

社會教育叢書

體育場

邵汝幹
江良規
編著

商務印書館發行

書叢小育教會社

場 育 體

著編規良江 幹汝邵

行發館書印務商

目錄

第一章 體育場的功能解剖	一
第一節 教育上之功能	二
第二節 健康上之功能	四
第三節 軍事上之功能	五
第四節 結論	六
第二章 體育場之組織	七
第一節 民衆體育場之種類	七
第二節 中央及省市體育場之組織法	八
第三節 縣立體育場之組織法	一八

第四節	簡易體育場及兒童樂園之組織法	三二
第五節	結論	三三
第三章	體育場之建築與設備	三六
第一節	田徑場	三六
第二節	足球場	四六
第三節	網球場	四七
第四節	籃球場	四九
第五節	排球場	五〇
第六節	設備一覽	五一
第四章	體育場之管理	五五
第一節	各場規約舉例	五五

第二節	場地之整理	六六
第三節	網球場粉線之劃法	六七
第四節	短距離跑分道之方法	六九
第五章	公共體育場之工作	七〇
第一節	民衆體育場之範圍與目標	七〇
第二節	辦理公共體育場之方略	七二
第三節	公共體育場之推廣事業	七三
第四節	公共體育場之行政工作	九〇
第五節	附錄	一〇三
第六章	鄉村簡易體育場之設施	一一〇
第一節	簡易體育場之組織及計劃	一一〇

第二節 實施步驟及注意點……………二一六

第七章 附上海市大體育場行政計劃綱要草案組織規則及辦事細則

草案……………一一八

本書參考書報……………一四三

體育場

第一章 體育場的功能解剖

體育卽教育一語，已人人皆知，無庸贅述。二十年前，一般從事體育者，類皆以爲體育乃養成健康之唯一途徑；故除身體訓練外，不知有他，致形成目前畸形發展之狀態，於國家民族，既不能稍有貢獻，從事運動者自身，亦蒙損失。例如在學校中，一般運動員多成爲特殊階級，優遊自在。僅知運動而不務課業，結果則一無所得。不唯如此，同時學校當局因欲藉彼等以博非法的榮譽計，亦不惜逢事屈就，任其胡爲，致囂張跋扈，而養成各種惡劣之品性，在社會中則運動員多爲不名一藝者，使體育成爲一種有暇階級之消遣方法，是皆提倡者不明體育真諦之惡果也。入後體育日漸發達，而一般人亦漸了解體育不但能促進健康，且爲教育方法中最優良之一種，因其所合成分，與新教育之

條件無不符合。且能以身體活動爲方法，達到教育上之真正目的。體育之功能經此一番突變後，朝野人士，始作深切之注意。最近體育界人士倡議，體育之價值，除教育上之效能外，並能創造國家之新生命。因民族之盛衰，國勢之強弱，惟民族體魄與民衆武力是賴。體育實爲供給上述二者之唯一方法也。體育既足以培養整個民族之生命，創造國家之武力，以圖生存。故體育訓練之享受，非少數人所專有之權利，乃全民族共負之義務也。體育須全民化，其理明甚。欲使體育全民化，必須有適當之機關，以提倡，以推行，以實施。適當之機關云何？體育場是也。故體育場之責任，與普通之社會教育機關異，除推行民衆教育外，更爲民族生命之製造所，民衆武力之大本營也。若夫視體育場爲暇閒時之消遣場所，社會教育之裝飾品，各方之推行事業，提倡方法，僅知因襲陳法，役之常途，不切其要，不濟於用，是所謂捨其本而務其末，欲求體育真正效能之獲得，不啻緣木求魚也。今先將體育場之目的與功能，予以精密之解剖，以便於工作之實施上，有所遵循，而免蹈背道而馳之弊也。

第一節 教育上之功能

(一)陶冶民衆品性 體育爲人格教育，運動場爲人格試驗場一語，決非虛語，蓋任何體育活動中，無不含有極濃厚之人格陶冶之成份。隨時隨地，皆能養成民衆奉公守法，犧牲一己，重視團體，奮鬥堅毅，勇敢等美德，而是項習慣品格，又爲我國人民所最欠缺者。例如吾人以足球一項論，各司其職，分工合作，前鋒後衛，誰器是適，各得其宜，因而隊伍乃成，此合作之精神所以養成也。若夫全隊十一人，各人皆計其職位之優劣，則十一人皆任前鋒，守門後衛，無人願當，隊伍將無形瓦解，遑論比賽。衝鋒陷陣，奮不顧身，成敗不計，競爭到底，此勇敢堅忍之品性之所以培植也。服從裁判，作光明之競爭，不以非法之手段奪取勝利，一所謂但求光明之失敗，不願有不榮譽之成功，一此奉公守法之習慣所以獲得也。若夫能以體育爲教育方法，將體育上所有之各項特性，盡皆遷移至日常生活上，則社會上將無不德之民，亦無犯法之徒。人民咸以服從法律重視團體爲榮，而以自私自利，見難畏退爲恥。其有利於社會安寧之維持，民族團結之增加，不言可喻矣。

(二)閑暇時之正當消遣場所 體育爲教育方法，而體育場卽爲最優良之教育環境也。二十世紀以還，科學倡明，工業發達，以機器代人工，產量增加，工作時間減少。三八制度實行後，每日每人

空閑之時間達八小時之多。若無正當方法正當場所，以供消遣，則流弊叢生。中國人之以賭博為消遣方法者觸目皆是，結果則破家傷身廢時失業者，不計其數。即因無正當方法以供其消遣也。體育場既為社會教育機關，對於民衆閑暇之消遣方法，例應顧及。且以體育為消遣，乃最理想之方法：一以調劑工作後之疲勞，二足以強健身體，三足以娛樂身心，實一舉三得也。

(三)促進社會交際增進人羣間之諒解 人羣間誤會之發生，多因彼此間無適當之交際機會，為之相互溝通。體育場上供人民交際之機會，且運動時無富貴貧賤之分，階級之隔，彼此以友誼之態度，作團體之活動，自能增加彼此間之諒解，消弭紛爭於無形，故體育場直接供給運動環境，間接亦足以消滅社會間之無謂爭端也。

第二節 健康上的功能

社會本體，由農業化蛻進而成為工商化後，人口集中都市，空間減少，空氣混濁，自然活動之機會，受環境之限制，日漸消失，加以工業發達，工作時精神緊張，肌肉分化，以及交通進步等原因，人民

健康之水準降低，死亡率增加，幾為普遍之現象。體育場能供給人民作自然活動之用，使人民藉人為之活動，以補自然活動之不足，增加其生理上之代謝機能，促進內臟各器官各循環之工作效力。其有益於人類健康之增進，實非淺鮮。

第三節 軍事上之功能

國家之救亡途徑，非僅藉添製軍備，增加兵額，所能為功。蓋自二十世紀以還，所謂戰爭者，非兵與兵之戰，將與將之戰，而為科學戰及全民戰也。全國民衆均須具有充分之軍事常識及實地運用之能力。然後於戰爭發生之時，進則有助於正規軍隊之作戰，退則能鞏固後防，維持地方秩序。其他如運輸，防毒等常識，皆屬戰爭時民衆所必須明瞭者。而是項職責，凡社會教育機關，均有關係。如民教館，體育場等，而體育場，更可從事實上之訓練。平時可多舉行含有軍事性質之競技。如武裝越野跑，搬運比賽，手榴彈擲遠，防毒比賽等項，隨時隨地，予當地民衆以最深刻之印像，最實用之常識，則一旦戰爭爆發，民衆既胸有成竹，自能應付裕如。其有助於國家之實力，良非淺鮮，且體育場為最易

吸引民衆之處所，最易收宣傳之效，激發民衆之愛國思想，是在乎執事者之能否運用得當也。

第四節 結論

體育場非僅爲民衆健康訓練之機關，其理明甚。故執事者，須以教育爲目的，以活動爲手段，養成民衆愛好運動之習慣，促進其尊重團體之思想，更須從旁授以軍事上之常識，以期全國民衆皆能效命於萬一，而達全民體育化，全民軍事化，全民教育化之理想境界，既得使體育免蹈於空虛浮泛之弊，亦所以對國家民族作實際貢獻也。

第二章 體育場之組織

民衆體育場爲實施民衆體育之主要機關，故民衆體育場之組織健全與否，直接影響於民衆體育之推行者甚大，本章擬專論民衆體育場之組織法，包括各級民衆體育場之組織規程及組織系統等，務使讀者明瞭其大概而能切於實用。

第一節 民衆體育場之種類

在未述本題之前，須先述民衆體育場之種類，因民衆體育場之範圍有大小，業務有簡繁，故其組織亦有不同也，民衆體育場之種類，以性質言，可分爲下列數種

◎ 中央體育場。

省立體育場。

◎ 市立體育場。

縣立體育場。

簡易體育場（鄉區）

兒童遊樂園。

上列數種，以中央及省市體育場，範圍較廣，業務較繁，故其組織亦較大，簡易體育場及兒童遊樂園之範圍較狹，業務較簡，故其組織亦較簡，茲分別論之。

第二節 中央及省市體育場之組織法

中央及省市體育場，除負責推行所在地之民衆體育外，更有指導與督促所轄各縣區民衆體育組織之責任，此種體育場地較廣，設備較全，所用之職員亦較多，內分田徑球類國術游泳婦孺各場，如經費有辦法，各場應設專員，負責管理，以整個體育場之組織言，視業務之需要而分爲數部，如指導部，推廣部，總務部。指導部分訓練編輯等各股，推廣部分宣傳調查等各股。總務部分文書會計事務等各股，各司專職，分工合作，以臻大效。茲將江蘇省及上海市體育場組織規程及系統表列後，以供讀者參考：

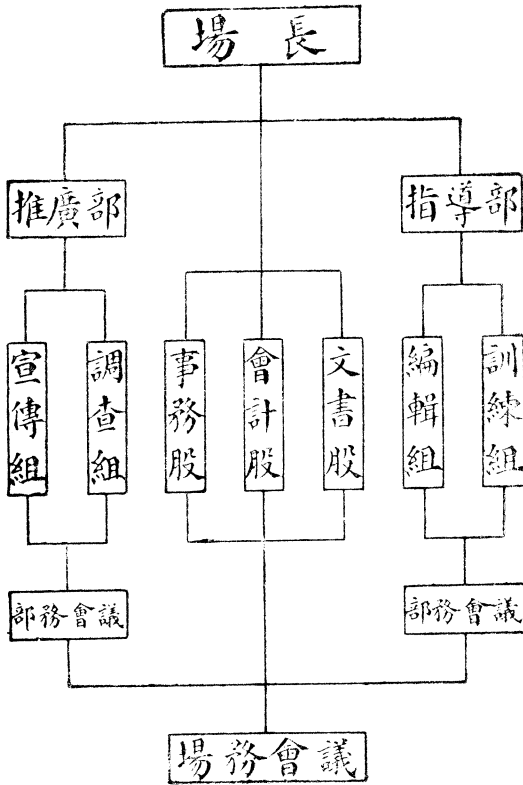
甲 江蘇省立鎮江公共體育場

A 簡章

- 一 定名 本場經江蘇省政府議決，定名為江蘇省立鎮江公共體育場。
- 二 宗旨 本場以謀本省社會體育之普及，養成健全之國民為宗旨。
- 三 組織 本場就事業之需要，暫設指導推廣兩部，指導部之下，設訓練編輯兩組；推廣部之下，設調查宣傳兩組，而以事務文書會計三股直隸於場長。
- 四 職員 本場設場長一人，總理場務，由江蘇省政府委任之。各部設主任一人，商承場長，主管各該部務；各股設股主任一人，商承部主任，分理部務。各股得因事務之繁簡，設股員若干人處理股務，均由場長聘任之。
- 五 事業 本場事業分下列六項。
 - 甲 指導運動技術。
 - 乙 研究方法理論。
 - 丙 發行體育刊物。
 - 丁 調查體育組織。
 - 戊 司理體育社團登記。
 - 己 主持全省運動比賽。

六 會議 本場事業之設施均由會議公決執行之，會議分場務會議、部務會議兩種，其細則另定之。

本場組織系統表



七 附則 本場章程由江蘇省教育廳核准後施行。

B 職員服務規程

- 一 本場職員均應依照本場組織系統及各種細則熱心服務，努力工作，協助場長，共謀本場事業之發展。
- 一 本場職員以專任為原則，未經場長許可，不得兼任場外其他職務。
- 一 本場職員均應出席本場一般之儀式及集會，於接到通知時，並須出席各種會議。
- 一 本場職員除例假日外，均應按時到場辦公，並須於到場時在簽到簿上簽名。
- 一 本場職員雖各有專司，但遇需要時，均應不分彼此，通力合作，對於場長交辦事項，尤不得藉故推諉。
- 一 本場職員應將日常工作各按報告單格式，詳細填明，交由各部股主任存核，以備月終彙報教廳時查考。

