



步操



步操

請參考英文步操書1975版或中文版步操書

FALLING – IN (參考中文步操書30頁)

BASIC POSITION (參考中文步操書27-29頁)

ATTENTION

STAND AT EASE

STAND EASY

TURNING AT THE HALT (參考中文步操書34-40頁)

MARCHING (參考中文步操書30頁)

MARKING TIME (參考中文步操書47頁)

FALLING – IN



集隊 (FALLING - IN)

於步操操場，隊員分散站立於操場並面對司令員，司令員站於場中央，通常基督少年軍步操都是以小隊(Squad)形式進行練習，而隊形的組成就有一定的程序，以下就是排列(Sizing)的連串步驟。

5.1.1. 排列 (SIZING)

SQUAD

當司令員發出號令“SQUAD”時，場中所有隊員應該立即由休息轉為稍息狀態。

MARKER TAKE

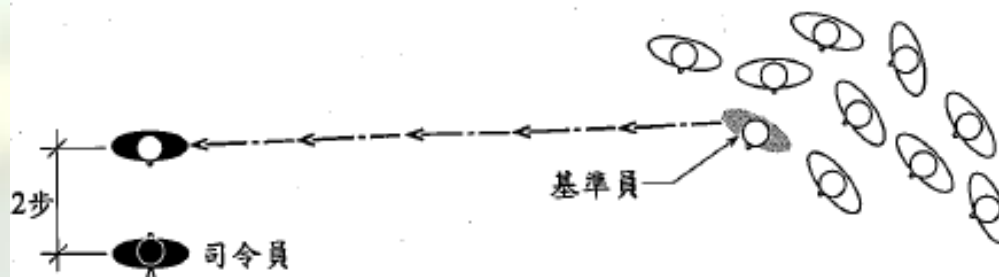
--POST

基準員(MARKER)聽到號令後，應立即立正，等候2步快操時間(即1秒)，然後操向司令員，在他面前2步停下。

隊員等候司令員發出號令：



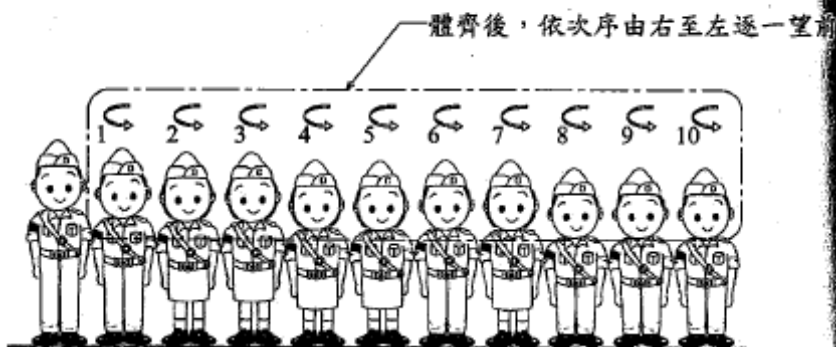
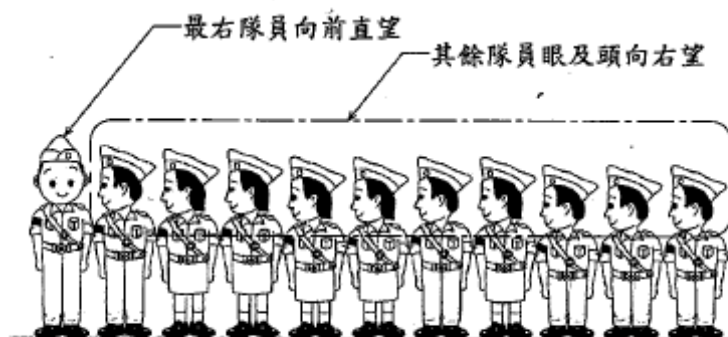
當聽到“SQUAD, MARKER TAKE--POST”號令時：



FALLING – IN

TALLEST ON
THE RIGHT,
SHORTEST ON
THE LEFT, IN
SINGLE RANK
--SIZE

其餘隊員在號令發出後，須立即
正，等候2步快操時間。然後操
基準員，依據各人的高度，較高
在前操，相對較矮的就在後操，
員有需要時可在直行的右邊插入
伍，然後操至基準員左面成一
行，踏停並向左轉；隊員之間不
有側距，頭向右望作初步的體齊。
待所有隊員完成體齊後，各隊員便
自動地由右至左，逐一將頭轉向前
方，並保持立正。



