यवाही को गिनती से देखें।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>गिनती से धीरे चल में आ, स्क्वाड एक—एक। स्क्वाड दो—दो</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- तेज चाल मे जब बायॉ पैर कि एडी जमीन पर लगती है तो आदेष मिलेगा गिनती से धीरे चाल में आ स्क्वाड—एक इस आदेष पर दाहिने बाजू को सामने से और बाए बाजू को पीछे सुझग करते हुए बायॉ पैर को 30 इंच आगे सपाट जमीन पर पुकारे बयान की गई कार्यवाही को देखे मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल। गिनती से धीरे चाल मे आ स्क्वाड एक—खाली—एक। इस स्थिति मे देखने वाली बातें। दाहिना पैर सपाट जमीन पर बायां पैर दाहिने पैर से 15 इंच आगे किक हालत मे अर्थात धीरे चाल की नं.1 स्थिति। यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर बायां पैर को ओर 15 इंच आगे रिच करे</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	और धीरे चाल को जारी करे। पुकारे				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) नम्बर एक पोजिषन मे बाए पैर का 'त' जी से कि मे ना लाना। 2) दाहिने पैर का 'हाईट लेकर न दबाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से धीरे चाल मे आना। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 43: दाहिना दर्षक और टोली परेड पर – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कदम प्रकार मेट्रोनम, ड्रमर बीट सहित।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल से धीरे चाल में आना के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रिल का एक और नया सबक सिखाऊंगा, जिसमें काम होगा दाहिने दर्शक और टोली परेड पर। सबसे पहले दाहिने दर्शक।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब कभी भी टोलियों किसी भी फार्मेन में परेड के किनारे पर खड़े हों तो उन्हे परेड में अपने निर्धारित स्थान पर हाजिर करने के लिये परेड पर की कार्यवाही की जाती है। टोलियों को परेड पर लाने से पहले दाहिना दर्शक बुलाया जाता है। स्क्वॉड में स्क्वॉड कमांडर, प्लाटून हवालदार और कंपनी में कम्पना हवलदान मेजर दाहिना दर्शक होता है। दर्शक को कवर नहीं किया जाता है। सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, जिसमें सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना स्क्वाड आधे दायरे में व विश्राम पोजीशन में होगा। उस्ताद 20 कदम पर और स्क्वाड के मध्य में होगा। इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिये आदेश 'दाहिना दर्शक' यह था इसी काम का दुरुस्त नमूना।</p> <p>बयान के साथ- अब इसी काम को हरकत और बयान के साथ देखे तथा सुनें। जब विश्राम की पोजीशन से आदेश मिलता है 'दाहिना दर्शक' तो इस आदेश पर दर्शक सावधान होगा और विश्राम हो जायेगा। दर्शक परेड पर के आदेश पर सावधान होगा और 15 कदम जाकर थम करेगा। 'दर्शक हिलो मत' के आदेश पर विश्राम हो जायेगा।</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	अभ्यास- उस्ताद स्क्वाड से अभ्यास लेने के लिये स्क्वाड में		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>एक का नाम लेते हुए कि वह जवान दर्शक होगा। आदेश दाहिना दर्शक' दर्शक परेड पर 'दर्शक हिलो मत' यही कार्यवाही पूरे स्क्वाड में कराई जाए।</p> <p>टोली परेड पर-जब दर्शक अपनी जगह लेते हैं तब आदेश मिलता है 'टोली परेड पर' इस आदेश पर पूरी टोली मार्च करते हुए दर्शक के बाएँ आकर थम करेगी (और बाजू उठाकर दाहिने से सज की कार्यवाही करेगी)। बाजू गिराये और विश्राम हो जाये। उस्ताद सवाल पूछें।</p> <p>अभ्यास-'टोली परेड पर' का अभ्यास स्क्वाड से लें। आदेश होगा 'दाहिना दर्शक'।</p> <p>नोट- अगर स्क्वाद में ऐस एल आर हो तो बगल शस्त्र और अगर बोल्ट एक्शन राइफल हो तो कंधे शस्त्र करके जायेंगे। बाजू शस्त्र करेंगे। बायां बाजू उठाकर फासला पूरा करेंगे।</p>				
जवानों का नमूना	उस्ताद सभी जवानों से एक साथ होकर नमूना दीलाएं		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) जब आगे मार्च करते हैं तो हमेशा सिधाई का ध्यान रखें। (2) चोरी नजर से दाहिने से ड्रेसिंग का ध्यान रखा जाए। (3) पीछे वाली लाईन सामने वाली लाईन को कवर करके मार्च करें। (4) थम करते समय दोनों पैर को बैल्ट की लाइन में उठाकर दबाएँ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर दाहिना दर्शक और टोली परेड पर का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 44 : लाईन तोड़, विसर्जन व स्वस्थान – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, पेस स्टिक, मेट्रोनम।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। दाहिना दर्षक और टोली परेड पर के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ झील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा विसर्जन भाग –1 विसर्जन		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब दुबारा फालीन न करना हो और ऑफिसर परेड पर हो तो विसर्जन की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले गिनती और बयान से नमूना यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का गिनती और बयान से नमूना</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- जब सावधान पोजीषन से आदेष मिलेगा स्कवाड विसर्जन तो पूरा 90 अंश दाहिने मुड़ करें ठहराव रखते हुए सैल्यूट करें और तेजी से निकल जायें। सिखलाई के दौरान स्कवाड के ऊपर कंट्रोल रखने तथा दुरुस्ती लाने के लिए दौड़ चाल में तीन कदम जाने के बाद दोबारा मुड़ करें और अपनी जगह लें।</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	<ol style="list-style-type: none"> <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> – 		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड़ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड़ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

आम गलतियाँ	खड़े – खड़े दाहिने मुँह की तमाम गलतियाँ तेज चाल व थम की तमाम गलतियाँ शामिल हैं।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर विसर्जन का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 45: लाईन तोड़ . - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, पेस स्टिक, मेट्रोनम ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। विसर्जन के बारे में शक्या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा लाईन तोड़।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब थेड़ी देर के लिए आराम देना हो तो या दोबारा फालीन करना हो तो लाईन तोड़ की कार्यवाही की जाती है । सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले बयान के साथ नमूना लाईन तोड़ की कार्यवाही विसर्जन की तरह ही है । परन्तु लाईन तोड़ में सैल्यूट नहीं किया जाता है । दुरुस्त नमूना दुरुस्त नमूना । मेरे लिए आदेश लाईन तोड़ 5) बयान के साथ नमूना लाईन तोड़ की कार्यवाही विसर्जन की तरह ही है । परन्तु लाईन तोड़ में सैल्यूट नहीं किया जाता है ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कॉड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कॉड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम	खड़े – खड़े दाहिने मुँड की तमाम गलतियाँ तेज चाल		02	38	प्रशिक्षक

गलतियॉ	व थम की तमाम गलतियॉ शामिल है ।				द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियॉ के बारे में बताया गया। यहाँ पर लाईन तोड़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p> <p style="text-align: center;"><u>भाग —3 स्वस्थान</u></p> <p>1) उद्देश्य अब आपको स्वस्थान के बारे में सिखाया जायेगा ।</p> <p>2) जरूरत यह कार्यवाही उस समय की जाती है जब लेक्चर हालसे क्लास को छोड़ना हो । स्वस्थान के आदेष पर क्लास में बैठे—बैठे दोनों हाथ सीधे करेंगे । अर्थात् सावधान बैठेंगे । और उसके बाद उठकर चले जायेंगे ।</p>		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 46: दिशा बदलना – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैंक स्टिक, ड्रम और ड्रमर		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाईन तोड़ स्वस्थान के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा दिशा बदल		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	फारमेषन को कायम रखते हुए दिशा की बदली करनी हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>भाग –1 खड़े – खड़े दिशा बदल बयान और हरकत</p> <p>स्कवाड लाईन पोजीषन में खड़ा दजनकज तब आदेष मिलेगा। थमकर दाहिनी दिशा बदल दाहिने बन इस आदेष पर सामने की लाईन का नं. 1 जवान 90 डिग्री दाहिनी तरफ मुड़ेगा और सामने की लाईन के तमाम जवान 45 डिग्री दाहिने मुड़ करेंगे और मध्य और पिछली लाईन के जवान कोई हरकत नहीं करेंगे। आदेष मिलेगा नं. 1 फाइल तेज द्वंद्व इस आदेष पर नं. 1 फाइल तीन कदम जाकर थम करेगा, इसी प्रकार नं. 2 फाइल तेज द्वंद्व इस आदेष पर नं. 2 फाइल फासला रखते हुए 5 कदम जाकर थम करेगी। इसी प्रकार जितनी भी फाइलें हो इसका अनुसरण करेंगे।</p> <p>9) अभ्यास :स्कवाड सें लगातार अभ्यास लेने के बाद आदेष मिलेगा स्कवाड थमकर दाहिने दिशा बदल दाहिने बन तेज चल। फिर पूरे स्कवाड को गाईड बनाकर एक-एक से अभ्यास करायें।</p> <p>भाग –2 तेज चाल से दाहिनी दिशा बदल बयान और हरकत :तेज चाल की हालत में जब दाहिने</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पैर बायें पैर को कास कर रहा हो , तो आदेष मिलेगा स्कवाड दाहिने दिषा बदल दाहिने बन इस आदेष पर दाहिना गाईड 90 डिग्री दाहिने मुड़ करके 3 कदम जाकर कदम ताल करेगा । इसी का अनुसरण पीछे वाले जवान करेंगे । सामने की लाईन के तमाम जवान 45 अंष दाहिने मुड़ करके अपने—अपने कदम जाकर बाजू भर का फासला रखते हुए अगले आदेष तक कदम ताल करते रहेंगे ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04.<u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	इसमें उस्ताद सभी प्रशिक्षनार्थी से एक साथ नमूना दिलाए	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>दाहिना गाईड 90 अंष पूरा दाहिने मुड़ न करना , ड्रेसिंग सही न रखना , बाजू भर का सही फासला न रखना । नोट : बायें दिषा बदल की कार्यवाही दाहिने दिषा में बदल की तरह होगी , लेकिन सामने की लाईन का बयों गाईड 90 अंष बायें मुड़ करेगा बाकि सामने की लाईन के तमाम जवान 45 अंष बायें मुड़ करेंगे । नोट : बायें दिषा बदल की कार्यवाही दाहिने दिषा में बदल की तरह होगी , लेकिन सामने की लाईन का बांया गाईड 90 अंष बायें मुड़ करेगा बाकी सामने की लाईन के तमाम जवान 45 अंष बायें मुड़ करेंगे ।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर दिषा बदलना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : 47 स्कॉड बनाना- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू - शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक कदम प्रकार		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। दिषा बदलना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड मे पद कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा स्कवाड बनाना ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	दिषा को कायम रखते हुए फारमेषन न्मि बदली करनी हो, तो स्कवाड बना की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है । इस कार्यवाही को मैं बयान करूँगा आप साथ—साथ काम करेंगे ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	बयान और हरकत जब स्कवाड तीनों—तीन में खड़ा हो तो आदेष मिलेगा , थमकर बायें को स्कवाड बना तो इस आदेष पर सामने की लाईन का बायें वाला जवान खड़ा रहेगा बाकि तमाम जवान 45 डिग्री बायें मुड़ करेंगे , यहाँ से आदेष मिलेगा नं. 1 जवान या नं. 1 फाइल तेज चल इस आदेष पर नं. 1 जवान अपने सीधाई में तीन कदम जाकर चौथा मिलायेगा । इसी प्रकार नं. 2 और नं. 3 उसके पीछे उसी का अनुसरण करेंगे थम करेंगे । इसी प्रकार नं. 2 फाइल के लिए आदेष मिलेगा तेज चल इस आदेष पर नं. 2 फाइल के तीनों जवान नं.1 फाइल के बायें बाजू भर का अंदाज से फासला रखते हुए पॉच कदम जाकर थम करेंगे । इसी प्रकार 3 —4 — 5 जितनी भी फाइल होंगी इसी प्रकार कार्यवाही करेगी ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	अभ्यास: — थम कर बायें को स्कवाड बना इस आदेष पर बायें से नम्बर एक जवान को छोड़कर सभी जवान आधा बायें मुड़कर की कारवाई करेंगे और तेज चाल के आदेष पर नम्बर एक सीधा तीन कदम जाकर थम करेगा और		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	बाकी सभी जवान सीखे हुए तरीके से बाजू भर के फासले पर तब तक कदम ताल करेंगे जब तक अगला आदेष न मिलें। नोट : ध्यान रहे नं. 1 फाइल तीन कदम , 2 फाइल पाँच कदम , 3 फाइल सात कदम जाकर थम करेंगे ।				
एक अच्छे जवान का नमूना	इसमें उस्ताद सभी प्रशिक्षनार्थी से एक साथ नमूना दिलाए		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	गाइड को छोड़कर शेष सभी जवानों को 45 डिग्री दाहिने /बायें न मुड़ना । 2) फाइल वाइज कदमों की गिनती करके न चलना । 3) अपनी जगह पर सही थम न करना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर स्कॉर्ड बनाना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 48 : तीनों तीन से एक फाईल और एक फाईल से तीनों तीन बनाना—(समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/ यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, ड्रम और ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। स्कॉड बनाना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तीनों तीन से एक फाईल और एक फाईल से तीनों तीन बनाना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब स्कॉड तीनों तीन की हालत में मार्च कर रहा हो और तंग रास्ते या पुलिया से या किसी क्लास रूम में प्रवेष करना हो तो इस कार्रवाई को अमल में लाया जाता है। मकसद पूरा होने पर तीनों तीन बनाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	बयान और हरकत सबक तरतीबवार सिखाऊँगा तरतीब में सबसे पहले थम कर एक फाईल बनाने की कार्यवाही मैं बयान करते जाऊँगा आप कार्रवाई करेंगे। तीनों तीन की हालत से आदेष मिलेगा थम कर बांये से एक फाईल बना। इस आदेष पर मध्य लाईन और पिछली लाईन के गाईड आधा बांये टर्न करेंगे। तेज चाल के आदेष पर बांये से नम्बर एक फाईल तेज चल की कार्यवाही करेगा। थम के आदेष पर थम होगी। नम्बर दो फाईल तेज चाल के आदेष पर नम्बर एक और नम्बर दो दोनों फाईल तेज चाल न्मि कार्यवाही करेगी। स्कवाड थम। आदेष मिलेगा। नम्बर तीन फाईल तेज चल। इस ओदष पर नम्बर एक, दो और तीन तीनों फाईल तेज चलेगी। ये तीनों फाईल एक के पीछे एक चलेगी। स्कवाड थम। ये था थम कर तीनों तीन से एक फाईल बनाना। लगातार अभ्यास :—अभी इसी कार्यवाही का मैं बयान करूँगा आप लोग लगातार इस कार्यवाही को करेंगे। तेज चाल से तीनों तीन की हालत में बांये पैर पर आदेष मिलेगा दाहिने या बांये से एक फाईल बना। इस आदेष		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पर नम्बर एक फाईल अपने सामने तेज चाल जारी रखेगी और दोनों फाईल के गाईड 45 डिग्री दाहिने या बांये टर्न करेंगे। जब नम्बर एक फाईल का आखिरी जवान नम्बर दो फाईल के आखिरी जवान को कास करेगा। अप का इषारा देगा। अप के इषारे पर नम्बर दो फाईल के पीछे तेज चाल जारी करेगी। जब नम्बर दो फाईल का आखिरी जवान नम्बर तीन फाईल के पहले जवान को कास करेगा अप का इषारा देगा इस इषारे</p> <p>एक फाईल से तीनों तीन बनाना :—एक फाईल की हालत से आदेष मिलेगा थमकर दाहिने/बांये पर तीनों तीन बना इस आदेष पर नम्बर दो और नम्बर तीन फाईल के गाईड 45 डिग्री टर्न करेंगे बाकी सभी जवान कोई हरकत नहीं करेंगे। आदेष मिलेगा थम कर तीनों तीन बना तेज चल। इस आदेष पर नम्बर दो और तीन नम्बर एक फाईल के दाहिने या बांये तेज चाल से तीनों तीन हालत में आकर थम करेंगे। ये था थमकर तीनों तीन बना की कार्यवाही (उस्ताद अभ्यास करायें)</p> <p>लगातार अभ्यास :— एक फाईल से तेज चाल की स्थिति में आदेष मिलेगा दाहिने या बांये पर तीनों तीन बना। इस आदेष पर नम्बर एक फाईल के सभी जवान अपनी जगह पर कदमताल करेंगे और नम्बर दो और नम्बर तीन फाईल के सभी जवान गाईड के बांये कदमताल करेंगे। उस्ताद के आदेष पर थम करेंगे। ये था तेज चाल से तीनों तीन बना की कार्यवाही ।</p>			
अभ्यास	<p>लगातार अभ्यास :—अभी इसी कार्यवाही का मैं बयान करूँगा आप लोग लगातार इस कार्यवाही को करेंगे। तेज चाल से तीनों तीन की हालत में बांये पैर पर आदेष मिलेगा दाहिने या बांये से एक फाईल बना। इस आदेष पर नम्बर एक फाईल अपने सामने तेज चाल जारी रखेगी और दोनों फाईल के गाईड 45 डिग्री दाहिने या बांये टर्न करेंगे। जब नम्बर एक फाईल का आखिरी जवान नम्बर दो फाईल के आखिरी जवान को कास करेगा। अप का इषारा देगा। अप के इषारे पर नम्बर दो फाईल के पीछे तेज चाल जारी करेगी। जब नम्बर दो फाईल का आखिरी जवान नम्बर तीन फाईल के पहले जवान को कास करेगा अप का इषारा देगा इस इषारे</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	पर नम्बर तीन फाईल नम्बर दो फाईल के पीछे तेज चाल को जारी करेगी। ये था तेज चाल की हालत में एक फाईल बनाने की कार्यवाही (उस्ताद अभ्यास करायें) लगातार अभ्यास :- एक फाईल से तेज चाल की स्थिति में आदेष मिलेगा दाहिने या बांये पर तीनों तीन बना। इस आदेष पर नम्बर एक फाईल के सभी जवान अपनी जगह पर कदमताल करेंगे और नम्बर दो और नम्बर तीन फाईल के सभी जवान गाईड के बांये कदमताल करेंगे। उस्ताद के आदेष पर थम करेंगे। ये था तेज चाल से तीनों तीन बना की कार्यवाही।				
एक अच्छे जवान का नमूना	इसमें उस्ताद सभी प्रशिक्षणार्थी से एक साथ नमूना दिलाए		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01दोनों गाईड का ध्यान न रहना। 02नम्बर दो और नम्बर तीन फाईल निन् ग्राईडों का 45 डिग्री पूरा टर्न न करना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तीनों तीन से एक फाईल और एक फाईल से तीनों तीन बनाना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 49 : तीन लाईन से एक फाईल और एक फाईल से तीन लाईन बनाना
 – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कार्ड की गिनती करें। 4. स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कार्ड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, ड्रम और ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तीनों तीन से एक फाईल और एक फाईल से तीनों तीन बनाना के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	तीन लाईन से एक फाईल और एक फाईल से तीन लाईन बनाना।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम तीन लाईन से मार्च करके जा रहे हों और किसी तंग रास्ते को पार करना हो तो तीन लाईन से एक फाईल बनाने की कार्यवाही अमल में लाई जाती है तथा तंग रास्ता तय करने के बाद दुबारा तीन लाईन बना की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीबवार सिखाऊंगा तरतीब में सबसे पहले थम कर की कार्यवाही। मैं बयान करता जाऊंगा।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<u>हरकत और बयान :-</u> लाईन फारमेषन से आदेष मिलेगा थमकर दाहिने या बांये से एक फाईल बना। इस आदेष पर तीनों लाईनों के गाईड खड़े रहेंगे। बाकी तमाम जवान 45 डिग्री दाहिने या बांये मुड़कर खड़े हो जाएंगे। आदेष मिलेगा थमकर दाहिने से एक फाईल बना तेज चल। इस आदेष पर नम्बर एक फाईल तेज चलेगी। जब नम्बर एक फाईल का आखिरी जवान मध्य लाईन के नम्बर एक जवान के पास से गुजरेगा तो बांये पैर अप का ईषारा करेगा। अप के ईषारे पर नम्बर दो लाईन भी नम्बर एक फाईल के पीछे तेज चाल जारी करेगी। जब नम्बर दो फाईल का आखिरी जवान पिछले लाईन के नम्बर एक जवान के पास से गुजरेगा तो बांये पैर पर		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

अप का ईषारा करेगा। अप के ईषारे पर नम्बर तीन लाईन भी नम्बर एक और नम्बर दो फाईलों के पीछे तेज चाल को जारी करेगी। एक फाईल बनने पर थम की कार्रवाई किया जाएगा। ये था तीन लाईन से एक फाईल थमकर बनाने की कार्यवाही। अभी बताऊंगा एक फाईल से तीन लाईन बनाने की कार्रवाई। आदेष मिलेगा थमकर बांये/दाहिने पर तीन लाईन बना। इस आदेष पर तीनों गाईड खड़े रहेंगे बाकी सभी जवान 45 डिग्री दाहिने या बांये मुड़ की कार्यवाही करके खड़े हो जाएंगे। आदेष मिलेगा तेज चल। इस आदेष पर तीनों लाईनों के नम्बर एक गाईड अपनी जगह पर खड़े रहेंगे बाकी सभी जवान अपने—अपने गाईडों के दाहिने या बांये पर एक लाईन बनायेंगे। ज्यों ही मध्य और पिछली लाईनों के जवान अपने—अपने गाईडों से सिधाई हासिल कर लेते हैं। दोनों लाईनों के आखिरी जवान अप का ईषारा करेंगे और अप के ईषारे पर दोनों लाईने तेज चाल को जारी करेगी और मार्च करते हुए सामने लाईन के पीछे फासला रखते हुए थम करेगी।

लगातार अभ्यास : तेज चाल से दाहिने पैर पर आदेष मिलेगा दाहिने से एक फाईल बना इस आदेष पर दाहिने से तीनों गाईडों को छोड़कर बाकी सभी जवान बांये पैर का चेक मारते हुए 45 डिग्री दाहिने को टर्न करेंगे और सामने लाईन के नम्बर एक जवान गाईड अपने सामने तेज चाल जारी रखेगा और सामने लाईन के सभी जवान गाईड के स्थान को पी बट मानते हुए गाईड के साथ तेज चाल जारी रखेंगे। मध्य लाईन और पिछली लाईन कदमताल करेगी, जैसे ही सामने लाईन का आखिरी जवान मध्य लाईन के नम्बर एक जवान के सामने से गुजरता है तो बांय पैर पर अप बोलेगा और मध्य लाईन भी सामने लाईन के पीछे तेज चाल जारी करेगी। अब मध्य लाईन का आखिरी जवान जब पिछली लाईन के नम्बर 01 जवान के पास से गुजरता है तो पिछली लाईन भी दोनों लाईनों के पीछे तेज चाल जारी करेगी।

यहाँ से आदेष मिलेगा बांये या दाहिने पर लाईन बना। इस आदेष पर तीनों गाईड अपनी जगह कदमताल करेंगे और बाकी सभी जवान 45 डिग्री दाहिने या बांये चेक लगाते हुए मार्च करेंगे और अपने—अपने गाईडों के बांये या दाहिने कदमताल करते हुए सिधाई

	लेंगे और सामने लाईन अपनी जगह कदमताल करेगी। मध्य और पिछली लाईन के आखिरी जवान अप का ईषारा करेंगे। अप के ईषारे पर दोनों लाईनें मार्च करती हुई सामने लाईन की पीछे फासला रखते हुए कदमताल करेंगी। उसके बाद उस्ताद थम का आदेष देगा।			
अभ्यास	<p>लगातार अभ्यास : तेज चाल से दाहिने पैर पर आदेष मिलेगा दाहिने से एक फाईल बना इस आदेष पर दाहिने से तीनों गाईड़ों को छोड़कर बाकी सभी जवान बांये पैर का चेक मारते हुए 45 डिग्री दाहिने को टर्न करेंगे और सामने लाईन के नम्बर एक जवान गाईड अपने सामने तेज चाल जारी रखेगा और सामने लाईन के सभी जवान गाईड के स्थान को पी बट मानते हुए गाईड के साथ तेज चाल जारी रखेंगे। मध्य लाईन और पिछली लाईन कदमताल करेगी, जैसे ही सामने लाईन का आखिरी जवान मध्य लाईन के नम्बर एक जवान के सामने से गुजरता है तो बांय पैर पर अप बोलेगा और मध्य लाईन भी सामने लाईन के पीछे तेज चाल जारी करेगी। अब मध्य लाईन का आखिरी जवान जब पिछली लाईन के नम्बर 01 जवान के पास से गुजरता है तो पिछली लाईन भी दोनों लाईनों के पीछे तेज चाल जारी करेगी।</p> <p>यहीं से आदेष मिलेगा बांये या दाहिने पर लाईन बना। इस आदेष पर तीनों गाईड अपनी जगह कदमताल करेंगे और बाकी सभी जवान 45 डिग्री दाहिने या बांये चेक लगाते हुए मार्च करेंगे और अपने—अपने गाईडों के बांये या दाहिने कदमताल करते हुए सिधाई लेंगे और सामने लाईन अपनी जगह कदमताल करेगी। मध्य और पिछली लाईन के आखिरी जवान अप का ईषारा करेंगे। अप के ईषारे पर दोनों लाईनें मार्च करती हुई सामने लाईन की पीछे फासला रखते हुए कदमताल करेंगी। उसके बाद उस्ताद थम का आदेष देगा।</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	इसमें उस्ताद सभी प्रशिक्षनार्थी से एक साथ नमूना दिलाए	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 45 डिग्री टर्न न करना। 02 तीन लाईन से एक फाईल बनाते समय पैर का चेक नहीं मारना। 03 मध्य और पिछली लाईनों का कदमताल न करना। 04 गाईडों का अपना स्थान भूल जाना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले	02	40	प्रशिक्षक

<p>शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तीन लाईन से एक फाईल और एक फाईल से तीन लाईन बनाना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			द्वारा बयान
---	--	--	-------------

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 50: तीन लाईन से दो लाईन और दो लाईन से तीन लाईन बनाना –
(समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/ यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, ड्रम और ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तीन लाईन से एक फाईल और एक फाईल से तीन लाईन बनाना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रैरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तीन लाईन से दो लाईन और दो लाईन से तीन लाईन बनाना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब लाठी ड्रिल सिखाना हो तथा स्ट्रीट लाईनिंग के समय इस कार्यवाही को अमल में लाते हैं। सबक तरतीबवार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले तीन लाईन से दो लाईन बनाना सिखाना है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	हरकत और बयान :- इसी कार्यवाही का मैं बयान करता जाऊँगा आप हरकत करेंगे। आदेष मिलेगा दाहिने से एक दो में गिनती कर। जो सामने लाईन का नम्बर होगा वही मध्य और पिछली लाईन का नम्बर होगा। अभी तीन लाईन से दो लाईन बना के आदेष पर मध्य लाईन के नम्बर एक के सभी जवान आगे और सभी नम्बर दो जवान पीछे एक कदम लेंगे। पीछे और आगे कदम लेने का तरीका इस प्रकार होगा। सबसे पहले बताऊँगा तीन से दो लाईन बना के आदेष पर मध्य लाईन के नम्बर –01 की कार्यवाही। इस आदेष पर मध्य लाईन के तमाम नम्बर–01 बांये पैर को चौबीस इंच बांये लेंगे और दाहिने पैर को बांये पैर से मिलाते हुए 30 इंच आगे लेंगे और साथ ही बांये पैर को आगे से 12 इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर के एड़ी के साथ मिलाएंगे। (इस काम का उस्ताद दुरुस्त और गिनती से नमूना दें) आदेष :- तीन लाईन से दो लाईन बना। (स्कवाड		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>कार्यवाही करें)</p> <p>बयान :— अभी मैं बताऊंगा तीन लाईन से दो लाईन बना के आदेष पर नम्बर दो की कार्यवाही । जब आदेष मिलेगा तीन लाईन से दो लाईन बना । इस आदेष पर मध्य लाईन के तमाम नम्बर दो बांये पैर को 24 इंच बांये लें साथ ही दाहिने पैर को बांये पैर से मिलाते हुए 30 इंच पीछे लें और बांये पैर को आगे से 12 इंच उठाते हुए दाहिने पैर के एड़ी के साथ मिलायें और पुकारें एक, एक दो । (उस्ताद इस काम का दुरुस्त और गिनती से नमूना दें) अभी इसी काम को मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करें ।</p> <p>अभ्यास :— स्कवाड तीन लाईन से दो लाईन बना इस आदेष पर नम्बर दो की कार्यवाही का अभ्यास करेंगे । आदेष मिलेगा । स्कवाड गिनती से तीन लाईन से दो लाईन बना स्कवाड एक । इस आदेष पर बांये पैर को 24 इंच बांये लें और पुकारें एक ।</p> <p>आदेष :— स्कवाड एक—एक । यही से आदेष मिलेगा स्वकाड दो । इस आदेष पर दाहिने पैर को बांये पैर से मिलाते हुए 30 इंच पीछे ले जाएं स्कवाड दो—दो । अभी स्कवाड तीन के आदेष पर बांये पैर को दाहिने पैर से सावधान की स्थिति में मिलायें । स्कवाड तीन—तीन । अभी इसी कार्यवाही को लगातार अभ्यास करेंगे । अभी तीन लाईन से दो लाईन बना के आदेष पर केवल मध्य लाईन के नम्बर—01 आगे और तमाम दो पीछे कदम लेने की कार्यवाही करेंगे ।</p> <p>नोट :— (i) कार्यवाही शुरू करने से पहले दाहिने सज की कार्यवाही कर लिया जाए । (ii) अगर एक ब्लैंक फाईल है तो एक आने पर दो की कार्वाई करेगा । (iii) अगर दो ब्लैंक फाईल हो तो चाहे नम्बर एक आये या नम्बर दो आये पीछे वाली लाईन में जाएगा ।</p>			
अभ्यास	अभ्यास :— अभी इसी काम को मेरे आदेष पर गिनती से	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	अभ्यास करेंगे। ध्यान रखें सभी जवान तीन लाईन से दो लाईन बना के आदेष पर नम्बर एक लाईन की कार्यवाही करेंगे। आदेष मिलेगा दाहिने से 01, 02 गिनती कर। गिनती से तीन लाईन से दो लाईन बना स्कवाड एक—एक, स्कवाड दो—दो, स्कवाड तीन—तीन। अभी इसी काम को लगातार करेंगे।				
एक अच्छे जवान का नमूना	इसमें उस्ताद सभी प्रशिक्षणार्थी से एक साथ नमूना दिलाए		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	आगे पीछे कदम लेने कि तमाम गलतिया 24 इंच का ठीक ढंग से कदम न लेना		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेष पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तीन लाईन से दो लाईन और दो लाईन से तीन लाईन बनाना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 51 : धीरे चाल और तेज चाल से दाहिने देख और सामने देख – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/ यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एंगल बोर्ड, बैक स्टिक, ड्रम और ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तीन लाईन से दो लाईन और दो लाईन से तीन लाईन बनाना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रैरियड में खाली हाथ ड्रील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा धीरे चाल और तेज चाल से दाहिने देख और सामने देख धीरे चाल से दाहिने देख और सामने देख ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब प्लाटून या कम्पनी धीरे चाल से मार्च करते हुए जा रही हो यदि, उसके दाहिने कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हो, तो प्लाटून या कम्पनी, कमांडर के आदेष पर दाहिने देख की कार्यवाही को अमल में लाते हैं तथा मकसद पूरा होने पर सामने देख की कार्यवाही अमल में लाया जाता है । सबक आपको तरतीब वार सिखाया जायेगा , तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष सामने से धीरे चल – “दाहिने देख ” । मेरे लिये आदेष – सामने देख जैसे थे, यह था, इस कार्यवाही का दुरुस्त नूमना । गिनती से नमूना – मेरे लिये आदेष सामने से धीरे चल – “गिनती से दाहिने देख ” स्क्वॉड एक , खाली एक –स्क्वॉड दो गिनती और बयान से नमूना – धीरे चाल से जब बायां पैर जमीन पर होता है तो आदेष मिलेगा गिनती से दाहिने देख–स्क्वॉड–एक, इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़ते हुए, पुकारे खाली बायें पैर का पंजा जमीन पर लगते ही चेहरे को 90 अंश दाहिने टर्न करें पुकारें		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	'एक' बयान की गई कार्यवाही को देखें । मेरे लिये आदेष , सामने से धीरे चल गिनती से दाहिने देख -स्कॉड एक – खाली – एक । इस स्थिति में देखनेवाली बातें, बायां पैर जमीन पर सपाट लगा हुआ और दाहिना पैर बायें पैर को क्रास करता हुआ और गर्दन 90 अंश दाहिनी तरफ टर्न किया हुआ दोनों बाजू दोनों बगल के साथ मिला हुआ । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कॉड दो – इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर से 30 इंच आगे ले जायें और पंजा जमीन पर लगाते हुए मार्च को जारी करें । धीरे चाल की स्थिति में जब बायां पैर जमीन पर टिक रहा हो उस समय आदेष मिलेगा गिनती से सामने देख स्कॉड— 'एक' इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और बायां पैर जमीन पर लगते ही गर्दन को सामने टर्न करें और पुकारे खाली—एक । इस स्थिति में देखने वाली बातें – गर्दन सामने टर्न किया हुआ बायां पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ घ्रीर का वजन बायें पैर के ऊपर और दाहिना पैर बायें पैर को क्रास करता हुआ । यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड—दो इस आदेष पर दाहिने पैर से धीरे चाल को जारी करे । पुकारे				
अभ्यास	1. गिनती के साथ अभ्यास । 2. जोड़ी –जोड़ी में अभ्यास । 3. समय पुकारते हुए अभ्यास । 4. समय के अंदाज से अभ्यास ।		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1 बायें पैर की पंजे का लगना तथा गर्दन से चेहरे का 90 अंश साथ न होना । पहले या बाद में होना । 2 ऊपर या नीचे देखना । 4. गर्दन को पूरा 90 अंश टर्न न करना । 5. चलते समय सीधा न चलना । 6. धीरे चाल की सभी गलतियाँ ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर धीरे चाल से दाहिने देख और सामने देख का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।				
---	--	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 52 : तेज चाल से दाहिने देख और सामने देख – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	पेस स्टिक , बैक स्टिक , मेट्रोनम वाच , ड्रम व ड्रमर।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। धीरे चाल से दाहिने देख और सामने देख के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस प्रियड में खाली हाथ झील का एक और नया सबक सिखाऊँगा, जिसमें काम होगा तेज चाल से दाहिने देख और सामने देख		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब प्लाटून या कम्पनी तेज चाल से मार्च करते हुए जा रही हो यदि, उसके दाहिने कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हो, तो प्लाटून या कम्पनी , कमा डर के आदेष पर दाहिने देख की कार्यवाही को अमल में लाते हैं तथा मकसद पूरा होने पर सामने देख की कार्यवाही अमल में लाया जाता है। सबक आपको तरतीब वार सिखाया जायेगा , तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेश सामने से धीरे चल – “दाहिने देख ” । मेरे लिये आदेश – सामने देख जैसे थे , यह था, इस कार्यवाही का दुरुस्त नूमना ।</p> <p>गिनती से नमूना – मेरे लिये आदेश सामने से धीरे चल – “गिनती से दाहिने देख ” स्कवाड एक , खाली एक – स्कवाड दो , बढ़ो ।</p> <p>मेरे लिये आदेश , सामने देख स्कवाड एक – खाली – एक– स्कवाड – दो – बढ़ो। थम जैसे थे यह था इस काम का गिनती से नमूना ।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना –</p> <p>धीरे चाल से जब बायां पैर जमीन पर होता है तो आदेश मिलेगा गिनती से दाहिने देख- स्कवाड –एक, इस आदेश पर दाहिने पैर को खाली छोड़ते हुए , पुकारे खाली बायें पैर का पंजा जमीन पर लगते ही चेहरे को 90 अंश दाहिने टर्न करें पुकारें ‘एक’ बयान की गई कार्यवाही को देखें । मेरे लिये आदेश , सामने से धीरे चल गिनती से दाहिने देख – स्कवाड एक – खाली –</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>एक ।</p> <p>इस स्थिति में देखनें वाली बातें, बायां पैर जमीन पर सपाट लगा हुआ और दाहिना पैर बायें पैर को कास करता हुआ २जनद्वे दजद्वे इ और गर्दन ९० अंश दाहिनी तरफ टर्न किया हुआ दोनों बाजू दोनों बगल के साथ मिला हुआ । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो – इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर से ३० इंच आगे ले जायें और पंजा जमीन पर लगाते हुए मार्च को जारी करें ।</p> <p>धीरे चाल की स्थिति में जब बायां पैर जमीन पर टिक रहा हो उस समय आदेष मिलेगा गिनती से सामने देख स्कवाड – ‘एक’ इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और बायां पैर जमीन पर लगते ही गर्दन को सामने टर्न करें और पुकारे खाली—एक । इस स्थिति में देखने वाली बातें – गर्दन सामने टर्न किया हुआ बायां पैर सपाट जमीन पर लगा हुआ शरीर का वजन बायें पैर के ऊपर और दाहिना पैर बायें पैर को कास करता हुआ । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड—दो इस आदेष पर दाहिने पैर से धीरे चाल को जारी करें पुकारे बढ़ो । स्कवाड – दो – बढ़ो । थम एक—दो । यह था इसी काम का गिनती और बयान के साथ नमूना यहाँ तक की गई कार्यवाही में किसी को कोई शक, शक नहीं तो इसी कार्यवाही का अभ्यास मेरी गिनती के साथ होगा ।</p>			
अभ्यास	<p>1. गिनती के साथ अभ्यास ।</p> <p>2. जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास ।</p> <p>2. समय पुकारते हुए अभ्यास ।</p> <p>4. समय के अंदाज से अभ्यास ।</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1. बायें पैर की पंजे का लगना तथा गर्दन से चेहरे का ९० अंश साथ न होना । पहले या बाद में होना ।</p> <p>2. ऊपर या नीचे देखना ।</p> <p>3. गर्दन को पूरा ९० अंश टर्न न करना ।</p> <p>4. चलते समय सीधा न चलना ।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	5. धीरे चाल की सभी गलतियाँ ।				
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल से दाहिने देख और सामने देख का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 53: सैल्यूट के सम्बन्ध में सामान्य निर्देश (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें। स्कार्ड की गिनती करें। स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कार्ड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम जानकारी :-	<p>इस खण्ड में एक जवान को यह बताया गया है कि यदि कोई अधिकारी एवं अधीनस्थ अधिकारी उसके पास से गुजरे या उससे बात करे या उसकी अधिकारी से मुलाकात ऐसे समय में हो जब वह टोपी या पगड़ी न पहने हो या सादे कपड़े में हो वर्दी में न हो तो उसे कैसा व्यवहार करना होगा। ये सभी बातें जवान के प्रशिक्षण का एक हिस्सा है। इसीलिए इन्हें जवान को स्पष्ट किया जाए, प्रदर्शन किया जाए और इसका अभ्यास कराया जाए।</p> <p>बिना टोपी या पगड़ी पहने :-</p> <p>01 यदि कोई अधिकारी बगल से गुजर रहा हो तो अपने दोनों हाथ तेजी से बगल में गिरायें और बांये कदम पर अपना सिर और आँखें अधिकारी की दिशा में मोड़े और 6 कदम आगे बढ़ जाने तक इसी दिशा में रहें। इसके बाद सिर सामने कर लें।</p> <p>02 यदि अधिकारी उससे बात करे तो वह सावधान की स्थिति में खड़ा रहे।</p> <p>03 यदि कोई अधिकारी उसके पास से गुजरे तो वह सावधान स्थिति में खड़ा हो जाए।</p> <p>बैठकर सैल्यूट करना :- यदि कोई अधिकारी ऐसे समय में जाए जब जवान बैठा हो तो वह अधिकारी के सामने खड़ा हो जाए और हाथ से सैल्यूट करे। यदि उस स्थान पर दो से अधिक जवान बैठे हो तो वरिष्ठ अधिकारी या अधीनस्थ अधिकारी या सबसे वरिष्ठ जवान पधारने वाले</p>		34	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>अधिकारी की ओर मुँह करके खड़ा हो। सभी को सावधान होने के लिए कहे और खुद सैल्यूट करे।</p> <p>अधिकारी से बात करते समय या उसे संदेश देते समय :— जवान चुस्ती से अधिकारी के पास तेज चाल में मार्च करते हुए जाएगा, उससे दो कदम पहले थम करेगा, सैल्यूट करेगा और अधिकारी से बात करेगा या अपना संदेश देगा, फिर से सैल्यूट करेगा पीछे मुड़ेगा और तेज चाल से मार्च करता हुआ लौट जाएगा।</p> <p>दौड़चाल में कोई भी रैंक सैल्यूट न करे, परन्तु यदि सीनियर पदाधिकारी दौड़ चाल में हो और जूनियर खड़ा हो या तेज चाल में हो तो वह सैल्यूट करेगा। दौड़ चाल वाला सैल्यूट नहीं करेगा।</p>			
आम गलतियाँ	<p>सामान्य गलतियाँ :—</p> <p>01 अपेक्षित तरीके से अभिनन्दन न कर पाना।</p> <p>02 बिना हैट या टोपी/पगड़ी पहने सैल्यूट करना।</p>	02	40	<p>प्रशिक्षक द्वारा बयान</p> <p>प्रशिक्षक द्वारा बयान</p>

पाठ योजना (LESSON PLAN) 54 “राष्ट्रीय गान” (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>आम जानकारी :-</p> <p>निम्नलिखित व्यक्तियों को राष्ट्रीय सैल्यूट किया जाएगा ।</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 भारतीय गणतंत्र के राष्ट्रपति 02 राज्यपालों को अपने—अपने राज्यों में 03 समारोह, उत्सवों और परेडों “चाहे ऊपर के पैरा (एक और दो में) लिखा हुआ हो या न हो ” 15 अगस्त, 26 जनवरी को । <p>विषेष अवसरों पर राज्य सरकार की पूर्वानुमति से भारत के प्रधानमंत्री के लिए भी राष्ट्रीयगीत की धुन बजाई जा सकती है ।</p> <p>(क) जब राष्ट्रीय गीत की धुन बजाई जाए सभी वर्दीधारी सैल्यूट करेंगे ।</p> <p>(ख) परेड ग्राउण्ड से बाहर मार्च करने वाली पार्टी को कमांड करने वाले सभी अधिकारी या अधीनस्थ अधिकारी राष्ट्रीय गीत को सुनते ही अपने पार्टी को थम करें ये पार्टी बगल शस्त्र या सावधान की स्थिति में खड़ी रहेंगी । यदि अधिकारी के पास खुली तलवार हो तो सामने किंच की स्थिति में खड़े रहेंगे ।</p> <p>सैल्यूट लेना :-</p> <p>अधिकारी सैल्यूट स्वीकार करेगा तथा षिष्ठता से उसका जवाब सैल्यूट से ही देगा । यदि दो या दो से अधिक सैल्यूट लेने वाला अधिकारी साथ हो तो जो अधिकारी वरिष्ठ होगा वह सैल्यूट का जवाब देगा ।</p> <p>बांये हाथ से सैल्यूट करना :- यदि शारीरिक अक्षमता के कारण दाहिने हाथ से सैल्यूट करना असम्भव हो तो बांये हाथ सैल्यूट किया जाए ।</p> <p>घोड़े पर सवार होने पर सैल्यूट करना :- बिना शस्त्र घोड़े पर सवार अधिकारी दाहिने हाथ से सैल्यूट करेगा तथा यदि जवान बिना शस्त्र के घोड़े पर सवार हो तो वह नीचे बताये अनुसार सैल्यूट करेगा ।</p> <p>(क) यदि जवान ने दोनों हाथों से लगाम पकड़ी हो तो वह अपना हाथ हिलाये बगैर दाहिने या बांये देखेगा ।</p> <p>(ख) यदि लगाम एक हाथ से पकड़ी हो तो दाहिने हाथ को दाहिने रान के पीछे सीधा करेगा तथा दाहिने या बायीं ओर देखेगा ।</p> <p>पुलिस और सैनिक अंत्येष्टिकिया :-</p> <p>पुलिस या सैनिक अंत्येष्टि किया में शामिल होने</p>	36	40
---	----	----

वाले अधिकारी और जवान शव की और दाहिने या बांये देखकर सैल्यूट करेगे। अगर जवान टोलियों में हो तो टोली का वरिष्ठ प्रभारी अधिकारी सैल्यूट करेगा।

गाड़ी (इसमें साईकिल भी शामिल है) चलाते समय :-
साईकिल (पैडल वाली या मोटर लगी हुई या यांत्रिक बाहन का चालक, साईकिल या बाहन के गति में रहने की अवधि में सैल्यूट नहीं करेगा क्योंकि सैल्यूट करते समय ऑखें सड़क पर से हटानी पड़ती है। जब बाहन स्थिर हो तब वह दांये या बांये देखकर सैल्यूट करेगा किन्तु वह अपने हाथ हैन्डिलवार या स्टेरिंग से नहीं हटायेगा।

शस्त्र क्वायद

एस० एल० आर०

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 55 शस्त्र क्वायद के सामान्य नियम (समय : 40 मिनट)

शस्त्र क्वायद के सामान्य नियम

- 01 शस्त्रों के साथ स्क्वाड द्वारा क्वायद के मामले में निम्नलिखित हिदायतें दी जाती हैं:-
- (क) राईफल के मुख्य भागों के नामों की जानकारी के साथ—साथ हथियारों की देखभाल।
(ख) निषाना लगाना और फायर करना।
- 02 यह आवधक है कि जब से रंगरूट को राईफल जारी की जाए तभी से उपयुक्त हिदायतें देनी शुरू की जाए ताकि प्रारम्भिक अवस्था में ही गलत प्रषिक्षण को रोका जा सके।
- 03 जब एक जगह खड़े होकर राईफल क्वायद की जाए तब समय का अनुमान रखते हुए एक हरकत से दूसरी हरकत के बीच तेज चाल से दो कदम चलने पर लगने वाले समय के बराबर समय लिया जाए। जब क्वायद मार्च करते हुए कार्यवाही कराई जाए तो प्रत्येक हरकत तभी की जाए जब बांया पैर जमीन पर आये।
- 04 इससे पहले वर्णन किये गये अगल—अलग मार्चों और कदमों स्क्वाड राईफल सहित क्वायद कराई जाए। खाली हाथ को प्राकृतिक रूप से हिलाया जाएगा।
- 05 राईफल अभ्यास में राईफल पर नियंत्रण न रखना एक बहुत ही आम दोष है। इसके कारण शरीर में फालतू हरकत होती है। राईफल अभ्यास में बाजू और कोहनी शरीर से सटे होते हैं। जब तक विषेष रूप से कहा न जाए तब तक सिर या शरीर को हिलाया न जाए।
- 06 जैसा कि निरीक्षण के लिए किया जाता है, परेड पर राईफल और संगीन साफ और सुखाई हुई होनी चाहिए।
- 07 शस्त्र क्वायद पहले गिनती बोलकर और बाद में समय का अनुमान रखकर सिखाया जाए।

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 56 7.62 mm एस.एल.आर. की आम जानकारियाँ (समय : 40 मिनट)

रायफल का पूरा नाम	—	7.62 mm सेल्फ लोडेड रायफल वन ए वन मार्क
रायफल की लम्बाई	—	44.35 " इंच छोटा बट 44.85 " नार्मल बट 45.35 " लम्बा बट
बैनट के साथ लम्बाई	—	55 इंच
रायफल का वजन	—	9 पौंड 11 ऑंस
बैनट का वजन	—	10 ऑंस
खाली मैगजीन का वजन	—	9 ऑंस
रायफल के हिस्से पूर्जों के नाम	—	
1. मजल	2.	बैनट बैस
3. फलैष हायडर	4.	बॉडी लॉकिंग लीवर
5. बैरल	6.	हैंड गार्ड
7. मैगजीन वे	8.	अपर सिलिंग कड़ी
9. मैगजीन कैच	10.	ट्रिगर गार्ड
11. मैगजीन लिप्स	12.	होल्डिंग ओपनिंग कैच
13. मैगजीन	14.	बड़ा मेहरा
15. छोटा मेहरा	16.	इजैक्षन स्लाट
17. ट्रिगर	18.	स्माल बट
19. बट प्लेट स्कू	20.	फोर साइट की नोज
21. हेंड ग्रिप	22.	बाटम प्लेट
23. बैनट पोस्ट	24.	बैक साइट एसम्बली
25. टो बट	26.	वट प्लेट
27. कैरिंग हैंडिल	28.	बैक साइड बैड
29. हील बट		

यह थी एस.एल.आर. के बारें में आम जानकारी।

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 57 : एस.एल.आर. के साथ सावधान विश्राम और आराम से

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर., सिलिंग, बैनट स्केबर्ड और फ्रांग।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. रायफल के बारें में आम जानकारी के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर. के साथ सावधान विश्राम और आराम से।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>शास्त्र कवायद की तमाम हरकत सावधान से शुरू तथा सावधान पर समाप्त होती है। अगर हमारे पास रायफल हो और किसी सीनियर अधिकारी से बात करनी हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। कार्यवाही समाप्त होने पर या नया सबक चलाने के पहले विश्राम की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। विश्राम और सावधान में ज्यादा फर्क नहीं है इसलिये ज्यादा देर तक सावधान तथा विश्राम में खड़े रहने से शरीर में तनाव पैदा हो जाता है। उस तनाव को दूर करने के लिए आराम से की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।</p> <p>सबक तरतीब वार सिखाऊँगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p>		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – अभी इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिए आदेष सावधान, विश्राम आराम से यह था, इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। अभी इसी कार्यवाही को हरकत और बयान के</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

साथ सुने तथा देखें ।

हरकत और बयान से नमूना :— विश्राम की स्थिति से आदेष मिलेगा सावधान इस आदेष पर बायें पैर को सामने से 12 इंच ऊपर उठाते हुए सपाट जमीन पर दाहिने पैर की एड़ी के साथ मिलाए । ज्याँ ही बायें पैर जमीन पर लगता है । दाहिने हाथ की मदद से रायफल को अपनी तरफ खींचकर दाहिने पैर के साथ खड़ी रुख में लायें । पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें ।

मेरे लिए आदेष सावधान ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें रायफल 90 डिग्री दाहिने तरफ दाहिने पैर के साथ खड़ी रुख रायफल हिल बठ पर सवार टो बट उठा हुआ रायफल का टो बट दाहिने बूट के टो की सीधाई में , मैगजीन का रुख सामने , फलैष हाईडर दाहिने हाथ के मोटे मसल के साथ लगा हुआ , दाहिने हाथ की पकड़ अपर सिलिंग कड़ी के पास चारों ऊँगली बाहर से अंगूठा अंदर से कलम तरास ग्रीप किया हुआ । दोनों पैर की एड़ी मिली हुई पंजे से पंजे के बीच 30 डिग्री का कोण बना हुआ । घुटने तथा रान कसे हुए पेट अंदर , सीना उठा हुआ , कंधे पीछे तथा चौरस बायां हाथ बायें बगल के साथ मिला हुआ । गर्दन कालर के साथ मिला हुआ , नजर 100 गज दूर जमीन के समानान्तर किसी स्थिर बिन्दू पर टिकी हुई यह था एस.एल.आर. रायफल के साथ सावधान ।

अभी मैं बताऊँगा विश्राम — सावधान स्थिति में आदेष मिलेगा विश्राम इस आदेष पर बायें पैर को 12 इंच उठाते हुए दाहिने पैर से 12 इंच बायें सपाट जमीन पर दबायें । साथ ही रायफल को दाहिने हाथ की मदद से दाहिने कंधे की सीध में 45 डिग्री आगे करें पुकारे एक । बयान की गई कार्यवाही को देखें ।

मेरे लिए आदेष विश्राम —

इस पोजीषन में देखने वाली बातें रायफल टो बट पर मैगजीन का रुख सामने , बैरल ऊपर बट नीचे रायफल दाहिने कंधे की सीध में 45 डिग्री एंगल पर दाहिने हाथ सीधा तथा दाहिने हाथ की पकड़ ऊपर सिलिंग कड़ी के पास चारों ऊँगली बाहर से अंगूठा अंदर कलम तरास ग्रीप किया हुआ । बायां हाथ बायें बगल में शरीर के साथ मिला हुआ । (बाकि स्थिति खाली हाथ ढील की तरह विश्राम पोजीषन)

इस पोजीषन में आदेष मिलेगा । आराम से इस आदेष पर दाहिने हाथ को कोहनी से हल्का सा मोड़े साथ ही कमर से ऊपर वाले हिस्से को ढीला छोड़े । बयान की गई कार्यवाही को देखें । आराम से ।

इस पोजीषन में देखने वाली बातें दाहिना हाथ कोहनी से हल्का मुड़ा हुआ । कमर से ऊपर वाला हिस्सा ढीला छोड़ा हुआ । यहाँ से जब काजरी वर्ड ऑफ कमांड मिलता है । स्कवाड या प्लाटून । तो दूरस्त विश्राम पोजीषन अस्तियार करें ।

यहाँ तक हरकत और बयान में किसी जवान को शक या सवाल ।

अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	खाली हाथ ड्रिल में सवाधान विश्राम और आराम से की तमाम गलतियाँ । 2) बायां पांव और रायफल का तालमेल न होना । 3) रायफल का टो बट दाहिने बूट की टो बट की सीधाई में न होना । 4) मैगजीन का रुख सामने न होना । 5) विश्राम में रायफल दाहिने कंधे की सीध में न होना । अंदर या बाहर की तरफ होना । 6) विश्राम में रायफल को आगे लाना तथा पैर का दबाना एक साथ न होना । 7) आराम से रायफल को हरकत देना । 8) कमर से नीचे वाले हिस्से को हरकत देना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर <u>एस.एल.आर.</u> के साथ सवाधान विश्राम और आराम से का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 58 : एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से ऊँचा बायें शस्त्र और ऊँचा बायें शस्त्र से बाजू शस्त्र

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर., सिलिंग, बैनट स्केबर्ड और फाग।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. के साथ सावधान विश्राम और आराम से के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया जिसमें काम होगा एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से ऊँचा बायें शस्त्र और ऊँचा बायें शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>जब हमारे पास एस.एल.आर. हो और संगीन लगा हो और हमें दौड़ चाल में एक स्थान से दूसरे स्थान जाना हो, तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।</p> <p>सबक तरतीब वार सिखाऊँगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक बयान में कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p>		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेश ऊँचा बायें शस्त्र।</p> <p>इनीन तद्धहन लजश्नछ बाजू शस्त्र। यें था इस कार्यवाही के दुरुस्त नूमना। अभी इसी कार्यवाही को हरकत और गिनती से नमूना देखें।</p> <p>हरकत और गिनती से नमूना मेरे लिये आदेष बाजू शस्त्र स्कवाड एक-एक स्कवाड दो-दो स्कवाड तीन-तीन। ये था इस काम का हरकत और गिनती से नमूना, अभी इसी काम को हरकत गिनती और बयान से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

देखें तथा सुनें।

हरकत गिनती और बयान से नमूना
सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा “ऊँचा बायें शस्त्र”
“ इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को
45 डिग्री एंगल पर शरीर के सामने उछाले गिरती हुई
रायफल को दोनों हाथों की मदद से बायें हाथ को फोर
हैंड गार्ड तथा स्माल ऑफ दी बट पर मारकर गोल ग्रीप
करें। “पुकारे एक।”

मेरे लिये आदेष “ ऊँचा बायें शस्त्र” इस स्थिति
में देखने वाली बातें रायफल 45 डिग्री एंगल पर शरीर
बदन के सामने कास बैरल ऊपर तथा बायें तरफ बट
नीचे तथा दाहिने तरफ मैगजीन का रुख सामने, दाहिने
हाथ की पकड़ स्माल ऑफ दी बट पर चारों उंगली
बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीप किया हुआ तथा बायें
हाथ की पकड़ फोर हैंड गार्ड पर चारों उंगली नीचे से
ऊपर की तरफ अंगूठा, ऊपर से गोल ग्रीप किया हुआ
। बाकि पोजीषन सावधान । ये था ऊँचा बायें शस्त्र
अभी बताऊँगा गिनती से बाजू शस्त्र । दुरुस्त ऊँचा बायें
शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा । गिनती से बाजू
शस्त्र “ स्कवाड एक” इस आदेष पर रायफल को बिना
हरकत किये दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए
अपर सिलिंग कड़ी के पास थपकी मारते हुए गोल ग्रीप
करें पुकारे ‘एक’ बयान की गई कार्यवाही को देखें ।

मेरे लिये आदेष गिनती से बाजू शस्त्र –स्कवाड
एक—एक’ इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ
की पकड़ ऊपर सिलिंग कड़ी के पास चारों उंगली बाहर
से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीप किया हुआ । कलाई से
कोहनी तक रायफल के साथ मिला हुआ , बाकि स्थिति
दुरुस्त ऊँचा बायें शस्त्र की । यहाँ से आदेष मिलेगा
स्कवाड दो इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से
रायफल को दाहिने बगल में लायें , साथ ही बायें हाथ
को फलेष हायडर पर थपकी मारकर सटा कर रखें ,
पुकारे दो, बयान की गई कार्यवाही देखें । स्कवाड
दो—दो ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें रायफल 90 डिग्री
दाहिने खड़ी रुख जमीन से लगभग 1 या आधा इंच
ऊपर बैरल ऊपर बट नीचे, मैगजीन का रुख सामने की
तरफ किया हुआ । दाहिने हाथ की चारों उंगली बाहर से

	<p>अंगूठा अंदर से कलम तरास ग्रीप किया हुआ। बायें हाथ की हथेली फलैष हायडर पर चारों उंगलियों तथा अंगूठा मिला हआ , उंगलियों का रुख दाहिनी तरफ कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर शरीर के साथ मिला हुआ बाकि स्थिति सावधान।</p> <p>यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर बायें हाथ को तेजी से बायें बगल में लायें और साथ ही रायफल को जमीन पर टिकायें पुकारे तीन। स्कवाड तीन—तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें ऊँचा बायें शस्त्र” से बाजू शस्त्र किया हुआ , बाकि स्थिति दुरुस्त सावधान ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04.<u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>रायफल को 45 डिग्री एंगल पर न उछालना ।</p> <p>2) दोनों हाथ से एक साथ न पकड़ना</p> <p>3) बाजू शस्त्र करते समय रायफल को हरकत करना ।</p> <p>4) कोहनी को उठाकर रखना ।</p> <p>5) बायें हाथ को तेजी से बायें बगल में न लाना ।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से ऊँचा बायें शस्त्र और ऊँचा बायें शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 59 : बाजू शस्त्र से तोल शस्त्र और तोल शस्त्र से बाजू शस्त्र
- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू - शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर.,सिलिंग, बैनट स्केबर्ड और फाग		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से ऊँचा बायें शस्त्र और ऊँचा बायें शस्त्र से बाजू शस्त्र के बारे में सीख चुके हैं। के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया जिसमें काम होगा बाजू शस्त्र से तोल शस्त्र और तोल शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब राईफल को साथ लेकर थोड़ी दूर जाना हो तो तोल शस्त्र की कार्रवाई की जाती है और मकसद पूरा होनो पर या निष्चित स्थान पर पहुँचने पर बाजू शस्त्र की कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष तोल शस्त्र। मेरे लिए आदेष बाजू शस्त्र। यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही ' को हरकत और बयान से देखें तथा सुनें। बयान से नमूना :—सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा तोल शस्त्र इस आदेष पर दाहिने हाथ से राईफल को थोड़ा ऊपर और आगे उठाते हुए तोल वाली जगह से पकड़े, पुकारे एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष तोल शस्त्र —एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल की मजल आगे की ओर तथा		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	बट पीछे की ओर, मैगजीन का रुख नीचे की तरफ राईफल जमीन के समानान्तर तोल वाली जगह से पकड़े हुए। यहीं से आदेष मिलेगा बाजू शस्त्र। इस आदेष पर दाहिने हाथ से राईफल को सावधान की स्थिति में ले आएं। पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही देखें। बाजू शस्त्र –एक–एक इस स्थिति में देखने वाली बातें। दुरुस्त बाजू शस्त्र स्थिति अखिलयार किया हुआ। यहाँ तक किये गये बयान तथा कार्यवाही में किसी को कोई शक या सवाल। नहीं तो इसी कार्यवाही का अभ्यास करेंगे।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगूँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 तोल शस्त्र के दौरान राईफल को बदन से अलग न किया जाए। 02 बजहन्त्र कोहनी में खम्ब होना। 03 बाजू शस्त्र में राईफल की बट को जमीन पर पटकना। 04 सावधान में टो बट को टो के साथ नहीं लगाना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से तोल शस्त्र और तोल शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 60 : एसएलआर के साथ समतोल शस्त्र और बाजू शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर., सिलिंग, बैनट स्केबर्ड और फाग		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से तोल शस्त्र और तोल शस्त्र से बाजू शस्त्र। सीखे दुए सबक के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एसएलआर के साथ समतोल शस्त्र और बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब राईफल के साथ थोड़ी देर हरकत करनी हो या सज की कार्यवाही करनी हो तो समतोल शस्त्र की कार्यवाही की जाती है। इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देंखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देंखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष समतोल शस्त्र – एक, जैसे थे। इसी कार्यवाही को हरकत और बयान के साथ देंखें तथा सुनें।</p> <p>बयान से नमूना :— जब सावधान पोजिषन से आदेष मिलेगा समतोल शस्त्र इस आदेष पर दाहिने हाथ से राईफल को जमीन से सीधा एक या डेढ़ इंच ऊपर उठायें, पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। मेरे लिए आदेष समतोल शस्त्र—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल जमीन से एक से डेढ़ इंच</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	सीधा ऊपर उठाया हुआ बाकी पोजिषन सावधान। यहीं से आदेष मिलेगा बाजू शस्त्र या जैसे थे इस आदेष पर राईफल को जमीन पर हिल बट पर सवार करें पुकारें एक। मेरे लिए आदेष जैसे थे—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त राईफल के साथ सावधान की स्थिति।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 राईफल को ज्यादा ऊपर उठाना। 02 बाजू का टेढ़ा करना। 03 कमर से बांये झुकना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ एसएलआर के साथ समतोल शस्त्र और बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 61 : राईफल के साथ खड़े—खड़े मुड़ना
- (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर., सिलिंग, बैनट स्केबर्ड और फाग		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. के साथ एसएलआर के साथ समतोल शस्त्र और बाजू शस्त्र। सीखे हुए सबक के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा राईफल के साथ खड़े—खड़े मुड़ना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	मुड़ने की जरूरत खाली हाथ में बताया गया है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष मुड़ना दाहिने मुड़। जैसे थे। ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें। गिनती से नमूना :— मेरे लिए आदेष गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्क्वाड एक—एक। स्क्वाड दो—दो। ये था इस कार्यवाही का गिनती से नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें। गिनती और बयान से नमूना :— बाजू शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा। गिनती से मुड़ना दाहिने मुड़ स्क्वाड एक। इस आदेष पर सिखे हुए तरीके से दाहिने मुड़ की नम्बर—1 की स्थिति अखिलयार करें साथ ही राईफल को जमीन से एक से डेढ़ इंच ऊपर उठायें पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वाड एक—एक।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	इस स्थिति में देखने वाली बातें :— दाहिने मुँड़ की नम्बर एक स्थिति अखिलयार किया हुआ। राईफल जमीन से एक से डेढ़ इंच ऊपर। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर बांये पैर को दाहिने पैर के साथ सावधान की स्थिति में मिलायें साथ ही राईफल को जमीन पर हिल बट पर सवार करें, पुकारें दो। स्क्वाड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त दाहिने मुँड़ की कार्यवाही किया हुआ, राईफल की स्थिति बाजू शस्त्र। ये था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना। यहाँ तक की गई कार्यवाही में किसी को कोई शक या सवाल। नहीं तो इसी कार्यवाही को मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड़ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड़ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 राईफल को जमीन से जरूरत से ज्यादा ऊपर उठाना। पैर का लगना तथा राईफल को जमीन पर टिकाना एक साथ न होना। (नोट :-प्रशिक्षक दाहिने मुँड़ की तरह बांये और पीछे मुँड़ का भी अभ्यास करायें।)	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर राईफल के साथ खड़े—खड़े मुड़ना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 62: एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से बगल शस्त्र और बगल शस्त्र से बाजू शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। राईफल के साथ खड़े-खड़े मुड़ना के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से बगल शस्त्र और बगल शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	एस.एल.आर. को एक जगह ले जाने का एक आसान तरीका है और बगल शस्त्र से ही तेज चाल और धीरे चाल में मार्च किया जाता है। और सैल्यूट की तमाम कार्यवाही भी बगल शस्त्र से ही की जाती है। सबक तरतीबवार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक बयान में कोई शक या सवाल।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष बगल शस्त्र, मेरे लिये आदेष बाजू शस्त्र ये था दुरुस्त नमूना।</p> <p>गिनती से नमूना :- मेरे लिये आदेष, गिनती से बगल शस्त्र स्कवाड एक, एक, स्कवाड दो-दो।</p> <p>ये था इस कार्यवाही का गिनती से नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- सावधान की रिथति से आदेष मिलेगा गिनती से बगल शस्त्र 'स्कवाड एक' इस आदेष पर रायफल को दाहिने हाथ की मदद से 90</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

डिग्री दाहिने बगल में उछाले और दोनों हाथों से ग्रीष्म करें। दाहिने हाथ से पिस्टल ग्रीष्म पर थपकी मारते हुए गोल ग्रीष्म करें और बायें हाथ से फोर हैण्ड गार्ड पर चारों अंगूलियां बाहर से अंगूठा अंदर से थपकी मारकर गोल ग्रीष्म करें पुकारे एक, ध्यान रहे दोनों हाथों का पकड़ना एक साथ होना चाहिए। बयान की हुई कार्यवाही को देखें, मेरे लिये आदेष गिनती से बगल शस्त्र स्कवाड एक(एक)

इस स्थिति में देखने वाली बाते रायफल 90 डिग्री खड़ा दाहिने बगल में बैरल ऊपर बट नीचे मैगजीन का रुख सामने, दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रीष्म पर चारों अंगूलिया बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीष्म किया हुआ। बायें हाथ की पकड़ फोर हैण्ड गार्ड पर चारों अंगूलियां बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीष्म किया हुआ। बायें हाथ की कलाई से कोहनी तक जमीन के समानान्तर यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुये बायें बगल में मिलाये पुकारें दो ” स्कवाड दो दो ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें बाये हाथ बायें बगल में सावधान स्थिति में मिला हुआ यानि कि बगल शस्त्र की कार्यवाही पूरा की हुई ।

यहाँ से आदेष मिलेगा गिनती से बाजू शस्त्र स्कवाड एक इस आदेष पर बायें हाथ से फलैष हायडर के ऊपर थपकी मारें और गोल ग्रीष्म करें पुकारे एक बयान किया कार्यवाही को देखें मेरे लिये आदेष गिनती से बाजू शस्त्र स्कवाड एक—एक ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें बायें हाथ से फलैष हायडर गोल ग्रीष्म किया हुआ चारों उंगलियाँ बाहर से अंगूठा अंदर से कलाई से कोहनी बदन से मिला हुआ बाकि स्थिति पहले की तरह यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर रायफल का वजन बायें हाथ में लेते हुए नीचे लायें और दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए हैण्ड गार्ड पर थपकी मारे और अपर सिलिंग कड़ी के पास कलम तराष पकड़े और बायें हाथ की चारों अंगूलियां और अंगठे को सीधा करें, पुकारें दो, स्कवाड दो दो ।

इस स्थिति में देखनेवाली बातें राइफल दाहिने बगल में जमीन से लगभग 1 या आधा इंच ऊपर खड़ा रुख बाया हाथ से फलैष हायडर पर सपोर्ट दिया हुआ चारों उंगलियाँ बाहर, और अंगूठा अंदर सीधा दाहिने

	<p>तरफ पाइंट किया हुआ दाहिने हाथ की पकड़ अपर सिलिंग कड़ी के पास कलम तराष चारों अंगूलियों बाहर से अंगूठा अंदर से पकड़ा हुआ, बाकि स्थिति दुरुस्त सावधान ।</p> <p>यहीं से आदेष मिलेगा ' स्कवाड तीन' इस आदेष पर रायफल को जमीन पर टिकायें और बायें हाथ को चटकी से बायें बगल में मिलायें पुकारे तीन , स्कवाड तीन (तीन)</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें बगल शस्त्र से बाजू शस्त्र किया हुआ । बाकि स्थिति दुरुस्त सावधान । (ये था गिनती और बयान से नमूना)</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>रायफल को 90 डिग्री एंगल पर न उछालना ।</p> <p>2) दोनों हाथ से एक साथ न पकड़ना</p> <p>3) बाएं हाथ को चटकी से बायें बगल में न मिलाना ।</p> <p>4) बायें हाथ से थपकी मारकर गोल ग्रीप न करना ।</p> <p>5) बाजू शस्त्र की नं. 3 पोजीषन में बायें हाथ को चटकी से बायें बगल में न मिलाना ।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से बगल शस्त्र और बगल शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 63: राईफल के साथ दाहिने बांये तथा मध्य सज

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें)। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर., सिलिंग, बैनट और फाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से बगल शस्त्र और बगल शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा राईफल के साथ दाहिने बांये तथा मध्य सज		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	कोई भी सजा हुआ स्क्वाड देखने में सुन्दर लगता है। आमतौर पर बड़ी-बड़ी परेडों पर जब मध्य सज की कार्यवाही की जाती है तो बायें वाली कम्पनियां दाहिने सज की कार्यवाही करती हैं। इसी काम का दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। <u>दुरुस्त नमूना</u> – मेरे लिए आदेष सज, दाहिने सज। ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें। मेरे लिए आदेष। गिनती से सज, दाहिने सज। स्क्वाड एक-एक दो। स्क्वाड दो-दो। स्क्वाड तीन-तीन। सामने देख एक। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान से देखें तथा सुनें। (प्रशिक्षक मदद देने वाला जवान को विश्राम करें और बयान करें) गिनती और बयान से :— सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से सज दाहिने सज स्क्वाड एक। इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से 15 इंच का एक कदम आगे लें। पुकारें एक -दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से सज दाहिने सज। स्क्वाड एक। एक -दो। इस स्थिति में देखने		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	वाली बातें। 15 इंच का एक कदम आगे लिया हुआ, राईफल बाजू शस्त्र की स्थिति में। यही से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर बांये हाथ को बांये कंधे की सिधाई में लेकर जाएं साथ ही गर्दन को 90 डिग्री दाहिने की ओर लेकर जाएं। पुकारे दो। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। स्क्वाड दो-दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें, बांये हाथ की मदद से बाजू भर का फासला लिया हुआ बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड तीन। इस आदेष पर दाहिने की ओर खड़े व्यक्ति से सिधाई हासिल करें। पुकारे तीन। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। स्क्वाड तीन -तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने की ओर सिधाई हासिल किया हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा समाने देख। इस आदेष पर सामने देख की कार्यवाही करें। पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। सामने देख। एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें सिधाई हासिल करने के बाद सामने देख की कार्यवाही किया हुआ।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	खाली हाथ में सजने कि तमाम गलतिया बाए बाजू को अपनी बाई ओर न उठाना	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर साथ राईफल के साथ दाहिने बांये तथा मध्य सज का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 64 : एस.एल.आर के साथ खड़े-खड़े सामने सैल्यूट
 – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रुक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ्राक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। राईफल के साथ दाहिने बांये तथा मध्य सज बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा <u>एस.एल.आर के साथ खड़े-खड़े सामने सैल्यूट</u>		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम वर्दी हालत में एल.एल.आर के साथ किसी ड्यूटी पोस्ट में खड़े हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे सामने से गुजरता है तो उसको सम्मान देने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीबवार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल, शक नहीं तो इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष, खड़े-खड़े सामने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट जैसे थे, ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। अभी इस कार्यवाही को गिनती से देखें।</p> <p>गिनती से नमूना मेरे लिये आदेष गिनती से खड़े-खड़े सामने सैल्यूट स्कवाड एक-एक स्कवाड दो-दो जैसे थे अभी इसी कार्यवाही को गिनती व बयान के साथ देखें।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना एस.एल.आर के साथ दुरुस्त बगल शस्त्र की स्थिति में आदेष मिलेगा गिनती से खड़े-खड़े सामने सैल्यूट स्कवाड एक इस आदेष पर बायें हाथ की चारों उंगलियां तथा अंगूठा मिलाते हुए फोर हैण्ड गार्ड पर थपकी मारते हुए थोड़ा आगे रखें। पुकारे एक बयान की हुई कार्यवाही को देखें।</p> <p>मेरे लिये आदेष गिनती से खड़े-खड़े सामने सैल्यूट स्कवाड</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें बायां हाथ फोर हैण्ड गार्ड पर चारों उंगलियां तथा अंगूठा मिला हुआ बायां हाथ कंधे से लेकर कलाई तक बदन से मिला हुआ कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर। बाकि बगल शस्त्र की स्थिति यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर बायें हाथ को तेजी से बायें पहलू में लायें पुकारे दो बयान की हुई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें खड़े—खड़े सामने सैल्यूट की कार्यवाही पूरा किया हुआ अर्थात् बायां हाथ बायें पहलू में। बाकि पहले वाली स्थिति अर्थात् दुरुस्त बगल शस्त्र।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउग़ों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) फोर हैण्ड गार्ड पर थपकी मारते समय चारों उंगली तथा अंगूठे का न मिला होना तथा हथेली को सीधा न रखना। 2) कोहनी से लेकर कलाई तक जमीन के समानान्तर न रखना। 3) सैल्यूट डाउन करते समय बायें हाथ को तेजी से नजदीकी रास्ते से बायें पहलू में न ले जाना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर <u>एस.एल.आर के साथ खड़े—खड़े सामने सैल्यूट</u> का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 65 : एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर के साथ खड़े-खड़े सामने सैल्यूट बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	यह एक खास किस्म का सैल्यूट है जो खास-खास व्यक्तियों को खास-खास जगह पर खास-खास मौके पर दिया जाता है। क्वाटर गार्ड में खड़ा संतरी डी.सी. से लेकर ऊपर वाले अधिकारी को इसी सम्मान से सम्मानित करता है इसके लिये कमाण्ड अलग-अलग जगहों पर अलग-अलग दिया जाता है लेकिन कार्यवाही एक ही प्रकार की जाती है। सबक तरतीबावार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष सलामी शस्त्र, मेरे लिये आदेष बाजू शस्त्र ये था दुरुस्त नमूना। जैसे थे, ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। अभी इस कार्यवाही को गिनती से देखें।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिये आदेष, गिनती से सलामी शस्त्र स्कवाड एक (एक) स्कवाड दो-दो, स्कवाड तीन-तीन। मेरे लिये गिनती से आदेष बाजू शस्त्र स्कवाड एक-एक स्कवाड दो-दो, स्कवाड तीन-तीन ये था गिनती के साथ नमूना।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना</p> <p>सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से सलामी शस्त्र 'स्कवाड एक' इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को 90 डिग्री सीधाई में ऊपर की ओर उछाले और दोनों हाथों की मदद से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