一 本場職員因病或因事不能到場辦公，應填具請假單，經主任或場長之許可，並商請他人代理

其職務。

一 本場職員請假期在一月以外者，應另請相當人員，得場長之認可後，代理其職務。代理人之酬勞，由請假之職員負責。

一 本場職員請假期滿，並不到場銷假，亦不請求續假者，場長得酌量情形處理之，或逕行解除其聘約。

一 本場職員解職時，應將其所任職務範圍內一切事件，正式交代於後任職員或場長指定之接收人，方得交卸其責任。

一 本場職員各個服務細則另訂之。

一 本規程於公佈之日起施行。

C 指導部辦事細則

一 每日上午九時至十二時為本部辦公時間，各職員均須到辦公室，並在簽到簿上簽到。

二 本部職員在開放時間內，須按照分配職務，出場指導。各場開放時間，每星期二至六下午一時

至六時，例假日上午九時至十二時，下午一時至六時，但因季節關係，得臨時變更之。健身房開放時間另訂之。

三 本部每月開部務會議一次，議決本部重要事項，本部職員均須出席。

四 本部職員應將每日工作報告表於次晨交部主任彙集，以備存考。

五 本部職員因事請假須經部主任核准後，方得向場長請假。

六 本部指導職務，由部務會議決定之。

七 本部職員須負撰述本場刊物稿件之責。

八 本部各職員如須添置應用物件，須經組主任簽字後，交與部主任審核，不得自由交庶務股購辦。

九 管理員負責保管及借收運動用品之責，每月底應將運動用品檢查一次，列表交部主任審核。

十 管理員應將各項球類租賃收入，於每月底列表連同底單一併交部主任審核，彙轉會計股。

十一 機關團體借用場地，須照借場規則交部主任核辦，本部職員不得隨便允諾，以免臨時發生

衝突。

乙 上海市區體育場

A 簡則（上海市政府十七年十二月核准公佈）

第一條 凡本市區內各公共體育場均隸於上海市政府教育局，其名稱冠以第一第二……等字區別之。

第二條 各場設場長一人，總理全場事務。

第三條 各場設指導、編輯、調查三組，每組員額視事務之繁簡酌定之，其職務如下：

甲 指導組 指導球類田徑賽器械國術等各項運動。

乙 編輯組 編輯有關於社會體育之各種出版物。

丙 調查組 調查統計本市及國內外體育狀況。

第四條 凡入各場運動者應遵守本場一切規則。

第五條 凡入各場運動人員概不收費，惟遇有特殊消耗者，得酌量收費，其規則另訂之。

第六條 凡有危害他人性質之運動，如標槍、鐵餅、鐵球等類，應先得各該場許可，方准入場練習，其時間及地點亦應由該場規定。

第七條 各場每日開放時間依節候規定，隨時布告。

第八條 本簡則由市政府公佈之日施行。

B 上海市立第一公共體育場辦事細則

(一) 辦事時間 上午自開場起至十一時三十分止。下午自一時起至停場止。

(二) 職員任務

場長 綜理全場一切事宜。

指導員 分部規劃進行指導運動並兼任場地佈置、體育調查事宜。

事務員 主持文書編輯會計及一切庶務事宜。

(三) 職員會議

甲 常會 星期一上午舉行總理紀念週後，開常會一次，討論一切進行事宜。

乙 臨時會議 遇必要時得由場長召集臨時會。

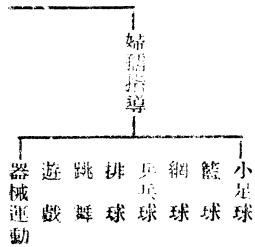
(四) 請假辦法

甲 凡有事請假在半天以上者，須經場長准許，並須商請同事暫代。

乙 凡有事請假在一天以上者，除向場長請假外並須自覓相當人員代理職務。

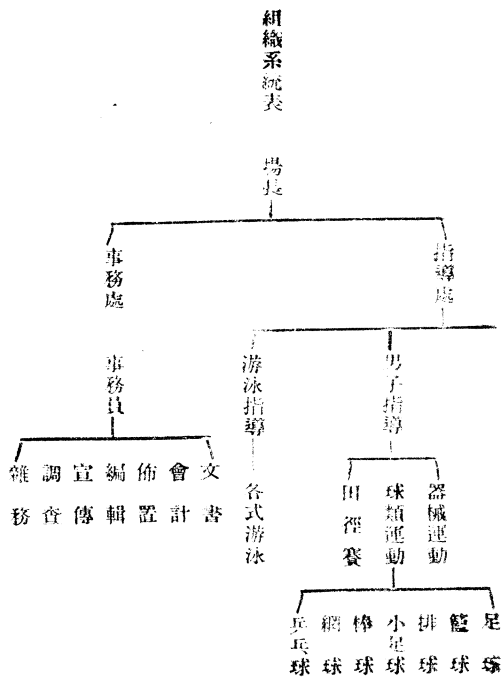
(五) 指導員辦事以在運動場為主，事務員辦事以在辦公室為主。

(六) 本細則如有未盡事宜，得於職員會議時提出修正之。



者爲佳。以上兩種舉例，自以江蘇省之規定較爲完善。上海市一體育場之組織系統，似稍籠統，故以前

第二章 體育場之組織



第三節 縣立體育場之組織法

縣立體育場之範圍較省市體育場爲小，各縣每因經費之關係，因陋就簡，組織毫無系統，足以阻礙民衆體育之推進。江蘇省政府因有江蘇省各縣立體育場組織暫行規程。場長場員聘任及待遇暫行規程，與場長場員服務細則之頒布，所以使統一各縣之辦法，而便於推進也。茲特介紹於后：

甲 江蘇省各縣縣立體育場組織暫行規程

第一條 各縣縣立體育場依本規程組織之。

第二條 各縣縣立體育場設場長一人，秉承教育局長主持一切場務。場長任免及待遇規程另訂之。

第三條 各縣縣立體育場爲辦事便利起見，得分設左列各部：

一 總務部 庶務會計文書等屬之。

二 指導部 各項運動練習比賽研究等屬之。

三 調查部 體格檢查體育實況統計等屬之。

四 推廣部 編配紀錄講演以及推廣事項等屬之。

以上各部得視地方情形全數設置或配量合併設置。

第四條 各縣縣立體育場，各部設部主任一人，商承場長，分理各部事務，設幹事若干人，承場長及部主任之指導，分任各項事務。部主任幹事任免及待遇規程另訂之。

第五條 各縣縣立體育場於必要時得設書記。

第六條 各縣縣立體育場設場務會議，由場長召集全體職員組織之，以場長為主席。

第七條 各縣縣立體育場為謀指導便利起見，得分設左列各項運動場：

1. 普通運動場。

2. 婦女運動場。

3. 兒童運動場。

第八條 各縣縣立體育場得設各種委員會。

第九條 各縣縣立體育場得附設游泳池等。

第十條 本規程由江蘇省政府委員會議決公佈施行。

按上列第三、七兩條之規定，得因地方之情形而多聘職員，但事實上並不需要，故辦事人員，除場長外，祇指導員及事務員一人或二人。若以其名目分設置多部，不但華而不實，不切應用，且易使職員互相推讓，而有不能負責之弊。故若職員人數較少，可將調查及推廣兩部之職務，分別併入總務部指導部。如場地不敷分配，則不必將運動場劃分，務能各場活用，物盡其利。

乙 江蘇省各縣縣立體育場場長任免及待遇暫行規程

第一條 體育場場長由縣長會同教育局長選薦合格人員，呈請教育廳核准派充。

第二條 體育場場長以人格高尚，服膺黨義，並且有左列資格之一者為合格：

- 一 大學或高等師範體育專修科畢業者。
- 二 體育專科學校畢業，曾任體育職務一年以上者。
- 三 中學以上學校畢業，於體育有相當研究及技能，並曾任體育職務二年以上者。

前項被選薦人員應先行擬具計劃書，連同履歷，畢業文憑，服務證書及著作品，送縣教育局審查，由局呈縣政府轉呈教育廳核委。

第三條 體育場場長任免原則，但有左列情事之一，經省督學縣政府或教育局查明屬實者，呈請教育廳撤換之：

一 違背本黨黨義及中華民國教育宗旨者：

二 違背法令者：

三 治事不力，改進無方者：

四 操守不謹，侵蝕公款者：

五 行爲不檢，人格墮落者：

六 身心缺陷，不能執行職務者。

第四條 體育場場長不得兼任場外任何有給職務。

第五條 體育場場長月俸標準規定如左：

職 務 等 級	職 務 等 級					
	第一級	第二級	第三級	第四級	第五級	第六級
場 長	60	55	50	45	40	35
副 場 長	55	50	45	40	35	30
明 示	1. 以上條額包括該費在內。 2. 以上級別以個人學歷成績及各縣經費情形為區別之標準。 3. 各縣遇有特別情形得由教育局長另擬標準，呈請轉廳核准施行。					

第六條 體育場場長年功加俸，獎勵金、養老金、恤金等項標準另訂之。

第七條 體育場場長服務細則另訂之。

第八條 本規程由江蘇省政府委員會議決公佈施行。

丙 江蘇省各縣公共體育場場長服務細則

第一條 本細則依照江蘇省各縣公共體育場場長任免及待遇規程第八條之規定訂定之。

第二條 公共體育場場長之任務如左：

- 一 每年度開始前編訂本場進行計劃。
- 二 每年度開始前編訂本場進行事歷及工作預定表。
- 三 每年度開始前分配場員之任務及俸額。
- 四 每年度開始前及終了後編製本場預算及決算。
- 五 每月召集常務會議一次並爲主席。
- 六 每月終召集經濟稽核委員會稽核收支報告。
- 七 每月終編製本場工作報告。
- 八 每日考查場員之服務狀況並加以指導。
- 九 每日記載本場大事記及重要教育消息等。
- 十 裁可場員之建議工作。
- 十一 定期考察本區民衆體育狀況。
- 十二 領導場員參加各種民衆運動。

十三 製訂本場各項規程及章程。

十四 對外代表本場接洽。

十五 辦理教育局指令事項。

十六 處理日常場務。

第三條 公共體育場場長除考察本區民衆體育外每日均須按照辦公時間在場辦公。

第四條 公共體育場場長不得兼任場內場外任何有給職務。

第五條 公共體育場場長如因事請假非先呈請教育局長核准不得離場。

第六條 公共體育場場長每學期終了須將場務狀況工作項，服務心得等詳細繕具報告呈教育局轉報教廳備核。

第七條 本細則由江蘇省教育廳公佈施行。

丁 江蘇省各縣縣立體育場場員聘任及待遇暫行規程

第一條 體育場場員分指導員事務員二種均由場長聘任呈由教育局報廳備案。

第二條 體育場場員以人格高尚服膺黨義並且具有左列資格之一者爲合格。

甲 指導員

- 一 大學或高等師範體育場專修科畢業者。
- 二 體育專科學校畢業者。
- 三 中等以上學校畢業於體育有相當研究及技能者。
- 四 於體育技能特別擅長者。

乙 事務員

- 一 具有本條甲項第三第四兩款資格之一者。
- 二 曾任教育職務一年以上有相當成績者。
- 三 體育場場員聘任期間以一年爲期新聘場員以半年爲一期，期滿經考查確有成績者得繼續聘任。

第四條 體育場場員在聘約期間未滿時，不得任意撤換但有左列情事之一，經查明屬實者，由場

長呈准教育局長撤換之。

- 一 違背本黨黨義及中華民國教育宗旨者。
- 二 違背法令者。
- 三 治事不力改進無方者。
- 四 操守不謹侵蝕公款者。
- 五 行爲不檢人格墮落者。
- 六 身心缺陷不能執行職務者。

第五條 體育場場員之月俸標準規定如左：

職 務	第一級	第二級	第三級	第四級	第五級
指 導 員	45—40	40—35	35—30	30—25	25—20
事 務 員	35—30	30—25	25—20	20—15	15—12

明	說
1.	以上條類包括膳費在內。
2.	以上級別係個人學歷成績及各縣經濟情形為區別之標準。
3.	各區遇有特別情形得由該局局長另擬標準呈請縣政府核准施行。

第六條 體育場場員年功加俸獎勵金養老金恤金等項標準另訂之。

第七條 體育場場員服務細則另訂之。

第八條 本規程由江蘇省政府委員會議決公佈施行。

戊 江蘇省各縣公共體育場場員服務細則

第一條 本細則依照江蘇省各縣公共體育場場員聘任及待遇暫行規程第七條之規定訂之。

第二條 公共體育場場員之任務規定如左：

甲 指導股場員之任務：

一 指導民衆練習各種競技及遊戲。

二 組織各種球隊。

- 三 舉行業餘運動會。
- 四 組織國術比賽會。
- 五 組織民衆體育班。
- 六 其他關於本股應辦事項。

乙 調查股場員之任務：

- 一 舉行民衆體格檢查。
- 二 舉行民衆體力測驗。
- 三 統計並報告本區民衆體育發展狀況。
- 四 搜集民間固有之遊戲及競技方法研究改良並編爲報告。
- 五 統計每日來場運動人數，運動種類，及運動成績等。
- 六 其他關於本股應辦事項。

丙 推廣股場員之任務：

- 一 舉行民衆學校識字班及民衆問字處代筆處。
 - 二 協助行政機關舉行衛生運動。
 - 三 舉行體育宣傳運動。
 - 四 編輯並發行關於體育之書報及演講稿等。
 - 五 指導設置家庭遊戲場運動場等。
 - 六 舉行有關教育之各項娛樂會。
 - 七 其他關於本股應辦之事項。
- 丁 事務股場員之任務：
- 一 購買並保管運動遊戲用具及其他日常用品。
 - 二 佈置運動遊戲場並注意場內之清潔與衛生。
 - 三 保管經濟及帳冊並按月編造收支報告及單據簿冊等。
 - 四 協助場長辦理預算及決算等。

- 五 編造各種統計報告。
- 六 撰擬收發並保管各項文件。
- 七 協助場長編造工作報告。
- 八 代表場長出席各種集會。
- 九 其他關於本股應辦事項。
- 第三條 公共體育場場員除因工作外出均須按照辦公時間在場辦公。
- 第四條 公共體育場場員均爲專任職不得兼任場外任何職務。
- 第五條 公共體育場場員如因事請假應請人代理職務並須得場長同意。
- 第六條 公共體育場場員須依照規定出席場務會議如因事不能出席時須先期請假。
- 第七條 公共體育場場員均有協助場長改進場務之責。
- 第八條 本細則由江蘇省教育廳公佈施行。

第四節 簡易體育場及兒童樂園之組織法

簡易體育場及兒童樂園之組織較上述各種體育場更爲簡單，但其性質之重要，並不稍減。前者大多設於鄉村，由學校開設而成。將來希望各地軍警之場所，與農村之空地，鄉鎮之廟宇，均能一變而爲該地之簡易體育場，派定指導員負責管理及指導。則於農村民衆體育之推進，必有偉大之貢獻，作者鑒於簡易體育場工作之重要，故擬另立一章，詳加討論。本節則略述兒童遊樂園之組織。兒童爲將來國家之主人翁，故現在世界各國，對於兒童遊樂園之設置，極爲注意，由都市以至鄉村，到處皆有，所以利用兒童好遊戲之天性，而予以各種教育之機會也。此種遊樂園之種類甚多：

- (1) 附設於體育場。
- (2) 附設於公園。
- (3) 設於適中街市。
- (4) 設於鄉村樹蔭下。

(5) 大規模之兒童樂園。

前面四種，視經費之情形及事業之需要，酌設指導員負責指導或管理，或雇一工役，授以普通體育常識及簡單之管理方法，以便看守。至於大規模之兒童遊樂園，除園長而外，須酌聘指導員數人，分理場務。如場地廣大，可分為男童女童幼童三部，其組織規程如下：

