

尋常科第四學年十月分教程

呼	競遊	轉倒	跳	懸第	駢	行	背	腹	體	平	懸第	胸	上	頸	下	秩	
吸	技戲	廻及	躍	垂二	歩	進			側	均	垂一		肢		肢	序	
臂側舉	フットボール		跳上下 (跳箱)		駢歩	綜合(通常小) 行進(股舉)	體前倒 屈臂直立	體後倒 脚支持腰掛	體側屈 片臂上舉開脚 直立		兩側懸垂 (横木)	體支持胸後 屈舉踵 脚支持手胸開 脚直立	臂前下伸	頭側屈	脚側振 手腰直立	開列 行進間後向	第一週
同	同		斜高跳 (跳繩)		同	同	同	同	同	側歩(平均臺)	同	同	臂上伸	同	同	同	第二週
上	上				上	上	上	上	上	同	同	同	同	同	同	同	第三週
同	同		同		同	同	同	同	片臂側上舉體 側屈 開脚直立	上	上	上	上	上	上	上	第四週
同	同		同		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	第四週
上	上		上		上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	

右表中ゴテツク活字は新教材

男の字は男兒童のみの教材
女の字は女兒童のみの教材

尋常科第四學年十一月分教程

呼	競遊	轉倒	跳	懸第	駢	行	背	腹	體	平	懸第	胸	上	頸	下	秩	
吸	技戲	廻及	躍	垂二	歩	進			側	均	垂一		肢		肢	序	
臂側舉々踵	フットベース		跳上下 (跳箱)		駢歩		體前倒 屈臂直立	體後倒 脚支持腰掛	片臂側上舉 體側屈 開脚直立	側歩(平均臺)	片逆手懸垂 (鐵棒・橫木)	體支持胸後 屈舉踵 體支持手胸開 脚直立	臂前下伸	頭廻旋	屈膝舉脚後伸 臂支持閉足直立	小股駢歩 縱隊行進 開列	第一週
同	同		同		同	行進間右(左)向	同	同	同	同	同	同	臂前屈 直立	同	同	同	第二週
上	上		上		上		上	上	上	上	上	上	同	同	同	同	第三週
同	同		臂立跳上跳下 (跳箱)		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	第四週
上	上		同		上	上	上	上	上	上	上	同	同	同	同	同	上
同	同		同		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	上
上	上		上		上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上

右表中ゴテツク活字は新教材
 男の字は男兒童のみの教材
 女の字は女兒童のみの教材

尋常科第四學年十二月分教程

呼	競遊	轉倒	跳	懸第	駢	行	背	腹	體	平	懸第	胸	上	頸	下	秩	
吸	技戲	廻及	躍	垂二	步	進			側	均	垂一		肢		肢	序	
胸後屈	方形ドツチボ		跳越(平均臺又ハ腰掛)		綜合(通常)駢歩(小股)	向 行進間右(左)	體前倒 屈臂直立	體後倒 脚支持腰掛	體側倒 屈臂開脚直立			體屈 屈舉種 立體支持手胸直	臂上振	頭前後屈	足側出臂側舉	開駢歩 列	第一週
同	同		同		同	同	片脚屈膝片足 後出體前倒 手胸直立	同	同		懸垂脚開閉 兩側懸垂	同	同	同	同	同	第二週
上	上		上		上	上	同	同	同	徐歩(地床)	同	同	同	同	同	同	第三週
同	同		同		同	同	上	上	上		上	上	上	上	上	上	第四週
同	同		同		同	同	同	同	同		同	同	同	同	同	同	
上	同		上		上	上	上	上	上		上	上	上	上	上	上	

右表中ゴテツク活字は新教材

男の字は男兒童のみの教材
女の字は女兒童のみの教材

尋常科第四學年一月分教程

呼吸	遊技	倒立及廻	跳躍	第二懸垂	駢步	行進	背	腹	體側	平均	第一懸垂	胸	上肢	頸	下肢	秩序	
胸後屈	セヴンジャン ボートボール プス(女)		臂立跳上跳下 (跳箱)		駢步間右(左)向		體前倒 臂上舉腰掛	體後倒 脚支持腰掛	體側屈 片臂上舉開脚	脚側舉 手腰直立	兩側懸垂 (横木)	掌外反胸後屈 臂側舉直立	臂上振	頭側屈	脚側振	駢步 開列	第一週
同	同		同		同		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	第二週
上	上		上		上		上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	第三週
同	同		同		同		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	第四週
上	上		上		上		上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	第四週

右表中ゴチック活字は新教材
 男の字は男児童のみの教材
 女の字は女児童のみの教材

尋常科第四學年二月分教程

呼、吸	遊藝	倒立廻	跳躍	第二懸垂	駢歩	行進	背	腹	體側	平均	第一懸垂	胸	上肢	頸	下肢	秩序	
胸後屈	セウンジャン ブス(女) 方形 ドッチボール		跳越 (腰掛、平均臺)		駢歩間後向		片脚屈膝片足 後出體前倒 手胸直立	臂立伏臥 (腰掛)	片臂側上舉 體側屈 開脚直立	側歩(平均臺)	兩側懸垂脚 開閉	掌外反胸後 屈舉踵 手胸開脚直立	臂前下伸	頭側轉	屈膝舉脚後伸 臂支持閉足直立	駢歩 開列	第一週
同	同		同		同		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	第二週
上	上		上		上		上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	第三週
同	同		同		同		同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	第四週
上	上		上		上		上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	第四週

右表中ゴチック活字は新教材

男の字は男兒童のみの教材
女の字は女兒童のみの教材

終