रायफल को ग्रीप करें बायें हाथ से फोर हैण्ड गार्ड पर और दाहिने हाथ से स्माल आफ दी बट को ग्रीप करें पुकारे एक, बयान की हुई कार्यवाही को देखें , मेरे लिये आदेष गिनती से सलामी शस्त्र स्कवाड एक(एक) ।

इस स्थिति में देखने वाली बाते रायफल 90 डिग्री दाहिने बगल में खड़ा रुख बैरल का रुख ऊपर की ओर बट नीचे की ओर सिलिंग मैगजीन का रुख सामने की ओर , बायें हाथ की पकड़ फोर हैण्ड गार्ड पर । चारों अंगूलिया बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीप किया हुआ कलाई से कोहनी तक जमीन के समानान्तर कोहनी से कलाई बदन के साथ मिला हुआ दाहिने हाथ की पकड़ स्माल आफ दी बट पर चारों अंगूलिया बाहर से अंगूठा अंदर से कलम तराष पकड़ा हुआ बाकि स्थिति सावधान । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो । इस आदेष पर दोनों हाथ की मदद से रायफल को बदन के बीचों-बीच लेकर जायें और बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए मैगजीन के ऊपर थपकी मारें । कलाई से कोहनी तक रायफल के साथ मिला कर रखें पुकारें दो ' स्कवाड दो (दो) ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें रायफल 90 डिग्री खड़ा रुख बदन के बीचों-बीच बैरल ऊपर बट नीचे मैगजीन का रुख सामने बायें से मैगजीन के ऊपर थपकी मारा हुआ । चारों अंगूलियों और अंगूठा मिला हुआ । अंगूठा ठीक काकिंग हैन्डिल के नीचे तक रायफल से मिला हुआ दाहिने हाथ की पकड़ स्माल आफ दी बट पर चारों उंगलियों बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीप किया हुआ दाहिने हाथ की कोहनी बदन के साथ मिली हुई बाकि स्थिति में सावधान । यहीं से आदेष मिलेगा । स्कवाड तीन, इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को नीचे लायें और बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए बायें कंधे की सीधा में सीधा करें । ध्यान रहें ये चारों अंगूलिया और अंगूठा मिला हुआ होना चाहिए और रायफल के फोर हैंड गार्ड पर थपकी मारते हुए ग्रीप करें, साथ ही दाहिने पैर को 12 इंच ऊपर उठाते हुए बायें पैर की एड़ी के साथ दाहिने पैर का कटा हुआ भाग के साथ चलती हालत में मिलाएं, पुकारे तीन, ध्यान रहे कि ये तीनों कार्यवाही एक साथ होना चाहिए । बयान की कार्यवाही को देखें । स्कवाड तीन-तीन ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त सलामी शस्त्र किया हुआ रायफल 90⁰ खड़ा मैगजीन का रुख सामने नाक से रायफल 8 इंच दूरी पर बैल्ट से तीन इंच और रान से 9 इंच दूरी पर, बायें हाथ से फोर हैण्ड गार्ड पर चारों अंगूलिया बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीप किया हुआ । कोहनी बदन के साथ मिली हुई दाहिने हाथ की पकड़ स्माल आफ दी बट पर चारों उंगलियों बाहर से अंगूठा अंदर से कलम तराष पकड़ा हुआ । दाहिना हाथ का मोटा मसल सामने की तरफ, दाहिने पैर का कटा वाला हिस्सा बाये पैर की एड़ी के साथ चलती हालत में मिला हुआ यानि दुरुस्त सलामी शस्त्र किया हुआ ।

यहीं से आदेष मिलेगा । गिनती से बाजू शस्त्र स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़कर अपर सिलिंग कड़ी के पास मारते हुये ग्रीप करें साथ ही दाहिने पैर को 12 इंच ऊपर उठाते हुए बायें पैर की एड़ी के साथ सावधान स्थिति में मिलायें पुकारें एक ध्यान रहें दोनों कार्यवाही एक साथ होनी चाहिए । बयान किया कार्यवाही को देखे स्कवाड एक-एक ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ की पकड़ अपर सिलिंग कड़ी के पास गोल ग्रीप किया हुआ, दाहिना पैर सावधान हालत में बाकि स्थिति पहले की तरह, यहीं से अदोष मिलेंगा । स्कवाड दो । इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को दाहिने बगल में ले जायें जमीन से एक इंच ऊपर रखें और बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए फलैष हायडर पर थपकी मारते हुए सीधा करें, पुकारें दो, बयान किया हुआ कार्यवाही को देखें स्कवाड दो (दो) ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें रायफल 90⁰ दाहिने बगल में खड़ा रुख जमीन से लगभग 1 या डेढ़ इंच ऊपर दाहिने हाथ की पकड़ अपर सिलिंग कड़ी पर कलम तराष ग्रीप किया हुआ , चारों अंगूलियों बाहर

	से अंगूठा अंदर से पकड़ा हुआ। बायां हाथ फलैश हाईडर पर सपोर्ट किया हुआ चारों अंगूलियों और अंगूठा मिला हुआ। दाहिने की तरफ पोईट किया हुआ। कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर बाकि स्थिति सावधान, यहीं से आदेष मिलेगा। स्कवाड तीन इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को जमीन पर टिकायें और बायें हाथ को बायें बगल में मिलाये पुकारे तीन, बयान किया हुआ कार्यवाही को देखें। स्कवाड तीन-तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें सलामी शस्त्र से दुरुस्त बाजू शस्त्र किया हुआ। बाकि स्थिति एस.एल.आर. के साथ सावधान।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगूँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) रायफल को 90 डिग्री एंगल पर न उछालना। 2) रायफल को दोनों हाथ की मदद से बदन के सामने न रखना। 3) सलामी शस्त्र की तीनों कार्यवाही एक साथ न होना। 4) बाजू शस्त्र का नं. 1 स्थिति में दाहिने हाथ को ऊपर सिलिंग कड़ी के पास ग्रीप न करना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

**पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 66 : एस.एल.आर के साथ बाजू शस्त्र से भूमि
शस्त्र और भूमि शस्त्र से उठा शस्त्र**

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/ यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर के साथ बाजू शस्त्र से भूमि शस्त्र और भूमि शस्त्र से उठा शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास एस.एल.आर. हो और हमें कोई ऐसा कार्य करना हो, जिसमें रायफल की आवश्यकता न हो या खाली हाथ ड्रिल की कार्यवाही करनी हो तो भूमि शस्त्र की कार्यवाही अमल में लाते हैं। सबक तरतीबवार सिखाऊँगा। यहाँ तक बयान में किसी जवान को कोई शक या सवाल।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष , भूमि शस्त्र । मेरे लिये आदेष उठा शस्त्र। ये था दुरुस्त नमूना। जैसे थे , ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना । अभी इस कार्यवाही को गिनती से देखें । गिनती से नमूना मेरे लिये आदेष गिनती से भूमि शस्त्र स्कवाड एक-एक । स्कवाड दो-दो । मेरे लिये आदेष गिनती से		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

उठा शस्त्र स्कवाड एक—एक स्कवाड दो—दो। ये था गिनती से नमूना।

गिनती और बयान से नमूना

बाजू शस्त्र अर्थात् सावधान स्थिति से आदेष मिलेगा। गिनती से भूमि शस्त्र 'स्कवाड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को पीछे फेंके साथ ही घुटने को बिना मोड़े कमर से ऊपर वाले हिस्से के नीचे झुकाये और रायफल की अपर सिलिंग कड़ी को दाहिने बूट की टो के सिधाई में रखते हुए रायफल को जमीन से लगभग एक या डेढ़ इंच ऊपर रखें, पुकारे एक, बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष गिनती से भूमि शस्त्र स्कवाड एक—एक।

इस स्थिति में देखने वाली बाते — रायफल जमीन पर लगभग जमीन के समानान्तर, बैरल आगे बट पीछे, मैगजीन का रुख बायें तरफ। कैरिंग हैन्डल ऊपर। रायफल की अपर सिलिंग की दाहिने बूट की टो की सीध में। जमीन से लगभग एक या डेढ़ दंच ऊपर दाहिने हाथ की पकड़ अपर सिलिंग कड़ी के चारों अंगुली बाहर से अंगूठा अंदर से, बायां हाथ पीछे से जमीन के समानान्तर शरीर के साथ मिला हुआ। दोनों एड़ी मिली हुई, पैर सीधा खींचा हुआ कमर से ऊपर वाला हिस्सा झुका हुआ, चेहरा सामने। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो। इस आदेष पर रायफल को जमीन पर टिकाते हुए सीधे खड़े हो जाये, पुकारे दो। बयान की कार्यवाही को देखें। स्कवाड दो—दो।

इस स्थिति में देखने वाली बातें, रायफल जमीन पर जमीन के सामनान्तर रखा हुआ, बाकि स्थिति सावधान, अर्थात् भूमि शस्त्र की कार्यवाही किया हुआ। अभी मैं बताऊँगा उठा शस्त्र की कार्यवाही।

भूमि शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा— गिनती से उठा शस्त्र स्कवाड एक— इस आदेष पर कमर को बेंड करते हुए दाहिने हाथ की मदद से अपर सिलिंग कड़ी के पास पकड़ते हुए रायफल को जमीन से लगभग एक या डेढ़ इंच उठाकर रखें, पुकारे एक बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष गिनती से उठा शस्त्र स्कवाड एक—एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— भूमि शस्त्र की नं. 1 स्थिति में बयान कर चुका हूँ। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो। इस आदेष पर कमर को सीधा करते हुए रायफल को बाजू पर्स्त्र की स्थिति में लेकर

	<p>आयें पुकारें दो। बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्कवाड दो, दो।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें— भूमि शस्त्र से उठा शस्त्र की कायरवाही किया हुआ। बाकि स्थिति सावधान अर्थात् बाजू शस्त्र। यहाँ तक बयान में किसी जवान को शक या सवाल।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) भूमि शस्त्र करते समय घुटने को मोड़ना।</p> <p>2) सामने न देखना। अपर सिलिंग कड़ी को बूट की टो के सीध में न रखना।</p> <p>3) बायें बाजू को सीधा न रखना।</p> <p>4) उठा शस्त्र में तेजी के साथ न झुकना।</p> <p>5) रायफल को ऊपर उठाते समय रायफल को सावधान स्थिति में न रखना।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

**पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 67 : एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से निरीक्षण के लिये
जॉच और जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र**

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्काडँ की गिनती करें। 4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से निरीक्षण के लिये जॉच और जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	एस.एल.आर. के बैरल का निरीक्षण करना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है तथा निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र होने के बाद बाजू शस्त्र की कार्यवाही की जाती है। एस.एल.आर. रायफल से निम्न मौके पर निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र की कार्यवाही की जाती है। 1. कोत से हथियार लेते समय तथा वापस जमा करते समय । 2. किसी साथी को हथियार देते समय तथा लेते समय । 3. फायरिंग शुरू होने से पहले तथा खत्म होने के बाद । 4. ड्यूटी चढ़ने से पहले तथा उतरने के बाद ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र चाल वाले पुर्ज आगे कर मेरे लिये आदेष बाजू शस्त्र इस कार्यवाही को गिनती से देखें ।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिये आदेष , गिनती से निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र स्कवाड एक(एक) स्कवाड दो, एक—दो—तीन—एक , दो , तीन , एक , स्कवाड तीन, तीन, स्कवाड चार—चार, स्कवाड पॉच—पॉच, स्कवाड छः—छः,स्कवाड सात—सात ।</p> <p>गिनती से चाल वाले पुर्ज आगे कर स्कवाड एक—एक, स्कवाड दो— एक—दो स्कवाड तीन—तीन, स्कवाड चार—चार स्कवाड पॉच—पॉच स्कवाड छः—छः स्कवाड सात एक—दो—तीन—एक स्कवाड आठ—आठ, स्कवाड नौ—नौ ।</p> <p>गिनती से बाजू शस्त्र स्कवाड एक —एक स्कवाड दो —दो, स्कवाड तीन—तीन अब इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ सुने तथा देखें ।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना</p> <p>बाजू शस्त्र अर्थात् सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को दाहिने कंधे की सीध में 45 डिग्री एंगल पर उछाले गिरती हुई रायफल को बायें हाथ से फोर हैण्ड गार्ड पर तथा दाहिने हाथ से पिस्टल ग्रीप पर थपकी मारते हुये एक साथ पकड़े साथ ही बायें पांव को 12 इंच बाये तथा 4 इंच आगे ले, पुकारें एक बयान की गई कार्यवाही को देखें । मेरे लिये आदेष गिनती से आदेष निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र 'स्कवाड एक' (एक) ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें रायफल 45 डिग्री एंगल पर दाहिने कंधे की सीध में बैरल ऊपर बट नीचे कुल्हे के साथ मिला हुआ । मैगजीन का रुख जमीन की तरफ दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रीप पर चारों अंगूलियाँ बाहर से अंगूठा अंदर से गोल ग्रीप तथा बायें हाथ की पकड़ फोर हैण्ड गार्ड पर चारों उंगली नीचे से ऊपर की तरफ अंगूठा बैरल की सीध में । तथा बायां पैर दाहिने पैर से 12 इंच बायें तथा 4 इंच आगे लिया हुआ बाकि स्थिति सावधान । यहीं से आदेष मिलेगा</p>		
--	--	--

स्कवाड दो, इस आदेष पर बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए मैगजीन पर थपकी मारते हुए अंगूठे की मदद से मैगजीन कैच को आगे दबायें तथा मैगजीन को रायफल से आजाद करते हुए 2, 3 का वफा रखते हुए बायें जेब में रखे और 2, 3 का वफा रखते हुए बायें हाथ को बायें बगल में सीधा करें, पुकारें एक—दो—तीन—एक, दो—तीन—एक । बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड दो, एक—दो—तीन—एक, दो—तीन—एक ।

इस स्थिति में देखने वाली बाते — रायफल से मैगजीन निकालकर बायें जेब में रखा हुआ तथा बायां हाथ बायें बगल में सीधा किया हुआ। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर बायें हाथ को कोकिन हैंडल पर थपकी मारे। साथ ही कलमें वाली उंगली और अंगूठे की मदद से। कोकिन हैंडल को ऊपर उठाये झटके से पीछे श्रंण्डु पुकारे तीन। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड चार—चार ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें, चाल वाले पुर्जे पीछे रुके हुए बड़े वाली उंगली से ओपनिंग होल्डिंग कैच दबाया हुआ। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस आदेष पर कोकिन हैंडल को आगे करे व कोकिन हैंडल छोड़ते हुए फोर हैंड गार्ड पर थपमी मारते हुए पकड़े पुकारें। छः बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड छः छः ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें फोर हैंड गार्ड पर चारों अंगूली बाहर से अंगूठा अंदर से बैरल की तरफ रुख। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर दाहिने हाथ को पिस्टल ग्रीप से छोड़ते हुए मैगजीन के दाहिने तरफ चारों उंगलियों मिलाकर थपकी मारे तथा अंगूठे का नाखून का रुख चैम्बर की तरफ रखते हुए एजेक्षन स्लॉट के अंदर दाखिल करें पुकारे सात। बयान की गई कार्यवाही को देख स्कवाड सात—सात ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ की चारों उंगलियों मैगजीन के दाहिने तरफ लगा हुआ उंगलियों का रुख जमीन की तरफ तथा अंगूठा एजेक्षन स्लॉट के अंदर नाखून का रुख चैम्बर की तरफ, बाकि स्थिति पहले की तरह। ये था निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र की कार्यवाही। अभी मैं बताऊँगा चाल वाले पूर्जे आगे कर की कार्यवाही ।

निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र की स्थिति से

आदेष मिलेगा। गिनती से चाल वाले पूर्जे आगे कर स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने हाथ को मैगजीन से हटाते हुए पिस्टल ग्रीप को पकड़े, पुकारे एक, बयान की गई कार्यवाही को देखें गिनती से चाल वाले पूर्जे आगे कर स्कवाड एक-एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— दाहिने हाथ की तीनों अंगूलियां पिस्टल ग्रीप पर अंगूठा अंदर से तथा कलमें वाली उंगली ट्रिगर गार्ड के आर-पार। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर बायें हाथ को हैंड गार्ड से छोड़ते हुए कौकिंग हैंडल को पकड़ कर एक झटके से पीछे से आगे करें। पुकारे एक-दो बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो-एक-दो।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— बायें हाथ के अंगूठे और कलमें वाली उंगली की मदद से कौकिंग हैंडल आगे बैठाया हुआ तथा चाल वाले पूर्जे आगे आगे आया हुआ। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर बायें हाथ को कोकिन हैंडल से छोड़ते हुए हैंड गार्ड पर थपकी मारकर ग्रीप करें पुकारे तीन बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड तीन-तीन।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— बायें हाथ की पकड़ हैंड गार्ड पर चारों अंगूलियां बाहर से अंगूठा अंदर से रुख बैरल की तरफ बाकि स्थिति पहले की तरफ यहाँ से आदेष मिलेगा। स्कवाड चार इस आदेष पर दाहिने हाथ के अंगूठे की मदद से सेफटी कैच को ट पर करें। साथ ही कलमें वाली उंगली ट्रिगर पर लगा कर पुकारें। चार बयान की गई कार्यवाही देखें स्कवाड चार-चार।

इस स्थिति में देखने वाली बातें सेफ्टी कैच ट पर किया हुआ, बाकि स्थिति पहले जैसी, यहाँ से आदेष मिलेगा, स्कवाड पॉच इस आदेष पर दाहिने हाथ की कलमें वाली उंगली से ट्रिगर को दबाएं, पुकारे पांच, बयान की हुई कारवाई को देखें, मेरे लिए आदेष पांच-पांच। इस स्थिति में देखने वाली बातें ट्रिगर दबाने की कारवाई की हुई, बाकि स्थिति पहले जैसी, यहीं से आदेष मिलेगा, स्कवाड छः इस आदेष पर दाहिने हाथ की अंगूठे की मदद से सैफ्टी कैच को त्से” पर करें, पुकारे छः। स्कवाड छः छः। इस स्थिति में देखने वाली बातें— सेफटी कैच एस पर और कलमें वाली उंगली

ट्रिगर गार्ड के आर-पार। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर बायें हाथ को हैंड गार्ड से छोड़ते हए बायें जेब पर थपकी मारे तथा जेब से मैगजीन बाहर निकाले ध्यान रहे। मैगजीन का एक छोटा मेहरा जमीन की तरफ रहे तथा 2-3 का वफा रखते हुए बायें हाथ को बायें बगल में सीधा करें। पुकारे एक-दो-तीन-एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— मैगजीन बायें जेब से बाहर निकाला हुआ तथा मैगजीन का छोटा मेहराव जमीन के समानान्तर बोयं हाथ बगल में सीधा चारों उंगली बाहर से अंगूठा अंदर से। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड आठ इस आदेष पर बायें हाथ से मैगजीन को मैगजीन वे में दाखिल करें, पुकारे आठ, बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड आठ-आठ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— मैगजीन चढ़ाया हुआ तथा बायें हाथ की चारों उंगलियों मैगजीन के आगे से तथा अंगूठा पीछे से आगे की तरफ पकड़ा हुआ। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड नौ इस आदेष पर बायें हाथ को मैगजीन से छोड़ते हुये हैंड गार्ड पर थपकी मारकर पकड़े, पुकारे नौ। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड नौ-नौ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— चाल वाले पूर्जे आगे की कार्यवाही पूरा हुआ बाकि स्थिति निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र का नं. 1

ये था गिनती से चाल वाले पूर्जे आगे कर, अभी बताऊँगा गिनती से बाजू शस्त्र की कार्यवाही।

इस स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से बाजू शस्त्र स्कवाड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ को पिस्टल ग्रीप से छोड़ते हुए बायें हाथ के आगे हैंड गार्ड पर थपकी मारकर पकड़े साथ ही बायें पैर को सामने से 12 इंच उठाते हुए सपाट जमीन पर दाहिने पैर की एड़ी के साथ बायें पैर की एड़ी को मिलाते हुए दबाये पुकारे एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें। गिनती से बाजू शस्त्र स्कवाड एक-एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— दाहिने हाथ की कोहनी से कलाई तक रायफल के साथ मिला हुआ। बाकि स्थिति पहले की तरह। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो, इस आदेष पर रायफल को दाहिने हाथ की मदद से दाहिने पैर के साथ खड़ा रुख में लायें तथा सलामी शस्त्र से बाजू शस्त्र का नं. 2 स्थिति अस्तियार करें। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष

	<p>पर बाये बाजू को तेजी से बायें बगल में मिलायें और साथ ही रायफल को जमीन पर टिकायें, पुकारें स्कवाड तीन तीन</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें— दुरुस्त सावधान की स्थिति अर्थात् दुरुस्त बाजू शस्त्र जैसे थे। ये था गिनती और बयान से नमूना। किसी को कोई शक या सवाल।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दे)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) नं एक स्थिति में रायफल को दाहिने कंधे की सिधाई में न उछालना।</p> <p>2) दोनो हाथों से एक साथ थपकीमारकर न पकड़ना।</p> <p>3) मैगजीन निकालते समय रायफल को हरकत करना।</p> <p>4) चाल वाले पूर्जे को पीछे न रोक पाना।</p> <p>5) अंगूठा इजेक्षन स्लाट के अंदर न रखना।</p> <p>6) चाल वाले पूर्जे एक झटके से आगे न करनां</p> <p>7) सेफटी कैच को ऊपर नीचे करते समय उंगलियों को हरकत करना।</p> <p>8) कार्यवाही करते समय रायफल की तरफ देखना।</p> <p>9) बाजू शस्त्र में दाहिने हाथ को मारना तथा पैर दबाना एक साथ न होना।</p> <p>10) कोहनी से कलाई रायफल के साथ मिलाकर न रखना।</p> <p>11) रायफल को तेजी से जमीन पर टिकाना तथा बायें हाथ को तेजी से न काटना।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से निरीक्षण के लिये जॉच और जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।				
---	--	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 68 : एस.एल.आर. के साथ निरीक्षण के लिये बायें शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से निरीक्षण के लिये जॉच और जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर. के साथ निरीक्षण के लिये बायें शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब चैम्बर और मैगजीन का मुलायजा कराने के बाद बैरल का निरीक्षण करना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र मरे आदेष, चाल वाले पूर्जे आगे कर, बाजू शस्त्र जैसे थे। ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिये आदेष , गिनती से निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र स्कवाड एक—एक, मेरे लिए आदेष गिनती से चाल वाले पूर्जे आगे कर स्कवाड एक—एक स्कवाड दो एक, दो, स्कवाड तीन—तीन, स्कवाड चार—चार , स्कवाड</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पूँच-पॉच, स्कवाड छः-छः मेरे लिये आदेष बाजू शस्त्र।
गिनती और बयान से नमूना

निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र आदेष मिलेगा। गिनती से निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र 'स्कवाड एक। इस आदेष पर रायफल को दाहिने कंधे की सिधाई में 45° एंगल पर लेकर आए और बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए मैगजीन पर थपकी लगाए और अंगूठे को इंजेक्षन स्लाट के अंदर दाखिल करें और साथ ही बायें पैर को 12 इंच बायें और 4 इंच आगे तरफ ले जायें पुकारें एक। बयान किया कार्यवाही को देखें मेरे लिये ओदष गिनती से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र कवायद स्कवाड एक-एक।

इस स्थिति में देखने वाली बाते — रायफल 45° एंगल पर दाहिने कंधे की सिधाई में बैरल आगे बट पीछे दाहिने कुल्हे के साथ मिला हुआ बायें हाथ की पकड़ फोर हैंड गार्ड पर चारों अंगूलियाँ नीचे से अंगूठा ऊपर से गोल ग्रीप किया हुआ, दाहिने हाथ की चारों अंगूलियाँ मैगजीन पर जमीन की तरफ नीचे की ओर अंगूठा इंजेक्षन स्लाट पर दाखिल किया हुआ अर्थात् निरीक्षण के लिये बायें शस्त्र से जॉच शस्त्र किया हुआ।

यहाँ से आदेष मिलेगा, गिनती से चाल वाले पुर्जे आगे कर स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते पिस्टल ग्रीप पर मारते हुए ग्रीप करें पुकारें एक बयान की कार्यवाही को देखें— मेरे लिये आदेष गिनती से चाल वाले पूर्जे आगेकर स्कवाड एक-एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें, दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रीप पर तीनों अंगूलियाँ बाहर से अंदर तथा अंगूठा अंदर से कलमें वाली अंगुली ट्रीगर गार्ड के आर पार बाकि स्थिति पहले की तरह। यहीं से आदेष मिलेगा 'स्कवाड दो'। इस आदेष पर बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़े और कोकिन हैन्डिल पर थपकी मारते हुए ग्रीप करें और एक बार पीछे खींचते हुए आगे करें और बायें हाथ से कोकिन हैंडल पर पकड़ कर रखें पुकारे एक दो, बयान किया कार्यवाही को देखें। स्कवाड दो, एक-दो।

इस स्थिति में देखने वाली बातें— बायें हाथ की मदद से चाल वाले पुर्जे आगे किया हुआ। बायें हाथ की पकड़ कोकिन हैंडल पर अपनी जगह बिठाया हुआ। बाकि स्थिति पहले की तरह, यहीं से आदेष मिलेगा।

	<p>स्कवाड तीन इस आदेष पर बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए फोर हैंड गार्ड पर पिपकी मारते हुए ग्ररप करें , पुकारे तीन, बयान की गई कार्यवाही को देखें ।</p> <p>स्कवाड तीन, तीन ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें— निरीक्षण के लिये जॉच शस्त्र की नं. एक स्थिति अखिलयार किया हुआ यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड चार । इस आदेष दाहिने हाथ की मदद से सेफटी कैच को आर पर करें पुकारे चार, बयान की कार्यवाही को देखें , स्कवाड चार, चार ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें— दाहिने हाथ के अंगूठे की मदद से सेफटी कैच को आर पर किया हुआ बाकि स्थिति पहले की तरह, यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस आदेष पर दाहिने हाथ की कलमें वाली अंगुली से ट्रिगर को दबायें पुकारे पॉच । बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड पॉच पॉच ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें— दाहिने हाथ की कलमें वाली अंगुली से ट्रिगर को दबायां हुआ, बाकि स्थिति पहले की तरह, यहीं से आदेष मिलेगा । स्कवाड छः इस आदेष पर दाहिने हाथ के अंगूठे की मदद से सेफटी कैच को आर से एस पर करें। पुकारे छः बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड छः—छः ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें— अंगूठे की मदद से सेफटी कैच को आर से एस पर किया हुआ अर्थात् निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र की कार्यवाही पूरी की हुई ।</p> <p>यहीं से बाजू शस्त्र के आदेष पर सिखे हुए तरीके से बाजू शस्त्र की कार्यवाही करें ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	निरीक्षण के लिये बायें शस्त्र से निरीक्षण के लिये जॉच	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>शस्त्र की कार्यवाही करते समय रायफल को दाहिने कंधे की सिधाई में ना लेकर आना।</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) चाल वाले पूर्ज आगे पीछे एक झटके से ना करना। 2) दाहिने हाथ के अंगूठे की मदद से सेफटी कैच को आर से एस पर न करना। 3) दाहिने हाथ की कलमें वाली उंगली से ट्रीगर को न दबाना। 4) कार्यवाही करते समय रायफल को हिलाना। 			
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया। उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से निरीक्षण के लिये जॉच और जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) 69 सबक : संगीन लगाना तथा उतारना

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर.,सिलिंग, बैनट और फाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पर एस.एल.आर. के साथ बाजू शस्त्र से निरीक्षण के लिये जॉच और जॉच शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा संगीन लगाना तथा उतारना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	बड़ी-बड़ी परेडों में परेड शुरू होने से पहले संगीन लगा और परेड समाप्त होने पर संगीन उतार और क्वाटर गार्ड में संतरी डियूटी चढ़ने से पहले संगीन लगा एवं डियूटी समाप्त होने के बाद संगीन उतार की कार्यवाही को अमल में लाता है। सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। (उस्ताद लुपअप की कार्यवाही करें साथ ही पुकारे लुपअप)		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष, संगीन लगाएगा संगीन, लगा। सावधान। यहीं से संगीन उतारने की कार्यवाही देंखे। मेरे लिए आदेष, संगीन उतारेगा संगीन, उतार। सावधान। ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही ' को हरकत और बयान के साथ देंखें तथा सुनें।</p> <p>ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना।</p> <p>हरकत और बयान के साथ नमूना :- बाजू शस्त्र की स्थिति में आदेष मिलेगा संगीन लगाएगा संगीन। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से राईफल को सामने विश्राम की पोजिष्न में लाएं बाये हाथ को बैनेट दस्ता पर मारकर अगुलियों एवं अगूठे के बीच बैनेट मूठ पर पकड़े तथा साथ ही एक, दो, तीन,</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

चार—एक का समय पुकारते हुए आगे से सीधा नीचे करें। बयान की गई कार्यवाही को देंखें। मेरे लिए आदेष संगीन लगाएगा संगीन, एक, दो, तीन, चार—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। राईफल विश्राम की स्थिति में बांये हाथ के अंगुली एवं अंगूठे के बीच बैनेट मूठ बांये हाथ के पीछे वाला भाग सीधा रान के साथ मिला हुआ। संगीन म्यान से 3/4 भाग बाहर बाकी सावधान की स्थिति। इस स्थिति से आदेष मिलेगा। लगा। इस आदेष पर बांये हाथ से संगीन को म्यान से बाहर निकालते हुए राईफल के फ्लैषहैडर के ऊपर बैनेट बेष के ऊपर बैनेट के रिंग को लगाएं साथ ही बांये हाथ को संगीन के बांये तरफ सीधा करें और नजर संगीन पर जमाएं। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। लगा। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल के ऊपर संगीन लगा हुआ, बांये हाथ की हथेली फ्लैसाईडर से एक से दो इंच दूर बाकी स्थिति सावधान की। यहीं से आदेष मिलेगा, सावधान। इस आदेष पर बांये हाथ तेजी के साथ बैनेट दस्ता पर मारते हुए बांये पहलू पर मिलाएं। साथ ही नजर सामने की ओर ले जाएं। पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। मेरे लिए आदेष सावधान—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें—दुरुस्त संगीन लगा हुआ एवं दुरुस्त सावधान की स्थिति।

संगीन उतारने की कार्यवाही :— संगीन लगी हुई हालत में आदेष मिलेगा संगीन उतारेगा संगीन। इस आदेष पर दाहिने हाथ से राईफल को दोनों पंजों के बीच में रखें तथा दोनों घुटनों के मदद से राईफल को मजबूत पकड़ हासिल करें। दो, तीन, चार की वफा पुकारते हुए बांये तथा दाहिने हाथ की मदद से संगीन को पकड़े। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। मेरे लिए आदेष। संगीन उतारेगा संगीन, इस स्थिति में देखने वाली बातें। बांये हाथ की पकड़ बैनेट दस्ते पर चारों अंगुली बाहर से अंगूठा बैनेट स्टड पर तथा दाहिने हाथ की पकड़ बैनेट मूठ पर और संगीन राईफल से आजाद किया हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा उतार। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से संगीन को शरीर के सामने से ले जाते हुये म्यान में प्रवेष करायें साथ ही बांये हाथ की मदद से म्यान के निचले हिस्से को पकड़े। नजर म्यान के मुँह पर ले जाएं। मेरे लिए आदेष उतार। इस स्थिति में देखने वाली बातें—बांये हाथ की पकड़ म्यान के निचले हिस्से पर चारों अंगुली बाहर से अंगूठा अन्दर से। दाहिने हाथ की पकड़ बैनेट मूठ पर। यहीं से आदेष मिलेगा सावधान। इस आदेष पर नजर सामने करें। बांये हाथ को म्यान से छोड़कर बांयी बगल में मिलायें। साथ ही दो, तीन, चार की वफा पुकारते हुए दाहिने हाथ की मदद से राईफल को दाहिने की तरफ लेकर आएं। बयान की हुई कार्यवाही को देंखें। मेरे लिए ओदेष सावधान। एक, दो, तीन, चार, एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें संगीन उतारने के पश्चात् दुरुस्त बाजू शस्त्र किया हुआ। ये था इस कार्यवाही का हरकत और बयान के साथ नमूना।

अभ्यास	01. उस्ताद के आदेश पर अभ्यास 02. जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास – 03. समय पुकारते हुए अभ्यास – 04. समय के अन्दाज से अभ्यास –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 संगीन के आदेश पर बांये हाथ को बैनेट मूठ पर तेजी से थपकी नहीं मारते हुए हाथ सीधा न करना तथा राईफल को दाहिने कंधे की सीध में आगे न ले जाना। 02 लगा के आदेश पर बैनेट पोस्ट पर दुरुस्ती से न लगाना तथा तालमेल न रखना। 03 संगीन के आदेश पर राईफल को दोनों पैरों के बीच दुरुस्त न ले जाना तथा एड़ियां उठाना और बांये हाथ के अंगूठे से बैनेट कैच को सही तरीके से न दबाना एवं संगीन को आजाद न करना। 04 उतार के आदेश पर संगीन को स्थान में $3/4$ (तीन चौथाई) न ले जाना तथा सावधान के आदेश पर राईफल को दाहिने बगल में दुरुस्त न ले जाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ संगीन लगाना तथा उतारना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 70 : बाजू शस्त्र से तान शस्त्र , तान शस्त्र से बाजू शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रुक्टर को रिपोर्ट दें । स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी । संगीन लगाना तथा उतारना बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा बाजू शस्त्र से तान शस्त्र ,तान शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	रात के समय क्वार्टर गार्ड में कोई भी अपरिचित व्यक्ति आता है, तो उस समय क्वार्टर गार्ड में खड़ा संतरी इस कार्यवाही को अमल में लाता है तथा वापस रायफल को नीचे लाने के लिये बाजू शस्त्र की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीबवार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष , तान शस्त्र , मेरे लिये बाजू शस्त्र। ये था दुरुस्त नमूना।</p> <p>इसी कार्यवाही को हरकत और बयान के साथ देंखें तथा सुनें।</p> <p>ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना</p> <p>बाजू शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा तान शस्त्र । इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से रायफल को दाहिने कंधे की सीध में सामने 45° पर उछाले । साथ ही 27° आगे कदम लें और बायें हाथ से फोर हैंड गार्ड पर और</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>दाहिने हाथ से पिस्टल ग्रीप पर थपकी मारते हुए ग्रीप करें पुकारे धावा। बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष तान शस्त्र —धावा—इस स्थिति में देखने वाली बाते —</p> <p>बायां पैर दाहिने से 15 इंच बायं तथा 12 इंच आगे यानि की 27 इंच का कदम लिया हुआ। बायां पैर पर खम घुटना मुड़ा हुआ, दाहिना पैर पीछे तना हुआ। रायफल जमीन के समानान्तर, बैरल आगे बट पीछे, बायां हाथ फोर हैंड गार्ड पर कोहनी से कलाई तक फोर हैंड गार्ड से लगा हुआ। अंगुठा ऊपर से चारों अंगूलियां मिली हुई दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रीप पर कलमें वाली अंगुली ट्रिगर पर बिना दबाव के। कोहनी से बट दबाए हुए।</p> <p>यहाँ से आदेष मिलता है बाजू शस्त्र या आराम से बाजू शस्त्र के आदेष पर बाये हाथ की मदद से रायफल को पीछे रोकें साथ ही बायें पैर की एड़ी को दाहिने पैर की एड़ी को दाहिने पैर की एड़ी से मिलायें साथ ही दाहिने हाथ से फोर साईट प्रोटेक्टर के पास ग्रीप करें। बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष बाजू शस्त्र इस स्थिति में देखने वाली बातें— तान शस्त्र से बाजू शस्त्र की कार्यवाही किया हुआ। आराम से के आदेष पर, इसी प्रकार विश्राम स्थिति अपनाएँ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>01 संगीन के आदेष पर बांये हाथ को बैनेट मूठ पर तेजी से थपकी नहीं मारते हुए हाथ सीधा न करना तथा राईफल को दाहिने कंधे की सीध में आगे न ले जाना।</p> <p>02 लगा के आदेष पर बैनेट पोस्ट पर दुरुस्ती से न लगाना तथा तालमेल न रखना।</p> <p>03 संगीन के आदेष पर राईफल को दोनों पैरों के बीच</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>दुरुस्त न ले जाना तथा एडियां उठाना और बांये हाथ के अंगूठे से बैनेट कैच को सही तरीके से न दबाना एवं संगीन को आजाद न करना।</p> <p>04 उतार के आदेष पर संगीन को म्यान में $3/4$ (तीन चौथाई) न ले जाना तथा सावधान के आदेष पर राईफल को दाहिने बगल में दुरुस्त न ले जाना।</p>			
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ बाजू शस्त्र से तान शस्त्र, तान शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 71 : बगल शस्त्र से राईफल के साथ तेज चाल और थम—(समय : 40मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पर बाजू शस्त्र से तान शस्त्र, तान शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा बगल शस्त्र से राईफल के साथ तेज चाल और थम		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	अनुषासन को कायम रखते हुए एसएलआर के साथ एक स्थान से दूसरे स्थान जाने का एक तयुषदा तरीका माना गया है और अपने गणतव्य जगह पर पहुँचकर थम किया जाता है। सबक तरतीबवार सिखाया जाएगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक बयान में किसी को कोई शक या सवाल। नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना — मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल—थम। ये था दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को हरकत और बयान के साथ देखें तथा सुनें। ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। गिनती से नमूना अब इस कार्यवाही को गिनती से देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से चलना तेज चल। स्क्वाड एक—एक। स्क्वाड—दो—दो। स्क्वाड थम एक, दो। ये था इस कार्यवाही का गिनती से नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें। गिनती और बयान से नमूना :— बगल शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से चलना, तेज चल, स्क्वाड एक। इस आदेष पर		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	तेज चाल की नम्बर एक स्थिति अस्थियार करें। परन्तु दाहिने हाथ की हरकत नहीं होगी। पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेश गिनती से चलना तेज चल। स्क्वाड एक-एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। तेज चाल की नम्बर एक स्थिति अस्थियार किया हुआ। राईफल शरीर के दाहिने पहलू पर बगल शस्त्र की स्थिति में। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर सिखे हुए तरीके से तेज चाल की नम्बर-2 की स्थिति अस्थियार करें पुकारें दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वाड दो-दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें। तेज चाल की नम्बर दो स्थिति। बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा थम। इस आदेष पर सिखे हुए तरीके से थम की कार्यवाही करें। पुकारे एक-दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष स्क्वाड थम एक-दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त थम की कार्यवाही किया हुआ ये था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना। यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही में कोई शक सवाल।			
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u> 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u> 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 तेज चाल में राईफल का हरकत करना। 02 बाकी गलतियाँ तेज चाल के समान।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ बगल शस्त्र से राईफल के साथ तेज चाल और थम का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 72 : एस.एल.आर के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट - (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू - शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पर बगल शस्त्र से राईफल के साथ तेज चाल और थम_बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास एस.एल.आर. हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमें बुलाता है या हमें उनके पास जाना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष, सामने से तेज चल सामने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट। ये था दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती से नमूना के साथ देखें तथा सुनें। ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। गिनती से नमूना मेरे लिये आदेष सामने सैल्यूट स्कवाड एक, एक-दो स्कवाड दो, एक-दो-तीन-एक, स्कवाड तीन,, एक-दो-तीन, चार स्कवाड चार, एक-दो-तीन- चार । स्कवाड पाँच बढ़ो। गिनती और बयान से नमूना :- तेज चाल की स्थिति में दाहिने पैर जमीन पर लगते ही आदेष मिलेगा। गिनती से सामने सैल्यूट स्कवाड एक इस आदेष पर सीखे हुए		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>तरीके से दुरुस्त थम की कार्यवाही करें। पुकारे एक-दो। बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष गिनती से सामने सैल्यूट स्कवाड एक, एक-दो।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें तेज चाल से दुरुस्त थम किया हुआ, यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड -दो, इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से सैल्यूट करें, पुकारें एक-दो-तीन- चार -एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। एक बार सामने सैल्यूट की कार्यवाही किया हुआ, बाकि स्थिति सावधान। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर एक बार और समय पुकारते हुये सामने सैल्यूट की कार्यवाही करें। पुकारे एक-दो-तीन- चार -एक। स्कवाड तीन , एक-दो-तीन- चार -एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें सामने सैल्यूट करके सैल्यूट डाऊन किया हुआ। बाकि स्थिति सावधान। यहाँ से आदेष मिलेगा, स्कवाड चार इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से दुरुस्त पीछे मुड़ की कार्यवाही करें। पुकारे एक-दो-तीन- चार -एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड चार, एक-दो-तीन- चार -एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त पीछे मुड़ की कार्यवाही की हुई बाकि स्थिति सावधान। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच, इस आदेष पर तेज चाल को जारी करें पुकारे बढ़ो बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड पॉच - बढ़ो थम।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें सामने सैल्यूट की कार्यवाही पूर्ण हुआ। यहाँ तक बयान में किसी को कोई शक या सवाल।</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04.<u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊंगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) दुरुस्त थम की कार्यवाही न करना। 2) सैल्यूट करते समय चारों उंगलियों तथा अंगूठा		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>मिलाकर न रखना ।</p> <p>3) कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर न रखना ।</p> <p>4) बाजू को तेजी से डाउन न करना ।</p> <p>5) सैल्यूट लेने वाले अधिकारी से नजर न मिलाना ।</p> <p>6) पीछे मुड़ की कार्यवाही दुरुस्त न करना ।</p>			
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया</p> <p>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ एस.एल.आर के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 73: एस.एल.आर के साथ पत्र के साथ सामने सैल्यूट – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। पर एस.एल.आर के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा ए एस.एल.आर के साथ पत्र के साथ सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास एस.एल.आर. हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी को कोई संदेश देना हो या लेना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष, सामने से तेज चल पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट। ये था दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती से नमूना के साथ देंखें तथा सुनें। गिनती से नमूना मेरे लिये आदेष गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक, एक-दो, स्कवाड दो, एक-दो-तीन- चार-एक। , स्कवाड तीन, एक-दो-तीन- चार-एक। स्कवाड चार-चार स्कवाड पाँच एक-दो-तीन- चार-एक। स्कवाड छ: एक-दो स्कवाड सात एक-दो-तीन- चार-एक। स्कवाड आठ एक-दो-तीन- चार-एक। स्कवाड नौ बढ़ो। ये था		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

गिनती से नमूना।

गिनती और बयान से नमूना :— तेज चाल की स्थिति में दाहिने पैर जमीन पर लगते ही आदेष मिलेगा। गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक। इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से दुरुस्त थम की कार्यवाही करें। पुकारे एक—दो। बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक, एक—दो।

इस स्थिति में देखने वाली बातें तेज चाल से दुरुस्त थम किया हुआ, बाकि स्थिति बगल शस्त्र। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड—दो, इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से सैल्यूट करें, पुकारें एक—दो—तीन— चार—एक। स्कवाड दो एक—दो—तीन— चार—एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें — एक बार सामने सैल्यूट की कार्यवाही की हुई, बाकि स्थिति बगल शस्त्र। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक कदम आगे लें पुकारे एक—दो बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड तीन एक—दो।

इस स्थिति में देखने वाली बातें एक कदम आगे लिया हुआ बाकि स्थिति बगल शस्त्र। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड चार इस आदेष पर हाथ को बायें जेब पर थपकी मारकर पत्र को हाथ में लेकर मुट्ठी बंद करें। पुकारे चार बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड चार—चार।

इस स्थिति में देखने वाली बातें बायें हाथ जेब पर मुट्ठी बंद। यानि पत्र हाथ में ले लिया हुआ। बाकि स्थिति पहले की तरह। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस आदेष पर बायें हाथ को बेल्ट की सीध में आगे बढ़ाते हुए संदेष को अधिकारी के हाथ में दे और समय पुकारते हुए हाथ को डाउन करें पुकारे एक—दो—तीन— चार—एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड पॉच एक—दो—तीन— चार—एक।

इस स्थिति में देखने वाली बातें संदेष अधिकारी के हाथ में दिया हुआ बाकि स्थिति बगल शस्त्र की यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड छः इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक कदम पीछे चल की कार्यवाही करें। पुकारे एक—दो बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड छः एक—दो।

	<p>इस स्थिति में देखने वाली बातें एक कदम पीछे लिया हुआ, बाकि स्थिति पहले की तरह । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर एक बार और सामने सैल्यूट की कार्यवाही करें। पुकारे ए एक—दो—तीन— चार —एक। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड सात एक—दो—तीन— चार —एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें सैल्यूट की कार्यवाही किया हुआ । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड आठ , इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से दुरुस्त पीछे मुड़ की कार्यवाही करें। पुकारे एक—दो—तीन— चार —एक। स्कवाड आठ एक—दो—तीन— चार —एक।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें पीछे मुड़ की कार्यवाही की हुई । यहाँ से आदेष मिलेगा, स्कवाड नौ इस आदेष पर तेज चाल को जारी करें। पुकारे बढ़ो, बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड नौ बढ़ो थम ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें पत्र के साथ सैल्यूट की कार्यवाही पूरा हुआ। यहाँ तक बयान में कोई शक या सवाल ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) दुरुस्त थम की कार्यवाही न करना। 2) सैल्यूट करते समय चारों उंगलियाँ तथा अंगूठा मिलाकर न रखना। 3) संदेश निकालते समय तेजी से न निकालना। 4) संदेश देते समय बायें हाथ को बेल्ट की सीध में तेजी से आगे न करना। और डाउन न करना। 5) एक कदम पीछे लेते समय पैर को उठाकर न मारना।</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ एस.एल.आर के साथ पत्र के साथ सामने सैल्यूट_का सबक समाप्त होता है।पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			
---	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 74 : एस.एल.आर के साथ तेज चाल से दाहिने/बायें सैल्यूट

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर के साथ पत्र के साथ सामने सैल्यूट बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा एस.एल.आर के साथ तेज चाल से दाहिने/बायें सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास एस.एल.आर. हो और हम तेज चल से जा रहें हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारी दाहिनी ओर से गुजर रहा हो या खड़ा हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष सामने से तेज चल दाहिने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट। ये था दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती से नमूना के साथ देखें तथा सुनें।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिये आदेष सामने से तेज चल गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक, खाली एक स्कवाड दो (दो-तीन-चार-पॉच-छः), स्कवाड तीन डाऊन स्कवाड चार, खाली सुईंग। ये था गिनती से नमूना।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- तेज चाल की स्थिति से बायें पैर पर आदेष मिलेगा। गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक, यह आदेष तब मिलता है जब बायें पैर की</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>एडी जमीन पर लग रही हो इस आदेष पर बायें बाजू को पीछे बदन के साथ मिलायें और दाहिने पैर को खाली छोड़े जब बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है, उसी समय बायें हाथ की मदद से सैल्यूट की कार्यवाही करें और गर्दन को 90° दाहिने टर्न करें। बयान की कार्यवाही को देंखे। मेरे लिये आदेष गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक “ खाली एक ” ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे एडी जमीन पर लगा हुआ, पंजा ऊपर की ओर किया हुआ। दाहिना पैर सपाट जमीन पर शरीर का पूरा वजन दाहिने पैर पर, घुटने व रान कसे हुये चेहरा 90° दाहिने टर्न किया हुआ रायफल दाहिने बगल में 90° खड़ी बायें हाथ की मदद से सैल्यूट की कार्यवाही किया हुआ, बायें हाथ की चारों उंगलिया और अंगूठा फोर हैंड गार्ड पर मिला हुआ, हथेली का रुख अंदर की तरफ कलाई से कोहनी तक जमीन के समानान्तर, बाकि तेज चाल का नं. 1 स्थिति । यहाँ से आदेष मिलेगा , स्कवाड दो , इस आदेष पर दाहिने पैर से 2 की गिनती शुरू करें और 6 की गिनती पर रुकें। पुकारें 2, 3, 4, 5, 6 । बयान किया कार्यवाही को देखें स्कवाड दो , 2 ए 3 ए 4 ए 5 ए 6 ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें पहले वाले स्थान से 5 कदम आगे लिया हुआ सैल्यूट को उसी पोजीषन में रोका हुआ , बाकि तेज चाल का नं.2 स्थिति , यहाँ से आदेष मिलेगा । स्कवाड तीन इस आदेष पर बायें पैर के लगते ही सैल्यूट डाऊन करें और चेहरे को सामने लायें । बयान की कार्यवाही को देखें स्कवाड तीन डाऊन ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें सैल्यूट डाऊन किया हुआ चेहरा सामने बाकि तेज चाल की नं. 1 स्थिति । यहाँ से आदेष मिलेगा, स्कवाड चार इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और बायें पैर के लगते ही तेज चाल जारी करें। पुकारे खाली सुईंग । बयान की कार्यवाही को देखें । स्कवाड चार खाली सुईंग ।</p>			
अभ्यास	<ol style="list-style-type: none"> 01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> – 	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

नमूना	खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।				
आम गलतियाँ	1) सैल्यूट करना और चेहरे का 90° दाहिने ओर टर्न करना एक साथ ना होना। 2) स्कवाड दो के आदेष पर गिनती न पुकारना। 3) स्कवाड तीन के आदेष पर सैल्यूट का डाऊन करना और चेहरे का सामने आना एक साथ न होना। 4) दाहिने पैर से ही तेज चाल करना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ एस.एल.आर के साथ तेज चाल से दाहिने/बायें सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल। नोट:- एसएलआर के साथ तेज चाल से बायें सैल्यूट दाहिने सैल्यूट की तरह ही होगा, सिर्फ गदर्न को दाहिने तरफ के बदले में बाएं तरफ किया जाएगा।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 75 बाजू शस्त्र से संभाल शस्त्र तथा संभाल शस्त्र से बाजशस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर के साथ पत्र के साथ सामने सैल्यूट बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा,बाजू शस्त्र से संभाल शस्त्र तथा संभाल शस्त्र से बाजू शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब शस्त्र के साथ मार्च करके जा रहे हों और बारिष या आंधी तूफान से राईफल की बैरल तथा चालवाले पुर्जे को संभालने के लिए इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है तथा मक्सद पूरा होने पर बाजू शस्त्र की कार्यवाही की जाती है। इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p><u>दुरुस्त नमूना</u> – मेरे लिए आदेष संभाल शस्त्र, मेरे लिए आदेष बाजू शस्त्र। यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें।</p> <p>गिनती से नमूना मेरे लिए आदेष गिनती से संभाल शस्त्र स्क्वाड-एक-एक स्क्वाड-दो, दो। स्क्वाड-तीन, तीन। मेरे लिए आदेष गिनती से बाजू शस्त्र स्क्वाड-एक-एक स्क्वाड-दो, दो। स्क्वाड-तीन, तीन। यह था इस कार्यवाही का गिनती के साथ नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा। गिनती से संभाल शस्त्र स्क्वाड-एक। इस आदेष पर राईफल को ऊपर उछालकर तोल वाली जगह</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>से पकड़ें और 90 डिग्री पर राईफल को दाहिने कंधे के सामने करें। पुकारें एक। मेरे लिए आदेष गिनती से संभाल शस्त्र स्क्वाड एक –एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। राईफल दाहिने कंधे के सामने और 90 डिग्री पर खड़ा, दाहिने कलाई से कोहनी तक जमीन के समानान्तर, कोहनी बगल के साथ लगी हो, बाकी पोजिषन सावधान। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर राईफल को दाहिने हाथ की मदद से बायें की ओर उछालें साथ ही बायें हाथ की मदद से पकड़ हासिल करें पुकारें दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वाड दो–दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल बांये कंधे के सामने 90 डिग्री खड़ा बाकी दुरुस्त सावधान की स्थिति। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड तीन। इस आदेष पर बांये हाथ से राईफल की मजल को आगे बट को पीछे और सीलिंग तथा मैगजीन को नीचे की तरफ रखते हुए चालवाले पुर्ज को बांये बगल में लें पुकारे तीन। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वाड तीन–तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल की मजल आगे तथा दाहिने बूट की टो की सिधाई में बट पीछे, बांये हाथ से राईफल को तोल वाली जगह से पकड़ा हुआ और कोहनी राईफल के साथ लगी हुई। बाकी सावधान की स्थिति। यहीं से आदेष मिलेगा गिनती से बाजू शस्त्र स्क्वाड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से अपर सीलिंग कड़ी के पास पकड़ हासिल करें पुकारे एक। मेरे लिए आदेष गिनती से बाजू शस्त्र स्क्वाड एक–एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ की मदद से अपर सीलिंग कड़ी के पास पकड़ा हुआ चारों अंगुली नीचे से तथा अंगूठा ऊपर से। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो। इस आदेष पर दाहिने हाथ से राईफल को दाहिनी तरफ लेकर जाएं और बांये हाथ को छोड़कर फ्लैश हाईडर के ऊपर थपकी लगाए पुकारे दो। स्क्वाड दो–दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें बगल शस्त्र से बाजू शस्त्र की नम्बर दो की स्थिति अखिलयार किया हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वाड तीन। इस आदेष पर राईफल को जमीन पर सवार करें साथ ही बांये हाथ को शरीर के बांये पहलू पर मिलायें। पुकारे तीन। स्क्वाड तीन–तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त बाजू शस्त्र की स्थिति अखिलयार किया हुआ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>01 दाहिने हाथ से राईफल को तेजी के साथ बांये हाथ में न ले जाना।</p> <p>02 राईफल की बैरल को दाहिने बूट की टो के साथ न रखना।</p> <p>03 चालवाले पुर्जे को सही बगल के नीचे न रख पाना।</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ बाजू शस्त्र से संभाल शस्त्र तथा संभाल शस्त्र से बाजू शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल। नोट:- एसएलआर के साथ तेज चाल से बायें सैल्यूट दाहिने सैल्यूट की तरह ही होगा, सिर्फ गर्दन को दाहिने तरफ के बदले में बाएं तरफ किया जाएगा।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 76 लटका शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें।</p> <p>2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्कॉड की गिनती करें।</p> <p>4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू शस्त्र से संभाल शस्त्र तथा संभाल शस्त्र से बाजू शस्त्र बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लटका शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब एसएलआर के साथ बगल शस्त्र से लम्बी दूरी तय करना हो तो दाहिने हाथ को कुछ देर के लिए आराम देने के लिए तथा दोनों हाथों की मदद से किसी भी काम को करने के लिए इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक दो भागों में सिखाया जाएगा।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – भाग-1 में बिना संगीन लगाये लटका शस्त्र। इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। मेरे लिए आदेष लटका शस्त्र। मेरे लिए आदेष बगल शस्त्र। ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेष गिनती से लटका शस्त्र स्क्वाड एक-एक। स्क्वाड दो-दो। गिनती से बगल शस्त्र स्क्वाड एक-एक। स्क्वाड दो-दो। ये था इस कार्यवाही का गिनती से नमूना। इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना :- बगल शस्त्र से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>आदेष मिलेगा। गिनती से लटका शस्त्र स्क्वाड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से पिस्टल ग्रिप को तथा बांये हाथ की मदद से सीलिंग को पकड़ते हुए अपना सिर और दाहिने बाजू को सीलिंग के अन्दर से निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने</p> <p>भाग दो : संगीन लगी हुई राईफल से लटका शस्त्र :-</p> <p>संगीन लगी हुई राईफल को लटका शस्त्र करने के लिए बिना संगीन लगी हुई राईफल की हरकत के जैसा ही करें सिर्फ अन्तर इतना है कि दाहिने कंधे पर ही लटकाया जाए। सीलिंग के अन्दर से सिर को न डाला जाए।</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेष पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास –</u></p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u></p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u></p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।				
आम गलतियाँ	राइफल को ठीक ढंग से ला लटका होना नजर बताये हुए स्थान से इथर उधर होना		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लटका शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल। नोट:- एसएलआर के साथ तेज चाल से बायें सैल्यूट दाहिने सैल्यूट की तरह ही होगा, सिर्फ गदर्न को दाहिने तरफ के बदले में बाएं तरफ किया जाएगा।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) 77 सबक तोल शस्त्र से बदल शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी । लटका शस्त्र बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा तोल शस्त्र से बदल शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	तोल शस्त्र से दाहिने हाथ को चन्द समय के लिए आराम देना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष बदल शस्त्र । जैसे । ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना । इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें । गिनती से नमूना गिनती से बगल शस्त्र स्क्वाड एक, एक । स्क्वाड दो-दो । स्क्वाड तीन-तीन । जैसे थे । ये था इस कार्यवाही का गिनती से नमूना । इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें । गिनती और बयान से नमूना :- तोल शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से बदल शस्त्र स्क्वाड एक । इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से राईफल को शरीर के दाहिने कंधे की सिधाई पर सामने की ओर खड़ा करें । पुकारें एक । बयान की हुई कार्यवाही को देखें । मेरे लिए आदेष गिनती से बदल शस्त्र स्क्वाड एक – एक । इस स्थिति में देखने वाली बातें । दाहिने हाथ की मदद से राईफल को दाहिने कंधे के सामने 90 डिग्री खड़ा रख किया हुआ । मैगजीन का रुख सामने की ओर । यही से आदेष मिलेगा स्क्वाड दो । इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>से राईफल को बायंे की तरफ उछालें साथ ही बायंे हाथ की मदद से राईफल को तोल वाली जगह से पकड़ें और दाहिने हाथ को शरीर के दाहिने तरफ मिलायें पुकारे दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्क्वाड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें। राईफल बायं कंधे के सीध पर सामने की ओर 90 डिग्री खड़ा। मैगजीन का रुख सामने की ओर। यहाँ से आदेष मिलेगा। स्क्वाड तीन। इस आदेष पर राईफल को तोल की स्थिति में ले आयें पुकारे तीन। बयान की हुई कार्यवाही को देखें स्क्वाड तीन—तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें। दुरुस्त बदल शस्त्र की कार्यवाही किया हुआ। यहाँ तक की गई कार्यवाही में किसी को कोई शक या सवाल। शक नहीं तो इसी कार्यवाही को मेरे आदेष पर अभ्यास करेंगे।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 राईफल को तेजी के साथ बायंे नहीं उछालना। 02 दाहिने हाथ को तेजी से न काटना।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ तोल शस्त्र से बदल शस्त्र का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल। नोट:- एसएलआर के साथ तेज चाल से बायें सैल्यूट दाहिने सैल्यूट की तरह ही होगा, सिर्फ गर्दन को दाहिने तरफ के बदले में बाएं तरफ किया जाएगा।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

शस्त्र क्वायद इंसास

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक इंसास के साथ सावधान विश्राम तथा आराम से।

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	5.56 एमएम इंसास राईफल,सिलिंग, बैनट और फाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। एस.एल.आर राईफल के तमाम ड्रिल के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा इंसास के साथ सावधान विश्राम तथा आराम से।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	शास्त्र क्वायद की तमाम कार्यवाही सावधान से शुरू तथा सावधान पर ही समाप्त होती है। कार्यवाही समाप्त होने के पश्चात् या नया सबक शुरू करने से पहले विश्राम की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सावधान विश्राम में ज्यादा देर खड़े रहने से शरीर में एक तरह का तनाव उत्पन्न होता है, जिसे दूर करने के लिए आराम से की कार्यवाही की जाती है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सावधान, विश्राम, आराम से, ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। अभी इसी कार्यवाही को हरकत एवं बयान के साथ देखें तथा सुनें। हरकत एवं बयान सहित नमूना :- पॉव से आदेष मिलेगा सावधान, इस आदेष पर बांये पांव को 12 मने से उठाते हुए दाहिने पांव के एड़ी के साथ मिलाते हुए सपाट पर दबायें तथा पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। ए आदेष सावधान एक, इस स्थिति में देखने वाली बातें। दोनों पॉव		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>डेयर्ड आपस में मिली हुई, दोनों पंजों के बीच 30 डिग्री का कोण आ। घुटना तथा रान कसे हुए पेट अन्दर सीना कुदरती तौर पर आ। बायें बाजू बायें पहलू में इस प्रकार मिला हुआ कि रोषनी पार मुट्ठी कुदरती तौर पर बन्द, बन्द मुट्ठी पर अँगूठा सवार राईफल ग्री दाहिने पहलू में इस प्रकार की बैरल ऊपर की ओर और बट नी तरफ, मैगजीन तथा पिस्टल ग्रिप का रुख सामने की ओर, हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रिप पर इस प्रकार चारों अंगुलियां नीचे से की ओर अँगूठा ऊपर से नीचे की ओर अर्थात् गोल ग्रिप, कन्धे गर्दन कालर के साथ लगा हुआ नजर सामने 100 गज दूर किसी बेन्दु पर टिकी हुई अर्थात् राईफल के साथ दुरुस्त सावधान।</p> <p>यहीं से बताऊँगा विश्राम की कार्यवाही। इसी स्थिति से आदेष विश्राम। इस आदेष पर बायें पैर को 12 इंच सामने से उठाते हुए बायें तरफ सपाट जमीन पर दबायें पुकारे एक। ध्यान रहे राईफल नींहों हाथों का कोई हरकत नहीं होगा। बयान की हुई कार्यवाही थी। मेरे लिए आदेष विश्राम, एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें र दाहिने पैर से 12 इंच बायें सपाट जमीन पर लगा हुआ शरीर अन दोनों पॉव पर घुटना तथा रान कसे हुए बाकी स्थिति सावधान ह। अभी बताऊँगा आराम से की कार्यवाही।</p> <p>यहीं से आदेष मिलेगा, आराम से। इस आदेष पर कमर से ऊपर वाले हिस्से को ढीला छोड़े, ध्यान रहे कमर से नीचे वाले हिस्से का कोई हरकत नहीं होगी। मेरे लिए आदेष आराम से। इस स्थिति में देखने वाली बातें। कमर पेटी का ऊपर वाला हिस्सा ढीला छोड़ा हुआ बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा। स्कवाड इस आदेष पर दुबारा विश्राम की स्थिति में आयें। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। जैसें थें। इस पोजिषन में देखने वाली बातें, आराम से के बाद विश्राम की स्थिति, यहाँ तक की कार्यवाही में किसी को कोई शक या सवाल, यदि नहीं तो आप लोग मेरे आदेष पर अभ्यास करेंगें। (उस्ताद बयान करते हुए स्कवाड से अभ्यास करायें)</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेष पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u> 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u> 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u></p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>पैर को पूरा 12 इंच उठाकर न दबाना। सावधान में बाजू तथा राईफल का हरकत करना। विश्राम में बायां पैर को 12 इंच उठाकर पूरा 12 इंच बायें न दबाना। राईफल को पूरा 90 डिग्री दाहिने पहलू में खड़ा न रखना। आराम से कार्यवाही में कमर से नीचे वाले हिस्से को हरकत</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	करना।				
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ इंसास के साथ सावधान विश्राम तथा आराम से। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p> <p>नोट:- एसएलआर के साथ तेज चाल से बायें सैल्यूट दाहिने सैल्यूट की तरह ही होगा, सिर्फ गर्दन को दाहिने तरफ के बदले में बाएं तरफ किया जाएगा।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 5.56 एमएम इंसास राईफल के साथ बगल शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बगल शस्त्र।

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	इंसास राईफल . , सिलिंग, बैनट और फाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इंसास के साथ सावधान विश्राम तथा आराम से। बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा इंसास राईफल के साथ बगल शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बगल शस्त्र।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	यह खास किस्म का सैल्यूट है, यह खास—खास मौके पर खास—खास व्यक्ति को दिया जाता है। इसमें कार्यवाही एक है वर्ड आफ कमांड अलग है:- जैसे कि अपने बल में उप कमाडेण्ट से लेकर कमांडेण्ट तक सलामी शस्त्र तथा उप महानिरीक्षक से महानिदेषक तक जनरल सैल्यूट सलामी शस्त्र, राष्ट्रीय झण्डा, राष्ट्रपति और राज्यपाल को अपने राज्यों में राष्ट्रीय सैल्यूट सलामी शस्त्र दिया जाता है। सबक तरतीबवार सिखाऊँगा। तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में कोई शक या सवाल, शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
	दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सलामी शस्त्र। मेरे लिए				

आदेष बगल शस्त्र । जैसे । ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना ।

इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें ।

गिनती से नमूना

मेरे लिए आदेष गिनती से सलामी शस्त्र स्कॉड एक—एक, स्कॉड दो—दो, स्कॉड तीन—तीन । यही से बताऊँगा गिनती से बगल शस्त्र । मेरे लिए आदेष गिनती से बगल शस्त्र स्कॉड एक—एक, स्कॉड दो—दो, स्कॉड तीन—तीन । **गिनती और बयान से नमूना** :— दुरुस्त बगल शस्त्र से आदेष मिलेगा । गिनती से सलामी शस्त्र स्कॉड एक । इस आदेष पर बांये हाथ को हैंडगार्ड पर थपकी मारकर ग्रिप करें साथ ही दाहिने हाथ को पिस्टल ग्रिप से छोड़ता हुआ स्माल आफ द बट पर कलमतरास पकड़ें पुकारे एक । बयान की कार्यवाही को देखें । मेरे लिए आदेष गिनती से सलामी शस्त्र स्कॉड एक—एक । इस स्थिति में देखने वाली बातें । राईफल दाहिने पहलू पर 90 डिग्री खड़ा रुख बैरल ऊपर की तरफ बट प्लेट नीचे की तरफ मैगजीन एवं पिस्टल ग्रिप का रुख सामने की तरफ, दाहिने हाथ की पकड़ स्माल आफ द बट पर चारों अंगूँली बाहर से अंगूठा बाहर से कलम तरास पकड़ा हुआ कलाई से कंधे तक बाजू शरीर के साथ मिला हुआ । बायें हाथ की पकड़ हैंड गार्ड पर चारों अंगूलियाँ बाहर से अंदर की तरफ, अंगूठा अन्दर से बाहर की तरफ गोल ग्रिप किया हुआ । कलाई से कोहनी तक शरीर के साथ मिला हुआ और जमीन के समानान्तर । बाकी पोजिषन सावधान । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कॉड दो । इस आदेष पर दोनों हाथों की मदद से राईफल को 90 डिग्री चेहरे के सामने बीचोंबीच खड़ा करें साथ ही बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए फोरहैंड गार्ड पर थपकी मारे और दाहिने हाथ को गोल ग्रिप करें पुकारें दों । बयान की हुई कार्रवाई को देखें । स्कॉड दो—दो । इस स्थिति में देखने वाली बातें । राईफल चेहरे के सामने 90 डिग्री खड़ा रुख, पिस्टल ग्रिप एवं मैगजीन का रुख सामने की तरफ बांया हाथ फोरहैंड गार्ड पर तथा अंगूठा कोकिंग हैन्डिल के नीचे, कलाई से कोहनी तक बाजू राईफल के साथ मिला हुआ । दाहिने हाथ की पकड़ स्माल आफ द बट पर गोल ग्रिप किया हुआ । कंधे से लेकर कोहनी तक शरीर से मिला हुआ और कलाई से कोहनी तक जमीन के समानान्तर । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कॉड तीन । इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए चारों

अगुंली एवं अगूंठा मिलाकर बायें कंधे के सिधाई में आगे ले जाएं साथ ही दाहिने हाथ की मदद से राईफल को तेजी से नीचे खींचे और दाहिने पैर को आगे से 12 इंच ऊपर उठाते हुए बांये पैर के एड़ी के साथ चलती हालत में मिलायें एवं बायें हाथ को हैण्डगार्ड पर थपकी मारते हुए ग्रिप करें। पुकारे तीन। बयान की कार्यवाही को देखें। स्कॉड तीन—तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल शरीर के बीचोंबीच 90 डिग्री खड़ी मैगजीन एवं पिस्टल ग्रिप का रुख सामने की तरफ दाहिने हाथ की पकड़ स्माल ऑफ द बट पर चारों अगुंली बाहर से अगूंठा अन्दर से कलाई से कंधे तक बाजू सीधा, कोहनी बदन के साथ मिली हुई तथा दाहिने हाथ का मोटा मषल सामने की तरफ, बांये हाथ की पकड़ फोरहैण्ड गार्ड पर चारों अगुंलियों बाहर से अन्दर की तरफ एवं अगूंठा सीधा ऊपर की तरफ, बांया पांव सपाट जमीन पर दाहिने पांव का कटा हुआ हिस्सा, बांये पांव की एड़ी के साथ चलती हालत में मिला हुआ। बाकी स्थिति सावधान। अब यहीं से बताऊंगा गिनती से बगल शस्त्र की कार्यवाही आदेष मिलेगा गिनती से बगल शस्त्र स्कॉड एक। इस आदेष पर दाहिने पांव को सामने से 12 इंच उठाते हुए बांये पांव के एड़ी के साथ सावधान स्थिति में मिलायें साथ ही दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए पिस्टल ग्रिप पर थपकी मारते हुए ग्रिप करें। पुकारें एक। बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से बगल शस्त्र स्कॉड एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल शरीर के बीचोंबीच 90 डिग्री खड़ी हुई बांयें हाथ की पकड़ पहले की तरह, दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रिप पर गोल ग्रिप किया हुआ कलाई से लेकर कंधे तक बाजू खिची हुई। बाकी सावधान की स्थिति। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड दो। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से राईफल को दाहिने पहलू पर लायें साथ ही बायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए राईफल के फोरहैण्ड गार्ड पर थपकी मारें। पुकारे दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड दो—दो। इस स्थिति में देखने वाली बाते राईफल दाहिने पहलू में 90 डिग्री खड़ी हुई बांये हाथ की चारों अगुंली एवं अगूंठा मिला हुआ और फोरहैण्ड गार्ड से लगा हुआ। कलाई से कोहनी तक जमीन के समानान्तर शरीर के साथ मिला हुआ। दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रिप पर चारों अगुंली नीचे से तथा अगूंठा ऊपर से गोल ग्रिप किया हुआ। बाकी पोजीशन सावधान। यहाँ