第一條 本園定名為××兒童遊樂園。

第二條 本園以給予兒童正當之活動輔佐兒童身心之發展為宗旨。

第三條 本園設園長一人主持全園事務。

第四條 本園設男童女童幼童三部各設指導員一人司理管理保護及指導之職。

第五條 本園各部門前設有標尺凡身高逾110公尺者，不論男女一概不得入內其攜有年幼兒童之家長及保母不在此限。

第六條 凡110公尺至115公尺之兒童隨性別入男童女童兩部運動，115公尺以下之兒童不分男女統入幼童部運動各部門前皆設有標尺為準。

第七條 凡入園運動兒童概不收費。

第八條 凡赤膊赤腳及患有皮膚病之兒童皆不許入園。

第九條 凡屢犯規章勸戒不悛之兒童得禁止入園。

第十條 本園每日開放時間依時季規定之。

第五節 結論

以上數節，對於各級體育場之組織已略述之，吾人由此可得一結論：

(1) 體育場之組織，須視場地經費及業務之大小而廣狹其範圍，無論職員之人數，職務之分配，場地之劃分，均以此為標準。

(2) 各級體育場，應有一貫之系統，上下相接，以收督促指導之效。

(3) 規模較大之體育場，組織較繁，但須嚴密訂定，各部任務，場長隨時督促場員，努力職務。

(4) 規模較小之體育場，組織宜簡單切實，各項事務，由場長場員分別擔任，並須互相合作。

(5) 一切場務，應取決於場務會議，並當場指定負責人處理之，以免推諉延擱。

(6) 各部工作計劃，應由各部負責人於每學期或每年度之始擬定後，提交場務會議審核，切實施行。

(7) 場長有督促場員努力職務之責，尤宜注意指導工作時，以友善之態度出之，隨時鼓勵場員之服務精神。如場員有合理之建議，應盡量接受。

(8) 場長場員之任免及待遇，宜有公允之規定，俾有確切保障，而能安心職務，非有特殊事故，不得撤換，以資熟手。

(9) 公共體育場應與民衆切實聯絡，領導當地民衆與兒童從事體育活動，故調查宣傳推廣等事業，亦甚重要，應單獨設部或隨時派員負責辦理。

(10) 場長與場員應有傳教徒之精神，不斷努力，使民衆體育，日漸推進，並須互相規勸，切實合作，以免上下隔閡。

(11) 場員之工作，每日應有詳細之紀載，每週彙交場長審核。

(12)體育場爲人格試驗場，體育服務員爲人格導師，故無論場長場員，應有高尙之人格，爲兒童及民衆之表率。

誠如上述，作者敢擔深組織健全之體育場，必能益臻完善，組織未善者，亦能漸上軌道，事業蒸蒸日上矣。

第二章 體育場之建築與設備

第一節 田徑場

田徑賽場建築規模之大小，設備質料之優美，須斟酌經濟情形，當地環境而定。跑道建築之式樣，亦須視原場之形狀，而加以最合法最理想之設計。普通應用最廣而最合原理者有二：即籃曲式及半圓式是也。茲將兩種跑道之設計跑道與跳區之建築法以及田徑場之設備，分述於后：

(一) 籃曲式跑道之設計

(1) 計算方法 此式兩端之曲線，成鈍半圓形，各 180° 。曲線之在四角者，其半徑為二十四公尺，在頂端者，半徑為四十八公尺，各畫 90° 之圓弧。計算時須於原有半徑之長加三十公分，量跑道之長度，須從跑道內邊外三十公分之處量之，其計算方法如下：

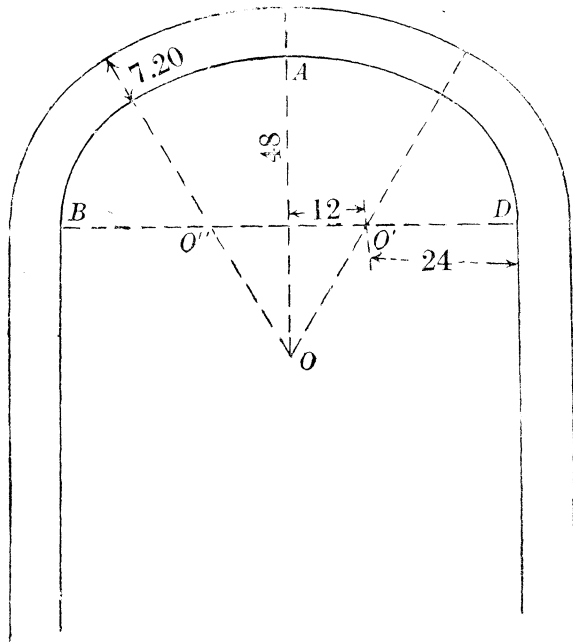
a 角上曲線之距離 角上曲線之距離，為半徑二十四公尺各動六分之一周，(即 300)。

故跑道四角之長為 $\frac{1}{2} \times 2 \times 24.30 \times 3.14 = 101,736$ 公尺。

b 跑道兩頂端曲線之

距離 跑道兩頂端曲線之距離，為徑四十八公尺，各動六分之一周（即 60° ）為全圓之 $2 \times \frac{1}{6} = \frac{1}{3}$ 。其長度當為 $\frac{1}{3} \times 2 \times 48.30 \times 3.14 = 101,106$ 公尺。

c 若跑道之總長為四百公尺，則兩端圓弧間之各直徑，為四百公尺減去兩段之距離，即 $400 - 202.24 = 197,160$



式 曲 籠

公尺。每一直徑之長度爲 25.5 公尺。

(2) 計劃方法

a 丈量空地 設空地長一七〇公尺，寬八十六公尺四十，擬作四百公尺彎曲式跑道，兩直段各設分道六條，每條寬一公尺二十，則直段所去當爲 $6 \times 2 \times 16 = 216$ 公尺。

b 求半徑之長短

半徑之大小與場地之闊度

有直接關係，按例小半徑當

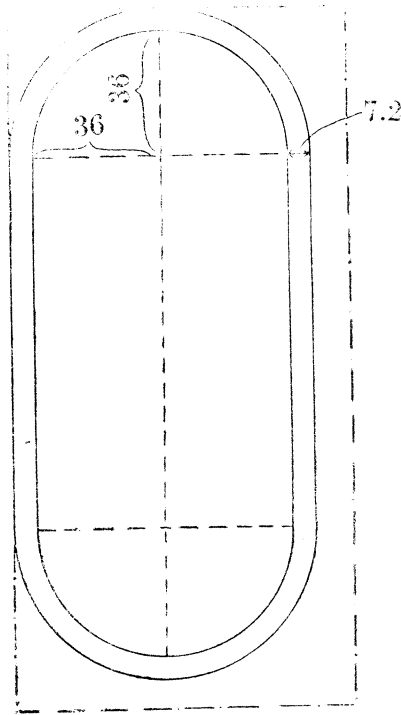
爲 $\frac{86.4 - 14.4}{2} = \frac{72}{2} = 36$

公尺，大半徑當爲小半徑之

兩倍，爲 72 公尺。

c 求大小半徑之圓

心 先在場地之正中，即距



半圓式

離場之邊線三十六公尺處作一與邊線平行之線，大半徑之圓心，必在此線上，而圓心距空地之極端。爲大半徑之長度與跑道寬之和，即 $48 + 12 = 60$ 公尺（見圖得 O 點）。復在離 O 點 $12 \times 21 = 252 = 21 \times 866 = 20.1\%$ 公尺處，作 oa 之垂直線 BD，則兩小半徑之圓心必在此線上，將 BD 線三等分，由 C 點向兩旁各量十二公尺（即小半徑之半）得 O' 及 O'' 兩點，即爲兩小半徑之圓心。作 $O'O'$ 及 $O'O''$ 線並延長之，可得大小半徑所畫弧之界限。兩小半徑及大半徑各在其範圍內動 600，即得 BD 弧，此弧即跑道之內邊。三半徑各加 12 公尺作弧，此弧即爲跑道曲段之外邊，他端之曲線以同法劃圓而得之。然後劃兩直段。

(二) 半圓形跑道之設計

(1) 計劃方法

1. 測量空地 得八十六公尺四十寬，一百七十公尺長。

2. 求半徑 其半徑爲 $\frac{86 + 111}{2} = 98.5$ 公尺。

3. 求圓心 在場之正中，即距邊線三十六公尺處，作一中線，得 DE 線。兩弧之圓心必在此

縱行兩等分線上，而距場之兩端各爲 $\frac{33.71}{2} = 16.855$ 公尺，自端線在 DE 線上量 16.855 公尺，得 O 點，此點卽爲圓心。

$$(c) \text{ 計算方法 } \quad \text{兩端圓弧長爲 } 2 \times 36.30 \times 3.14 = 227.96 \text{ 公尺，直段之長爲 } \frac{400 - 227.96}{2} = 86.02 \text{ 公尺。}$$

(二) 跑道本身之建築

(1) 跑道之高低 普通跑道，因出水關係，最好能高出地面三寸以上，多至一尺。再高也可不必，在出水便利之處，或經費充足多設陰溝者，則可不必高出地面，但低入地面者亦不適宜。在高出地面之跑道以內之地，四角須設置陰溝，以便出水，否則雨後必成水澤。場內之地，宜中間高兩端低，以防積水。

(2) 跑道之內外邊 跑道內外之邊，可用一吋厚六吋闊之松板爲之。長則愈長愈好，將四吋埋入泥中，二吋露出跑道面上，外用木釘釘入泥中，以制止木板之動搖。此法價廉而易爲。惟木質易於腐爛，不能持久，如用雙料四六磚豎直排列，四吋埋入泥中，二吋露出地面，則更妥善。

(3) 本身之建築 跑道本身之建築，可分三層，最低一層，用碎磚或碎石鋪成，約五吋至八吋厚。中間一層，用粗煤屑鋪約六吋至八吋厚，上面一層，用細煤屑鋪約四吋至六吋厚。每層須滾壓堅實最上一層之細煤屑，最好能和以百分之五至百分之十之山泥，或平常泥土，以略增黏着力。如因經濟困難，可僅鋪上中兩層，將最低下之碎磚層免去，但第二層之粗煤屑層，能加厚為佳。如經濟力格外充足者，可於第三層小石之下，更加大石塊一層，則更完美矣。

最上層之細煤屑須用鐵絲篩篩過，除去大塊粒，並宜用新近燒出之煤屑，如年久失形腐爛者，不宜用。

(四) 跳區之建築

跳高撐竿跳及跳遠等應用之跳區，其建築方法與跑道類同，惟須較跑道為硬，因跳區如屬過鬆則起跳時不易着力成績極受影響。普通沙坑之深度，以一呎六吋為最宜，太過不及均非所宜。

(五) 各項設備

a 撐竿跳之起跳間穴 用木質製成，長一公尺，後方闊六十分，前端闊十五公分，深三十公分，在後方八十公分處用厚〇·六公分之鐵皮遮蓋。

b 跳遠及三級跳之起跳板 用木製，漆成白色，板長一·二一九公尺，一·一（四呎）闊二〇·三一九公分（八吋），厚一〇·一五九八公分（四吋）埋於離沙坑邊二公尺之處，與沙坑邊平行，板面與地面平。兩端離板約四吋處，鑽直徑一吋半之孔二，用木針釘入地中，使其穩定。

c 鐵餅用鐵圈 直徑為二公尺五十，可用三吋闊三分厚七公尺八十五長之鐵條灣成一圈，使直徑等於二公尺五〇。

裝置時將鐵圈平放在已滾壓堅實之煤屑地上，然後在鐵圈之外邊，用泥填平，但所填之泥，宜向外漸漸傾斜，使不顯出驟然突出之狀，而減少運動員畏懼之心理。在已往各種運動會中，常見有將鐵圈埋入地內。鐵圈內之地面較原有之地面低三吋，或將圈內之地面填高。此二法均為不合，因地面低三吋，即不啻將人之體高減低三吋，如地高三吋，則不啻將人之體高增加三吋，均有影響擲出之遠度。

d 鉛球圈 直徑七呎，圈內之地面應與圈外平，並宜滾壓堅實，以免妨礙運動員之滑步。圈之前面，應置有圓形蹶趾板，板長一·二一九公尺（四尺）闊一·四二九七公分（四又四分之二吋）高一〇·一五九八公分（四吋），漆以白色，兩端開小孔，用釘釘入地面，使不移動。

e 標槍線 標槍須從此木板線後擲出，板面寬至少爲一〇七公尺（二又四分之三吋）長一·六〇公尺（十二呎），埋與地面相平，漆以白色。

（六）應用設備一覽

欄架六十隻，（可以上下活動適用三種高度。）

終點柱一副。

各項距離起終記號。

發令槍及子彈。

小型鐵鏟八把。

終點裁判臺。

體育場

信旗二面。

馬錶四隻。

攢筒一攢六條。

標槍男女各十枝。

鐵餅男女各二隻。

鐵球男女各二隻。

距離小鐵旗（三角）二十面。

皮尺三。

長鐵釘五。

跳高架一副。

撐竿跳高架一副。

平沙用釘耙一。

三角槓木五十條大鐵錘一。

撐竿竹十條。

鐵丫杈一。

十四吋女用壘球三。

裁判用高橙二。

石灰百斤。

大小號筒五只。

終點用白線。

輕量滾壓器。

各項急救藥。

膠布及紗布綁帶。

置灰鉛筒二。

劃線滾筒二。

劃線用麻繩一百公尺。

第二節 足球場

(一)方向 足球場之方向，以南北向爲最宜，以免球員於賽球時受日光之刺激，影響其視力。因太陽之行程，爲由東而西，若球場之方向爲東西向，則運動時兩隊中必有一隊，受其影響也。

(二)地面 以草地爲上選，不能生草之地，既不雅觀，又礙衛生，且易使球員受傷。雨後欲使場上易於乾燥，地下須有水道之建築。土質如係赤土，則須掘去呎許，鋪以砂礫，覆以沃土，土上再栽以草。栽草之法有二種，在都市中可直接購買方塊草皮，然所費頗昂。或可採用土種法，即於冬春之交，先將場面修平，澆以水，使土質十分潮濕，然後將草根散佈其上，分佈須均勻，再用重量之木板打擊之，使其入土。初植之一星期內，應每日澆水，不出二月，則一片良好之草皮成矣。

(三)地勢 較高或地下有幾分滲水作用，則足出水，若土地不滲水，則非賴導水管不可，深淺

與距離之遠近，視土地之性質而異，此種工作，可請專家設計。

(四)設備 足球場之設備，最爲簡單。兩端線之中間設門架各一。球門架兩柱間之距離爲七·三一五米（二十四呎），柱高二·四三八米（八呎），上連橫木。柱闊與橫木之厚至多五吋，球門後面設架網柱，以網架於柱上，連於球門下腳，向後下斜密接地面。