FALLING – IN

SQUAD
--NUMBER

從基準員開始，從右至左逐一報數，基準員報1，然後隊員報2、3……直至最左的隊員為止，報數時，每一隊員的頭及眼仍須保持向前平視。



註：最後報數的隊員在報數後應加上“Sir”、“Madam”或“Commander”以作回應司令員。

ODD NUMBERS
TWO PACES
STEP FORWARD
--MARCH

單數隊員向前移2步，雙數隊員仍然站立不動。

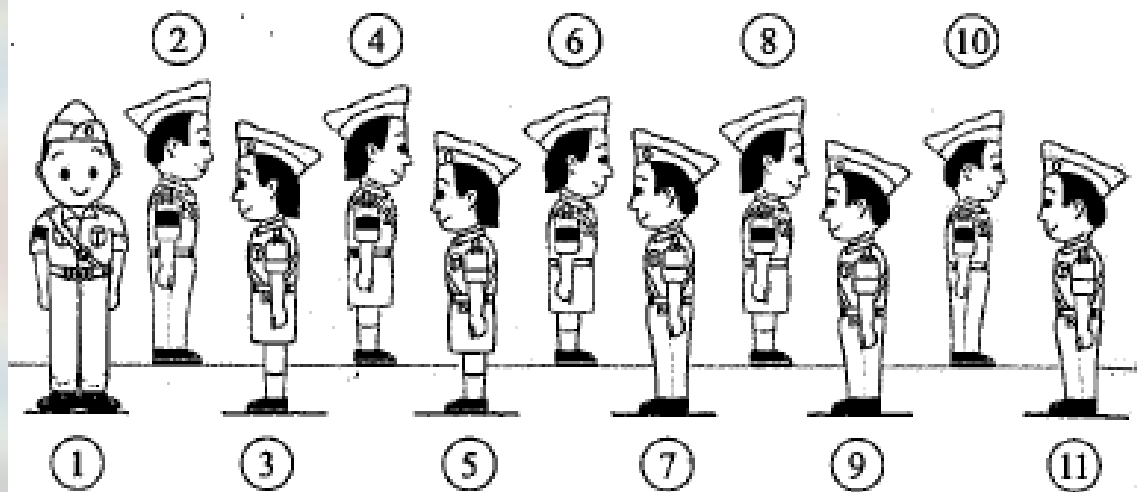


FALLING – IN



NUMBER ONE
STAND FAST,
RANKS RIGHT
AND LEFT
--TURN

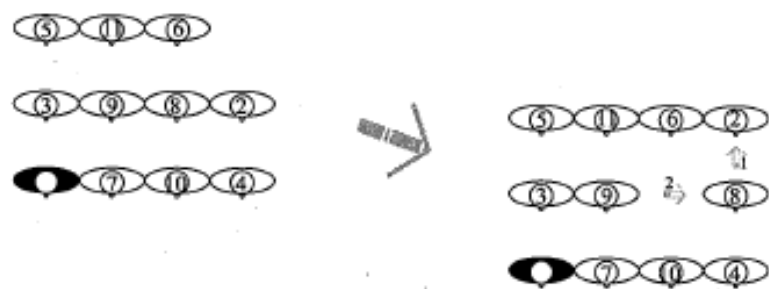
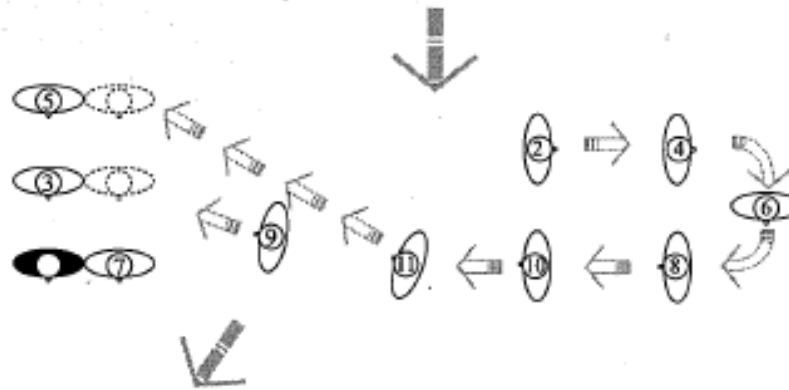
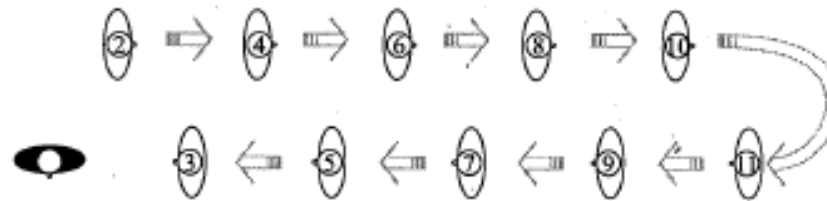
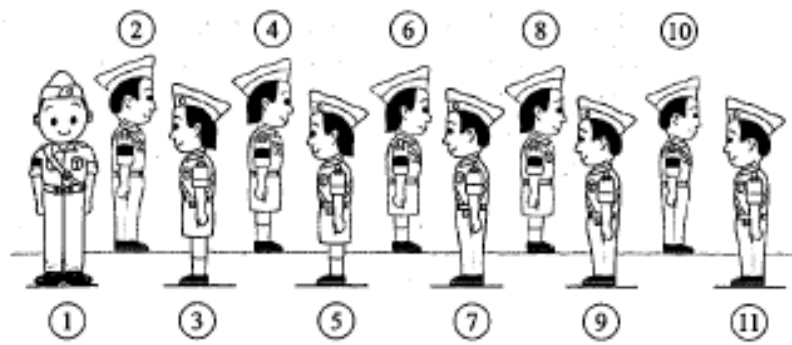
基準員保持原位，前排隊員向右轉；後排隊員向左轉。