	<p>से आदेष मिलेगा स्कॉड तीन। इस आदेष पर बांये हाथ को तेजी से बांये पहलू में सावधान पोजिषन में ले जाएं पुकारे तीन। बयान की कार्यवाही को देखें। स्कॉड तीन—तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें सलामी शस्त्र से दुरुस्त बगल शस्त्र की स्थिति किया हुआ। बाकी स्थिति सावधान। यह था इस कार्यवाही का गिनती और बयान से नमूना। इसमें किसी को कोई शक या सवाल। शक सवाल नहीं तो इसी कार्यवाही को मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u> 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u> 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u></p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	<p>तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कॉड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कॉड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।</p>		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>01 राईफल को एक साथ दोनों हाथों से ग्रिप न करना। 02 मैगजीन पर थपकी मारना। 03 दाहिने पैर को सामने से उठाकर न मारना। , 04 चारों अंगुली एवं अगूंठा मिलाकर थपकी न मारना। 05 दाहिने हाथ की कोहनी को बदन से मिलाकर न रखना। 06 राईफल को सलामी शस्त्र में सीधा खड़ा न रखना।</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ इंसास राईफल के साथ बगल शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बगल शस्त्र। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक इंसास के साथ बगल शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र, जॉच शस्त्र से बगल शस्त्र

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	इंसास राईफल, सिलिंग, बैनट और फाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इंसास राईफल के साथ बगल शस्त्र से सलामी शस्त्र और सलामी शस्त्र से बगल शस्त्र के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान शास्त्र कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा सबक इंसास के साथ बगल शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र, जॉच शस्त्र से बगल शस्त्र		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमें राईफल का बैरल का मुलाहजा करना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। मकसद पूरा होने के बाद बगल शस्त्र किया जाता है। शबक तरतीबवार सिखाऊंगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल। शक सवाल नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष निरीक्षण के लिए जांच शस्त्र। मेरे लिए आदेष चाल वाले पुर्जे आगे कर। मेरे लिए आदेष बगल शस्त्र। यह था दुरुस्त नमूना। अब इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें।</p> <p>इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें।</p> <p>गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेष गिनती से निरीक्षण के लिए जांच शस्त्र स्कॉड एक-एक, स्कॉड दो-एक, दो, तीन, चार, एक, दो, तीन, चार, एक। स्कॉड तीन-तीन, स्कॉड चार-चार, स्कॉड पाँच-पाँच, स्कॉड छः-छः, स्कॉड सात-सात, स्कॉड आठ-आठ। यहीं से गिनती से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

चाल वाले पुर्जे आगे कर की कार्यवाही देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से चाल वाले पुर्जे आगे कर स्कॉड एक—एक, स्कॉड दो—एक दो, स्कॉड तीन—तीन, स्कॉड चार—चार, स्कॉड—पांच—पांच, स्कॉड छः एक, दो, तीन, चार, एक, स्कॉड सात—सात, स्कॉड आठ—आठ। यहीं से गिनती से बगल शस्त्र की कार्यवाही ' देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से बगल शस्त्र। स्कॉड एक—एक स्कॉड दो—दो। यह था गिनती के साथ नमूना। अभी इसी कार्यवाही को गिनती और बयान के साथ देखें तथा सुनें।

गिनती और बयान से नमूना :- बगल शस्त्र की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से निरीक्षण के लिए जांच शस्त्र स्कॉड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से राईफल को दाहिने कंधे की सिधाई में आगे की तरफ झुकायेंगे साथ ही गिरती हुई राईफल को बांये हाथ से फोरहैण्ड गार्ड पर ग्रिप करें तथा दाहिने हाथ की पकड़ को पिस्टल ग्रिप पर बदली करें और बांये पैर को 16 इंच बांये तरफ खोले। पुकारे एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से निरीक्षण के लिए जांच शस्त्र स्कॉड एक—एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। राईफल 45 डिग्री शरीर के सामने फ्लैश एलिमीनेटर दाहिने कंधे की सिधाई में। बट दाहिने रान के साथ लगा हुआ। मैगजीन तथा पिस्टल ग्रिप का रुख जमीन की तरफ दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रिप पर तीन अगुलियां बाहर से अगूंठा बाहर से गोल ग्रिप की हुई कलमें वाली अगुंली ट्रिगर गार्ड के ऊपर, बांये हाथ की पकड़ फोरहैण्ड गार्ड पर चारों अगुलिया नीचे अगूंठा ऊपर से, अगूंठे का रुख बैरल की तरफ, बांया पैर 12 इंच बांये और 04 इंच आगे अर्थात् 16 इंच का कदम लिया हुआ, शरीर का वजन दोनों पैर पर घुटने तथा रान कसा हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड दो इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए मैगजीन को ग्रिप करें और बांये हाथ के अगूंठे की मदद से मैगजीन कैच को दबाते हुए मैगजीन को राईफल से आजाद करें तथा दो तीन चार का वकफा रखते हुए मैगजीन को बाईं जेब में दाखिल करें और बांया हाथ को सीधा करते हुए सावधान की स्थिति में लायें पुकारे एक दो तीन चार एक, दो तीन चार एक बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड दो— एक दो तीन चार एक, दो तीन चार एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें मैगजीन उतारने के बाद बांया हाथ बांये पहलू में बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा। स्कॉड तीन इस आदेष पर बांये हाथ से चेंज लीवर को एस से आर पर करें। पुकारे तीन। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड तीन—तीन इस पोजिषन में देखने वाली बातें। चेंज लीवर आर पर किया हुआ, बांये हाथ की पकड़ चेंज लीवर पर बाकी स्थिति पहले जैसी। यहाँ से आदेष से मिलेगा स्कॉड चार, इस आदेष पर कोकिंग हैन्डिल पर थपकी लगाते हुए बांये हाथ से कोकिंग हैन्डिल को ग्रिप करें। पुकारे चार। बयान की हुई कार्यवाही ' को देखें। स्कॉड चार—चार। इस पोजिषन में देखने वाली बातें, बांये हाथ की अगुलियों का हुक बनाते कोकिंग हैन्डिल ग्रिप किया हुआ बाकी स्थिति पहले जैसी। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कॉड पांच। इस आदेष पर एक ही झटके से चालवाले पुर्जे को

पीछे खींचें तथा बांये हाथ के अगूठे की मदद से एचओडी को दबाते हुए चालवाले पुर्जे को पीछे रोकें। पुकारे पांच बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड पांच-पांच। इस स्थिति में देखने वाली बाते बांये हाथ के अगूठे से एचओडी को दबाया हुआ और चालवाले पुर्जे रुके हुए बाकी स्थिति पहले जैसी। यही से आदेष मिलेगा स्कॉड छः इस आदेष पर बांये हाथ की मदद से कोकिंग हैन्डिल को आगे ले जाएं और उसकी जगह पर बिठायें। पुकारे छः बयान की हुई कार्यवाही' को देखें। स्कॉड छः-छः। इस स्थिति में देखने वाली बातें कोकिंग हैन्डिल अपने जगह पर बैठा हुआ बांये हाथ की पकड़ कोकिंग हैन्डिल पर। बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड सात। इस आदेष पर बांये हाथ से हैंड गार्ड पर थपकी लगाते हुए ग्रिप करें पुकारे सात। बयान की कार्यवाई को देखें। स्कॉड सात-सात। इस स्थिति में देखने वाली बातें बांये हाथ की पकड़ फोरहैंड गार्ड पर चारों अगुंलिया नीचे तथा अगूठा ऊपर से बैरल की ओर प्वांट किया हुआ बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड आठ। इस आदेष पर दाहिने हाथ को पिस्टल ग्रिप से छोड़ते हुए इजेंक्षन सलाड के ऊपर थपकी लगायें और अगूठे को अन्दर दाखिल करें। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड आठ-आठ। इस पोजिषन में देखने वाली बातें दाहिने हाथ का अगूठा इजेंक्षन सलाड के अन्दर, अगूठे के नाखून का रुख चेम्बर की तरफ तथा चारों अगुली मिली हुई और जमीन की तरफ प्वाइंट किया हुआ बाकी स्थिति पहले जैसी। अभी बताऊंगा चालवाले पुर्जे आगे कर की कार्यवाही यहाँ से आदेष मिलेगा गिनती से चालवाले पुर्जे आगे कर स्कॉड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए पिस्टल ग्रिप पर ग्रिप करें पुकारे एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड एक। इस स्थिति में देखने वाले बातें। दाहिने हाथ की तीन अगुंलियां बाहर से अगूठा अन्दर से गोल ग्रिप किया हुआ, कलमे वाली अगुली ट्रिगर गार्ड के ऊपर बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड दो। इस आदेष पर बांये हाथ को फोरहैण्ड गार्ड से छोड़ते हुए कोकिंग हैन्डिल को एक ही झटके से पीछे खींचे और चालवाले पुर्जे को आगे जाने दें। पुकारें एक दो। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड दो- एक दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें। चालवाले पुर्जे आगे किये हुए बांये हाथ की पकड़ कोकिंग हैन्डिल पर बन्द मुट्ठी की तरह। यहीं से ओदष मिलेगा। स्कॉड तीन इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए हैण्ड गार्ड पर थपकी लगाते हुए ग्रिप करें पुकारे तीन। बयान की हुई कार्यवाई को देखें। स्कॉड तीन-तीन। इस स्थिति में देखने वाली बातें। बायें हाथ की पकड़ फोरहैण्ड गार्ड के ऊपर चारों अगुंलियों नीचे से अगूठा अन्दर से बैरल की तरफ प्वाइंट किया हुआ। बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा। स्कॉड चार इस आदेष पर दाहिने हाथ की कलमे वाली अगुली से ट्रिगर को दबायें पुकारे चार। बयान की हुई कार्यवाही' को देखें। स्कॉड चार-चार। इस स्थिति में देखने वाली बातें ट्रिगर को प्रेस करने के बाद कलमे वाली अगुली ट्रिगर गार्ड के

ऊपर यही से आदेष मिलेगा स्कॉड पॉच। इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए चेंज लीवर को आर से एस पर करें। पुकारे पांच। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड पांच-पांच। इस स्थिति में देखने वाली बाते चेंज लीवर को एस पर किया हुआ। बांये हाथ की पकड़ चेंज लीवर पर कलमें वाली अगुंली और अगूंठे से चेंज लीवर को पकड़ा हुआ बाकी स्थिति पहले जैसी। यही से आदेष मिलेगा स्कॉड छः। इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए बांयीं जेब पर थपकी मारते हुए मैगजीन को बाहर निकालें और दो तीन चार की वफा देते हुए हाथ को बांये पहलू में सीधा करें। बयान की हुई कार्यवाही' को देखें। स्कॉड छः एक दो तीन चार एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें मैगजीन बांये हाथ में, बांये हाथ की पकड़ मैगजीन पर इस प्रकार की चारों अगुलियां नीचे से अगूंठा ऊपर से मैगजीन को छोटा मेहराव जमीन के समानान्तर बाकी स्थिति पहले जैसी। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड सात। इस आदेष पर मैगजीन को मैगजीन वे में दाखिल करते हुए राईफल में लगायें पुकारें सात। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड सात-सात। इस स्थिति में देखने वाली बातें। मैगजीन राईफल में लगा हुआ, बांये हाथ की पकड़ मैगजीन पर यही से आदेष मिलेगा स्कॉड आठ। इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए फोरहैण्ड गार्ड पर थपकी लगाते हुए ग्रिप करें पुकारे आठ। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। स्कॉड आठ-आठ। इस स्थिति में देखने वाली बातें निरीक्षण के लिए जांच शस्त्र की नम्बर एक स्थिति। यहीं से बताऊंगा गिनती से बगल शस्त्र की कार्यवाही। आदेष मिलेगा गिनती से बगल शस्त्र स्कॉड एक। इस आदेष पर दोनों हाथों की मदद से राईफल को दाहिने पहलू में लायें साथ ही दाहिने हाथ की पकड़ को बदली करें। पुकारें एक। बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष। गिनती से बगल शस्त्र स्कॉड एक-एक। इस स्थिति में देखने वाली बातें राईफल 90 डिग्री खड़ा रख दाहिने पहलू में, मैगजीन और पिस्टल ग्रिप का रुख सामने की ओर, बैरल ऊपर तथा बट नीचे की ओर। दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रिप पर इस प्रकार की चारों अगुलियां नीचे से और अगूंठा ऊपर से गोल ग्रिप किया हुआ बांये हथेली फोरहैण्ड गार्ड से लगी हुई। चारों अगुलिया और अगूंठा मिला हुआ। बांये हाथ कोहनी से लेकर कलाई तक जमीन के समानान्तर तथा शरीर के साथ मिला हुआ बाकी पोजिषन सावधान। यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड दो। इस आदेष पर बांये हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए तेजी से बांये पहलू में सावधान की स्थिति में मिलायें। पुकारें दो। बयान की हुई कार्यवाही' को देखें। स्कॉड दो-दो। इस स्थिति में देखने वाली बातें। निरीक्षण के लिए जांच शस्त्र पूरी करने के बाद दुरुस्त बगल शस्त्र की स्थिति यह था गिनती और बयान के साथ नमूना। यहों तक की कार्यवाही में किसी को कोई शक या सवाल। शक सवाल नहीं तो इसी कार्यवाही' को मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।

अभ्यास	01. उस्ताद के आदेश पर अभ्यास 02. जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास – 03. समय पुकारते हुए अभ्यास – 04. समय के अन्दाज से अभ्यास –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काडँ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काडँ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगे सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	01 पहली हरकत में पैर को न खोलना। 02 दूसरी हरकत में मैगजीन न निकालना। 03 कोकिंग हैन्डिल को पीछे खीचते समय बैरल को ऊपर उठाना। 04 चालवाले पुर्जे आगे कर की कार्यवाही में कोकिंग हैन्डिल को एक ही झटके से पीछे खीचकर चालवाले पुर्जे को आगे न जाने देना। 05 पूरी कार्यवाही के दौरान तरतीब को भूल जाना। 07		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ <u>सबक इंसास के साथ बगल शस्त्र से निरीक्षण के लिए जॉच शस्त्र, जॉच शस्त्र से बगल शस्त्र</u> का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

समारोह

कवायद

समारोह क्वायद के बारे में आम जानकारी

01 समारोह क्वायद का उद्देश्य जवानों में जिन्दादिली की भावना को प्रोत्साहित करना और परेड ग्राउण्ड में स्थिरता और सहचर का उँचा स्तर प्राप्त करके नैतिक गुणों के विकास में सहयोग देना है जो युद्ध क्षेत्र में सफलता प्राप्त करने के लिए अनिवार्य है।

02 यह उद्देश्य तभी प्राप्त किये जा सकते हैं जब समारोह के अवसर पर ध्यान पूर्वक तैयारी की जाए और सारा कार्यक्रम सही—सही ढंग से निष्पादित किया जाए इसके लिए सभी स्तरों पर अभ्यास और पूर्वाभ्यास किया जाए, परन्तु यूनिटें इस बात से सावधान रहें कि वे कोई भी ऐसी समारोह क्वायद न करें जिसके लिए उन्हें उपयुक्त रूप में प्रषिक्षण न दिया गया हो।

03 इस खण्ड में सामान्य समारोह के अवसर पर लागू होने वाले क्वायद फारमेषनों और कार्यविधि का उल्लेख किया गया हो इससे बटालियन स्तर तक की कार्यविधि का विस्तृत वर्णन किया गया है। इसमें कम्पनी स्तर के छोटे—छोटे फारमेषनों के लिए आसानी से अपनाया जा सकता है।

04 अधिकारियों से अपेक्षा की जाती है वे इन अनुदेशों की व्याख्या सोच—समझकर बुद्धिमतापूर्वक करें और इस बात को हमेषा ध्यान में रखें कि इन अनुदेशों को उपयुक्त बनाने के लिए धरातल और असाधारण परिस्थितियों को ध्यान में रखकर इनमें थोड़ा बहुत परिवर्तन किया जा सकता है।

प्लाटून ड्रिल, कम्पनी ड्रिल एवं मार्च पास्ट

प्लाटून ड्रिल :— कम्पनी ड्रिल सीखने से पहले प्लाटून ड्रिल के बारे में जानना जरूरी है। एक सब यूनिट को इकट्ठा ड्रिल करने का यह पहला अवसर होता है।

प्लाटून ड्रिल नीचे लिखी हुई फारमेषनस प्लाटून ड्रिल के लिए प्रयोग में लाई जाती है:—

- 01 लाईन फारमेषन
- 02 तीनों तीन के कालम
- 03 प्लाटून कूच कालम

कम्पनी ड्रिल :— अच्छी तरह से सिखलाई और प्रषिक्षण प्राप्त किये हुए जवानों को मनोबल और विष्वास को ऊँचा करने के लिए कम्पनी ड्रिल करायी जाती है इसके अलावा अधीनस्थ अधिकारियों कमाण्ड करने की शक्ति और सीखने का मौका मिलता है।

कम्पनी ड्रिल नीचे लिखी हुई फारमेषनस कम्पनी ड्रिल के लिए प्रयोग में लाई जाती है:—

- 01 कम्पनी लाईन में।
- 02 कम्पनी तीनों तीन की हालत में।
- 03 कम्पनी कुच कॉलम में।
- 04 कम्पनी प्लाटूनों के कॉलम में में।
- 05 कम्पनी निकट कॉलम में।
- 06 कम्पनी तीनों तीन का लाईन में।

मार्च पास्ट

01 एक बटालियन निम्नलिखित फारमेषन से मार्च पास्ट कर सकती है।

- (क) कूच लाईन में
- (ख) प्लाटूनों का कॉलम में।
- (ग) प्लाटूनों का निकट कॉलम।

02 बैण्ड निरीक्षण अफसर के सामने समूहों में खड़ा होगा, बटालियनों के लिए इतना स्थान छोड़कर कि वे उपयुक्त तीन फारमेषनों में मार्च पास्ट कर सकें। बैण्ड मास्टर के आदेषानुसार बैण्ड बजाया जाएगा, बटालियन के मार्च पास्ट समाप्त होने पर बैण्ड पीछे की ओर मार्च पास्ट करेगा।

3 तेज चाल में प्लाटूनवार मार्च पास्ट करना।

कमांडर द्वारा आदेष पर निम्नलिखित कार्रवाई करेंगे।

- (क) निकट लाईन चल
- (ख) बगल शस्त्र
- (ग) प्लाटून थम कर दाहिने बन
- (घ) तेज चल, प्लाटूनों बांये सज, प्लाटून सामने देख।
- (ङ) बटालियन तेज चाल में मंच से गुजरेगी बांये से तेज चल, बांये दिषा बदल।
- (च) प्लाटून कमांडर अपने प्लाटूनों को घुमाएंगे, कम्पनी कमांडर कोई आदेष नहीं देगा। बटालियन निर्दिष्ट स्थान पर दिषा बदलेगी।

04 अफसर निर्दिष्ट स्थान पर पहुँचने पर सैल्यूट प्रारम्भ करेंगे और समाप्त करेंगे। प्लाटून कमांडर निर्दिष्ट स्थान पर पहुँचने पर दाहिने देख का आदेष देंगे और साथ ही सैल्यूट की कार्रवाई करेंगे।

05 निरीक्षण रेखा पर वापस खड़ा होना। बटालियन मंच से गुजरने के बाद निर्दिष्ट स्थान पर दिषा बदलेगी और घूमेगी। जब कम्पनी की अगली प्लाटून की बाईं पंक्ति उस स्थान पर पहुँच जाए जहाँ वह लाईन में खड़ी थी तो कम्पनी कमांडर अपनी कम्पनी को कदमताल करने का आदेष देगा और दुबारा आदेष देगा। प्लाटून थम कर बांये बन, आगे बढ़, मध्य सज, सामने देख।

सबक-05

पैदल यूनिट का कदवार खड़ा होना

01 सबसे पहले एक लाईन बनाकर यूनिट के जवानों की कद के हिसाब से खड़ा किया जाए। सबसे लम्बा दाहिने और सबसे छोटा जवान बायीं तरफ हों। प्रत्येक जवान लाईन में 24 इंच का स्थान लेगा, इसके लिए आदेष लम्बा दाहिने, छोटा बायें एक लाईन में कदवार। जवानों का कदवार खड़ा होने के बाद निम्नलिखित आदेष दिया जाए।

- (क) गिनती कर।
- (ख) विषम संख्या एक कदम आगे, सम संख्या एक कदम पीछे चल।
- (ग) दाहिने वाला जवान खड़ा रहे, बाकी विषम वाले दाहिने और सम वाले बाये, लाइने दाहिने बाये मुड़।
- (घ) तीन लाईन बना तेज चल।

तेज चाल के आदेष पर दोनों लाईन तेज चल चलेंगे सम संख्या वाले पंक्ति को बाया वाला जवान अपने दाहिने धूमें और विषम संख्या वाली लाईन के पीछे चलें। विषम संख्या वाली लाईन जैसे ही ठीक जगह पहुँचे, वैसे तीन पंक्तियाँ बनानी शुरू करें अर्थात् नम्बर 3 मध्य पंक्ति में नम्बर -1 के पीछे हो नम्बर -5 वाला जवान नम्बर -3 के पीछे लाईन में जाएगा और नम्बर-7 वाला जवान आगे लाईन में जाएगा। यदि कोई वरिष्ठ अवर अधिकारी परेड के दौरान लाईन के जवानों के निर्देश दें तो समस्त काम काफी सरल हो जाए किन्तु उसे विषम संख्या की लाईन से आरम्भ करना चाहिए। इसी प्रकार यूनिट तीन लाईनों में खड़ी हो और तीनों लाईनों में पार्ष्ण सबसे लम्बे जवान खड़े होंगे।

सबक-06

निरीक्षण

01 एकल यूनिट का निरीक्षण :-

(क) निरीक्षण अफसर को उचित सैल्यूट देने के बाद परेड को बाजू शस्त्र किया जाएगा।

इसके बाद परेड कमांडर अपनी यूनिट के सम्बन्ध में समीक्षा या निरीक्षण अफसर को उपस्थित और निरीक्षण के लिए तैयार रिपोर्ट करेगा। श्रीमान् जी परेड निरीक्षण के लिए हाजिर है।

(ख) जब निरीक्षण अधिकारी नम्बर-1 कम्पनी का निरीक्षण समाप्त कर दे तो द्वितीय कमान अफसर आदेष देगा। नम्बर-..... कम्पनी खड़ी रहे (अर्थात् दाहिने वाली सब यूनिटें) बाकी विश्राम।

(ग) निरीक्षण अफसर, परेड कमांडर तथा अन्य ऐसे अफसरों के साथ जो वहाँ उपस्थित हो सब यूनिट की पहली रैंक का दाहिने से बांये मध्य रैंक का बांये से दाहिने और पिछली रैंक का दांये से बांये निरीक्षण करेगा।

टिप्पणी :- वह अपनी इच्छा से अधिसंख्यक रैंक से भी गुजर सकता है।

अफसर के साथ जो व्यक्ति हो वे निरीक्षण के दौरान निरीक्षण अधिकारी के पीछे या उसके बगल में रहेंगे, लेकिन जिस रैंक का निरीक्षण किया जा रहा हो, उससे दूर रहेंगे।

(घ) जब निरीक्षण अधिकारी दांयी तरफ की कम्पनी के पिछले रैंक के बांई ओर मुड़े उस समय कम्पनी कमांडर अपनी सब यूनिटों को सावधान करेगा और कम्पनी का निरीक्षण होने तक उसका मार्गदर्शन करेगा। निरीक्षण समाप्त होने पर वह पुनः सैल्यूट करके अपने पहले वाले स्थान पर वापस लौट जाएंगे।

(ङ) जब निरीक्षण अधिकारी अगली कम्पनी का निरीक्षण करने के लिए बढ़े तो जिस कम्पनी का निरीक्षण किया जा चुका हो उसका कम्पनी कमांडर कम्पनी से विश्राम में खड़ा रहने के लिए आदेष देगा।

(च) यदि निरीक्षण अधिकारी चाहे तो केवल अगले रैंक का भी निरीक्षण कर सकता है किन्तु उस स्थिति में जब निरीक्षण अधिकारी अगले रैंक का दाहिने से बांये निरीक्षण कर रहा हो उस समय समस्त यूनिटें सावधान रहेंगी अफसर जो प्रक्रिया अपनाना चाहे उस सम्बन्ध में वो उसी समय कम्पनी कमांडर को बतायेंगे।

(छ) जब तक निरीक्षण अधिकारी अपना निरीक्षण कार्य पूरा न कर लें तब तक बैण्ड बजता रहेगा।

(ज) बाद में समीक्षा या निरीक्षण अधिकारी मार्च पास्ट का आदेष देगा।

सबक-०७

समीक्षा क्रम में आगे बढ़ना

- 01 यदि परेड के अन्त में यूनिट को समीक्षा क्रम में आगे बढ़ना हो तो यूनिट सामान्यतः निरीक्षण रेखा पर उसी फारमेषन में खड़ी होगी जिसमें वह समीक्षा अफसर की आगवानी के समय खड़ी हुई थी। बैण्ड बीच में पीछे की ओर होगा।
- 02 इसकी प्रक्रिया निम्नलिखित होगी :—
खुली लाईन चल,
सज मध्य सज, सामने देख।
समीक्षाक्रम में मध्य से तेज चल।
- 03 यूनिट मध्य से 15 कदम चलेगी, बैण्ड और ड्रम रोल के बिना बजेंगे। धुन जब साढ़े सात बार बज चुके तो बैण्ड और ड्रम बजने बन्द हो जाएंगे और समस्त परेड स्वयं ही थम हो जाएगी। तब परेड को उसी प्रकार सैल्यूट करने का आदेश दिया जाएगा जैसा कि समीक्षा या निरीक्षण अफसर के आने के समय दिया गया था, इसके बाद इसे बाजू शस्त्र का आदेश दिया जाएगा और यह अगले आदेश का प्रतीक्षा करेगी।

समीक्षा के लिए लाईन फारमेषन में अफसरों और जवानों की जगह :—

- (क) परेड कमांडर, बटालियन के मध्य पंक्ति के सामने 20 कदम के फासले पर होगा।
- (ख) द्वितीय परेड कमांडर झण्डा (कलर) के मध्य सामने 10 कदम के फासले पर होगा।
- (ग) एडज्यूटेन्ट नम्बर 2 कम्पनी के बांये गाईड के सामने 10 कदम के फासले पर होगा।
- (घ) कम्पनी कमांडर अपनी—अपनी कम्पनियों के मध्य के सामने 6 कदम की दूरी

पर होगा।

- (ड) प्लाटून कमांडर अपने—अपने प्लाटूनों के मध्य के सामने तीन कदम के फासले पर होगा।
- (च) सीएचएम अपनी कम्पनी के दाहिनी ओर और प्लाटून के दाहिने गार्ड के रूप में परेड करेंगे।
- (छ) प्लाटूनों के बीच 3 कदम का फासला होगा।
- (छ) झण्डा पार्टी और दोनों ओर की कम्पनियों के बीच 3 कदम का फासला होगा।
- (ज) बैण्ड मध्य पंक्ति के पीछे 8 कदम के फासले पर होगा।

सबक-08

निरीक्षण या समीक्षा अफसरों की आगवानी करना।

01 **सामान्य हिदायतें** :— यूनिट या फारमेषन निरीक्षण रेखा पर लाईन में खड़ी होगी और उनके सामने की तरफ बीच में वह स्थान होगा, जहाँ निरीक्षण या समीक्षा अफसर स्वयं खड़े हुए होंगे।

- (क) माउण्टेड स्क्वाड में कंधे किच होगी और उतरे हुए स्क्वाड या यूनिट में सामने किच होगी।
- (ख) अगर यूनिट के पास राईफल है तो संगीन चढ़ा हुआ होगा और बगल शस्त्र की हालत में होगी।

02 **विषेष हिदायतें** :— जब निरीक्षण या समीक्षा आफिसर मध्य भाग में आ जाए तो उचित सैल्यूट से अर्थात् जिसका वह हकदार है निम्नलिखित प्रक्रिया के अनुसार उसकी आगवानी की जाएगी।

- (क) राईफलों से लेस यूनिट :— जनरल सैल्यूट सलामी शस्त्र जवान सलामी शस्त्र करेंगे और सभी अफसर सैल्यूट करेंगे। अधिसंख्यक रैक और गाईड भी परेड के साथ सलामी करेंगे। झण्डा (कलर) सामने की हालत में रहेगा।

- (ख) बाजू शस्त्र।

- (ग) ड्रम के साथ—साथ बैण्ड धीरे चाल की धुन का पहला भाग बजाएगा और अगर परेड पर बैण्ड न हो तो बिगुल जनरल सैल्यूट की धुन बजाएगा।

- (घ) झण्डा लिये हुए है तो केवल उन व्यक्तियों के लिए झुकाया जाएगा जो राष्ट्रीय सैल्यूट के हकदार है। जो अफसर जनरल सैल्यूट के हकदार है उन व्यक्तियों के लिये झण्डा नहीं झुकाया जाएगा।

लाठी डिल

लाठी की आम जानकारी

1. लाठी दो प्रकार की होती है लांग लाठी एवं शार्ट लाठी। यहाँ शार्ट लाठी के बारें में बताया जायेगा।
2. यह बेत की बनी हुई होती है ।
3. लाठी की लम्बाई 42 इंच होती है।
4. थंग की लम्बाई 10 इंच (बंधा)हुआ।
5. थंग की लम्बाई 22 इंच (खोलकर)हुआ।
6. ऊपर वाले हिप (टॉप), नीचे) वाला (बॉटम या फ्यूरल कहलाता है ।
7. लाठी को जहाँ से पकड़ा जाता है उसे ग्रिप कहते हैं।
8. लाठी के थंग को दाहिने हाथ की छोटी अंगुली में फंसाकर थंग को पूरा खींचकर लाठी पर कलम तराष पकड़ा जाता है।

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—लाठी के साथ सावधान विश्राम और आराम से

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें।</p> <p>2. स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्काड़ की गिनती करें।</p> <p>4. स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्काड़ को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इंसास राईफल के साथ सभी कारवाही सीख चुके हैं। बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी के साथ सावधान विश्राम और आराम से		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास लाठी हो और किसी सीनियर अधिकारी से बात करना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। जो कि खाली हाथ झील में बताया जा चुका है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना – मेरे लिये आदेष सावधान –मेरे लिये आदेष विश्राम , आराम से ।</p> <p>हरकत और बयान</p> <p>विश्राम से आदेष मिलेगा सावधान इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से बायें पैर को 12 इंच ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर की एड़ी के साथ मिलाये , साथ ही दाहिने हाथ की मदद से लाठी के फयूरल वाले हिस्से को ऊपर लाते हुए दाहिने बगल में मिलायें। पुकारे एक , बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष, सावधान, इस स्थिति में देखने वाली बातें लाठी को दाहिने हाथ से कलम तरास ग्रीप किया हुआ टॉप नीचे तथा बट्टम ऊपर की तरफ किया हो, बाकि स्थिति जो खाली हाथ सावधान में</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	बताया जा चुका है। यहीं से आदेष मिलेगा विश्राम, इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से लाठी को नीचे की तरफ लेकर आएं, साथ ही बायां पैर को 12 इंच उपर उठाते हुए 12 इंच बायें तरफ सपाट दबायें, पुकारें एक, बयान की गई कारवाई को देखें। मेरे लिये आदेष विश्राम, इस स्थिति में देखने वाली बातें लाठी को दाहिने हाथ से गोल ग्रीप किया हुआ, शरीर का वजन दोनों पैर पर सपाट जमीन पर टिका हुआ, हाथ बायें बगल में मिला हुआ। बाकि स्थिति जो विश्राम में बतायी जा चुकी है। यहाँ से आदेष मिलेगा, आराम से। इस आदेष पर दाहिने हाथ को तथा कमर से ऊपर वाले हिस्से को ढिला छोड़े। दोबारा स्क्वाड के आदेष पर विश्राम की स्थिति अखिलयार करें।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u> 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u> 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) सावधान में बायें पैर को दाहिने पैर की एड़ी के साथ न मिलाना व दाहिने हाथ से लाठी को तेजी से ऊपर न लाना। 2) लाठी के फ्यूरल को दाहिने कंधे से ऊपर रखना या कंधे के समांतर न लाना। 3) लाठी को बदन के साथ न मिलाना। 4) विश्राम की स्थिति में बायें पैर का जमीन पर लगना व लाठी का नीचे लाना दोनों कार्यवाही एक साथ न होना। 5) लाठी को दाहिने पैर के टो से ज्यादा आगे ले जाना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी के साथ सावधान विश्राम और आराम से का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—बाजू लाठी से बगल लाठी तथा बगल लाठी से बाजू लाठी

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें।</p> <p>2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्काडँ की गिनती करें।</p> <p>4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी के साथ सावधान विश्राम और आराम से। बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा बाजू लाठी से बगल लाठी तथा बगल लाठी से बाजू लाठी		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	सैल्यूट की कार्यवाही करने से पहले इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दूरुस्त नमूना — मेरे लिये आदेष बगल लाठी — मेरे लिये आदेष बाजू लाठी जैसे थे ।</p> <p>गिनती से नमूना :- मेरे लिये आदेष गिनती से बगल लाठी स्कवाड एक—एक , स्कवाड दो—दो मेरे लिये आदेष गिनती से बाजू लाठी स्कवाड एक—एक , स्कवाड दो—दो जैसे थे ।</p> <p>गिनती और बयान के साथ नमूना</p> <p>दुरुस्त बाजू लाठी से या सावधान पोजीषन से आदेष मिलेगा गिनती से बगल लाठी स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने हाथ कि कलाई की मदद से लाठी को बायें बगल में ले जाएं व तोल वाली जगह को दबायें ।</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पुकारे एक , बयान की गई कार्यवाही को देखें मेरे लिए आदेष गिनती से बगल लाठी स्कवाड एक—एक । इस पोजीषन में देखने वाली बातें— लाठी बायें बगल में तोल वाली जगह से दबायें हुए , लाठी जमीन के समानान्तर फयूरल पीछे टाप आगे दाहिने हाथ की कोहनी से कलाई तक वी आकार में बदन के साथ मिला हुआ , दाहिने हाथ की पकड़ ग्रीप हैन्ड पर चारों ऊंगलियाँ ऊपर से अंगूठा अंदर से दाहिने हाथ की छोटी अंगूली से थंग फसायें हुए , यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर दाहिने हाथ को दाहिनी बगल में तेजी से लायें पुकारें दो बयान की गई कार्यवाही को देखें स्कवाड दो—दो , इस पोजीषन में देखने वाली बातें लाठी बायें बगल में दाहिना हाथ दाहिने बगल में, सावधान पोजीषन में अर्थात् बाजू लाठी से बगल लाठी की कार्यवाही किया हुआ । यहीं से अभी बताऊँगा बाजू लाठी की कार्यवाही ।</p> <p>आदेष मिलेगा, गिनती से बाजू लाठी स्कवाड एक, इस आदेष पर बाजू लाठी से बगल लाठी की नं. 1 पोजीषन करें, पुकारे एक, बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष गिनती से बाजू लाठी स्कवाड एक—एक, इस पोजीषन में देखने वाली बातें बाजू लाठी से बगल लाठी की नं. 1 पोजीषन। यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो, इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से लाठी के फयूरल को बायें बूट की तरफ से घुमाते हुए बाजू लाठी में लायें, पुकारे दो। बयान की गई कार्यवाही को देखें, स्कवाड दो—दो इस स्थिति में देखने वाली बातें, बगल लाठी से बाजू लाठी की कार्यवाही किया हुआ अर्थात् दुरुस्त सावधान स्थिति ।</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड़ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड़ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) लाठी को तेजी से बगल में न लाना । 2) बगल में लाठी का झुकाना । 3) लाठी को बगल में लाते समय बायें बाजू को ज्यादा</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	खोलना। 4) लाठी को बाजू लाठी लाते समय लाठी की तरफ देखना।				
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ बाजू लाठी से बगल लाठी तथा बगल लाठी से बाजू लाठी का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक— लाठी के साथ चलना तथा सैल्यूट – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रूक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू लाठी से बगल लाठी तथा बगल लाठी से बाजू लाठी । बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी के साथ चलना तथा सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम वर्दी हालात में लाठी के साथ किसी स्थायी ड्यूटी पोस्ट पर खड़े हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी सामने से गुजरता है तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

दुरुस्त नमूना

मेरे लिए आदेश सामने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट ।

7) गिनती से नमूना

मेरे लिए आदेश गिनती से सामने सैल्यूट स्कवाड एक, एक—दो । स्कवाड दो, एक—दो, तीन ।

8) गिनती और बयान से नमूना

सावधान स्थिति से आदेश मिलेगा , गिनती से सामने सैल्यूट स्कवाड एक । इस आदेश पर सीखे हुए तरीके से समय का वकफा रखते हुए दुरुस्त बगल लाठी की कार्यवाही करें पुकारें एक—दो—तीन— चार— एक

इस स्थिति में देखनें वाली बातें बगल लाठी में, मैं आपको बता चुका हूँ यही से आदेश मिलेगा

	<p>स्कवाड दो इस आदेश पर सीखें हुए तरीके से, समय का वकफा रखते हुए एक बार सैल्यूट की कार्यवाही करें पुकारें एक—दो—तीन— चार — एक । बयान की कर्वाई को देखें। स्कवाड दो एक—दो—तीन— चार — एक ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें एक बार सैल्यूट की कार्यवाही पूरी की हुई व लाठी बायें बगल में जमीन के समानांतर टॉप फयूरल पीछे बाकी सावधान की स्थिति । यहीं से आदेश मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेश पर सीखें हुए तरीके से बगल लाठी से बाजू लाठी की कार्यवाही करें, पुकारे एक—दो—तीन । बयान की कार्यवाही देंखे स्कवाड तीन — तीन इस स्थिति में देखनें वाली बातें सैल्यूट की कार्यवाही पूरी की हुई। बाकि सावधान स्थिति ।</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयों।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1.लाठी को बायें बगल में तेजी के साथ न ले जाना । 2.लाठी को जमीन के समानांतर न रखना, बाकि खड़े—खड़े सामने सैल्यूट की तमाम गलतियाँ । 3.लाठी को बगल लाठी से बाजू लाठी में लाते समय बायें हाथ को तेजी से खोलना । 4.बाजू लाठी कार्यवाही करते समय लाठी की तरफ देखना ।</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी के साथ चलना तथा सैल्यूट का सबक समाप्त होता है।पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—लाठी के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्काडँ की गिनती करें। 4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। <u>लाठी के साथ चलना तथा सैल्यूट</u> । बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान <u>लाठी कवायद</u> का एक और नया सबक जिसमें काम होगा <u>लाठी के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट</u>		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे हाथ में लाठी हो और हमें सैल्यूट लेने वाला अधिकारी बुलाता है या हमें उनके पास जाना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है । सबक तरतीबवार सिखाया जायेगा सबक में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । बयान में किसी को कोई शक या सवाल । शक नहीं तो इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
	दुरुस्त नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल सामने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट थम । ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना ।				
	6) गिनती से नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल गिनती से सामने सैल्यूट स्कवाड एक—एक—दो, स्कवाड दो, एक—दो—तीन—एक, स्कवाड तीन, एक—दो—तीन—1,				

	स्कवाड चार, एक—दो—तीन—एक, स्कवाड पांच, एक—दो—तीन—एक, स्कवाड छ: एक—दो—तीन—एक, स्कवाड सात बढ़ों ।			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	03. समय पुकारते हुए अभ्यास – 04. समय के अन्दाज से अभ्यास –				
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयों।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. सही थम न करना । 2. तरतीब भूल जाना । 3. सैल्यूट करते समय लाठी की पोजीषन बिगड़ना और सैल्यूट लेने वाले अधिकारी से नजर न मिलाना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—लाठी के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट
— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें । 3. स्काडँ की गिनती करें । 4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें । 5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें । 6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें । 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है ।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी । लाठी के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट । बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास लाठी हो और किसी सैल्यूट लेने वाला अधिकारी को लिखित संदेश देना हो तो या लेना हो तो उन्हे सम्मान देने के लिए इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
	दुरुस्त नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल , पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट । जैसे थे , यह था दुरुस्त नमूना अभी इसी काम को गिनती के साथ देखें । 6) गिनती से नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक, एक—दो । स्कवाड दो, एक— दो, तीन , एक । स्कवाड तीन , एक— दो, तीन , एक । स्कवाड चार, एक— दो, स्कवाड पॉच—पॉच, स्कवाड छः , एक— दो, तीन , एक । स्कवाड सात एक— दो , स्कवाड आठ , एक— दो, तीन , एक ,				

स्कवाड नौ, एक—दो, तीन, एक, स्कवाड दस, एक—दो, तीन, एक, स्कवाड ग्यारह बढ़ो थम जैसे थे।

7) गिनती और बयान के साथ नमूना

तेज चाल की स्थिति में दाहिना पैर लगते ही आदेष मिलेगा गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक, इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से थम की कार्यवाही करें। पुकारें एक—दो, बयान की गई कार्यवाही को देखें मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक—एक—दो, इस पोजीषन में देखने वाली बातें दुरुस्त थम की कार्यवाही किया हुआ दोनों पैर सपाट जमीन पर, दोनों पैर की एड़ी मिली हुई पंजे से 30' एंगल बना हुआ। दोनों पैर की घुटना तथा रान कसे हुए लाठी बाजू लाठी की स्थिति में। बायें बाजू बायें बगल में शरीर के साथ मिली हुई पेट अन्दर कि ओर सीना (छाती) कुदरती तौर पर उठी हुई। कंधे चौरस नजर 100 गज दूर पर किसी स्थिर बिन्दू पर टिकी हुई यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से बगल लाठी की कार्यवाही करें और समय का ठहराव देते हुए हाथ को डाउन करें, पुकारे एक—दो—तीन—एक, बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड दो, एक—दो—तीन—एक, इस स्थिति में देखने वाली बातें—लाठी बायें बगल में अर्थात् बगल लाठी की कार्यवाही किया हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से सैल्यूट की कार्यवाही करें और समय का ठहराव देतें हुए डाउन करें पुकारे एक—दो—तीन—एक, बयान की कार्यवाही देखें। इस स्थिति में देखनेवाली बातें एक बार सैल्यूट करके डाउन किया हुआ बाकि स्थिति पहले की तरह, यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड चार, इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक कदम आगे लें, पुकारें एक—दो, बयान की कार्यवाही देखें स्कवाड चार—एक, दो। इस स्थिति में देखनेवाली बातें अपने पहले जगह से एक कदम आगे लिया हुआ, बाकि स्थिति पहले जैसी यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड पाँच, इस आदेष पर दाहिने हाथ से दाहिने पाकिट पर थपकी मारकर पत्र को निकालें, पुकारें पाँच, बयान की कार्यवाही देखें स्कवाड पाँच—पाँच इस स्थिति में देखनेवाली बातें—दाहिने हाथ, दाहिने पाँकिट पर, पत्रों को निकालकर पकड़ा हुआ बाकि स्थिति

अभ्यास	<p>8द्व गिनती से अभ्यास</p> <p>स्कवाड सावधान , तेज चाल की स्थिति में दाहिने पैर पर आदेष मिलेगा गिनती से पत्र के साथ</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

सामने सैल्यूट स्कवाड एक इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से थम की कार्यवाही करेंगे आदेष में किसी जवान को काई शक । शक नहीं तो इस कार्यवाही को मेरे आदेष पर करेंगे । स्कवाड तीनों तीन में दाहिने चलेगा दाहिने मुड़ , बायें से तेज चल –स्कवाड पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्कवाड एक यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर बगल लाठी की कार्यवाही करेंगे साथ ही एक – दो– तीन – का वफा रखेंगे । स्कवाड दो , यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर सैल्यूट की कार्यवाही करेंगे । स्कवाड तीन, यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड चार इस आदेष पर एक कदम आगे की कार्यवाही करेंगे , स्कवाड चार यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से संदेष को पॉकेट से निकाले । स्कवाड पॉच यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड छः इस आदेष पर पत्र को अधिकारी के हाथ में दें तथा बफा रखते हुए दाहिने हाथ को दाहिने बगल में लाएं । स्कवाड छः । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर एक कदम पीछे की कार्यवाही करे । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड आठ इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से सैल्यूट की कार्यवाही करे , स्कवाड आठ । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड नौ इस आदेष पर बगल लाठी से बाजू लाठी की कार्यवाही करें , स्कवाड नौ । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दस इस आदेष पर 180' पीछे मुड़ की कार्यवाही करे , स्कवाड दस । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड ग्यारह इस आदेष पर बायें पैर की मदद से तेज चाल को जारी करें जैसे ही बायें पैर का एड़ी जमीन पर लगता है पुकारें बढ़ो , स्कवाड ग्यारह , बढ़ों , स्कवाड थम , स्कवाड विश्राम ।

9) अभ्यास

जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास

अभी आपने मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास किया इसी काम को जोड़ी –जोड़ी में अभ्यास करेंगे । जिस प्रकार अभी गिनती से अभ्यास किया उसी प्रकार जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास करेंगे । स्कवाड सावधान स्वकाड जोड़ी जोड़ी में अभ्यास करने के लिए लाइन तोड़ ।

समय पुकारते हुए अभ्यास

अभी आपने जोड़ी –जोड़ी में अभ्यास किया ,

	<p>नजर न मिलाना ।</p> <p>5. तीन कदम की दूरी में थम न करना ।</p>				
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है।पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—लाठी के साथ तेज चाल से दाहिने सैल्यूट

(समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें ।</p> <p>2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें ।</p> <p>3. स्काडँ की गिनती करें ।</p> <p>4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें ।</p> <p>5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें ।</p> <p>6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें ।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है ।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट । बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी के साथ तेज चाल से दाहिने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>इसकी जरूरत जब हम लाठी के साथ तेज चाल में जा रहे हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे दाहिने से गुजरता है या खड़ा हो तो उसको सम्मान देने के लिए इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है ।</p> <p>यहाँ तक किये हुए सबक की बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।</p>		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।</p> <p>दुरुस्त नमूना ;प्रशिक्षक बायें ओर नमूना दें</p> <p>मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल दाहिने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट थम । ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना ।</p> <p>6) गिनती से नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेश गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक-खाली लाठी , स्कवाड दो, खाली डाउन , स्कवाड तीन खाली एक स्कवाड चार – दो ,तीन , चार ,</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पॉच, छः स्कवाड पॉच – डाउन , स्कवाड छः खाली लाठी स्कवाड सात खाली – डाउन स्कवाड आठ –खाली , सुईंग – सुईंग –थम। ये था गिनती से नमूना ।

7 गिनती और बयान से नमूना

इस कार्यवाही का गिनती और बयान से नमूना देखें तथा सुने । तेज चाल की हालत में बायें पैर पर आदेश मिलेगा गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड –एक । इस आदेश पर बायें पैर जमीन पर लगते ही दोनों बाजूओं को कट करते हुए दोनों पहलू को मिलायें तथा दाहिने पैर को खाली छोड़कर जैसे ही बायें पैर जमीन पर लगता है । बगल लाठी की नं. 1 पोजीषन में आयें पुकारे खाली । लाठी बयान की गई कार्यवाही देखें । मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल, गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक, खाली लाठी ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें –

लाठी बगल लाठी की नं. 1 पोजीषन में , बाकि स्थिति तेज चाल की । यहीं से आदेश मिलेगा स्कवाड दो इस आदेश पर दाहिने पैर को खाली छोड़कर जैसे ही बायें पैर की एड़ी जमीन पर लगता है । दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए दाहिने बगल में मिलायें पुकारें –खाली डाउन । बयान की गई कारबाई को देखें, स्कवाड दो–खाली डाउन ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें –

लाठी बायीं बगल मे, दोनों बाजू सावधान स्थिति में , पैर तेज चाल की नं. 1 स्थिति में । यहीं से आदेश मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेश पर दाहिने पैर को खाली छोड़कर जैसे ही बायें पैर की एड़ी जमीन पर लगते ही सीखे हुए तरीके से दाहिने सैल्यूट करें । पुकारे खाली एक । बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्कवाड तीन खाली एक ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें –

दाहिने सैल्यूट की कार्यवाही किया हुआ बगल लाठी के स्थिति में। दोनों पैर तेज चाल की नं. 1 स्थिति में बायें बाजू बायें बगल में मिली हुई । यहीं से आदेश मिलेगा स्कवाड चार इस आदेश पर सैल्यूट की हालत में दाहिने पैर से दो की गिनती करते हुए पॉच कदम आगे जाएँ और छः पर रुकें । पुकारे दो, तीन , चार , पॉच , छः । बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्कवाड चार – दो , तीन ,चार , पॉच , छः ।

	<p>इस स्थिति में देखने वाली बातें –</p> <p>सैल्यूट की हालत मे, पहले वाली स्थिति से पाँच कदम आगे सैल्यूट की हालत मे पहले वाली स्थिति से पाँच कदम आगे आया हुआ बाकि दोनों पैर तेज चाल की नं. 2 स्थिति में। यहीं से आदेश मिलेगा स्कवाड पाँच इस आदेष पर बायें पैर जमीन पर लगाते ही सैल्यूट को डाउन करे, पुकारे डाउन। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड पाँच डाउन ।</p>			
	<p>इस स्थिति में देखने वाली बातें –</p> <p>सैल्यूट को डाउन किया हुआ अर्थात् दाहिने सैल्यूट की कार्यवाही पूरी हुई बाकि स्थिति नं. 2 की तरह यहाँ से आदेश मिलेगा स्कवाड छः इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर का एड़ी जमीन पर टिकता है बगल लाठी से बाजू लाठी की नं. 1 पोजीषन अखिल्यार करें, पुकारे खाली लाठी। बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड छः खाली लाठी ।</p>			
अभ्यास	<p>इस स्थिति में देखने वाली बातें –</p> <p>दाहिने सैल्यूट से नं. 1 पोजीषन । यहीं से आदेश मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर का एड़ी जमीन पर लगती है दाहिने हाथ की मदद से बाजू लाठी करें, पुकारे खाली डाउन । बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड सात खाली डाउन ।</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

स्कवाड एक इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर जमीन पर टिकता है बगल लाठी की नं. 1 पोजीषन में लायें पुकारे खाली लाठी । बयान में किसी जवान को कोई शक , शक नहीं तो इस काम को मेरे आदेष पर अभ्यास करेंगे । स्कवाड दाहिने से तेज चल गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक –खाली लाठी यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड दो इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े, जैसे ही बायें पैर जमीन पर टिकता है दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए दाहिने बगल में मिलायें पुकारें खाली डाउन । बयान में किसी को कोई शक , शक नहीं तो अभ्यास करेंगे । स्कवाड दो – खाली डाउन । यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर की एड़ी जमीन पर टिकता है दाहिने सैल्यूट की कार्यवाही करें। पुकारे खाली एक । बयान में किसी को कोई शक , शक नहीं तो अभ्यास करेंगे । स्कवाड तीन – खाली एक यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड चार इस आदेष पर सैल्यूट की हालत में दाहिने पैर से दो का गिनती करते हुए 5 कदम आगे जाए और छः पर रुकें पुकारे 2,3,4,5,6 । बयान में किसी जवान को कोई शक , शक नहीं तो अभ्यास करेंगे । स्कवाड चार – 2,3,4,5,6। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस आदेष पर सैल्यूट को डाउन करें पुकारे डाउन । बयान में किसी को कोई शक , शक नहीं तो कार्यवाही करेंगे । स्कवाड पॉच – डाउन । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड छः इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर की एड़ी जमीन पर टिकता है बाजू लाठी की नं. 1 पोजीषन अखियार करें , पुकारे खाली – लाठी । बयान में किसी को कोई शक , शक नहीं तो अभ्यास करेंगे । स्कवाड छः खाली – लाठी। यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर की एड़ी जमीन पर लगते ही बाजू लाठी की कार्यवाही करें । पुकारे खाली –डाउन । बयान में किसी को कोई शक , शक नहीं तो मेरे आदेष पर अभ्यास करेंगे । स्कवाड सात खाली डाउन । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड आठ इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर की एड़ी जमीन पर लगते ही तेज चाल को जारी करें । साथ ही दोनों बाजूओं को बरकिलाफ स्वींग करें । पुकारे खाली –स्वींग । बयान में किसी को कोई शक , शक नहीं तो मेरे आदेष पर

	<p>आप लोग कार्यवाही करेंगे । स्कवाड आठ खाली स्वींग । थम ये था इस कार्यवाही का गिनती से अभ्यास ।</p> <p>जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास –</p> <p>इस कार्यवाही को जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास करेंगे । इस काम के लिए आदेष इस प्रकार होगा देखें । मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल दाहिने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट –स्कवाड – एक –खाली – लाठी , स्कवाड – दो</p> <p>खाली डाउन , स्कवाड तीन – खाली – एक , स्कवाड – चार – 2,3,4,5,6 स्कवाड पॉच – डाउन , स्कवाड छः – खाली लाठी , स्कवाड सात – खाली डाउन , स्कवाड आठ – खाली स्वींग थम , जैसे थे । अभी इस कार्यवाही को आप लोग जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास करेंगे । इसके लिए नं. 1 फाइल मेरे दाहिने नं. 2 दो फाइल मेरे बायें , नं. 3 तीन फाइल मेरे सामने अभ्यास करेंगे । जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ ।</p> <p>समय पुकारते अभ्यास –</p> <p>अभी इसी कार्यवाही को समय पुकारते हुए किस प्रकार करेंगे देखें । मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल दाहिने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट “खाली –लाठी ” , “खाली डाउन ”, “ खाली एक ” ” दो, तीन , चार, पॉच , छः ” ” डाउन ” ” खाली लाठी ” ” खाली डाउन ” , ” खाली स्वींग ” , थम । जैसे थे ।</p> <p>समय के अंदाज से अभ्यास</p> <p>अभी इसी कार्यवाही को समय के अंदाज से अभ्यास यानी गिनती को मन में पुकारते हुए किस प्रकार होगा देखें । मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल दाहिने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट ये था समय के अंदाज से अभ्यास ।</p>				
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउंगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1.लाठी को बायें बगल में तेजी के साथ न ले जाना। 2.दाहिने हाथ को तेजी से डाउन न करना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>3.बायें पैर लगना और सैल्यूट करना एक साथ न होना ।</p> <p>4.पॉच कदम जाते समय सैल्यूट को हरकत करना ।</p> <p>5.सैल्यूट करते समय नजर अधिकारी के साथ न मिलाना</p> <p>6.सैल्यूट को तेजी से डाउन न करना ।</p> <p>7.बायें पैर का लगना और सैल्यूट डाउन करना एक साथ न होना ।</p> <p>8.बाजू लाठी के स्थिति लाठी तेजी से न लाना ।</p>			
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी के साथ तेज चाल से दाहिने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—लाठी के साथ —बायें सैल्यूट

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें ।</p> <p>2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें ।</p> <p>3. स्काडँ की गिनती करें ।</p> <p>4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें ।</p> <p>5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें ।</p> <p>6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें ।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है ।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी के साथ तेज चाल से दाहिने सैल्यूट । बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी क्वायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी के साथ —बायें सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम लाठी के साथ तेज चाल में जा रहे हो और कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे बायें ओर से गुजरता है या खड़ा हो तो उन्हे सम्मान देने के लिए इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है । सबक आपको तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।</p> <p>दुरुस्त नमूना ;प्रशिक्षक बायें और नमूना दें मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल दाहिने सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट थम । ये था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना ।</p> <p>6) दुरुस्त नमूना मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल , बायें सैल्यूट स्कवाड सैल्यूट थम ।</p> <p>6) गिनती से नमूना</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

मेरे लिए आदेश सामने से तेज चल गिनती से बाये सैल्यूट स्कवाड एक, खाली लाठी , स्कवाड दो—खाली डाउन ,स्कवाड तीन —खाली—एक, स्कवाड चार, दो—तीन—चार—पॉच—छः , स्कवाड पॉच—डाउन स्कवाड छः —खाली—लाठी , स्कवाड सात —खाली डाउन स्कवाड आठ , खाली स्विंग थम ।

7) गिनती और बयान के साथ नमूना

तेज चाल की स्थिति में बायें पैर पर आदेष मिलेगा गिनती से बाये सैल्यूट स्कवाड एक, इस आदेष पर बायें पैर जमीन पर लगते ही दोनों बाजूओं को दोनों पहलू में मिलायें तथा दाहिने पैर को खाली छोड़ें जैसे बायें पैर जमीन पर लगता है बगल लाठी की नं. 1 स्थिति अधिक्षियार करें पुकारें खाली लाठी बयान की गई कार्यवाही को देखें मेरे लिए आदेष गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कवाड एक—खाली लाठी ।

इस पोजीषन में देखने वाली बातें लाठी बगल लाठी की नं. 1 स्थिति में बाकि स्थिति तेज चाल की नं. 1 । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड दो के आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े जैसे ही बायें पैर जमीन पर टिकता है दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए दाहिने बगल में लायें पुकारे खाली डाउन बयान की गई कार्यवाही को देंखे स्कवाड तीन खाली — डाउन ।

इस स्थिति में देखने वाली बातें लाठी बायें बगल में दोनों बाजू सावधान स्थिति में और दोनों पैर तेज चाल की नं. 1 स्थिति में यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड तीन इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और जैसे ही बायें पैर की एडी जमीन पर लगती है सीखे हुए तरीके से बाये सैल्यूट की कार्यवाही करें पुकारे खाली एक — बयान की कार्यवाही देंखे । स्कवाड तीन खाली एक इस स्थिति में देखने वाली बातें बाये सैल्यूट की कार्यवाही किया हुआ दोनों पैर तेज चाल की नं. 1 स्थिति में बायां हाथ बायें पहलू में यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड चार इस आदेष पर सैल्यूट की हालत में देखने पर दाहिने हाथ से दो की गिनती करते हुए पॉच कदम आगे जायें और छः पर रुके पुकारे दो— तीन—चार —पॉच—छः , बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्कवाड चार , दो—तीन—चार—पॉच—छः , इस स्थिति में देखने वाली बातें — सैल्यूट की हालत से पहलें वाली स्थिति से पॉच कदम आगे आया हुआ बाकि दोनों पैर तेज चाल की नं. 2 स्थिति में । यहीं से आदेष मिलेगा स्कवाड पॉच इस

	<p>आदेष पर बायें पैर जमीन पर लगते ही सैल्यूट को डाउन करें पुकारे डाउन। बयान की कार्यवाही देखें। स्कवाड पॉच डाउन।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें सैल्यूट को डाउन किया हुआ बाकि स्थिति नं. 2 की तरह, यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड छः, इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े बायें पैर जमीन पर लगता है बगल लाठी से बाजू लाठी का नं. 1 पोजीषन अखिलयार करें पुकारे खाली लाठी बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्कवाड छः खाली लाठी।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें बाये सैल्यूट का नं. 1 पोजीषन यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड सात इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से लाठी को बाजू लाठी की स्थिति में लायें पुकारे खाली डाउन। बयान की कार्यवाही को देखें स्कवाड सात-खाली डाउन।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त बाजू लाठी की स्थिति बाकि स्थिति तेज चाल की नं. 1 यहाँ से आदेष मिलेगा स्कवाड आठ इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े। जैसे ही बायें पैर जमीन पर लगता है तेज चाल को जारी करें पुकारे –खाली–स्वींग– स्वींग– स्वींग। बयान की गई कार्यवाही को देखे स्कवाड आठ–खाली–स्वींग, थम। यहाँ तक बयान में किसी को कोई शक या सवाल।</p>				
अभ्यास	<ol style="list-style-type: none"> 1) गिनती से अभ्यास। 2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास। 3) समय पुकारते हुए अभ्यास। 4) समय के अंदाज से अभ्यास। 		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काडँ को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काडँ का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें।) ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<ol style="list-style-type: none"> 1) लाठी को बायें बगल में तेजी से न ले जाना। 2) दाहिने हाथ को तेजी से डाउन न करना। 3) बायें पैर का लगना और सैल्यूट का करना एक साथ न होना। 4) पॉच कदम जाते समय सैल्यूट को आगे पीछे हरकत करना। 5) सैल्यूट करते समय नजर अधिकारी के साथ न 		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>मिलाना ।</p> <p>6) सैल्यूट को तेजी से डाउन न करना ।</p> <p>7) बायें पैर का लगना और सैल्यूट को डाउन एक साथ न करना ।</p> <p>8) लाठी को तेजी से बाजू लाठी की स्थिति में न लाना ।</p>				
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें । सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया । एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया । यहाँ लाठी के साथ —बायें सैल्यूट का सबक समाप्त होता है । पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

**पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—_लाठी एक्सर साईंज, कट, जाब के लिए स्कवाड को खोलने व
जोड़ने का तरीका लाठी एक्सर साईंज कट तथा जॉब**

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी के साथ तेज चाल से दाहिने सैल्यूट । बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी एक्सर साईंज,कट, जॉब के लिए स्कवाड को खोलने और जोड़ने का तरीका सिखाना ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	लाठी एक्सर साईंज, कट, जॉब कराने से पहले स्कवाड को खोलने की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है और एक्सर साईंज, कट, जॉब पूरा होने के बाद स्कवाड को दुबारा उसी हालात लाने के लिए जोड़ने की कार्यवाही अमल में लाया जाता है। सबक आपको तरतीब वार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले खोलने की कार्यवाही में बयान करूँगा आप कार्यवाही करेंगे।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
1) खोलने की कार्यवाही					
1) सबसे पहले तीन लाईन से दो लाईन बनाने की कार्यवाही कराएं या स्कवाड को दो लाईन में फालन करें। 2) नं. 1 कार्यवाही के बाद आदेष मिलेगा लाठी ड्रिल के लिए तैयार, इस आदेष पर पिछली लाईन दो					

कदम पीछे लेने की कार्यवाही करें।

3) नं. 2 कार्यवाही के बाद आदेष मिलेगा “पूरा बाजू लाठी फासला दाहिने से खुल जा” इस आदेष पर स्कवाड सज दाहिने सज की कार्यवाही करें किन्तु लाठी के फयूरल को बाहर की तरफ और उसके बाद आदेष मिलेगा सामने देख इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से सामने देख की कार्यवाही करें।

4) नं. 3 का कार्य पूरा होने के बाद आदेष मिलेगा स्कवाड दाहिने से एक—दो—एक, गिनती करें और बतायें जो सामने लाईन का नं. है वहीं पिछली लाईन का भी है। यानि प्रूविंग की कार्यवाही करायें।

5) नं. 4 कार्यवाही पूरा होने के बाद आदेष मिलेगा लाठी ड्रिल के लिए खुली लाईन चल इस आदेष पर सामने की लाईन नं. 1 वाले जवान चार कदम आगे आएंगे और पिछली लाईन का नं. 2 वाले जवान चार कदम पीछे जाएंगे (कार्यवाही बताने के बाद आदेष मिलेगा लाठी ड्रिल के लिए खुली लाईन चल)

6) नं. 5 कार्य पूरा होने के बाद आदेष मिलेगा लाईने—लाईनों से सज जा, इस आदेष पर नं. 3 लाईन नं. 1 लाईन से और नं. 4 लाईन नं. 2 लाईन से सामने से कवरिंग ले और अपने से दाहिने वाले जवान से सीधाई हासिल करें।

7) नं. 6 कार्यवाही पूरा होने के बाद आदेष मिलेगा “स्कवाड सम्भाल लाठी” इस आदेष पर ऊँचा बाए लाठी की कार्यवाही करें और गिनती का वफा रखते हुए दाहिने हाथ की छोटी अंगूली से थंग को निकाले और ग्रीप को छोड़कर दाहिने हाथ को दाहिने बगल में मिलायें और गिनती का वफा रखते हुए थंग को दाहिने हाथ में फसाएं और आठ के आकार की तरह दाहिने हाथ घुमाते हुए लाठी को ग्रीप करें।

8) नं. 7 कार्यवाही पूरा होने पर नमूना दें आदेष मिलेगा परख लाठी, इस आदेष पर लाठी को सामने 45 अंश खड़ा करें।

9) नं. 8 कार्यवाही पूरा होने पर आदेष मिलेगा तैयारी सावधान इस आदेष पर लाठी को विश्राम स्थिति में लेकर आयेंगे।

10) नं. 9 कार्यवाही पूरा होने पर आदेष मिलेगा “लाठी झील के लिए पोजिषन तैयार” इस आदेष पर आधा दाहिना टर्न करेंगे और बायें पैर को पीछे से ऊपर उठाते हुए दाहिने पैर से आगे जमीन पर स्टम्प करेंगे

और साथ ही लाठी को सिर के सामने उठाते हुए लाठी को पानी ढलान में रखें, जमीन के समानान्तर लेकर आयें, लाठी फयूरल बायें तरफ और दाहिना पैर सीधा रखें। यहीं से आदेष मिलेगा आराम कर इस आदेष पर विश्राम की स्थिति में आ जाएंगे।

ये था लाठी एक्सर साईंज, कट, जॉब कराने के लिए स्कवाड को खोलने का तरीका।

लाठी एक्सर साईंज, कट, जॉब समाप्त होने पर स्कवाड को दोबारा उसी हालत में लाने के लिए जोड़ने की कार्यवाही को अमल में लाया जाता है।

जोड़ने का तरीका—

पहले बयान करें — लाठी ड्रिल के लिए तैयार की स्थिति से आदेष मिलेगा बीसम्बार लाठी इस आदेष पर बायें पैर को सावधान स्थिति में लेकर आयेंगे और साथ ही ऊँचा बायें लाठी करेंगे और गिनती का वफा रखते हुए जो सम्भाल लाठी में थंग को आठ का आकार बनाते हुए दाहिने हाथ में मिलायें और गिनती का वफा रखते हुए दोबारा खोले और दाहिने हाथ को दाहिने बगल में मिलायें और गिनती का वफा रखते हुए दोबारा थंग को दाहिने हाथ को छोटी अंगूली में फसाते हुए लाठी ग्रीप करें। और गिनती का वफा रखते हुए बाजू लाठी और आधा बायें मुड़ की कार्यवाही करें, और सावधान स्थिति में आयें।

कार्यवाही पूरा होने पर आदेष मिलेगा “दोबारा लाईन बना” इस आदेष पर सामने की लाईन पीछे मुड़ की कार्यवाही करेगा।

कार्यवाही पूरा होने पर आदेष मिलेगा “तेज चाल” इस आदेष पर सामने लाईन पॉच कदम आगे आयेंगी और छँ में पीछे मुड़ करके 7 वां कदम मिलाकर खड़ा हो जायें और पिछली लाईन भी इसी आदेष पर सात कदम आगे आयेंगी और जब पिछली लाईन का पॉचवां कदम होगा नं. 3 लाईन भी 5.6.7 , की गिनती करके नं. 2 लाईन के साथ आकर थम करेगा। कार्यवाही पूरी होने पर आदेष मिलेगा लाईन दाहिने मिलें इस आदेष पर दोनों लाईनों के गाईड को छोड़कर सभी जवान गिनती का वफा रखते हुए दाहिने टर्न करेंगे और तेज चाल करके बाजू भर के फासले में थम करेंगे और पिछला लाईन के जवान अप

	बोलते जायेंगे और सामने टर्न करेंगे।				
अभ्यास	1) गिनती से अभ्यास। 2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास। 3) समय पुकारते हुए अभ्यास। 4) समय के अंदाज से अभ्यास।		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	लाठी ड्रिल कि तमाम गलतिया		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी एक्सर साइंज, कट, जाब के लिए स्कवाड को खोलने व जोड़ने का तरीका लाठी एक्सर साइंज कट तथा जॉब का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—_लाठी एक्सर साइंज कट

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्काडँ की गिनती करें। 4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी एक्सर साइंज कट। बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी एक्सर साइंज कट का तरीका सिखाना ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत			01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	उस्ताद लाठी ड्रिल के लिए स्क्वाड को खोलने की कार्रवाई करावायें। ये था लाठी ड्रिल के खोलने की कार्रवाई। इसमें किसी को कोई शक। शक नहीं तो यहीं से बताऊंगा। एक्सरसाईंज। लाठी के साथ चार एक्सरसाईंज है। सबसे पहले एक एक्सरसाईंज लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिषन से आदेष मिलेगा नम्बर—01 एक्सरसाईंज चेक ठहरो। चेक। इस आदेष पर दाहिने हाथ को दाहिने कंधे की सिधाई में आगे करते हुए लाठी के फ्यूरल को सामने की तरफ रखें एवं लाठी को जमीन समानान्तर ले जाए। पुकारे चेक, कार्रवाई इस प्रकार होगी। मेरे लिए आदेष नम्बर—01 एक्सरसाईंज चेक ठहरो चेक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। लाठी का फ्यूरल सामने की तरफ टाप अपनी तरफ फ्यूरल से लेकर दाहिने हाथ के कंधे तक जमीन के समानान्तर बाकी स्थिति लाठी ड्रिल की तैयारी पोजिषन की तरह। यही से आदेष मिलेगा। नम्बर—01 एक्सरसाईंज शुरू कर। इस		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

आदेष पर दाहिने हाथ की कलाई की मदद से लाठी को बायीं तरफ सिर के ऊपर से दाहिनी ओर लगातार घूमायें जैसे ही लाठी चेहरे के सीधे आगे आती है मुँह से हा, हा पुकारें एवं थम के आदेष पर लाठी ड्रिल के लिए बचाव पोजिष्णन में आयें, पुकारें अप। कार्रवाई इस प्रकार होगी। थम अप। आराम कर। प्रषिक्षक बाद में लगातार कार्रवाई करायें।

नम्बर-01 एक्सरसाईज में किसी को शक। शक नहीं तो अभी बताऊँगा नम्बर-02 एक्सरसाईज।

नम्बर-02 एक्सरसाईज :- नम्बर -02 एक्सरसाईज में चेक नम्बर-01 एक्सरसाईज की तरह ही है। लेकिन एक्सरसाईज शुरू कर के आदेष पर लाठी को दाहिने से बायीं ओर (घड़ी की सुई के सीधे रुख) यानी की नम्बर-01 एक्सरसाईज से विपरीत घूमायें एवं थम पर सेम कार्रवाई करें।

प्रषिक्षक कार्रवाई को एक बार चेक पुकार के बाद में लगातार कार्रवाई कराएं।

नम्बर-03 एक्सरसाईज :- लाठी ड्रिल के लिए तैयारी पोजिष्णन से आदेष मिलेगा नम्बर-3 एक्सरसाईज चेक ठहरो, चेक। इस आदेष पर दाहिने हाथ को सीधा करते हुए लाठी को 45 डिग्री पर रखें, पुकारें चेक। कार्रवाई इस प्रकार होगी देखें। मेरे लिए आदेष नम्बर-3 एक्सरसाईज चेक ठहरो चेक। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ दाहिने कंधे की सिधाई में आगे जमीन के समानान्तर लाठी 45 डिग्री पर आगे, फ्यूरल ऊपर टाप नीचे की ओर बाकी लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिष्णन। यहीं से आदेष मिलेगा। नम्बर तीन एक्सरसाईज शुरू कर इस आदेष पर लाठी नीचे बायीं की तरफ से आगे एक बार तथा फिर दाहिने से एक बार कलाई की मदद से घुमायें, ध्यान रहे कोहनी नहीं मुड़ेगी तथा पुकारें हा, हा। थम के आदेष पर वापस लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिष्णन अपनायें, कार्रवाई इस प्रकार होगी देखें। नम्बर-3 एक्सरसाईज शुरू कर, हा, हा, हा, हा, थम अप।

नम्बर-4 एक्सरसाईज :- लाठी ड्रिल के लिए तैयारी पोजिष्णन से आदेष मिलेगा नम्बर-4 एक्सरसाईज चेक ठहरो चेक। इस आदेष पर नम्बर-3 एक्सरसाईज की

तरह चेक पोजिषन अपनायें, मेरे लिए आदेष लाठी ड्रिल के लिए पोजिषन तैयार, नम्बर-4 एक्सरसाईंज चेक ठहरो चेक। यहीं से आदेष मिलेगा नम्बर-4 एक्सरसाईंज शुरू कर। इस आदेष पर दाहिने हाथ की कलाई से लाठी को ऊपर आगे से नीचे एक बार और बायीं ओर से पीछे ले जाएं, फिर दाहिने और आगे से पीछे लगातार करवायें तथा थम के आदेष पर लाठी ड्रिल के लिए तैयारी पोजिषन में आयें, कार्यवाही किस प्रकार होगी देखें, मेरे लिए आदेष नम्बर-4 एक्सरसाईंज शुरू कर हा, हा, हा, हा, थम अप।