第三節 網球場

(一)場之建築 網球場之建築約分三類，草場，硬場，及沙場。草場所費過昂，且管理不易，宜於私有不合於公共場所。硬場易於受傷，且足以影響遊戲本身興趣，亦非所宜，體育場而設置網球，是以沙場爲最宜。沙場主要成分由砂及黏土混合而成。建築之法，先掘地深一呎，所掘之地面宜平坦，以直徑長一至二吋之石子填於其中，厚六吋，此層完全壓實之後，上再加三吋厚之細石子或碎磚，最上一層用砂與黏土之混合物。惟其混合之成份須適當，尋常八分黏土中，混砂一分。若覺太鬆，可多加黏土。如覺太硬，則多加砂。此層自三吋至六吋，場地建築之後，於最上面鋪一層極細之河砂，

以資保護。然後加以澆水滾實。在使用前二星期，每日須滾壓二次，如有不平之處，當修平之。

(二)場之大小 場長二十三公尺闊一〇·九七公尺，是故場地坐落之地域，至少寬十九公尺，長三十四公尺，外面走路之寬，至少五公尺，至多七公尺，場外之餘地太少，則打球時極感困難。故場之兩邊之餘地，須有五公尺許若數場櫛比，則兩場邊線之間，隔五公尺可矣。

(三)設備

a 柱 柱須埋入地下，或用木料，或用水門汀柱頂高出地面三呎六吋，柱闊七吋，厚五吋，長六呎，下端二呎六吋埋入地下，每一網球場中線之兩邊，各設一柱。一柱僅裝結繩之釘兩只，另一柱上除滑車外，應裝搖手一具。普通搖手，運動器具公司俱有出售。

b 網 全場以網在中心隔成二等區。網之兩端，繫於球場兩邊之柱槓上。該柱繫於邊線中心外三呎之地面。網之中央，應高三呎，用二吋闊之布帶束於地上，網之上邊，應用直徑不滿三分之一吋之鉛絲繩穿過，並在兩面用兩吋或兩吋半闊之布連網邊包縫。網須染黑色，一則使球員拍球時觀察顯明，再則亦能使其經久耐用。質料以白棕爲最上選，採其性堅韌而經久也。網孔不能過大，

亦不能過小，因過小則密，易於阻礙球員之視力。孔大約二吋見方，以球不能自孔中穿過爲度。

第四節 籃球場

(一) 場地之大小 場地須爲長方形。至大之場，長九十四呎，寬五十呎。至小之場，長六十呎，闊三十五呎。普通成人適用之籃球場，以長八十四呎，闊四十呎爲最合宜。劃場線須闊二吋，線外距阻礙物至少三呎。

(二) 場地之建築 場地祇須平坦，並非必需加以特別之建築。但能以沙地網球場之方法建築籃球場，則爲最佳。籃球場建築時最須注意者，厥爲滲水設備，若滲水設備週到，不但能經久耐用，且應用之時期亦較廣。籃球場上層之質料須純一，切忌於建築時雜入煤屑或細石子等。因籃球遊戲，最易傾跌，若場地不光滑平整，則運動者，時有受傷之虞。

(三) 籃球場設備

a 籃架 籃架上之遮板，爲裝置球籃之用，縱高四呎，橫闊六呎，以玻璃板木板或其他堅平

之質料爲之。板面宜漆成白色，遮板應豎架於場之兩端，其中心與端線中點內二呎處適在同一垂直線上。板面與地面成直角，與端線平行。距離罰球場之遠邊爲十五呎，板之下邊離地面九呎。

b 籃 球籃爲金屬圈，製法不一。籃圈之內邊直徑爲十八吋，籃繫以網，網以繩或皮製，其大小以能使球經過時略作停留爲合度。籃圈牢裝於板上，在水平地位，距地面十呎，距遮板下端一呎，其最近之邊，須距板六吋。

第五節 排球場

排球場之場地，無需特別建築，僅需地面平坦即能運動，但爲顧及運動員之興趣起見，苟能如沙地網球場之建築方法，建成沙地排球場，則更爲完美，設備亦極簡單，場之中線外各樹柱一，柱高八呎，排球網之中點須距地七呎六吋，因柱須高八呎。宜較網球柱略粗，最好用六呎見方之洋松木爲之。女子排球網高六呎六吋，與男子之規則不同，如一場須適合男女之用，則一柱上須作兩高度不同之滑車，一適合於男子，一適合於女子，搖手則僅設置一只。

其他如壘球場及棒球場等，因應用不廣，故不贅述。此外如擬建築健身房者，則建築方法應由專家設計。其應行購製之設備，下節內當詳述之。

第六節 設備一覽

(一) 器械類 擴胸器、肋木、木馬、跳箱、吊環、拳擊練習器、助躍臺、棕心墊子、助躍板、活動單槓、活動雙槓、繩梯、連絡吊環、躍高試驗器、標槍、鐵餅、練習器、平均板、改正姿勢用長鏡、留聲機、騰越器、保護皮帶（墊上運動用）、記分板、箭靶及箭。

(二) 國術類 雙戟、三節棍、單刀、雙刀、雙劍、削刀、孫臧拐、摔角衣、長槍、大刀、石磨。

(三) 球類 足球、籃球、排球、壘球、皮帶毬球、網球、網拍、紅帶、叫子、號角、鑼、各項記分冊、馬錶（與田徑賽通用）、棒球、棒壘球、棒球手套。

(四) 兒童遊戲器具 兒童為公共體育場最主要之顧客，故在設備方面，應極力注意於兒童之興趣及安全。兒童遊戲場之本身無需任何建築，但需一片平坦之草地，以供兒童馳騁其上，以為

嬉戲。旁設置休息之長凳。兒童遊戲之設備，本無成規，任憑各人之精思巧計耳。然於設計時，當詳察兒童之好尚與需求，根據體育訓練之原則，運用理智與機械學，同時且須顧到兒童之極端安全，創構需要而適用之器械。然任何一種機械，均具有一定之功能與目的，是為吾人所當熟思而後行者，否則結果或適得其反，小而不受兒童之歡迎，大而損害兒童之身體。反不如做製他人者之為上矣。

(1) 巨人步 柱用一呎見方之木為之，高十二呎。轉盤以鐵製成，上蓋圓木板，設鉤懸繩六條，各條長短有參差，以合高低不等之身材，繩端備有執手橫木棍。

(2) 浪木 木長十七呎許，圓徑二呎五吋，離地高六呎許，木架約高七呎，上闊三呎，下闊四呎，兩端相距十六呎許，架木六吋見方，鐵鏈或麻繩長六呎。

(3) 軒輕板 俗稱蹺蹺板，以一長板架於兩柱之間，支點用套軸，可活動。一端落地，他端上升。板之長度約自三公尺至四公尺，板之闊應與兒童分腿而坐時相稱，約尺許。座位處兩旁宜成圓邊，每一座設鐵製把手，成一字形。柱之高度，約為一公尺許。

(4) 軒輊梯 構造原則與軒輊板同，惟以木梯代板。柱高，運動時，手握梯之橫竿而身體懸垂，梯長約三公尺，橫竿每級相距約三十至五十公分。每端設三五級，柱之高度當較兒童身長高出一半，約二公尺許。

(5) 滑板 滑板之構造，係將光滑之長板，支於小平台上面，運動者登台，必藉他種器械之助，如梯，繩梯等。故可作聯合器械之一種，或台之四面，約架滑板，亦經濟之法也。板闊約五十公分，板之長度視台之高度而定，大約成三與二之比。

(6) 滑木 其構造原則與滑板相同，惟以平行之二圓木代板，中空，故圓木之距離，應與兒童跨坐之闊度相稱，不宜過大。

(7) 浪橋 以木為橋，兩端懸於架上，能前後搖動，運動者步履其上，長約三四公尺，闊無一定。懸橋之鏈用鐵鏈或鐵條之兩端有環者為宜。其長以木橋底面離地二十至三十公分為度。高約二公尺。

(8) 鞦韆 構造極簡，以木作架，懸二繩，繩之下端繫一木板即成。架木宜粗而堅，擺動時離心

力極大，裝置不固，易生危險。架之高度無定，約在二三公尺之間。懸繩之鐵環宜用質地純粹者，否則極易磨斷。繩以麻製而中夾鉛絲者為最耐用。木板之長，當較兒童之肩略寬，約在五十公分左右，闊約十五公分。板之繫法，宜力求平整，勿使有傾側。板離地至少高於兒童之小腿。

(9) 沙箱 沙箱高五十公分許，長二公尺，闊一公尺，沙深三十公分，以磚砌成。外飾水泥。或用木製，內鋪鉛皮。另製白鐵蓋於下雨時蓋之。箱內須備桶、鏟、錘、勺、木板、木塊、介殼、小石、釘、小工具等。

第四章 體育場之管理

體育場爲公共場所，民衆盤桓其間，得按照定章，自由應用各種設備，故對於器物之借用，場地之開放等，事前均須有縝密週到之設計。管理得法，始克保持各項設備之經久耐用，維持場內秩序之安定，亦所以維護民衆之共同利益也。

第一節 各場規約舉例

(一) 田徑場規約

(一) 本場開放時間，規定每星期二至六下午一時至六時，例假日上午九時至十一時，下午一時至六時，但因季節關係，本場得臨時變更之。

(二) 借用器具，應填寫借用物品單，向管理室領取。

- (三) 練習運動時，應穿運動衣褲，不得赤膊，以重觀瞻。
 - (四) 田賽應在指定之地點練習。
 - (五) 場上設備，應善為保護，不得任意損毀。
 - (六) 田賽設備，不得任意搬動，或作別用。
 - (七) 穿足球鞋者，不得練習田徑賽。
 - (八) 騾馬及腳踏車，不得進場入跑道。
 - (九) 練習時應各守秩序，不得妨礙他人。
 - (十) 練習人數過多時，應受指導員之分配，不得爭擾。
 - (十一) 練習時應服從指導員之指導。
 - (十二) 遇有正式比賽時，本場得拒絕借用。
 - (十三) 遇田徑賽場之全部或一部不能應用，經本場佈告時，應停止練習。
- (二) 足球場規約