FORM SQUAD
QUICK--MARCH

基準員保持原位，隊員順序操往前、中、後排位置站立。當到達新位置後，隊員自行停步並左轉，面向司令員，然後作無距體齊。而基準員後的隊員亦須同時提手作前後距的體齊。

FALLING – IN

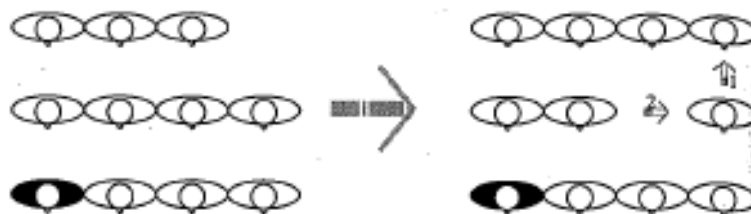


FALLING – IN



註一：注意缺位行(BLANK FILE)一定是在左面第2行。

註一(情況一)：

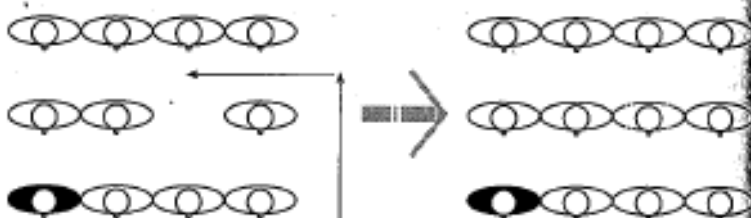


註一(情況二)：



註二：於列隊後有隊員需要加入隊伍，先補入缺位行，如沒有缺位行，則在隊尾開新行加入

註二(情況一)：



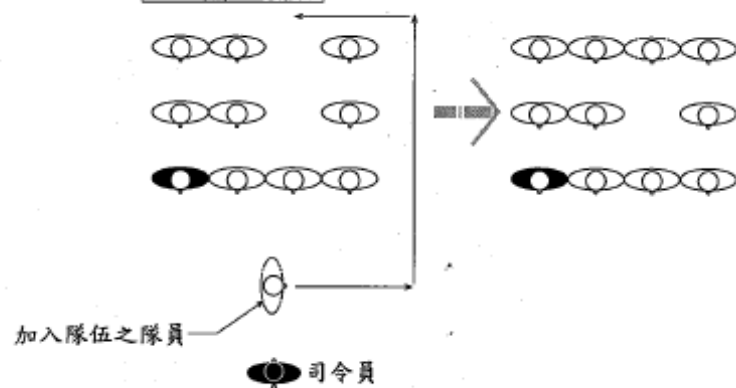
加入隊伍之隊員

司令員

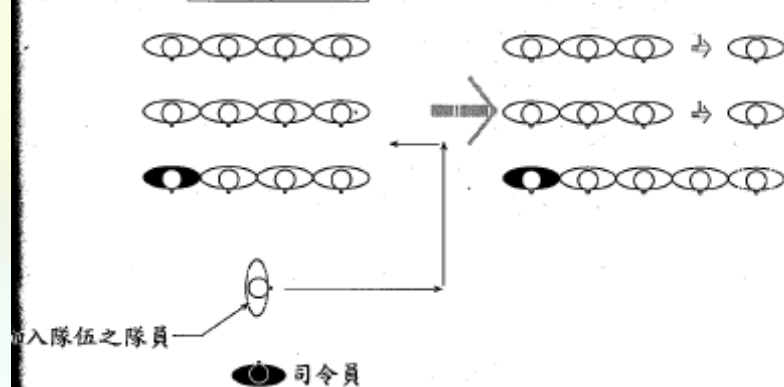
FALLING – IN



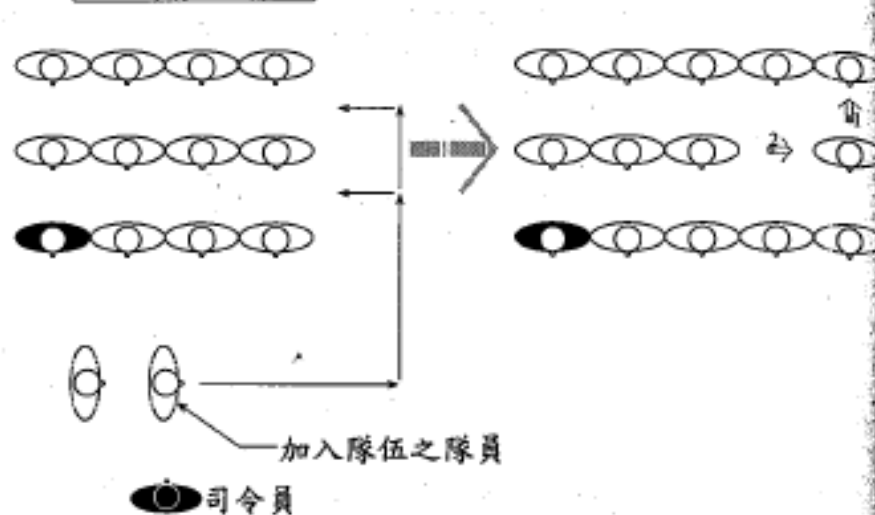
註二(情況二):