नोट :- समय मिलाने के लिए उस्ताद गिनती करवाकर चारों एक्सरसाईंज करवा सकता है।

कट :- अभी आप लाठी के साथ 04 एक्सरसाईंज सीख चुके हैं इसमें किसी को कोई शक, शक नहीं तो सबक में आगे लाठी के साथ कट। कट तीन प्रकार के हैं। सबसे पहले नम्बर-01 कट।

नम्बर-01 :- लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिषन से आदेष मिलेगा नम्बर-1 कट। चेक ठहरो चेक। इस आदेष पर लाठी को उसी पोजिषन में सीधे आगे ले जाए। दाहिने हाथ को कोहनी को साधा करें, पुकारें चेक। कार्यवाही इस प्रकार होगी देखें।

मेरे लिए आदेष नम्बर-1 कट। चेक ठहरो चेक। इस स्थिति में देखने वाली बातें। दाहिना हाथ सीधा आगे किया हुआ तकरीबन 20 डिग्री ऊपर, लाठी जमीन के समानान्तर टाप दाहिने फ्यूरल बांये, यहीं से आदेष मिलेगा मार ठहरो मार। इस आदेष पर लाठी को बांयी तरफ से सिर के पीछे से घुमाते हुए दुष्मन के बांये जबड़े पर प्रहार करें एवं पुकारें मार, बयान की कार्रवाई को देखें। मार ठहरो, मार, मार। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुष्मन के बांये जबड़े पर प्रहार किया हुआ। दाहिने हाथ सीधा आगे, लाठी का फ्यूरल दुष्मन की तरफ तथा टाप अपनी तरफ। आदेष मिलेगा बचाव ठहरो, बचाव। इस आदेष पर तैयारी पोजिषन में आयें पुकारे अप। उस्ताद इसी कार्रवाई का अभ्यास करायें।

अभी इसी कार्रवाई को लगातार करेंगे। किस

प्रकार होगी देखें। मेरे लिए आदेष नम्बर-1 कट क्लास कट, सेम कट, क्लास कट। अभी इसी कार्रवाई को कदम तोलकर करेंगे। लाठी ड्रिल के लिए तैयारी पोजिषन से आदेष मिलेगा चेक ठहरो, चेक। इस आदेष पर सिखे हुए तरीके से चेक की पोजिषन अपनायें, आदेष मिलेगा कदम तोलकर नम्बर-01 कट, मार ठहरों मार। इस आदेष पर बायें पैर को अपनी ऊँचाई के अनुसार उठाकर आगे दबायें एवं सिखे हुए तरीके से वार करें। आदेष मिलेगा बचाव ठहरो बचाव। इस आदेष पर बायें पैर को उठाते हुए पीछे लाकर दबायें एवं तैयारी पोजिषन में आयें। पुकारे अप। उस्ताद क्लास से अभ्यास करायें।

अभी इसी कार्यवाही को लगातार करेंगे। कार्रवाई किस प्रकार होगी देखें। मेरे लिए आदेष कदम तोलकर नम्बर-01 कट, क्लास कट। चेक हा अप। अभी इस कार्रवाई को मेरे आदेष पर करेंगे, स्क्वाड कदम तोलकर नम्बर-1 कट क्लास कट, सेम कट, क्लास कट, ये था कदम तोल कर नम्बर-1 कट। अभी बताऊंगा, नम्बर-1 कट कदम लेकर। आदेष मिलेगा। नम्बर-1 कट चेक ठहरो चेक। इस आदेष पर दाहिने पैर को बायें पैर से आगे लेकर दुष्पन के बायें जबड़े पर वार करें एवं बचाव के आदेष पर वापस पहली वाली पोजिषन में आयें। अर्थात् दाहिने पैर को फिर से पीछे लेकर लाठी ड्रिल की तैयारी पोजिषन में आयें। उस्ताद इसी कार्रवाई का अभ्यास करायें। अभी इसी कार्रवाई को लगातार किस प्रकार करेंगे, देखें। मेरे लिए आदेष कदम लेकर। नम्बर-1 कट, क्लास कट। चेक हा अप। उस्ताद लगातार अभ्यास करायें।

अभी बताऊंगा नम्बर-02 कट।

ध्यान रहे नम्बर दो कट करते समय दाहिना पैर आगे आयेगा अर्थात् आदेष मिलेगा। नम्बर दो कट के लिए पोजिषन तैयार। इस आदेष पर दाहिने पैर आगे तथा बाया पैर पीछे होगा। अर्थात् लाठी ड्रिल के लिए पोजिषन के विपरीत से आदेष मिलेगा नम्बर-02 कट चेक ठहरो चेक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की कोहनी को आगे की तरफ एवं लाठी के फ्यूरल को पीछे करते हुए बायें हाथ के मोटे मषल से टच करें, पुकारें चेक। कार्रवाई किस प्रकार होगी देखें। मेरे लिए आदेष

नम्बर-02 कट। चेक ठहरो चेक, इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ की कोहनी सामने की तरफ, कलाई तक जमीन समानान्तर, बांये हाथ के मोटा मसल लगा हुआ, लाठी का फ्यूरल पीछे तथा टाप आगे की ओर जमीन के समानान्तर यहीं से आदेष मिलेगा। मार ठहरो मार। इस आदेष पर लाठी को बांये तरफ से घूमाते हुए दुष्मन के दाहिने जबड़े पर वार करें, लाठी का टाप अपनी तरफ तथा फ्यूरल दुष्मन की तरफ, लाठी के जमीन के समानान्तर दाहिना हाथ आगे सीधा यहीं से आदेष मिलेगा बचाव ठहरो, बचाव। इस आदेष पर दुबारा नम्बर-दो कट के लिए तैयारी पोजिषन में आयें पुकारे बचाव। उस्ताद कार्रवाई का अभ्यास करायें।

अभी बताऊंगा कदम तोलकर नम्बर-2 कट। मेरे लिए आदेष। नम्बर दो कट के लिए पोजिषन तैयार। नम्बर-दो कट चेक ठहरो चेक। आदेष मिलेगा मार ठहरो मार। इस आदेष पर दाहिने पैर को उठाते हुए अपनी ऊँचाई के अनुसार बांये पैर से आगे दबायें साथ ही दुष्मन के बांये जबड़े पर वार करें, दाहिने पैर बायें पैर से घुटना मोड़ते हुए आगे रखें। बायें पैर सीधा। यहीं से आदेष मिलेगा। बचाव ठहरो बचाव। इस आदेष पर दाहिने पैर को ऊपर उठाते हुए पहले वाली जगह पर लाए। यानी नम्बर-दो के लिए तैयार पोजिषन में आयें। इसमें कदम लेकर नहीं होता है।

अभी बताऊंगा नम्बर-03 कट। आदेष मिलेगा। लाठी ड्रिल के लिए पोजिषन तैयार। इस आदेष पर सिखे हुए तरीके से पोजिषन तैयार करें। आदेष मिलेगा नम्बर-3 कट। चेक ठहरो चेक। इस आदेष पर लाठी को फ्यूरल को जमीन की तरफ रखते हुए 90 डिग्री बांये पहलू में लाएं। पुकारे चेक। बयान की हुई कार्रवाई को देखें। मेरे लिए आदेष लाठी ड्रिल के लिए पोजिषन तैयार। नम्बर-3 कट। चेक ठहरो चेक। इस स्थिति में देखने वाली बातें लाठी 90 डिग्री बांये पहलू में फ्यूरल नीचे टाप ऊपर दाहिना हाथ लिप्स के आगे जमीन के समानान्तर मुट्ठी का रुख सामने की ओर, यहीं से आदेष मिलेगा, मार ठहरो मार। इस आदेष पर दोनों पैरों की एड़ियों को जमीन से उठायें साथ ही लाठी को घूमाते हुए दुष्मन के सिर पर वार करें पुकारे मार। बयान की कार्रवाई को देखें। मेरे लिए आदेष मार-मार ठहरो। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुष्मन के सिर पर वार किया

	<p>हुआ लाठी का फ्यूरल सामने की ओर टाप अपनी ओर, दाहिना हाथ सीधा आगे की ओर। यहीं से आदेष मिलेगा बचाव ठहरो बचाव। इस आदेष पर दोनों पैरों की एड़ियों को उठाते हुए लाठी को आगे से दाहिने की ओर पीछे धुमाते हुए आगे से फिर लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिष्न में लाएं। पुकारें बचाव। बयान की हुई कार्वाई को देखें। मेरे लिए आदेष बचाव ठहरो बचाव। इस स्थिति में देखने वाली बातें। दुष्टन के सिर पर वार करके बचाव पोजिष्न में आया हुआ अर्थात् लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिष्न में। उस्ताद इस कार्वाई का अभ्यास करायें।</p> <p>इसी प्रकार कदम बढ़ाकर की कार्वाई हो लेकिन उसमें बांये पैर को आगे बढ़ाना और सिर अपनी जगह बचाव पोजिष्न में लाना है। कदम लेकर मार करते समय दाहिने पैर को आगे ले जाना एवं बचाव पोजिष्न में सिर बांये पैर से पीछे अपनी जगह पर लाना है।</p> <p>तीन कट में किसी जवान को कोई शक सवाल नहीं तो अभी बताऊंगा जॉब।</p>			
अभ्यास	<ul style="list-style-type: none"> 1) गिनती से अभ्यास। 2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास। 3) समय पुकारते हुए अभ्यास। 4) समय के अन्दाज से अभ्यास। 	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेष पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी एक्सर साइंज कट तथा जॉब का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—लाठी एक्सरसाइज जॉब

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	छोटी लाठी ,एंगल बोर्ड , बैक स्टिक, आदम कद शीषा ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी एक्सर साइज कट। बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान लाठी कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लाठी एक्सरसाइज जॉब का तरीका सिखाना ।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत			01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	तीन कट में किसी जवान को कोई शक सवाल नहीं तो अभी बताऊंगा जॉब ।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

जॉब दो प्रकार :-

नम्बर-01 जॉब :- लाठी ड्रिल के लिए तैयार पोजिषन से आदेष मिलेगा नम्बर-01 जॉब, चेक ठहरो, चेक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की कोहनी को पीछे ले जाते हुए लाठी के फ्यूरल को आगे की तरफ करें एवं लाठी को दाहिने पहलू की तरफ जमीन के समानान्तर ले जाए। पुकारे चेक। कार्रवाई किस प्रकार होगी देंखे। मेरे लिए आदेष नम्बर-01 जॉब, चेक ठहरो चेक। इस स्थिति में देखने वाली बातें लाठी दाहिने बगल में जमीन के समानान्तर फ्यूरल आगे तथा टाप पीछे की ओर, दाहिने हाथ की कलमें वाली अंगुली ऊपर से फ्यूरल आगे की तरफ प्वाइंट की हुई तीनों अंगुली ऊपर से नीचे तथा अंगूठा नीचे से। कोहनी पीछे की तरफ। आदेष मिलेगा मार ठहरो मार। इस आदेष पर दाहिने हाथ को सीधा करते हुए लाठी के फ्यूरल से दुष्मन के ठोढ़ी पर वार

करे और दाहिना पैर आगे ले जाएं। पुकारे मार। कार्बाई किस प्रकार होगी देखें। मेरे लिए आदेष मार ठहरो मार—मार। इस स्थिति में देखने वाली बातें दुष्पन के ठोड़ी पर वार किया हुआ दाहिना हाथ सीधा आगे तथा हथेली ऊपर। तीनों अंगुलियाँ ऊपर से नीचे तथा कलमें वाली अंगुली लाठी के नीचे से आगे की तरफ प्वाइंट की हुई फ्यूरल आगे टाप पीछे। आदेष मिलेगा बचाव ठहरो बचाव। इस आदेष पर तैयारी पोजिषन में आयें, उस्ताद कार्बाई का अभ्यास करायें।

नम्बर—02 जॉब :- लाठी ड्रिल के लिए पोजिषन तैयार से आदेष मिलेगा नम्बर—02 जॉब चेक ठहरो चेक। इस आदेष पर लाठी को आगे से बांयी तरफ घुमाते हुए बांयी ओर से पीछे ले जाएं। साथ ही बांये हाथ को सीधा पीछे की ओर करते हुए लाठी को कलमतरास पकड़े। पुकारे चेक। कार्बाई किस प्रकार होगी देखें। मेरे लिए आदेष नम्बर—2 जॉब, चेक ठहरो चेक—चेक। इस स्थिति में देखने वाली बातें लाठी बांयी ओर और जमीन के समानान्तर लाठी का फ्यूरल पीछे हथेली का रुख अन्दर की ओर एवं सीधा दाहिना हाथ बदन से लगा हुआ यहीं से आदेष मिलेगा। मार ठहरो मार। इस आदेष पर दाहिने पैर को उठाते हुए अपनी जगह दबायें और दाहिने पैर के जमीन पर लगते ही फिर दोनों पैरों पर कूदते हुए आगे जाएं एवं दोनों हाथों की मदद से लाठी को आगे ले जाते हुए लाठी के टाप से दुष्पन की नाभी पर वार करें पुकारे मार। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिना पैर आगे घुटना मुड़ा हुआ। बायां पैर सीधा दोनों हाथ आगे, दाहिने हाथ से लाठी को हैंडग्रिप पर कलमतरास किया हुआ। बांये हाथ की चारों अंगुलिया तथा अंगूठा मिला हुआ, फ्यूरल के थोड़ा ऊपर से यहीं से आदेष मिलेगा बचाव ठहरो बचाव। इस आदेष पर दोनों पैरों से कूदते हुए पैरों की बदली करें यानी बांये पैर को आगे तथा दाहिने पैर को पीछे ले जाएं एवं साथ ही लाठी ड्रिल की तैयारी पोजिषन में आयें पुकारे बचाव। बयान की हुई कार्बाई को देखें। मेरे लिए आदेष बचाव—बचाव। इस स्थिति में देखने वाली बातें वार करने के बाद बचाव पोजिषन में आया हुआ। यहाँ तक की कार्बाई में किसी को कोई शक। शक नहीं तो इस कार्बाई का अभ्यास करायें।

अभ्यास	1) गिनती से अभ्यास। 2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास।		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
--------	---	--	----	----	--------------------------

	3) समय पुकारते हुए अभ्यास । 4) समय के अंदाज से अभ्यास ।				
एक अच्छे जवान का नमूना			02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ			02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ लाठी एक्सरसाइज जॉब का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

गार्ड और संतरी तथा पोस्ट प्रोटेक्सन

गार्ड और संतरी

गार्ड और संतरी .अर्तीह २९ज अतीब्जडजहप्परु.

(1) इस अभ्यास का उद्देश्य एक ऐसा साधारण दैनिक कार्यक्रम को निर्धारित करना है। जिसमें गार्ड और संतरियों के बीच कार्य ग्रहण करने और मुक्त होने की कार्यवाही को सुनिष्ठित किया जा सके, यहाँ पुलिस बल में अपनाये जाने वाले सामान्य तरीकों का उल्लेख किया गया है और जहाँ तक सम्भव हो सके इसे अपनाया जा सकता है।

(2) गार्ड दो प्रकार के होते हैं जिनके कार्य और उद्देश्य बिल्कुल भिन्न होते हैं। एक को समारोह गार्ड और दूसरे को सामरिक गार्ड कहते हैं।

(3) किये जाने वाले कार्य को ध्यान में रखते हुए किस प्रकार गार्ड की स्थापना की जाए। यह निर्णय यूनिट प्रभारी के ऊपर है।

परिभाषायें :-

गार्ड :— चन्द जवानों की हथियार बन्द टोली जो किसी जानमाल की सुरक्षा के लिए तैनात की जाती है, गार्ड कहलाती है।

डियूटी गार्ड :— क्वाटर गार्ड कार्मिकों के अतिरिक्त ऐसे गार्ड और पिकेट है जिनका विभिन्न तैनातियों के लिए मार्च करवाने से पहले आर्डरली अफसर द्वारा निरीक्षण किया जाता है।

संतरी गार्ड की श्रेणी के उन जवानों को कहते हैं जिन्हें विभिन्न स्थान पर तैनात किया जाता है।

संतरी का परिसरण क्षेत्र (बीट) :— वह क्षेत्र जिस पर संतरी गस्त करता है।

संतरी पोस्ट :— वह स्थान जहाँ संतरी तैनात होता है।

बदली :— वह संतरी जिन्हें एक ही समय पर संतरी के विभिन्न पदों पर तैनात किया जाता है या जिन्हें पहले से डियूटी पर तैनात संतरियों को कार्यमुक्त करने के लिए लगाया जाता है।

बड़ा मुआयना :— जब यूनिट प्रभारी निरीक्षण डियूटी पर हो और उनके द्वारा इसी प्रयोजन के लिए तैनात कोई राजपत्रित अधिकारी भी निरीक्षण डियूटी पर हो या कोई राजपत्रित अधिकारी जो कि उस दिन निरीक्षण डियूटी पर हों।

छोटा मुआयना :— जब कोई भी अराजपत्रित अधिकारी उस दिन निरीक्षण डियूटी पर हो।

अलार्म चौकी :— ऐसी पोस्ट जो गार्ड के चारों ओर रात्रि के समय उनकी सुरक्षा के लिए बनाई जाती है।

वैकल्पिक (अल्टरनेटिव) पोस्ट :— अलार्म पोस्ट जैसे ही होती है इसमें गार्ड और संतरी तब रहते हैं जब उन्हें एक ही रात में दुबारा होषियार का आदेष दिया जाए।

लाईन बनाना :— लाईन बनाने के लिए गार्ड दौड़ चाल से लाईन बनाते हैं एवं बाजू शस्त्र करते हैं बिगुलची गार्ड कमांडर के दो कदम दाहिने एवं संतरी बिगुलची से एक कदम दाहिने होता है। यह आदेष सामान्यतः रिवाली और रिट्रीट के मध्य दिया जाता है।

हट जाए (स्टैण्ड भाउन) :— यह आदेष गार्ड को रात में राउण्ड का निरीक्षण होने के पश्चात् दिया जाता है ताकि वह अलार्म पोस्ट से हट जाए।

बिगुल की आवाज :— (रिवेली) बिगुल की वह आवाज है जो प्रातः क्वाटर गार्ड में झण्डा फहराते समय बजाई जाती है।

रिट्रीट :— बिगुल की वह आवाज जो सूरज ढलते समय क्वाटर गार्ड में झण्डा उतारते समय बजाई जाती है।

समारोह गार्ड और सामरिक गार्ड के कर्तव्य

समारोह गार्ड निम्नलिखित में से किसी भी प्रयोजन के लिए कहा जा सकता है।

- (अ) जवानों की समारोह क्वायद में व्यायाम करवाना और उनमें सर्वोच्च कोटि के चुस्ती, सफाई और अनुषासन की भावना पैदा करना हो और बल के प्रति गौरव पैदा करता है।
- (ब) उच्च अधिकारियों या विषिष्ट व्यक्तियों को रिवेली और रिट्रीट के बीच अभिनन्दन करता है।

समारोह गार्ड को केवल रिवेली और रिट्रीट के मध्य तैनान किया जाता है। समारोह की समाप्ति पर रिट्रीट के समय समारोह गार्ड तत्काल सामरिक गार्ड की और सामरिक गार्ड औपचारिक गार्ड की डियूटी ले सकते हैं।

समारोह गार्ड को हमेशा यूनिट के गौरव का प्रतीक माना जाता है।

सामरिक गार्ड :— सामरिक गार्ड का उद्देश्य प्रभारी अधिकारी द्वारा निर्धारित किसी भी प्रकार की सुरक्षात्मक कार्य करना है। ऐसे कार्यों में सरकारी इमारतों की सुरक्षा, शस्त्रागार, बारूद खजाने की सुरक्षा और अनाधिकृति व्यक्तियों को वर्जित क्षेत्रों में प्रवेष करने से रोकता है।

सामरिक गार्ड, समारोह गार्ड की तरह रिवेली और रिट्रीट के मध्य अभिनन्दन करेंगे किन्तु रात में जब तक उन्हें राउण्ड द्वारा निरीक्षण के लिए खड़ा होने का आदेष नहीं दिया जाता है। तब तक वह केवल संकट सूचना देने के लिए खड़े रहेंगे।

सामरिक गार्ड की सामरिक दृष्टि से महत्व रखने वाले मोर्चे पर तैनात किया जाएगा ताकि वे अपने कार्य सही ढंग से निष्पादित कर सके, उनकी ऐसी तैनाती की व्यवस्था करते समय कनिष्ठ प्रधान आरक्षक को सामरिक गार्ड के प्रत्येक सदस्य को संकट सूचना (स्टैण्ड टू) पोजिषन और वैकल्पिक पोजिषन बताई जाएगी।

होषियार की पोजिषन में कोई भी सामरिक गार्ड अभिनन्दन नहीं करेगा किन्तु यदि संतरी सामरिक मोर्चे पर हो तो सामरिक गार्ड अपने संतरियों के बिना राउण्ड में निरीक्षण पंक्ति में खड़ा हो सकता है। उस समय उपयुक्त अभिनन्दन किया जा सकता है।

सबक—03 और 04

गार्ड आरोहण और गार्ड एवं संतरीया को कार्यमुक्त करना बदली करना, मार्च करना और विसर्जित करना।

गार्ड की परेड	गार्ड की परेड की बिगुल जो कि गार्ड चढ़ने पहले बजाई जाती है। गार्ड के लिए चुने गए जवान आरोहण के लिए तैयार हो जाएंगे।	बिगुल काल	गार्ड चढ़ने से 30 मिनट पहले
कर्वाटर काल	जो कि गार्ड आरोहण से 15 मिनट पहले बजाई जाएगी। डियूटी एनसीओ गार्ड की परेड करवायेंगा और उन्हें लाईन में खड़ा कर निरीक्षण करेगां।	.	.
फालन काल	इसके बाद लाईन बना की आवाज लगने से पांच मिनट पहले वह गार्ड को कर्वाटर गार्ड के नजदीक या सुविधाजनक स्थान पर ले जाएगा।	बिगुलची गार्ड कमांडर से दो कदम बाये तथा डियूटी एनसीओ पांच कदम फासले पर खड़ा होगा।	पांच मिनट पहले फालन काल।
गार्ड परेड पर	डियूटी एनसीओ गार्ड डियूटी एनसीओ से दो कदम के फासले पर रेंक में खुली लाईन में विश्राम की हालत में खड़े हो जाएंगे। तब डियूटी एनसीओ गार्ड से सुविधाजनक फासले पर 12 कदम की दूरी पर जाकर गार्ड के सामने मुंह करके खड़ा हो जाएगा।	.	.
गार्ड सावधान	इस आदेष पर गार्ड सावधान हो जाएगी।	.	.

गार्ड संगीन लगाएगा, संगीन लगा	गार्ड संगीन लगाएगी और सावधान हो जाएगी।	गार्ड कमांडर और द्वितीय गार्ड कमांडर संगीन नहीं लगाएंगे।	.
गार्ड सज, दाहिने सज, सामने देख	डियूटी एनसीओ के आदेष पर गार्ड सज, दाहिने सज की कार्रवाई करेगीं, लेकिन बाजू नहीं उठाएगी।	डियूटी एनसीओ स्वयं गार्ड को सजाएगा और उसके बाद स्वयं निरीक्षण करेगा।	.
गार्ड संगीन उतारेगा संगीन उतार	गार्ड संगीन उतारने की कार्रवाई करेगी।	.	.
गार्ड निरीक्षण के लिए बांये सज	डियूटी एनसीओ शस्त्रों का निरीक्षण करेगा और अगला आदेष देने से पहले गार्ड कमांडर के दाहिने 5 कदम की दूरी पर जाकर इंक लाईन पर खड़ा हो जाएगा।	.	.
गार्ड जाँच शस्त्र	शस्त्रों की जांच कर लेने के पश्चात् डियूटी एनसीओ अपनी मूल जगह पर वापस आ जाएगा।	.	.
चाल वाले पुर्जे आगे कर	ड्रिल के एक भाग के रूप में किया जाए।	.	.
बाजू शस्त्र	गार्ड बाजू शस्त्र की कार्रवाई करेगी।	.	.
विश्राम	इसके पश्चात् डियूटी एनसीओ बिगुलची से पांच कदम की दूरी पर बांये अपनी पोजिषन लेगा और डियूटी आफिसर के आने की प्रतिक्षा करेगा।	.	.
गार्ड सावधान	अर्दली आफिसर के आने पर डियूटी एनसीओ गार्ड को	.	.

	सावधान करेगा। बगल शस्त्र करायेंगा और अर्दली अफसर की ओर मार्च करेगा और उसके सामने दो कदम की दूरी पर जाकर थम करेगा। उसे सैल्यूट करेगा और सूचित करेंगा, श्रीमान् गार्ड निरीक्षण के लिए तैयार है।		
डियूटी एन०सी०आ० जगह लो	अर्दली अफसर द्वारा कमांड। इस पर डियूटी एन०सी०आ० सैल्यूट करेगा पीछे मुड़ेगा और मार्च करके बिगुलची के दांये अपने मूल स्थान पर वापस आ जाएगा।(बिगुलची से 05 कदम दाहिने)		
फालिन काल	बिगुलर फालिन काल बजाएगा।	.	.
दर्शक	दर्शक के आदेष पर गार्ड कमांडर अर्दली अफसर के सामने जाकर दो कदम पर थम करेगा बाजू शस्त्र करेगा और विश्राम हो जाएगा।		
डियूटी परेड पर	अर्दली अफसर के डियूटीज परेड पर के आदेष पर गार्ड दर्शक की ओर मार्च करेगी बाजू शस्त्र करेगी और विश्राम की स्थिति में खड़ी हो जाएगी।	गार्ड सदा ही खुली लाईन बनायेगी, अर्दली अफसर गार्ड से सुविधाजनक फासले पर 20 से 30 कदम की दूरी पर गार्ड के सामने मुँह करके खड़ा हो जाएगा।	
गार्ड सावधान	गार्ड सावधान हो जाएगी।		
गार्ड संगीन लगाएगा संगीन लगा। सावधान	गार्ड संगीन लगाने की कार्रवाई करेगी"	गार्ड कमांडर एवं द्वितीय गार्ड कमांडर संगीन नहीं लगाएगी।	

गार्ड दाहिने सज	गार्ड कार्रवाई करेगी।	डियूटी एनसीओ गार्ड के बांयी ओर मुड़ करके उसे सजने के लिए कहेंगे कार्य पूरा होने वह सामने देख आदेष देगा एवं सामने दाहिने मुड़ेगा।	
गार्ड गिनती कर	यह आदेष मिलने पर अर्दली अफसर गार्ड का निरीक्षण करेगा। डियूटी एनसीओ समय पर पहुंच कर वहाँ उपस्थित होगा तथा गार्ड के सामने उससे मुलाकात करेगा। सैल्यूट करेगा और निरीक्षण के दौरान उसके साथ रहेगा और यदि अर्दली अफसर कोई रिमार्क दे तो उसे नोट करेगा, निरीक्षण के पश्चात् दो अपने मूल स्थान पर लौट जाएंगे।	गार्ड कमांडर और बिगुलची को छोड़कर केवल सामने लाईन के जवान गिनती करेंगे।	
गार्ड संगीन उतारेगा संगीन, उतार, सावधान।	गार्ड संगीन उतारने की कार्रवाई करेगी।		
निरीक्षण के लिए बांये शस्त्र	अर्दली अफसर और डियूटी एनसीओ हथियार का निरीक्षण करेंगे और निरीक्षण के पश्चात् दोनों गार्ड कमांडर के दाहिनी ओर पांच कदम के फासले पर चले जाएंगे।	डियूटी एनसीओ यहाँ डियूटी अफसर को सैल्यूट नहीं करेगा।	
गार्ड जांच शस्त्र	शस्त्रों की जांच के बाद दोनों अपने मूल स्थान पर वापिस लौट जाएंगे। डियूटी आफिसर गार्ड के सामने 20 से 30 कदम फासले पर होगा।		
चाल वाले पुर्जे	—	—	—

आगे कर।			
बाजू शस्त्र	—	—	—
गार्ड संगीन लगाएगा संगीन लगा।	इस समय स्टिक आर्डली चुना जाएगा और विसर्जित किया जाएगा। नम्बर..... सामने/पिछली लाईन, स्टिक आर्डली, आर्डली विसर्जन।	गार्ड कमांडर एवं द्वितीय गार्ड कमांडर संगीन नहीं लगाएगी। स्टिक आर्डली सामने/पिछली लाईन में अपनी पोजिषन के अनुसार एक कदम आगे या पीछे लेगा। सैल्यूट करेगा और विसर्जित हो जाएगा।	
गार्ड निकट लाईन चल	—	—	—
गार्ड सज दाहिने सज	—	डियूटी एनसीओ बांये मुडेगा गार्ड को सजने के लिए कहेगा एवं उसके बाद गार्ड सामने देख का आदेष देगा।	
गार्ड बगल शस्त्र	—	—	—
गार्ड कमांडर जगह लो	ये आदेष प्राप्त होते ही गार्ड कमांडर एक कदम आगे बढ़कर सैल्यूट करेगा और पिछली लाईन के बीच वाले गार्ड के दो कदम पीछे जगह लेगा। डियूटी आफिसर भी अपने बांये तरफ सुविधाजनक फासले पर हो जाएगे जहाँ से वह गार्ड द्वारा मार्च के दौरान दिए गए अभिनन्दन को स्वीकार कर सके।		

गार्ड कमांडर द्वारा आदेष, गार्ड दाहिने से तेज चल।	गार्ड कमांडर गार्डों को ऐसे स्थान पर मार्च करवाएगा जहाँ से वह पहले वाले गार्डों को कार्य मुक्त कर सके।	डियूटी आफिसर पंक्ति छोड़ देगा। डियूटी एनसीओ और डियूटी अफसर दोनों गार्ड के परिवर्तन को देखेंगे।	
गार्ड दाहिने देख	नई गार्ड के प्रवेष करते ही नया गार्ड लाईन में आगे बढ़कर पुरानी गार्ड के सामने जाएगा और जहाँ भी सम्भव हो उसके 15 कदम सामने जाकर रुक जाएगा। यदि यह सम्भव न हो तो नया गार्ड उसी दिशा में पुरानी गार्ड के बाये 6 कदम के फासले पर जाकर रुक जाएगा और सजेगा। नई गार्ड के पहुँचने पर निम्नलिखित कार्रवाई की जाएगी :—	—	—
पुरानी गार्ड सलामी शस्त्र,	—	—	—
नई गार्ड सलामी शस्त्र,	—	—	—
पुरानी गार्ड बाजू शस्त्र,	—	—	—
नई गार्ड बाजू शस्त्र,	—	—	—
पुरानी गार्ड विश्राम,	—	—	—
नई गार्ड विश्राम।	पुरानी गार्ड कमांडर से समय लेते हुए दोनों गार्ड कमांडर सावधान होंगे। बगल शस्त्र करेंगे। 5 कदम आगे जाकर थम करेंगे, आधा अन्दर को मुड़ेंगे तब नया गार्ड	—	—

	<p>कमांडर नीचे लिखे ढंग से अपने संतरियों को बदली के लिए कहेगा।</p> <p>दो संतरी दिन, दो संतरी रात, नया गार्ड कमांडर भी यही दोहरायेगा, इसके बाद दोनों गार्ड कमांडर अपने—अपने गार्डों की ओर जाते हैं। पुरानी गार्ड कमांडर अपने गार्ड के दायी ओर नया गार्ड अपने गार्ड के सामने खड़ा हो जाएगा।</p>		
नई गार्ड सावधान	नई गार्ड सावधान होगी।	—	—
गार्ड, गार्ड की तरह गिनती कर।	तब नया गार्ड कमांडर अपने गार्ड को गिनती इस प्रकार कराएगी। अगले रैंक का दाहिने से N0—01 जवान N0—1 होगा और पिछली लाईन का दाहिने से नम्बर—1, नम्बर—2 होगा। अगली लाईन का नम्बर—2, नम्बर—3 होगा और पिछली लाईन का नम्बर—2, नम्बर—4 होगा। सामने लाईन का नम्बर—3, 4 और पिछले लाईन का नम्बर—3 नम्बर—6 होगा। नम्बर—1 और 2 पहली बदली, नम्बर—3 और 4 दूसरी बदली, और नम्बर 5 और 6 तीसरी बदली होगी।	—	—
पहली बदली खड़ी रहेगी बाकी विश्राम।	इस आदेष पर पहली बदली तथा द्वितीय गार्ड कमांडर को छोड़कर शेष गार्ड विश्राम हो जाएंगे, इसी समय पुरानी गार्ड का संतरी गार्ड कमांडर तथा द्वितीय गार्ड कमांडर	—	—

	भी सावधान होंगे।		
पहली बदली बगल शस्त्र	इस आदेष पर पहली बदली के साथ दोनों पुराने गार्ड कमांडर तथा संतरी भी बगल शस्त्र करेंगे।	-	
तेज चाल	इस आदेष पर पहली बदली द्वितीय गार्ड कमांडर तथा पुरानी गार्ड का द्वितीय गार्ड कमांडर तेज चाल की कार्रवाई करेंगे।	-	-
थम	पहली बदली तथा सेकेण्ड गार्ड कमांडर के सामने थम करेंगे।		
बदली बन	बदली बन के आदेष पर पहले संतरी के बाये खड़ा होगा तथा नई गार्ड का द्वितीय गार्ड कमांडर दाये खड़ा होगा। बदली और गार्ड कमांडर टर्न करेंगे ताकि सबका चेहरा एक तरफ हो जाए। इसी समय नया गार्ड तथा पुराना गार्ड कमांडर लाईन तोड़ करके गार्ड रूम में जाएंगे तथा माल सूची के अनुसार सामान का लेन-देन करेंगे एवं दोनों गार्ड कमांडर चार्ज रिपोर्ट पर हस्ताक्षर करेंगे।	-	-
बदली एक फाईल में दाहिने चल, दाहिने मुँड़	नई गार्ड का द्वितीय गार्ड कमांडर आदेष देगा बदली एक फाईल में दाहिने चल। दाहिने मुँड़ इसके बाद वह गार्ड के दाये खड़ा होकर आदेष देगा बदली तेज चल तब पुरानी गार्ड द्वितीय गार्ड कमांडर बदली को संतरी की चौकी तक ले जाएगा। यदि किसी संतरी को तैनाती ऐसी चौकी पर जहाँ कोई संतरी नहीं है चौकी पर की जानी	-	-

	<p>है तो जैसे ही वह निर्दिष्ट चौकी से पहले किसी प्वाइंट तक पहुँचे उसे थम किया जाएगा। इसके बाद संतरी अगला आदेष का प्रतिक्षा किए बिना कदम बढ़ायेगा, थम करेगा और अपनी निष्ठित चौकी पर अपेक्षित दिषा में देखेगा। तब उसे आदेष पढ़कर सुनाएगा और समझायेगा कि किस उद्देश्य से उसकी तैनाती की गई है।</p> <p>बदली संतरी बदली के आदेष पर संतरी जो कि बगल शस्त्र की अवस्था में होगा, संतरी के सामने जाकर खड़ा होगा, बदली वाला हवलदार बदली को संतरी से दो कदम की दूरी पर थम करेगा, तब नया संतरी बदली के पास से हट कर पुरानी संतरी के बायें और उसी दिषा मुँह करके खड़ा होगा। हवलदार नये संतरी को आदेष पढ़कर सुनाएगा और सुनिष्ठित करेगा कि संतरी उन्हें समझ रहा है।</p>		
संतरी बदली करो।	<p>पुराना संतरी बदली में अपने स्थान पर खड़ा होगा तथा नया संतरी उसका स्थान दो कदम दाहिने पर जाकर खड़ा होगा तथा दूसरे संतरी को बदली के लिए मार्च करेगा। पीछे खड़े संतरी को भी इसी तरह बदली किया जाएगा।</p>	-	-

बदली चल	तेज	द्वितीय गार्ड कमांडर पुरानी गार्ड <p>जब संतरी बदली हो जाएगा तो पुरानी गार्ड का द्वितीय गार्ड कमांडर आदेष देगा बदली तेज चल। बदली से मार्च करवायेगा तथा बदली को दोनों गार्ड के बीच मिलाया जाएगा।</p>	— —
लाईन तोड़		<p>पुरानी गार्ड कमांडर के आदेष पर लाईन तोड़कर अपने—अपने गार्ड में मिल जाएंगे, इसी समय दोनों गार्डों के गार्ड कमांडर चार्ज लेने तथा देने के बाद डियूटी अफसरों का अभिवादन करेगा और कहेगा लेजर के मुताबिक चार्ज दिया श्रीमान्। लेजर के मुताबिक चार्ज लिया श्रीमान्। दुबारा अभिनन्दन करेगा और अपनी—अपनी गार्ड में शामिल हो जाएंगे। तब बदली वापस लौट जाएं और पुरानी और नई गार्ड के सभी जवान अपनी गार्ड में लाईन में खड़े हो जाएं तो क्वायद इस प्रकार होगी।</p>	— —
पुरानी गार्ड कमांडर।		पुरानी गार्ड सावधान	— —
नई गार्ड कमांडर		नई गार्ड सावधान	— —
पुरानी गार्ड कमांडर।		<p>पुरानी गार्ड बगल शस्त्र पुरानी गार्ड फाईल में दाहिने</p>	<p>पुरानी गार्ड का गार्ड कमांडर लाईन में गार्ड के दांयी ओर पीछे जवान के पास पोजिषन लेगा और द्वितीय गार्ड</p>

	चलेगा दाहिने मुँड़।	कमांडर अपने स्थान पर खड़ा होगा।	
पुरानी गार्ड कमांडर	पुरानी गार्ड तेज चल।	—	—
नई गार्ड कमांडर	नई गार्ड सलामी शस्त्र,	—	—
पुरानी गार्ड कमांडर	पुरानी गार्ड बांये देख सामने देख	—	—
नई गार्ड कमांडर	नई गार्ड बाजू शस्त्र	—	—
नई गार्ड कमांडर	बगल शस्त्र	जब पुरानी गार्ड चली जाए तो नई गार्ड को मार्च करवाकर उसे पोजिषन में लाया जाएगा जिसमें पहले पुरानी गार्ड थी चाहे वह फाईल में हो या एक फाईल में उसे लाईन बनाने और होषियार की पोजिषन के बारे में समझाया जाएगा फिर से आदेष पढ़कर सुनाया जाएगा।	—
—	नई गार्ड फाईल में दाहिने मुँड़	—	—
—	नई गार्ड दाहिने से तेज चल	—	—
गार्ड बगल शस्त्र	—	—	—
संतरी खड़ा रहे बाकी गार्ड, गार्ड रूम को विर्सजन।	इस आदेष पर संतरी को छोड़कर बाकी सभी दाहिने मुँड़ेगे सैल्यूट करेंगे फिर गार्ड कमांडर बांये बाकी गार्ड दाहिने मुँड़कर गार्ड रूम में चली जाएगी।		

सबक—05

गार्ड को दिन में निरीक्षण के लिए लाईन बन कराना

- 01 जब संतरी निरीक्षण अफसर को कर्वाटर गार्ड में प्रवेष करते हुए देखें तो संतरी सावधान हो जाए और गार्ड लाईन बन कहें।
- 02 जब निरीक्षण अफसर गार्ड के सामने आकर चौकी पर खड़ा हो जाए तो गार्ड कमांडर के आदेष पर गार्ड उचित सैल्यूट देने का पात्र है। उनके लिए बिगुलर उपयुक्त बिगुल बजाएं। यदि निरीक्षण अफसर सलामी का हकदार है तो गार्ड के खड़े होने के पश्चात् सलामी का कमांड दिया जाएगा। उसके बाद निरीक्षण अफसर के पास रिपोर्ट करने से पहले बाजू शस्त्र का कमाण्ड दिया जाएगा। जब निरीक्षण अफसर सैल्यूट ले रहा हो तो उसके साथ मौजूदा सभी अफसर उसके पीछे सावधान की पोजिष्न में खड़े हों।
- 03 गार्ड को बाजू शस्त्र करने के पश्चात् गार्ड कमांडर निरीक्षण अधिकारी को रिपोर्ट देगा श्रीमान् गार्ड निरीक्षण के लिए तैयार है। किसी अन्य प्रकार की रिपोर्ट नहीं दी जाएगी।
- 04 गार्ड कमांडर की रिपोर्ट मिलने के बाद निरीक्षण अफसर गार्ड का निरीक्षण करने के लिए आगे बढ़ें। गार्ड कमांडर बगल शस्त्र करें एक कदम आगे बढ़कर दो बार बायें मुड़ करें और निरीक्षण अफसर के साथ हो जाएं। जब तक निरीक्षण पूरा न हो जाए और गार्ड विसर्जित न हो जाए तब तक निरीक्षण अफसर को छोड़कर पार्टी के सभी कार्मिक जहाँ कहीं भी हो सावधान रहें। निरीक्षण समाप्त होने के बाद निरीक्षण अफसर गार्ड कमांडर को गार्ड लाईन तोड़ या विसर्जन का आदेष दें।
- 05 निरीक्षण अफसर से आदेष मिलने के पश्चात् गार्ड कमांडर आदेष दे गार्ड बगल शस्त्र। संतरी खड़ा रहे शेष गार्ड, गार्ड कक्ष को विसर्जित। संतरी को छोड़कर सभी गार्ड दाहिने मुड़ेगे, सैल्यूट देंगे, ऊँचा बांये शस्त्र करेंगे और दौड़कर गार्ड रूम में जाएंगे।
- 06 गार्ड को विसर्जन करने के पश्चात् गार्ड कमांडर निरीक्षण अफसर की ओर मुड़े और उन्हें सैल्यूट करें। इसके बाद वह गार्ड कक्ष और आस-पास के स्थानों के निरीक्षण के लिए निरीक्षण अधिकारी के साथ जाएं। अन्य व्यक्ति जो निरीक्षण के साथ थे वे भी निरीक्षण के लिए जा सकते हैं।
- 07 गार्ड रूम आदि का निरीक्षण पूरा होने के बाद गार्ड कमांडर फिर से निरीक्षण अधिकारी को सैल्यूट करें और फिर लाईन तोड़कर गार्ड रूम में लौट जाएं।

सबक-06

गार्ड को रात के समय लाईन बन करना लजपी लविन लजटन टन्जही

- 01 जब संतरी बड़ा मुआयना या छोटा मुआयना को क्वार्टर गार्ड की तरफ आता देंखें तो संतरी तान शस्त्र की पोजिषन में आ जाएं और चिल्लाकर पुकारें, थम कौन आता है। गार्ड की ओर आने वाले मुआयने को थम करें।
- 02 थम कौन आता है कह जाने पर बड़ा या छोटा मुआयना थम करेगा और बतायेगा कि वह बड़ा मुआयना है या छोटा मुआयना।
- 03 जब संतरी को अपने प्रब्ज का उत्तर मिल जाए और वह आघस्त हो जाए कि आने वाला मुआयना बड़ा है या छोटा। वह थम बड़ा या छोटा मुआयना गार्ड होषियार कहकर गार्ड को होषियार करे। वह तीन बार गार्ड होषियार कहे और स्वयं भी होषियार की पोजिषन में खड़ा रहे। तब गार्ड कमांडर के साथ दौड़कर गार्ड रूम से बाहर आकर अपने लिए पहले से नियुक्त एलार्म पोस्ट पर खड़ा हो जाए।
- 04 गार्ड कमांडर संतरी से जाकर संतरी कौन, उससे बड़े या छोटे राउण्ड का उत्तर मिलने पर वह आगे बढ़ो, बड़ा या छोटा मुआयना सब ठीक है, कहे। इस बीच संतरी उसके लिए पहले से नियुक्त स्थान पर एलार्म पोस्ट के पीछे अपनी पोजिषन ले और गार्ड कमांडर भी ऐसा ही करे।
- 05 निरीक्षण पूरा होने पर बड़ा या छोटा मुआयना निम्नलिखित आदेष दें।
 - (अ) गार्ड जगह छोड़ या
 - (ब) गार्ड लाईन बना।
- 06 यदि गार्ड को जगह छोड़ करना हो तो वे एलार्म पोस्ट छोड़कर दौड़कर गार्ड रूम की ओर जाएं।
निरीक्षण अफसर के गार्ड बुक में निरीक्षण आदि रिकार्ड करने और चले जाने के बाद गार्ड कमांडर गार्ड रूम की ओर जाएं।
- 07 यदि गार्ड खड़े होने का आदेष दिया जाए तो गार्ड संतरियों के बिना निर्धारित लाईन पर खड़ा हो और वह प्रक्रिया अपनाया जाए जो कि दिन में निरीक्षण के लिए अपनाई जाती है। हो सकता है कि गार्ड रूम आदि का निरीक्षण न हो और निरीक्षण के बाद गार्ड को विसर्जन होने के लिए कह दिया जाए।
- 08 आम रुख :- ओबजर्वर से लेकर स्काई लाईन तक या देखने वाले से लेकर दिखाई देने वाले तक वह फर्जी या काल्पनिक रेखा जो जिम्मेदारी के इलाके को तकरीबन दो बराबर भागों में बॉटती है उसको कायम रखने के लिए जो निषाना चुना जाता है उसे आम रुख कहते हैं।

09 आर्क आफ फायर (छविक कैपी) :-

जमीन का वह हिस्सा, जिसके लिये हथियार या एक फायर यूनिट भी जिम्मेदार होती है । इसकी हदबन्दी दाहिनी और बायीं हद बांधकर की जाती है , जिसके अन्दर निकलने वाले टार्गेट पर फायर करना उसकी जिम्मेदारी होती है । आर्क आफ फायर की दो किस्म होती है ।

(1) **प्राइमरी आर्क आफ फायर (Primary arc of fire)**:- यह वह आर्क आफ फायर है जो कि एक हथियार या फायर यूनिट की पहली जिम्मेदारी होती है ।

(2) **सेकण्डरी आर्क आफ फायर (Secondary arc of fire)**:- यह वह आर्क आफ फायर है जो कि एक हथियार या फायर यूनिट की दूसरी (झीर्वहगच्चिं)जिम्मेदारी होती है । इसमें निकलने वाले टार्गेट को वह हथियार या फायर यूनिट उसी समय फायर से बर्बाद करेगी जब उसकी पहली जिम्मेदारी के आर्क आफ फायर (रॉसिच्चिं छविक कैपी) में उस समय कोई टार्गेट न हो ।

आम रुख :- देखने वाले से दूर स्काई लाईन तक वो काल्पनिक लाईन जो कि जिम्मेदारी के इलाके को दो बराबर हिस्सा म बांटती है । इसे कायम रखने के लिये एक ज़मीनी निशान चुना जाता है जिसे आम रुख कहत हैं ।

दायीं बायीं हद :- देखने वाले के दाहिने और बाय 180 डिग्री के आर्क के निशाना के बीच बीच वो काल्पनिक रेखा, जो दायीं बायीं हदा को दर्शाती है । इसकी जिम्मेदारी किसी जवान, हथियार या टुकड़ी को सौंपी जाती है

आर्क आफ फायर को काल्पनिक तौर पर इस तरीके से व्यान कर सकते हैं :-

सामने देख, 100 गज़, नीम का बड़ा पेड़, मेरे से पेड़ और इसी की दूर तक बढ़ती हूई लाईन मेरा आम रुख । आधा बाय देख, 50 गज़ बिजली का खम्भा, मेरे से खम्भा तथा इसी की दूर तक बढ़ती हूई लाईन मेरी बायीं हद । आधा दाहिने देख, 75 गज़, पीपल का पेड़, मेरे से पीपल का पेड़ तथा इसी की दूर तक बढ़ती हूई लाईन मेरी दाहिनी हद । बायीं हद और दाहिनी हद के बीच मेरा जिम्मेदारी का इलाका है । इसके बीच म यदि कोई अनाधिकृत व्यक्ति प्रवेश करता है या कोई हरकत होती है ता मैं उसे चैलज़ पुकारूँगा और मैं गार्ड कमांडर को सूचित करूँगा । अगर समय इज़ाज़त नहीं देता है तो मैं अपनी सूझ बूझ से उचित बल का प्रयोग का प्रयोग करूँगा तथा आखिरी गोली और आखरी दम तक मोर्चा नहीं छोड़ूँगा श्रीमान ।

10 **पास वर्ड :-** क्वाटर गार्ड की सुरक्षा को मद्देनजर रखते हुए सुरक्षाकर्मी तथा वरिष्ठ अधिकारियों के बीच निष्प्रित किया गया वह शब्द जो बहुत ही गोपनीय हो ताकि रात के समय वह वरिष्ठ अधिकारी क्वाटर गार्ड में आने पर संतरी द्वारा उनकी पहचान की जा सके ।

सबक-07

संतरियों के लिए सामान्य निर्देश :-

- 01 जब संतरी अपने बीट पर घूमना चाहे तो वह पहले सावधान हो एक कदम आगे बढ़ाये, बगल शस्त्र करें अपने दाहिने या बायें घूमे और तेज चाल में आगे बढ़ें।
- 02 अपने क्षेत्र में आखिरी किनारे पर आकर संतरी थम करे और बाहर की ओर अर्थात् अपने सामने से दाहिने या बायें जैसे भी दो बार मुड़ करके पीछे मुड़े और फिर से तेज चाल से चलें।
- 03 संतरी गस्त के दौरान अपने बाक्स या पोस्ट को यहाँ से अभिनन्दन या चैलेंज करना हो छोड़कर अन्यथा कहीं नहीं रुकेगी।
- 04 संतरी जब अपने बाक्स या पोस्ट के सामने रुके तो उसका रुख सामने की तरफ हो। बाजू शस्त्र हो, एक कदम पीछे लें और विश्राम पोजिषन में खड़ा हो।
- 05 संतरी अपना बाक्स या पोस्ट छोड़कर न जाएं और न ही मटरगस्ती करें या किसी से बात करें। अपने डियूटी के निष्पादन के अतिरिक्त और जब तक कि मौसम अत्यधिक खराब न हो तब तक अपने बाक्स में आश्रय न लें।
- 06 संतरी हमेषा सतर्क रहें और सभी आवधक चुस्ती से करें।
- 07 रात के समय संतरी की चौकी की ओर आने वाले जिन व्यक्तियों या दलों पर संतरी को संदेह हो कि आने वाला व्यक्ति या दल वहाँ से गुजरने के लिए प्राधिकृत है या नहीं। वह जिस कारण से आ रहे हों उसके बारे में उसे संदेह हो तो वह उसके या उनके आने पर ललकार या चैलेंज करेगा।
- 08 यदि संतरी को ललकारना आवधक हो तो वह निम्नलिखित प्रकार से कार्रवाही करेगा :—

जब कोई व्यक्ति या दल संतरी की चौकी के नजदीक आये और इतने फासले पर आ जाए कि वह सुन सके, तो संतरी तैयारी की पोजिषन में आकर जोर से कहे। थम, कौन आता है। यह बात उस भाषा में कहे, जो उस इलाके सामान्यतया बोली जाती हो। पुनः दोहरायेगा और यह प्रकट होने नहीं देगा कि वह कहाँ से बोल रहा है। जब व्यक्ति या दल रुक जाए तो संतरी एक आगे बढ़ो, कहे। जब संतरी व्यक्ति या दल के सम्बन्ध में यकीन हो जाए तो वह चलो दोस्त सब ठीक कहे और जब तक वह व्यक्ति या दल के सम्बन्ध में या उसकी या उनकी असलियत के सम्बन्ध में यकीन न हो तो वह होषियार रहे और इस सम्बन्ध में गार्ड कमांडर को सूचित करें। यदि संतरी की ललकार या चैलेंज में बड़ा मुआयना कहे तो और संतरी इस सम्बन्ध में यकीन हो जाए तो वह पहले बताये अनुसार कार्रवाई करेंगे।

नोट :- रात के समय संतरी गार्ड रूम की ओर आने वाले सभी व्यक्तियों को ललकारे या ललकार के जवाब में वह दोस्त कहे और संतरी व्यक्ति की पहचान के बारे में यकीन हो जाए तो वह उसे या उन्हें जाने की अनुमति देगा।

सबक-08

गार्ड और संतरी द्वारा किया जाने वाला सामान्य अभिनन्दन :—

- 01 संतरी हमेषा बगल शस्त्र करके और संगीन लगाकर मार्च करें। और दांये और बांये जैसा भी मामला हो दो बार मुड़ लेकर बाहर की ओर मुड़े अर्थात् कभी भी चौकी की ओर मुँह न करें।
- 02 गार्ड रूम में रखी राईफल में हमेषा संगीन लगा रहेगा।
- 03 हर बदली के बाहर जाने तथा वापस आने पर गार्ड कमांडर उसका निरीक्षण करें।
- 04 शस्त्रहीन पार्टियों का गार्ड द्वारा अभिनन्दन न किया जाए।
- 05 दिन के समय गार्ड निम्नलिखित के लिए लाईन बन करें और सलामी शस्त्र करें:-
- (क) राष्ट्रपति और राज्यपाल के लिए (राज्यपालों को उनके राज्यों में) राष्ट्रीय सैल्यूट दिया जाएगा और बिगुल पर राष्ट्रीय धुन बजाई जाएगी।
- (ख) प्रधानमंत्री, केन्द्रीय मंत्रियों, और राज्य मंत्रियों के लिए उनके क्षेत्राधिकार में बिगुल पर आम सैल्यूट की धुन बजाई जाएगी। प्रधानमंत्री के लिए राज्यसरकार की विषेष अनुमति से राष्ट्रीय सैल्यूट की ध्वनि बजाई जा सकती है।
- (ग) पुलिस के उप महानिरीक्षक और ऊपर रैंक के पुलिस अफसरों और सेना के मेजर जनरल और उससे ऊँचे रैंक के अफसरों और नौसेना तथा वायुसेना के भी सामान रैंक के अफसरों के लिए बिगुल पर सामान्य सैल्यूट की ध्वनि बजाई जाएगी।
- (घ) जिलों के पुलिस अधीक्षक के प्रतिदिन पहली बार गार्ड के निरीक्षण के लिए आते समय।
- (ङ) बड़ा मुआयना
- (च) सभी शस्त्र दल जो कि संख्या में गार्ड की संख्या से अधिक हो।
- (छ) सूर्य (रिवेली) और गजर की आवाज होने पर।
- (ज) उप निरीक्षक या उससे ऊँचे किसी रैंक के पुलिस अफसर के लिए जब वह डियूटी आफिसर बनाया जाए तो गार्ड दिन में एक बार लाईन बन करेगा और गार्ड कमांडर केवल एक बार सैल्यूट देगा।

नोट :-

- 01 जब गार्ड वास्तव में आरोहण या बदली करे तो सम्मान देना आवश्यक है वरिष्ठ अधिकारी या एनसीओ कमाण्ड देगा।
- 02 अभिनन्दन करने सम्बन्ध उपयुक्त आदेष राष्ट्रपति, केन्द्रीय मंत्रियों, राज्यपाल और राज्य के मंत्रियों के निवास स्थान या कैम्प में विषेष गार्डों पर लागू नहीं होगा। यह

गार्ड निचले रैंक के आफिसर या व्यक्तियों को अभिनन्दन न करें। जब उनके डियूटी के स्थान पर पुलिस अफसर आये तो वे लाईन बनाकर बगल शस्त्र करेंगे।

रात्रि रिट्रीट और रिवेली के बीच :- टाटू के लिए जाने के षिवाय सषस्त्र दल के आने पर एलार्म होने पर या बड़ा या छोटा मुआयना के आने को छोड़कर गार्ड अन्यथा रिट्रीट के बाद या रिवेली से पहले लाईन बन नहीं करेगी और न ही वे इस बीच किसी का अभिनन्दन करेगी। बड़े मुआयने को छोड़कर जिसे वह सलामी शस्त्र करेंगी।

06 संतरियों द्वारा अभिनन्दन :-

दिन :-

(क) संतरी राज्य चिह्न या ऊँचे रैंक के बैच लगाये हुए पुलिस अफसरों और भारतीय थल सेना, नौसेना, वायुसेना के समान रैंक के अफसरों सलामी शस्त्र करेंगे।

(ख) अभिनन्दन करने से पहले संतरी थम करे और अपने सामने की ओर मुड़े यदि वह संतरी बाक्स में खड़ा हो तो सावधान होकर सैल्यूट करेंगे।

(ग) शस्त्र पार्टियों को संतरी सलामी शस्त्र करे एवं शस्त्ररहित पार्टियों को सैल्यूट करे।

(घ) सहायक उप निरीक्षक और उससे ऊँचे रैंक के पुलिस अफसर जो सलामी शस्त्र के हकदार नहीं हैं (एएसआई से सहायक कमांडेण्ट) संतरी बगल शस्त्र से सम्मान देगा।

रात्रि :-

(क) रात होने के बाद संतरी किसी भी सषस्त्र पाठी को सलामी शस्त्र न करे।

(ख) किसी अफसर को पहचानने के बाद संतरी उसके प्रवेष पर थम करे उसके सामने की ओर मुड़े और उचित अभिनन्दन करें।

07 विषेष अनुदेष :- गार्ड और संतरी द्वारा किया जाने वाले अभिनन्दन के सम्बन्ध में ऊपर दिये गये आदेष राष्ट्रपति निवास स्थान या कैम्प अथवा राज्यपाल के क्षेत्राधिकार में नियुक्त विषेष गार्डों पर लागू नहीं होंगे। ये गार्ड छोटी रैंक के व्यक्तियों को या जिनके लिए नियुक्त किये गये हैं उनसे नीचे रैंक के व्यक्तियों को सलामी शस्त्र न करें। जब डियूटी अफसर दौरा करें तो वे बगल शस्त्र करके लाईन बन करें। ऐसे निवास स्थान या कैम्प में संतरी केवल राष्ट्रपति राज्यपाल और सषस्त्र टोली को सलामी करें। निचले रैंक के अफसरों और शस्त्ररहित दलों को वे सैल्यूट (यदि बगल शस्त्र की स्थिति में हो तो सामने सैल्यूट, यदि बाजू शस्त्र की स्थिति में हो तो सावधान होकर करें)

सबक—09

गार्ड आरोहण और गार्ड एवं संतरीयों को कार्यमुक्त करना बदली करना, मार्च करना और विसर्जित करने का अभ्यास ।
(उस्ताद द्वारा सम्पूर्ण कार्यवाही का स्क्राड से अभ्यास लिया जाये)

व्याख्यान एंव प्रदर्शन “गार्ड और सन्तरी”

आम जानकारी :- क्वार्टर गार्ड किसी भी यूनिट का प्रतीक (जान) माना जाता है, क्वार्टर गार्ड से ही किसी भी यूनिट की स्वच्छता, अनुषासन और टर्न-आउट, कवायद आदि का आभास हो जाता है।

गार्ड आरोहण का उद्देश्य :- जवानों की कवायद, उनका टर्न आउट तथा स्वच्छता आदि को चैक करके गारद को एक साधारण तरतीब द्वारा चढ़ाना तथा इस तरीके को और अधिक प्रभावशाली बनाना है।

गार्ड के प्रकार :- गार्ड दो प्रकार की होती हैं।

1. सेरिमोनियल गार्ड (CEREMONIAL GUARD)

2. सामरिक गार्ड (TACTICAL GUARD)

इन दोनों प्रकार की गार्डों के उद्देश्य तथा कार्य भिन्न-भिन्न हैं

1. सेरिमोनियल गार्ड

यह गार्ड रिवेली और रिट्रीट के बीच चढ़ायी जाती है, रिट्रीट के बाद सेरिमोनियल गार्ड तुरन्त टेक्टिकल गार्ड की ड्यूटी ले सकती हैं। और रिवेली के बाद टेक्टिकल गार्ड सेरिमोनियल गार्ड की ड्यूटी ले सकती है।

2. सेरिमोनियल गार्ड चढ़ाने का उद्देश्य :- सेरिमोनियल गार्ड को चढ़ाने का उद्देश्य निम्न लिखित हैं।

(01) यूनिट के जवानों में उच्च कोटि के अनुषासन, और बल के प्रति गौरव की भावना पैदा करना।

(02) जवानों को समारोह कवायद का अभ्यास कराना तथा उनमें ऊचे दर्जे की चुष्टी और फुर्ती पैदा करना।

(03) अच्छा टर्न आउट तथा सफाई की आदत पैदा करना,

(04) रिवेली और रिट्रीट के मध्य उच्च पदाधिकारीयों तथा अन्य विषिष्ट व्यक्तियों का अभिवादन करना।

(05) सेरिमोनियल गार्ड को किसी भी यूनिट के गौरव का प्रतीक माना जाता है। इसलिये इसकी कवायद, चुस्ती और द्रन आउट उच्च कोटि का होना चाहिए।

2. टेकिटकल गार्ड चढाने का उद्देश्य :— टेकिटकल गार्ड चढाने के निम्न लिखित उद्देश्य हैं।

- किसी भी ऐसे सुरक्षा सम्बन्धी कार्य को पूरा करना हैं, जो कार्य यूनिट, कमाण्डर द्वारा निष्प्रियता किया जाये एसे कार्यों में इमारतों, आरमोररी, मैगजीन, खजाना, कैदियों आदि की सुरक्षा करना और निषिद्ध स्थानों में अनाधिकृत प्रवेष को रोकना हैं।
- सामरिक गार्ड रिवेली और रिट्रीट के मध्य सेरिमोनियल गार्ड की तरह अभिनन्दन करेगी। रात्रि के समय केवल होषियार होगी जब तक उन्हें मुआयनों द्वारा ‘निरीक्षण’ के लिये खड़े होने का आदेष न दिया जाय।
- टेकिटकल गार्ड के प्रत्येक सन्तरी को अलार्म पोस्ट और वैकल्पिक पोस्ट, होषियार आदि के बारे में अच्छी प्रकार से बताया जाय।
- टेकिटकल गार्ड तभी अच्छी सुरक्षा दें सकता हैं जब इसकी हरकतों को न तो देखा जाये और न सुना जायें।
- होषियार की पोजीश में कोई भी गार्ड अभिनन्दन नहीं करेगा किन्तु यदि सन्तरी मोर्चे पर रहें तो कोई सामरिक गार्ड अपने सन्तरियों के बिना, मुआयनों के निरीक्षण के लिए पंक्ति में खड़ा हो सकता हैं। उस समय उपयुक्त अभिनन्दन किया जा सकता हैं।

परिभाषायें :-

गार्ड :— जवानों का वह समूह जो स्थानों व्यक्तियों, या सम्पत्ति की रक्षा के लिए तैनात किया जाता हैं।

सन्तरी :— गार्ड से सम्बन्धित वे जवान जो विभिन्न स्थानों पर ड्यूटी पर तैनात हो।

डियूटीज :— क्वार्टर गार्ड के अलावा वे गार्ड और पिकेटे, जो अपने निर्दिष्ट कर्तव्यों पर जाने से पहले “अर्दली अफसर” के निरीक्षण के लिए फालइन होते हैं।

सन्तरी बीट:— जमीन की वह लम्बाई जिस पर सन्तरी को गष्ट करनी होती है।

सन्तरी पोस्ट:— वह स्थान, जहाँ पर सन्तरी को तैनात किया जाता है।

बदली :— वे सन्तरी जो एक ही समय में विभिन्न सन्तरी पोस्ट पर नियुक्त किये जाते हैं। या जो पहले से ही ड्यूटी पर हो, उनको बदली करने के लिये नियुक्त किये जाते हैं।

बड़ा मुआयना :— यूनिट कमाण्डर जब स्वयं निरीक्षण ड्यूटी पर हो, या कोई अन्य राजपत्रित अधिकारी जो उनके द्वारा निरीक्षण ड्यूटी के लिए नियुक्त किये जाते हैं **GRAND ROUND** कहलाते हैं।

छोटा मुआयना :— वे समस्त अधीनस्थ अधिकारी जिनको निरीक्षण ड्यूटी पर नियुक्त किया जाता है

अलार्म –पोस्ट :— वे स्थान जो गार्ड की सुरक्षा के लिए उसके चारों तरफ बनाये जाते हैं। जब भी गार्ड को होषियार का आदेष दिया जाय तो सन्तरी इन पोस्टों में पोजीषन लेते हैं।

वैकल्पिक पोस्ट :— वे पोस्टें भी अलार्म पोस्टों के समान ही होती हैं, जब कभी गार्ड और सन्तरियों को एक ही रात्रि में दुबारा होषियार का आदेष दिया जाता है। तब सन्तरी इन पोस्टों को पकड़ते हैं।

लाइन बनाना :— लाइन बनाने के लिए गार्ड दौड़ चाल से आकर लाइन बनायेंगे और बगल पस्त्र करेंगे बिगुलर गार्ड कमाण्डर के दो कदम दाहिने (यानि बिगुलर से एक कदम दाहिने) होता है। “लाइन बन” का आदेष आम तौर पर रिवेली और रिट्रीट के बीच दिया जाता है।

होषियार :— यह आदेष गार्ड को रात को दिया जाता है इस पर सन्तरी अलार्म चौकियों पर अपनी पोजीषन लेते हैं।

हट जायें :— यह आदेष गार्ड को, रात्रि के समय मुआयनों का निरीक्षण होने के बाद, अलार्म पोस्टों से वापस एकत्रित होने के लिए दिया जाता है। इस आदेष पर गार्ड अलार्म पोस्ट को छोड़ कर गार्ड कक्ष में चले जाते हैं।

रिवेली :— यह बिगुल कॉल सूर्योदय से पूर्व बजायी जाती है। और इस समय क्वार्टर गार्ड में ध्वज चढ़ाया जाता है।

रिट्रीट :— यह बिगुल कॉल सूर्यास्त के समय बजायी जाती है। और इस समय क्वार्टर गार्ड में ध्वज उतारा जाता है।

अभी हम गार्ड आरोहण पर विस्तार से चर्चा करेंगे

1. गार्ड आरोहण का समय :— इलाके और मौसम को ध्यान में रखते हुए यूनिट कमाण्डर द्वारा निर्धारित किया जाता है।

2. गार्ड की वर्दी :— इलाके और मौसम को ध्यान में रखते हुये यूनिट कमाण्डर द्वारा निर्धारित की जाती है।

3. गार्ड के जवानों की संख्या :— साधारण तथा गार्ड में 2 हेड कांस्टेबल 6 कांस्टेबल होते हैं। जरुरत के अनुसार जवानों की संख्या बढ़ाई जा सकती है। गार्ड में एक बिगुलर भी होता है।

4. स्टिक अर्दली :— सेरिमोयिल गार्ड में एक अतिरिक्त जवान लगाया जाता है। वर्दी के निरीक्षण के बाद जिस जवान का टन आउट व कवायद सबसे अच्छी होती है। उसे गार्ड की ड्यूटी से मुक्त कर स्टिक अर्दली की ड्यूटी पर लगाया जाता है जिसकी ड्यूटी यूनिट कमाण्डर के कार्यालय में आदषों की प्रतीक्षा करना अर्थात् रनर की ड्यूटी करना है।

5. गार्ड की परेड :— प्रतिदिन गार्ड के लिये पहले से ही जवान नियुक्त किये जाते हैं। गार्ड माउन्टिंग से आधा धन्टा पहले बिगुलर द्वारा तैयारी काल बजाई जाती है।

तैयारी काल को बजाते ही गार्ड तैयार होकर तथा हथियार लेकर बताये हुये माउन्टिंग ग्राउन्ड की तरफ चल पड़ती हैं। गार्ड माउन्टिंग का स्थान आवश्यक नहीं है कि परेड ग्राउन्ड ही हो अन्य कोई भी स्थान हो सकता है।

हम यहां पर मानकर चलते हैं कि गार्ड तैयार होकर एवं हथियार लेकर माउन्टिंग ग्राउन्ड में पहुंच चूकी है। अपने देखा की तैयारी काल के बजने के पछात् यूनिट का झण्डा चढ़ाया गया और रिवेली बजाई गई।

क्वार्टर काल :— अभी आपने क्वार्टर काल सुनी यह काल गार्ड आरोहण से 15 मिनट पहले बजाई जाती है। इस पर ड्यूटी एन.सी.ओ. गार्ड की वर्दी व हथियार का निरीक्षण करता है।

6. ड्यूटी एन.सी.ओ. की कार्यवाही :— कम्पनी का कोई सीनियर प्रधान आरक्षक ड्यूटी एन.सी.ओ. के लिये नियुक्त होता है। गार्ड, माउन्टिंग क्षेत्र में जब फालिन होती हैं तो वह दो लाइनों में फालिन होगी लाइनों के बीच का फासला 4 कदम यानि 120'' होता है यहां पर गार्ड कमान्डर के दाहिने दो कदम पर सिर्फ बिगुलर होगा द्वितीय गार्ड कमान्डर गार्ड कमान्डर के पीछे कवर करके खड़ा होगा।

अभी आप ड्यूटी एन.सी.ओ. द्वारा की जाने वाली कार्यवाही देखें

गार्ड परेड पर के आदेष पर गार्ड सावधान हुई और समतोल षस्त्र की हालत में चलकर ड्यूटी एन.सी.ओ. से दो कदम दूर थम करती हैं एवं विश्राम होजाती हैं गार्ड के विश्राम होते ही ड्यूटी एन.सी.ओ. सुगम दूरी (5–12 कदम) पर आकर गार्ड की तरह मुंह करके खड़ा हो गया है यह दूरी ग्राउन्ड की उपलब्धता पर निर्भर करती है।

आप देख रहे हैं कि ड्यूटी एन.सी.ओ. द्वारा संगीन लगवाने की कार्यवाही की जा रही है। इसके बाद गार्ड की सज्जा ड्यूटी एन.सी.ओ. द्वारा की जा रही है। ड्यूटी एन.सी.ओ. द्वारा गार्ड की वर्दी का निरीक्षण किया जा रहा है वर्दी निरीक्षण के पछात् संगीन उतारने की कार्यवाही ताकि हथियार का निरीक्षण किया जा सकें हथियारों के निरीक्षण में सबसे पहले निरीक्षण के लिये बांये शस्त्र जिसमें कि मैगंजीन तथा चाल वाले पूर्जों का निरीक्षण किया जाता है।

और अब जांच शस्त्र के दौरान ड्यूटी एन.सी.ओ. रायफल की बैरल का मुलायजा करता हुआ ताकि ये यकीन किया जा सके कि सभी ने ड्यूटी में चढ़ने से पहले अपने—अपने हथियारों को भली भींति साफ किया है हथियार के निरीक्षण के पश्चात् संगीन उतारने की कार्यवाही की जा रही है।

यहां पर ड्यूटी एन.सी.ओ. द्वारा गार्ड का निरीक्षण कर लिया गया है। इसके बाद ड्यूटी एन.सी.ओ. बिगुलर के दाहिने पाँच कदम पर लाइन पर खड़ा होगा और ड्यूटी आफिसर के आने की प्रतीक्षा करेगा।

फालीन काल :- फालीन काल के बजने पर ड्यूटी आफिसर का आगमन होता है ड्यूटी आफिसर के आने पर ड्यूटी एन.सी.ओ. द्वारा गार्ड को सावधान करके रिपोर्ट दी जाती है। और रिपोर्ट देने के पश्चात् ड्यूटी एन.सी.ओ अपने मूल स्थान पर आ जायेगा।

दर्शक और ड्यूटीज को परेड पर बुलाने की कार्यवाही आपने देखी इसके पश्चात् ड्यूटी आफिसर मूँड़कर गार्ड से सुगम दुरी (20–30 कदम) पर जाकर थम करता है। और गार्ड की ओर मुँड़ करके खड़ा हो जायेगा।

7. प्रक्रिया :- ड्यूटी आफिसर द्वारा संगीन लगाने एवं गिनती करने के पश्चात् वर्दी का निरीक्षण किया जा रहा है। और आप देंख रहे हैं कि ड्यूटी एन.सी.ओ. भी साथ है ताकि ड्यूटी आफिसर द्वारा दीये जाने वाले रिमार्क को नोट कर सकें। आपने देखा कि ड्यूटी आफिसर द्वारा हथियारों का निरीक्षण कर लिया गया है हथियारों के निरीक्षण के पश्चात् ड्यूटी आफिसर द्वारा एक बार फिर संगीन लगवाई गई। यहां पर ड्यूटी आफिसर गार्ड को षस्त्र क्वायद करा सकता है तथा जिस जवान का टन आउट और क्वायद सबसे अच्छा होगा उसी स्टीक आर्डली चुना जायेगा। ड्यूटी आफिसर द्वारा स्टीक आर्डली चुना गया गार्ड को निकट लाइन चलवाकर एक बार फिर दाहिने सज कि कार्यवाही और बगलं षस्त्र करवाने के बाद गार्ड को ड्यूटी आफिसर द्वारा गार्ड कमाण्डर के सुर्पद किया गया इसके पश्चात् ड्यूटी आफिसर अपने बाये तरफ सुगम दूरी पर जाकर खड़ा हो जायेगा जहां पर गार्ड द्वारा दिया गया अभिवादन ले सके नई गार्ड का गार्ड कमाण्डर गार्ड को मार्च करके उस स्थान पर ले जायेगा जहां वह पुरानी गार्ड को बदली करेगा एवं ड्यूटी आफिसर ड्यूटी एन.सी.ओ. क्वाटर गार्ड में गार्ड बदली की कार्यवाही की देख—रेख करेगे।