(一) 本場開放時間，規定每星期二至六下午一時至六時，例假日上午九時至十一時，下午一時至六時，惟因季節關係，本場得隨時佈告變更之。

(二) 足球得向管理室按規定手續借用，但場上已有足球而練習人數並不過多時，管理員得拒絕再借。

(三) 每次練習以六十分鐘為限，但至規定時間終了，如無他人候借，得繼續練習。

(四) 遇練習人數過多時，指導員得代為分配練習，或訓練各種聯絡方法。

(五) 練習時應服從指導員之指導。

(六) 練習時不得赤膊跳足，以重觀瞻。

(七) 球門不得任意攀懸。

(八) 驟馬不准入場。

(九) 遇有正式比賽及場地不能應用時，應停止練習。

(三) 籃球場規約

(一)本場開放時間，規定每星期二至六下午一時至六時，例假日上午九時至十一時，下午一時至六時，惟因季節關係本場得隨時公佈變更之。

(二)練習籃球者應先向管理室簽名然後至指定之球場練習。

(三)籃球得向管理室按規定手續借用，但於所指定練習之球場已有籃球而人數並不過多時，指導員得拒絕再借。

(四)每項練習以四十分鐘為限，但至規定時間終了時，如該場無人候用，得繼續練習。

(五)遇練習人數過多，指導員得代為分隊練習，或訓練各種聯絡方法。

(六)練習時應服從指導員之指導。

(七)練習時不得赤膊跣足，以重觀瞻。

(八)運動員借用籃球不得當作別用。

(九)車騎不准入場。

(十)遇有正式比賽及場地不能應用時，應停止練習。

(四) 排球場規約

(一) 本場開放時間，規定每星期二至六下午一時至六時，例假日上午九時至十一時，下午一時至六時，惟因季節關係，得隨時變更之。

(二) 練習排球者，應先向管理室簽名，然後至指定之場地練習。

(三) 排球得向管理室按規定手續借用，但所指定之球場已有排球而練習人數並不過多時，管理員得拒絕再借。

(四) 每次練習，以四十分鐘為限，但至規定時間終了時，如該場練習人數並不過多，仍得繼續練習。

(五) 遇練習人數過多時，指導員得代為分隊練習，或訓練各種聯絡方法。

(六) 練習時應服從指導員之指導。

(七) 練習時不得赤膊跣足，以重觀瞻。

(八) 運動員借用排球，不得當作別用。

(九) 車騎不准入場。

(十) 遇有正式比賽及場地不能應用時，應停止練習。

(五) 網球場規約

(一) 本場開放時間，規定每星期二至六下午一至六時，例假日上午九至十一時，下午一至六時，惟因季節關係，本場得隨時公佈變更之。

(二) 凡來場練習者，應先向管理室簽名，每局納銅元十五枚。

(三) 納費後由管理員發給球及球拍，到指定之場地練習。

(四) 自帶球及球拍者亦須簽名，然後到指定之場地練習，每局納費銅元十枚。

(五) 每次練習以四十分鐘為限，但至規定時間終了後，如遇該場無人候用，得重行納費，繼續練習。

(六) 借用球拍，如有損壞，網球如有遺失，應照價賠償。

(七) 練習時應穿運動衣褲，不得赤膊跣足，以重觀瞻。

(八) 網球場上不得隨地涕吐，以重衛生。

(九) 穿有跟皮鞋硬底鞋者，不得入場。

(十) 場上設備，應善為保護，不得任意毀損。

(十一) 車騎不准入場。

(十二) 遇有正式比賽時，本場得拒絕借用。

(十三) 遇天雨地濕或其他原因經本場佈告時，不得入場練習。

(十四) 練習時應服從指導員之指導。

(六) 健身房規約

(一) 健身房開放時間規定如下：

(1) 凡本場開放時間，室外籃球場潮濕不能運動時。

(2) 本場組織之球隊體操班訓練班等規定之訓練時間內。

(二) 凡入健身房運動者，除本場組織之各種訓練班在規定練習時間外，須先向管理室簽名。

領取入室證後，方可入室。

(三) 每場運動以三十分鐘爲限。

(四) 入健身房者，須於運動開始時，將入室證交與指導員後，方可運動。

(五) 入健身房運動者，須着平底軟底鞋。

(六) 凡鞋履潮濕及有污泥等不潔現象者，管理得拒絕其入室運動。

(七) 健身房內一切運動，本場指導員有支配之權，入室運動者須聽指導員之指導。

(八) 凡有球隊借用健身房作比賽用者，以晚間爲限，並須於一日前將比賽時間備函向本場接洽，隨繳電費一元，以一小時爲限，過一小時後，每加二十分鐘，須繳電費二角。

(九) 健身房內，不得隨地涕吐。

(十) 健身房內，不准吸煙。

(十一) 本規程如有未盡事宜，本場得隨時修改之。

(七) 乒乓球室規約

(一) 本室開放時間，規定每星期二至六下午一時至六時，例假日上午九時至十一時，下午一時至六時，惟因季節關係，得隨時變更之。

(二) 練習乒乓球者，應先向管理室簽名，每局納銅元五枚，自帶球及球板者，仍須簽名，按時輪流。

(三) 納費後，由管理員發給球及球板，至指定之乒乓球桌上練習。

(四) 每局練習時間以二十分鐘爲限，但至規定時間終了時，如無人候用，得重行納費，繼續練習。

(五) 借用之球及球板，須加愛護，勿隨意毀損。

(六) 遇有正式比賽時，應停止練習。

(七) 練習時不得喧鬧。

(八) 室內不准隨地涕吐。

(九) 室內不准吸煙。

(八) 遊藝室規約

(一) 本室開放時間爲星期二至六下午一時至六時，例假日上午九時至十二時，下午一時至六時，惟因季節關係，本室得隨時佈告變更之。

(二) 本室暫備棋子多種，來賓須借用者，請填寫借物證後，向管理室領取。

(三) 每局以一小時爲限，但至規定時間終了時，如無人候用，仍得繼續借用。

(四) 借用物件，用畢後請即歸還管理室。

(五) 借用物件，不得損毀，如有損壞，須照價賠償。

(六) 室內器具，請勿移動。

(七) 請勿喧鬧。

(八) 請勿隨地涕吐。

(九) 浴室管理規則

(一) 本室開放時間，暫定星期六及例假日下午四時至六時，惟因季節關係，得隨時更改之。

(二) 凡本場附設之業餘體育會會員，均得免費入浴。

- (三) 非本場業餘體育會之會員，每次入浴，須納銅元十五枚。
- (四) 入浴時須先至管理室納費，領取入浴證及衣櫥鎖鑰後，方得入室，浴畢應將鎖鑰交還。
- (五) 會員入浴時，須將會員證至管理室簽名，驗明後方得入室。
- (六) 入浴時應依照簽名次序，不得爭先。
- (七) 入浴前如有什物，須各自放入櫥內加鎖，本室不負保管之責。
- (八) 會員證不得假予他人應用，倘經發覺，即取消該會員資格。
- (九) 毛巾肥皂，均須自備。
- (十) 用水宜節省，不得過多消耗。
- (十一) 浴後應將冷熱龍頭關好。
- (十二) 室內不得任意涕吐及小便。
- (十三) 室內不得吸煙。

(九) 管理室寄物規約

(一) 寄存物品，以衣帽書籍爲限。

(二) 寄存衣物，須自行摺疊整齊。

(三) 寄存物品後，須取號牌一塊，以爲領物時之憑證。

(四) 領取物品，認牌不認人。

(五) 號牌如有遺失，應立即聲明，停止領取，並覓鋪保填具證明書後，方得領取。倘物品已被人領去，本室概不負責。

(六) 寄存物品及領取時間，須於本場各運動場開放時間內，倘寄存後隔日領取，如有遺失及損壞，本室概不負責。

(七) 寄存物品數量過多時，本室得拒絕存寄。

(八) 本規約有未盡事宜，得隨時修正之。

第二節 場地之整理

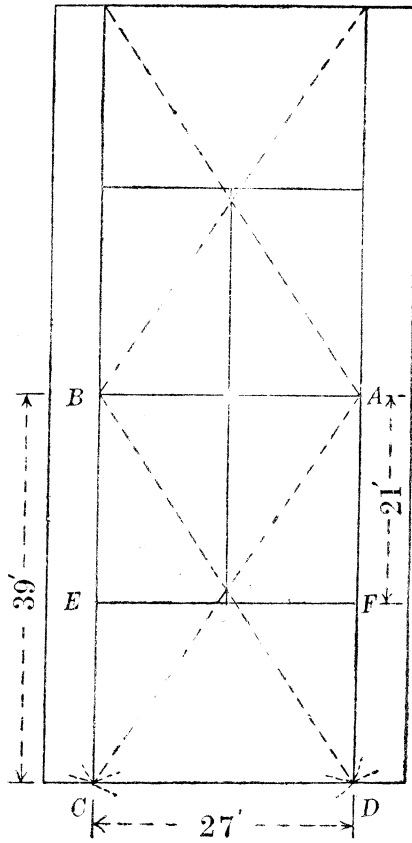
(一) 草皮 草皮之管理方法甚易，於春夏之際，須時時澆水滾壓。每隔相當時日，用軋草機平之，對於野草，則設法剷除之。如發現某處因踐踏過度而損壞時，應即設法自人跡罕到，不易受踐踏之處，挖掘同樣大小之草皮填補之。故兒童遊戲場及足球上之草皮，如能管理得法，則時時能維持其整齊美觀之態。

(二) 砂場 砂場之維持方法，為時常澆水，使達適當之濕度，又須隔日用尋常之石滾滾實，不可間斷。滾始於場端，以縱行方向滾壓，先自場邊，後至場心。最後則橫滾一遍。如管理不良，則場地易生高低之弊。

第三節 網球場粉線之劃法

在場之中間（球場之半處）量取二十七呎，兩端作以記號，如後圖之 A B，此線即為置網處。以 A 為中心，四十七呎五吋為半徑作弧，以 B 為中心，三十九呎為半徑作弧，使兩弧相交於 C 點。以同樣方法得 D 點，C D 即為單人網球場之底線，離 A B 二十一呎處，作 F E 線，與 A B 平行。F E 即

為發球線。再由 A C 與 B D 之交點，作一線至 A B 及 F E，與 A D 平行，此線即為此場之中線，如此則半場已劃成。用同樣方法，劃其他半場。如劃雙人場則僅須於 A D 及 B C 線外劃兩線與 A D 及 B C 平行，距 A D 及 B C 各四呎六吋。