註二(情況三):



註二(情況四):

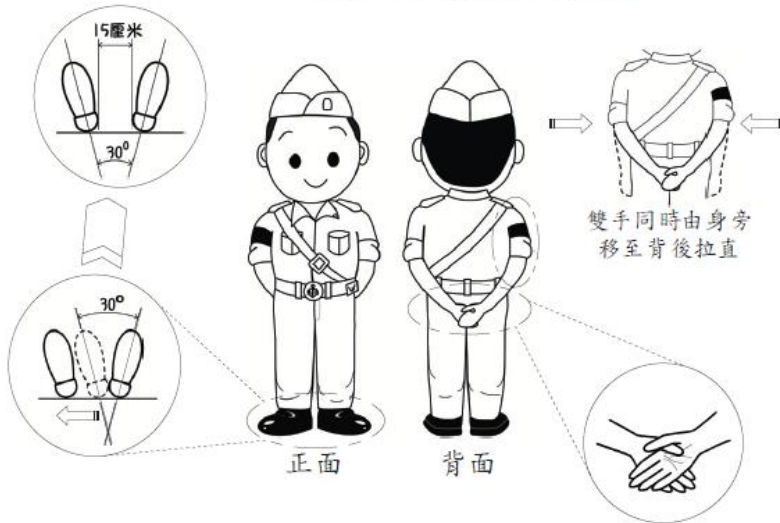


BASIC POSITION

4.1.4. 由立正轉至稍息 (STAND AT EASE FROM ATTENTION)

STAND AT--EASE

雙腳保持平直，左腳移離右腳腳跟15厘米。腳掌分開成30°。雙手同時由身旁移至背後拉直。右手放在左手掌心。兩拇指互扣，其餘手指伸直。頭須保持平視向前。

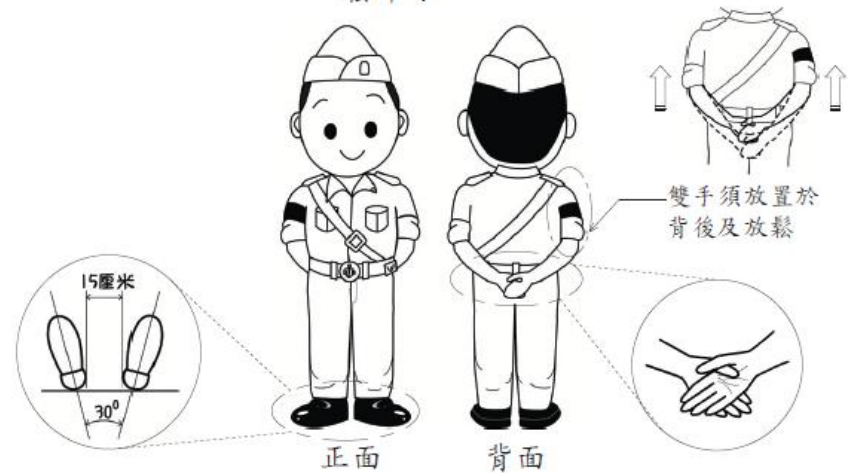


4.1.5. 稍息轉至休息

(STAND EASY FROM STAND AT EASE)