अभी आप गार्ड को कार्य मुक्त करना तैनाती और विसर्जन करने की कार्यवाही देखे

यदि क्वाटर गार्ड के अन्दर सम्भव हो तो नई गार्ड पुरानी गार्ड के सामने 15 कदम पर थम करेगी और यदि क्वाटर गार्ड में स्थान कम है तो नई गार्ड पुरानी गार्ड से 6 कदम बायी और खड़ी होगी और और उसका मुहं पुरानी गार्ड की दिशा में होगा और और पुरानी गार्ड से सिधाई लेगी यहां पर हम यह मानकर चलते हैं कि क्वाटर गार्ड में स्थान ।

जैसे ही पुरानी गार्ड का सन्तरी नई गार्ड को आता हुआ देखता है तो पुरानी गार्ड को लाइन बन कराता है।

लाईन बन की पुकार पर पुरानी गार्ड पाँच कदम जाकर छटंवा कदम मिलाकर थम करेगी तथा सिधाई लेगी एवं बाजू षस्त्र करेगी

आपने देखा की नई गार्ड ने पुरानी गार्ड की बायी और 6 कदम कि दूरी पर जगह ले ली ।

अभी आप गार्ड द्वारा की जाने वाली सैटिमोनियल कार्यवाही को देखे

आपने देखा की पुरानी तथा नई गार्ड ने एक दूसरे को सम्मान दिया तथा _पुराने गार्ड कमान्डर ने नये गार्ड कमान्डर को सन्तरियों की तैनाती के विषय में बताया और पुराना कमान्डर अपनी गार्ड के दाहिने और तरफ नया गार्ड कमान्डर अपनी गार्ड के सामने खड़ा हो गया अभी आप देख रहे हैं नये गार्ड कमान्डर द्वारा बदलियों की बांट की जा रही है

अपने देखा कि पूरी गार्ड को तीन बदलियों में बाटां गया और अब आप देखेंगे सन्तरियों की बदली एवं तैनाती के दौरान दोनों गार्ड कमान्डर चार्ज का आदान प्रदान करने के लिये गार्ड कक्ष में चले जाते हैं।

9. सन्तरियों की बदली करना :- जिस पोस्ट पर सन्तरी पहले से लगा हो वहां पर जब बदली पहुंचती है तो नया 2 I/c बदली को सन्तरी से 2 कदम की दूरी पर थम करेगा, बदली को आता हुआ देखकर पुराना सन्तरी बगल षस्त्र की हालत में आ जायेगा थम करते ही नया सन्तरी बदली के पास से हटकर पुराने सन्तरी के बायी और उसी दिशा में मुहं करके खड़ा हो जायेगा

सन्तरीयों के बदली हो जाने पर दोनों गार्ड कमान्डर एक साथ जाकर ड्यूटी अफिसर को सैल्यूट करेंगे और चार्ज के लेने देने की रिपोर्ट देंगे और गार्ड कमान्डर अपनी—अपनी गार्ड में शामिल हो जायेंगे।

आपने देखा कि पुरानी गार्ड के जाने के पश्चात् नई गार्ड ने पुरानी गार्ड का स्थान ग्रहण किया यहां पर गार्ड कमान्डर अपनी गार्ड को ड्यूटी के विषय में समझायेगा।

साथ ही आप देखेंगे कि पुरानी गार्ड नई गार्ड की मूल स्थिति में पहुंच गई है तथा ड्यूटी NCO द्वारा उनकी हथियारों का निरीक्षण किया जा रहा है।

निरीक्षण के पश्चात् पुरानी गार्ड को विश्रजित कर दिया जाता है।

यहां तक आपने GUARD MOUNTING, RELIEVING एवं DISMOUNTING की कार्यवाही देगी अब डेमों का अगला भाग जिसमें गार्ड द्वारा दिन के समय लाइन बन की कार्यवाही दिखाई जायेगी।

दिन में गार्ड के “लाइन बन” के मौके :— निम्न लिखित मौकों पर गार्ड लाइन बनाती हैं।:-

- (1) रिवाली के समय
- (2) सभी केन्द्र व राज्य सरकारों के विषिष्ट व्यक्तियों के आने पर
- (3) महा निदेशक, महानिरीक्षक, उप महानिरीक्षक के आने पर
- (4) कमाण्डेट / यूनिट इन्चार्ज के आने पर (दिन में एक बार)
- (5) सहायक कमाण्डेंट के आने पर दिन में एक बार
- (6) ड्यूटी अफसर के प्रथम बार आने पर,
- (7) हथियार बन्द टोली जिसकी संख्या गार्ड से अधिकार हो क्वार्टर गार्ड के सामने से गुजरने पर
- (8) षव यात्रा के क्वा. गार्ड के सामने से गुजरने पर
- (9) कोई भी FLAG CAR आने पर,
- (10) बल या यूनिट का निषान बाहर जाने या आने पर

(11) गार्ड बदली करते समय

(12) रिट्रीट के समय

11. गार्ड को दिन में लाइन बनाना :— गार्ड को निरीक्षण के लिये “लाइन बन” की कार्यवाही रिवेली से रिट्रीट के बीच की जाती है।

(1) जब सन्तरी निरीक्षण अधिकारी को वास्तव में क्वार्टर गार्ड में प्रवेष करते हुए देखता है तो सन्तरी सावधान होगा बगल घस्त्र करेगा और पुकारेगा गार्ड “लाइन बन” अभी आप देखेगे कि ड्यूटी आफिसर क्वार्टर गार्ड में आ रहे हैं इस पर लाइन बन कि कार्यवाही करायी जायेगी।

गार्ड कमाण्डर द्वारा निरीक्षण अधिकारी को उचित सैल्यूट दिया गया तथा गार्ड निरीक्षण के लिये हाजिर है। निरीक्षण के दौरान जब गार्ड कमाण्डर का निरीक्षण हो जाये जब वह लाइन तौड़ कर के निरीक्षण अधिकारी के साथ चलेगा।

निरीक्षण समाप्ती के पश्चात् विश्रजन का आदेष मिलने पर गार्ड कमाण्डर द्वारा गार्ड को विश्रजीत करवाया जाता है और गार्ड कमाण्डर गार्ड कक्ष और आस पास के स्थानों के निरीक्षण के लिये निरीक्षण अधिकारी के साथ जायेगा।

(2) यूनिट कमाण्डर :— अभी आप देखेगे यूनिट कमाण्डर क्वार्टर गार्ड में आ रहे हैं उनके आने पर एक बार फिर लाइन बन की कार्यवाही कि जायेगी

(3) लाइन बन का अगला मौका जब की हथियार बन्द ठोली जिसकी संख्या गार्ड से ज्यादा क्वार्टर गार्ड के सामने से गुजरती है

दिन के समय अकेले सन्तरी की कार्यवाही :— जब क्वार्टर गार्ड के सामने से कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी पैदल या वाहन से गुजरता है तो सन्तरी द्वारा की जाने वाली कार्यवाही को डेमो के माध्यम से देखें।

अभी आप देखेगे जब क्वार्टर गार्ड के पास से एस आइ साहब गुजरते तो सन्तरी किस प्रकार कार्यवाही करता है।

उप कमाण्डेट से ऊपर पद की आधिकारीयों के क्वाटर गार्ड के पास गुजरने पर सन्तरी द्वारा की जाने वाली कार्यवाही आप देखें।

आपने देखा कि गार्ड कमाण्डर के गार्ड के आदेष पर सन्तरी सावधान हुआ, एक कदम आगे लिया तथा सावधान के आदेष पर सलामी घस्त्र की कार्यवाही की तथा गार्ड कमाण्डर ने सैल्यूट किया और गार्ड बोलने पर बाजु घस्त्र करेगा तथा विश्राम के आदेष पर विश्राम होगा।

अब आप देखेगे कि अपनी बीट पर सन्तरी किस प्रकार गस्त करता है। जब सन्तरी अपनी बीट पर धुमना चाहता है पहले सावधान होगा —एक कदम आगे लेगा, बगल घस्त्र करेगा तथा दाहिने या बाये मुड़कर तेज चाल से मार्च करेगा। सन्तरी गस्त के दौरान अपनी चौकी जहां से अभिनन्दन या थम पुकारना हो, छोड़कर बीट पर कही भी नहीं रुकेगा।

डेमो का अगला चरण गार्डका रिट्रीट के वक्त लाइन बन करना एवं क्वाटर गार्ड में फ्लैग का उतारना।

गार्ड को रात के समय होषियार करना

गार्ड को रात के समय होषियार करने के मौके :—

- (1) किसी भी समय “जनरल अलार्म” या “फायर अलार्म” बजने पर।
- (2) आस पास खतरे का अंदेषा या सूचना मिलने पर।
- (3) जब कोई भी मुआयना गार्ड होषियार करवाना चाहें।

(4) किसी अपरिचित व्यक्ति, संदिग्ध व्यक्ति या दल के क्वाटर गार्ड की ओर आने पर।

(5) रिट्रीट के बाद सन्तरियों का “ARC OF FIRE”

अभी आप देखेंगे कि ड्यूटी आफिसर के आने पर किस प्रकार गार्ड होषियार करवाई

जाती है।

आपने देखा की ड्यूटी आफिसर के आने पर सन्तरी ने गार्ड को होषियार करवाया तथा समस्त गार्ड ने अलार्म पोस्ट पर जगह ली। गार्ड कमाण्डर ने यकीन किया कि सभी सन्तरी अलार्म पोस्ट में पहुंच चुके हैं तथा क्वाटर गार्ड को पूर्णतया सुरक्षित कर लिया गया है। सन्तुष्ट होने के बाद गार्ड कमाण्डर सन्तरी के पास जाता है तथा आने वाले अधिकारी के विषय में पूछता है।

आप देख रहे हैं कि ड्यूटी आफिसर, द्वारा अलार्म पोस्ट का निरीक्षण किया जा रहा है तथा सन्तरीयों से जिम्मेवारी का इलाका भी पुछा गया है। निरीक्षण के पश्चात् ड्यूटी आफिसर के द्वारा गार्ड को स्टैन्ड डाउन या लाइन बन का आदेष दिया जा सकता है। स्टैन्ड डाउन के आदेष पर गार्ड कमाण्डर के तय षुदा इसारे पर गार्ड अलार्म पोस्ट छोड़कर गार्ड कक्ष की ओर जायेगी। लेकिन लाइन बन के आदेष पर अलार्म पोस्ट पर तैनात सन्तरियों के अलावा गार्ड निरीक्षण लाइन पर आकर खड़ी हो जायेगी तथा विसर्जन के आदेष पर विसर्जित की जायेगी।

यदि बड़ा मुआयना या छोटा मुआयना गार्ड को होषियार नहीं करवाना चाहते हो तो सन्तरी के थम पुकारने पर दोस्त षब्द कहेंगें यदि सन्तरी आष्वस्त हो जाये कि आने वाला दोस्त ही है तो सन्तरी कहेगा आओ दोस्त सब ठीक है। साथ ही तान षस्त्र से बाजु षस्त्र की स्थिति में आ जायेगा और दोस्त को आगे बढ़ने की अनुमति देगा।

गार्ड कमांडर के कर्तव्य, सेकेंड गार्ड कमांडर के कर्तव्य, सामने की तरफ के संतरी का कर्तव्य, पीछे की तरफ के संतरी का कर्तव्य, क्वाटर गार्ड में छत के ऊपर के संतरी का कर्तव्य

गार्ड कमांडर के कर्तव्य

- 01 चौबीस घंटों के लिए क्वाटर गार्ड में तैनात रहेगा।
- 02 तैनात बल सदस्य चौबीस घंटा डियूटी पर होंगे तथा हर बल सदस्य को दो-दो घंटे का डियूटी बॉटा जाएगा तथा आगे और पीछे एक-एक संतरी लगाया जाएगा। ४
- 03 गार्ड कमांडर क्वाटर गार्ड के कर्तव्य के लिए सम्पूर्ण रूप से जिम्मेवार होंगे। गार्ड कमांडर संतरियों के बीच में आदान-प्रदान के समय ड्रिल के प्रति विषेष ध्यान देंगे तथा कार्य का आदान-प्रदान समझायेंगे। रात्रि के समय अचानक गार्ड होषियार करना तथा अग्नि सतर्क घंटी के बारे में समझायेंगे।
- 04 गार्ड कमांडर कर्तव्य पुस्तिका में तैनात बल सदस्यों की बल संख्या, पद, नाम एवं कर्तव्य समय लिखेंगे तथा सभी बल सदस्यों से हस्ताक्षर लेंगे।
- 05 कोत तथा गोला बारूद कक्ष की चाभी का बाक्स के अन्दर गार्ड कमांडर के अधीन रखा जाएगा। दुर्घटना होने पर सील तोड़कर बल सदस्यों को गोला बारूद दे सकते हैं।
- 06 किसी प्रकार की समस्या होने पर गार्ड कमांडर, कर्तव्य अधिकारी या आरक्षित निरीक्षक तथा अन्य सक्षम अधिकारी के साथ सम्पर्क स्थापित कर सकते हैं किन्तु वे क्वाटर गार्ड को नहीं छोड़ेंगे सिवाय उस दृष्टि में जब ऐसा करना बहुत ही आवश्यक हो।
- 07 गार्ड कमांडर के अधीन रखी गई सम्पत्ति की सुरक्षा एवं सरंक्षण उनका मुख्य कर्तव्य होगा।
- 08 सुबह उचित समय झण्डा चढ़ाना तथा शाम को उचित समय पर झण्डा उतारना नियमानुसार इस कर्तव्य को निभायेंगे।
- 09 गार्ड कमांडर क्वाटर गार्ड तथा उनके कर्तव्यों के लिए सम्पूर्ण रूप से जिम्मेवार होंगे।
- 10 दिन के समय क्वाटर गार्ड के सामने से गुजरने वाले हर अधिकारियों को उनके पद के अनुसार सम्मान संतरी द्वारा दिया जा रहा है कि नहीं इस बात की पुष्टि करेंगे।
- 11 गार्ड कमांडर जिम्मेवार होगा कि तैनात सभी बल सदस्य हर समय वर्दी के साथ सतर्क रहेंगे जिससे कि गार्ड को जरूरत पड़ने पर प्रस्तुत किया जा सके या आपातकालीन अवस्था में तुरन्त ही बिना समय नष्ट किये स्थिति का मुकाबला किया जा सके।
- 12 गार्ड कमांडर यकीन करें कि तैनात बल सदस्य अपनी राईफल को सूर्य अस्त से लेकर सूर्योदय तक जंजीर के साथ बेल्ट में बॉध कर रखें।

सेकेंड गार्ड कमांडर के कर्तव्य

- 01 क्वाटर गार्ड में गार्ड में एक कनिष्ठ प्रधान आरक्षक के पद के व्यक्ति को सेकेण्ड गार्ड कमांडर तैनात किया जाएगा।
- 02 सेकेण्ड गार्ड कमांडर, गार्ड कमांडर की अनुपस्थिति में उनके सभी कर्तव्यों का निष्पादन करेगा।
- 03 वह गार्ड में फालिन होने पर गार्ड कमांडर के पीछे खड़ा होगा।
- 04 वह गार्ड कमांडर द्वारा दिये गये सभी निर्देशों का पालन करेगा।
- 05 वह समय—समय संतरियों को चेक करेगा कि वे सतर्क हैं।
- 06 वह हर समय चौकन्ना रहेगा तथा सभी बातों से गार्ड कमांडर को अवगत कराता रहेगा।
- 07 वह संतरियों के बदली की देख—रेख करेगा तथा यह सुनिष्चित करेगा चार्ज मैगजीन या खाली कर ठीक प्रकार से हुआ है।
- 08 इसके अतिरिक्त उन सभी कर्तव्यों का पालन करेगा जो कि समय—समय पर उच्च अधिकारियों द्वारा दिये जाते हैं।

सामने की तरफ के संतरी का कर्तव्य

- क्वाटर गार्ड के सामने की तरफ पहला संतरी डियूटी करेगा। वह 08 घंटे का डियूटी करेगा मगर एक समय में लगातार दो घंटा डियूटी करेगा और बदली होगा दांये से बांयें।
- डियूटी के दौरान सामने वाले रास्ते जो कि मुख्य द्वार की तरफ जा रहा है नजर रखेगा।
- केवल विश्राम के दौरान ही गार्ड रूम के अन्दर आराम करेगा।
- गार्ड कमांडर से लिये गये आदेषों का पालन करेगा।
- जब तक उसे बदली न किया जाए तब तक कर्तव्य पर तैनात रहेगा।
- सेन्ट्रल कोत, कम्पनी कोत, हथियार एवं गोलाबारूद के लिए जिम्मेवार होगा।
- यदि किसी प्रकार की दुर्घटना की शंका हो तब वह इस सूचना को गार्ड कमांडर को देगा।
- अधिकारीगणों को उचित सम्मान देगा।
- सूर्यस्त से लेकर सूर्योदय तक राईफल को जंजीर के साथ बेल्ट में बांधेगे।
- जब तक उसकी आत्म रक्षक अधिकार या सम्पत्ति की रक्षा का एवं तत्काल खतरा नहीं आता तब तक बिना गार्ड कमांडर के आदेष से गोली नहीं चलायेगा।
- राईफल को लोड नहीं करेगा। चार्ज मैगजीन रखेगा।
- किसी भी असामान्य बात के नजर में आने पर गार्ड को होषियार करके गार्ड कमांडर को सूचित करेगा।
- किसी भी बाहरी व्यक्ति को बगैर पहचाने क्वाटर गार्ड के अन्दर नहीं आने देगा।
- वह हर समय कर्तव्य पर चुस्त एवं चौकन्ना रहेगा।
- संतरी का टर्नआउट बहुत ही अच्छा होना चाहिए।
- निर्देष अनुसार समय—समय पर घंटा बजाएगा।
- अग्नि दुर्घटना नजर आने पर या सूचना मिलने पर अग्नि की सूचना हेतु बताये हुए तरीके से फायर एलार्म बजाकर बाकी गार्ड को सचेत करेगा।

पीछे की तरफ के संतरी का कर्तव्य

- पीछे की तरफ का संतरी मुख्य रूप से क्वाटर गार्ड की पिछली भाग की तरफ सुरक्षा का जिम्मेवार होगा एवं क्वाटर गार्ड के पीछे समस्त एरिया में गस्त करेगा।
- बल सदस्य 08 घंटे डियूटी करेगा किन्तु यह डियूटी दो घंटे से अधिक एक समय लगातार नहीं करेगा।
- विश्राम के समय गार्ड रूम के अन्दर विश्राम करेगा।
- गार्ड कमांडर से लिये गये आदेषों का पालन करेगा।
- जब तक उसे बदली न किया जाए तब तक कर्तव्य पर तैनात रहेगा।
- कोत गोलाबारूद भण्डार के लिए जिम्मेवार होगा।
- किसी भी प्रकार की अप्रिय घटना घटने पर गार्ड कमांडर को सूचित करेगा।
- कोई अधिकारी अगर क्वाटर गार्ड के पीछे आते हैं तो उनको सैल्यूट नहीं करेगा परन्तु सावधान होगा।
- रात के समय अपनी राईफल को चेन के साथ लगाकर बेल्ट के अन्दर बांधेंगे।
- सुरक्षा को मध्य नजर रखते हुए राईफल को चार्ज मैगजीन रखेगा।
- स्वयं आत्मरक्षा या सम्पत्ति की रक्षा करते हुए गोली चला सकता है अन्यथा नहीं।
- संतरी अपना टर्न आउट अच्छा रखेगा।
- अग्नि दुघर्टना नजर आने पर या सूचना मिलने पर आगे वाले संतरी को आगे की कार्रवाई के लिए तुरन्त ही सूचित करेगा।

कर्वाटर गार्ड में छत के ऊपर के संतरी का कर्तव्य

- यह संतरी मुख्यतः रात के समय ही लगाया जाता है।
- इसका डियूटी 08 घंटे के लिए होगा।
- डियूटी के दौरान हर समय कर्तव्य पर चुस्त और चौकन्ना रहेगा।
- उसका मुँह हमेषा बाहरी हिस्सों की तरफ होगा।
- राईफल हमेषा चार्ज मैगजीन रखेगा।
- राईफल को जंजीर से बेल्ट के साथ बॉधकर रखेगा।
- किसी भी किस्म की अप्रिय घटना के अंदाजा होने पर यथाषीघ्र नीचे के संतरी को तथा गार्ड कमांडर को सूचित करेगा।
- किसी भी किस्म की अप्रिय घटना घट जाने पर छत से अपना छुपाव हासिल करते हुए नीचे के संतरी को फायर कवर देगा।

सबक-12

बिगुल काल की पहचान एवं रिवेली एवं रिट्रीट का महत्व

इतिहास :- रामायाण एवं महाभारत युद्ध के दौरान ध्वज चढ़ाने एवं उतारने के लिए षष्ठ का इस्तेमाल होता था। भारत में बिट्रिष शासन के दौरान शंख के बजाए बिगुल का इस्तेमाल किया जाने लगा।

काल्स के प्रकार एवं उद्देश्य :-

प्रकार	उद्देश्य
परेड ग्राउण्ड काल	
मार्कर काल	प्लाटून के गाईड अपनी जगह लेते हैं।
फालिन काल	प्लाटून परेड ग्राउण्ड में फालिन होती है।
पी टी एवं परेड एडवांस काल	यह काल रिपोर्टिंग अधिकारी द्वारा रिपोर्ट देने के पश्चात् बजाई जाती है।
जी नोट	यह बिगुल स्कैल में दूसरा नोट है।
डिसमिस काल	जब परेड को डिसमिस करना हो तो इस काल को बजाया जाता है।
क्वाटर गार्ड काल	
शार्ट रिवाली	जब सुबह सूर्योदय के समय क्वाटर गार्ड में ध्वज चढ़ाया जाता है तो इस काल को बजाई जाती है। किसी भी बल के लिए इस काल का बहुत महत्व है क्योंकि दैनिक कार्य की शुरूआत इस काल से ही होती है। अतः ध्वज चढ़ाते वक्त ध्वज की पवित्रता एवं महत्ता को ध्यान में रखते हुए उच्च दर्जे की क्वायद का प्रदर्शन किया जाना चाहिए साथ ही साथ

	उच्च दर्जे का टर्न आउट होना चाहिए।
ड्रेसिंग काल	बैरक की ड्रेसिंग करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
माउन्टिंग एवं डिसमाउन्टिंग काल	नई गार्ड को माउण्ट करने एवं पुरानी गार्ड को डिसमाउण्ट करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
गार्ड सैल्यूट	पुरानी एवं नई गार्ड की बदली के वक्त यह सैल्यूट दिया जाता है।
जनरल सैल्यूट	उप महानिरीक्षक एवं ऊपर के अधिकारियों को सम्मान देने के लिए यह सैल्यूट बजाया जाता है।
रिट्रीट	सूर्य अस्त के समय जब ध्वज को उतारना हो तो रिट्रीट बजाई जाती है। प्रत्येक बल के बल सदस्यों के लिए रिट्रीट का विषेष महत्व है क्योंकि इस समय इकाई ध्वज को रात्रि के समय सुरक्षित रखने के लिए उतारा जाता है। ध्वज उतारते वक्त भी ड्रिल प्रदर्शन उच्च दर्जे का होना चाहिए एवं यूनिट के सभी सदस्यों को चाहिए वे रिट्रीट काल सुनने पर क्वाटर गार्ड की तरफ मुँह करके सावधान पोजिषन में खड़े हो जाए ताकि इकाई ध्वज को सम्मान दिया जा सके।
फायरिंग रेंज काल्स	
कामिस फायर	रेंज पर फायरिंग शुरू करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
सीज फायर	फायरिंग को रोकने या बन्द करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
संतरी क्लॉजिंग काल	फायरिंग रेंज में तैनात सभी संतरियों को एकत्रित होने के लिए यह काल बजाई जाती है।
डिसमिस काल	फायरिंग समाप्त होने के बाद सभी औपचारिकतायें पूरी कर ली गई हो तो इस काल को बजाया जाता है।

अन्य काल	
बिगुल यूनिट काल	अलग—अलग इकाईयों एवं यूनिट नम्बर में अन्तर करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
सैनिक सम्मेलन काल	सैनिक सम्मलेन के दौरान इस काल को बजाया जाता है।
मेस काल	सुबह का नास्ता, दोपहर का भोजन एवं रात्रि भोजन के समय इस काल को बजाया जाता है।
फर्स्ट आफिसर मेस काल	यह काल एसओज मेस में भोजन तैयार होने पर बजाई जाती है।
सेकेण्ड आफिसर मेस काल	यह काल जीओज मेस में भोजन तैयार होने पर बजाई जाती है।
बैण्ड काल	बैण्ड मेम्बर को जरूरत पड़ने पर एकत्रित करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
सिक रिपोर्ट काल	सभी बीमार सदस्यों को एकत्रित करने के लिए इस काल को बजाया जाता है ताकि उन्हें अस्पताल ले जाया जा सके।
डाक काल	सभी सदस्यों को यह बताने के लिए कि डाक आ चुकी है यह काल बजाई जाती है।
आर्डली रूम काल	आर्डली रूम में बुलाने के लिए इस काल को बजाई जाती है।
रोलकाल काल	रोलकाल फालिन के लिए बजाई जाती है।
वीआईपी काल	वीआईपी के स्वागत के लिए बजाई जाती है।
विकट्री स्टैण्ड काल	पुरस्कार वितरण के दौरान इस काल को बजाया जाता है।
सीएचएम काल	सभी सीएचएम को एक स्थान में एकत्रित होने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
बीएचएम काल	बीएचएम को बुलाने के लिए इस काल को बजाया जाता है।

क्यूम काल	क्वाटर मास्टर को बुलाने को इस काल को बजाया जाता है।
फायर एलार्म	किसी भी अपात कालीन घटना के समय इस काल को बजाया जाता है।
लाईट आफ काल	रात्रि 1000 बजे लाईट बन्द करने के लिए इस काल को बजाया जाता है।
फ्यूनरल ड्रिल काल (षोक क्वायद काल)	
रोज रिवाली	शव के अन्तिम संस्कार के समय यह काल बजाई जाती है।
लास्ट पोस्ट काल (टैटू)	जब शस्त्र षोक शस्त्र में होते हैं तब इस काल को बजाया जाता है।

एक समान (यूनिफार्म) व्हिसल कोड

प्रस्तावना :- केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल को अपने कर्तव्यों के निष्पादन के दौरान बहुत से मुश्किल हालातों का सामना करना पड़ता है। कई बार बल के जवानों को खतरनाक किस्म के कर्तव्यों को अकेले या छोटे समूह में कई बार हथियारों के साथ और कई बार बगैर हथियारों के अंजाम देना पड़ता है। बल के जवान जब कि वास्तविक खतरे को महसूस कर रहे हो या कर्तव्य के दौरान कठिन परिस्थिति महसूस कर रहे हो और तुरन्त मदद की जरूरत महसूस कर रहे हों तो ऐसी हालत में व्हिसल या सीटी जो कि हमारी वर्दी का हिस्सा भी है बहुत मददगार साबित हो सकती है। इसको आसानी से बजाया जा सकता है साथ ही साथ यह गुप्त संचार साधन का काम भी करती है।

उद्देश्य :-

- 01 बल सदस्य जिसने कि व्हिसिल कोड में महारत हासिल कर ली हो वह आसानी से :-
 - (क) किसी घटना, दुर्घटना या खतरे के समय मदद के लिए अपने नजदीक साथी का ध्यान आकर्षित कर सकता है।
 - (ख) अपने साथी को गुप्त कोड में कोई सूचना भेज सकता है।
 - (ग) खतरे के समय अपने साथी को अपनी स्थिति और जरूरत के विषय में बता सकता है।
- 02 बल सदस्य जो कि व्हिसिल कोड के माध्यम से कोई सूचना प्राप्त करता है वह कम से कम सम्भावित समय में कार्रवाई करेगा, तालमेल करेगा और जरूरत के अनुसार आवधक कदम उठायेगा।
- 03 व्हिसिल कोड का समझदारी से इस्तेमाल करके एक बल सदस्य आत्मविष्वास और साहस की भावना का विकास कर सकता है। साथ ही साथ विभिन्न इषारों को समझ सकेगा और जरूरत के अनुसार कार्रवाई कर सकेगा।

परिभाषायें :-

काल :— काल से तात्पर्य किसी बल सदस्य द्वारा व्हिसिल कोड के तहत बताये गये तरीके से किसी संदेश को भेजने के लिए व्हिसिल का बजाने से है।

कालर :— कालर से तात्पर्य ऐसे बल सदस्य से है जो कि किसी आपातकालीन घटना के समय पर मदद के लिए व्हिसिल कोड के तहत सर्वप्रथम व्हिसिल बजाता है।

रेस्पांडेण्ट (प्रतिवेदक) :— प्रतिवेदक से तात्पर्य ऐसे बल सदस्य से है जो कि दूसरे बल सदस्य के द्वारा मदद हेतु व्हिसिल कोड के तहत बजाई गई व्हिसिल को सुनता है ताकि इसके द्वारा उचित कार्रवाई की जा सके।

व्हिसिल कोड :— व्हिसिल कोड से तात्पर्य सीआईएसएफ के लिए बनाये एक समान व्हिसिल कोड से है।

उपयोग :-

- (क) व्हिसिल कोड का इस्तेमाल तभी किया जाएगा जबकि आपातकाल में संचार का कोई तेज या अच्छा साधन उपलब्ध न हो।
- (ख) सीआईएसएफ में सभी सदस्यों को उनके बुनियादी प्रषिक्षण में जानकारी दी जाएगी।
- (ग) इस कोड को बल सदस्यों के बीच में गुप्त रखा जाना चाहिए और किसी बाहरी व्यक्ति को जानकारी नहीं होनी चाहिए।

विभिन्न प्रकार की व्हिसिल काल और उनका उपयोग :-

01 एलर्ट (सतर्क) काल :— (0 0 0 0 0 0 0) इस काल से कालर के द्वारा यह संदेश दिया जाता है उसने कोई खतरा महसूस किया है या अपराधी आ रहे हैं सभी चौकन्ना हो जाएं। साथ ही साथ यह सूचना आगे भेजी जाए। इस काल के मिलने पर प्रतिवेदक का कर्तव्य है कि इस काल को आगे बढ़ायें।

02 फालिन काल :— (—) इस काल से कालर निष्चित खतरे एवं मदद हेतु संदेश प्रेषित करता है। इस काल के सुनने पर प्रतिवेदक (रेसपांडेण्ट) तुरन्त कालर के पास मदद के लिए पहुँचना है।

03 डेंजर एलार्म काल (खतरे का एलार्म) :— (— 0 — 0) इस काल के द्वारा कालर आसन्न खतरा एवं तुरन्त मदद के लिए संदेश पारित कर रहा है। यह काल कालर द्वारा तब दी जाएगी। जबकि खबरा बहुत ही नजदीक हो या संतरी के ऊपर हमला किया गया हो। रेसपांडेण्ट को चाहिए कि इस काल को सुनने के पश्चात् इस संदेश को आगे बढ़ाये और कालर के पास जल्दी पहुँचे।

04 एक्सीडेण्ट एलार्म (दुर्घटना का एलार्म) :— (0 0 — 0 0 —) सही प्रकार की दुर्घटनाओं के होने पर इस काल का उपयोग किया जाएगा। रेस्पांडेण्ट को चाहिए कि इस काल के सुनने पर व्हिसिल कोड तथा अन्य संचार के साधनों का इस्तेमाल करते हुए इस संदेश को आगे प्रेषित करें।

05 निर्वासन (म्ट | ब्लैज्य्यर्ड :— (0 0 0 — 0 0 0 —) जब जिन्दगी को खतरा हो तो खतरे से दूर रहने के लिए इस काल का इस्तेमाल किया जाता है गैस के लीक होने या विस्फोटक का अंदेषा होने पर इस काल का इस्तेमाल किया जाता है। रेसपांडेण्ट को चाहिए कि वह कोड को आगे प्रेषित करें एवं लोगों को उस इलाके के नजदीक न जाने दे।

व्याख्या :- कोड

01 0 0 0 इसके तहत एक सेकेंड की छोटी व्हिसिल बजायी जाएगी।

02 ————— इसके तहत चार सेकेंड की लम्बी व्हिसिल बजायी जाएगी।

राष्ट्रीय ध्वज

राष्ट्रीय झण्डे को भारतीय संविधान द्वारा 22 जुलाई 1947 को मान्यता दी गई। डा० एस० राधाकृष्णनन ने तिरंगे की व्याख्या करते हुए कहा है कि "भगवा या केसरिया रंग त्याग या निस्वार्थ भावना का प्रतीक है हमारे नेताओं को भौतिक सुखों से विरक्त तथा अपने कार्य के प्रति समर्पित होना चाहिए। झण्डे के मध्य में सफेद रंग हमें सच्चाई के पथ पर चलने और अच्छे आचरण की प्रेरणा देता है। हरा रंग मिट्टी और वनस्पतियों के साथ हमारे सम्बन्धों को उजागार करता है जिनपर सभी प्राणियों का जीवन आश्रित है। सफेद रंग के मध्य में अषोक चक्र, धर्म के राज का प्रतीक है। इस झण्डे के तले शासन करने वाले लोगों को सत्य, धर्म या नैतिकता के सिद्धांतों का पालन करना चाहिए। चक्र प्रगति का प्रतीक है जड़ता प्राणहीनता का प्रतीक है। चलना ही जिन्दगी है। भारत को परिवर्तन की अनदेखी नहीं करनी है अपितु आगे ही आगे बढ़ना है"।

सरकार द्वारा समय-समय जारी निर्देशों समप्रतीक और नाम (अनुचित प्रयोग का निवारण) अधिनियम 1950 तथा राष्ट्रीय गौरव अपमान निवारण अधिनियम 1971 के उपबन्धों के तहत राष्ट्रीय झण्डे का प्रदर्शन नियंत्रित होता है।

सामान्य :-

यह तीन रंगों को मिलाकर बनाया गया है।

- (क) सबसे ऊपर केसरिया रंग :— जिसे त्याग का प्रतीक माना गया है।
- (ख) बीच में सफेद रंग :—जिसे शान्ति का प्रतीक माना गया है।
- (ग) नीचे हरा रंग :— जिसे हरियाली का प्रतीक माना गया है।

राष्ट्रीय ध्वज के बीच में अषोक चक्र बना है जिसमें चौबीस तीलियां होती हैं।

राष्ट्रीय झण्डे का आकार आयाताकार होगा। झण्डे लम्बाई और ऊँचाई (चौड़ाई) का अनुपात 3:2 होगा।

राष्ट्रीय ध्वज का मानक आकार निम्नलिखित है :—

ध्वज की नाप	मिली मीटर में
I	6300 x 4200
II	3600 x 2400
III	2700 x 1800
IV	1800 x 1200
V	1350 x 900
VI	900 x 600
VII	450 x 300
VIII	225 x 150
IX	150x100

आम जनता, गैर सरकारी संगठनों और शैक्षणिक संस्थाओं के द्वारा राष्ट्रीय झण्डे का फहराया जाना / प्रयोग :—

- 01 झण्डे का प्रयोग व्यावसायिक प्रयोजनों के लिए नहीं किया जाएगा।
- 02 किसी व्यक्ति या वस्तु को सलामी देने के लिए झण्डे को झुकाया नहीं जाएगा।
- 03 झण्डे को आधा झुकाकर नहीं फहराया जाएगा जबतक कि इस सम्बन्ध में स्पष्ट आदेष न हो।
- 04 झण्डे को किसी भी रूप में लपेटने के काम में नहीं लाया जाएगा।
- 05 किसी भी प्रकार की पोषाक या वर्दी के भाग में या तकियों रूमालों या नेपकिन में इसका इस्तेमाल नहीं किया जाएगा।
- 06 झण्डे पर किसी प्रकार के अक्षर नहीं लिखें जाएंगे।
- 07 झण्डे को किसी प्रतिमा के अनावरण के अवसर पर प्रतिमा को ढकने के लिए इस्तेमाल नहीं किया जाएगा।
- 08 झण्डे को वक्ता की मेज को ढकने के लिए इस्तेमाल नहीं किया जाएगा।

- 09 झण्डे को जानबूझकर जमीन अथवा फर्ष को छूने या पानी में घसीटने नहीं दिया जाएगा।
- 10 झण्डे का प्रयोग किसी भवन में पर्दा लगाने के लिए नहीं किया जाएगा।
- 11 झण्डे को जानबूझकर केसरिया रंग नीचे को प्रदर्शित कर नहीं फहराया जाएगा।
- 12 जब कभी राष्ट्रीय ध्वज फहराजया जाए तो उसकी स्थिति सम्मानजनक एवं पृथक होनी चाहिए।
- 13 फटा हुआ अथवा मैला झण्डा प्रदर्शित नहीं किया जाएगा।
- 14 झण्डे को किसी अन्य झण्डे अथवा झण्डों के साथ एक ही ध्वज दंड से नहीं फहराया जाएगा।
- 15 जहाँ झण्डे का प्रदर्शन खुले में किया जाता है वहाँ मौसम को ध्यान रखे बिना उसे सूर्योदय से सूर्यास्त तक फहराया जाना चाहिए।
- 16 जब झण्डा फट जाए अथवा मैला हो जाए तो उसे एकान्त में जलाकर उसकी मर्यादा के अनुकूल किसी अन्य तरीके से नष्ट कर दिया जाए।

झण्डा फहराने का सही तरीका :-

- 01 जब भी झण्डा फहराया जाए तो उसे सम्मानपूर्ण स्थान दिया जाना चाहिए और ऐसी जगह पर लगाना चाहिए जहाँ वह स्पष्ट रूप से दिखाई दे।
- 02 प्रत्येक दिन राष्ट्रीय ध्वज को सम्मान दिया जाता है। चाहे रविवार या छुट्टी का दिन हो, चाहे सूर्योदय का समय हो या सूर्य अस्त का समय हो। प्रत्येक स्थिति में राष्ट्रीय ध्वज का सम्मान दिया जाता है। खास-खास मौके पर और खास-खास इमारतों पर राष्ट्रीय ध्वज रात को भी फहराया जाता है।
- 03 जब झण्डे का प्रदर्शन दीवार के सहारे किया जाता है तो केसरी पट्टी सबसे ऊपर होगी तथा झण्डा दर्षक के बायीं ओर होगा।
- 04 जब झण्डे का प्रदर्शन सभा मंच पर किया जाता है तो उसकी स्थिति श्रोताओं के बायीं ओर होगी।
- 05 जब झण्डा किसी मोटर कार पर लगाया जाता है तो उसे बोनट के आगे बीचोंबीच या कार के आगे दाहिनी ओर लगाया जाए।

झण्डे को सलामी :-

- 01 झण्डे को फहराते समय या उतारते समय, या झण्डे को परेड में या किसी निरीक्षण के अवसर पर ले जाते समय उपस्थित सभी लोग झण्डे की ओर मुँह करके सावधान खड़े होंगे और वर्दीधारी सलामी देंगे।

राष्ट्रीय झण्डे का दूसरे राष्ट्रीय झण्डों के साथ फहराया जाना :-

- 01 जब राष्ट्रीय दूसरे राष्ट्रों के झण्डों के साथ एक ही पंक्ति में फहराया जाए तो उसे सबसे दायीं ओर रखा जाएगा ।
- 02 यदि झण्डों को अर्धगोलाकार में फहराया जाता है तो राष्ट्रीय झण्डा सबसे दाहिनी ओर होगा और यदि पूर्ण गोलाकार में फहराया जाए तो सबसे पहले राष्ट्रीय झण्डा लगाया जाएगा बाकी झण्डे घड़ी की सुई के रुख में लगायें जाएंगे ।
- 03 जब राष्ट्रीय झण्डा किसी दीवार पर दो ऐसे डंडों पर फहरायें जाए जो एक दूसरे को कास करते हों तो राष्ट्रीय झण्डा दाहिनी ओर और उसका डंडा दूसरे डंडे के ऊपर होगा ।

मोटरकारों पर राष्ट्रीय झण्डा लगाया जाना :-

मोटरकारों पर राष्ट्रीय झण्डा लगाने का विषेषाधिकार केवल निम्नलिखित गणमान्य व्यक्तियों को ही है :-

- 01 राष्ट्रपति,
- 02 उपराष्ट्रपति
- 03 राज्यपाल और उपराज्यपाल
- 04 विदेशों में नियुक्त भारतीयों दूतावांसों एवं कार्यालयों के अध्यक्ष
- 05 प्रधानमंत्री एवं अन्य कैबिनेट मंत्री
- 06 लोकसभा के अध्यक्ष, उपाध्यक्ष आदि ।
- 07 उच्चतम एवं उच्च न्यायालय के न्यायाधीष

रेलगाड़ियों और वायुयानों पर राष्ट्रीय झण्डा लगाया जाना :-

- 01 जब राष्ट्रपति देश में ही विषेष रेलगाड़ी से यात्रा करते हैं तो जिस स्टेशन से गाड़ी रवाना होती है वहाँ ड्राईबर की केबिन पर प्लेटफार्म की ओर राष्ट्रीय झण्डा तब तक लगाया जाए जब तक गाड़ी वहाँ खड़ी हो ।
- 02 राष्ट्रपति, उपराष्ट्रपति एवं प्रधानमंत्री की विषेष यात्रा के दौरान विमान पर झण्डा लगाया जाएगा । जब राष्ट्रपति देश में ही कहीं दौरे पर जाएं तो राष्ट्रीय झण्डा वायुयान के उस ओर लगाया जाए जिस ओर राष्ट्रपति विमान में चढ़े या उतरे ।

झण्डे को आधा झुकाना :— निम्नलिखित गणमान्य व्यक्तियों में से किसी का निधन होने पर प्रत्येक पदनाम के सामने उल्लिखित स्थानों पर राष्ट्रीय झण्डा फहराया जाएगा।

गणमान्य व्यक्ति	स्थान
राष्ट्रपति, उपराष्ट्रपति एवं प्रधानमंत्री	समस्त भारत
लोकसभा के अध्यक्ष, भारत के मुख्य न्यायधीष,	दिल्ली
केन्द्रीय कैबिनेटमंत्री	दिल्ली और राज्यों की राजधानी
केन्द्र के राज्य मंत्री और उपमंत्री	दिल्ली
राज्यपाल, उपराज्यपाल, मुख्यमंत्री	सम्बन्धित राज्य या संघ शासित क्षेत्र
राज्य का कैबिनेट मंत्री	सम्बन्धित राज्य की राजधानी

सबक-15

क्वाटर गार्ड में दस्तावेजों का रख-रखाव, क्वाटर गार्ड को खोलने एवं बन्द करने की प्रक्रिया तथा गार्ड कमांडर के मध्य चार्ज का आदान-प्रदान :—

किसी भी इकाई में क्वाटर गार्ड एक अतिसंवेदनशील स्थान है जहाँ पर सभी प्रकार के हथियार, गोलाबारूद एवं अन्य महत्वपूर्ण उपस्कर रखे जाते हैं जिनकी सुरक्षा अन्य सुरक्षा साधनों अलावा दस्तावेजों के उचित रख रखाव पर भी निर्भर करती है। हथियार एवं गोला बारूद जारी किया जाना विभिन्न इकाईयों से गोला बारूद एवं हथियारों की प्राप्ति होना, चॉदमारी सम्बन्धी आंकड़ों का मूल्यांकन, हथियारों का रख-रखाव, कर्तव्य सम्बन्धी आदेषों आदि के लिए विभिन्न प्रकार के दस्तावेज अतिआवश्यक हैं। अतः यह जरूरी है कि क्वाटर गार्ड में भौतिक सुरक्षा साधनों के अलावा दस्तावेजों का भी उचित रख-रखाव किया जाए। आमतौर पर किसी भी क्वाटर गार्ड में निम्नलिखित प्रकार के दस्तावेजों का रख-रखाव किया जाता है।

कोत :- क्वाटर गार्ड में स्थित कोत में निम्नलिखित दस्तावेजों का रखरखाव किया जाता है :—

- 01 हथियार/सहायक सामाग्री स्टाक पंजिका।
- 02 हथियार/एम्युनेषन /म्युनेषन /गोला बारूद स्टाक पंजिका।
- 03 दैनिक हथियार एवं गोला बारूद जारी/जमा पंजिका।
- 04 दैनिक हथियार सफाई पंजिका
- 05 साप्ताहिक हथियार सफाई पंजिका।
- 06 मासिक हथियार सफाई पंजिका।
- 07 चॉदमारी से पहले की हथियार सफाई पंजिका
- 08 चॉदमारी के पश्चात् हथियार सफाई पंजिका।
- 09 कोत खोलने एवं बन्द करने सम्बन्धी पंजिका।
- 10 अधीनस्थ अधिकारी हथियार भौतिक सत्यापन पंजिका।
- 11 राजपत्रित अधिकारी हथियार भौतिक सत्यापन पंजिका।
- 12 कार्यभार आदान-प्रदान पंजिका।
- 13 अस्थाई कर्तव्य हथियार /गोलाबारूद जारी पंजिका।
- 14 निजी हथियार/गोलाबारूद जमा पंजिका।
- 15 हथियार स्टॉक लेजर।
- 16 गोला बारूद स्टॉक लेजर।

क्वाटर गार्ड :- किसी भी यूनिट के क्वाटर गार्ड में निम्नलिखित दस्तावेजों का रखरखाव किया जाता है :—

- 01 कर्तव्य पंजिका
- 02 राजपत्रित अधिकारी चेकिंग पंजिका।
- 03 अधीनस्थ अधिकारी चेकिंग पंजिका।
- 04 क्वाटर गार्ड सम्पत्ति पंजिका।
- 05 स्ट्रांगरूम सील पंजिका।

आरमोरर शाप :-

- 01 आरमोरर टूल्स, गेज/स्पेयर कम्पोनेंट पंजिका।
- 02 फायरिंग से पहले/पश्चात् निरीक्षण पंजिका।
- 03 ट्रैमासिक निरीक्षण रिपोर्ट पंजिका।
- 04 स्माल आमर्स क्षति पंजिका।
- 05 आर्टिफिसियल रिपेयर बुक।

क्वाटर गार्ड को खोलने एवं बन्द करने की प्रक्रिया :- क्वाटर गार्ड की समुचित सुरक्षा के लिए यह जरूरी है कि क्वाटर/कोत को खोलने एवं बन्द करते वक्त निम्नलिखित प्रक्रिया अपनाई जाए

- 01 रिवाली के वक्त कोत को खोलने से पहले यह सुनिष्चित किया जाए कि सभी ताले एवं सील सही हालत में हैं अगर ताले या सील को किसी भी प्रकार का नुकसान पहुँचाया गया है तो कोत को न खोला जाए तथा सम्बन्धित राजपत्रित अधिकारी को इसकी सूचना दी जाए।
- 02 कोत के सभी तालों एवं सील को हमेषा कर्तव्य अधिकारी कोत अधिकारी एवं कोत एनसीओ की उपस्थिति में ही खोला जाए।
- 03 कोत को बन्द करने से पहले कोत अधिकारी एवं कोत एनसीओ द्वारा यह सुनिष्चित किया जाना चाहिए कि जारी किये गये सभी हथियार वापस कोत में आ चुके हैं तथा सभी हथियारों को कोत अधिकारी एवं कोत एनसीओ द्वारा भौतिक किया जाना चाहिए।
- 04 कोत को सील करते वक्त कर्तव्य अधिकारी, कोत अधिकारी एवं कोत एनसीओ उपस्थिति आवधक है।
- 05 रिट्रीट के समय कोत सील करते वक्त सर्वप्रथम कोत के प्रत्येक ताले को कागज की सील से सील किया जाए तत्पश्चात् कपड़े की सील को इसके ऊपर से लाख(वैक्स) का इस्तेमाल करते हुए उचित रूप से बन्द किया जाए तथा लाख (वैक्स) के ऊपर मोहर लगाई जाए।
- 06 सभी उपस्थित सदस्यों द्वारा यह सुनिष्चित किया जाए कि सभी ताले एवं सील सही प्रकार से लगाये गए हो। इसके पश्चात् समस्त चाभियों को डियूटी अफसर द्वारा की बाक्स में सुरक्षित रखा जाना चाहिए।
- 07 की बाक्स को भली-भौति बतायें गए तरीके से सील करके नियंत्रण कक्ष में जमा करना चाहिए और इस सम्बन्ध में नियंत्रण कक्ष में रखी पंजिका में इन्द्राज करना चाहिए।
- 08 चाभियों को जारी करते वक्त भी नियंत्रण कक्ष में रखी पंजिका में इन्द्राज करना चाहिए।
- 09 कोत सील होने के पश्चात् रिट्रीट से रिवाली तक वगैर यूनिट कमांडर के आदेष के कोत को नहीं खोला जाना चाहिए।

सबक-16

क्वाटर गार्ड कोत शस्त्रागार मैगजीन (गोला बारूद भण्डार) के स्थाई आदेष

क्वाटर गार्ड के स्थाई आदेष

क्वाटर गार्ड प्रषिक्षण केन्द्र की गरिमा एवं दक्षता का परिचायक होता है। प्रषिक्षण केन्द्र की गरिमा एवं दक्षता तभी स्थिर रह सकती है, जब स्वच्छता, क्वायद एवं अनुषासन के उच्च मानदण्डों को बनाये रखा जाए। क्वाटर गार्ड का स्तर ऐसा होना चाहिए कि जो भी इसे देखे वो स्वयं गौरवानित महसूस करे। इसके लिए सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों को आवश्यक कदम उठाने होंगे। क्वाटर गार्ड के उचित प्रषासन के लिए उपनिरीक्षक स्तर का एक उप अधिकारी तथा उसकी सहायता के लिए कोत एनसीओ के रूप में प्रधान आरक्षक स्तर का व्यक्ति तैनात किया जाए। क्वाटर गार्ड की पर्याप्त सुरक्षा के लिए दो प्रधान आरक्षक, छः आरक्षक दिन रात चौकसी बरतेंगे। अर्थात् झण्डा फहराने से झण्डा उतारने तक समारोह गार्ड रहेगी तथा झण्डा उतारने से झण्डा फहराने तक की अवधि में युक्तिक वर्दी में रहेगी। आमतौर पर गार्ड में प्रधान आरक्षक स्तर का कार्मिक गार्ड कमांडर रहेगा तथा दूसरा प्रधान आरक्षक के स्तर का कनिष्ठ गार्ड कमांडर होगा। कनिष्ठ गार्ड कमांडर के उपस्थित न रहने की दषा में वरिष्ठतम् आरक्षक कनिष्ठ गार्ड कमांडर होगा। सभी प्रहरियों को गार्ड कमांडर उनके कर्तव्यों एवं दायित्वों के बारे में समझायेगा। गार्ड कमांडर यह सुनिष्चित करेगा कि दिन के समय कम से कम दो प्रहरी खड़े रहने की परम्परा बनी रहे। ताकि गार्डों को अपने दायित्व का एहसास होता रहे।

- 01 हथियार एवं गोला बारूद, सरकारी सम्पत्ति जिसमें कोत में रखी हुई नकदी भी शामिल है की पर्याप्त सुरक्षा का जिम्मा क्वाटर गार्ड में तैनात गार्ड का होगा। इसके अतिरिक्त समय-समय पर उसके सुपुर्द किए गए भण्डार की उचित सुरक्षा/प्रयोग की जिम्मेदारी भी उसी की होगी।
- 02 क्वाटर गार्ड का गार्ड चौबीस घंटों के लिए आदमी उपलब्ध करायेगा। डियूटी गार्ड दिन में चार बार दो-दो घंटे अंतराल पर काम करेगा।
- 03 गार्ड को बदलने एवं तैनात करते वक्त बी पी आर एण्ड डी मैनुअल में दी गई प्रक्रिया का पालन करेंगे। तैनाती से पूर्व गार्ड कमांडर प्रहरियों को आवश्यक दिषा निर्देश देगा।
- 04 गार्ड तैनाती से पूर्व गार्ड कमांडर यह सुनिष्चित करेगा कि गार्डों ने सही तरीके से वर्दी पहना है।
- 05 प्रहरियों को गार्ड कमांडर या द्वितीय गार्ड कमांडर की उपस्थिति में ही बदला या तैनात किया जाए।
- 06 क्वाटर गार्ड को छोड़ने से पहले गार्ड को कार्यभार मुक्त किया जाए। पहला गार्ड नये गार्ड को सही तरीके कार्यभार सौंपे। किसी प्रकार की अनियमितता की सूचना सक्षम अधिकारी को दी जाए।

- 07 सभी गार्ड उनको जारी किए गए उचित राउण्ड को अपने बैंडोलियर्स में सुरक्षित रखें।
- 08 राईफलों को गार्ड रूम में प्रदान की गई रैक में रखें।
- 09 रात में सभी गार्ड जारी किये गये हथियार एवं गोला बारूद को अपने साथ रखें तथा राईफल मजबूती से चेन के साथ बेल्ट पर कसी रहनी चाहिए।
- 10 दिन के समय जब कभी उप कमांडेण्ट या उससे ऊपर स्तर के अधिकारी क्वाटर गार्ड में आये तो गार्ड अभिवादन करें।
- 11 जब कभी कोई अधिकारी या अधीनस्थ अधिकारी क्वाटर गार्ड के सामने से गुजरे तो प्रहरी को उनके पद के अनुसार सम्मान देना होगा।
- 12 प्रहरी यह सुनिष्चित करेगा कि कोई अनाधिकृत व्यक्ति/अजनबी क्वाटर गार्ड में न घुसे।
- 13 रात के समय क्वाटर गार्ड में बिना पहचान बातें किसी को भी अन्दर न आने दिया जाए। केवल पासवर्ड को समझने के बाद ही अगन्तुक अधिकारी को अन्दर घुसने दिया जाए।
- 14 गार्ड यह सुनिष्चित करें कि वह कैओसुब का झण्डा सुबह चढ़ाया जाए तथा शाम को उतारा जाए।
- 15 गार्ड यह सुनिष्चित करेगा कि कोत/स्ट्रांग रूम को खोलने के लिए तैनात अधिकारी से प्रधान आरक्षक ने चाभी ले ली है।
- 16 गार्ड यह सुनिष्चित करेगा कि डियूटी आफिसर और गार्ड कमांडर की उपरिथिति में कोत/स्ट्रांग रूम को सीलबन्द कर दिया गया है।
- 17 झण्डा उतारने के बाद गार्ड कमांडर किसी को भी कोत/स्ट्रांग रूम को खोलने की अनुमति नहीं देगा जब कि सक्षम अधिकारी से इसकी इजाजत न ले ली गई हो।
- 18 हथियार एवं गोला बारूद की सुरक्षा के लिए पर्याप्त सुरक्षा उपाय बरतें जाए। इसके अलावा गार्ड कमांडर की उपरिथिति में ही अपनी तिजोरी खोलेगा तथा तिजोरी/नगदी रजिस्टर में इन्द्राज करेगा।
- 19 समय—समय पर कोत/क्वाटर गार्ड में तैनात कर्मियों के पूर्ववृत्त का जायजा लिया जाना चाहिए तथा संतोषजनक चरित्र वाले कर्मियों को ही डियूटी पर लिया जाए।
- 20 छत के ऊपर तैनात संतरियों को हमेषा चौकन्ना रहना चाहिए तथा नीचे लगे संतरियों के ऊपर हमला होने पर उन्हें ऊपर से ही सुरक्षा प्रदान करें।
- नई गार्ड तथा पुरानी गार्ड कमांडर द्वारा क्वाटर गार्ड के चार्ज का आदान—प्रदान :-**

01 नई गार्ड के गार्ड कमांडर द्वारा तथा पुराने गार्ड के गार्ड कमांडर द्वारा सम्मान प्रदान करने के बाद दोनों गार्ड कमांडर गार्ड कक्ष के सामानों का आदान प्रदान करने हेतु गार्ड कक्ष में जाएंगे तथा सूची में लिखित हर उन सामानों का नये गार्ड कमांडर को पुराने गार्ड कमांडर द्वारा हस्तान्तरण करेंगे जो वो अपने गार्ड कर्तव्य शुरू करने से पहले अपने चार्ज में लिया था। नये गार्ड कमांडर द्वारा सूची के अनुसार हर सामान को देखने के पश्चात् क्वाटर गार्ड में रखी हुई आदान—प्रदान पंजिका में इन्द्राज करेगा और हस्ताक्षर करेगा। इसके पश्चात् दोनों गार्ड कमांडर (नई और पुरानी) डियूटी आफिसर के पश्चात् यह कहकर रिपोर्ट देगा कि लेजर के मुताबिक चार्ज दिया/लिया श्रीमान्। डियूटी आफिसर पंजिका देखकर चार्ज आदान—प्रदान को सुनिष्चित करेगा।

कोत शस्त्रागार का स्थायी आदेष

- प्रषिक्षण केन्द्र में सबसे महत्वपूर्ण स्थान शस्त्रागार है जहां सभी प्रकार के सर्विस तथा डी० पी० हथियार को रखा गया है।
- शस्त्रागार में रखे सभी हथियार भण्डारपाल के लेजर चार्ज में होंगे।
- जब भी कोई शस्त्र किसी भी स्रोत से प्राप्त होता है तो उसकी यूनिट आरमोरर के द्वारा निरीक्षण होगा और क्वाटर मास्टर बाउचर द्वारा चार्ज में लेकर शस्त्रागार अधिकारी के नाम जारी करेगा।
- शस्त्रागार में रखे सभी हथियारों को उनके समूहों के अनुसार यूनिट कमांडर के स्वीकृति से अलग—अलग रखा जाएगा।
- सभी शस्त्रों का लेखा—जोखा कोत अधिकारी की देख रेख कोत हवलदार रखेगा।
- सभी शस्त्रों की हिस्ट्री शीट बनाई जाएगी।
- सभी शस्त्रों का यूनिट बट नम्बर अंकित किया जाएगा।
- कोत आवध्यकता पड़ने पर ही खोला जाएगा अन्यथा नहीं।
- कोत अधिकारी, कोत हवलदार कर्तव्य अधिकारी या अन्य वरिष्ठ अधिकारियों के अतिरिक्त कोत सबका प्रवेष निषेध होगा।
- कोत से कोई भी हथियार सक्षम अधिकारी की अनुमति के बिना बाहर नहीं निकाला जाएगा।
- कोत के दरवाजे एवं खिड़की मजबूत होनी चाहिए। उसमें ग्रिल तथा मजबूत जाली लगी होनी चाहिए।
- कोत यूनिट कमांडर के द्वारा निर्धारित समय पर खुलेगा तथा बन्द होगा।
- हर शाम को कोत बन्द होने पर डियूटी अधिकारी की उपस्थिति में शील किया जाएगा।
- यदि शील में कोई संदेह होता है तो जल्द से जल्द सक्षम अधिकरी को सूचित करेगा और उनके निर्देष अनुसार कार्रवाई करेगा।
- कोत अन्य समय सक्षम अधिकारी की अनुमति के बिना नहीं खोला जाएगा।
- कोत के अन्दर कोई बिजली का नंगा तार नहीं होना चाहिए।
- कोत में अग्निषमन के पर्याप्त उपाय होना चाहिए।
- यूनिट में तैनात कोई भी बल सदस्य अपना निजी जायज शस्त्रों को यूनिट कमांडर की अनुमति से कोत में रख सकता है।
- कोत भवन के ऊपर तड़ितचालक लगा होना चाहिए।
- आवध्यक अग्निषमन कोत के बाहर क्वाटर गार्ड संतरी को आसानी से प्राप्ति स्थान पर लगा होना चाहिए।

स्थायी आदेष मैगजीन (गोला बारूद भण्डार)

- मैगजीन भी शस्त्रागार की भौति अत्यन्त महत्वपूर्ण स्थान हैं जो कि क्वाटर गार्ड के अन्दर स्थित है।
- इकाई में प्राप्त सभी प्रकार का गोला बारूद (स्मोक, तथा टियर स्मोक के अतिरिक्त) मैगजीन में रखी जाए।
- गोला बारूद खाली खोखे भी मैगजीन में उचित रूप से गिनती करके रखे जाएंगे।
- जब भी गोला बारूद किसी भी कोत से प्राप्त होता है तो क्वाटर मास्टर समिति का गठन करा कर गिनती के पश्चात् चार्ज में लेकर कोत अधिकारी को सुपुर्द करेगा।
- मैगजीन में अलग-अलग प्रकार का गोला बारूद अलग-अलग रखा जाएगा।
- सर्विस एम्युनेषन को प्रैकिटष एम्युनेषन से अलग रखा जाएगा।
- जब एम्युनेषन प्राप्त हो तो उसमें से प्रैकिटष एम्युनेषन को बदली कर देना चाहिए अर्थात् जहाँ तक हो सके एम्युनेषन नया होना चाहिए।
- मैगजीन के दरवाजे तथा खिड़की पर मजबूत लोहे की सलाखे या जाली लगी होनी चाहिए।
- मैगजीन के अन्दर एक बड़े बोर्ड में एम्युनेषन का विवरण लिखा होना चाहिए।
- यूनिट कमांडर के आदेष के बिना कोई एम्युनेषन नहीं दिया जाएगा।
- मैगजीन को बार-बार नहीं खोलना चाहिए। जब अनिवार्य हो तभी खोलना चाहिए।
- मैगजीन बन्द करके सील लगाकर चाभी क्वाटर गार्ड में जमा करानी चाहिए।
- सुरक्षा सम्बन्धित सभी नियमों का पालन होना चाहिए।
- मैगजीन के अन्दर कोई बिजली का तार ढीली तथा नंगी नहीं होना चाहिए।
- मैगजीन में कोई ज्वलनशील पदार्थ नहीं रखे जाने चाहिए।
- मैगजीन में अग्निषमन व्यवस्था का पूरा ध्यान रखा जाएगा।
- मैगजीन भवन के ऊपर तड़ितचालक लगा होना चाहिए।

सबक-17

सम्मान गार्ड (गार्ड आफ ऑनर)

गार्ड आफ देने के लिए विषेष व्यक्ति के पद के साथ-साथ अवसर पर भी निर्भर करता है।

(क) संख्या एवं रचना :-

क्रमांक	मान्य व्यक्ति की पात्रता	रैंक एवं फाईल	संख्या
01	राष्ट्रपति	150	02 बैण्ड उपस्थित होंगे।
02	उपराष्ट्रपति	100	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
03	प्रधानमंत्री	100	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
04	राज्यपाल	100	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
05	केन्द्रीय गृहमंत्री / गृह राज्य मंत्री	50	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
06	मुख्यमंत्री	50	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
07	राज्य का गृह मंत्री	35	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
08	पुलिस महानिदेशक / अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक	20—35	उपलब्ध होने पर 01 बैण्ड उपस्थित होगा।
09	पुलिस महानिरीक्षक	12— 20	दो बिगुलर
10	पुलिस उपमहानिरीक्षक	12	दो बिगुलर
11	विदेशी राज्यों के प्रमुख	150	02 बैण्ड उपस्थित होगा।
12	विदेशी राज्यों का उप प्रमुख	100	01 बैण्ड उपस्थित होगा।
13	राजनायक षिष्ठमण्डल	100	01 बैण्ड उपस्थित होगा।

	का प्रमुख जो राजदूत / उच्चायुक्त स्तर का हो।		
14	विदेशी पुलिस बल का प्रमुख	20–35	01 बैण्ड उपस्थित होगा।

(ख) अवसर :—

क्रमांक	मान्य व्यक्ति की पात्रता	अवसर
01	राष्ट्रपति	आगमन पर अथवा बिदाई पर (सार्वजनिक) सभी आगमन सार्वजनिक नहीं होते केवल वे आगमन ही औपचारिक माने जाएंगे जो केन्द्र सरकार द्वारा अधिसूचित हो तथा स्थानीय प्राधिकारियों द्वारा अथवा सेना मुख्यालय द्वारा सार्वजनिक माना गया हो।
02	उपराष्ट्रपति	पुलिस बल से सम्बन्धित विषेष अवसर पर
03	प्रधानमंत्री	पुलिस बल से सम्बन्धित विषेष अवसर पर
04	राज्यपाल	(1) विषेष अवसर पर ही राज्यपाल को गार्ड आफ ऑनर दिया जाएगा वह भी अधिकार क्षेत्र में । (2) नियुक्ति के अवसर पर केवल एक बार आगमन के समय । (3) ऐसी नियुक्ति के कार्यमुक्त होने पर बिदाई के समय केवल एक बार।
05	केन्द्रीय गृहमंत्री / गृह राज्यमंत्री	पुलिस से सम्बन्धित विषेष अवसर जिसमें राज्य पुलिस / केन्द्रीय पुलिस संगठन के कार्यालय / स्थापना आदि के आगमन होने पर।
06	राज्य के गृहमंत्री	पुलिस से सम्बन्धित विषेष अवसर जिसमें राज्य पुलिस / केन्द्रीय पुलिस संगठन के कार्यालय / स्थापना

		आदि के आगमन होने पर।
07	पुलिस महानिदेषक / अतिरिक्त पुलिस महानिदेषक	शस्त्र पुलिस के जिला मुख्यालय/पुलिस प्रषिक्षण स्कूल में औपचारिक आगमन पर हो और जब दौरे में निरीक्षण/समारोह का अवसर हो तो आगमन एवं बिदाई के दोनों अवसरों पर दिया जाएगा।
08	पुलिस महानिरीक्षक	शस्त्र पुलिस के जिला मुख्यालय/पुलिस प्रषिक्षण स्कूल में औपचारिक आगमन पर हो और जब दौरे में निरीक्षण/समारोह का अवसर हो तो आगमन एवं बिदाई के दोनों अवसरों पर दिया जाएगा।
09	पुलिस उपमहानिरीक्षक	शस्त्र पुलिस के जिला मुख्यालय/पुलिस प्रषिक्षण स्कूल में औपचारिक आगमन पर हो और जब दौरे में निरीक्षण/समारोह का अवसर हो तो आगमन एवं बिदाई के दोनों अवसरों पर दिया जाएगा।
10	विदेशी उच्चाधिकारी	विदेशी उच्चाधिकारी को गार्ड आफ ऑनर केवल तब दिया जाएगा जब वह राज्य पुलिस/केन्द्रीय पुलिस संगठन के कार्यालय/स्थापना में औपचारिक आगमन पर हो।

केन कवायद

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 01 – (समय : 40 मिनट)

केन ड्रिल के बारे में आम जानकारी:-

सुने इस पीरियड के दौरान क्लोज ड्रिल की एक और ड्रिल केन ड्रिल जिसके अन्तर्गत में आपको केन के बारे में आम जानकारी बताऊँगा । केन निम्न प्रकार की होती है –

01. बैव केन
02. नार्मल केन
03. रेजीमेंटल केन

सबसे पहले बताऊँगा बेटन के बारे में— बेटन— इसकी लम्बाई 21 इंच से 24 इंच या लगभग 60 सेमी तक होती है आम फोर्स में राजपत्रित अधिकारी इसको धारण करते हैं ।

इसके दोनों सिरों पर चांदी की टोपी लगी होती है तथा ऊपरी सिरे पर बल का नाम लिखा होता है । केन— केन के एक सिरे पर गोल घुमाव दार मुठ होती है जिस पर बल का नाम लिखा होता है तथा दूसरे सिरे पर धातु की टोपी लगी होती है ।

1. बैव केन — इसकी लम्बाई 24" से 27" तक होती है । इसको घुड़सवार अमल में लाते हैं ।

2. नारमल केन— इसकी लम्बाई 27 इंच से 30 इंच तक होती है , इसे आरक्षक से लेकर निरीक्षक तक इस्तेमाल में लाते हैं ।

रेजीमेंटल केन— इसे स्टिक आर्डरली तथा पायलट अमल में लाते हैं, इसकी लम्बाई 30 इंच से 33 इंच तक होती है । समारोह परेड में पायलट इसको धारण करते हैं । उस्ताद किसी भी प्रकार की एक केन को बाएं हाथ में लें व उसके भागों के बारे में बताए । नार्मल केन — लम्बाई 27 इंच से 30 इंच तक अभी बताऊँगा ये केन को पकउने का तरीका सबसे पहले दाहिने हाथ 45 डिग्री आगे करें व बाएं हाथ से केन को दाहिने हाथ में रखते हुए दाहिने हाथ की हथेली पर रखें व कलमे वाली अंगुली को नीचे से ऊपर मोड़ते हुए एवं अंगुठे को ऊपर से नोव पर रखें व तीनों अंगुली की बंद मुट्ठी की तरह , तथा सम को दाहिने कंधे की तरफ ऊपर को ।

केन के साथ बुरी आदतें

1. केन को किसी की तरफ दिखाना ।
2. 02. केन को हाथ पर घुमाना ।
3. 03. केन से दीवार पर या जमीन पर लिखना ।
4. 04. केन को पैर पर मारना ।