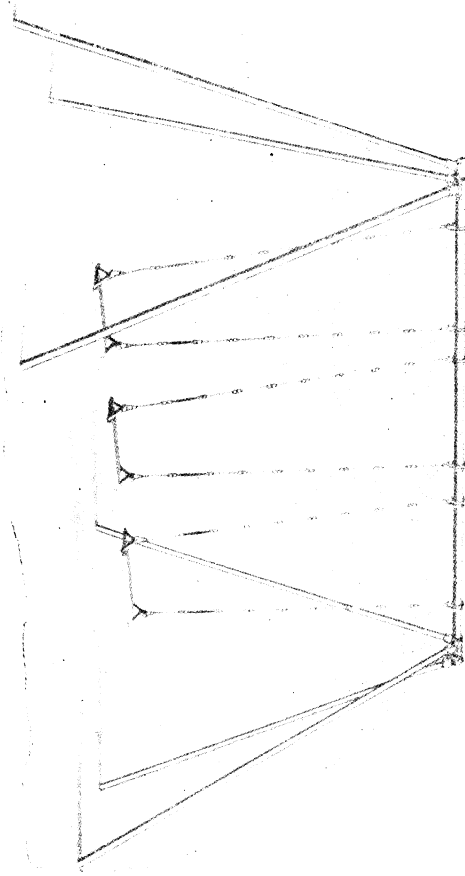


網球場線之劃法

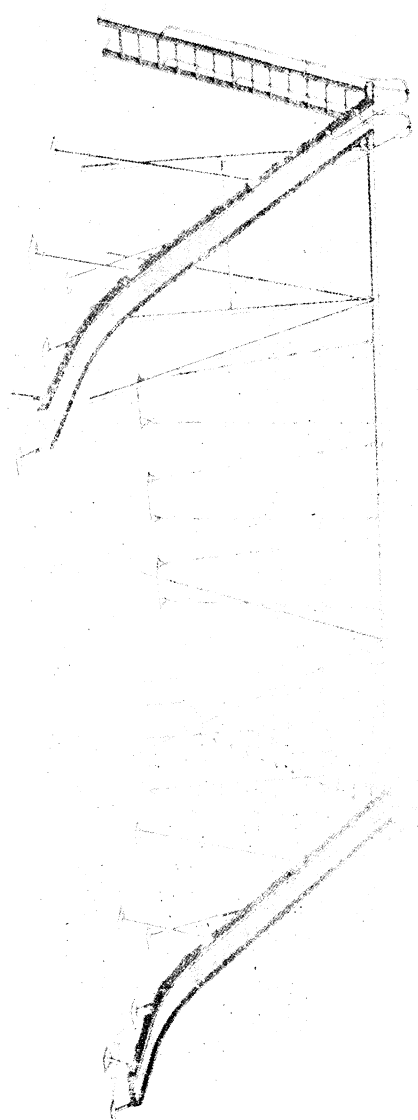
劃線之材料在硬地場上多用石灰或石灰水，在草地上則為保護草皮計，宜用二吋寬之布帶

22

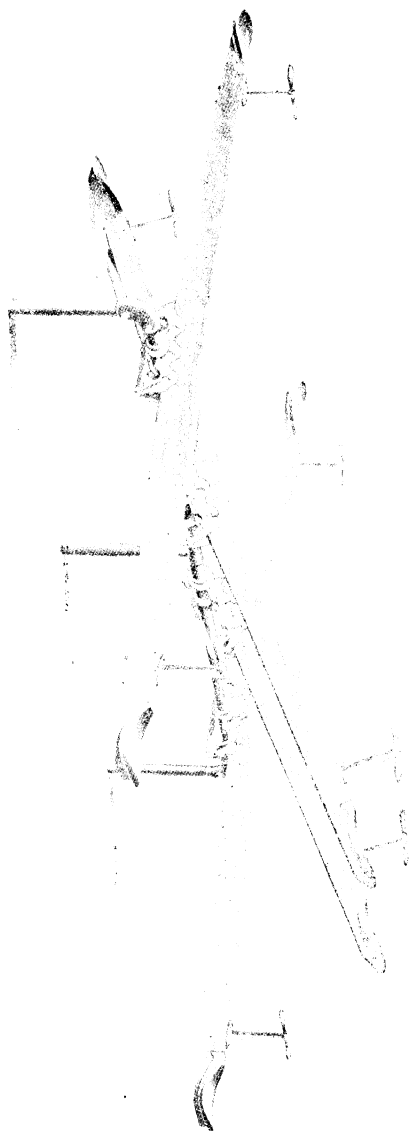
23

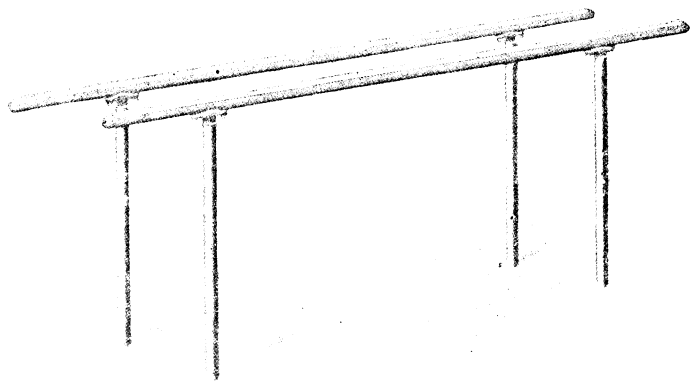


聯 合 遊 戲 器 械

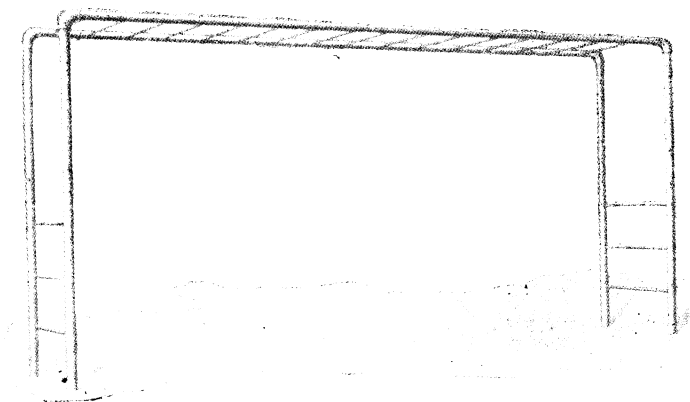


板 懸 軒



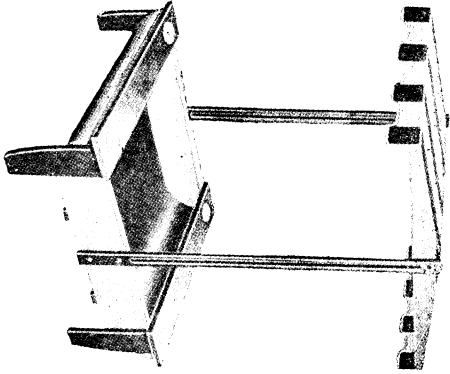


傾 雙

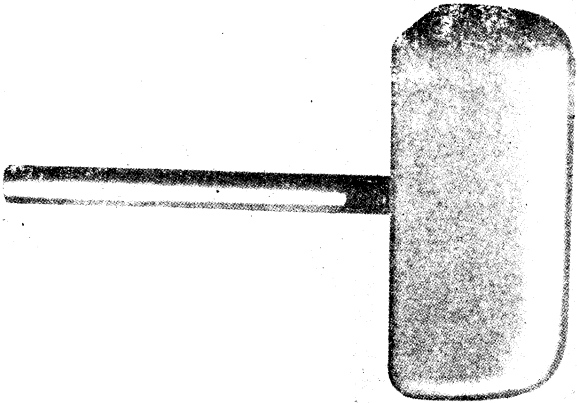


梯 平

箱 沙

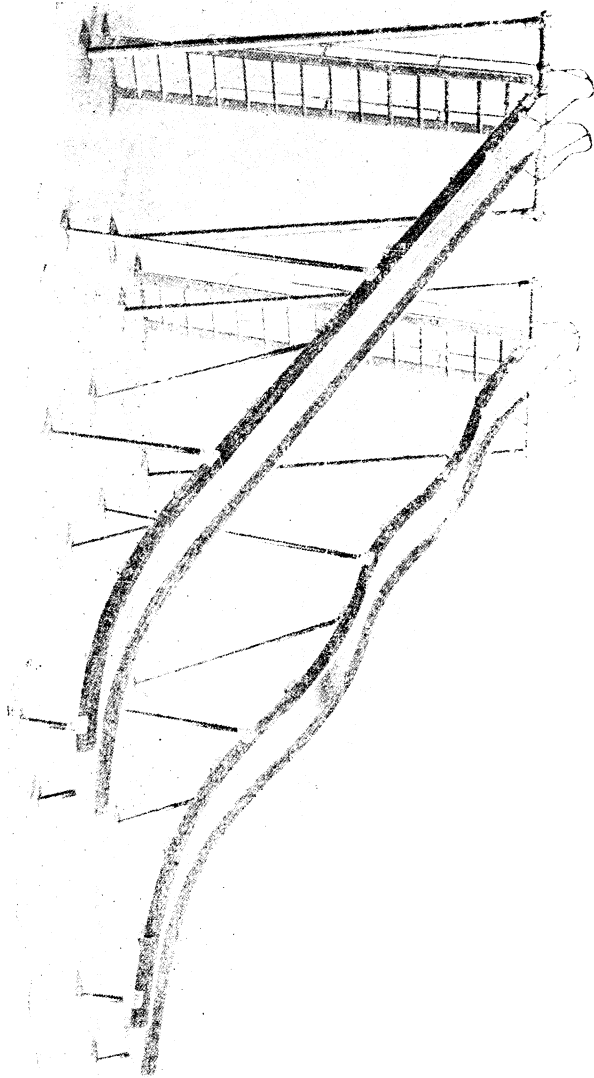


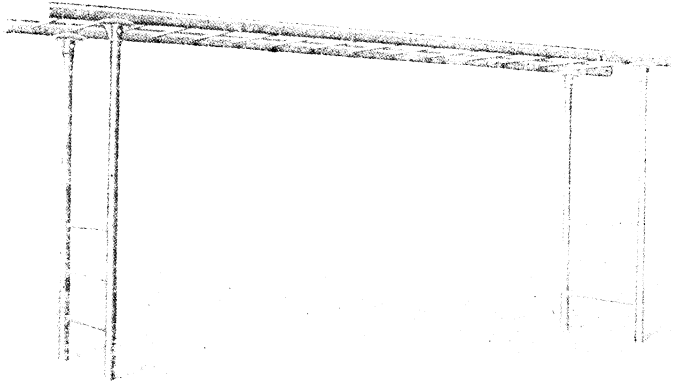
器 拾 厦



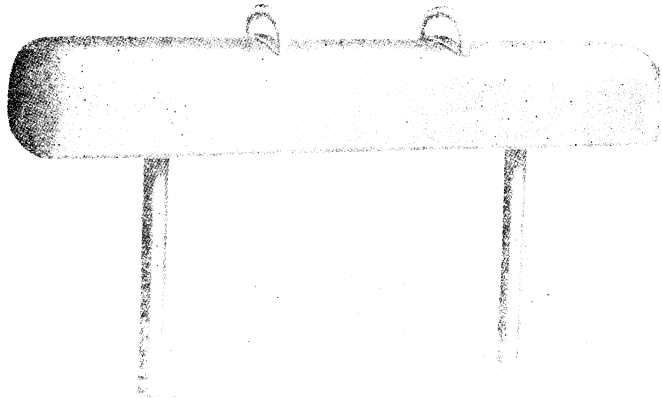
10

11

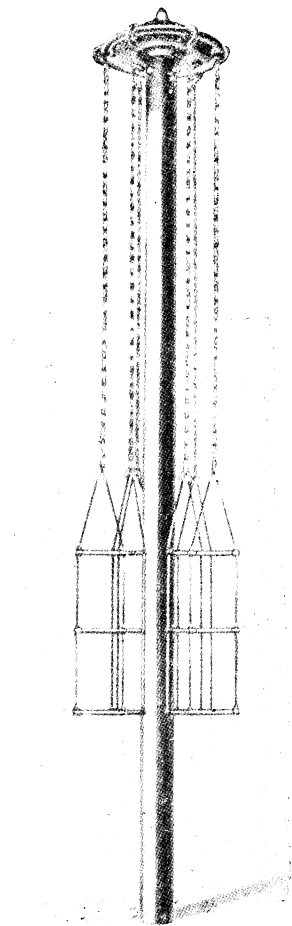




梯 平



馬 木



巨人步

扎好呎吋上穿小孔，以鐵鈎釘於地上。

第四節 短距離跑分道之方法

百公尺二百公尺按規則須劃路線，以示公平。近今四百公尺一項，歸入短距離，亦須劃路線。然遇一運動場無二百公尺直道之建築者，二百公尺至少須經180°，因之外圈之出發點，不得提前，內圈不能不縮後。每路究竟相差若干公尺，不可不有算學之根據，否則不能謂之公平。四百公尺跑亦然，出發點宜有先後，更不待言。

二百公尺跑如經一個以上之轉角，則外圈之起點，當在內圈以前，其多少依曲段之角度及跑道之寬而定，其提前之距離計算方法，列表於後。

轉 度	第 二 道	第三道及以後各道
360°	$2 \times \pi \times (N - 10 \text{ 公分})$	$2 \times \pi \times N$
270°	$\frac{3}{4} \times 2 \times \pi \times (N - 10 \text{ 公分})$	$\frac{3}{4} \times 2 \times \pi \times N$
180°	$\frac{1}{2} \times 2 \times \pi \times (N - 10 \text{ 公分})$	$\frac{1}{2} \times 2 \times \pi \times N$
90°	$\frac{1}{4} \times 2 \times \pi \times (N - 10 \text{ 公分})$	$\frac{1}{4} \times 2 \times \pi \times N$

N = 跑道之寬

第五章 公共體育場之工作

第一節 民衆體育之範圍與目標

民衆體育者全民之體育也，凡屬忠誠之國民，無論男女老幼，均有接受訓練之義務，故其範圍甚廣，實包括體育之全部。其分類如下：

(一) 以年齡分類：

- 一 幼稚體育。
- 二 兒童體育。
- 三 青年體育。
- 四 成人體育。
- 五 老年體育。

(二) 以性質分類：

- 一 個人體育。
- 二 家庭體育。

- 三 學校體育。
- 四 社會體育。
- 五 軍警體育。
- 六 黨化體育。
- 七 國家體育。

(三)以職業分類：

- 一 農村體育。
- 二 工餘體育。
- 三 軍警體育。
- 四 公餘體育。

公共體育場爲實施民衆體育之中心機關，應負有策動所在區域內一切民衆體育之責任，故其工作之範圍，須普及於民衆之各方面，而不可偏頗的發展。

民衆體育之目標，按教育部頒布之國民體育實施方案，規定下列五項。

- 一 供給國民機體充分平均發展之機會；
- 二 訓練國民隨機運用身體，以適應環境之能力；
- 三 養成國民俠義勇敢刻苦耐勞之風尚，以發揚民族之精神；

四 培養國民合作團結抗敵禦侮之精神；

五 養成國民以運動及遊戲爲娛樂之習慣。

此爲實施民衆體育之大前提，故公共體育場之工作，無論巨細，均須以此爲準繩。當此國難嚴重，外侮日亟之候，體育場所負之使命，益爲重大。尤宜注意民衆組織能力之培養，祛除一切自私自利之劣根性，鍛練強健之體魄，養成勇敢犧牲之精神，以造就將來雪恥捍國之戰士。

第二節 辦理公共體育場之方略

民衆體育之範圍與目標，既如上述，吾人辦理公共體育場，究應採取何種方略，始能普及於全民衆，始能達到所定之目標？

一 須吸引多數民衆來場運動，使公共體育場成爲民衆共有的陶冶身心之所，而非爲某種階級專利的娛樂機關。欲解決此問題，須注重宣傳工作，如舉行競技表演，放映體育影片；公開講演；發行刊物；張貼標語圖畫等……務使民衆對於體育切實認識，而與體育場發生親熱之關係。

二 須使來場運動之民衆，發生濃厚之興趣，養成每日必需運動之習慣，而繼續不斷的練習。蓋體育爲終生必需之活動，吾人欲竟其功而宏其效，非終生行之不可，斷非一時間之興奮即能收其效果也。欲解決此問題，須注意場地之設備與各種組織之方法，務使各級民衆，均能得到相當的活動而感覺滿足。指導員尤須抱定傳教徒之精神，熱心指導，并時常舉行各種比賽，利用競爭之心理，以啓發其興趣。

三 指示正當之途徑，使來場運動之民衆，免入歧途，而獲得美滿之體育效果。欲解決此問題，須利用誘導之方法，曉諭體育之真諦提示運動員應守之信條與應具之常識。并隨時糾正不良之行為。體育場工作人員，亦須注意其本身之人格修養而爲一般民衆之表率。

總之，辦理公共體育場之方略，不分乎利用種種方法，吸引大多數民衆來從事體育訓練，引起其運動之興趣，指導其正當之方法，而達到提倡體育之目的。

第三節 公共體育場之推廣事業

公共體育場之主要工作，可分為兩部：即推廣事業與內部行政是。本節將專論推廣事業。

一 宣傳 宣傳民衆體育之功能，使全體民衆，對於體育有所認識，表同情，發生興趣，其宣傳辦法如下：

- (1) 報章雜誌 發表關於體育之言論，方法，研究，消息等；
 - (2) 演講 分巡迴講演，集會講演，廣播講演等；
 - (3) 電影 映演各種運動會，著名比賽，表演及各種優異的運動姿勢等影片，供人觀覽；
 - (4) 標語圖畫 在通衢大道，衆目昭注之處，張貼體育標語及有趣味有寓意之體育掛圖等；
 - (5) 體育壁報 每日張貼體育壁報，揭示場內外各項體育消息；
 - (6) 表演 舉行各種關於體育之競技表演，化裝表演，使觀衆發生強烈之感動；
 - (7) 宣傳週 聯絡各機關，舉行民衆體育宣傳週，作大規模之宣傳；
- 二 競賽 競爭爲人類之天性，有競爭然後有進步，有競爭然後多興趣，故競賽足以引起一般人之興趣，足以提高體育之效率：

甲 競賽之種類

關於體育之競賽，不僅運動而已，大概可分為下列數種：

(1) 健康比賽

a 姿勢測驗 觀察其靜止時及行動時之姿勢，有無低頭、歪頭、駝背、圓背、平胸、凸肚、低肩、○字腿、八字腳、平腳等缺陷。身體各部分之肌肉，是否平均發展，而富有彈性。

b 體高體重測驗 觀察其體高體重，是否合於標準之比例，抑或過輕過重。

c 肺量測驗 用皮尺量胸圍之盈虛差，或用肺量機測驗其肺量之大小。

d 心能測驗 測驗仰臥時直立時及運動後之脈搏血壓及心臟的反應，用(註一)Foster分數表或(註二)Fletcher記分表查出其分數(詳見附註)以客觀之方法訂立標準，詳定等第。優勝者酌給獎品，並留影紀念，以資鼓勵。

(附註一) Foster Test 此種測驗之目的，在做和緩運動後斷定其心臟之健康狀況，此測驗之造成，係根據一種事實，即運動後心臟增加其跳動之速度與運動劇烈之程度成正比，如一人作和緩運動後每分鐘心跳之數目增加太多，則其心臟即為不良之狀況。測驗之方法如上：

運動前之 脈搏數	分 數	運動前 後之脈 搏差	分 數	運動前與 運動後十 五秒之脈 搏差	分 數
100 以下	0				
101—105	-1				
106—110	-2	0—20	15		
111—115	-3	21—30	13	5	-1
116—120	-4	31—40	11	6—10	-2
121—125	-5	41—50	9	11—15	-3
126—130	-6	51—60	7	16—20	-4
131—135	-7	61—70	5	21—25	-5

- 四 在下表中查出三項之分數，然後相加，最多者為十五分。弗氏分數表如下：
- 三 隔四十五秒鐘後，再按其脈搏五秒鐘或十五秒鐘，以視其變化，如上法算出其一分鐘之脈搏數。
- 二 以每分鐘跑一百八十步之速度作定位跑跑三十秒鐘後立即按其脈搏五秒鐘至十五秒鐘。取其第二個五秒鐘時之脈搏數，以十二乘之，即得其運動後一分鐘之脈搏數。
- 一 在直立時，按脈三十秒鐘，以二乘之，得一分鐘之脈搏數。

(註二) Schneider Test 此測驗與 Foster 測驗相似，其測驗方法如下：

- 一 在仰臥之部位，按其胳膊，半分鐘或一分鐘三四次，求其平均數。然後在 A 表中查出其分數。然後量其心臟之血壓，測驗兩三次，計其平均數。
- 二 直立之後三秒鐘，按其胳膊，求其與臥時胳膊之差，然依在 B 表中求其分數。又直立時胳膊之分數，可於 C 表中查得之。然後再測驗其心臟之血壓，求其與臥倒時之差數，其分數於下表中查得之。
- 三 做一定量之體操，體操之方法，用一十八英寸高之槓子，以左腳置於其上，然後左腳伸直，至直立於槓上之部位，然後還原。每次三秒鐘，連續做五次，共計十五秒鐘。做畢立即按其胳膊十五秒鐘。其後六十秒，九十秒，一百二十秒時各按十五秒鐘，以視其回復正常胳膊搏數之狀況。所得之胳膊搏數以四乘之，在表 D 與表 E 中查出其分數。
- 四 以上六項測驗分數之金距為 3^3 至 1^3 六項分數相加最多為十八分。許氏心臟與血壓之測驗記分表如下：

A 表		B 表				
臥時脈搏之數		立時增加之數				
跳 數	分 數	0—10	11—18	19—26	27—34	35—40
		分數	分數	分 數	分 數	分 數
50—60	3	3	3	2	1	0
60—70	3	3	2	1	0	-1
70—80	2	3	2	0	-1	-2
80—90	1	2	1	-1	-2	-3
90—100	0	1	0	-2	-3	-4
100—	-1	0	-1	-3	-4	-5

C 表		D 表 (體操後脈搏之增加數)				
立時之脈搏數	分 數	0—10	11—20	21—30	31—40	41—50
		分數	分數	分 數	分 數	分 數
60—70	3	3	3	2	1	0
71—80	3	3	2	1	0	0
81—90	2	3	2	1	0	-1
91—100	1	2	1	0	-1	-2
101—110	1	1	0	-1	-2	-3
111—120	0	1	-1	-2	-3	-3
121—130	0	0	-2	-3	-3	-3
131—140	-1	0	-3	-3	-3	-3

E 表		F 表	
體操後回至直立時常態		直立時與臥時心縮血壓之比較	
秒 數	分 數	耗 之 變 化	分 數
0—60	3	升起 8 耗以上	3
61—90	2	升起 2—7 耗	2
91—120	1	不升不降	1
121 秒後超過常態數		降落 2—5 耗	0
2—10 跳	0	降落 6 耗以上	-1
11—30 跳	-1		