STAND--EASY

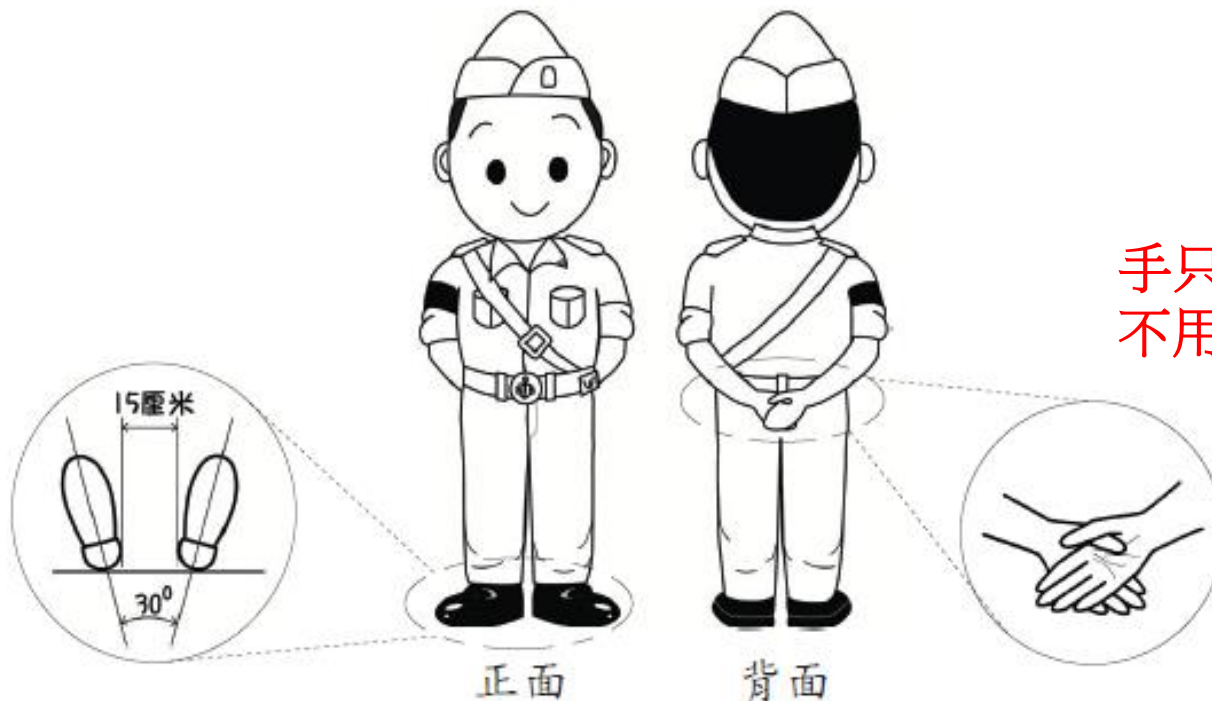
當聽到“STAND EASY”號令時，應立即由稍息轉為休息狀態。腳跟仍然保持15厘米距離及腳掌分開成30°，把放置於背後拉直之雙手放鬆即可。



BASIC POSITION

4.1.1. 休息 (STAND EASY) STAND--EASY

在休息狀態下，腳跟相距15厘米，腳掌分開成 30° 。頭、手及上身均可移動，惟腳掌不可移位，以便保持體齊 (Dressing)。



手只需自然擺放，
不用特意擺高

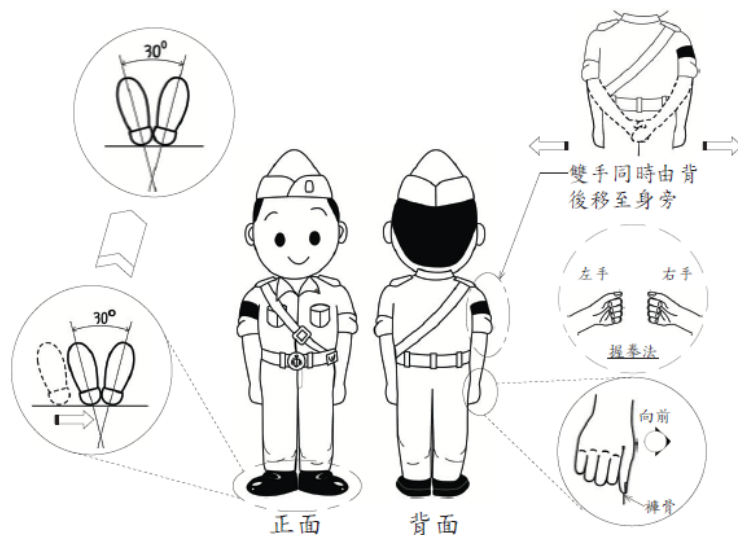
BASIC POSITION



4.1.3. 稍息轉至立正 (ATTENTION FROM STAND AT EASE)

ATTEN--SHUN

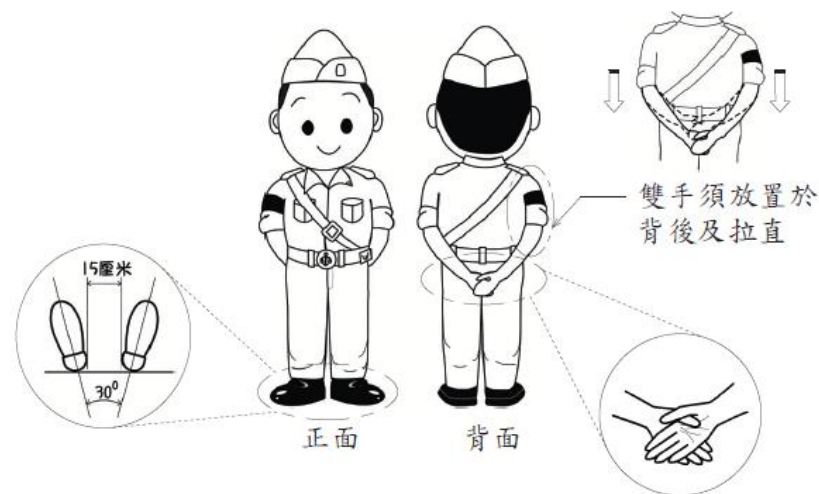
雙腳保持平直，不須提腿踏步，左腳拍向右腳腳跟緊貼成一直線。腳掌分開成 30° 。雙手同時由背後移至身旁。手臂及手腕拉直，手握拳，手背向外，拇指向前。頭須平視向前。