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 02 : केन के साथ सावधान, विश्राम व आराम से (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें)। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कोई भी एक प्रकार का केन।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी ड्रील के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक, जिसमें काम होगा, केन के साथ सावधान, विश्राम और आराम से की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	इसकी जरूरत, सावधान ड्रिल की बुनियाद है क्लोज ड्रिल की तमाम हरकतें सावधान से ही बुरु होती है और सावधान पर ही खत्म होती है। किसी सिनीयर अधिकारी से बात करने का मुकर्रर बुदा तरीका है, विश्राम, कोई सबक बुरु करने से पहले विश्राम की कार्यवाही की जाती है। या जब सावधान की जरूरत न रह जाए। आराम से, सावधान और विश्राम में ज्यादा अन्तर न होने के कारण ज्यादा देर तक इस स्थिति में रहने पर घरीर के तनाव पैदा हो जाता है, इस तनाव को दूर करने के लिए "आराम से" की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीबवार चलाऊंगा, तरतीब में सबसे महले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक बयान में किसी को पक। पक नहीं तो इसी कार्यवाई का दूरुस्त नमूना देखें। (उस्ताद पक, सवाल करें)		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दूरुस्त नमूना देखें। दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष "सावधान" मेरे लिए आदेष विश्राम आराम से जैसे थे। यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना। इसी कार्यवाही को हरकत व बयान के साथ देखें। हरकत और बयान के साथ— विश्राम स्थिति से आदेष मिलेगा "सावधान" इस आदेष पर बाएं पॉव को सीखे हुए तरीके से सामने से 12 इंच उठाते हुए दाहिने पैर की एडी के साथ मिलायें, साथ ही दोनों बाजुओं को पीछे से लाते हुए दोनों पहलुओं में लायें व केन दाहिने हाथ की मदद से दाहिने पहलू में लायें, पुकारे "एक" बयान की कार्यवाही को देखें – मेरे लिए आदेष सावधान – एक इस पोजीषन में देखने वाली बातें – केन दाहिनी बगल में सटी हुई, केन का सम ऊपर की तरफ व नोब नीचे की तरफ, दाहिने हाथ की कलमें वाली अंगुली अन्दर की तरफ से ग्रीप किया हुआ। हथेली का रुख अन्दर की		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	तरफ दोनों पैरों की एडिया मिली हुई। बाकी सावधान स्थिति। यहाँ से आदेष मिलेगा "विश्राम"। इस आदेष पर बायें पैर को दाहिने पैर से 12 इंच बाई तरफ जमीन पर सपाट दबाएं, साथ ही केन को दाहिने हाथ से पीछे ले जायें और बायें हाथ से दाहिनी कलाई को पकड़े और बाएं हाथ के अगुठे से केन को दबाए पुकारे "एक" बयान की कार्यवाही को देखें— मेरे लिए आदेष—"विश्राम एक"। इस पोजिषन में देखने की बातें – केन का सम दाहिने कंधे से लगा हुआ, ऊपर की ओर व नोब पर सीखे हुए तरीके से ग्रीप किया हुआ, नीचे की तरफ, बाए हाथ से दाहिने हाथ की कलाई पकड़ा हुआ और बाएं हाथ के अगुठे से उपर से केन को दबाया हुआ, चारों अंगुलियों कलाई के नीचे दाहिने हाथ से अंगुठा ग्रीप किया हुआ। बाए हाथ की हथेली पर (उस्ताद पीछे टर्न करके हाथों को पोजीषन दिखायें। बांया पैर दाहिने पैर से 12 इंच बाई तरफ जमीन पर सपाट लगा हुआ, बाकी दुरुस्त विश्राम स्थिति। यहाँ से आदेष मिलेगा आराम से। इस आदेष पर बैल्ट से ऊपर वाले भाग को			
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास। (उस्ताद बयान करें ।) (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास। (उस्ताद आदेष बताए ।) (3) समय पुकारते हुए अभ्यास। (उस्ताद नमूना दें ।) (4) समय अंदाज से अभ्यास। (उस्ताद नमूना दें ।)	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	(1) बायें पैर को दबाना व केन का आगे या पीछे ले जाना,एक साथ न होना । (2) विश्राम में बाएं अंगूठे से केन को न दबाना । (3) सावधान में हथेली का रुख रान की तरफ न रखना । (4) नोब पर उचित तरीके ग्रीप न रखना । (5) सावधान ,विश्राम की तमाम आम गलतियां लागू है।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर केन के साथ सावधान, विश्राम व आराम स का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 03 : बाजू केन से बगल केन और बगल केन से बाजू केन (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कोई भी एक प्रकार का केन।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। केन के साथ सावधान, विश्राम व आराम से के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक, जिसमें काम होगा, बाजू केन से बगल केन और बगल केन से बाजू केन की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	सैल्यूट करने से पहले बगल केन की कार्यवाही की जाती है और मकसद पूरा होने पर बाजू केन की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीबवार चलाऊंगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक बयान में किसी को कोई षक, षक नहीं तो इस कार्यवाही को दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई षक या सवाल (षक सवाल करें)। षक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष बगल केन। मेरे लिए आदेष बाजू केन। जैसे थे यह था इस कार्यवाही का दुरुस्त नमूना, इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें। गिनती से नमूना – मेरे लिए आदेष गिनती से बगल केन स्क्वॉड एक “एक” स्क्वॉड दो “दो”। गिनती और बयान से नमूना – सावधान या बाजू केन की स्थिति से आदेष मिलेगा गिनती से बगल केन स्क्वॉड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से केन को आगे से घुमाते हुए, बाए बाजू और षरीर के बीच में से ले जाते हुए बायीं बगल में दबाये पुकारे “एक”。 बयान की कार्यवाही को देखें— मेरे लिए आदेष गिनती से बगल केन स्क्वॉड एक—‘एक’। इस पोजीशन में देखने वाली बातें— केन लगभग जमीन के समानांतर, सम पीछे की तरफ और नोब आगे की तरफ, केन, पाईट ऑफ बेलेंस से		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	बाई बगल में दबा हुआ अंगूठा व छोटी अंगुली अंदर से ग्रीप किया हुआ, दाहिने हाथ की कोहनी से कलाई तक घरीर के साथ मिली हुई । यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो । दो के आदेष पर दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए दाहिने पहलू के साथ मिलायें साथ ही वायें हाथ को नाव पर ग्रीप करे पुकारें 'दो' । बयान की कार्यवाही को देखे –स्क्वॉड दो ' दो' । इस पोजीषन में देखने की बातें— केन की पोजीषन पहले की तरह, दाहिना 188 हाथ दाहिनी बगल में मिला हुआ ,वायें हाथ की पकड नाव पर चारों अँगुलियाँ बाहर से तथा अंगूठा अन्दर से कलम तरास ग्रीप किया हुआ, बाकी स्थिति सावधान की । या दुरस्त बगल केन की कार्यवाही किया हुआ । यहाँ से आदेष मिलेगा गिनती से बाजू केन 'स्क्वॉड एक' । इस आदेष पर वायें हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए सावधान पोजीषन में लाए साथ ही दाहिने हाथ से नोब पर ग्रीप करें पुकारें 'एक' । बयान की कार्यवाही को देखें— मेरी लिए आदेष 'गिनती से बाजू केन 'स्क्वॉड एक 'एक' । इस पोजीषन में देखने की बातें बाजू केन से बगल केन की नम्बर 01 पोजीषन यहाँ से आदेष मिलेगा 'स्क्वॉड दो' दो के आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से केन को सामने की तरफ खींचते हुए आगे से डाऊन करते हुए बाजू केन की स्थिति में लायें पुकरें 'दो' । बयान की कार्यवाही को देखें— 'स्क्वॉड दो –दो ' । इस पोजीषन में देखने की बातें – दुरस्त सावधान की स्थिति या दुरुस्त बाजू केन की स्थिति । यह था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना ,यहाँ तक बयान में किसी को षक, षक नहीं तो इसी कार्यवाही को आप मेरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे ।			
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास । (उस्ताद बयान करें ।) (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (उस्ताद आदेष बताए ।) (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (उस्ताद नमूना दें ।) (4) समय अंदाज से अभ्यास । (उस्ताद नमूना दें ।	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें) । ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउँगूँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1—केन को बगल में ले जाते समय बाएं हाथ को ज्यादा खोलना । 2—केन को जमनी के समानातर न रखना । 3— केन को तोल वाली जगह से बगल में न दबाना । 4—दाहिने हाथ का दाहिने बगल में मिलाते समय पूरी केन को हिलाना । 5—केन पर सीखे हुए तरीके से ग्रीप न करना ।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर बाजू केन से बगल केन और बगल केन से बाजू केन का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			
--	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 04 : बाजू केन से तोल केन और तोल केन से बाजू केन(समय :40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कोई भी एक प्रकार का केन।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू केन से बगल केन और बगल केन से बाजू केन के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक, जिसमें काम होगा, बाजू केन से तोल केन और तोल केन से बाजू केन की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जरूरत – केन को एक जगह से दूसरी जगह लेने का एक आसान तरीका है जब हमारे पास केन हो और हमें तेज चाल से जाना हो तो तोल केन से ही मार्च किया जाता है। सबक तरतीबवार सिखाऊंगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। (उस्ताद षक या सवाल करें)		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। <u>दुरुस्त नमूना</u> – –उस्ताद सावधान पोजीषन से नमूना दे। मेरे लिए आदेष तोल केन। मेरे लिए आदेष बाजू केन। गिनती से नमूना – तोल केन स्क्वॉड एक- एक स्क्वॉड दो- दो गिनती से बाजू केन स्क्वॉड ‘एक- एक’ स्क्वॉड ‘दो – दो’। <u>गिनती और बयान के साथ नमूना</u> — सावधान या बाजू केन से आदेष मिलेगा गिनती से तोल केन स्क्वॉड एक। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से केन को थोड़ा सा ऊपर की ओर उछाले और गिरती हुई केन को दोनों हाथों से ग्रीप करें। दाहिना हाथ तोल वाली जगह पर और बांया हाथ दाहीने हाथ के ऊपर। पुकारें एक।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान की हुई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से तोल केन स्क्वॉड 'एक— एक' । इस स्थिति में देखने वाली बातें । केन दाहिने बगल में 90 डिग्री पर खड़ा । बदन के साथ सटी 190

हुई । सम उपर की ओर नोब नीचे की ओर । दाहिने हाथ की पकड़ तोल वाली जगह पर । चारों अंगुली बाहर से , छोटी वाली अंगुली अंदर की ओर किया हुआ और अंगुठा अंदर से केन को ग्रीप किया हुआ । दाहिना हाथ की कोहनी पीछे की ओर । बाया हाथ की कोहनी से लेकर कलाई तक जमीन के समानांतर । कोहनी बदन के साथ मूली हुई । चारों अंगुली बाहर से अंगुठा अंदर से । यहाँ से ओदष मिलेगा 'स्क्वॉड दो' । इस आदेष पर दोनों हाथों को तेजी से दोनों पहलु में मिलायें पुकार दो बयान की हुई कार्यवाही को देखें । स्क्वॉड दो— दो' । इस स्थिति में देखने वाली बातें , दाहिना हाथ की मदद से केन को तोल वाली जगह से ग्रीप किया हुआ । तीनों अंगुली बाहर से अंगुठा और छोटी वाली अंगुली अंदर से । केन जमीन के समानांतर , नोव पीछे , सम आगे की ओर किया हुआ ।

यहाँ से मैं आपको बताऊँगा बाजू केन , तोल केन से आदेष मिलेगा , गिनती से 'बाजू केन स्क्वॉड एक ' । इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से सम के उपर की ओर करते हुए उछालें और गिरती हुई केन को दाहिना हाथ से नोब के उपर से और बाया हाथ से तोल वाली जगह पर पकड़े पुकारे एक । बयान की कार्यवाही देखें । मेरे लिए आदेष गिनती से बाजू केन 'स्क्वॉड एक एक ' । इस स्थिति में देखने वाली बातें । केन दाहिने बगल में 90 डिग्री पर खड़ी सम उपर की ओर , नोब नीचे की ओर । दाहिना हाथ की मदद से नोब को ग्रीप किया हुआ । कलमें वाली अंगुली नोब के उपर सवार । अंगुठा जमीन के ओर रूख किया हुआ ,तीनों अंगुली अंदर से बाहर की ओर । बाया हाथ की कोहनी से लेकर कलाई तक जमीन के समानांतर । कोहनी बदन के साथ मिली हुई । बाया हाथ तोल वाली जगह से पकड़ा हुआ । 'स्क्वॉड दो' के आदेष पर बाया हाथ को तेजी से काटते हुए बायीं बगल में मिलाएं , पुकारे दो' । बयान की कार्यवाही देखें । स्क्वॉड 'दो— दो ' । इस स्थिति में

	देखने वाली बातें । तोल केन से बाजू केन की कार्यवाही किया हुआ । यानी दुरस्त सावधान की स्थिति ।				
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास (उस्ताद बयान करे और गलतियों को सुधारे) (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास (उस्ताद आदेष बताए) (3) समय पुकारते हुए अभ्यास (उस्ताद नमूना दें) (4) समय अंदाज से अभ्यास (उस्ताद नमूना दें)		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	बताये हुए तरीके से केन को ना पकड़ना । केन को जमीन के समानान्तर ना रखना । हाथ को तेजी से कट ना करना । केन को ज्यादा ऊपर उछालना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर , बाजू केन से तोल केन और तोल केन से बाजू केने का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 05 : बाजू केन के साथ खड़े – खड़े सामने सैल्यूट (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कोई भी एक प्रकार का केन।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू केन से तोल केन और तोल केन से बाजू केन की के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियड के दौरान केन ड्रिल का एक और नया सबक सिखाऊंगा ,जिसमें काम होगा, "केन के साथ – साथ खड़े सैल्यूट"।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम केन के साथ खड़े हों और कोई सैल्यूट लेने वाले अधिकारी हमारे सामने गुजरता है, तो उनको सम्मान देने के लिये इस कार्यवाही का अमल में लाया जाता है। सबक आपको तरतीब बार सिखाया जाएगा, तरतीब में सबसे पहले इसी कार्यवाही का दुरुस्ता नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब बार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना –मेरे लिए आदेष " सामने सैल्यूट स्कॉड सैल्यूट सैल्यूट " । . गिनती से नमूना –'गिनती से सामने सैल्यूट स्कॉड ' "एक–एक दो"–तीन–चार–एक। स्कॉड दो "–एक दो"–तीन–चार–एक। स्कॉड तीन —एक दो"–तीन–चार–एक। गनती और बयान के साथ नमूना — दुरुस्त सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा, गिनती से सामने सैल्यूट " स्कॉड एक" इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से बाजू केन से बगल केन की कारवाई करें '		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>पुकारे –एक दो”–तीन–चार–एक। बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिये आदेष गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड “एक–एक दो”–तीन–चार–एक।। इस पोजिषन में देखने वाली बातें। बाजू केन से बगल केन की कारवाई पूरी की हुई। यहीं से आदेश मिलेगा ‘स्क्वॉड दो’ के आदेष पर सीखे हुए तरीके से सैल्यूट की कारवाइ करे। साथ ही बांया हाथ को वायें पहलू में सावधान पोजिषन में मिलायें जैसे ही सैल्यूट 192</p> <p>को डाउन करे साथा ही वायें की मदद से नोब को ग्रीप करें। पुकारे ”–एक दो”–तीन–चार–एक। बयान की कार्यवाही देखे। स्क्वॉड दो—एक दो”—तीन–चार–एक। ” इस पोजिषन में देखने वाली बातें। सैल्यूट की कार्यवाही पूरा किया हुआ। यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन के आदेष पर सीखे हुए तरीके से बगल केन से बाजू केन की कार्यवाही पूरा करे। पुकारे ”–एक दो”—तीन–चार–एक। बयान की कार्यवाही देखे। स्क्वॉड तीन —एक दो”—तीन–चार–एक। इस पोजिषन में देखने वाली बातें—एक बार सामने सैल्यूट की कार्यवाही पूरा किया हुआ। दुरुस्त सावधान की स्थिति यानी बाजू केन।</p>			
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास (उस्ताद बयान करे और गलतियों को सुधारे) (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास (उस्ताद आदेष बताए) (3) समय पुकारते हुए अभ्यास (उस्ताद नमूना दें) (4) समय अंदाज से अभ्यास (उस्ताद नमूना दें)	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगा सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. केन को जमीन के समांतर ना रखना । 2. बताये हुए तरीके से बायां हाथ से नोब को ग्रीप ना करना । 3. सैल्यूट के समय कलाई को बेन्ड करना । 4. हाथ को तेजी से कट ना करना ।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 06 : तोल केन के साथ तेज चाल और थम (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कोई भी एक प्रकार का केन।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू केन के साथ खड़े – खड़े सामने सैल्यूट के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियॉड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक, जिसमें काम होगा, तोल केन के साथ तेज चाल और थम की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	अनुषासन को कायम रखते हुए केन के साथ एक जगह से दूसरी जगह जाना हो तो तेज चाल की कार्यवाही की जाती है। तथा निष्चित स्थान पर पहुचने पर थम की कार्यवाही की जाती है। सबक तरतीब बार सिखाया जायेगा। तरतीब में बसे पहले दुरुस्त नमूना यहाँ तक बयान में किसी को कोई षक – षक नहीं है तो दुरुस्त नमूना देखें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – –मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल थम, ये था दुरुस्त नमूना। सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट ”।</p> <p>गिनती से नमूना – –‘गिनती से चलना, तेज चल स्क्वॉड एक, केन, स्क्वॉड दो, खाली – डाउन, स्क्वॉड तीन, खाली एक, स्क्वॉड चार, – दो, थम एक – दो। दो तीन चार, एक – दो – तीन चार– एक, ये था गिनती के साथ नमूना। अब इसी कार्यवाही की गिनती और बयान के साथ देखे तथा सुने।</p> <p>गिनती आरे बयान से नमूना – दुरुस्त सावधान स्थिति</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>से आदेष मिलेगा, गनती से चलना तेज चल , स्वर्वॉड एक, इस आदेष पर बायें पर को दाहिने पैर से 30 इंच आगे निकाले साथ ही केन को तोल कू नं 1 स्थिति में लाए पुकारे केन बयान की कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष गिनती से चलना । तेज चल स्वर्वॉड एक – केन । इस स्थिति में देखने बाली बातें केन दाहिने बगल में केन दाहिने से नीचे पीछे की तरफ से चारों अंगुली बाहर तथा अंगुठा अंदर से ग्रीप किया हुआ तथा बायां हाथ आगे से कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर ग्रीप किया हुआ । इस स्थिति से आदेष मिलेगा “ स्वर्वॉड दो” इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े, ज्यों ही बायां पैर की ऐडी जमीन पर टिकती है । केन को तोल केन की स्थिति में लायें, पुकारें, खाली डाऊन, बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्वर्वॉड दो खाली डाऊन । इस स्थिति में देखने वाली बातें केन । तोल केन की स्थिति में बाकी तेज चाल की नं एक पोजीषन । इस स्थिति से आदेष मिलेगा “ स्वर्वॉड तीन” इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े । ज्यों ही बायां पैर जमीन पर टिकता है दोनों बाजूओं को तेज चाल की नम्बर एक स्थिति में लायें, पुकारें खाली एक । बयान की गई कार्यवाही को देखें। मेरे लिए आदेष स्वर्वॉड तीन खाली एक ।</p> <p>इस स्थिति में देखने वाली बातें । तेज चाल का नम्बर एक पोजीषन । यहाँ से आदेष मिलेगा “ स्वर्वॉड चार ” इस आदेष पर तेज चाल का नं दो पोजीषन अखिलयार कर पुकरें ‘दो’ । बयान की गई कार्यवाही को देखें । “ स्वर्वॉड दो – दो ” इस स्थिति में देखने वाली बातें तेज चाल की नम्बर 2 स्थिति, यही से बताऊगा । थम की कार्यवाही । आदेष मिलेगा थम इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से थम की कार्यवाही करें । पुकारें एक – दो “ व थम के बाद सिखे हुए तरीके से समय पुकारते हुए तोल केन से बाजू केन की कार्यवाही करें पुकरें एक, दो, तीन, चार, एक । ” दो – तीन – चार – एक । बयान की हुई कार्यवाही को देखें – मेरे लिए आदेष थम, एक – दो, इस स्थिति में देखने वाली बातें खाली हाथ के तरह दुरुस्त थम किया हुआ । यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही पर कसी जवान को षक या सवाल ।</p>				
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास (उस्ताद बयान करे और गलतियों	18	34	प्रशिक्षक

	को सुधारे) (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास (उस्ताद आदेष बताए) (3) समय पुकारते हुए अभ्यास (उस्ताद नमूना दें) (4) समय अंदाज से (उस्ताद नमूना दें)				द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. केन को दोनों हाथों से एक साथ पकड़ना और ऐडी का लगाना एक साथ न होना । 2. दाहिने पैर को खाली छोड़ते हुए केन को तोल के की स्थिति में तेजी से न लाना । 3. तेज चाल का नम्बर एक स्थिति में केन को जमीन के समानांतर न रखना । 4. नम्बर दो कि स्थिति में केन को पीछे लगभग जमीन के समानांतर न रखना । 5. थम में हाथ को तेजी से काटते हुए तोल स्थिति में न लाना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तोल केन के साथ तेज चाल और थम का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 07 : तेज चाल में केन के साथ मुड़ना (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कोई भी एक प्रकार का केन।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तोल केन के साथ तेज चाल और थम के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक , जिसमें काम होगा , ”केन के साथ तेज चाल से दाहिने मुड़। की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	रत—जब हमें तेज चाल से केन के साथ 90 डिग्री दाहिनी तरफ दिषा और बनावट की बदली करनी हो तो दाहिने मुड की कार्यवाही की जाती है यहाँ तक बयान मे किसी को कोई शक या सवाल नहीं तो, सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा । तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । <u>दुरुस्त नमूना</u> – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल मुडना दाहिने मुड। थम, यह था दुरुस्त नमूना । अब इसी कार्यवाही को गिनती के साथ देखें। <u>गिनती से नमूना</u> – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से मुडना , दाहिने मुड़ स्क्वॉड एक केन,स्क्वॉड दो खाली डाउन,स्क्वॉड 'तीन बढ़ों एक – दो, थम, ये था गिनती के साथ । अब इसी कार्यवाही की गिनती और बयान के साथ देखे तथा सुने । गिनती और बयान के साथ – तेज चाल की स्थिति में जब दाहिने पैर का ऐड़ी जमीन पर लगते ही आदेष		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	मिलेगा । गिनती से मुड़ना , दाहिने मुड़ स्क्वॉड एक । इस आदेष पर दाहिना हाथ से केन को समने केन की स्थिति में लायें । साथ ही बांया पैर को दाहिना पैर से 30 इंच आगे जमीन पर सपाट दबाये पुकारे केन । बयान की गई कार्यवाही को देखे , मेरे लिए ओदेष सामने से तेज चल । गिनती से मुड़ना , दाहिने मुड़ स्क्वॉड एक – इस स्थिति में देखने वाली बातें– दाहिना हाथ कोहनी से लेकर कलाई तक जमीन के समानानंतर, केन सामने केन की स्थिति में खड़ा, नोब नीचे की तरफ सम उपर की तरफ बांया पैर 30 इंच सपाट जमीन पर लगा हुआ । बाकी सावधान की स्थिति । इसी स्थिति से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो । इसी आदेष पर बांया पैर की मदद से 90 डिग्री दाहिने की तरफ दिषा की बदली करें व दाहिने पैर को बांये पैर से 30 इंच आगे एड़ी लगावें और दोनों बाजू तेज चाल की नम्बर दो स्थिति में लाएं , पुकारे 2 । बयान की गई कार्यवाही को देखे । स्क्वॉड दो –दो । इस स्थिति में देखने वाली बातें – दाहिने पैर बाया पैर से 30 इंच आगे एड़ी जमीन पर टिकी हुई । दाहिना बाजू पीछे तथा बायां बाजू आगे , इसी स्थिति से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन इस आदेष पर बायां पैर को दाहिना पैर से 30 इंच आगे जमीन पर टिकायें साथ ही तेज चाल को जारी करें । पुकारें बढ़ों बयान की गई कार्यवाही को देखें । मेरे लिए अदेष स्क्वॉड तीन बढ़ो, थम ।				
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास । (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (4) समय के अंदाज से अभ्यास ।		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें) । ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. नं 1 स्थिति में बायें पैर के जमीन पर लगते ही केन को 90 डिग्री खड़ा रूप में ले जाना , (कोहनी से बगल तक) ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	2. नम्बर दो रिथ्ति में दाहिने पैर की एड़ी के लगते ही केन को पीछे जमीन के समानांतर न लाना।			
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर “केन के साथ तेज चाल से दाहिने मुड़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 08 : भाग 2 – बायें मुड़ (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल में केन के साथ मुड़ना के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक ,जिसमें काम होगा , तेज चाल में केन के साथ बायें मुड़ की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम केन के साथ तेज चाल से मार्च कर रहे हों और हमें 90 डिग्री बांये दिषा और बनावट बदली करनी हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीबवार सिखेंगा, तरतीब में सेबसे पहले दुरुस्त नमूना उस्ताद षक या सवाल करें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना –मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल मुड़ना बांये मुड़। थम जैसे थे ।</p> <p>गिनती से नमूना –</p> <p>मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से मुड़ना , बांये मुड़ 'स्क्वॉड एक –एक ' स्क्वॉड दो–दो' स्क्वॉड तीन – बढ़ो' । थम । ये था गिनती से नमूना । .</p> <p>गिनती और बयान के साथ नमूना—तेज चाल की स्थिति से बांये पैर पर आदेष मिलेगा , गिनती से मुड़ना बांये मुड़ स्क्वॉड एक । इस आदेष पर दोनों बाजूओं को तेजी से दोनों पहलु के साथ मिलाए और दाहिने पैर को 30 इंच आगे सपाट दबाएं । साथ ही दाहिने पैर को</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>सपाट मारते समय दाहिने हाथ को कोहनी से मोड़ते हुए केन को 90 डिग्री खड़ा करें। पुकारें “एक” । बयान की गई कार्यवाही को देखे । मेरे लिए आदेष गिनती से मुड़ना बाएं मुड़ “स्क्वॉड एक— एक” । इस स्थिति में देखेन वाली बातें केन दाहिने कंधे की सीध में 90 डिग्री खड़ा रख , सम ऊपर नोब नीचे , कोहनी से कलाई तक जमीन के समानांतर कोहनी धरीर के साथ मिली हुई दाहिने हाथ की पकड़ तोल वाली जगह पर तीनों उंगली बाहर से तथा अंगुठा और छोटी अंगुली अंदर से बाकी स्थिति बांये मुड़ की नम्बर एक स्थिति जो खाली हाथ ड्रिल में आप सीख चुके हैं यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो । इस आदेष पर दाहिना हाथ आगे तथा बांया हाथ पीछे ले जायें यानी तेज चाल की नम्बर एक पोजिषन अखिलयार करें पुकरें दो बयान की गई कार्यवाही को देखें स्क्वॉड दो— दो” । इस स्थिति में देखने वाली बातें—धरीर 90 डिग्री बायें टर्न किया हुआ बाकी स्थिति केन के साथ तेज चाल का न0 एक स्थिति । यहाँ से अदेष मिलगा स्क्वॉड तीन । इस आदेष पर तेज चाल को जारी करें पुकारें बढ़ों । बयान की गई कार्यवाही को देखें , स्क्वॉड तीन बढ़ों । थम । इस स्थिति में देखने वाली बातें बायें मुड़ की कार्यवाही पूरी हुई यहाँ तक बयान की गई कार्यवाही में कोई षक या सवाल ।</p>			
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास । (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (4) समय के अंदाज से अभ्यास ।	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें) । ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. बायें पैर लगते ही दोनों बाजू को तेजी से धरीर के साथ न मिलाना । 2. दाहिने पैर को चैक मारना और केन को 90 डिग्री खड़ करना , एक साथ्झा न होना । 3. धरीर को पूरा 90 डिग्री बायें टर्न न करना । 4. टर्न करते समय धरीर का संतुलन न रखना । 5. दाहिने हाथ की कोहनी से कलाई तक जमीन के समानांतर न रखना । 6. तोल वाली जगह पर ग्रीष्म न करना ।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

संक्षेप	<p>उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल में केन के साथ बायें मुड का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान
---------	---	--	----	----	--------------------------

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 09 : भाग 3 – पीछे मुड़ .. (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें)। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल में केन के साथ मुड़ना के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक, जिसमें काम होगा , तेज चाल में केन के साथ पीछे मुड़ की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम केन के साथ तेज चाल से मार्च कर रहे हों और हमें 180 पीछे दिषा की बदली करनी हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है । सबक तरतीबवार सिखऊगा, तरतीब में सेबसे पहले दुरुस्त नमूना उस्ताद षक या सवाल करें।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । दुरुस्त नमूना –मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल मुड़ना पीछे मुड़ । थम जैसे थे । गिनती से नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से मुड़ना , पीछे मुड़ 'स्क्वॉड एक –एक ' स्क्वॉड दो–दो' स्क्वॉड तीन – तीन , स्क्वॉड चार – चार , स्क्वॉड पांच – पांच , स्क्वॉड छः, बढ़ो' । थम । ये था गिनती से नमूना । गिनती और बयान के साथ नमूना–तेज चाल की रिथ्ति से बांये पैर पर आदेष मिलेगा , गिनती से मुड़ना । पीछे मुड़ स्क्वॉड एक, इस आदेष पर दोनों बाजूओं को तेजी से दोनों पहलु के साथ मिलाए और दाहिने पैर को 30		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

इंच आगे सपाट दबाएँ । साथ ही दाहिने पैर को सपाट मारते समय दाहिने हाथ को कोहनी से मोड़ते हुए केन को 90 डिग्री खड़ा करें। पुकारें व बांये पैड़ को सामने से 12 इंच उठाते हुए तोल हालत में रखें । पुकारे “एक” । बयान की गई कार्यवाही को देखे । मेरे लिए आदेष गिनती से मुड़ना पीछमुड़ “स्क्वॉड एक—एक” । इस स्थिति में देखने वाली बातें— केन दाहिने कंधे की सीध में 90 डिग्री खड़ा रख , सम ऊपर नोब नीचे , कोहनी से कलाईतक जमीन के समानांतर कोहनी घरीर के साथ मिली हुई दाहिने हाथ की पकड़ तोल वाली जगह पर तीनों उंगली बाहर से तथा अंगुठा और छोटी अंगुली अंदर से बांया पैर जमीन से लगा हुआ 12 इंच ऊपर , कुल्हे से लेकर घुटने तक जमीन के समान्तर पंजा खींचा हुआ । ऐड़ी घुटने की सिधाई में । यहाँ से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो । इस आदेष पर दाहिने पैर को समाने से 12 इंच उठाते हुए हवा में रखे । व बांया पैर को सपाट जमीन पर टिकाते हुए दाहिनी ओर 90 डिग्री दिशा की बदली करें। पुकारें दो । बयान की गई कार्यवाही को देखें , स्क्वॉड दो – दो । “इस स्थिति में देखेन वाली बातें—घरीर 90 डिग्री दाहिनी ओर टर्न किया हुआ , बांया पैर सपाट जमीन पर और घरीर का भार बायें पैर पर । दाहिना पैर जमीन से 12 इंच तोल हालत में । केन नम्बर एक स्थिति में । यहाँ से आदेष मिलगा स्क्वॉड तीन । इस आदेष पर 90 डिग्री दिशा की बदली करते हुए दाहिने पैर को जमीन पर टिकाए , साथ ही बायें पैर को तोल हालत में निकालें। पुकारें तीन । बयान की गई कार्यवाही को देखें । स्क्वॉड तीन – तीन ।

इस स्थिति में देखेन वाली बातें— 180 डिग्री पीछे मुड़ की कार्यवाही किया हुआ । बाकी पीछे मुड़ की नम्बर 1 स्थिति । यही ये आदेष मिलेगा , स्क्वॉड चार, इस आदेष पर बायें पैर को दाहिने पैर की ऐड़ी के साथ सावधान स्थिति में मिलाए। साथ ही दाहिने हाथ को तेजी से डाउन करते हुए केन को तोल केन की स्थिति में लाए पुकारें चार , बयान की गई कार्यवाही देखें । स्क्वॉड चार – चार ।

इस स्थिति में देखेन वाली बातें—केन तोल केन की स्थिति में , बाकी दुरुस्त सावधान स्थिति । यही सेआदेष मिलगा, स्क्वाड पांच, इस आदेष पर दाहिने पैर को बाए पैर से 30 इंच आगे ऐड़ी लगाएँ । साथ ही तेज चाल

	<p>की नम्बर 2 स्थिति अस्थियार करें। पुकारें पांच , इस स्थिति में देखने वाली बातें केन के साथ तेज चाल की नम्बर 2 स्थिति, यही आदेष मिलगा स्कॉड छः , इसी आदेष पर बायें पैर को दायें पैर से 30 इंच आगे एड़ी लगाएं और मार्च को जारी करें। पुकारें – बढ़ों । स्कॉड छः , बढ़ो थम ।</p> <p>यह था इस कार्यवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना ।</p>				
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास । (उस्ताद बयान करें और गलतियों को सुधारें ।) (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (उस्ताद आदेष बताए) (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (उस्ताद नमूना दें ।) (4) समय अंदाज से अभ्यास । (उस्ताद नमूना दें ।		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. बांये पैर लगते ही दोनों बाजू को तेजी से धरीर के साथ न मिलाना । 2. दाहिने पैर को चैक मारना और केन को 90 डिग्री खड़ करना , एक साथ न होना । 3. धरीरका बेलेन्स न बनाना । 4. टर्न करते समय धरीरका संतुलन न रखना । 5. दाहिने हाथ की कोहनी से कलाई तक जमीन के समानांतर न रखना । 6. तोल वाली जगह पर ग्रीप न करना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल में केन के साथ पीछे मुड़ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 10 : भाग 3 – बाजू केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट् (समय:40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तेज चाल में केन के साथ मुड़ना के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक , जिसमें काम होगा , बाजू केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट् की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम कोई सैल्यूट लेने वाला अधिकारी बुलाता है या हमें उक्से पास जाना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीबवार सिखऊंगा , तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना –मेरे लिए आदेष सामने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट जैसे थे (ये था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना)।</p> <p>गिनती से नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल’’ गिनती से समने सैल्यूट स्क्वॉड एक।एक – दो” स्क्वॉड दो–एक –दो–तीन –चार– एक ” स्क्वॉड तीन– एक –दो–तीन चार– एक ” स्क्वॉड चार, एक –दो–तीन–चार– एक ” स्क्वॉडपांचः, एक –दो–तीन–चार– एक ” स्क्वॉडछः, एक –दो–तीन–चार– एक” स्क्वॉड सात–बढ़ो’।थम।</p> <p>गिनती व बयान से नमूना– तेज चाल दाहिने पैर पर आदेष मिलेगा , गिनती से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास। (उस्ताद बयान करें और गलतियों को सुधारें।) (2) जोड़ी - जोड़ी में अभ्यास। (उस्ताद आदेष बताएं।)	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	(3) समय पुकारते हुए अभ्यास। (उस्ताद नमूना दें।) (4) समय अंदाज से अभ्यास। (उस्ताद नमूना दें।)				
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. केन को बगल में जमीन के समानान्तर न रखना । 2. बगल केन से बाजू केन की नम्बर 1 स्थिति में कोहनी मिलाकर न रखना । 3. केन को बगल सेतोल वाली जगह न दबाना । 4. स्वर्वॉड— पांच पर पीछे मुड़ करना । 5. केन को बगल में ले जाते समय बांये हाथ को जयादा खोलना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर बाजू केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 11 : – बाजू केन मे तेज चाल से दाहिने–बाँये सैल्यूट। (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस प्रियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक , जिसमें काम होगा , बाजू केन मे तेज चाल से दाहिने–बाँये सैल्यूट की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब बाजु केन के साथ तेज चाल में मार्च कर रहे हो और सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारी दाहिने हो, तो या दाहिने से गुजर रहा हो, तो उनको सम्मान देने के लिए इस कार्यवाही को अमल मे लाते है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष, दाहिने सैल्यूट स्कॉड सैल्यूट, ये था दुरुस्त नमूना। गिनती से नमूना मेरे लिए आदेष—शगिनती से दाहिने सैल्यूट स्कॉड एक— खाली केन श्स्कॉड दो— खाली डाऊन, श्स्कॉड तीनश— खाली, एक, श्स्कॉड चारश— दो—तीन—चार—पाँच—छः, श्स्कॉड पाँचश— खाली डाऊन, श्स्कॉड आठश— खाली स्वींग—स्वींग। गिनती और बयान से नमूना — बाजु केन के साथ तेज चाल की स्थिती मे बाये पैर पर आदेष मिलेगा— गिनती से दाहिने सैल्यूट स्कॉड एक। इस आदेष पर बायॉ पैर जमीन पर लगते ही दोनो बाजूओ को बगल मे मिलाये और दाहिने पैर को खाली छोड़ते हुए बायॉ पैर की ऐडी		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

लगते ही बगल केन की कार्यवाही करे, पुकारे खाली केन। बयान की गई कार्यवाही को देखे:— मेरे लिए आदेष गिनती से दाहिने सैल्युट स्क्वॉड एक, खाली केन। इस स्थिती मे देखने वाली बातेः— बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे एडी जमीन पर, पंजा उठा हुआ, दाहिना पैर सपाट जमीन पर शरीर का पूरा वजन दाहिने पैर पर, केन की स्थिती—बगल केन में, दाहिने हाथ की पकड़— दाहिने हाथ की और पहली अंगुली केन के नोंब के उपर से तथा अंगुठा केन के उपर से नीचे की और पकड़ा हुआ, शेष तीनों अंगुली नीचे से उपर की और ग्रिप किया हुआ अर्थात् बाजु केन से बगल केन की नं० एक स्थिति, यहीं से आदेष मिलेगा, स्क्वॉड दो,— इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े एवं बायां पैर लगते ही दाहिने बाजु को अपनी जगह से छोड़ते हुए दाहिने बगल मे मिलाए, साथ हा बाये हाथ से केन को कलम तरास पकड़े। पुकारे खाली डाऊन— बयान की हुई कार्यवाही को देखे— स्क्वॉड दो:— खाली डाऊन— इस स्थिती मे देखने वाली बातेः— पैरों की स्थिती तेज चाल की नं० १ स्थिती, दाहिना हाथ सावधान में, तथा बायां हाथ के को कलम तरास पकड़ा हुआ, नोब आगे सम पीछे जमीन के समांतर बगल केन की स्थिती में। यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन— इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े, और बांये पैर की एडी लगते ही 90° दाहिने सीखे हुए तरीके से सैल्युट करें तथा बाये हाथ को सावधान मे ले जाये। पुकारे खाली एक— बयान की हुई कार्यवाही को देखे:—स्क्वॉड तीन—खाली, एक। इस स्थिती मेदेखने वाली बातेः— सीखे हुए तरीके से सैल्युट किया हुआ, और बायां हाथ सावधान स्थिती में बाकि स्थिती पहले की तरह।

यही से आदेष मिलेगा “स्क्वॉड चार”— इस आदेष पर दाहिने पैर से दो गिनती करें और छः गिनती पर जाकर सैल्युट रोके पुकारे, दो, तीन, चार, पाँच, छः। इस स्थिती मे देखने वाली बातेः— पहले वाली जगह से 5 कदम आगे आए हुए सैल्युट की स्थिती में, दाहिने पैर बाए पैर से 30 इंच आगे।

यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड पाँच— इस आदेष पर बाये पैर के लगते ही सीखे हुए तरीके से सैल्युट डाऊन करे। पुकारे डाऊन। बयान की गई कार्यवाही को देखे:— स्क्वॉड—पाँच, डाऊन। इस स्थिती मे देखनेवाली बातेः— तेज चाल की नं० १ स्थिती बाकी बगल केन की स्थिती।

	<p>बायें हाथ की पकड़ केन के नोब पर कलम तरास। यही से आदेष मिलेगा— स्क्वॉड छः— इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़ें व बाये पैर लगते ही बगल केन की नं० १ स्थिती को अखतियार करें, पुकारे खाली केन— स्क्वॉड छः खाली केन। इस स्थिती में देखनेवाली बातें बायां पैर दाहिने पैर से ३० इंच आंगें। बगल केन से बाजु केन की नं० १ स्थिती। यही से आदेष मिलेगा:— स्क्वॉड सातः— इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़ बाये पैर के लगते ही केन को बाजू केन की स्थिती में लाये पुकारे खाली—डाऊन। बयान की गई कार्यवाही को देखे— स्क्वॉड सात—खाली—डाऊन। इस स्थिती में देखने वाली बातेः— तेज चाल की नं० १ स्थिती दोनों बाजू सावधान स्थिती में।</p> <p>यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वॉड आठ—इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और बाये पैर के लगते ही तेज चाल जारी कर। पुकारे खाली स्विंग—स्विंग। बयान की गई कार्यवाही को देखे। स्क्वॉड—आठ, खाली स्विंग थम।</p> <p>यहां तक बयान और कार्यवाही में कोई शक, सवाल। शक नहीं तो अब इसी कार्यवाही को मरे आदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे।</p>			
अभ्यास	<ul style="list-style-type: none"> 01) गिनती से अभ्यास (उस्ताद के आदेष पर) 02) जोड़—जोड़ी से अभ्यास(उस्ताद के आदेष पर) 03) समय पुकारते हुए अभ्यास (उस्ताद नमूना दे) 04) समय के अन्दराज से अभ्यास (उस्ताद नमूना दे) 	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दे)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<ul style="list-style-type: none"> 01) केन को बगल में न ले जाना। 02) बाए पैर लगते ही 90° चेहरे को दाहिने तथा सैल्युट को एक साथ न जाना। 03) सैल्युट के समय बाये हाथ से केन को पकड़े रहना। 04) सैल्युट डाऊन करते समय एक साथ कार्यवाही न करना आदि। 	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर बाजू केन मे तेज चाल से दाहिने-बाँधे सैल्वैअ का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 12 : – तोल केन से तेज चाल से समाने सैल्यूट (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। बाजू केन मे तेज चाल से दाहिने–बाँये सैल्यूट की के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक , जिसमें काम होगा , तोल केन से तेज चाल से समाने सैल्यूट की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हम केन के साथ हों और सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमें बुलाता है यो कोई मौखिक संदेष देना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल , सामने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट ,थम यह था दुरुस्त नमूना ।</p> <p>गिनती से नमूना मेरे लिए आदेष गिनती से सामने से तेज चल , मेरे लिए आदेष गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक–एक दो, “स्क्वॉड दो, एक – दो – तीन –चार– एक ” स्क्वॉड तीन, एक – दो – तीन –चार– एक ” तीन , स्क्वॉड चार ,एक – दो – तीन–चार– एक ” स्क्वॉड पांच , एक – दो – तीन –चार– एक ”, स्क्वॉड छः,केन स्क्वॉड सात , खाली डाउन स्क्वॉड आठ , खाली स्वींग , थम एक– दो ।</p> <p>गिनती और बयान से नमूना– तेज चाल की हालात में</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

आदेष मिलेगा , गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक ,
 यहाँ आदेष उस समय मिलेगा , जब दाहिने पैर की एड़ी
 जमीन पर हो या बांया पैर दाहिने पैर को क्रास कर रहा
 हों । इस अदेष पर सीखे हुए तरीके से थम की
 कार्यवाही करें, पुकारें एक – दो मेरे लिए आदेष सामने
 से तेज चल , गिनती से समाने सैल्यूट स्क्वॉड एक ,
 एक दो इस स्थिति में देखने वाली बातें – दुरुस्त थम
 की कार्यवाही किया हुआ । केन तोल केन की हालत
 में । इस स्थिति से आदेष मिलेगा , स्क्वॉड दो , इस
 आदेष पर सीखे हुए तरीके से बगल केन की कार्यवाही
 करें , समय पुकारते हुए दाहिने बाजू को डाउन करें ,
 पुकारें एक – दो – तीन–चार- एक । बयान की
 कार्यवाही देखें । स्क्वॉड दो ,एक – दो – तीन –चार-
 एक , इस स्थिति में देखने वाली बातें – दुरुस्त तोल
 केन से बगल केन की कार्यवाही की हुई । बाकी पोजीषन
 सावधान की तरफ , इसी स्थिति में आदेष मिलेगा ,
 स्क्वॉड तीन । इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से
 सैल्यूट करें व समय पुकारते हुए डाउन करें ।
 पुकारें, "एक – दो – तीन –चार- एक" स्क्वॉड तीन,
 एक – दो – तीन –चार- एक " इस स्थिति में देखने
 वाली बातें एक बार सैल्यूट करके डाउन किया हुआ ,
 बाकी पोजीषन पहले की तरह, आदेष मिलेगा, " स्क्वॉड
 चार दोबारा पहले की तरह सैल्यूट करें व बाजू डाउन
 करें पुकारें एक दो तीन –चार एक" स्क्वॉड चार, "एक
 – दो – तीन –चार- एक" । इस स्थिति में देखने
 वाली बातें दोबार सैल्यूट कर डाउन किया हुआ । बाकी
 स्थिति पहले की तरह, इसी स्थिति में आदेष मिलेगा,
 स्क्वॉड पांच , इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से पीछे
 मुड़ की कार्यवाही करें । " एक दो तीनचार एक "
 स्क्वॉड पांच , एक दो तीनचार एक " (प्रषिक्षक दोबारा
 पीछे मुड़ की कार्यवाही करें।) इस स्थिति में देखने
 वाली बातें दूरुस्त पीछे मुड़ की कार्यवाही किया हुआ
 बाकी पोजीषन बगल केन की तरह । इसी स्थिति से
 आदेष मिलेगा स्क्वॉड छः इस आदेष पर बायें पैर
 निकलते ही , दाहीने हाथ से केन पकडे । पुकारेंकेन ।
 इस स्थिति में देखने वाली बातें दोनों पैर तेज चाल की
 स्थिति में व बगल केन से तोल केन की नम्बर 1 स्थिति
 । यहा से आदेष मिलेगा स्क्वॉड सात , इस आदेष पर
 दाहनि पैर को खाली छोड़ते हुए ज्यों ही बांया पैर
 जमीन पर लगता है । केन को ताल केन में लायें ,

	<p>पुकारें खाली डाउन । ब्यान की कार्यवाही देखें । स्कॉड सात, खाली डाउन । इस स्थिति में देखने वाली बाते तोल केन की नम्बर 1 की स्थिति । यहीं से आदेष मिलेगा स्कॉड 8 इस आदेष पर दाहिना पैर जमीन में लगते ही । पुकारें खाली और उसके बाद ज्यों ही बाया पैर जमीन पर लगता है । पुकारे स्वींग – स्वींग , और मार्च का जारी करें । बयान की कार्यवाही देखे । स्कॉड 8, खाली स्वींग , थम ।</p> <p>यह था गिनती और बयान केसाथ नमूना ।</p>			
अभ्यास	<ul style="list-style-type: none"> (1) गिनती से अभ्यास । (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (4) समय अंदाज से अभ्यास । 	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें) । ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<ol style="list-style-type: none"> 1. केन को बायी बगल में जमीन के समानान्तर न रखना । 2. बगल केन से करते समय बाये बाजू को ज्यादा खेलना । 	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें । सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया । एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया । यहाँ पर तोल केन से तेज चाल से समाने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है । पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

**पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 13 : – तोल केन के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट
(समय : 40 मिनट)**

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तोल केन से तेज चाल से सामने सैल्यूट की के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक, जिसमें काम होगा ,तोल केन के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास के हो और हमें किसी सैल्यूट होने लेने अधिकारी को पत्र देना हो या लेना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब वार सिखाऊंगा , तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। <u>दूरुस्त नमूना</u> – मेरे लिए आदेष पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट , थम। <u>गिनती से नमूना</u> मेरे लिए आदेष गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट “ स्क्वॉड एक ,—एक— दो” स्क्वॉड दो एक – दो – तीन –चार— एक , स्क्वॉड तीन, एक – दो – तीन –चार— एक”,स्क्वॉड चार – एक – दो , स्क्वॉड पांच – पांच , स्क्वॉड छः, एक – दो – तीन –चार— एक ” स्क्वॉड सात, एक – दो” स्क्वॉड आठ , एक – दो – तीन–चार— एक” स्क्वॉड नौ, एक – दो – तीन –चार— एक ” स्क्वॉड दस , केन खाली डाउन		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

खाली , स्वींग थम । एक – दो ।

गिनती और बयान के साथ नमूना—तोल केन के साथ तेज चाल की स्थिति से दाहिने पैर पर आदेष मिलेगा , गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट “ स्क्वॉड एक ” , इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से थम करें और पुकारें “ एक दो ” बयान की कार्यवाही को देखें, मेरे लिए आदेष गिनती से पत्र के साथ सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक , एक – दो । इस स्थिति में देखने वाली बातें सीखे हुए तरीके से थम किया हुआ केन तोल की हालात में बाकी स्थिति ‘सावधान’ यहीं से आदेष मिलेगा , स्क्वॉड दो ” इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से बगल केन की कार्यवाही करें और समय का वफा रखते हुए हाथ को डाउन करें , पुकारें , “ एक– दो – तीन –चार– एक ” बयान की कार्यवाही को देखें । ” स्क्वॉड–दो , एक – दो– तीन–चार–एक । ” इस स्थिति में देखेन वाली बातें तोल केन से बाजू केन किया हुआ बाकी स्थिति सावधान , यहां से आदेष मिलेगा । ” स्क्वॉड– तीन ” इस आदेष से सीखे हुए तरीके से एक बार सैल्यूट करें और गिनती का वफा रखते हुए सैल्यूट डाउन करें । पुकारें “एक – दो – तीन –चार– एक ” बयान की कार्यवाही को देखें “ स्क्वॉड तीन, एक –दो–तीन–चार–एक ” इस स्थिति में देखेन वाली बातें एक बार सैल्यूट किया और डाउन किया हुआ , बाकी स्थिति सावधान , यहीं से आदेष मिलेगा ” स्क्वॉड चार ” इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक कदम आगे लें पुकारें एक दो ’ बयान की कार्यवाही को देखें ” स्क्वाड चार, एक –दो । इस स्थिति में देखेन वाली बातें पहले वाली जगह से एक कदम आगे लिया हुआ, बाकी स्थिति सावधान , यहीं से आदेष मिलेगा , स्क्वॉड पाँच इस आदेषपर दाहिने हाथ से दाहिने पैकेट पर थपकी मारते हुए , पत्र निकाल कर हाथ में रखें और पुकारें ’ पाँच बयान की कार्यवाही को देखें “ स्क्वॉड पाँच—पाँच ” । इस स्थिति में देखने वाली बातें – दाहिना हाथ दाहिने पाकेट पर मुट्ठी बंद , बाकी स्थिति पहले की तरह यही से आदेष मिलेगा ” स्क्वॉड छः ” इस आदेष पर गिनती का वफा रखते हुए पत्र अधिकारी को दें और दाहिने हाथ को दाहिने बगल में मिलाए पुकारें एक दो तीन–चार एक बयान की कार्यवाही को देखें । स्क्वॉड छः एक दो तीन –चार एक ” । इस स्थिति में देखने

	वाली बातें – पत्र अधिकारी को दिया हुआ दाहिना हाथ , दाहिने बगल में बाकी स्थिति सावधान। यहीं से आदेष मिलेगा , स्क्वॉड सात” इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक कदम पीछे लें , पुकारें “ एक – दो” बयान की कार्यवाही को देखें स्क्वॉड सात , एक – दो” । इस स्थिति में देखने वाली बातें एक कदम पीछे लिया हुआ बाकी स्थिति सावधान यहा से आदेष मिलेगा ” स्क्वॉड–आठ , । इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक बार सैल्यूट करें और समय का वफा रखते हुए डाउन करें । पुकारें एक – दो – तीन–चार– एक ” । बयान की कार्यवाही का देखें , स्क्वॉड– आठ , एक – दो – तीन –चार– एक ” । इस स्थिति में देखने वाली बातें – एक बार दूबारा सैल्यूट किया और डाउन किया हुआ बाकी स्थिति सावधान , यहीं से आदेष मिलेगा ” स्क्वॉड नौ” इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से पीछे मुड़ करे पुकारें ” एक – दो – तीन–चार– एक ”बयान की कार्यवाही को देखें , ” स्क्वॉड नौ, एक – दो – तीन–चार– एक ”इस स्थिति में देखने वाली बातें सीखे हुए तरीके से पीछे मुड़ की कार्यवाही किया हुआ, बाकी स्थिति सावधान । ” यहीं से आदेष मिलेगा , स्क्वॉड दस, इस आदेष पर बाएं पैर को लगते ही दाहिने हाथ से केन को तोल केन की हालत में लाएं और मार्च को जारी करें । पुकारें केन खाली डाउन खाली , स्वींग ,स्वींग । बयान की कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड दस , केन खाली , डाउन खाली । स्वींग थम ।			
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास । (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (4) समय अंदाज से अभ्यास ।	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम	1. दुरुस्त थम ना करना ।	02	38	प्रशिक्षक

गलतियाँ	2. बगल केन करते समय बाएं बाजू को ज्यादा खोलना । 3. एक कदम आगे ना लेना । 4. सैल्यूट करते समय नीचे देखना । 5. एक कदम पीछे ना लेना । 6 स्वर्वोड दस में पांव का निकालना और केन को पकड़ना एक साथ ना होना ।				द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तोल केन के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल है।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक14 तेज चाल में तोल केन के साथ दाहिने और बांए सैल्यूट(समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। तोल केन के साथ तेज चाल से पत्र के साथ सामने सैल्यूट के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक , जिसमें काम होगा , तेज चाल में तोल केन के साथ दाहिने और बांए सैल्यूट की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब केन के साथ मार्च कर रहे हों और सैल्यूट लेने वाला अधिकारी हमारे दाहिने खड़ा हो या गुजर रहा हो तो इस कार्यवाही को अमल मेंलाया जाता है । सबक तरतीबवार सिखऊगा, तरतीब में सेबसे पहले दाहिने सैल्यूट का दुरुस्त नमूना ।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना । यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें । <u>दुरुस्त नमूना</u> – मेरे लिए आदेष दाहिने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट , ये था दुरुस्त नमूना । <u>गिनती से नमूना</u> मेरे लिए आदेष सामने से गिनती से दाहिने सैल्यूट 'स्क्वॉड एक खाली केन , स्क्वॉड दो खाली डाउन ,स्क्वॉड तीन खाली एक,स्क्वॉड चार , 2,3,4,5,6, स्क्वॉड पाँच , खाली – डाउन, स्क्वॉड छः खाली केन , स्क्वॉड सात , खाली डाउन , स्क्वॉड आठ खाली स्वींग । <u>गिनती और बयान से नमूना-</u>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

तोल केन के साथ तेज चाल की स्थिति में बाएं पैर पर आदेष मिलगा गिनती से दाहिने सैल्यूट “ स्क्वॉड एक” इस आदेष पर बांया पैर जमीन पर लगते ही दोनों बाजू को बगल में मिलाए और दाहिने पैर को खाली छोड़ते हुए बाएं पैर की ऐड़ी लगते ही बगल केन की कार्यवाही करें , पुकारे “ खाली केन ”, बयान की कार्यवाही को देखें , मेरे लिए आदेष गिनती से दाहिने सैल्यूट स्क्वॉड एक , खाली केन” । इस स्थिति में देखेन वाली बातें बांया पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे एड़ी जमीन पर पंजा उठा हुआ , दाहिना पैर सपाट जमीन पर घरीर का पूरा वजन दाहिने पैर पर केन बगल में दाहिने हाथ की पकड़ केन की तोल वाली जगह पर सम आगे , नोब पीछे तरफ जमीन के समानंतर बाकी तेज चाल का नं. एक स्थिति । ” यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो, इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े व बायां पैर लगाते ही दाहिने बाजू को अपनी जगह से छोड़ते हुए दाहिने बगल में मिलाए साथ ही वायें हाथा से नाव पर ग्रिप करे पुकारें खाली डाउन । बायान की कार्यवाही को देखें , स्क्वॉड दो, खाली डाउन इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिना हाथ दाहिने बगल में और केन बगल केन स्थिति में । बाकी स्थिति तेज चाल का नं एक यही से आदेष मिलेगा ‘ स्क्वॉड तीन ’ इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और बाएं पैर को एड़ी लगते ही चेहरे को 90 अंश दाहिने डाउन करें और दाहिने हाथ से सीखे हुए तरीके से सैल्यूट करें पुकारें खाली एक । ध्यान रहे बायां पैर का लगना चेहरे का 90 अंश दाहिने टर्न करना और दाहिने हाथ की मदद से सैल्यूट करना एक साथ होना चाहिए बयान की कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड तीन ‘खाली एक’। इस स्थिति में देखने वाली बातें- सीखे हुए तरीके से दाहिने सैल्यूट किया हुआ । बाकी स्थिति पहले की तरह । यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड चार ‘ इस आदेष पर दाहिने पैर से दो गिनती करें और छः की गिनती पर जाकर सैल्यूट रोकें पुकारें दो , तीन चार ,पांच, छः बयान की कार्यवाही को देखें , ” स्क्वॉड चार ” दो , तीन , चार , पांच ,छः । इस स्थिति में देखने

वाली बातें – पहले वाली जगह से 5 कदम आगे आए हुए सैल्यूट किया हुआ , दाहिने पैर बाएं पैर से 30 इंच आगे। व्यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड पाँच इस आदेष पर बांये पैर के लगते ही सीखे हुए तरीके से सैल्यूट डाउन करें । पुकारें डाउन बयान की गई कार्यवाही को देखें । ” स्क्वॉड पाँच” । डाउन । इस स्थिति में देखने वाली बातें तेज चाल की नम्बर एक स्थिति और बाकी बगल केन की स्थिति । यही से आदेष मिलगा, स्क्वॉड छः” इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े व बांये पैर के लगते ही तोल के केन की नम्बर एक स्थिति अपनाये । पुकारें , खाली केन । ” स्क्वॉड छः” खाली केन – इस स्थिति में देखने वाली बातें– बायां पैर दाहिने पैर से 30 इंच आगे । बगल केन से तोल केन की नम्बर एक स्थिति । यही से आदेष मिलगा स्क्वॉड सात इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े बायें पैर के लगते ही केन को तोल की स्थिति में लायें पुकारें खाली – डाउन, बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड– सात – खाली – डाउन। इस स्थिति में देखने वाली बातें तेज चालकी नम्बर एक स्थिति में दुरुस्त तोल केन की पोजीषन । यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड– 8 इस आदेष पर दाहिने पैर को खाली छोड़े और बांये पैर के लगते ही तेज चाल जारी करें। पुकारें खाली स्विंग बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड–8 खाली स्विंग थम। यहाँ तक बयान की कार्यवाही में कोई षक , षक नहीं तो इस कार्यवाही को मेरे ओदेष पर गिनती से अभ्यास करेंगे ।				
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास । (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास । (3) समय पुकारते हुए अभ्यास । (4) समय अंदाज से अभ्यास ।	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

आम गलतियाँ	1. केन को बगल में न ले जाना । 2. बाए पैर को लगाना चेहरे का 90 अंष टर्न करना और दाहिने हाथ से सैल्यूट करना , एक साथ न होना । । 3.उसी प्रकार डाउन करते समय भी कार्यवाही एक साथ “ ना करना ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर तेज चाल में तोल केन के साथ दाहिने और बाए सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल ।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 15 :- केन के साथ विसर्जन (समय : 40 मिनट)

	<p>बगल केन की नम्बर एक पोजीषन अस्थियार करें, पुकारें – एक । बयान की गई कार्यवाही को देखे । मेरे लिए आदेष गिनती से विसर्जन ' स्क्वॉड एक— एक " । इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने मुँड़ का नम्बर एक पोजीषन बाकी स्थिति बगल केन का नम्बर एक पोजिषन । यहाँ से आदेष मिलेगा , स्क्वॉड दो , इस आदेष पर बायें पैर को दाहिने पैर की ऐड़ी के साथ सावधान स्थिति में लाए , साथ ही दाहिने हाथ को अपनी जगह से छोड़ते हुए तेजी से दाहिने बगल में मिलाए, पुकारें दो । बयान की गई कार्यवाही को देखें। " स्क्वॉड दो— दो " । इस स्थिति में देखने वाली बातें दुरुस्त बगल केन की स्थिति । यहाँ से आदेष मिलगा " स्क्वॉड तीन ", इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक बार समय पुकारते हुए बायें सैल्यूट की कार्यवाही करें। , पुकारें – " एक — दो — तीन—चार— एक " । बयान की गई कार्यवाही को देखें , स्क्वॉड तीन – " एक — दो — तीन —चार — एक " । इस स्थिति में देखने वाली बातें एक बार सैल्यूट की कार्यवाही किया हुआ , बाकी स्थिति दुरुस्त बगल केन की स्थिति । यहाँ से आदेष मिलगा स्क्वॉड चार इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से दुरुस्त बगल केन से बाजू केन की कार्यवाही करें। पुकारें – एक — दो — तीन—चार— एक " । बयान की गई कार्यवाही को देखें। स्क्वॉड चार— " एक — दो — तीन—चार— एक " । इस स्थिति में देखेन वाली बातें बगल केन से बाजू केन की कार्यवाही किया हुआ , बाकी स्थिति बाजू केन अर्थात् सावधान स्थिति , यही से आदेष मिलेगा " स्क्वॉड पॉच " इस आदेष पर उंचा बायें केन की कार्यवाही करें , पुकारे पॉच बयान की गई कार्यवाही को देखे । स्क्वॉड पॉच – पॉच । इस स्थिति में देखने वाली बातें ऊंचा बाएं केन की कार्यवाही किया हुआ । यहाँ से आदेष मिलगा स्क्वॉड छः , इस आदेष पर दौड़ चाल को जारी करें पुकारें "— " एक — दो — तीन — चार —एक " । बयान की कार्यवाही को देखें , स्क्वॉड छः – "एक — दो — तीन — चार —एक " ।</p>			
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास ।	18	34	प्रशिक्षक

	(2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास। (3) समय पुकारते हुए अभ्यास। (4) समय अंदाज से अभ्यास।				द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1. दाहिने मुँड का नम्बर एक पोजिषन और बगल केन का नम्बर एक पोजिषन एक साथ न करना। 2 बाए पैर को सावधान स्थिति में लाना और दाहिने हाथ की दाहिने बगल में लाना एक साथ न होना। 3 दुरुस्त सैल्यूट की कार्यवाही न करना। 4 ऊँचा बांए केन की कार्यवाही में हाथ की पकड़ दुरुस्त न करना। 5 दौड़ चाल में कदम को हाईट न देना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर केन के साथ विसर्जन का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 15 :—रेजिमेन्टल केन के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट।(समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	केन , एंगल बोर्ड , पेस स्टिक, ड्रम तथा ड्रमर ।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी । केन के साथ विसर्जन के बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	सुने, इस पीरियेड के दौरान केन ड्रिल का एक नया सबक , जिसमें काम होगा, रेजिमेन्टल केन के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट।की कार्यवाही को सीखना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब हमारे पास रेजीमेन्टल केन हो और हमें कोई सैल्यूटिंग अधिकारी बुलाया हो या हमें उनके पास जाना हो तो इस कार्यवाही को अमल में लाया जाता है। सबक तरतीब वार चलाया जाएगा तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक कि ए गए बयान में किसी को कोई शक, शक नहीं तो सभी सोचे सवाल सभी के लिए जवाब वही देगा जिसे पूछा जाए। सवाल जवाब करे।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)।शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना मेरे लिए आदेष सामने तेज चल, सामने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट, जैसे थे, (यह था इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना) अभी इसी कार्यवाही को गिनती से देखे।</p> <p>गिनती से नमूना मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल, गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, दो,। स्क्वॉड दो, एक, दो, तीन, चार, एक, स्क्वॉड तीन, एक, दो, तीन, चार, एक, स्क्वॉड चार। एक, दो, तीन, चार, एक, स्क्वॉड पाँच</p> <p>गिनती और बयान से नमूना—</p> <p>तेज चाल की स्थिती मे जैसी ही दाहिने पेर की एडी</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

जमीन पर लगती है आदेष मिलेगा गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से दुरुस्त थम की कार्यवाही करे और पुकारे एक, दो। बयान की कार्यवाही को देखे। मेरे लिए आदेष सामन से तेज चल, गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, एक, दो। इस स्थिती मे देखने वाली बाते। तेज चाल से दुरुस्त थम किया हुआ केन बायी बगल मे जमीन के समानान्तर सम पीछे और नोंव आगे तरफ बाये हाथ की पकड नोव के ऊपर अंगूठा अन्दर से और चारो उंगली बाहर से कलम तराज पकडा हुआ बाकी स्थिती दुरुस्त सावधान की। इस स्थिती से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो, इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से सैल्यूट करे और बाये हाथ की मदद से केन को बाये पहलू मे लाए (ध्यान रहे दोना कार्यवाही एक साथ हो) और गिनती की वक्फा रखते हुए सैल्यूट को डाउन करे और साथ ही केन को बाये हाथ की मदद से पूर्व स्थिती मे लाए पुकारे एक, दो, तीन, चार, एक। बयान की कार्यवाही को देखे, स्क्वॉड दो, एक, दो, तीन, चार, एक। इस स्थिती मे देखने वाली बाते एक बार खडे खडे सामने सैल्यूट की कार्यवाही पूरी किया हुआ बाकी स्थिती पहले जैसी। इस स्थिति से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन, इस आदेष पर दोबारा सैल्यूट की पूरी कार्यवाही करे पुकारे एक, दो, तीन, चार, एक। बयान की कार्यवाही को देखे स्क्वॉड तीन, एक, दो, तीन, चार, एक। इस स्थिती मे देखने वाली बाते सीखे हुए तरीके से दोबारा सैल्यूट की पूरी कार्यवाही किया हुआ बाकी स्थिती पहले जैसी। इस स्थिती से आदेष मिलेगा स्क्वॉड चार, इस आदेष कर सीखे हुए तरीके से 180° पीछे टर्न करे और साथ ही बाये हाथ की मदद से केन को बाये पहलू मे ले जाए और गिनती की वक्फा रखते हुए बायें पैर को सामने से 12 इंच उठाते हुए सावधान स्थिती के मिलाए और साथ ही केन को बाये हाथ की मदद से पूर्व स्थिती मे लाए पुकारे, एक, दो, तीन, चार, एक। बयान की कार्यवाही को देखे स्क्वॉड चार, एक, दो, तीन, चार, एक। इस स्थिती से 180° पीछे मुड किया हुआ बाकी स्थिती पहले जैसी।

	इस स्थिती से आदेष मिलेगा स्क्वॉड पाँच। इस आदेष पर बाये पैर की मदद से तेज चाल को जारी करे पुकारे बढ़ो (ध्यान रहे बाये हाथ केन को कलम तरास पकड़ा हुआ और दाहिने हाथ को स्विंग होगा) बयान की कार्यवाही को देखे स्क्वॉड पाँच, बढ़ो थम। यहाँ तक की कार्यवाही और बयान मे किसी साहबान को काई शक, शक नहीं तो इसी कार्यवाही को मेरे आदेष पर मिनती से अभ्यास करेंगे।				
अभ्यास	(1) गिनती से अभ्यास। (2) जोड़ी – जोड़ी में अभ्यास। (3) समय पुकारते हुए अभ्यास। (4) समय अंदाज से अभ्यास।	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान	
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान	
आम गलतियाँ	01) स्क्वॉड एक के आदेष पर दुरुस्त थम की कार्यवाही न करना। 02) स्क्वॉड दो के आदेष पर सैल्यूट करते समय बाये हाथ से केन को बाये पहलू मे न ले जाना। 03) सैल्यूट को डाउन करते समय केन को जमीन के समान्तर न लाना। 04) पीछे मुड़ करते समय केन को बाये पहलू मे न ले जाना बायें पैर को मिलाते समय केन को ऊपर ना लाना ये थी सबक मे हाने वाली आम गलतियाँ।	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान	
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर रेजिमेन्टल केन के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट। का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान	

किर्च डिल

किर्च (Sword) ड्रिल के बारे में आम जानकारी

किर्च पद और प्रतिष्ठा का एक परम्परागत चिन्ह है इसका प्रयोग खास—खास मौकों पर किया जाता है जैसे सम्मान गार्द या रैतिक परेड पर। इसके साथ दुरुस्त व तेजी से ड्रिल करनी चाहिए।

किर्च को दो भागों में बांटा गया है—

(1) ब्लेड (इसंकम) (2) हिल्ट (हप्सज)

(1) ब्लेट के भाग—

अ— फोर (fore)—हैन्डिल के नजदीक का भाग।

ब—मिडिल (Middle)— ब्लेड के बीच का भाग।

स— फीबिल (Feeble)— ब्लेड के सबसे नीचे का भाग।

(2) हिल्ट के भाग—

अ— पोमिल (Pommel)— :— दस्ते की घुण्डी ।

स— हैन्डिल (Handle)— :— वह भाग जहाँ पर किर्च पकड़ी जाती है।

द— हिल्ट (Hilt)— :— हैन्डिल के सामने के भाग जो अंगुलियों की सुरक्षा करता है।

अ— ब्लेड की लम्बाई :— 32.5 इंच

ब— म्यान की लम्बाई :— 34 इंच

स—पूरे किर्च की लम्बाई :— 38.7 इंच

द— हिल्ट की लम्बाई :— 6.2 इंच

च— हैण्डिल की लम्बाई :— 6 इंच

छ—स्वार्ड नॉट की लम्बाई :— 19 इंच

ज—स्वार्ड नॉट बॉधने के बाद लम्बाई :— 3 इंच

नोट:- किर्च हमेशा अनुमोदित किस्म का बना हो और क्रिच नॉट लगाकर ही प्रयोग किया जाए।

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक बिना क्रिच निकाले सावधान विश्राम और आराम से

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें।</p> <p>2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्कॉड की गिनती करें।</p> <p>4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	किर्च स्कैबर्ड, टेग बंद।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। <u>इससे</u> पहले आप लाठी ड्रील कि तमाम करवाही सिख चुके हैं सीखे हुए सबक में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान किर्च कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा बिना क्रिच निकाले सावधान विश्राम और आराम से		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	<p>इसकी जरूरत निकाल क्रिच से पहले सावधान विश्राम आराम से सिखाना बहुत जरूरी है। सबक तरती बार सिखाऊँगा, सबसे पहल दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p><u>सावधान :</u></p> <p>01. क्लोज ड्रिल की सारी हरकतें सावधान से शुरू होकर सावधान पर ही समाप्त होती है।</p> <p>02. अपने से सीनियर अधिकारी से बात करने का मुकर्रर/तय शुदा तरीका है।</p> <p>03. सावधान नंगे सिर का सैल्यूट माना जाता है।</p> <p><u>विश्राम</u></p> <p>01. कोई नया सबक चलाना हो तो विश्राम किया जाता है।</p> <p>02. विश्राम सावधान का दूसरा रूप है।</p> <p>03. सावधान की जरूरत न रह जाय तो विश्राम किया जाता है।</p> <p><u>आराम से</u></p> <p>01. एक जवान ज्यादा देर तक सावधान एवं विश्राम में खड़े रहने से अपने शरीर में एक प्रकार का तनाव महसूस करता है उस तनाव को दूर करने के लिए आराम से की कार्यवाही अमल में लाया जाता है।</p>		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>सवाल (शक सवाल करें) शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सावधान, मेरे लिए आदेष विश्राम, आराम से, यह था क्रिच कैरी के साथ दुरुस्त नमूना।</p> <p>हरकत और गिनती</p> <p>मेरे लिए आदेष सावधान एक, मेरे लिए आदेष विश्राम एक, मेरे लिए आदेष आराम से एक, यह था हरकत और गिनती के साथ नमूना। इसी काम को बयान और गिनती के साथ सुनेतथा देखें। खुले पैर से आदेष मिलेगा सावधान इस आदेष पर बाया । पैर सामने से 12 इंच उठाकर दाहिने पैर कि ऐडी से बाये कि ऐडी से मिलाये, पुकारे एक, बायें हाथ से क्रिच को इस प्रकार पकड़ें तीन ऊँगली नीचे से अंगूठा ऊपर से गोल ग्रिप, कलमे वाली ऊँगली क्रिच के ऊपर जमीन कि 217 तरफ सीधी हो, बाकि पोजीषन खाली हाथ कि तरह होगी, यह है, क्रिच के साथ दुरुस्त पोजीषन और सावधान। दुरुस्त पोजीषन सावधान से बताऊँगा, विश्राम के आदेष पर बाये पैक को सामने 12 इंच उठाते हुए 12 इंच बाये तरफ दबाये और दोना हाथ पीछे ले जाये जिस प्रकार खाली हाथ में सिखाया है। पुकारें एक मेरे लिए आदेष विश्राम एक, इस पोजिषन में देखने वाली बातें दोना पैर कि ऐडी का फासला 12 इंच, दोनो हाथ पीछे खाली हाथ में सिखा रखा है। क्रिच बायें टांग के साथ मिली हुई, यह है। क्रिच के साथ दुरुस्त विश्राम कि कार्यवाही विश्राम पोजीषन से आदेष मिलेगा, आराम से इस आदेष पर बोडी का तनाव को कम करें, यानी</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	सावधान विश्राम और आराम से कि सारी गलतिया		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर बिना किच निकाले सावधान विश्राम और आराम से का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			
--	--	--	--

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : अध्याय—०३ निकाल किर्च

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें (उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	किर्च स्कैबर्ड, तेग बंद।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। <u>इससे</u> पहले आप बिना क्रिच निकाले सावधान विश्राम और आराम से करवाही सिख चुके हैं सीखे हुए सबक में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान किर्च कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा निकाल किर्च		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	बड़े बड़े समारोह परेड पर वी आई पी के आगमन से पूर्व परेड कमांडर के आदेश पर निकल किर्च के आदेश पर इस कारवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कारवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेश निकाल किर्च मेरे लिए आदेश वापस किर्च जैसे थे ये था के साथ दुरुस्त नमूना। अब इस कारवाही को गिनती के साथ देखे तथा सुने।</p> <p>गिनती के साथ नमूना :- मेरे लिए आदेश गिनती से निकल किर्च स्क्वाड एक –एक ,स्क्वाड दो –दो स्क्वाड तीन –तीन। मेरे लिए आदेश गिनती से वापस किर्च स्क्वाड एक –एक ,स्क्वाड दो –दो स्क्वाड तीन –तीन। अब इस कारवाही का गिनती और बयान के साथ नमूना सुने तथा देखे।</p> <p>गिनती और बयान के साथ नमूना</p> <p>मेरे लिए आदेश गिनती से निकल किर्च स्क्वाड एक –एक इस आदेश पर दाहिने हाथ को बदन के पार सामने से लाते हुए हैन्डिल को इस प्रकार ग्रिप करें कि चारों अंगुलियां बाहर से अंगुठा अन्दर से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

हैन्डिल को पकड़ ले, किर्च को इनता निकालों कि दाहिना हाथ कन्धे से कोहनी तक तथा कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर हो जाये तथा हाथ का पिछला भाग पीछे की ओर अंगूठा एवं अंगुलियाँ दस्ते के चारों तरफ लिपटी हुई हो एवं बायें कन्धे के नीचे लगी हुई हों। ”स्क्वॉड —दो ” म्यान का निचला सिरा थोड़ा पीछे की ओर करते हुए तेजी से किर्च आगे ऊपर की तरफ निकालो। बांया हाथ सावधान की हालत में लाओ।

खड़ा किर्च:— जैसे ही किर्च की नोक म्यान के मुँह से बाहर आ जाय, वैसे ही उसे फुर्ती से खड़ा किर्च की स्थिति में ले आओ अर्थात् फलक सीधा खड़े रुख धार बांयी तरफ मूठ का उपरी भाग मुह की सीध में उसके विपरीत हो, अंगूठा मुह की तरफ दस्ते की बगल में हो। ” स्क्वॉड —तीन सामने किर्च दाहीना बाजू तेजी से लाओ कोहनी मिली हुई , बाजू का अगला भाग आड़ा और सामने की तरफ हो । फलक सीधा खड़े रुख , धार ”सामने की तरफ और दस्ता धीरे से पकड़ो , अन्य उंगलियाँ आपस में मिली हुई और थोड़ी मुड़ी हो , हिल्ट का ऊपरी भाग हाथ पर टिका हुआ हो । ”