(2) 體能比賽：

a 肺量；

b 左手之握力；

c 右手之握力 用握力機測驗之。

d 背力 在背力與腿力機上行之，兩膝伸直，兩手執握柄上拉，可測背部薦棘肌之力量。

e 腿力 亦在背力與腿力機上行之，屈膝將握柄置於腿上而用力起立，以視其腿力之

大小。

f 伸臂之力 在雙杠上用雙臂屈伸之動作行之。

g 屈臂之力 在單杠上或吊環上，用引體向上之動作行之，與測驗伸臂之力，同以次數

之多寡為測驗之單位。

以上數項比賽，可以年齡體高體重分組後舉行，各組測驗之結果，以平均成績最優之數名為優勝，評定名次，酌給獎品，攝影留念。

(3) 運動比賽 普通分球類、田徑、游泳、器械操、國術及鄉土遊戲等數種。除平日隨時舉行友誼比賽外，更按季組織各項競賽會，舉行錦標比賽。茲以長江流域一帶之氣候為標準，支配各季之競賽運動如下：

- a 春季：籃球、棒球、田徑賽、越野跑、國術、風箏。
- b 夏季：網球、游泳、棒球、田徑賽、排球、乒乓球、划船。
- c 秋季：足球、網球、排球、壘球、游泳、自由車、登高。
- d 冬季：籃球、器械操、國術、足球、踢毽子、室內運動。

2 競賽之制度：

(1) 循環制 所謂循環制者，即凡加入比賽之單位，均有一次或二次相遇之意也。相遇一次者為單循環制；相遇兩次者為雙循環制。此種制度，因各隊均須互相比賽，故次數甚多。若加入者衆，則時間甚難支配，有時用變通辦法，分數小組，先作各小組之循環比賽，取各小組之優勝者，再作循環比賽，如此則時間上較為經濟。

(2) 淘汰制 所謂淘汰制者，即敗者逐漸淘汰出局，勝者繼續比賽，最後由二隊決賽之意也。此法時間最爲經濟，惟競賽之機會較少，有背提倡之本旨，故非萬不得已爲時間所限時，則最好採取循環制。

(3) 雙淘汰制 淘汰制比賽競賽之機會太少，於是雙淘汰制比賽之產生，用以補救淘汰制之缺點。即失敗之各隊多一次比賽之機會，以競奪亞軍。失敗隊之比賽，名之曰落選賽，落選賽之優勝者與決賽之失敗者比賽，勝者即爲亞軍。

(4) 讓步制 Handicap 即技能懸殊之兩人比賽。技能優者略予讓步；如賽跑讓若干距離，或若干時間，網球比賽讓若干局或每局若干分等。此法與吾國着棋之讓子，讓棋相同，可以增加雙方競爭之興趣，對於技能劣者獲益更大。

(5) 升降制 此制或名梯形制，含淘汰制之性質而有循序制之長處，其優點：

a 不限人數；

b 可自由與人挑戰；

c 時間場地可由雙方決定；

d 勝則上升，敗則下降，均有比賽之機會；

e 加入者按其技能之高低，獲得公平之地位。

其劣點在於時間不經濟，不能確定結束時間，故祇可用作練習賽，不能應用於正式比賽。

丙 單項比賽與登記比賽 近年京滬平津各地，盛行田徑單項比賽，每月或每週假日，舉行數項比賽，每人祇准加入一項。此種比賽，無須排場，故所需之經費甚微，且可測驗各人之最高成績，創造優秀之紀錄。因各人加入之項目有限制，故比賽時可養精蓄銳，全力赴之也。

登記比賽者，即加入各隊預先將空餘時間，向體育場登記，並寫明團體名稱，隊長隊員姓名，通訊地點等。由體育場介紹同時間同程度之兩隊，作友誼比賽。此法可增加比賽之機會，促進技能之進步，滿足各隊之希望，引起熱烈之興趣。同時體育場本身，亦因此而勃勃有生氣，每日可吸引多數之觀衆，入場參觀，無形中即可收獲宣傳之實效。

丁 民衆業餘運動會 全體民衆之身體健康與心理健康，爲國家民族強弱盛衰之關鍵。國

家得之則強；失之則弱。民族得之則盛；失之則衰。故提倡體育，應普及於全民衆，不可作偏頗之發展。前屢言之。但今日吾國之情形，適中此弊。往往偏重學校而忽略學生以外，尙有千萬必須訓練之民衆，因之各地體育遂被學生階級所獨占。一般民衆無插足之餘地。糾正之法，公共體育場應多多舉行民衆業餘運動會，將學生除外，舉行各種競賽。比賽方法與運動項目，可斟酌當地之需要與環境而定。如挑擔賽跑，負重賽跑，舉重比賽，自由車比賽，等項，均可列入。優勝者發給獎章獎品，以資鼓勵。茲將江蘇省各縣民衆業餘運動會辦理須知，介紹於後：

(1) 各縣爲引起民衆運動興趣，普遍發展體育起見，應於每年春季或秋季，舉行民衆業餘運動會一次或兩後。

(2) 各縣舉行民衆業餘運動會日期，除教育廳有命令規定者外，得由各縣酌定之。

(3) 各縣舉行民衆業餘運動會，應由教育局聯合體育專家，組織籌備會辦理。

(4) 各縣民衆業餘運動會，得斟酌當地需要及環境，規定其競賽方法及運動項目。

(5) 各縣民衆業餘運動會，除以運動爲職業者及學生外，凡居住當地之民衆，不分性別，不限

年齡，均得參加。

(6) 各縣民衆業餘運動會參加運動員，應經過正式報名手續，報名單上，應印就年齡、職業、住址各項，詳細填寫，俾得調查統計，逐年比較，以瞻民衆體育之進步。

(7) 各縣民衆業餘運動會所用比賽規則，以民國××年全國運動會與中華全國體育協進會審定者爲標準。

(8) 各縣民衆業餘運動會得製備各種獎章獎品，發給各項比賽優勝者，以資鼓勵。但獎品價值，每件不得多於國幣二十元。

(9) 各縣舉行民衆業餘運動會後半個月內，應將辦理成績，詳細章程細則，運動員年齡職業之統計，比賽之結果等，造其報告書兩份呈報教育廳備案。

此外專爲工商界軍警及農民組織之運動比賽，兒童競技比賽，以及各級學校之聯合運動會等，體育場在可能範圍內，當設在主辦之地位，每年繼續舉行，促其成功。凡此對於全民體育之發展，均有極大幫助。

三 組織

甲 晨操班與晚操班 普通公務人員，商店職員，工廠工友，日間均有固定業務，往往缺乏運動機會。公共體育場應適其需要，組織晨操班與晚操班，訂立規約，按時操練。民衆可隨時加入，視其技能與需要，分爲若干組，如婦女組、兒童組、健身操組、器械操組、國術組等，俾能各遂其志，各得所需。

乙 各種運動訓練班 體育場爲增進民衆之運動技能起見，應按季組織各種運動訓練班，其組織之步驟，大概如次：

- (1) 宣佈宗旨，徵求隊員。
- (2) 按照人數之多寡，程度之高下，分爲若干隊。
- (3) 各隊分別開會，通過規約，規定練習時間。
- (4) 選定隊長幹事，負責一切。

丙 選手隊 體育場應按季擬定規程，公開挑選選手隊員，代表本地，與外埠選手或其他運動團體，作埠際比賽，或友誼比賽。選手產生後，應即開會討論訓練辦法，選舉隊長，幹事，聘請教練，切

實訓練。並計劃比賽或出征事宜。

丁 體育協進會 體育場應負責召集當地之公私團體，組織體育協進會，共謀體育之發展。會內設會長一人，職員若干人，管理一切重要事項。此外另設董事會，聘請地方長官及熱心體育之名人碩士，擔任董事，計劃會務，籌劃經費及審查收支，監督會務進行等。體育協進會為當地民衆體育之最高組織，如體育場能與之切實合作，則於事業之推進上，當獲不少便利。

戊 黨政軍學體育促進會 最近政府通令各地體育場負責召集當地黨政軍學各界，組織黨政軍學體育促進會。其目的在於提倡公餘體育，使公務人員，於公務之暇，鍛練體魄，調劑身心，至善也。體育場於召集組織之外，更當協同各機關代表，共策進行之方法，遵照政府命令，訂定考核標準，舉行公務人員運動會，以提高運動之興趣。俾每一公務人員，均能熱心參加，方不負政府提倡之意旨。

四 調查與輔導 公共體育場對於所在區域內之公私體育團體，均須有切實之合作，故對於各團體之地址、人數、經費、負責人、事業狀況，應有詳細之調查，以明究竟。在可能範圍內，當切實予

以協助熱心指導，使其充分發展。對於當地之各種鄉土遊戲，應廣為搜求，悉心研究，去惡存善，用科學方法，加以改良。努力實驗後，方推行於民衆。此種遊戲，最合社會之需要，及民衆之心理。提倡較易普及，又公共體育場工作人員，應隨時隨地接近民衆，解答民衆之疑問，以作研究之參考。

五 體育書報室 公共體育場應廣羅各種體育書報，分門別類，陳列一室。並將各項比賽成績，列表揭示，優勝獎品及照片，亦可展覽。俾來場運動者，隨時可入室參觀或翻閱，既可增進體育知識，又可助長運動興趣。

六 健康檢查 公共體育場每年應定期舉行民衆健康檢查一次，與當地公立醫院合作辦理，藉知一般民衆之健康率。使民衆注意其健康，且可增進民衆衛生之常識，而堅定體育之信仰。檢查之項目可繁可簡，普通可分下列數項：

(1) 體格 體高體重，胸圍；

(2) 營養 可分佳良中劣四等；

(3) 眼；

- (15) 胃； (14) 脾； (13) 肝； (12) 肺； (11) 血壓； (10) 心； (9) 淋巴腺； (8) 甲狀腺； (7) 扁桃腺； (6) 牙； (5) 耳； (4) 鼻；
- 體
查
場

(16) 腸疝氣痔核；

(17) 包莖；

(18) 神經系統；

(19) 皮膚；

(20) 整形外科姿勢脊柱四肢；

(21) 預防接種天花白喉猩紅熱傷寒霍亂；

(22) 糞；

(23) 血；

七 體育演講競賽 公共體育場除隨時聘請體育專家，運動名手，廣播講演，闡明體育真義，陳述運動方法外，且於每年之擴大體育宣傳週時，舉行體育講演競賽會。分民衆、大學、中學、小學四組。事先組織籌備會，訂定辦法講題，分發各校，及刊載各報，以便週知。屆時聘定專家爲評判，擇優獎勵。此種演講競賽會，影響甚大，不獨能引起民衆之注意，且可藉此交換意見，增進體育之認識。今各

地衛生演講競賽會，拒毒演講競賽會等組織甚多，而體育演講競賽會尙屬少見，實爲體育界之憾事也。

八 無線電播音早操 無線電播音早操，尙屬體育上之新興事業，國外較爲發達，各種動作，以音樂配合，頗能引起聽衆之興趣，而收身心健康之效。國內漢口武昌南昌等處，亦已實施。此種播音使民衆在家庭中，亦能操練身體，故離場較遠之民衆，可免跋涉之苦。

九 民衆學校體育課 公共體育場爲社教機關之一，應單獨設置或與其他機關合辦民衆學校，共同負掃除文盲之責。民衆學校所有學生，應予以體育訓練，每星期抽出一二小時，灌輸簡單之體育知識，在兩節間之休息時間，作柔軟操數節或室內遊戲數種，以資調劑學生身心之疲勞。其他民衆學校之教師，最好予以短期訓練，俾能各校同樣施行，則其收效必然宏大。

第四節 公共體育場之行政工作

公共體育場之行政工作視其範圍之大小，組織之狀況而異，各部負其專責而互相協助，俾能

組成健全之機構，而收分工合作之效。茲將公共體育場之行政工作，述之於後：

1 經費之收支

(1) 體育場經費之收支，於每年之始，應有通盤預算，編造支用計劃，呈報上級機關審核。

(2) 薪工開支，不得超過經常費三分之二。

(3) 事業費之支用，務求合於經濟之原則，當用則用，不可糜費，俾以最低之代價，得最大之效

果。

(4) 建築及特殊之設備費，不得併入經常費計算，當視事業之需要，請求上級機關，撥發臨時

費。

(5) 經費之收支，應按月稽核審查。

(6) 年度終了時，應編造決算案，呈報上級機關審核。

2 場地之管理

(1) 場地之管理，應由場長指定職員分別負責。

- (2) 職員應隨時督促工友，保持場地之整潔。
- (3) 職員應每日督促工友，劃各運動場之灰線。
- (4) 損壞之處，應隨時報告場長修補。
- (5) 運動場如有危險物品，妨礙運動，應即除去。
- (6) 跳坑內之沙泥，應時常掘鬆。
- (7) 各場地之設置，務求安全整潔。
- (8) 場地四週，應設休息之所，並多植樹木，使體育場公園化。
- (9) 不准攀登場中之樹木及建築物。
- (10) 男女兒童須於指定地點範圍內遊戲。
- (11) 禁止隨意出入於不准通行之處。
- (12) 不准隨地吐痰或洩溺。
- (13) 不准硬底鞋入網球場，籃球場及體育館等處。

(14) 餘詳體育場之管理章。

3 器械及用品之管理

(1) 場長應指定職員，負責管理各種器械及用品。

(2) 運動器具出借時，須填寫借物證。

(3) 不准運用危險之器械。

(4) 兒童除所准玩戲之器械外，其他器械不准運用。

(5) 指導員應指導兒童上下器械之方法。

(6) 巨人步上須小心應用，不可亂推。

(7) 秋千吊環等物，不准擺動過高。

(8) 上下滑橋，須守秩序，不准任意倒爬。

(9) 除足球外不准任意踢球。

(10) 球類須安放妥當，打氣之球，不可亂放，或壓於箱中。

(11) 球類不可受潮濕，須常擦油。

(12) 每晚於將閉門時，須檢查所有用具，若有遺失，應即追還。

(13) 各種用球，須每日督促工友換氣，以便應用。

(14) 餘詳體育場之管理章。

4 計劃之準備

體育場之一切設施，須先縝密計劃，擬定辦法，按步進行，方免臨時措手不及。每年之活動事項，應於年度之始，分月訂定，呈准上級機關，公佈施行。茲將江蘇省二十四年度活動事業要項，介紹於後，以資參考。