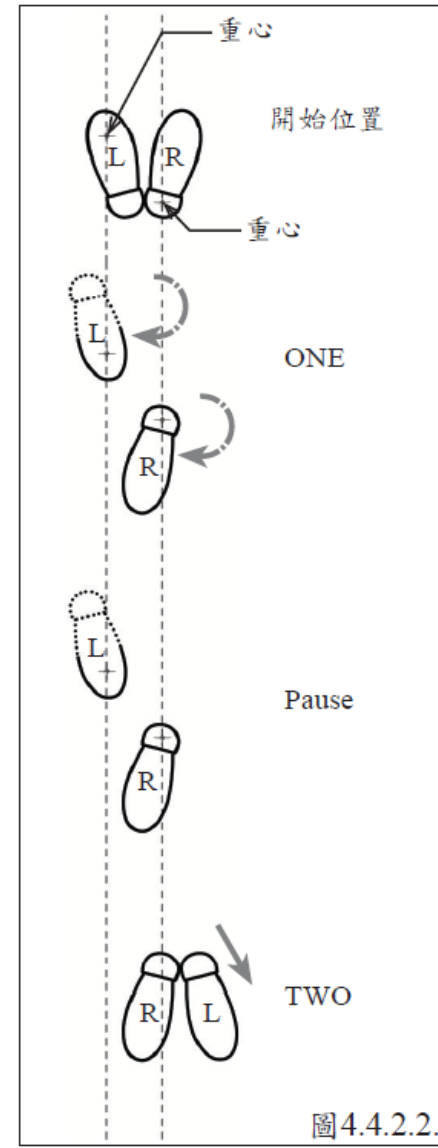
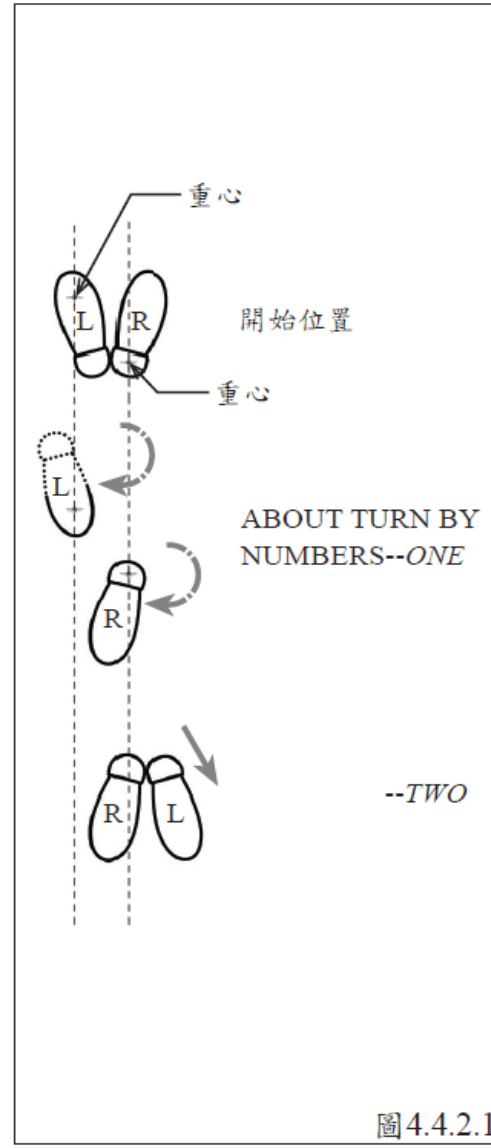
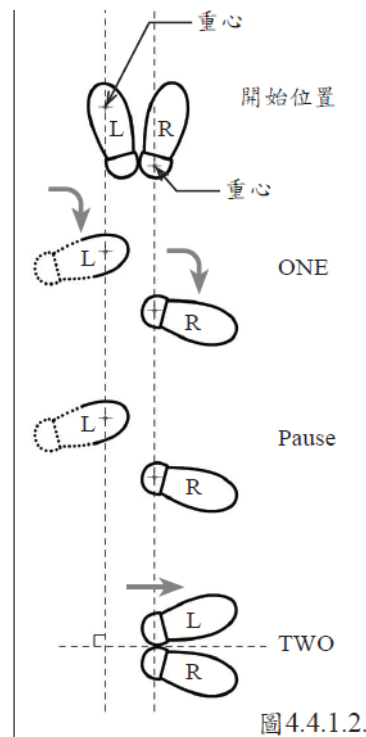
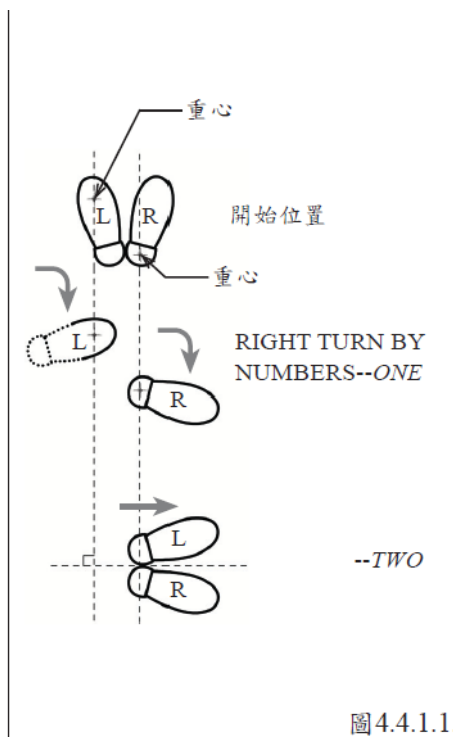