कन्धे किर्च:— दाहिने हाथ की मदद से किर्च की एज के पीछे वाले भाग को कन्धे पर टिका दो। हाथ को रिश्तर रखें पर पिछली तीन अंगुलियों की पकड़ ढीली कर दो और छोटी अंगुली हैंडल के पीछे रख दो

वापस किर्च गनती से वापस किर्च , स्क्वॉड — एक ” के अदेष पर किर्च को दाहिने हाथ की मदद से बांये कन्धे के गढ़े से मिलाओ ब्लेड को सीधा खड़ा करो, एज को बांयी तरफ करो , दाहिने हाथ कन्धे से कलाई तक बदन से सटा हुआ , हाथ की पीठ सामने की तरफ रखें। साथ ही बांये हाथ से स्केबर्ड के मुँह को हाथ की मदद से इस रुख पर करो ताकि किर्च उसमें डाली जा सके। ” स्क्वॉड —दो” इस आदेष पर दाहिने हाथ को मोड़ते हुए किर्च को स्केबर्ड में प्रवेष कर दो तथा दाहिने हाथ की अंगुलियों को आपस में मिला कर हथेली को पामल पर टिका दो व बांया हाथ और स्क्वॉड सावधान की हालत में लाओ। ”स्क्वॉड — तीन” इस आदेष पर दाहिना हाथ दाहिने पहलू से मिला दो।

किर्च के साथ विश्राम 1 जब किर्च म्यान में हो:- जब हम सावधान की दषा में हो और आदेष मिलगा विश्राम इस आदेष पर बांया पैर बांयी तरफ 12 इंच का रखे तथा घरीर का भार दोनों पैरों पर बराबर रहेगा , हाथ दोनों पीछे 219 खींचें हुए , दाहिने हाथ की पुष्ट को बांये हाथ की हथेली पर बांये हाथ की हथेली पर रखो तथा अंगूठा आपस में क्रास करते हुए अंगुलियों को आपस में आहिस्ता ग्रिप करें। 2. जब किर्च म्यान से बाहर हो:- बांया पैर लगभग 12 इंच बांयी तरफ ले जायें किर्च को दाहिने कंधे पर कंधे किर्च की स्थिति में लाओं । बांये हाथ की पकड़ म्यान पर उसी हालत में बनी रहे जैसे सावधान हालत में होती है । आराम से :- इस आदेष पर किर्च कन्धे से हटाकर दाहिने बुट की टो के आगे निकले हुए भाग पर किर्च की फीबिल (नॉंक) को टिका देगें। दाहिने हाथ बदन के सामने । जब आदेष मिलगा परेड या स्क्वॉड , इस आदेष पर किर्च को कन्धे किर्च की पोजीशन पर लायेगें। विश्राम से सावधान :- स्क्वॉड — सावधान किर्च को सामने खड़ी दषा में लाओ और सावधान की दषा बनाओं ।

तेज चल — किर्च को खड़ी हालत में सामने रखें तथा बांये हाथ से

	स्केबोर्ड पर पकड़ रखते हुए तरीके से तेज चाल में जायें। "स्क्वॉड थम" की कमाण्ड दाहिने पैर पर समाप्त होगी बांया पैर चाल का पूरा करके दाहिना पैर बांये पैर से मिला दो एवं सावधान की स्थिति में आ जाओ।				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1 चारों अंगुलियां बाहर से अंगुठा अन्दर से हैन्डिल को न पकड़ लेना 2 दाहिना हाथ कन्धे से कोहनी तक तथा कोहनी से कलाई तक जमीन के समानान्तर न हो 3 स्यान का निचला सिरा थोड़ा पीछे की ओर करते हुए तेजी से किर्च आगे ऊपर की तरफ न निकलना		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर निकाल किर्च का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : अध्याय—०४ किर्च के साथ खडे-खडे सामने सैल्यूट

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	किर्च स्कैबर्ड, तेग बंद।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इससे पहले आप निकाल किर्च करवाही सिख चुके हैं सीखे हुए सबक में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान किर्च कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा किर्च के साथ खडे-खडे सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	जब राइफल सहित सशत्र सैन्य दल परेड पर हो और उसे शालामी शस्त्र का अदेश दिया जाये तो किर्च वाले अधिकारी सलामी शस्त्र कि पहली और तिशारी हरकतों पर कारवाही करेंगी कंधे शस्त्र के आदेश पर वज़वानों के साथ मिलकर कारवाही करेंगे, जब अफकोसर लेन तोड़ने का आदेश दिया जाये तो वे किर्च से सौलते करेंगे वरिश अधिकारी के पीछे लाइन बनायेंगे और विश्राम हालत में खडे होने से पहले किर्च में वहश करेंगे		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कारवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दूरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेश सामने सलूट स्क्वाड सलूट जैसे थे ये था के साथ दुरुस्त नमूना। अब इस कारवाही को गिनती के साथ देखे तथा सुने गिनती के साथ नमूना :- मेरे लिए आदेश गिनती से सामने सलूट स्क्वाड एक -एक ,स्क्वाड दो -दो स्क्वाड तीन -तीन । स्क्वाड चार -चार गिनती और बयान के साथ नमूना “गिनती से सामने का सैल्यूट, स्कॉड-एक ” किर्च मुंह के सामने		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>खड़ी दषा में लाओ इस समय एज बांयी तरफ आ जाये। ‘स्क्वॉड –दो’ किर्च को दाहिने हाथ की मदद से दाहिनी तरफ इतना नीचे करो कि किर्च की नॉक जमीन से 12 इंच ऊपर रहे दाहिना हाथ में किसी प्रकार का खम नहीं पूरा हाथ सीधा रहेगा। सामने दाहिनी ओर 45 अंश का कोण बन सकें। एज का रुख बांयी तरफ रहेगा। दाहिना बाजू और किर्च एक सीध में जॉघ से 12 इंच की दूरी पर, अंगूठा किर्च के हैण्डल पर जमा हुआ होगा। जॉघ से 12 इंच की दूरी पर, अंगूठा किर्च के हैण्डल पर जमा हुआ होगा। ‘स्क्वाड–तीन’ किर्च को पुनः खड़ी दषा में लायें। ‘स्क्वॉड–चार’ किर्च को पुनः सामने किर्च की स्थिति में ले जाओ। नोट :- 01. किर्च यदि नहीं निकली है तो सैल्यूट दाहिने हाथ से होगा जैसा आप पूर्व में सीख चुके हैं 02. यदि किर्च न निकली हो और तेज चलना पड़े तो दाहिना हाथ हरकत करेगा परन्तु बांये हाथ से पकड़ स्केवर्ड पर रहेगी। 03. परेड पर जब जवान रायफल के साथ हों, अफसरान किर्च धारण किये हों एवं सलामी घस्त्र का आदेष दिया जाये तो किर्च के साथ अफसरान सलामी घस्त्र की पहली हरकत पर व तीसरी हरकत पर कार्य करेंगे। जब कभी घस्त्र का आदेष दिया जाये तो जवान की हरकत पर ही तालमेल के साथ काम करेंगे। 04. जब आदेष “आफीसर लाइन तोड़” का दिया जाए तो वे किर्च से सैल्यूट करेंगे तथा वरिष्ठ अधिकारी के पीछे लाइन बनायेंगे और विश्राम की हालत में खड़े होने से पहले किर्च को वापस करेंगे। 05. जब आप सैल्यूट के लिए थम करेंगे तो दूरी अधिकारी से 5 कदम की रहेगी।</p> <p>चलते–चलते सैल्यूट करना:- खण्ड – 3</p> <p>साधारण नोट 01. थम पर किर्च आमतौर पर सामने किर्च की हालत में रहती है। जबकि जवान सावधान या कंधे घस्त्र पर रहते हैं। 02. चलते हुए किर्च को ऊपर निकालने के साथ कंधे किर्च किया जाता है और थमकर सामने किर्च हालत में लाया जाता है परंतु निम्नलिखित अवसरों पर किर्च हमेशा सामने किर्च की स्थिति में रहेगी:- (अ) सैल्यूटिंग मंच के लिए मुड़ने, घुमने या पहुँचने पर (ब) अफसरों की लाइन बनाते या तोड़ते वक्त। (स) जब समीक्षा क्रम में आगे</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी–जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1 किर्च मुंह के सामने खड़ी दषा में न लाना 2 सामने दाहिनी ओर 45 अंश का कोण न बनाना 3 किर्च खड़ा रुख 90° छिक्की न होना</p>	02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू–शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ पर किर्च के साथ खड़े-खड़े सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।</p>			
---	--	--	--

**पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : अध्याय—०५ किर्च के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट
– (समय : 40 मिनट)**

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रुक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	किर्च स्कैबर्ड, तेग बंद।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इससे पहले आप किर्च के साथ खड़े-खड़े सामने सैल्यूट सीखे हुए सबक में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान किर्च कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा किर्च के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	बड़े-बड़े समारोह परेडों में परेड कमान्डर वी. आय. पी. को रिपोर्ट देने के लिये इस कार्यवाही को अमल में लाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	सबक तरतीब वार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें। दुरुस्त नमूना – मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल, सामने सैल्यूट स्क्वॉड सैल्यूट। थम। ये था दुरुस्त नमूना अभी इसी कार्यवाही की गिनती से देखें। गिनती के साथ नमूना :- मेरे लिए आदेष सामने से तेज चाल गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, एक-दो, स्क्वॉड दो, एक-दो-तीन-चार –एक, स्क्वॉड तीन, एक-दो-तीन-चार –एक, स्क्वॉड चार, एक-दो-तीन-चार –एक, स्क्वॉड पाँच गिनती और बयान के साथ नमूना सामने किर्च की हालत में तेज चाल से जब दाहिने पैर की ऐडी जमीन पर लग रही हो, आदेष मिलेगा गिनती से सामने सैल्यूट। स्क्वॉड एक, इस आदेष पर सीखें हुए तरीके से थम की कार्यवाही करे। पुकारें एक-दो, बयान की कार्यवाही देखें। मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल, गिनती से सामने सैल्यूट स्क्वॉड एक, एक-दो, इस स्थिति में देखने वाली बातें- दुरुस्त थम की		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	<p>कार्यवाही किया हुआ। बाकी सामने किर्च कि स्थिति, यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो, इस आदेष पर सीखे हुए तरीके से एक बार सैल्यूट की कार्यवाही करें। पुकारें एक-दो-तीन-चार-एक, बयान कि कार्यवाही देखे। स्क्वॉड दो, एक-दो-तीन-चार -एक, इस स्थिति मे देखने वाली बाते, एक बार सैल्यूट कि कार्यवाही किया हुआ, बाकि स्थिति पहले जैसी। यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड तीन, इस आदेष पर दुबारा सैल्यूट कि कार्यवाही करे। पुकारे एक-दो-तीन-चार -एक। बयान कि कार्यवाही देखे स्क्वॉड तीन, एक, दो, तीन-चार-एक इस स्थिति मे देखने वाली बाते- दुबारा सैल्यूट कि कार्यवाही किया हुआ बाकि स्थिति पहले जैसी। यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड चार, इस आदेष पर सिखे हुए तरिके से पिछे मुड़ कि कार्यवाही करे। पुकारे एक-दो-तीन-चार -एक बयान कि कार्यवाही को देखे। स्क्वॉड चार, एक-दो-तीन-चार -एक इस स्थिति मे देखने वाली बाते। 180 डिग्री पिछे मुड़ कि कार्यवाही किया हुआ, बाकि स्थिति पहले जैसी। यही से आदेष मिलेगा स्क्वॉड पाँच, इस आदेष पर बाएं पैर को दाहिने पैर से 30 इंच आगे ले जाए, व मार्च को जारी करें। पुकारे ब</p>				
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04.<u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1) सीखे हुए तरिके से डबल थम कि कार्यवाही न करना। 2) किर्च को 90 डिग्री खड़ा रुख मे न रखना व दाहिने कंधे की सीधाई में न रखना। 3) पीछे मुड़ की कार्यवाही में किर्च को पहले वाली स्थिति मे न रखना। 4) कोहनी से कलाई तक बदन के साथ मिलाये रखना।</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाइन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ किर्च के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है।पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : अध्याय—०६ किर्च के साथ तेज चाल से दाहिने देख तथा सामने

सैल्यूट – (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	किर्च स्कैबर्ड, तेग बंद।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इससे पहले आप किर्च के साथ तेज चाल से सामने सैल्यूट सीख चुके हैं सीखे हुए सबक में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान किर्च कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा किर्च के साथ तेज चाल से दाहिने देख तथा सामने सैल्यूट		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	बड़े-बड़े समारोह परेडों में जब परेड अपना प्रदर्शन दिखाते के लिए मंच से गुजरती है तो, व्हीआय.पी. को सम्मान देने के लिए परेड कमांडर दाहिने देख, के आदेष पर इस कार्यवाही को अमल में लाते हैं। मंच से गुजरने के बाद सामने देख की कार्यवाही की जाती है। सबग तरतीब बार सिखाया जायेगा तरतीब में सबसे पहले—		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>सबक तरतीब बार सिखाया जायेगा, तरतीब में सबसे पहले दुरुस्त नमूना। यहाँ तक के बयान में किसी को कोई शक या सवाल (शक सवाल करें)। शक नहीं तो इसी कार्यवाही का दुरुस्त नमूना देखें।</p> <p>दुरुस्त नमूना — मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल, दाहिने देख, सामने देख, थम। ये था दुरुस्त नमूना अभी इसी कार्यवाही की गिनती से देखें।</p> <p>गिनती के साथ नमूना :- मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से दाहिने देख स्क्वॉड एक किस डाउन स्क्वॉड दो</p> <p>गिनती और बयान के साथ नमूना</p> <p>सामने किर्च कि हालत मे तेज चाल से जब बाए पैर की ऐडी जमीन पर लग रही हो या दाहिने पैर बाएं पैर को क्रास कर रहा हो तो आदेष मिलेगा गिनती दाहिने देख स्क्वॉड एक इस आदेष पर दाहिने पैर जमीन पे लगते ही किर्च को सिखे हुए</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

	तरिके से किस किर्च कि हालत या स्थिति मे लाये तथा बाए पैर के जमीन पर लगते ही दाहिने हाथ को तेजी से नीचे की ओर लाते हुए क्रिच को 45 अंष से दाहिने ओर ले जाए और गर्दन को 90 अंष दाहिने टर्न करें, पुकारे डाउन, बयान कि कार्यवाही को देखें, मेरे लिए आदेष सामने से तेज चल गिनती से दाहिने देख स्क्वॉड एक, किर्च डाउन। इस स्थिति मे देखने वाली बातें— किर्च 45 अंष दाहिने ओर आगे नोक नीचे कि तरफ दाहिना हाथ किर्च कि नोक से लेकर कंधे तक एक सिधाई में। दोनो पैर तेज चाल कि नं. 1 स्थिति मे बाया हाथ स्कर्वड पर तीनों उंगली उपर से जमीन कि तरफ घाँइट कि हुई। गर्दन 90 डिग्री दाहिने और निगाह सैल्यूट लेने वाले कि अधिकारी कि ओर यहीं से आदेष मिलेगा स्क्वॉड दो, इस आदेष पर दाहिने पैर को 30 इंच आगे एडी मिलाये व मार्च को जारी करे पुकारे				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब मे आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊगों सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	1) दाहिने पैर कि एडी जमीन पर लगना व किर्च को किस किर्च के हालत मे न लाना। 2) बाया पैर कि एडी का जमीन पर लगना, किर्च को दाहिने हाथ से तेजी से 45 अंष दाहिनी ओर न ले जाना अर्थात तिनों कार्यवाही एक साथ न होना। 3) सामने देख के आदेष पर दाहिने पैर कि एडी के लगते ही किर्च को किस किर्च की पोजिषन मे न लाना। 4) नं.2 स्थिति मे बाया पैर के लगते ही सामने किर्च कि पोजिषन मे लाते समय दाहिने हाथ कि कलाई से कोहनी को बदन से अलग रखना।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ किर्च के साथ किर्च के साथ तेज चाल से दाहिने देख तथा सामने सैल्यूट का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक : अध्याय—०७ किर्च भेंट करने का तरीका
– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रुक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट / यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	किर्च स्कैबर्ड, तेग बंद।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। इससे पहले आप किर्च के साथ तेज चाल से दाहिने देख तथा सामने सैल्यूट सीख चुके हैं सीखे हुए सबक में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान किर्च कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा किर्च भेंट करने का तरीका		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	शोर्ड ऑफ ओनर से सम्मानित करने के लिए इस कारवाही को अमल में लाया जाता है		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	01) किर्च भेन्ट करने वाला व्यक्ति किर्च को दाहिने हाथ से इस प्रकार पकड़ेगा कि किर्च का हिल्ट निचे कि तरफ रखते हुए किर्च के दस्ते को पकड़ेगा और बाये हाथ से किर्च के ब्लेड को पकड़ेगा और किर्च को लेने वाले जवान के स्केबर्ड के मुठ मे सोर्ड के टिप को दाखिल करेगा। 02) भेन्ट किर्च लेने को तरिका:- अ) किर्च ग्रहण करने वाला अधिकारी पहले किर्च भेन्ट करने वाले व्यक्ति को सैल्यूट करेगा और फिर दाहिने पैर का एक कदम आगे लेगा, दाहिने पैर को बैन्ड करते हुए बाये पैर को सिधे कर और साथ ही बाये हाथ से स्केबर्ड को थोड़ा पिछे कि और धकेल कर रखे ताकि किर्च स्केबर्ड मे दाखिल करने मे आसानी रहे और किर्च ग्रहण करेगा। ब) जब भेन्ट करने वाला व्यक्ति सोर्ड टिप को स्केबर्ड मे दाखिल कर लेता है तब भेन्ट स्विकार करने वाला अधिकारी अपने दाहिने हाथ से सोर्ड के दस्ते पर ग्रिप करेगा और बाये पैर को सावधान स्थिति मे मिलाते हुए दाहिने हाथ से सोर्ड को स्केबर्ड मे पुरा दाखिल करेगा और सावधान पोजिषन मे खड़ा हो जायेगा तथा एक कदम पिछे लेगा, खाली हाथ सैल्यूट करेगा और दाहिने या बाये मुड करते हुए तेज चाल मे अपनी जगह पर चला जायेगा। नोट:- 01) किर्च प्राप्त करने वाला अधिकारी पहले से ही स्केबर्ड को क्रॉस बेल्ट मे लगाकर आयेगा। 02) किर्च भेन्ट समारोह हमेषा परेड ग्राउण्ड मे होगी वो भी तब जब परेड समीक्षा क्रम के बाद विश्राम मे खड़ी हो। 03) किर्च भेन्ट समारोह भोजन के समय सांस्कृतिक कार्यक्रम मे समय या किसी भवन आदि मे छत के निचे नहीं किया जाना चाहिए।		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान
अभ्यास	01. उस्ताद के आदेश पर अभ्यास		18	34	प्रशिक्षक

	<p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>				द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ	<p>1 किर्च प्राप्त करने वाला अधिकारी पहले से ही स्केबर्ड को क्रॉस बेल्ट में लगाकर नहीं आना</p> <p>2 किर्च ग्रहण करने वाला अधिकारी पहले किर्च भेन्ट करने वाले व्यक्ति को सैल्युट नहीं करना और फिर दाहिने पैर का एक कदम आगे नहीं लेगा,</p> <p>3 किर्च कि तमाम आम गलतियाँ</p>		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ किर्च के साथ किर्च भेन्ट करने का तरीका का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

रॉयट डिल

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक -01- भीड़ का मनोविज्ञान

-(समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> 1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्काडँ की गिनती करें। 4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लाठी एक्सर साइज कट। बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा भीड़ का मनोविज्ञान का तरीका सिखाना।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान	<p>प्रस्तावना :— हर मनुष्य अलग—अलग प्रकार का होता है बहुत कम हालात में दो मनुष्य एक जैसे पाये जाते हैं। हालात के अनुसार मनुष्य की प्रकृति का पता लगाना नामुमकिन तो नहीं है लेकिन बहुत मुश्किल अवश्य है। यदि पुलिस आफिसर या भीड़ नियंत्रण पार्टी का कमांडर भीड़ के मनोविज्ञान के बारे में जानकारी रखता है तो भीड़ को तितर—बितर करने में काफी मदद मिल सकती है।</p> <p>भीड़ का मनोविज्ञान :—मनुष्यों के संगठित व्यवहार जब कि वो बड़ी मात्रा में एकत्रित हो का अध्ययन करना ही भीड़ का मनोविज्ञान कहलाता है।</p> <p>भीड़ (काउड) :— भीड़ से तात्पर्य लोगों के एक ही उद्देश्य हेतु चायासंगत एवं अनुषासनात्मक जमाव से है।</p> <p>उत्तेजित भीड़ (मोब) :— मोब एक ऐसी अनियंत्रित भीड़ है जो एक ही उद्देश्य हेतु कार्यरत है।</p> <p>भीड़ एवं उत्तेजित भीड़ में अन्तर :—</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="213 699 470 777">भीड़</th><th data-bbox="470 699 948 777">उत्तेजित भीड़</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="213 777 470 834">नेतृत्वविहीन</td><td data-bbox="470 777 948 834">नेतृत्वसहित</td></tr> <tr> <td data-bbox="213 834 470 891">असंगठित</td><td data-bbox="470 834 948 891">संगठित</td></tr> <tr> <td data-bbox="213 891 470 948">उत्तेजना रहित</td><td data-bbox="470 891 948 948">उत्तेजित</td></tr> <tr> <td data-bbox="213 948 470 1005">आवेश रहित</td><td data-bbox="470 948 948 1005">आवेश से परिपूर्ण</td></tr> <tr> <td data-bbox="213 1005 470 1062">भावना रहित</td><td data-bbox="470 1005 948 1062">भावना पूर्ण</td></tr> <tr> <td data-bbox="213 1062 470 1119">कानून मानने वाले</td><td data-bbox="470 1062 948 1119">कानून न मानने वाले</td></tr> <tr> <td data-bbox="213 1119 470 1197">शान्तिपूर्ण</td><td data-bbox="470 1119 948 1197">हिंसक</td></tr> </tbody> </table> <p>उत्तेजित भीड़ का मनोविज्ञान :—</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 सामान्य मानसिक स्थिति 02 डर एवं गुस्सा 03 भावनात्मक संक्रमण 04 अत्यधिक दिखावा 05 अनोखापन एवं नवीनता 06 अनुकरण करना 07 दबी हुई इच्छाओं का प्रदर्शन 08 ताकत की भावना 09 अपने कार्य को सही ठहराने की भावना 10 हिंसक व्यवहार <p>उत्तेजित भीड़ की विषेषतायें :—</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 अत्यधिक भावनात्मक भाव 02 अत्यधिक दिखावा 03 गैरजिम्मेदाराना व्यवहार 04 स्वतंत्रता एवं शक्ति की भावना 	भीड़	उत्तेजित भीड़	नेतृत्वविहीन	नेतृत्वसहित	असंगठित	संगठित	उत्तेजना रहित	उत्तेजित	आवेश रहित	आवेश से परिपूर्ण	भावना रहित	भावना पूर्ण	कानून मानने वाले	कानून न मानने वाले	शान्तिपूर्ण	हिंसक	31	38	
भीड़	उत्तेजित भीड़																			
नेतृत्वविहीन	नेतृत्वसहित																			
असंगठित	संगठित																			
उत्तेजना रहित	उत्तेजित																			
आवेश रहित	आवेश से परिपूर्ण																			
भावना रहित	भावना पूर्ण																			
कानून मानने वाले	कानून न मानने वाले																			
शान्तिपूर्ण	हिंसक																			

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ रॉयट ड्रिल का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—02 पुलिस का जनता से सम्बन्ध

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। रॉयट ड्रिल। बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा पुलिस का जनता से सम्बन्ध।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>बयान</p> <p>सुरक्षा बल एक ऐसी एजेंसी है जिसे कि जनता के साथ और जनता के सहयोग से अपने कर्तव्यों को सफलतापूर्वक अन्जाम देना पड़ता है। अक्सर देखा गया है कि पुलिस का जनता के साथ मधुर सम्बन्ध न होने की वजह जनता का सहयोग मिलने में कठिनाई का सामना करना पड़ता है जिस वजह से पुलिस की क्षमता काफी हद तक कम हो जाती है। चूंकि केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल के विभिन्न प्रकार के कर्तव्यों के निर्वहन के दौरान आम जनता के साथ वास्ता पड़ता है और हमें जनता के सेवक के रूप में काम करना पड़ता है। अतः जनता के साथ सम्बन्ध में अच्छे होना हमारे व्यवसाय में बहुत लाभदायी होता है।</p> <p>पुलिस का जनता के साथ खराब सम्बन्धों का कारण :-</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 पुलिस का पुराना इतिहास 02 खराब प्रतिष्ठा 03 काम करने का तरीका 04 जॉच के दौरान परेशानी 05 कानूनी खामियाँ 06 पुलिस बल बेईमानी एवं भ्रष्टाचार की गहरी पैठ 07 राजनैतिक हस्तक्षेप 08 प्रषिक्षण का स्तर 09 जनसंचार के साधन 10 जनता के प्रति व्यवहार 11 कानून का गलत इस्तेमाल <p>सम्बन्धों को सुधारने सम्बन्धी सुझाव :-</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 कुषल पुलिस प्रशासन 02 पुलिस बल को प्रेरित करना 03 उच्च दर्जे का प्रषिक्षण 04 पुलिस बल की विनम्रता 05 पुलिस बल की कार्यकुपलता 06 पुलिस बल से भ्रष्टाचार उन्मूलन 07 पुलिस कार्यों में जनता की मदद 08 जनता के सेवक छवि अपनाना 09 पुलिस बल का नवीनीकरण 	31	38
---	----	----

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी। यहाँ पुलिस का जनता से सम्बन्ध का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—03—लोक अषांति के प्रकार

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें। स्काडँ की गिनती करें। स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काडँ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। रॉयट ड्रिल। बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा लोक अषांति के प्रकार		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान	<p>लोक अषांति के प्रकार :- पुलिस एवं अर्धसैनिक बलों को आये दिन किसी न किसी उपद्रव को रोकना पड़ता है ताकि लोक शान्ति एवं सम्पदा को क्षति से बचाया जा सके । अतः हमारे लिए लोक शान्ति के विरुद्ध होने वाले अपराधों के विषय में जानना जरूरी है । भारतीय दण्डसंहित 1860 के अध्याय -08 में लोक शान्ति के विरुद्ध अपराधों पर प्रकाष डाला गया है जो कि निम्नलिखित है :-</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 धारा -141 विधि के विरुद्ध जमाव 02 धारा -142 विधि विरुद्ध जमाव का सदस्य होना 03 धारा -144 घातक आयुद्ध से सज्जित होकर विधि विरुद्ध जमाव में सम्मिलित होना 04 धारा -145 किसी विधि विरुद्ध जमाव में यह जानते हुए कि उसके बिखर जाने का समादेष दे दिया गया है सम्मिलित होना या उसमें बने रहना । 05 धारा-146 बल्वा करना 06 धारा-148 घातक आयुद्ध से सज्जित होकर बल्वा करना 07 धारा-149 विधि विरुद्ध जमाव का हर सदस्य सामान्य उद्देश्य को अग्रसर करने के लिए किये गये अपराध का दोषी 08 धारा-150 विधि विरुद्ध जमाव में सम्मिलित करने के लिए व्यक्तियों को भाड़े पर लेना या भाड़े पर लेने के प्रति मौनानुकूलता । 09 धारा -151 पॉच या अधिक व्यक्तियों के जमाव को बिखर जाने का समादेष दिये जाने के पश्चात् उसमें जानते हुए सम्मिलित होना या बने रहना । 10 धारा-152 लोक सेवक जब बल्वा इत्यादि को दबा रहा हो तब उसपर हमला करना या उसे बाधित करना । 	31	38	
------	--	----	----	--

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी। यहाँ लोक अषांति के प्रकार का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक –04– मजमा तितर–बितर करने के कानूनी पहलू

– (समय : 40 मिनट)

शीषक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें। स्काडँ की गिनती करें। स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काडँ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लोक अषांति के प्रकार का बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा मजमा तितर–बितर करने के कानूनी पहलू		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान	<p>पुलिस एवं अर्धसैनिक बलों को आये दिन किसी न किसी उपद्रव को रोकना पड़ता है ताकि लोक शान्ति एवं सम्पदा को क्षति से बचाया जा सके । ऐसे उपद्रव को तितर—बितर करते समय अगर नियमानुसार कार्यवाही की जाए तो मजमा तितर—बितर करने वाले अनेक कानूनी उलझने जो अक्सर मजमा तितर—बितर करने के बाद उनके विरुद्ध खड़ी हो जाती है उनसे आसानी से निपट सकते हैं। दंड प्रक्रिया संहिता 1973 एवं भारतीय दंड संहिता 1860 में मजमा एवं मजमा तितर—बितर करने सम्बन्धी कानूनी पहलुओं पर प्रकाष डाला गया है जो कि निम्नलिखित हैं :—</p> <p>धारा —129 : सिविल बल के प्रयोग द्वारा जमाव को तितर—बितर करना ।</p> <p>धारा—130 : जमाव को तितर—बितर करने के लिए सषस्त्र बल का प्रयोग ।</p> <p>धारा—131 : जमाव को तितर—बितर करने की सषस्त्र बल के कुछ अधिकारियों की शक्ति ।</p> <p>धारा —132 : पूर्ववर्ती धाराओं के अधीन किये गये कार्यों के लिए अभियोजन से संरक्षण ।</p>	01	31	38
------	--	----	----	----

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी। यहाँ मजमा तितर-बितर करने के कानूनी पहलू का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक —05—_रॉयट ड्रिल में लाठी का प्रयोग

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लोक अषांति के प्रकार का बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा रॉयट ड्रिल में लाठी का प्रयोग		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान	<p>लाठी पार्टी की कार्रवाई :- अगर गैस प्रयोग के बाद भी मजमा तितर-बितर न हो तो पार्टी कमांडर लाठी पार्टी कमांडर को लाठी इस्तेमाल करने का आदेष इस प्रकार देगा। लाठी पार्टी कमांडर लाठी प्रहार शुरू कराओ। इस आदेष पर लाठी पार्टी कमांडर अपनी पार्टी को आदेष देगा। लाठी पार्टी इस आदेष पर लाठी पार्टी सावधान होगी। तान केन्धील्ड लाठी इस आदेष पर सामने की लाईन आधा दाहिने और पीछे की लाईन आधा बांये मुड़ेगी। और लाठी को तैयारी हालत में ले जाएगी। लाठी प्रहार के लिए आगे बढ़ इस आदेष पर लाठी पार्टी बायें पैर का चेक दबाते हुए मजमे की तरफ तेजी से दाहिने बांये खुलते हुए आगे बढ़ेगी। ज्योंही पार्टी कमांडर देखता है कि दोनों लाईनें एक सिधाई में आ गई है तब वह अप बोलेगा और इस प्रकार दोनों लाईनें सिधाई में आगे की तरफ मार्च करेगी। जैसे ही मजमे के नजदीक लाठी पार्टी पहुँच जाती है तो पार्टी कमांडर आदेष देगा। लाठी प्रहार शुरू कर इस आदेष पर लाठी पार्टी के जवान जोर-जोर से भाग जा, भाग जा पुकारते हुए मजमे पर लाठी प्रहार शुरू कर देंगे।</p> <p>अगर लाठी प्रहार कारगार साबित हो तो पार्टी कमांडर लाठी पार्टी को मुकर्रर इषारे से (विसल) से लाठी पार्टी को वापस बुलाएगा। साथ ही आदेष देगा लाठी पार्टी वापस। पार्टी कमांडर का आदेष मिलते ही लाठी पार्टी उसी पोजिषन में रहते हुए इतना पीछे हटेगी कि मजमा उनपर दुबारा हमला न कर सके। (सिखलाई के तौर पर 5 कदम तक पीछे हटायें)। उसके बाद सामने की लाईन दाहिने और पिछली लाईन बांये मुड़कर दौड़ चाल में दाहिने-बांये घूमकर गैस पार्टी के पीछे अपने स्थान पर खड़ी हो जाए।</p>	31	38	
------	--	----	----	--

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी। यहाँ रॉयट ड्रिल में लाठी का प्रयोग का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक न0 —6—_रॉयट ड्रील में लाठी के साथ मार्च करना

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लोक अषांति के प्रकार का बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रील कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा रॉयट ड्रील में लाठी के साथ मार्च करना		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान	<p>यट झील में लाठी के साथ मार्च करना— लाठी पार्टी द्वारा तेज चाल में चलना— अगर लाठी पार्टी को तेज चाल से एक जगह से दूसरे जगह से मार्च करना हो तो बगल केनसिल्ड बाजू लाठी से मार्च करेंगी। आदेष मिलेगा सामने से तेज चल, इस आदेष पर बायें हाथ से केनसिल्ड को बायें तरफ शरीर से मिलाकर रखें तथा लाठी के साथ जिस तरह तेल चल की कारवाई किया जाता है, उसी तरह से मार्च करें</p> <p>लाठी पार्टी द्वारा दौड़ चाल से मार्च करना—जब लाठी पार्टी को दौड़ चाल में मार्च करना हो तो बगल केनसिल्ड सामने लाठी कर के दौड़ चाल किया जाता है, सावधान की स्थिति से आदेष मिलेगा बगल केनसिल्ड सामने लाठी दोड़ के चल, इस आदेष पर जैसे ही बायां पैर जमीन से उपर उठेगा, दाहिने हाथ की मदद से लाठी को शरीर के सामने 90 डिग्री लेकर आएं। बायें हाथ से केनसिल्ड को शरीर के साथ लगाकर रखें और दौड़ चाल जारी करें। दौड़ चाल में जैसे ही दाहिना पैर जमीन पर लगता है आदेष मिलेगा थम, इस आदेष पर सिखे हुए तरीके से थम की कारवाई करें, साथ ही जब दाहिना पैर जमीन पर टिकता है लाठी को दाहिने बगल में लाएं।</p> <p>लम्बे—लम्बे रुट मार्च में जाना—अगर लाठी पार्टी को लम्बे—लम्बे रुट मार्च में एक जगह से दूसरी जगह जाना हो, तो लटका केनसिल्ड बाजू लाठी से मार्च करेगी, लटका केनसिल्ड की स्थिति में केनसिल्ड को शीलिंग को आगे रखते हुए दाहिने कंधे पर इस तरह लटकाएं कि सिल्ड में लिखा हुआ बल का नाम पीछे से सीधा दिखाई दे और तेज चाल में बताएं हुए तरीकों के अनुसार मार्च करें।</p>	31	38	
------	---	----	----	--

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी। यहाँ रॉयट ड्रील में लाठी के साथ मार्च करना का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक —07 गैर कानूनी मजमे को तितर—बितर करते समय काम आने वाले उपकरणों के बारे जानकारी :-

— (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू — शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्काड़ को सजना की कार्यवाही करें। स्काड़ की गिनती करें। स्काड़ को खुली लाईन किया जाए और स्काड़ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्काड़ को दुबारा निकट लाईन करें। स्काड़ को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान			01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। लोक अषांति के प्रकार का बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा गैर कानूनी मजमे को तितर—बितर करते समय काम आने वाले उपकरणों के बारे जानकारी		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान

बयान	<p>गैर कानूनी मजमे को तितर-बितर करते समय पुलिस फोर्स को मजमे द्वारा पथराव होने पर अपना बचाव हासिल करने के लिए कुछ उपकरण दिया गया है जिसके बारे में जानकारी निम्नलिखित है:-</p> <p>01 हेलमेट – सिर के बचाव हासिल करने के लिए कार्रवाई के दौरान इसे पहनना आवश्यक है।</p> <p>02 बॉडी प्रोटेक्टर :— कमर के नीचे वाले हिस्सों से लेकर गले तक के हिस्सों को पथराव से बचाव हासिल करने के लिए बॉडी प्रोटेक्टर को पहना जाता है। (बॉडी प्रोटेक्टर के प्रकार के अनुसार प्रषिक्षक उसका वर्णन करें और पहने के तरीके के बारे में जानकारी दें)</p> <p>03 हैण्डगार्ड :— दाहिने हाथ की कोहनी से लेकर कलाई तक के बचाव हासिल करने के लिए इसे पहना जाता है।</p> <p>04 सिनगार्ड :— घुटने के नीचे से लेकर टकने तक के हड्डी को पथराव से बचाव हासिल करने के लिए इसे धारण किया जाता है।</p> <p>05 शील्ड :— मजमे द्वारा पथराव होने पर पुलिस फोर्स को अपना बचाव हासिल करते हुए मजमे तक जाना और उसे भगाने के लिए शील्ड को इस्तेमाल किया जाता है यह चार प्रकार का है। (क) केनषील्ड (ख) प्लास्टिक फाईबर शील्ड (ग) आयरन शील्ड (घ) बुलेट प्रूफ शील्ड।</p>	31	38	
------	--	----	----	--

संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी। यहाँ गैर कानूनी मजमे को तितर-बितर करते समय काम आने वाले उपकरणों के बारे जानकारी का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक –08 व्याख्यान एंव प्रदर्शन मजमा-नियंत्रण-ड्रिल

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें। स्कार्ड की गिनती करें। स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कार्ड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	हेलमेट, बॉडी प्रोटेक्टर, हैण्डगार्ड, सिनगार्ड, शील्ड		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। गैर कानूनी मजमे को तितर-बितर करते समय काम आने वाले उपकरणों के बारे जानकारी के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान रॉयट ड्रिल कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा व्याख्यान एंव प्रदर्शन मजमा-नियंत्रण-ड्रिल		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत			01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>प्रस्तावना:- पुलिस एंव अर्द्धसैनिक बलों को आए दिन किसी ना किसी उपद्रव को रोकना पड़ता है, ताकि लोक शांति एंव लोक सम्पदा को क्षति से बचाया जा सके। ऐसे उपद्रव को तितर बितर करते समय अगर नियमानुसार कार्यवाही की जाए तो मजमा तितर-बितर करने वाले दल अनेक कानूनी उलझनें, जो अक्सर मजमा तितर-बितर होने के बाद उनके विरुद्ध खड़ी हो जाती हैं, उनसे आसानी से निपट सकते हैं, और साथ ही साथ जान माल की भी कम से कम क्षति होती है। इससे पहले कि हम मजमे से निपटने के बारे में जानकारी हासिल करें, हमें यह जानना आवश्यक है कि मजमा क्या होता है?</p> <p>मजमे की परिभाषा :- भारतीय दण्ड-संहिता 1860 की धारा-146 के अनुसार, विधि विरुद्ध सम्मेलन या उसका कोई सदस्य विधि विरुद्ध सम्मेलन के सामान्य उद्देश्य को अग्रसर या पुर्ति करने के लिए बल या हिंसा का प्रयोग करता है, तो यह कार्य उपद्रव/बलवा/मजमा (ईं) कहा</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

जाता है , एंव उस सम्मेलन का प्रत्येक सदस्य , इसके लिए समान रूप से दोषी माना जाता है | भारतीय दण्ड-संहिता1860 की धारा-147 में , बलवा करने के लिए दो वर्ष तक के कारावास या जुर्माना या दोनों तथा , धारा - 148 म , धातक आयुद्ध से सुजित होकर बलवा करने के लिए तीन वर्ष तक के किसी भी प्रकार के कारावास , या जुर्माना अथवा दोनों के दण्ड से दण्डित किए जाने की व्यवस्था है ।

मजमा नियन्त्रण ड्रिल की परिभाषा :- मजमे को तितर - बितर करने के लिए, कोई बल जो तरतीब अपनाता है , उसे मजमा -नियंत्रण ड्रिल या ईं - गैनिन कहा जाता है ।

मजमा नियंत्रण ड्रिल के सिद्धांतः- किसी भी स्थान पर मजमे को तितर बितर करते समय इन पाँच सिद्धान्तों को हमेशा ध्यान मे रखना चाहिए :-

1. आवश्यकता का सिद्धान्त
2. कम से कम ताकत (बल) का सिद्धान्त
3. निष्पक्षता का सिद्धान्त
4. सदभावना का सिद्धान्त
5. बचाव का सिद्धान्त

(छ) **आवश्यकता का सिद्धान्त :-** इसमें उन बातों को शामिल किया गया है जो मजमे से निपटते समय अवश्य करनी चाहिए । ये बातें हैं :-

1. मजमे की तादाद मालूम करना आवश्यक है , ताकि उसके अनुरूप कार्यवाही की जाए ।
2. मजमे के विरुद्ध जो भी कार्यवाही करें, उसे कानून के अनुसार ही किया जाना आवश्यक है ।
3. मजमा तितर-बितर करने के दौरान , धैर्य को बनाए रखना आवश्यक है ।
4. मजमा नियंत्रण बल के प्रभारी को मजमे की मनोवैज्ञानिक स्थिति का ज्ञान होना आवश्यक है ।
5. कमांडर को परिस्थितियों के अनुसार तुरंत कारवाही करना आवश्यक है ।
6. हाथापाई से बचने के लिए मजमे से दुरी बनाए रखना आवश्यक है , और
7. इलाके के बारे मे जानकारी होना आवश्यक है ।

(ळ) **कम से कम ताकत (बल) का सिद्धान्त :-** मजमा नियंत्रण बल का उद्देश्य मजमे को तितर-बितर करना होता

है, इसलिए आवश्यकता के सिद्धांत को ध्यान में रखते हुए, परिस्थितियों पर नियंत्रण करने के लिए, मजमा नियंत्रण बल का कमांडर, जिस बल का प्रयोग करता है, वही कम से कम बल का इस्तेमाल माना जाएगा। इसमें गोली चलाना तथा लाठी का प्रयोग भी शामिल है। अगर मात्र चेतावनी देने से मजमा बिखर जाता है, तो वह, कम से कम ताकत होगी।

कम से कम ताकत के इस्तेमाल के सिद्धांत को कामयाबी से हासिल करने के लिए इन बातों पर जोर देना चाहिए :—

1. लगातार उच्च श्रेणी का प्रशिक्षण।
2. सही सुचना।
3. ऊंचे दर्जे के अर्थात् द्रुतगामी यातायात के साधन।
4. बल प्रदर्शन एंव फलैंग मार्च।
5. व्यरित कार्यवाही।
6. गश्त।
7. उच्च श्रेणी की संचार व्यवस्था, और
8. अफवाहों पर रोक।

(भ) **निष्पक्षता का सिंद्धान्** :— इस सिंद्धान् में ध्यान रखने वाली बातें इस प्रकार हैं -

1. मजमे के विरुद्ध जो भी कारवाही करें, उसे निष्पक्ष भावना से करें। किसी प्रकार के राजनैतिक या अन्य प्रकार के दबाव में कोई कार्य न करें।
2. सम्पत्ति चाहे सरकारी हो अथवा निजी, उसे निष्पक्ष होकर बचाएं।

(घ) **सदभावना का सिंद्धान्** :— भारतीय दण्ड संहिता 1860 की धारा -52 के अनुसार, कोई कार्य उस समय तक सदभावना से किया गया नहीं माना जाएगा, जब तक उसे करने के लिए पूरी सावधानी न बरती जाए, और, पूरे विश्वास के साथ न किया गया हो।

मजमा तितर - बितर करते समय अगर कोई व्यक्ति —

1. क्रोध के कारण मानसिक संतुलन नहीं बनाए रख सकता है, या
2. मजमे को शत्रु मान कर आदेश देता है, या
3. घटना स्थल के स्थानीय नियमों का पालन नहीं करता है और
4. स्वयं को जनता का सेवक समझकर कार्य नहीं करता है, तो उसके द्वारा किया गया कार्य, सदभावनापूर्वक

<p>किया गया कार्य नहीं माना जाएगा ।</p> <p>(ड) बचाव का सिंचात :- इस सिंचात के तहत इन बातों को ध्यान में रखा जाए :-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. मजमा नियंत्रण दल एंव निर्देश लोगों का बचाव । 2. जनता की सदभावना प्राप्त लोगों का बचाव । 3. जो कार्यवाही आप करने जा रहे हैं , उससे कानूनी बचाव हो । 4. कार्यवाही के दौरान जान-माल, चाहे सरकारी हो या व्यक्तिगत, उसको कम से कम नुकसान हो । <p><u>मजमा नियंत्रण ड्रिल में करने वाली कार्यवाहियां:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. मजमा नियंत्रण के दौरान शांत रहे । 2. जल्द ही , भीड़ के मनोबल को पहचाने । 3. जनता का सहयोग प्राप्त करें । 4. ऐसी कार्यवाही करें , जिससे मजमा उत्तेजित ना हो । 5. मजमे का मुकाबला, सदा दृढ़तापूर्वक करें । 6. अपने सदस्यों को सुरक्षित स्थान पर रखें । 7. यकीन करें, कि हर जवान अपना कार्य ठीक से जानता है । 8. हमेशा मजिस्ट्रेट की उपस्थिति का ध्यान रखें । 9. गोली इस्तेमाल करने से पूर्व यकीन करें , कि दूसरे बलों का प्रयोग कर लिया गया है । 10. चेतावनी हमेशा धीरे-धीरे तथा स्पष्ट रूप से दें । 11. फायरिंग पर हमेशा नियंत्रण रखें । 12. गोली कमर से नीचे निशाना ले कर फायर करें । 13. मजमे के बिखरते ही फायर बंद कर दें । एक बार बिखरने के बाद फिर से मजमे को एकत्र न होने दें । 14. घायल, चाहे वो बल के सदस्य हो या मजमे के, उन्हे प्राथमिक उपचार दे और , आवश्यक हो तो अस्पताल भेजें । 15. हमेशा ऊंचे दर्जे का अनुशासन बनाए रखें । 16. यकीन करें , कि संचार के साधन उपलब्ध हैं । 17. स्थिति पर तुरंत निर्णय लें । 18. मजमा तितर-बितर होने के बाद एक रिपोर्ट बनाएं, जिसमें घायलों और तलाशी के दौरान मिली वस्तुओं का विवरण हो। उसमें मजिस्ट्रेट और स्थानीय पुलिस अधिकारी के हस्ताक्षर अवश्य हों । <p><u>मजमा नियंत्रण ड्रिल में नहीं करने वाली कार्यवाहियां:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. बदले के भावना से कार्य न करें । 			
--	--	--	--

2. क्रोध और अंधेपन मे गोली फायर न करें ।
3. भागते हुए मजमे पर , लाठी या गोली प्रहार न कर ।
4. कम से कम ताकत के सिंद्धात को न भूलें ।
5. मजमे से बहस ना करें ,और ना झूटे वायदे कर ।
6. मजमा नियंत्रण दल को, छोटी - छोटी दुकड़ीयों मे न बाटें ।
7. मजमे को शत्रु समझकर कार्यवाही न करें ।
8. मजमे पर निशाना बाँध कर, सेल फायर न करें ।
10. लाठी का प्रहार मजमे के सिर, चेहरे या अन्य नाजुक अंगो पर न करें ।
11. बिना चेतावनी दिए बल प्रयोग की कार्यवाही न करें ।
12. जनता या सरकार की सम्पत्ति को नष्ट न करें ।
13. कानून को न भूलें ।

मजमा नियंत्रण दल की बनावट एवं साज सामान

मजमा नियंत्रण दल की बनावट के बारे में , कोई निश्चित नियम नही है ,जो उसकी संख्या और साज समान को निर्धारित करे , क्योंकि यह मजमे की संख्या , उसके रवैये और मनोबल तथा स्थानीय परिस्थितियों पर निर्भर है | फिर भी सलाह के तौर पर लगभग एक प्लाटून की संख्या वाले , एक मजमा नियंत्रण दल को हम इस प्रकार संगठित कर सकते हैं :-

मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर :- 1. अधिनस्थ अधिकारी | यदि मजमा नियंत्रण दल की तादाद अधिक हो , तो इस कार्य के लिए , एक राजपत्रित अधिकारी भी नियुक्त किया जा सकता है :-

सामान :- स्टील हेलमेट - 1, रिवाल्वर /पिस्टल पोच एम्युनिशन के साथ - 1, मैगाफोन - 1, कलम - 1, मजिस्ट्रेट से आदेश लेने के लिए छपे हुए फार्म |

मजमा नियंत्रण बल का द्वितीय कमाण्डर :- एक वरिष्ठ प्रधान आरक्षक | अलग से राइटर की व्यवस्था न हो , तो वह रोजनामचा लिखने का काम भी करेगा |

सामान :- स्टील हेलमेट - 1, रोजनामचा - 1, कलम - 1 पूरे मजमा नियंत्रण दल को तीन मुख्य भागो में बांटा जा सकता है ।

(1) अशु गैस पार्टी :- इसमें एक प्र० आ० - पाटी कमाण्डर और 12 आरक्षक होते हैं | इनका साज - सामन इस प्रकार होता है :-

स्टील हेलमेट - 13, रेस्पीरेटर - 13, गैस गन - 6, सेल कैरियर - 6, ग्रिनेड कैरियर -6, शार्ट रेज सेल - 36, लॉग रज सेल - 36, सिंगल वे ग्रिनेड -18, थ्री वे ग्रिनेड - 18, गैस टार्च - 1, प्रोजेक्टाइल कैरियर - 1,

<p>(2) लाठी पार्टी :- इसमे एक प्र० आ० - पार्टी कमाण्डर और 12 आरक्षक होते हैं । इनका साज सामान इस प्रकार होता है :-</p> <p>स्टील हेलमेट -13, बॉडी प्रोटेक्टर -13, सिनगार्ड -13 जोड़ी, शील्ड -13 , छोटी लाठी -13, हथकड़ी या रस्सी -13.</p> <p>(3) असला या राइफल पार्टी :- इसमे भी एक प्र० आ० - पार्टी कमाण्डर एवं 12 आरक्षक होते हैं ।</p> <p>सामान :- स्टील हेलमेट -13, राइफल -13, राउण्ड -1300</p> <p>उपरोक्त मुख्य टोलियों के कामों में सहायता देने के लिए कुछ और व्यक्तियों की आवश्यकता पड़ती है , जिन्हे यहाँ मिश्रित टोली का नाम देते हैं । इसमे शामिल है :-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- बिगुलर -1 आरक्षक या प्र० आ० सामान -स्टील हेलमेट और बिगुल । 2- झण्डा पार्टी -2 आरक्षक सामान -स्टील हेलमेट -2 चेतावनी झण्डा -1 । 3- स्ट्रेचर पार्टी -2 आरक्षक सामान -स्टील हेलमेट -2, स्ट्रेचर -1, फर्ट एड बॉक्स -1, कम्बल -1. 4- प्राथमिक चिकित्सा दल -1 कम्पाउण्डर या आरक्षक समान -स्टील हेलमेट -1. 5- फोटोग्राफर -1 आरक्षक सामान - स्टील हेलमेट -1, कैमरा-1. <p><u>मजमा तितर बितर करने की तरतीब :</u></p> <p>मजमा नियंत्रण दल , मजमे को तितर-बितर करते समय , यदि नियमानुसार कार्यवाही करे तो अनेक कानूनी उलझनों से बचाव के साथ-साथ, कम से कम ताकत का इस्तेमाल करते हुए मजमे को तितर-बितर किया जा सकता है । मजमा नियंत्रण के लिए कोई निश्चित तरतीब निर्धारित नहीं की जा सकती , क्योंकि यह मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर के विवेक पर निर्भर करता है , कि परिस्थितियों को नियंत्रण करने के लिए , वह क्या तरतीब अपना सकता है जो उसके पास उपलब्ध है । सलाह के तौर पर यहाँ पर एक प्रदर्शन का आयोजन किया गया है जिसमें इसकी कार्यवाही को तीन दर्जों में बॉटा गया है :-</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) तैयारी की कार्यवाही , (2) दौरान की कार्यवाही , (3) बाद की कार्यवाही , <p>(1) तैयारी की कार्यवाही</p>		
---	--	--

मजमे को तितर-बितर करने के लिए , जाने का आदेश मिलने पर , समबद्ध मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर , अपने द्वितीय कमाण्डर एंव तीनो पार्टीयों के कमाण्डरों को बुलाकर रवाना होने के लिए , एकत्र होने के स्थान, समय और अन्य बंदोबस्ती कार्यवाहियों को चेक करने का निर्देश देता है , और स्वंय कुछ महत्वपूर्ण बातों की जानकारी हासिल करता है , जिसमें

1. मजमे में भाग लेने वाले लोग ।
2. मजमे या बलवे का कारण ।
3. सिविल पुलिस , जिसके साथ सहयोग करना है, यदि हो तो ।
4. कार्यवाही करने की जगह ।
5. कार्यवाही की जगह तक जाने के साधन ।
6. मिलाप के साधन ।
7. सम्भवतया , कितने समय तक वहाँ रुकना पड़ेगा ।
8. राशन, सामान और बाकी बन्दोबस्ती कार्यवाही।
9. गंतव्य पर पहुंचकर किसको रिपोर्ट करनी ह ।
- 10.यदि हो सके , तो मदद के लिए की गई माँग पत्र की प्रतिलिपि ।

जब तक मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर इन बातों के बारे में जानकारी एकत्र करता है , तब तक, तीनो पार्टीयों के कमाण्डर और मजमा नियंत्रण दल का द्वितीय कमाण्डर तैयारियाँ करके, दिए गए समय पर निर्धारित जगह पर एकत्र हो जाते हैं । तीनो पार्टीयों के सहायक गाड़ियों की भी व्यवस्था कर यह देख लेते हैं कि गाड़ियों पर पथराव से बचाव के लिए लोहे की जाली लगाई गई है या नहीं ।

मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर की जिम्मेदारी होती है की वह , रवाना होने से पहले तमाम हथियार, गोला-बारूद, अशु गैस एम्युनिशन एवं अन्य साज-समान को चेक कर ले और तीनो पार्टीयों के कमाण्डर को उनके काम और सुरक्षा के बारे में निर्देश दे ।

मजमा नियंत्रण के लिए तैयार पार्टी की तैयारियों का निरीक्षण करने के लिए , अपनाई जाने वाली तरतीब आप प्रदेशन के द्वारा देखें :

मजमा नियंत्रण दल के द्वितीय कमाण्डर के आदेश :- जब मजमा नियंत्रण के लिए जाने वाली तमाम नफरी निर्धारित जगह पर एकत्र हो जाती है, तो वह आदेश देता है

पार्टीयों के दाहिने जवान:- इस आदेश पर पार्टीयों के दाहिने वाले जवान जो उस पार्टी के सहायक होते हैं सावधान होते हैं ।

<p>दाहिने दर्शक होर्जें:- इस आदेश पर दाहिने वाले जवान विश्राम हो जाते हैं।</p> <p>दर्शकः- इस आदेश पर दर्शक सावधान होते हैं और बगल शरन करते हैं। सामने वाली (गैस) पार्टी का दर्शक पंद्रह कदम आगे तेज चाल में जाकर थम करता है और इसी प्रकार लाठी पार्टी का दर्शक, गैस पार्टी के दर्शक के पीछे एक कदम के फासले पर तथा राइफल पार्टी का दर्शक लाठी पार्टी के दर्शक के पीछे एक कदम के फासले पर थम करता है।</p> <p>'दर्शक गिनती कर':- दर्शक सामने से पीछे को गिनती करते हैं।</p> <p>'नम्बर एक खड़ा रहे, बाकी पीछे मुड़ :-नम्बर दो, तीन, और चार दर्शक पीछे मुड़ते हैं।</p> <p>'कॉलम फासला तेज चल':- नम्बर दो दर्शक सात कदम और नम्बर तीन व चार दर्शक पंद्रह कदम चल कर थम करते हैं और पीछे मुड़ने के बाद विश्राम हो जाते हैं।</p> <p>'पार्टीयां परेड पर':- इस आदेश पर गैस पार्टी, राइफल पार्टी और मिश्रित पार्टी अपने स्थान पर सावधान होते हैं, बगल शरन करते हैं और तज चाल में चलकर अपने दर्शक के बाएँ आकर दो दो लाइनों में खड़े हो जाते हैं। जब पार्टीयां परेड पर आने की कार्यवाही कर रही हों, उस समय तीना दर्शक सावधान हो जायगे और राइफल पार्टी का दर्शक बगल शरन करेगा और फिर अपने टोली के साथ बाजु शरन कर विश्राम हो जायग।</p> <p>पार्टीयां या राइट ड्रिल पार्टी सावधान' : सामान्य ड्रिल के अनुसार कार्यवाही की जाती है।</p> <p>सज दाहिने सज' : सामान्य ड्रिल के समान कार्यवाही की जाती है।</p> <p>सामने देख' : सामान्य ड्रिल के समान कार्यवाही की जाती है।</p> <p>पार्टी कमांडर पार्टी वार निरीक्षण और बांट शुरू कर' : पार्टी कमांडर जो अपनी अपनी पार्टीयों के सामने मध्य में खड़े होते हैं, अपनी जगह पर ही पीछे मुड़ते हैं, और अपनी पार्टी के जवानों तथा साज समान तथा हथियारों का निरीक्षण तथा गिनती करते हैं। जब तीना पार्टीया के कमांडर अपनी अपनी पार्टीया का निरीक्षण कर रहे होते हैं, उस समय मजमा नियंत्रण दल का द्वितीय कमांडर मिश्रित पार्टी को स्वयं चेक कर, उनकी गिनती और साज समान को अपने पास दर्ज करता है तथा, चेक करने के बाद अपने स्थान पर वापस आता है।</p>		
--	--	--

यह तमाम कायवाही बेस कैम्प में ही चल रही है , इस प्रकार आपने देखा कि तीना पार्टीया के कमांडर के द्वारा अपनी अपनी पार्टी के जवाना , साज सामान और हथियारों का निरीक्षण किया जा चुका है , तथा मिश्रित पार्टी का निरीक्षण ख्यं द्वितीय कमांडर द्वारा किया गया | अब द्वितीय कमांडर के द्वारा तीना पार्टीया से रिपोर्ट लेकर मजमा नियंत्रण दल के कमांडर को रिपोर्ट दी जाती है | अब आप देख रहे हैं कि मजमा नियंत्रण दल, मजमा नियंत्रण हेतु जाने के लिये तैयार हैं |

राइफल पार्टी का कमाण्डर किसी आपात रिथित से निपटने के लिए अपनी पार्टी की बांट इस प्रकार करता है | दाहिने से एक फाइल और सामने की लाइन का न0 दो जवान ' के आदेश पर बयान किए गए जवान सावधान हो जाते हैं, चारों तरफ की कार्यवाही में दाहिने की कार्यवाही का काम करेंगे | 'बाएं से एक फाइल और पिछली लाइन का नम्बर पॉच जवान के आदेश पर बताए गए जवान सावधान हाग और दाहिने कार्यवाही के लिए बताए गए जवान विश्राम होते हैं | चारों तरफ की कार्यवाही में बाएं की कार्यवाही करेंगे | समाने की लाइन के बाकी जवान इस आदेश पर सामने की लाइन के नम्बर तीन, चार और पॉच जवान सावधान और बाएं की कार्यवाही के जवान विश्राम होते हैं | 'चारों तरफ की कार्यवाही में सामने की कार्यवाही करेंगे | पिछली लाइन के बाकी जवान ' के आदेश पर पिछली लाइन के नम्बर दो, तीन और चार सावधान होते हैं और सामने की कार्यवाही वाले जवान विश्राम होते हैं 'चारों तरफ की कार्यवाही में पीछे की कार्यवाही का काम करेंगे | इस आदेश के पुरा होते ही पिछली लाइन के जवान जो पीछे की कार्यवाही के लिए बांटे गए होते हैं विश्राम हो जाते हैं |

यह यकीन करने के लिए की सब जवान अपना-अपना काम समझ गए हैं, राइफल पार्टी का कमाण्डर इस प्रकार फिर से चेक करता है :-

'दाहिने की कार्यवाही' - दाहिने की कार्यवाही वाले जवान सावधान हो जाते हैं |

'बाएं की कार्यवाही' - बाएं की कार्यवाही वाले जवान सावधान और दाहिने की कार्यवाही वाले जवान विश्राम होते हैं |

'सामने की कार्यवाही' - सामने की कार्यवाही वाले जवान सावधान और बाएं की कार्यवाही वाले जवान विश्राम होते

है ।

पीछे की कार्यवाही ' - पीछे की कार्यवाही वाले जवान सावधान और सामने की कार्यवाही जवान विश्राम होते हैं ।

राइफल पार्टी का कमाण्डर विश्राम का आदेश देता है जिस पर पीछे की कार्यवाही वाले जवान विश्राम हो जाते हैं और राइफल पार्टी का कमाण्डर सामने की और मुड़ कर खुद भी विश्राम हो जाता है । इस दौरान गैस पार्टी और लाठी पार्टी के कमाण्डर अपनी अपनी पार्टीयों के जवानों और साज सामान को चेक और गिनती करने के बाद अपनी जगह पर सामने मुड़कर विश्राम हो जाते हैं ।

अब मजमा नियंत्रण दल का द्वितीय कमाण्डर आदेश देता है :-

मजमा नियंत्रण पार्टी सावधान' -सामान्य ड्रिल के समान कार्यवाही की जाती है ।

पार्टीवार रिपोर्ट ' - हर पार्टी का कमाण्डर अपनी-अपनी पार्टी के जवान की संख्या और साज-समान की रिपोर्ट देता है , जिसे मजमा नियंत्रण दल का द्वितीय कमाण्डर अपने पास दर्ज करता है । मिश्रित पार्टी का विवरण वह पहले ही दर्ज कर चुका होता है इसलिए उनके बारे में फिर से रिपोर्ट की आवश्यकता नहीं होती है । रिपोर्ट तैयार हो जाने के बाद मजमा नियंत्रण दल का द्वितीय कमाण्डर , मजमा नियंत्रण दल को विश्राम कर देता है और स्वंय मजमा नियंत्रण दल के दाहिने आकर सामने मुड़ता है और विश्राम हो कर मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर का इंतजार करता है ।

मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर के पहुचने पर वह मजमा नियंत्रण दल को सावधान करता है और जाकर मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर को पूरे विवरणों के साथ रिपोर्ट देता है ।

मजमा नियंत्रण दल कमाण्डर के आदेश

मजमा नियंत्रण दल के द्वितीय कमाण्डर से रिपोर्ट लेने के बाद मजमा नियंत्रण दल कमाण्डर आदेश देता है 2 आई/सी जगह लो ।' द्वितीय कमाण्डर मजमा नियंत्रण दल के दाहिने आकर अपनी जगह पर मिल जाता है ।

अब मजमा नियंत्रण दल कमाण्डर उसे मिली रिपोर्ट को पुनः चेक करता है, और यकीन करता है कि कोई

कमी तो नहीं रह गई है , और हर सदस्य मजमा-नियंत्रण के लिए जाने के लिए ठिक है । अब मजमा नियंत्रण दल र वाना होने के लिए तैयार है । र वाना होने से पहले अगर पास मे कोई वरिष्ठ अधिकारी है तो मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर परिस्थितियों की जानकारी देते हुए उसे पार्टी को र वाना करने के लिए अनुमति लेता है ।

जाने की तरतीब

वैसे तो ऐसे मौके बहुत कम आते हैं , जब मजमा नियंत्रण दल को पैदल चल कर अधिक दूर तक जाना पड़े । आमतौर पर इस पार्टी के लिए ऐसे ट्रकों का इस्तेमाल किया जाता है जिन पर पथराव के बचाव हेतु लोडे की जालियां लगी हाँ । ऐसे ट्रकों में मजमा नियंत्रण दल के चढ़ने और उतरने मे समय बर्बाद नहीं होता है । ट्रक पर चढ़ने की तरतीब इस प्रकार होगी की सबसे पीछे वाली पार्टी सबसे पहले ट्रक पर चढे , और सबसे आगे वाली पार्टी सबसे बाद में, ताकि जब ट्रक से उतरना हो, तो बिना समय बर्बाद किए जल्दी से जल्दी पार्टीवार दो लाइनों मे खड़ी हो सके ।

अगर पैदल जाना हो तो चलने से पहले मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर आदेश देता है, बगल शस्त्र जिस पर राइफल पार्टी राइफल को बगल शस्त्र की पोजीशन मे ले आती है । कूच करते समय कूच करने की तरतीब और तरीका जगह की बनावट और कमाण्डर की सूझाबूझ पर निर्भर करती है । अगर ज़मीन की बनावट इज़ाजत दे तो मज़मा नियंत्रण दल को जिस रिथिति में वह लाईन बनाकर खड़ा होता है उसी फार्मेशन में भी ले जाया जा सकता है और अगर ज़मीन की बनावट इज़ाजत न दे तो उसे फाइल म या एक फाईल म भी कूच कराया जा सकता है ।

अपने गणतव्य पर पहुच कर मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर अगर गाड़ीया के द्वारा पहुचा हो तो , गाड़ीयों को मज़मे से पर्याप्त फासले पर खड़ा करता है और उनकी सुरक्षा की व्यवस्था करता है । और मजमा नियंत्रण दल गाड़ीया से उतर कर तरतीबवार दो-दो लाईना म खड़ा हो जाता है । अगर पैदल पहुचा हो तो उस रिथिति म मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर अपने दल को मज़मे से पर्याप्त फासले पर रोक कर तरतीबवार खड़ा करता है , और घटना स्थल पर उपस्थित मजिस्ट्रेट या वरिष्ठ पुलिस अधिकारी अर्थात उस अधिकारी को, जिसे उसे रिपोर्ट देनी

है अपने पहुचने का पूरा विवरण संक्षिप्त पार्टीवार देता है ।

दौरान की कार्यवाही

गंतव्य पर पहुचने के बाद , जब मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर उपरिथित मजिस्ट्रेट या वरिष्ठ पुलिस अधिकारी को अपने आगमन की सुचना देता है , तो वह उसे उसके अधीन बल की सहायता से मजमे को तितर बितर करने का आदेश देता है । ऐसा आदेश लिखित रूप में होना चाहिए , जिसके लिए मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर , उसके पास रखे हुए फार्मो का उपयोग करता है ।

ऐसा आदेश देकर मजिस्ट्रेट रख्य या किसो वरिष्ठ पुलिस अधिकारी अथवा मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर द्वारा, मजमे को वहाँ से तितर बितर करने के लिए चेतावनी दी जाती है । जिसके लिए बिगुलर और फ्लैग बियरर सामने वाली पार्टी के दाहिने आकर खड़े होते हैं । फ्लैग बियरर चेतावनी के झंडे को पकड़कर इस प्रकार खड़े होते हैं , कि उसे मजमे के सदस्य पढ़ सकें । चेतावनी देने वाले अधिकारी के निर्देश पर बिगुलर एक लम्बी जी बजाता है जिससे मजमे का ध्यान आकर्षित होता है । बिगुलर की जी की समाप्ति पर चेतावनी देने वाला अधिकारी मेगाफोन की मदद से मजमे को चेतावनी देता है । 'आप का मजमा गैरकानुनी घोषित किया जाता है, आपको हुक्म दिया जाता है कि आप यहाँ से जल्दी से जल्दी तितर-बितर हो जाए, वर्ना आप पर बल का प्रयोग किया जाएगा ।' यही चेतावनी झंडे पर भी लिखी होती है ।

चेतावनी देने के बाद मजमा नियंत्रण दल कमाण्डर कछ देर मजमे के रवैये को देखता है, की वह बिखरना चाहता है कि नहीं । जब वह यह महसुस करता है की मजमा बिखरना नहीं चाहता है , या वह और भी उग्र रूप धारण करने जा रहा है , तो वह गैस पार्टी के कमाण्डर को गैस का इस्तेमाल करने के लिए आदेश देता है ।

गैस पार्टी की कार्यवाही - मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर की ओर से आदेश मिलने पर गैस पार्टी का कमाण्डर जो अपनी पार्टी के मध्य मे पीछे खड़ा होता है बारी बारी ग्रिनेड और सेलों का इस्तेमाल कराते हुए मजमे के ऊपर अश्व गैस का इस्तेमाल कराता है । जिसके लिए आदेशों की तरतीब इस प्रकार होती है -

(क) ग्रिनेड का इस्तेमाल करने के लिए - ओवर हैंडस्ट्रेट आर्म के तरीके से ग्रिनेड का इस्तेमाल करेंग । ग्रिनेड

सेक्शन सी० एन० का एक सिंगल वे ग्रिनेड 'सेक्शन तैयार सामने देख चालीस गज पर मजमा, हवा दाहिने से बाएं (या बाएं से दाहिने) लाइन आफ रिलीज पॉच गज दाहिने (या बाएं), सेक्शन फेंके । जब ग्रिनेड के इस्तेमाल से मजमा कुछ दूर हटता है तो उसको और भी दुर तक तितर-बितर करने के लिए अशु गैस के सेलों का इस्तेमाल किया जा सकता है

(ख) सेल फयर करने के लिए आदेश - गन सेक्शन ' भर पोजीशन 'सी० एन० का एक शार्ट रेंज सेल भर ' सामने देख एक सौ गज पर मजमा, हवा दाहिने से बाएं (या बाएं से दाहिने), लाइन आॅफ रिलीज दस गज दाहिने (या बाएं) चालीस डिग्री 'सेक्शन फायर खाली कर'।

जब गन सेक्शन भर पोजिशन लेती है , उस समय ग्रिनेड सेक्शन अपनी जगह (गन सेक्शन के सामने) नीलिंग पोजीशन मे आ जाती है , और इसी पोजीशन मे रहेगी । खाली कर के आदेश पर खुद ब खुद अपनी जगह खड़ी हो जाएगी ।

जब गैस के इस्तेमाल से मजमा तितर-बितर नही होता है , तो गैस पार्टी का कमाण्डर गैस पार्टी को आदेश देता है ' गैस पार्टी पीछे ' । इस आदेश पर ग्रिनेड सेक्शन दाहिने और गन सेक्शन बाएं मुड़ते हैं और दौड़ चाल मे मिश्रित पार्टी के पीछे , अपनी पहले की स्थिति मे दो लाइनों मे खड़ी हो जाती है और उनकी जगह लाठी पार्टी ले लेती है ।

जब गैस का इस्तेमाल करने से मजमा तितर बितर नही होता तो गैस पार्टी का कमांडर द्वारा गैस पार्टी को पीछे हटने का आदेश दिया जाता है और उसकी जगह लाठी पार्टी लेती है ।

एक बार फिर कमांडर द्वारा सद्भावना एवं बचाव के सिद्धांत को ध्यान में रखते हुये लाठी प्रहार शुरू करने से पूर्व मजम को चेतावनी दी गयी एवं लाठी प्रहार शुरू करने सम्बंधी आदेश दिये गये ।

लाठी पार्टी की कार्यवाही - मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर लाठी पार्टी के कमाण्डर को आदेश देता है लाठी पार्टी कमाण्डर लाठी प्रहार शुरू कराओ' , जिस पर लाठी पार्टी का कमाण्डर अपनी पार्टी को आदेश देता है । 'लाठी पार्टी' पूरी लाठी पार्टी सावधान होती है । 'लाठी प्रहार के लिए आगे बढ़ ' के आदेश पर पूरी लाठी पार्टी तान केनशील्ड और लाठी की पोजीशन अख्त्यार करती है , और

सामने की लाइन दाहिने और आगे , तथा पिछली लाइन बाएं और आगे बढ़ते हुए जल्दी से जल्दी एक लाइन बनाती है और आगे बढ़ती रहती है । जैसे ही मजमे से लगाव होता है , लाठी पार्टी का कमाण्डर आदेश देता है लाठी प्रहार शुरू कर' , जिस पर पूरी लाठी पार्टी एक साथ प्रहार शुरू करती है और साथ ही मनोवैज्ञानिक प्रभाव डालने के लिए लगातार भाग जाओ, भाग जाओ चिल्लाती है ।

जब मजमे पर लाठी प्रहार करते हुए लाठी पार्टी का कमाण्डर यह देखता है कि लाठी प्रहार और अधिक देर तक जारी नहीं रखा जा सकता है , चाह वह मजमे के तितर-बितर हो जाने के फलस्वरूप हो या , मजमे पर लाठी प्रहार बेअसर होने के परिणामस्वरूप , तो लाठी पार्टी का कमाण्डर आदेश देता है ' लाठी पार्टी पीछे ' जिस पर लाठी पार्टी , तान केनशील्ड और लाठी की पोजीशन में इतना पीछे हटती है कि उसका मजमे से लगाव टुट जाए और उसके बाद सामने की लाइन दाहिने और पिछली लाइन बाएं मुड़ करते हुए दौड़ चाल में गैस पार्टी के पीछे दो लाइनों में अपनी पहली स्थिति में आकर खड़ी हो जाती है ।