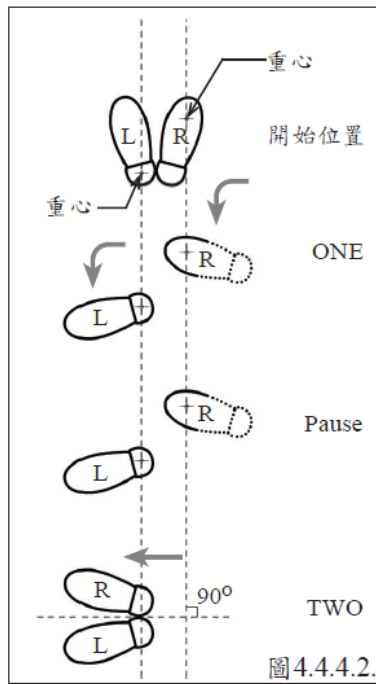
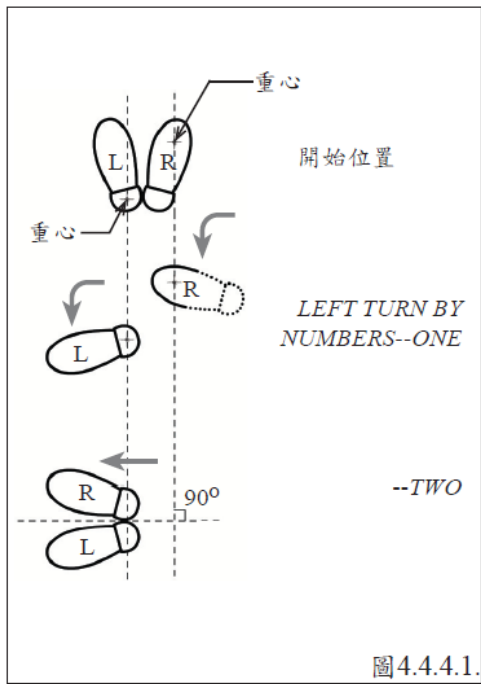
4.1.2. 由休息轉至稍息 (STAND AT EASE FROM STAND EASY)

SQUAD

當聽到“SQUAD”號令時，應立即由休息轉為稍息狀態。腳跟仍然保持15厘米距離及腳掌分開成 30° ，頭及眼須平視向前，身體不能郁動，雙手須放置於背後及拉直。右手置於左手掌心。兩隻拇指互扣，其餘手指伸直。



TURNING AT THE HALT

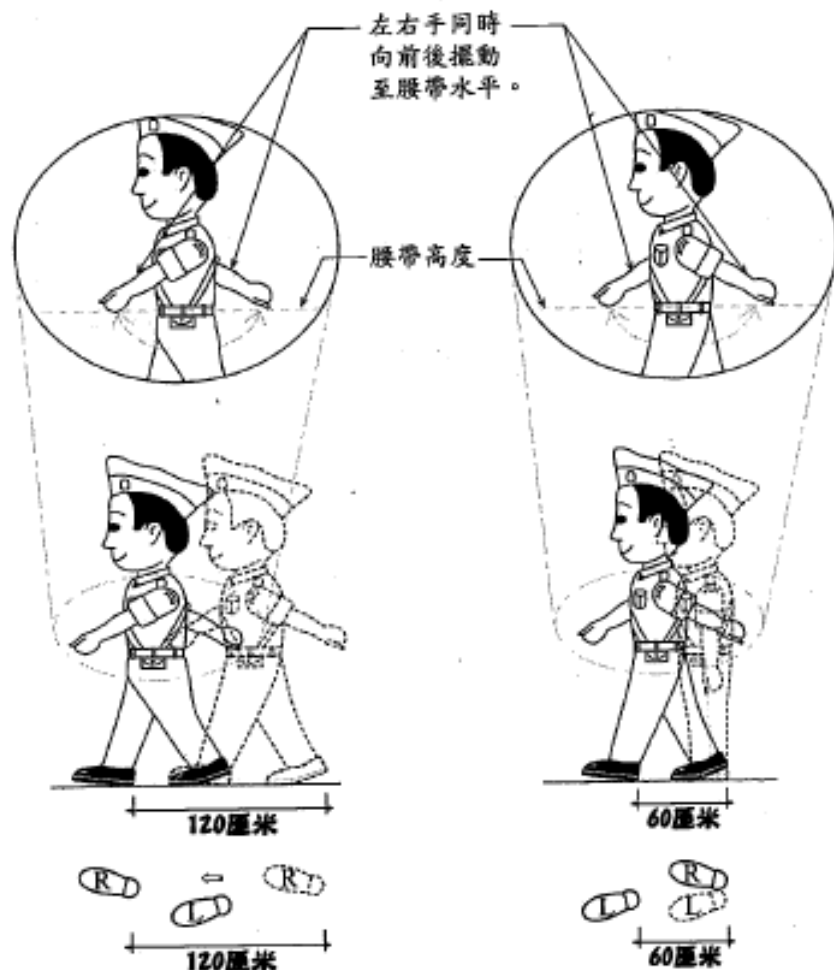


4.6. 快操行進 (MARCHING IN QUICK TIME)

4.6.1. 快操 (QUICK MARCH)

QUICK-MARCH

左腳首先開步，步距為60厘米，當左腳操前時，應蹬直及腳跟先行著地，右手亦須向前擺動，高度須至腰帶。左手同時向後擺動至腰帶水平。手肘及手腕保持拉直。右腳然後操前，同時左手操前，右手操後。如是者，左右交替向前操行，速度為每分鐘120步。



第2步：右腳隨即踏前120厘米

第1步：左腳首先向前開步



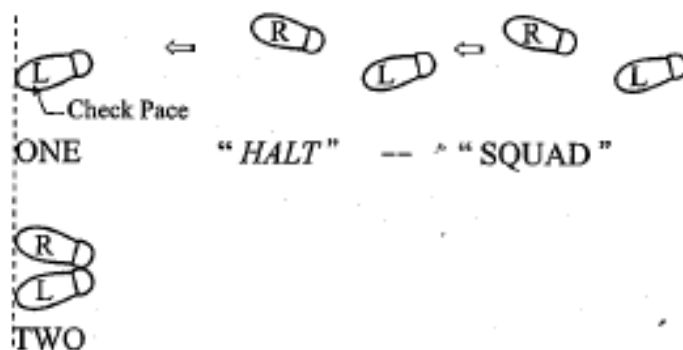
MARCHING

4.6.2. 停步 (HALT)

SQUAD--HALT

號令落於右腳，然後左腳向前多操1步(60厘米)作準步(Check Pace)。右腳然後與左腳拍齊成一直線，兩手同時放回身旁緊貼，保持立正。

註：不須提膝踏步。



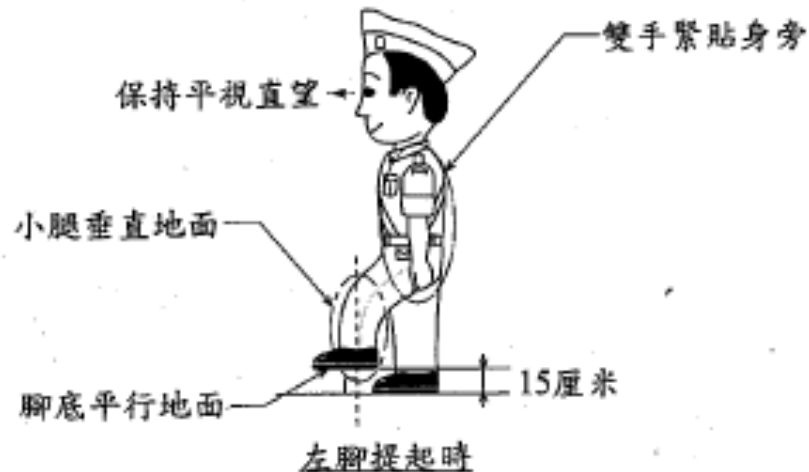
MARKING TIME

原地踏步 (MARKING TIME)

4.9.1. 快踏步 (QUICK MARK TIME)

QUICK MARK
--TIME

左脚首先提起離地15厘米，小腿須與地面垂直，鞋底須與地面平行。保持身體平直及雙手緊貼身旁。然後左腳著地右腳提起，左右腳交替踏步，速度為每分鐘120步。



4.9.3. 原地踏步時停步 (HALT WHEN MARKING TIME)

SQUAD--HALT

號令落於右腳，左腳然後多踏1步，最後右腳踏1步停下，保持立正。