और अब भीड़ बहुत उग्र हो चुकी है । पोस्ट ऑफिस को जलाया जा चुका है । एडम बिल्डिंग और दूसरी सरकारी व व्यक्तिगत समपत्तिया को जलाया जा रहा है , तब अंतिम उपाय के रूप म कमांडर को गोली का इस्तेमाल करना ही होगा ।

असला या राइफल पार्टी की कार्यवाही - जब लाठी पार्टी प्रहार के लिए आगे बढ़ जाती है तो राइफल उसकी जगह ले लेती है । अश्रु गैस और लाठी पार्टी के प्रहार के बावजूद भी मजमा तितर बितर नहीं होता है या और भी उग्र हो जाता है तो मजमा नियंत्रण दल के कमाण्डर द्वारा अगर परिस्थितियाँ अवसर देती हैं तो उपरिथित मजिस्ट्रेट को परिस्थितियों के बारे में जानकारी दी जाती है और अगर हालात इजाजत नहीं देते हैं , तो सीधा ही कार्यवाही आरम्भ कर दी जाती है । पहले मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर मजमे को एक बार फिर चेतावनी देता है । इस प्रकार चेतावनी देने के बाद मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर , दी गई चेतावनी का मजमे पर हुए असर को देखता है , और कुछ देर इंतजार के बाद भी , जब मजमा नहीं बिघ्रता है तो वह राइफल पार्टी के कमाण्डर को

फायर करने का आदेश देता है। फायर के आदेश पर सभी एमिंग पोजीशन में आकर सौ गज के फासले पर खड़े मजमें के उपर निशाना साधते हैं। अब राइफल पार्टी का कमाण्डर, एक या दो या आवश्यकतानुसार जवानों के कंधे पर हाथ लगाकर मजमें के बीच उनके नेताओं को चुन-चुनकर निशाना बनाता है। अब मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर गोली का मजमें पर असर देखता है। अगर वह महसुस करता है कि और गोलियाँ फायर की जानी आवश्यक है, तो फायर करवाता है अन्यथा, स्ट्रेचर पार्टी को आगे जाकर जखिमयों को लाने के लिए आदेश देता है।

जब स्ट्रेचर पार्टी जखिमयों को उठाने के लिए आगे बढ़ती हो, उस समय उनकी सुरक्षा के लिए राइफल पार्टी में से आवश्यकतानुसार दो या चार जवान तान शस्त्र की पोजीशन में स्ट्रेचर पार्टी के सामने चलते हैं और बाकी राइफल पार्टी अपनी जगह पर ही पोजीशन में रहती है। सुरक्षा के लिए जवान, लाठी पार्टी के साथ सुरक्षा घेरा बनाते हुये।

(3) बाद की कार्यवाही

जब मजमा तितर-बितर हो जाता है, तो स्ट्रेचर पार्टी द्वारा जख्मी उठाकर पीछे लाये जाते हैं जहाँ पर उन्हे फर्स्ट एड मैंन द्वारा आवश्यक प्राथमिक उपचार दिया जाता है और आवश्यकता पड़ने पर उन्हे अस्पताल में भेजने की व्यवस्था की जाती है। इसके साथ-साथ जब जखिमयों या मृतकों को उठाकर पीछे लाया जाता है, तो उनकी तलाशी कर के उनके पास मिली सामग्री की तीन प्रतियों में सुची बनाई जाती है। जिसमें से एक प्रति मजिस्ट्रेट को, एक पुलिस थाने के प्रभारी अधिकारी को और एक आवश्यक अभिलेख के लिए मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर अपने पास रखता है।

जब मजमा नियंत्रण दल का कमाण्डर अपने सहायक के माध्यम से मजमा तितर-बितर करने के दौरान प्रयुक्त किए गए म्युनिशन, एम्युनिशन तथा हथियारों की टूट-फूट व जवानों और मजमें के घायलों व मृतकों की पूरी विवरण के साथ रिपोर्ट ले कर, घटना स्थल पर उपस्थित मजिस्ट्रेट की इसकी रिपोर्ट देता है और उस पर उसके हस्ताक्षर लेता है, ताकि आवश्यकता पड़ने पर ऐसी रिपोर्ट साक्ष्य के रूप में व्यायलय में प्रस्तुत की जा सके।

	<p>फायरिंग के बाद मजमा नियंत्रण दल को इन बातों की जाँच कर लेनी चाहिए।</p> <p>1). जिस मजिस्ट्रेट के द्वारा मजमे को विधि विरुद्ध घोषित किया गया था उसका नाम और श्रेणी।</p> <p>2). मदद की माँग करने वाले अधिकारी का नाम, पद और माँग पत्र का विवरण (अगर पहले मालूम न हो तो)</p> <p>3). किन परिस्थितियों में मजमा घोषित किया गया।</p> <p>4). मजमा तितर-बितर करने का आदेश देने वाले मजिस्ट्रेट का नाम, पद, श्रेणी और उसके द्वारा जारी लिखित आदेश।</p> <p>5). विधि-विरुद्ध सम्मेलन का व्यवहार (रवैया)</p> <p>6). अगर मजमे द्वारा किसी सरकारी या व्यक्तिगत सम्पति को नुकसान पहुंचाया गया है तो उसका विवरण।</p> <p>7). अगर गोली चलाने से पहले कोई दूसरा बल इस्तेमाल किया गया था , तो उसका मजमे पर क्या प्रभाव हुआ, उसका विवरण।</p> <p>8). किन कारणों से गोली फायर करने की जरूरत पड़ी, उसका विवरण।</p> <p>9). उन तमाम परिस्थितियों और गवाहों के विवरण दर्ज करें जो इस बात की पुष्टि करे कि इस्तेमाल किया गया बल परिस्थितियों पर नियंत्रण पाने के लिए व्युनतम और आवश्यक था।</p> <p>10). कितनी गोलियाँ फायर की गई।</p> <p>11). यदि गोली फायर नहीं की जाती तो जानमाल को कितना और किस प्रकार का नुकसान होने का डर था।</p> <p>आज का व्याख्यान एवं प्रदर्शन यहीं पर समाप्त होता है।</p>				
अभ्यास	01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताऊँगे सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ			02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ व्याख्यान एंव प्रदर्शन मजमा-नियंत्रण-ड्रिल का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।				
--	--	--	--	--

अशु गैस

गैस गन

उद्देश्य :- 37/38 एमएम गैस गन के बारे में जानकारी देना है।

परिचय :- मजमें को तितर-बितर करने के लिए पुलिस फोर्स को गैस का इस्तेमाल करना पड़ता है। जब कभी मजमा काफी दूर होता है तो उस समय मजमे के ऊपर एस आर/एल आर शेल फायर किये जाते हैं तथा जब मजमा या क्रिमिनल्स किसी कमरे में होता है तो उस समय वुड पियर्सिंग शेल का इस्तेमाल करते हैं। इन शेलों को फायर करने के लिए गैस गन के बारे में जानकारी दी जाएगी ताकि हर जवान मौका पड़ने पर इसका सही इस्तेमाल कर सके।

सबक दो भागों में सिखाया जाएगा।

भाग नम्बर -1 :- गैस गन का परिचय और हिस्से पुर्जों के बारे में जानकारी:-

(क) गन का परिचय :- यह गन यू०एस०ए० के फेडरल कम्पनी द्वारा तथा सीमा सुरक्षा बल टेकनपुर द्वारा बनाई गई है। इस गन द्वारा सभी प्रकार के नान-इलेक्ट्रिक शेला को फायर किया जाता है। इस गन का वजन ०७ पाउण्ड १० ऑंस है। इसमें ड्रिल की आसानी के लिए पिस्टल ग्रिप तथा मजबूती के लिए री-इनफोर्समेंट बार बनाया गया है। इसके ऊपर बैक साईड लीफ लगी होती है। जिसमें दो होल होते हैं ऊपर वाले होल पर 100 गज तथा नीचे होल पर 75 गज लिखा होता है। जब फ्लाईड रॉयट शेल फायर करना होता है तो इसी लीफ बैक साईड का इस्तेमाल किया जाता है। इसको जल्दी से भरने की आसानी तथा ब्रिज की हिफाजत के लिए इस पर एक लांकिंग लीवर लगा होता है इस लांकिंग लीवर पर एक सुराख होता है जिसके द्वारा सिस्त लेकर शेलों को रिकोजिट फायर करते हैं। बट के नीचे एक रबर का पैड होता है जो कधे पर चोट लगने से बचाता है।

(ख) हिस्से पुर्जों का नाम :- गैस गन के तीन बड़े भाग हैं :-

01 बैरल 02 बॉर्डी 03 बट

01 बैरल ग्रुप :- मजल, फोरसाईट टिप, इनलार्जमेंट, लांकिंग लीवर, एक्सट्रेक्टर, चेम्बर, शेल कैप रेस्ट।

(क) बैरल की लम्बाई 12 इंच

(ख) मजल का कुतर 1.5 इंच

(ग) चेम्बर का कुतर 1.75 इंच

02 बॉडी ग्रुप :— बॉडी लांकिंग शोल्डर, बैक साईट लीफ, गैस शील्ड, फायरिंग पिन, फायरिंग पिन होल, बैरल रेस्ट, हिंज स्कू , रि-इनफोर्समेंट बार, ट्रीगर, ट्रीगर गार्ड, मैकेनिजम, पिस्टल ग्रिप, ब्रास स्कू , ब्रास कैप।

बॉडी की लम्बाई 6 इंच ।

01 बट ग्रुप :— बट, टो बट, हिल बट, रिकवाईल पैड, बट की लम्बाई 10 इंच।

नोट :-

01 जिस बट का रि-कवाईल पैड मोटा होता है उस बट की लम्बाई 11 इंच भी होती है।

02 पूरी गन की लम्बाई :— 28 या 29 इंच होती है।

**पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक 01 अश्रु गैस का इतिहास , अश्रु गैस शेल एवं ग्रेनेड के प्रकार तथा
उसकी पहचान, गैस गन का परिचय**

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें । 2. स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। 3. स्कॉड की गिनती करें। 4. स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। 5. स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। 6. स्कॉड को आधे दायरे में लायें। 7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	अश्रु गैस, शेल ग्रेनेड, गैस गन और साफ सफाई का सामान		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। अश्रु गैस ग्रेनेड फेकने का तरीका बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा अश्रु गैस का इतिहास , अश्रु गैस शेल एवं ग्रेनेड के प्रकार तथा उसकी पहचान, गैस गन का परिचय		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	आपातकाल के दौरान बिजली के चले जाने पर यातायात को सुचारू रूप से चालने के लिए इस कारवाही को अमल में लाया जाता है		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	भूमिका :— पुलिस द्वारा भीड नियंत्रण म अश्रु गैस का उपयोग काफी लम्बे समय से किया जा रहा है। समय के साथ देश के सुरक्षा वातावरण म भी कई बदलाव आये हैं। सुरक्षा बला का कार्य आज पहले से कहीं अधिक चुनौतिया भरा है। भीड नियंत्रण के अलावा आज उन्ह आतंकवाद, अलगाववाद, विशिष्ट व्यक्तियों की सुरक्षा जैसी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। इन सबसे निपटने के लिये सुरक्षा बला के अस्त्र- शस्त्रा म भी महत्वपूर्ण परिवर्तन आया है। मानव अधिकार के प्रति अधिक जागरूकता के परीपेक्ष म अश्रु गैस अस्त्रा का महत्व और भी बढ गया है। पिछले कुछ वषा से दश के सुरक्षा वातावरण म महत्वपूर्ण परिवर्तन हुआ है। पुलिस तथा सुरक्षा बला के समक्ष समान्य शांति व्यवस्था समर्थ्या के स्थान पर आतंकवाद, अपहरण विशिष्ट व्यक्तियों की सुरक्षा तथा		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

महत्वपूर्ण स्थाना की सुरक्षा जैसी नई चुनौतियां सामने आई हैं। मानव अधिकारों के प्रति जागरूकता के परीपेक्ष में और भी आवश्यक हो गया है कि पुलिस एवं सुरक्षा बल ऐसे अस्त्र-शास्त्रों का प्रयोग कर जिस में स्थिति से निपटने के लिये कम से कम क्षमता पहुंचे। अश्रु गैस अस्त्र व शस्त्र प्रणाली का महत्व ऐसे समय में बहुत बढ़ जाता है।

अश्रु गैस की इतिहास :— कहा जाता है कि एक अमेरिकी वैज्ञानिक मिन्टवर वेंकर द्वारा की गई। जब यह वैज्ञानिक सिगरेट पी रहा था तो सिगरेट का टुकड़ा गंधक पर गिरा जिससे एक प्रकार का धुंआ निकला। यह धुंआ बड़ा ही असहनीय था। बाद में इस गंधक में आसूं निकालने वाले पदार्थ (लिकरीमेट्री) को मिलाया गया जिससे यह एक प्रकार धुआं देने लगा जो सूंघा नहीं जा सकता साथ ही ऑर्खों से आंसू भी आने लगता।

वैसे तो इसका आविष्कार १९०० ऐंडी के लगभग हो चुका था। लेकिन इसका सर्वप्रथम इस्तेमाल फ्रांस के पुलिस द्वारा प्रथम विश्व युद्ध शुरू होने से पहले कर लिया गया था।

अश्रु गैस का भारत में इतिहास :— भारत में यह गैस कब लाई गई इसकी पूर्व में जानकारी नहीं है लेकिन १९३३ में सबसे पहले पंजाब में खतरनाक अपराधी को गिरफ्तार करने के लिए लागू किया गया था।

आंसू पैदा करने वाला मिश्रण ही अश्रु गैस अस्त्र का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा है। विभिन्न तरह के शैल एवं ग्रेनेड में भरकर इस मिश्रण को ज़रूरत पड़ने पर और विभिन्न हालात में इस्तेमाल किया जाता है। इन मिश्रणों में बेचैनी पैदा करने वाला रसायन, प्रोपेलट, आक्सीडाईज़र्स कूलट (तापमान कम करने वाले रसायन) व बाईंडर का इस्तेमाल किया जाता है। इस मिश्रण को इस तरह बनाया गया है कि यह लम्बे भंडारण के बाद भी निश्चित रूप से जलकर धूँआं दे सके।

परिभाषा :— यह एक रासायनिक मिश्रण जो अपने रासायनिक गुणों के कारण मनुष्यों के शरीर पर विपरीत प्रभाव डालता है, जिससे त्वचा जलन, सांस में जलन,

ऑर्खों में आंसू आदि प्रक्रिया होती है। यह ठोस, तरल या गैस के रूप में पाया जाता है।

अश्रु गैस का प्रभाव :—

- 01 अश्रु गैस ऑर्खों में लगने से ऑर्खों से अश्रु आने लगते हैं।
- 02 अश्रु गैस से एक प्रकार की गैस निकलती है जो सांस लेने में तकलीफदेय होती है।
- 03 इसके असर से नाक, ऑर्ख, गला तथा शरीर के पसीने वाली जगह पर जलन पैदा होती है।
- 04 इससे मनुष्य बेचैन होता है और दूर भागने लगता है।
- 05 उपकार्ड आने लगती है।

रासायनिक साधनों का प्रकार :—

- 01 सी० एन० — क्लोरो एसिटो फिनॉन।
- 02 सी० एस० — ऑर्थो क्लोरो बेंजाइन मेलोनो नाईट्राइल।
- 03 डी० एस० — डाई मिथाइल क्लोरो आर्सिन।
- 04 सी० आर० — डाईबेंज ऑक्सएजीपीन।

भारत में अश्रु गैस द्व्युत्सछस की उत्पत्ति :— भारत में ठोस गैस सी०एन० के ग्रिनेड तथा शेल का उत्पादन निम्न फेक्ट्रियों में किया जाता है :—

- 02 ऑडिनेंस फैक्ट्री चन्दा (महाराष्ट्र)
- 03 टियर स्मोक यूनिट टेकनपुर (बीएसएफ)

अश्रु गैस द्व्युत्सछस के प्रकार :—

- 01 जलने वाले अस्त्र; (**Burning type**) :— इस किस्म में दानेदार रासायनिक मिश्रण, ज्वलनषील मिश्रण के साथ जलाया जाने से आसूं पैदा करने वाला रासायन बहुत छोटे आकार के कणों से भरे धुएं के रूप निकलता है। जैसे —दूरगामी सेल, निकटगामी सेल, सिंगल वे/स्पीड हीट, हैंड ग्रेनेड, थ्री वे ग्रेनेड

	<p>आदि।</p>		
02	<p>फटने वाले अस्त्र (Bursting type) ; :- इस अस्त्रों में में महीन पिसे रासायनिक मिश्रण को बारूद के साथ मिलाकर बायुमण्डल में छोड़ा जाता है। जैसे पेनगन काट्रिज, ब्लास्ट काट्रिज आदि।</p>		
03	<p>अश्रु गैस का कोहरा पैदा करने वाले अस्त्र (Foggers type) :- इनमें गर्म हवा का इस्तेमाल करके तरल रासायनिक पदार्थों को भाप बनाकर कोहरे की तरह छोड़ दिया जाता है। जैसे ठोस एयरसोल, डिस्पर्सर आदि।</p>		
04	<p>एयरोसोल्स :- इनमें तरल रासायनिक पदार्थों को गैसों के दबाव से छोटे-छोटे कणों के रूप में टारगेट क्षेत्र में छोड़ा जाता है। जैसे तरल एयरोसोल्स डिस्पर्सर टीएसयू का स्पैड आदि।</p>		

शेल का प्रकार :-

- 01 दूरगामी शेल (लांगरेज शेल)
- 02 निकटगामी शेल (षाट रेंज शेल)
- 03 स्टन शेल (सीमा कीर्ति)
- 04 टू-इन-वन शेल (०श्रमी)
- 05 झूअल शेल (धूम केतु)
- 06 वुड पियसिंग शेल (प्रट)

ग्रेनेड का प्रकार :-

अश्रु गैस इकाई में निम्न प्रकार की अश्रु गैस हाथ गोले (ग्रेनेड) बनाये जाते हैं:-

- 01 मार्क -3 ग्रेनेड।
- 02 मार्क-4 ग्रेनेड।
- 03 श्री वे या त्रिदिषा ग्रेनेड।

	<p>04 .303 जी एफ राईफल और 7.62 एमएम एसएलआर से लांच किया जाने वाला ग्रेनेड (न्जितइग. लाकजी) इस हाथगोले को राईफल द्वारा 150+ 10 मीटर तक लांच किया जा सकता है।</p> <p>05 डाई मार्कर ग्रेनेड लतइगः— यह न मिटने वाला रंग उपद्रवियों पर छिड़कता है।</p> <p>06 स्टन ग्रेनेड मार्क-2 सीमा गर्जन :— धमाके एवं शोले के साथ फटता है और उपद्रवियों में भय पैदा करता है।</p> <p>07 टी-2 ग्रेनेड छद्म :— यह धमाके और शोले के साथ फटता है इसको बन्द करने आदि में भी इस्तेमाल किया जा सकता है।</p> <p>08 पिकेट ग्रेनेड उमझ न्शि :— छोटा टियर्स स्मोक ग्रेनेड है जिसे ज्यादा दूर तक फेका जा सकता है।</p> <p>स्टिंगर ग्रेनेड बड़नि:— यह फटने के बाद छोटे-छोटे प्लास्टिक पैलेट तेजी से इधर उधर फेकता है। इसके लगने से मधु मख्खी के डंक मारने जैसा अनुभव होता है।</p> <p>औद्यौगिक संस्थाना एवं गाड़ीया की सुरक्षा के लिये बनाये गये उपकरण</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) गाड़ी से चलाये जाने वाला टियर स्मोक उपकरण (कवच) (2) टियर स्मोक ग्रेनेड इलेक्ट्रिक (3) तैरने वाला अश्रू गैस उपकरण (मगर) <p>आत्म रक्षा के लिये विकसित उपकरण</p> <p>आत्म रक्षा के लिये दो प्रकार के उपकरण विकसित किये गये हैं :-</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) सेल्फ प्रोटेक्शन एयरोसोल डिवाइस (SPAD) रक्षक (2) पेनगन 				
अभ्यास	<p>01. उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</p> <p>02. जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</p> <p>03. समय पुकारते हुए अभ्यास –</p> <p>04. समय के अन्दाज से अभ्यास –</p>		18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

नमूना	खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।				
आम गलतियाँ			02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ अशु गैस का इतिहास, अशु गैस शेल एवं ग्रेनेड के प्रकार तथा उसकी पहचान, गैस गन का परिचय का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक – 02 गैस गन का इस्तेमाल; अश्रू गैस का शरीर पर प्रभाव- लक्षण तथा प्राथमिक चिकित्सा; अश्रू गैस दस्ते हेतु सुरक्षा उपकरण

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें। स्कार्ड की गिनती करें। स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कार्ड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	कक्षा और प्रषिक्षक के लिए गैस गन और सफाई का सामान।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। अश्रू गैस का इतिहास , अश्रू गैस शेल एवं ग्रेनेड के प्रकार तथा उसकी पहचान, गैस गन का परिचय बारे में शक या सवाल करें ।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा गैस गन का इस्तेमाल; अश्रू गैस का शरीर पर प्रभाव-लक्षण तथा प्राथमिक चिकित्सा; अश्रू गैस दस्ते हेतु सुरक्षा उपकरण		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत			01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>बयान :- गैस गन को सही तरीके से इस्तेमाल के लिए एक साधारण ड्रिल बनाई गई है जो कि ड्रिल के तौर पर सिखाई जानी चाहिए। सबक दो भागों में सिखाया जाएगा।</p> <p>भाग –1 :- आम ड्रिल :-</p> <p>आदेष मिलता है गन के पीछे लाईन बन, तो अपनी जगह से उठकर एक कदम आगे लें बांये मुड़ करें और बिना पैर मिलायें तेज चाल में आयें और गन के पीछे आकर गन की तरफ मुँह करके सावधान में खड़े हो जाएं। उठा गैस गन के आदेष पर बांये पैर को कद के मुताबिक आगे लें और नीलिंग पोजिषन में इस प्रकार बैठ जाएं कि बांये पैर के बूट के कटे हुए हिस्से में दाहिने पैर का घुटना, शरीर का वजन दाहिने पैर पर नजर सामने दोनों हाथ सीधे। अब गन को उठाने के लिए थोड़ा आगे झुकते हुए दाहिने हाथ से गैस गन के पिस्टल ग्रिप को इस प्रकार पकड़े कि दाहिने हाथ की तीनों अंगुलियाँ ट्रायंगल के अन्दर से पिस्टल ग्रिप से लिपटी हुई, अगूंठा ऊपर की तरफ से पिस्टल ग्रिप के नीचे की तरफ लिपटा हुआ हो। अब यकीन से</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

गन को पकड़ते हुए खड़े हो जाएं। गन को दाहिने बगल में सीधा पकड़ते हुए बांये पैर को दाहिने पैर के साथ सावधान स्थिति में मिलाएं। यही इसका सावधान पोजिषन भी है।

विश्राम :- इस आदेष पर गन की पोजिषन वैसे ही होगी सिर्फ बांये पैर को 12 इंच बांये खोल दें, बांये हाथ की पोजिषन सावधान की तरह ही होगी।

बदल गैस गन :- यह पोजिषन उस समय अखिल्यार की जाती है जब एक ही हाथ से गन को ले जाते हुए हाथ थक जाते हैं तो दूसरे हाथ में गन को पकड़ने के लिए बदल गैस गन किया जाता है।

सावधान की पोजिषन से आदेष मिलेगा बदल गैस गन। इस आदेष पर दाहिने हाथ की मदद से बदन के बीचोंबीच बेल्ट के कड़ी के सीध में खड़े रुख लेते हुए बांये हाथ से गन को ठीक उस प्रकार पकड़ें जैसे कि दाहिने हाथ से गैस गन को पकड़ा हुआ था और फिर तेजी से बांये हाथ को बांये तरफ और दाहिने हाथ को दाहिने तरफ करें। इसमें भी गैस गन की पोजिषन वही होगी जो दाहिने बगल में थी।

अब बदल गैस गन करने के लिए इसके ठीक विपरीत कार्रवाई करें।

बगल गैस गन से बांये गैस गन :- बगल गैस गन से बांये गैस गन करने के लिए कार्रवाई इस प्रकार करें कि दाहिने हाथ की अंगुलियाँ और अंगूठे की पोजिषन को बदलते हुए दाहिने हाथ की मदद से गन को चटकी से बदन के बांये तरफ बांये कंधे की लाईन में तिरछे रुख 45 डिग्री में लायें। साथ ही बांये हाथ से इलार्जमेंट के आगे से इस प्रकार पकड़ें कि चारों अंगुलिया मिली हुई ऊपर की तरफ बैरल से लिपटी हुई, अंगूठा बैरल से मिला हुआ तिरछे रुख में सीधा, दाहिने हाथ की पोजिषन, तीनों अंगुलियाँ द्रायांगल के अन्दर लिपटी हुई, कलमें वाली अंगुली पिस्टल ग्रिप के ब्रास स्कू के नजदीक सीधे रुख में हो, दाहिने हाथ की हथेली बट के ऊपर से अंगूठा अन्दर को दोनों कोहनियाँ बदन से मिली हुई। दोनों कंधे अपनी-अपनी जगह सीधे। अब बगल गैस गन करने के लिए दाहिने हाथ की पकड़ को बदली करते हुए दोनों हाथों की मदद से गन को तेजी से दाहिने बगल में लें और साथ ही बांये हाथ को तेजी से काटते हुए बांये तरफ लें।

जॉच गैस गन :- बगल गैस गन से जॉच गैस गन करने के लिए कार्रवाई इस प्रकार करें कि दाहिने हाथ की मदद से सीखे हुए तरीके से गन को बदन के सामने लायें और बांये हाथ से चेम्बर के पास इस तरह पकड़ें कि चारों अंगुलियाँ बैरल के सामने की तरफ लिपटी हुई हो। और अंगूठा बांये तरफ से तिरछे रुख में बैरल से मिला हुआ हो। दोनों कोहनियाँ बदन से

मिली हुई। गैस गन बदन के सामने तिरछे रुख में 45 डिग्री के एंगल पर हो। मजल ऊपर को पिस्टल ग्रिप सामने और बट नीचे की तरफ हो।

यहीं से बगल गैस गन के आदेष पर कार्रवाई इस प्रकार करें दाहिने हाथ की अंगुलियों की पकड़ को बदली करते हुए साथ ही चटकी से गन को दाहिने बगल में सावधान वाली पोजिषन में लाएं और बांयें हाथ को बांये पहलू पर मिलाएं।

बगल गैस गन से सैल्यूट :- सैल्यूट के आदेष पर बगैर बांये हाथ की कोहनी को हिलायें फोर आर्म को इस प्रकार मोड़े की हथेली खड़े रुख मजल के साथ हो। इस स्थिति में देखने वाली बातें हाथ बदन के साथ लगा हुआ, जमीन के समानान्तर चारों अंगुली और अंगूठा मिला हुआ हो हथेली गन के बैरल के साथ मिला हुआ हो। दो के ओदेष पर बांये हाथ को तेजी से काटता हुआ सावधान की स्थिति में मिलायें।

निरीक्षण ड्रिल

निरीक्षण के लिए बांये गैस गन :-

इस आदेष पर गैस गन को सिखे हुए तरीके से बांये गैस गन पोजिषन में लायें। बांये हाथ को छोड़कर बैरल की तरफ से चटकी से ले जाते हुए अंगूठा और कलमें वाली अंगुली को हुक बनाते हुए बॉडी लांकिंग लीवर को पकड़े और ऊपर की ओर उठाते हुए गैस गन की बैरल को खोल दें। इसके बाद बांये हाथ की पकड़ को तुरन्त छोड़कर चेम्बर के नीचे ले आयें। इस स्थिति में देखने वाली बातें बैरल जमीन के समानान्तर बांये हाथ की पकड़ पहले जैसी।

निरीक्षण के लिए बांये गैस गन से आदेष मिलता है बगल गैस गन तो इस आदेष पर सबसे पहले बांये हाथ की पकड़ को छोड़ते हुए अन्दर की तरफ से जल्द से जल्द बांये हाथ के अंगूठे को बॉडी लांकिंग लीवर के ऊपर लाए (ऐसा करने का उद्देश्य केवल यही है कि अगर बॉडी लांकिंग लीवर के ऊपर सहारा न दिया जाए तो ट्रेनिंग के दौरान बार-बार इसको बन्द करते रहने से यह टूट जाएगा जिसकी वजह से इसकी ड्रिल नहीं हो पाएगी इसलिए बॉडी लांकिंग लीवर के ऊपर अंगूठा रखना जरूरी है) और बांये हाथ की मदद से बैरल को बॉडी से मिलाते हुए गन को दाहिने बगल में सीखे हुए तरीके से ले जाएं और बांये हाथ को बांये तरफ मिलाएं।

निरीक्षण के लिए जॉच गैस गन :- इस आदेष पर बगल गैस गन से सीखे हुए तरीके से जॉच गैस गन की स्थिति में लाएं और बॉडी लांकिंग लीवर को खोलें। अब बॉडी लांकिंग लीवर की पकड़ को छोड़ते हुए बांये हाथ से बैरल पर काबू रखते हुए चेम्बर के नीचे से इस प्रकार पकड़ें कि चारों अंगुलियाँ दाहिने तरफ से चेम्बर से लिपटी हुई अंगूठा गैस गन की बैरल के साथ

सीधा आगे की तरफ हो। गन बदन से अलग तथा बीचेंबीच । इसमें देखने वाली बातें बैरल 45 डिग्री पर, बट 90 डिग्री पर, (वर्टीकल) कोहनियों बदन से मिली हुई।

निरीक्षण के लिए जॉच गैस गन से बगल गैस गन में लाने के लिए सीखे हुए तरीके से कार्रवाई करें।

निरीक्षण के लिए बांये गैस गन से निरीक्षण के लिए जॉच गैस गन :- बांये गैस गन की पकड़ को बदली करते हुए गन की मजल को सामने लाएं। इस स्थिति में देखने वाली बातें जैसे कि निरीक्षण के लिए जॉच गैस गन में बताई गई है। अब यही से आदेष मिलेगा बगल गैस गन। सीखे हुए तरीके से कार्रवाई करें।

भूमि गैस गन :- इस आदेष पर नीलिंग पोजिषन में बैठकर गैस गन को जमीन पर रखें और खड़े हो जाए। लाईन तोड़ और बदली पर तमाम कार्रवाई वही होगी जो दूसरे हथियारों में किया जाता है।

इसकी सफाई दो किस्म से होती है :-

01 रोजाना की सफाई 02 फायर के बाद की सफाई।

01 रोजाना की सफाई :- गन के बॉडी लांकिंग लीवर को ऊपर की तरफ उठाकर गन को खोलें। इस गन को खोलते समय इसका कोई भी हिस्सा अलग नहीं किया जा सकता है। गन को खोलने के बाद इसकी बैरल को किसी कमर की ऊंचाई के बराबर वाले बैंच या टेबल पर रखें और क्लीनिंग राड पर 4 इंच / 9 इंच का चिन्दी लपेटें। अब क्लीनिंग राड को बैरल के अन्दर डाल कर अच्छी तरह साफ करें। ज्ञात रहे कि बैरल को साफ करते समय नीचे से मजबूती से पकड़ा जाए। इसी प्रकार बैरल और बाकी हिस्से पुर्जों को भी बाहर से साफ करें। बाकी धातु वाले हिस्से पर भी बाहर और अन्दर से तेल लगाएं।

02 फायर के बाद की सफाई :- फायर के बाद गन की सफाई रोजाना की तरह ही करें लेकिन बैरल में गैस या फाउलिंग जमा हो तो इसको निकालने के लिए गन की बैरल में उबलता हुआ पानी भी डालें। जमी हुई गैस को निकालने के लिए एक बड़ा टेबल स्पून के बराबर सोड़ा साल्ड एक पिन्ट गरम पानी में डालें और फिर इस पानी को उसमें डालकर बैरल को अच्छी तरह साफ करें। याद रहे कि फायर के बाद गन की अच्छी सफाई न की गई तो बैरल कुछ दिनों में खराब हो जाती है।

03 तेल लगाना :- जब गन ठण्डी हो जाए तो 4इंच / 9 इंच चिन्दी को तेल में भिगोएं और अच्छी तरह निचोड़कर राड पर लपेटें और दो बार बैरल में से गुजार दें। ऊपर वाले धातु के हिस्से पर भी हल्का सा तेल लगा दें। ध्यान रहे जैसे राईफल के बट की मालिष की जाती है वैसे ही बट की मालिष भी सुन्दरता और मजबूती के लिए करें।

टियर गैस का प्राथमिक उपचार

परिचय :-

1. टियर स्मोक प्रभावित आबादी को कोई स्थाई नुकसान

नहीं पहुचाती है। यह म्यूनिशन जान लेवा नहीं है तथा इसको इस प्रकार बनाया गया है कि इसमें कम से कम चोट लगे। फिर भी स्टन म्यूनिशन के इस्तेमाल से छोटी मोटी चोट, शाक या जलने के मौके हो सकते हैं। सी. एन से प्रभावित व्यक्ति के जिस्म के खुले हूये भाग पर तीव्र संताप, अधिक मात्रा म लार बहना तथा नाक और गले म जलन महसूस हो सकती है।

जब टियर स्मोक म्यूनिशन को इस्तेमाल किया जाये तब यह ज़रूरी है कि ऐसी परिस्थितिया का सामना करने के लिये पर्याप्त प्राथमिक उपचार को व्यवस्था हो तथा टियर स्मोक दस्ता ऐसे हालात से निपटने के लिये प्रशिक्षण पाया हूया हो।

2. उद्देश्य :-

टियर स्मोक म्यूनिशन के इस्तेमाल के दौरान अपनाये जाने वाले प्राथमिक उपचार के बारे म जानकारी देना है।

3. प्राथमिक उपचार की आवश्यकता :-

यह निम्न स्थितिया म पड सकती है :-

(क) टियर स्मोक दस्ता : कई बार सुरक्षा बला को उपद्रविया के पथराव और कभी-कभी फायर का भी सामना करना पड सकता है। इस स्थिति म सुरक्षा बला के सदस्या को चोट लगने की सम्भावना भी रहती है। इसके अलावा टियर स्मोक के इस्तेमाल के बाद सुरक्षा बला को उपद्रविया का पीछा भी करना पडता है। ऐसा करने पर सुरक्षा बल भी खुद टियर स्मोक से प्रभावित हो जाते हैं।

(ख) भीड के सदस्य :- भीड पर टियर गैस या स्टन म्यूनिशन के इस्तेमाल से जलन, शाक, तीव्र संताप, नाक बहना, चक्कर या गला बन्द होने जैसा महसूस करना, त्वचा का जलना जैसी स्थितियां उत्पन्न हो सकती हैं। इन लक्षणों की तीव्रता इन बातों पर निर्भर है कि व्यक्ति कितने समय टियर गैस से प्रभावित था और उस जगह टियर गैस का कंसटेनर किस तरह था। जब भीड तितर- बितर होती है या भागती है उस वक्त भी चोट आ सकती हैं।

4. चोट के प्रकार :-

टी एस.एम के इस्तेमाल से निम्न प्रकार की चोट या शरीरक संताप हो सकते हैं :

- (क) जलन
- (ख) धाव या त्वचा जल जाना
- (ग) शाक
- (घ) सांस लेने म कठिनाई जैसे छाती म दर्द तथा श्वास का अवरोध
- (ङ) नाक बहना
- (च) चक्कर आना
- (छ) उल्टी होना
- (ज) आंख से आंसू बहना, आंख म जलन
- (झ) त्वचा पर छाले पड जाना
- (ज) हड्डी दूट जाना

5. उपचार :-	(क) टियर गैस के प्रभाव को दूर करने के लिये निम्न प्रकार के प्राथमिक उपचार की सिफारिश की जाती है:-			
		प्रभावित क्षेत्र	लक्षण	
(अ)पूरे शरीर पर असर				
(ब) आंख				जलन महसूस करना, आंसू बहना तथा अपने आप बन्द हो जाना ।
(स)त्वचा				त्वचा म नमी वाली जगह जैसे आंख के नीचे वाला भाग, गर्दन, नाक आदि म डंक लगने जैसी अत्यंत पीड़ा होना । अधिक कंस्ट्रेशन म छाला भी पड़ सकता है
(द) नाक				संताप, श्वास की नली म जलन तथा नाक बहना ।
(य) छाती				संताप, खांसी, श्वास लेने म परेशानी तथा छाती म दर्द
(ख) शाक, जलन, हड्डी टूट जाना, त्वचा जल जाना, चोट तथा वमन की इच्छा आदि हालाता म निम्न प्रकार की कार्यवाही की सिफारिश की जाती है :-				
(1) पीड़ित व्यक्ति को दूषित झलाके से बाहर निकालो तथा हवा				

<p>की तरफ मूँह करके खड़ा करो ।</p> <p>(2) कपड़ों को धीला करो तथा लम्बी सांस लेने दो ।</p> <p>(3) पीडित व्यक्ति को भरोसा दिलाना चाहिये ।</p> <p>(4) अगर कोई चोट है तो उसे साफ पानी से साफ करो । खून बहने से रोको । अगर हड्डी टूट गई हो तो उस भाग को हिलाना नहीं चाहिये । प्राथमिक उपचार देना चाहिये ।</p> <p>(5) जलरी है तो, पीडित व्यक्ति को इलाज के लिये तुरंत अस्पताल ले जाना चाहिये ।</p> <p>6. -प्राथमिक उपचार किट:-</p> <p>प्राथमिक उपचार किट म निम्न सामान उपलब्ध होना चाहिये ;-</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) साफ पट्टी, रुई, ज़ालीदार कपड़ा (2) इल्लस्टोप्लास्ट बैंडेज़ (3) साफ पानी (4) टिंचर, बैंजाईन सोलुशन (5) डिटोल / सैल्पोन (6) सर्जीकल ब्लेड, कैंची (7) लोकूला आई ड्राप्स (8) एक प्रतिशत सोडीयम बाईकार्बोनेट सोलुशन (9) कैलेंड्रिल लोशन/ केरालीन (10) नोज ड्राप्स (11) दर्द कम करने वाली गोलीयां <p>इसके अलावा स्कवाड के पास फोलिङ स्ट्रेचर भी होना चाहिये । मेडीकल स्टाफ साथ रहने की सिफारिश की जाती है ।</p> <p>7. टियर स्मोक से प्रभावित होने पर कार्यवाही :-</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) आंख को मलना तथा त्वचा को खुजलाना नहीं चाहिये । (2) वेसलीन क्रीम या ग्रीस आदि त्वचा पर नहीं लगानी चाहिये ताकि केमीकल बर्न और बेचैनी से बचा जा सके । (3) संक्रमित हिस्से को साफ पानी से 10 मिनट तक धोना चाहिये तत्पश्चात एक प्रतिशत सोडीयम बाईकार्बोनेट सोलुशन से धोना चाहिये । (4) संक्रमित कपड़ा और उपकरण को नंगे हाथ से नहीं छूना चाहिये तथा संक्रमित कपड़ा बगैर धोये नहीं पहनना चाहिये । <p>8. संक्षेप :- जब भी टियर स्मोक म्यूनीशन इस्तेमाल किया जाये तब प्राथमिक उपचार के साधन निर्धारित मात्रा म उपलब्ध होने चाहिये ताकि प्रभावित व्यक्ति को तुरंत प्राथमिक उपचार दिया जा सके । भीड़ के प्रभावित व्यक्ति को सही उपचार देने पर सुरक्षा बल की छवि पर भी विपरीत असर पड़ता है ।</p> <p>सुरक्षा उपकरण :-</p> <p>परिचय:- टियर स्मोक म्यूनिशन को लौंच करते वक्त कुछ आकर्षित घटनाये हो सकती हैं जो कि सही सुरक्षा उपकरणों का इस्तेमाल कर रोकी जा सकती हैं। सुरक्षा उपकरणों का इस्तेमाल करने से कार्य क्षमता बढ़ती है, जबानों का अपने ऊपर भरोसा</p>		
--	--	--

<p>होता है तथा उनका मनोबल बढ़ता है जो कि सफल कार्यवाही के लिये आवश्यक है।</p> <p>उपकरण का चुनाव:-</p> <p>सुरक्षा उपकरण में निम्न प्रकार की विशेषतायां होनी चाहिये :-</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) उपकरण हल्का होना चाहिये । (2) उपकरण का इस्तेमाल तथा कार्यवही आसान होनी चाहिये । (3) उपकरण पहनने के बाद सुरक्षा कर्मी अपने हाथा का पूरा इस्तेमाल कर सक व सुनने की क्षमता पर असर न पड़े। (4) उपकरण आसानी से मरम्मत करने योग्य होना चाहिये । (5) इन उपकरणों का दाम कम होना चाहिये । (6) यह उपकरण आसानी से मिलने वाले होने चाहिये । <p>उपकरण के प्रकार:-</p> <p>टियर स्मोक स्वचाल, स्पेशल टास्क फोर्स को निम्न तीन कारणों के लिये उपर पेरा 03 में बताई गई विशेषतायां वाले सुरक्षा के उपकरण की ज़रूरत पड़ती है ।</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) सिर की सुरक्षा के लिये :- हैंड गियर या गैस मास्क । आम आंतरिक सुरक्षा के कार्य में स्टील हैल्मेट या फाईवर ज्लास हैल्मेट ही काफी है । स्पेशल आप्रेशन या कर्मिया को जब टियर गैस के बीच से गुज़रना हो तो रेस्पीरेटर, गैस मास्क या हुड की ज़रूरत पड़ेगी । (2) आंखा की सुरक्षा के लिये :- भीड़ नियंत्रण कार्यवाही में आंखा की सुरक्षा के लिये गोगल्स काफी लाभदायक है । फिर भी जब स्पेशल आप्रेशन करना हो तो गैस मास्क या हुड कवर के साथ या हल्का रेस्पीरेटर गोगल्स के साथ इस्तेमाल किया जा सकता है । (3) हाथा की सुरक्षा के लिये :- पी.वी.सी. गलव्स हाथा की सुरक्षा के लिये उपयोग में लाये जा सकते हैं । (4) शरीर की सुरक्षा के लिये :- शरीर की सुरक्षा के लिये हुड / गैस मास्क एप्रोन, गलव्स तथा खबर के जूता को इस्तेमाल कर सकते हैं । जब सुरक्षा कर्मियों को टियर गैस से भरे हुए कमरे के अन्दर जाना हो तो इसकी ज़रूरत पड़ती है । आम तौर पर स्पेशल टास्क फोर्स द्वारा इन उपकरणों का इस्तेमाल किया जाता है । <p>रेस्पीरेटर :- अशू गैस के प्रयोग के बाद पुलिस को अपनी कार्यवाही को ज़ारी रखने के लिये गैस के बीच जाकर काम करना पड़ता है । ऐसे समय में अपने आप को गैस से बचाते हुये काम करना पड़ता है ताकि गैस से बचाव करते हुये सुरक्षा बल अपनी</p>		
---	--	--

	<p>कार्यवाही ज़ारी रख सक ।</p> <p>रेस्पीरेटर के प्रकार:- रेस्पीरेटर आम तौर पर तीन प्रकार के होते हैं:-</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) सर्विस रेस्पीरेटर (2) सिविल इयुटी रेस्पीरेटर (3) सिविलीयन रेस्पीरेटर <p>सर्विस रेस्पीरेटर:-</p> <p>यह रेस्पीरेटर विभिन्न तरह की गैस से बचाव करता है । सर्विस रेस्पीरेटर के दो मुख्य हिस्से हैं :-</p> <ul style="list-style-type: none"> (अ) गैस मार्क (ब) हेवरसेक (झोला) <p>सिविल इयुटी रेस्पीरेटर:-</p> <p>आजकल ज़्यादातर यही रेस्पीरेटर इस्तेमाल किया जात है । इसे गले म डालकर पहना जाता है । इसम कनेक्टिंग ट्यूब व हेवरसक नहीं होता है ।</p> <p>सिविलीयन रेस्पीरेटर:-</p> <p>इसम आऊटलेट वाल्ब नहीं होता है । श्वास छोड़ने पर चेहरे से सटे रबर को हटाने पर हवा बाहर निकलती है । ऐसा करने पर गैस अन्दर घुस सकती है । इस रेस्पीरेटर का इस्तेमाल कम किया जाता है ।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप मे वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ गैस गन का इस्तेमाल; अशू गैस का शरीर पर प्रभाव-लक्षण तथा प्राथमिक चिकित्सा; अशू गैस दस्ते हेतु सुरक्षा उपकरण का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक - 03 गैस गन से फायर करना

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<ol style="list-style-type: none"> स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें। स्कॉड को सजना की कार्यवाही करें। स्कॉड की गिनती करें। स्कॉड को खुली लाईन किया जाए और स्कॉड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें। स्कॉड को दुबारा निकट लाईन करें। स्कॉड को आधे दायरे में लायें। यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है। 		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	गैस गन, प्रैविट्स शेल, शेल कैरियर और स्वास यंत्र। (रेसपीरेटर)		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। गैस गन का इस्तेमाल; अशू गैस का शरीर पर प्रभाव- लक्षण तथा प्राथमिक चिकित्सा; अशू गैस दस्ते हेतु सुरक्षा उपकरण के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान गैस गन का एक और नया सबक जिसमें काम होगा गैस गन का भरना, फायर करना और खाली करने के बारे जानकारी देना है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत			01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>बयान :- धुंये का बादल बनाने के लिए जरूरी है कि शेलों का सही ढंग और एंगल से फायर किया जाए। गैस गन को भरने, खाली करने और फायर करने का इतना अभ्यास दिया जाए कि समय को बर्बाद किए बिना हर एक जवान तेजी और दुरुस्ती के साथ सही कार्रवाई कर सकें।</p> <p style="text-align: center;">गैस गन से हम तीन तरीकों से फायर कर सकते हैं:-</p> <p>(क) डिग्री से</p> <p>(ख) रिकोचिट से</p> <p>(ग) डायरेक्ट</p> <p>(क) डिग्री से फायर :- शेलों को हम डिग्री से फायर करते हैं।</p> <p>(ख) रिकोचिट फायर :- शेल को जब ग्रेनेड की रेंज</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

श्नसम दजन २जन रिकोचिट फायर करते हैं।
(ग) डायरेक्ट फायर :— शेल को हम डायरेक्ट किसी मकान के दरवाजे या खिड़की पर फायर करते हैं।

सबक तीन भागों में सिखाया जाएगा :—

01 भरने की पोजिषन, भरना और खाली करना
(बयान से नमूना)

बगल गैस गन से भरना :— बगल गैस गन से भर पोजिषन में आने के लिए कार्रवाई इस प्रकार करें दाहिने हाथ की पकड़ को बदली करते हुए साथ ही दाहिने हाथ से गैस गन को आगे और नीचे की तरफ लाएं। गन को बांये और नीचे की तरफ इतनी हरकत दें कि बट दाहिने कोहनी के नीचे साथ ही बांये हाथ से चेम्बर को इस प्रकार पकड़ें कि चारों अंगुलियाँ नीचे से ऊपर को बैरल से लिपटी हुई हो और अंगूठा अन्दर से बाहर को बैरल के ऊपर से लिपटा हुआ हो।

इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने कोहनी, बट पर सवार, बांया बाजू कुदरती तौर पर सीधा, गैस गन बदन के आर-पार तिरछे रुख में, मजल थोड़ा नीचे की ओर।

भरना :— भरने के लिए कार्रवाई इस प्रकार करें बांये हाथ की पकड़ को छोड़कर अंगूठे और कलमे वाली अंगुली की मदद से बाढ़ी लांकिंग लीवर को ऊपर उठाकर बैरल को अलग करें और बांये हाथ को तेजी से बैरल रेस्ट के ऊपर इस प्रकार पकड़े कि गन का पूरा वजन बांये हाथ की हथेली पर हो, बांये हाथ की चारों अंगुलियाँ मिली हुई और बैरल रेस्ट के नीचे से ऊपर की तरफ, अंगूठा बैरल के सीधा और गन बदन से मिली हुई। अब दाहिने हाथ की पकड़ को छोड़ते हुए शेल कैरियर के फलैप को खोलें और जिस प्रकार के शेल को भरने का आदेष दिया गया है उसको कैरियर से बाहर निकालें और यकीन करें कि यही उस प्रकार का शेल है जिस प्रकार शेल भरने के लिए आदेष दिया गया है। उस शेल को चेम्बर में दाखिल करें और अब बट को दाहिने हाथ की मदद से ऊपर को उठाते हुए गन को बन्द करें और गन को बांये गन की स्थिति में रखें।

खाली करना :— यदि फायर करने की जरूरत न हो तो शेल को चेम्बर से निकाल देना चाहिए। इसके लिए कार्रवाई इस प्रकार करें कि गन को उसी प्रकार भरने की पोजिष्न में लाएं और साथ ही गन को दाहिने से संभालते हुए बांये हाथ की कलमें वाली अंगुली और अंगूठा की मदद से बॉडी लांकिंग लीवर को उठाते हुए खोले और चटकी से बांये हाथ से गन को बैरल रेस्ट में सीखे हुए तरीके से पकड़ें अब दाहिने हाथ की मदद से शेल को चेम्बर से बाहर निकाल कर शेल कैरियर में रखें और कैरियर के फलैप को दाहिने हाथ से बन्द करें। दाहिने हाथ से गन की बट को पकड़े और बांये हाथ से बैरल को ऊपर की तरफ उठाते हुए मिला दें और साथ ही गन को बगल गैस गन की पोजिष्न में लाएं और बांये हाथ को चटकी से बांये बगल में ले जाएं।

वर्ड आफ कमांड इस प्रकार होगा "भर पोजिष्न" एक सी एन का नजदीक या लम्बी दूरी का शेल भर और खाली कर।

फायर करना और खाली करना :—

ऐम :— भर तक की कार्रवाई सीखे हुए तरीके से वर्ड आफ कमांड के साथ करें और बतायें जैसे ही भरी हुई गैस गन से आदेष मिलता है सामने देख मजमा 100 गज पर सेक्षन ऐम तो इस आदेष पर आधा दाहिने मुँड़ की कार्रवाई करें साथ ही बांये पैर को कद के मुताबिक आगे और बांये तरफ लें। साथ ही गन को कन्धों में ले जाएं। दाहिने हाथ की पकड़ को छोड़कर दाहिने हाथ से गैस गन के पिस्टल ग्रिप को पकड़े, इसमें देखने वाली बातें कलमें वाली अंगुली ट्रिगर पर, दाहिने हाथ की पकड़ पिस्टल ग्रिप पर बट दाहिने कंधे पर जमाया हुआ बांया हाथ बैरल के नीचे, दाहिना कंधा बट को सहारा देता हुआ बांयीं ऑख बन्द और बॉडी लांकिंग लीवर के आप्रेचर हाल से फोर साईड टिप पर निगाह जमाते हुए जिंगिंग डिस्टेंस के तरीके से 100 गज पर या 200 गज पर ऐम लें। दोनों कोहनियाँ दोनों तरफ खुली हुई। अभी यदि हवा दाहिने से बांये या बांये से दाहिने हैं तो हवा का डायरेक्षन दें, वर्ड आफ कमाण्ड इस प्रकार होगा, हवा दाहिने से बांये या बांये से दाहिने को। गैस छोड़ने की जगह 5 गज दाहिने/ बांये तो बिना पैरों को हिलायें गैस गन के बट को कंधे पर जमायें हुए ही बदन के

	<p>डायरेक्षन को थोड़ा दाहिने या बांये जिधर लाईन आफ रिलीज बनाने का आदेष दिया गया है बदल दें। अभी आदेष दिया जाता है 40 डिग्री तो इस आदेष पर गन के बैरल को सीधा वहीं से उसी सीध में ऊपर उठायें कि गन 40 डिग्री पर हो जाए।</p> <p>इसमें भी दोनों कोहनियॉ दाहिने और बांये होगी और निगाहें दोनों कोहनियॉ के बीच से मजमें पर होगी। आदेष मिलेगा फायर तो ट्रिगर को एक ही झटके से दबा दें और जैसे ही फायर हो जाता है तो गन को भर पोजिषन में लायें।</p> <p>फिर भर :— यदि आदेष मिलता है फिर भर तो सीखें हुए तरीके से गैस गन को खाली करें और दूसरा शेल गैस गन में भरें। फिर भर पर कभी भी पांव न मिलाया जाए। जैसे ही गन भर जाती है तो सीखें हुए तरीके से गन को बांये गैस गन की पोजिषन में लाये और फिर अगले हुकुम का इंतजार करें।</p> <p>ऐम से खाली कर :— यदि फिर भर की जरूरत न हो तो आदेष मिलेगा खाली कर, इस आदेष पर बांये पांव को दाहिने पांव के साथ मिलायें साथ ही बांये हाथ की कलमें वाली अंगुली तथा अंगूठे की मदद से चटकी से बॉडी लाकिंग लीवर को ऊपर उठाकर खोलें और अब बांये हाथ से गैस गन के बैरल रेस्ट को पकड़ें दाहिने हाथ की पकड़ को छोड़ते हुए दाहिने हाथ से चेम्बर से शेल के खोखे को निकालें और शेल कैरियर में रखें। शेल कैरियर के फ्लैप को बन्द करें। दाहिने हाथ से गैस गन को पकड़ें और बायें हाथ से गैस गन की बैरल को ऊपर हरकत देता हुआ मिला दें। साथ ही दाहिने हाथ से गैस गन को दाहिने बगल में, बगल गैस गन की पोजिषन में तथा बांये बगल में मिलायें।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेष पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास –</u> 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास –</u> 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास –</u></p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान

आम गलतियाँ	आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू—शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी—जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ गैस गन का भरना, फायर करना और खाली करने के बारे जानकारी देना है का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।		02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक—04 अश्रु गैस ग्रेनेड फेकने का तरीका

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें।</p> <p>2. स्कार्ड को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्कार्ड की गिनती करें।</p> <p>4. स्कार्ड को खुली लाईन किया जाए और स्कार्ड का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्कार्ड को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्कार्ड को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	प्रैविटष ग्रेनेड, ग्रेनेड कैरियर, स्वास यंत्र		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। गैस गन का भरना, फायर करना और खाली करने के बारे जानकारी देना है के बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान गैस गन का एक और नया सबक जिसमें काम होगा अश्रु गैस ग्रेनेड फेकने का तरीका है।		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत			01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>बयान :- एक आम जवान अश्रु गैस ग्रेनेड को तकरीबन 40 से 50 गज दूर तक आसानी से फेक सकता है। ग्रेनेड को सही जगह पर पहुँचाने के लिए जरूरी है कि ग्रेनेड को दुरुस्त तरीके से फेका जाए। प्रैविटष ग्रेनेड और अभ्यास के लिए जो लकड़ी के ग्रेनेड बनाये गए हैं उसका वजन तकरीबन उतना ही रखा जाए जितना कि वास्तविक ग्रेनेड का होता है इन ग्रेनेडों को फेकने का लगातार अभ्यास देने से जवान की फेकने की काबिलियत बढ़ाया जा सकता है और ग्रेनेड को इस प्रकार फेककर अच्छी लाईन आफ रिलीज बनाई जा सकती है।</p> <p>अश्रु गैस फेकने के तीन तरीके होते हैं :-</p> <ul style="list-style-type: none"> 01 स्ट्रेट आर्म थ्रो या ओवर हेड थ्रो। 02 बेसबाल थ्रो या स्टोन थ्रो 03 अण्डरहैण्ड थ्रो <p>01 स्ट्रेट आर्म थ्रो या ओवर हेड थ्रो :- यह तरीका पुलिस फोर्स में ज्यादातर अपनाते हैं क्योंकि इस तरीके</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

से फेकने से ग्रेनेड का काफी दूर तक फेका जा सकता है। फ्यूज का टाईम जमीन पर गिरने से पहले पूरा हो जाता है। जिससे ग्रेनेड जमीन पर गिरते ही धुआँ देने लगता है। इस वजह से मजमा द्वारा ग्रेनेड को दुबारा पुलिस फोर्स पर नहीं फेका जा सकता है।

ग्रेनेड फेकने की ड्रिल :- (षिक्षक क्लास के बांये से नमूना दें तथा स्वास यंत्र एलट पोजिषन में हो) खुले पैर से आदेष मिलेगा ग्रेनेड सेक्षन। इस आदेष पर ग्रेनेड सेक्षन विश्राम पोजिषन से ही दाहिने मुड़ जाएं और बांये पैर के घुटने को दाहिने पैर के बूट के कटे वाले हिस्से के पास जमीन पर टिकाते हुए हाई नीलिंग पोजिषन अछियार करें साथ ही दोनों हाथों की मदद से ग्रेनेड कैरियर के सीलिंग को पकड़ते हुए ग्रेनेड कैरियर को अपने दाहिने पांव के दाहिने ओर कुछ दूर जमीन पर इस प्रकार रखें कि कैरियर के मुँह वाला हिस्सा अपनी तरफ हो। निगाहें मजमें पर होगी तथा दोनों हाथ बगल में सीधे होंगे। बयान की हुई कार्रवाई को देखें। ग्रेनेड सेक्षन | 1,2,3,4–1,2,3,4–1 | इस स्थिति में देखने वाली बातें ग्रेनेड कैरियर दाहिने तरफ रखने के बाद दुरुस्त हाई नीलिंग पोजिषन, दोनों हाथ सावधान की स्थिति में। निगाहें मजमें की तरफ। यहाँ से आदेष मिलेगा एक सी एन का सिंगल/थ्री वे ग्रेनेड तैयार। इस आदेष पर दोनों हाथों की मदद से फ्लैप को खोलते हुए बताये गए ग्रेनेड को दाहिने हाथ से कैरियर से बाहर निकालें पुकारे 1,2,3,4–1 बयान की हुई कार्रवाई को देखें। मेरे लिए आदेष एक सी एन का सिंगल/थ्री वे ग्रेनेड तैयार। इस स्थिति में देखने वाली बातें दाहिने हाथ से ग्रेनेड को इस तरह पकड़ा हुआ चारों अंगुलियों लीवर के ऊपर से ग्रेनेड पर सवार, अंगूठा अन्दर। ग्रेनेड जमीन के समानान्तर, बांये हाथ की कलमें वाली अंगुली सेफ्टी रिंग के अन्दर, दोनों हाथ दाहिने घुटने के अगल—बगल। यही से आदेष मिलेगा सेक्सन तैयार। इस आदेष पर समय की वकफा पुकारते हुए खड़ा हो जाएं तथा बांये पैर को आगे से लेते हुए दाहिने पैर के साथ सावधान की स्थिति में मिलाएं। बयान की हुई कार्रवाई को देखें। मेरे लिए आदेष। सेक्सन तैयार। इस स्थिति में देखने वाली बातें दोनों हाथों से ग्रेनेड को सिखायें हुए तरीके से पकड़ा हुआ और ग्रेनेड बेल्ट से 6 इंच आगे चेहरा बांयी तरफ निगाहे

मजमें की ओर बाकी स्थिति सावधान की। यहाँ से आदेष मिलता है सामने 40 गज दूर नाजायज मजमा सेक्सन ओवर हेड थ्रो इस आदेष पर थोड़ा आगे झुकें, दाहिने हाथ से ग्रेनेड को नीचे तथा बांये हाथ से सेफ्टी रिंग को ऊपर की ओर खींचते हुए सेफ्टी पिन को बाहर निकालें तथा दोनों हाथ की कलाई को एक दूसरे के ऊपर लाएं तथा समय की वफा रखते हुए दोनों हाथों की कोहनियां सीधा रखते हुए सिर के ऊपर से कास करते हुए इस तरह खोलें कि बांया हाथ आगे तथा दाहिना हाथ पीछे साथ ही बांया पैर को सामने इस तरह खोले कि बांया पैर का पंजा सामने की तरफ हो और दाहिने पैर का घुटना दाहिनी और तथा मुड़ा हुआ हो। यही से समय की वकफा पुकारते हुए ग्रेनेड को दाहिने हाथ की कोहनी को सीधा रखते हुए निर्देषित दिशा में फेंके। फेंकते समय की पोजिषन इस प्रकार हो कि दाहिना हाथ आगे की ओर तथा हथेली का रुख नीचे की तरफ, बांया हाथ पीछे कलमें वाली अंगुली के अन्दर सेफ्टी रिंग फंसा हुआ तथा हथेली का रुख ऊपर की तरफ, बांये पैर का घुटना मुड़ा हुआ शरीर का वजन बांये पैर पर। दाहिना पैर सीधा नजर मजमें की ओर, यही से समय की वकफा देते हुए बांया पैर को पीछे लाते हुए विश्राम की स्थिति अखिलयार करें। अगर दुबारा ग्रेनेड फेंकने का आदेष मिले तो इसी कार्रवाई को दोहरायें या आदेष मिलता है उठा ग्रेनेड कैरियर तो कार्रवाई इस प्रकार करें कि विश्राम की स्थिति में दाहिने मुड़े और हाई नीलिंग पोजिषन अखिलयार करें। दोनों हाथों से सीलिंग को पकड़ते हुए ग्रेनेड कैरियर को दाहिने कंधे पर टांग दें। (अगर पुराना ग्रेनेड कैरियर है तो बांये कंधे पर कास सीलिंग पोजिषन में टांग) और समय की वकफा देते हुए बांये पैर को पीछे से आगे लाते हुए सावधान की स्थिति में मिलायें, बांये मुड़ की कार्रवाई करें ये था हरकत और बयान के साथ नमूना।

अभ्यास :- उस्ताद बयान करते जाएं स्कवाड बारी-बारी आकर अभ्यास करें।

बेसबाल थ्रो / स्टोन थ्रो :-

जरूरत :- जब मजमा हाल या किसी मकान में घुसा हो या अपराधी मकान में छुपा हो तो उसे बाहर निकालने के लिए खिड़की या दरवाजे से बेसबाल थ्रो या स्टोन थ्रो की तरह ग्रेनेड को मकान में फेंका जाता है।

	<p>कार्वाई :- इस पोजिषन में सिर्फ दाहिने हाथ को पत्थर या बेसबाल फेकने की स्थिति में रखा जाता है बाकी पोजिषन स्टेट आर्म थ्रो की तरह ही है।</p> <p>अण्डर आर्म थ्रो :-</p> <p>जरूरत :- जब मजमा ढलान की तरफ हो और मजमा नियंत्रण पार्टी ऊपर की ओर हो तो इस पोजिषन से ग्रेनेड को लुढ़काया जाता है।</p> <p>कार्वाई :- इस पोजिषन में सिर्फ दाहिने हाथ को पीछे की ओर ले जाते हुए ग्रेनेड को लुढ़काने वाली पोजिषन में लाएं बाकी पोजिषन स्ट्रेट आर्म थ्रो की तरह ही है।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u></p> <p>02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> –</p> <p>03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> –</p> <p>04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान
एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्कार्ड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्कार्ड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्कार्ड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतियाँ।	02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ		02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान
संक्षेप	उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ अश्रु गैस ग्रेनेड फेकने का तरीका का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।	02	40	प्रशिक्षक द्वारा बयान

यातायात कन्ट्रोल

पाठ योजना (LESSON PLAN) सबक यातायात कन्ट्रोल

– (समय : 40 मिनट)

शीर्षक	विषय	प्रशिक्षण उपकरण	आवंटित समय	कुल लगातार समय	अभियुक्ति
शुरू – शुरू का काम	<p>1. स्कॉड सिनीयर स्कॉड इन्स्ट्रक्टर को रिपोर्ट दें।</p> <p>2. स्काडँ को सजना की कार्यवाही करें।</p> <p>3. स्काडँ की गिनती करें।</p> <p>4. स्काडँ को खुली लाईन किया जाए और स्काडँ का निरीक्षण करें(उस्ताद के द्वारा सभी प्रशिक्षणार्थियों का टर्नआउट/यूनीफार्म को चेक करें।</p> <p>5. स्काडँ को दुबारा निकट लाईन करें।</p> <p>6. स्काडँ को आधे दायरे में लायें।</p> <p>7. यकीन करें कि सबका ध्यान उस्ताद की तरफ है।</p>		04	04	प्रशिक्षक द्वारा बयान
सामान	एस.एल.आर. , सिलिंग, बैनट और फ़ाक।		01	05	प्रशिक्षक द्वारा बयान
दोहराई	पिछले सबक की दोहराई की जाएगी। अश्रु गैस ग्रेनेड फेकने का तरीका बारे में शक या सवाल करें।		01	06	प्रशिक्षक द्वारा बयान
उद्देश्य	इस पीरियड के दौरान कवायद का एक और नया सबक जिसमें काम होगा यातायात कन्ट्रोल		01	07	प्रशिक्षक द्वारा बयान
जरूरत	आपातकाल के दौरान बिजली के चले जाने पर यातायात को सुचारू रूप से चालने के लिए इस कारवाही को अमल में लाया जाता है।		01	08	प्रशिक्षक द्वारा बयान
बयान	<p>यातायात व्यवस्था को सुव्यस्थित करने के लिए कुछ संकेत बनाये गए हैं जो निम्न लिखित हैं :-</p> <p>01 नम्बर-01 ईषारा :- पीछे की ओर से आने वाली गाड़ियों को रोकने के लिए किया जाता है। इस स्थिति में विश्राम की हालत में खड़े रहना, दाहिना बाजू दाहिने तरफ मिला होगा। बांये हाथ बांये कंधे की सिधाई पर बांयी तरफ जमीन समानान्तर हथेली का रुख सामने की तरफ। कार्यवाही के पश्चात् बांये हाथ को धीरे-धीरे शरीर के बांये तरफ मिलायें।</p> <p>02 नम्बर -02 ईषारा :- आगे की ओर से आने वाली गाड़ियों को रोकने के लिए किया जाता है। इस स्थिति में खुले पैर से खड़े होना, बांया हाथ शरीर के बांये तरफ तथा दाहिना हाथ आगे की ओर 45 डिग्री पर हथेली का रुख सामने की ओर। कार्यवाही के पश्चात्</p>		08	16	प्रशिक्षक द्वारा बयान

<p>हाथ को धीरे-धीरे शरीर के दाहिने तरफ मिलायें।</p> <p>03 नम्बर-03 ईषारा :— आगे तथा पीछे की ओर से आने वाली गाड़ियों को रोकने के लिए तथा दाहिने बायें की गाड़ियों जाने के लिए किया जाता है। यह कार्यवाही नम्बर-01 तथा नम्बर-02 को मिलाकर की जाती है। दोना हाथा को शरीर के सामने आपस म इस प्रकार क्रास कर कि दाहिना हाथ उपर तथा बायां हाथ नीचे हो, मुट्ठी खुली हो और दोना हथेलीयां अन्दर की ओर हा। यहाँ से सीखे हुये तरीके से न0.01 एवं ना0.02 इशारा मिलाकर न0.03 इशारा कर।</p> <p>04 नम्बर-04 ईषारा :— बायें वाली गाड़ियों को रोकने के लिए तथा दाहिने वाली गाड़ियों को आगे की ओर जाने के लिए किया जाता है। यह कार्यवाही खुले पैर से नम्बर-3 की तरह करने के बाद बांये हाथ की हथेली को तथा दाहिने हाथ की कोहनी से मोड़ता हुआ पीछे की लेकर जाए।</p> <p>05 नम्बर-05 ईषारा :— दाहिने तरफ से आने वाली गाड़ियों को रोकने के लिए तथा बायें तरफ से आने वाली गाड़ियों को पीछे की ओर जाने के लिए किया जाता है। ये कार्यवाही ' नम्बर तीन की तरह करने के बाद दाहिने हाथ की हथेली दाहिने तरफ करने के बाद दाहिने ओर देखने के बाद बांये हाथ को शरीर के मध्य में लेकर आंये तथा हथेली के रुख को नीचे की ओर करें।</p> <p>06 नम्बर-06 ईषारा:— दाहिने ओर बायें ओर से आने वाली गाड़ियों को रोकने के लिए तथा आगे और पीछे वाली गाड़ियों को चलने के लिए किया जाता है। नम्बर तीन की स्थिति अचित्यार करने के बाद दोनों हाथ की हथेली को दाहिने या बांये की ओर लेकर जाएं यानी रोकने का ईषारा करें। बांये और दाहिने ओर देखें और तुरन्त 90 डिग्री दाहिने की दिशा परिवर्तन करें और नम्बर-03 ईषारे में आ जाए।</p> <p>07 नम्बर-07 ईषारा :— बायें की ओर से आने वाली गाड़ियों को रोककर दाहिने की ओर आने वाली गाड़ियों को जाने देकर रोकना तथा बांयी ओर से आने वाली</p>		
--	--	--

	<p>गाड़ियों को आगे से दाहिने की ओर जाने देने के लिए किया जाता है। नम्बर-03 की स्थिति के बाद बांये हाथ की हथेली को बांये ओर ले जाएं तथा दाहिने हाथ की हथेली को पीछे की ओर से इस प्रकार लेकर जाएं कि हथेली का रुख नीचे की ओर हो तथा दाहिने हाथ की हथेली को दाहिने तरफ लेकर जाएं और बांये हाथ को नीचे की तरफ लाते हुए छाती के सामने लेकर आंये हथेली का रुख नीचे की तरफ हो साथ ही बांये हाथ को बांये कंधे के बराबर हथेली के रुख को आगे की ओर लेकर रुकें।</p> <p>08 नम्बर-08 ईषारा :— दाहिनी ओर से आने वाली गाड़ियों को रोककर बांये ओर से आने वाली गाड़ियों को जाने देकर रोकना तथा दाहिनी ओर से आने वाली गाड़ियों को आगे से बांये की ओर जाने देने के लिए किया जाता है। नम्बर -03 की स्थिति के बाद दाहिने हाथ की हथेली को दाहिने की ओर ले जाएं तथा बांये हाथ की हथेली को आगे की ओर से छाती के सामने इस प्रकार लेकर आयें कि हथेली का रुख नीचे की ओर हो तथा बांये हाथ को दुबारा खोलते हुए बायीं तरफ लेकर जाएं हथेली का रुख सामने की ओर हो। दाहिने हाथ के हथेली को नीचे की तरफ लाता हुआ गर्दन के पीछे लेकर जाए साथ ही दाहिने हाथ को आगे की ओर 45 डिग्री इस प्रकार लेकर जाए कि हथेली सामने की ओर तथा खड़े रुख हो।</p> <p>09 नम्बर-09 ईषारा :— फायर गाड़ी, एम्बुलेंस तथा विषिष्ट व्यक्तियों को क्रमवार छोड़ने के लिए यह ईषारा किया जाता है। नम्बर-03 की स्थिति अखिल्यार करने के बाद फायर गाड़ी आने वाली दिशा को छोड़कर बाकी दोनों दिशाओं को दोनों हाथ के हथेली के मदद से ईषारा करते हुए गाड़ियों को रोका जाए तथा फायर गाड़ी को जाने का ईषारा करें। इस प्रकार क्रम में एम्बुलेंस तथा विषिष्ट व्यक्तियों को जाने के लिए उनके आने वाले रास्तों विपरीत वाले रास्ते के गाड़ियों को रोका जाए और उन्हें जाने दिया जाए।</p>			
अभ्यास	<p>01. <u>उस्ताद के आदेश पर अभ्यास</u> 02. <u>जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास</u> – 03. <u>समय पुकारते हुए अभ्यास</u> – 04. <u>समय के अन्दाज से अभ्यास</u> –</p>	18	34	प्रशिक्षक द्वारा बयान

एक अच्छे जवान का नमूना	तरतीब में आगे है एक अच्छे जवान का नमूना (उस्ताद स्काड में से एक अच्छे जवान को बाहर निकालकर अपने दाहिने तरफ खड़ा करें और स्काड को अच्छे जवान से दुरुस्त नमूना दिखाये इससे अच्छे जवान द्वारा की गई कार्यवाही से जवान और अपने स्काड का मनोबल बढ़ाए और अच्छे जवान को अपनी जगह पर जाने का आदेश दें)। ये था अच्छे जवान का नमूना तरतीब में आगे बताउगाँ सबक के दौरान होने वाली आम गलतीयाँ।		02	36	प्रशिक्षक द्वारा बयान
आम गलतियाँ			02	38	प्रशिक्षक द्वारा बयान

संक्षेप उस्ताद के द्वारा पूरे सबक का संक्षेप में वर्णन करें। सबसे पहले शुरू-शुरू का काम करवाया गया, पिछले सबक की दोहरायी ली गई, सबक का उद्देश्य और जरूरत बतायी गयी, सबक का दुरुस्त नमूना, हरकत और बयान के साथ नमूना दिखाया गया उस्ताद के आदेश पर अभ्यास कराया गया, जोड़ी-जोड़ी में अभ्यास के लिए लाईन तोड़ कराया गया समय पुकारते हुए और समय के अन्दाज से अभ्यास कराया गया। एक अच्छे जवान का नमूना और सबक के दौरान होने वाली आम गलतियों के बारे में बताया गया। यहाँ यातायात कन्ट्रोल का सबक समाप्त होता है। पूरे सबक के दौरान किसी को कोई शक या सवाल।