七月

舉行第二屆團體乒乓球賽。

舉行第四屆公開網球單雙打錦標賽。

襄辦江蘇省第一屆暑期體育講習班。

八月

舉行第三屆公餘網球賽。

襄助籌備第四屆全省運動會。

九月

襄辦第四屆全省運動會。

籌備出席全國運動會事宜。

第三卷第一期體育研究與通訊出版。

省會體育研究會改組。

十月

領導選手出席全國運動會。

登高會。

舉辦第三屆足球訓練班。

第五章 公共體育場之工作

體 育 場

邀請外埠網球隊來鎮比賽。

十一月

舉行第四屆自由車競賽。

舉辦第三屆民衆業餘運動會。

婦孺運動場開放。

十二月

舉行第四屆足球錦標賽。

舉辦第四屆籃球訓練班。

跳繩比賽。

第三卷第二期體育研究與通訊出版。

一月

舉行第一屆越野賽跑。

踢毽子比賽。

邀請外埠足球隊來鎮比賽。
籌建游泳池。

二月

舉行第三屆競走。

舉重比賽。

組織足球隊赴外埠比賽。

三月

舉行第四屆籃球錦標賽。

舉辦第五屆田徑訓練班。

邀請外埠籃球隊來鎮比賽。

第三卷第三期體育研究與通訊出版。

第五章 公共體育場之工作

體 育 場

四月

舉辦兒童節遊藝會。

放風箏比賽。

組織籃球隊赴外埠比賽。

襄辦第五屆全省中學運動會。

五月

舉辦第五屆公開運動會。

舉辦第一屆游泳訓練班。

遠足會。

組織田徑隊赴外埠比賽。

六月

舉行第三屆排球訓練班。

舉行第三屆個人乒乓球錦標賽。

第三卷第四期體育研究與通訊出版。

二十四年七月一日公佈。

關於運動競賽之組織應有嚴密之規程，共同遵守。訂定規程時，應注意下列各點：

- (1) 加入運動員之資格；
- (2) 加入人數之限制；
- (3) 競賽採用之制度；
- (4) 到場時間之限制；
- (5) 提出意見或抗議手續；
- (6) 改期之手續；
- (7) 已解決問題應遵守不得抗議；
- (8) 裁判員之支配；

(9) 競賽採用規則；

(10) 給獎辦法。

5 統計每日運動人數

每日來場運動人數，應分門別類，予以統計。如籃球男子若干人，女子若干人；排球男子若干人，女子若干人；田徑賽男子若干人，女子若干人……餘倣此。每月整理一次，以資比較。若運動人數減少，應研究其減少之原因，而設法改進，人數之報告根據：

(1) 入場簽名；

(2) 借物登記簿；

(3) 各部指導員或管理員之工作報告。

6 統計體格檢查之結果

每年舉行體格檢查之後，應即着手統計工作，藉知民衆之健康率有無進步。醫學檢查部份，應分門求出疾病人數之百分比。體格檢查部份，如體高，體重，胸圍，肺量等，以性別年齡分爲若干階段，

應用統計公式，求出每項之中數，加以比較。統計之結果，呈報上級機關，並揭示大眾。

7 場務會議

場務會議，每週應舉行一次，由場長主席，討論本週內之一切工作。如有特別事故發生，應召集臨時會議，商議辦法。場長應儘量採納職員之合理建議。各種工作決定後，應即指定負責人辦理，以免互相推諉，而因此虛懸。

8 工作報告指導

各部指導員，應按日將到場運動人數，及所作活動，改進意見等，填寫於所備之報告紙上。每日或每週呈繳場長審閱。場長根據職員之報告書，按月編造報告書，呈報上級機關備案。工作報告之格式擬定如下：

××公共體育場××部工作報告

總人數	國術	排球	足球	籃球	田徑	項目		運動人數	比賽情形	指導摘要	改進意見
						男	女				
						(記載比賽隊名場)					
						地時間結果等等)					
						概況)					
						(記載改進辦法如購置設備修理場地等)					

年 月 日 指導員

9 救護工作

若運動者發生危險或受傷時，應即移至安靜之室中，(室內空氣，須四面流通，)施以急救，同時通知其家屬。傷重者即送醫院，不可隨意蠻幹，增加病象。事端發生後，應即探詢傷者之姓名住址，

以便處理。關於事端發生之經過，及處理情形，應詳細具報場長。體育場應備有急救設備，以防不測。傷輕者將傷處用消毒水洗滌後，塗以藥品，即可料理，無須小題大做。

10 工作時間

管理員及指導員應於規定之辦公時間前十分鐘到場。停止辦公後，須騰寫報告，檢點用具，及整理辦公室等。在工作時間內，如未得場長之許可，不准隨意離場。若有要事而必須暫時離場者，如送受傷兒童回家等，應於離場前通知場長，指派其他職員暫代。如假期較長者，應徵得場長之同意，請人代理。

第五節 附錄

(一) 國民體育實施方案省市縣立體育場事業進行辦法

(1) 民衆體育指導日常工作宜訂定時間，既易訓練，又便管理。

(2) 對於兒童宜按規定時間集合，作團體之活動；如徒手遊戲，器械遊戲，唱歌舞蹈等。

(3) 對於婦女宜按時集合，舉行田徑賽、球類、器械、柔軟操等訓練。

(4) 對於成人，宜採該地運動場活動種類，按時集合指導，或臨時加以組織，舉行比賽，或分別授予健身操術，以便自動練習。

(5) 每日指導工作完畢後，宜將是日所施教法及材料，擇要紀錄，以供參考。

(6) 對於田徑賽球類等競技運動，宜按不同之時季，每年至少舉行公開比賽一次。其能分別程度及資格舉行者尤佳，他如兒童健康比賽等有關體育者，亦宜時常舉行，以事實作宣傳。

(7) 對於農工商各界民衆，應隨時隨地，利用機會，用種種方法，引起其興趣及注意，藉以激動其對於體育之好尚。

(8) 隨時組織各種集團，如郊外，遊樂團，狩獵團，野餐團，步行團等，以增進社會閒暇生活之興趣。

(9) 徵集民衆對於運動項目之意見，調查來場運動者之個人歷史及該地社會體育進步之狀況，以作研究改進之參考。

(10) 聯絡及襄助該地其他體育團體或學校，以擴大提倡體育之力量。

(11) 研究及實驗切合社會需要之新體育事業。

(12) 指導或輔助縣體育場事業之進行。

(二) 江蘇省各縣縣立體育場二十二年年度標準工作

(一) 成人體育

(1) 組織體育訓練班 各縣縣立體育場本年度內對於下列各種體育訓練班，至少須舉辦三種。組織及訓練方法，須有詳細之規定。

甲 國術；

乙 柔軟操；

丙 器械操；

丁 田徑賽；

戊 球術；

第五章 公共體育場之工作

(2) 舉行競技比賽 各縣縣立體育場本年度除須舉行業餘運動會外對於下列各種比賽，至少舉行四種，各種比賽，均須擬定詳細辦法。

甲 足球；

乙 籃球；

丙 舉重；

丁 踢毽子；

戊 跳繩；

己 競走；

庚 乒乓；

(二) 婦孺體育

(1) 指導運動及遊戲 各縣縣體育場，本年度內每日至少須有一小時以上之時間，指導婦孺運動及遊戲，其中心活動如左：

甲 婦女：雜項遊戲，初步球戲，及田徑賽。

乙 兒童：器械遊戲雜項遊戲。

(2) 舉行健康比賽 各縣縣立體育場，本年度內至少須舉行兒童比賽一次，比賽辦法，須有詳細之規定，比賽結果須編為報告。

(三) 宣傳推廣

(1) 提倡公共衛生 各縣縣立體育場，本年度內對於衛生運動如防疫滅蠅清潔等，均須聯合其他機關團體，分別舉行，并有詳細之記載。

(2) 組織體育協進會 各縣縣立體育場本年度內須聯絡所在地各學校，各機關，及體育團體等，組織體育協進會。

(3) 舉辦民衆學校 各縣縣立體育場舉辦民衆學校一班，學生招足五十人，民衆學校之學生，均須受體育訓練。

(四) 調查研究

(1) 舉辦體格測驗 各縣縣立體育場本年度內須舉辦體格測驗，至少須測驗一千人，并編爲確切之報告。

(2) 改良民間遊戲 各縣縣立體育場本年度內至少須調查民間習用之遊戲二種，加以研究改良，試用後編爲報告。

(三) 山東省體育場擬定之體育場應進行事項

- (1) 擬定全年計劃及實施大綱。
- (2) 計劃及研究運動場健身房游泳池等等設備及管理。
- (3) 組織關於民衆之體操班國術班及各種遊戲班等。
- (4) 舉辦民衆業餘運動會健康比賽及遠足遊獵一類的活動。
- (5) 舉行運動比賽及關於體育方面的展覽會遊藝會等。
- (6) 隨時隨地接近民衆，聯絡民衆，解答民衆的疑問，以作研究改進的參考。
- (7) 調查研究實驗各種體育活動，以求適合社會上的需要，及民衆的心理。

- (8) 發行刊物，與各地通訊研究。
- (9) 與社會上各界人士合作，各團體機關聯絡，共謀體育的發展。
- (10) 指導或輔助各地體育場事業的進行。

第六章 鄉村簡易體育場之設施

體育訓練，非屬少數人之專有權利，而須全民化，已盡人皆知。提倡體育，僅及於都市，而欲收體育之效者，是無異緣木而求魚，挾炭而求溫。中國人口之統計，農民佔全數百分之八十五，際此國難方殷之秋，欲救亡圖存，必須先從全民訓練着手，所謂全民訓練者，當以農民為主體也。故近數年來，「到民間去」之口號響徹雲霄，體育又何獨不然？故特草擬是章，略述鄉村簡易體育場之設置，及實施，俾辦理鄉村體育者有所參考也。

第一節 簡易體育場之組織及計劃

鄉村之中，地廣人稀，隨處皆有廣大之土地，優美之環境，以供利用，故無須建築偉大之體育場，化鉅量之金錢，以作點綴。鄉村體育機關，能有一可容百人作運動之空地即足。或視經濟情形之如

何，設置籃球、排球及其他兒童遊戲設備；如浪木、滑梯、秋千等。而茶場及娛樂室等則屬必需，蓋一則以供農民有益之休息，一則於風雨之日，以作室內運動之場所也。

簡易體育場可設下列各部

(一) 宣傳部 農民因智識淺薄，頭腦簡單，對於衛生之料理，運動之價值，多所不知。且舊有習慣，根深蒂固，欲求在最短時期內，一洗陳習，對於體育發生興趣，良非易易。故宣傳工作之推行，極為重要，藉可以灌輸強身之要道，與正當之衛生常識。宣傳部之工作如下：

(一) 巡迴演講 派人赴各茶室或市鎮農民集合之處，作勸導式演講，並說明衛生之方法，普通疾病之預防等。

(二) 開放幻燈 置辦幻燈，放映機，於節日或週末開放。是法最易吸收多量鄉民。

(三) 張貼壁報 於各處農民集中之地點，張貼壁報，材料須淺近有趣，而適合農民之心理者。且應時時更換，以增加興趣，養成農民按日閱報之習慣。若能畫圖則收效更宏。

(二) 衛生部 一切有關衛生之調查設備及料理等，並預備急救藥箱並各種可靠簡單之藥

品。此部最好與附近之醫院及慈善機關等聯絡，否則行政人員當具有相當之醫護常識並技能。

(三) 俱樂部

(一) 兒童組 利用小山樹林或草野舉行鄉土遊戲，或教以團體競賽遊戲或各村組織球隊。此外每日可定一時間，(晨六時至八時)集合全村兒童，教以二十分鐘左右之團體操。

(二) 成人組 此組應以茶園為主要集中地，園中備茶略收茶資，如經濟充裕茶資應免收。其中可分四部：

(1) 音樂股 備各種簡單之鄉土樂器如胡琴、樂琴、簫、笛、笙、鑼、鼓等。

(2) 遊戲部 安靜遊戲，如象棋、圍棋等，活動遊戲可用籃球及其他鄉土遊戲。

(3) 書籍部 備有淺近書報出借，並聘人講故事說書或演講淺近之時事。

(4) 國術及體操 聘國術教師教練拳、術武器等，每日或每隔日作體操一次，農民得自由參加，或每週內作農民軍事訓練一二次。

(三) 婦女組 由於鄉村思想保守，婦女家事煩忙，故是組之施行最為困難。須俟前兩組之推

行有成績時，再行推廣。其最有效力之法，可用編製手工物，（如竹籃、麥柴扇、做火柴匣）爲號召，然後由此等工作婦女，組織故事會，而使家庭婦女均行參加。於是再行逐漸爲彼等組織體操班、遊戲班等。

（三）競賽部 每季鄉村體育機關可主辦各項適於季節之特種集會及競賽，藉以提起鄉民高尚之運動興趣，並消弭迷信之集會。今將各季適宜之競賽舉例於下：

一 春季

- （1）鬧鐘鑼鼓及提燈會。
- （2）越野賽跑。
- （3）植樹節大會。
- （4）清明旅行團。
- （5）放風箏大會。
- （6）草臺戰。

體 育 場

一一四

- (7) 晨操表演比賽。
- (8) 其他鄉土遊戲。

(9) 有利於田事之競賽（如兒童組舉行捉青蟲大競賽等）。

二 夏季

- (1) 象棋圍棋比賽。
- (2) 捉蟲比賽（青蟲蚊蠅等）。
- (3) 五月五日划船比賽。
- (4) 立夏日清潔大會。
- (5) 削水片比賽。
- (6) 游泳比賽。
- (7) 其他。

三 秋季

- (1) 中秋月夜旅行團。
- (2) 重陽登高比賽。
- (3) 國慶日提燈大會。
- (4) 秋收慶祝會（表演唱山歌等）。
- (5) 運動會（簡單之田徑賽團體操比賽團體遊戲競賽等）。
- (6) 球類競賽。
- (7) 國術比賽或表演。
- (8) 其他鄉土遊戲。

四 冬季

- (1) 堆雪人比賽。
- (2) 擲雪球遊戲大會。
- (3) 踢毽子比賽。

- (4) 越野接力跑。
- (5) 兒童攀登比賽。
- (6) 其他鄉土遊戲。

第二節 實施步驟及注意點

農民重保守，排斥新異，而鄉村情形又大異城市，故實施必採用漸進的步驟，並對於一切給與特殊的注意。

(一) 實施步驟

(一) 由支持鄉土娛樂入手，漸推及其他體育活動，例如最初可先主辦九月九日登高賽，清明放風箏大會，而後再發起越野跑或踢躑躅賽等。

(二) 由兒童入手，漸及於成人，而後婦女。在鄉村成人忙於田事，十歲左右之兒童，最為空閑，且常淘氣而為家庭累贅。實施體育者，即可乘此機會，先集合兒童，為彼等作有理組織之競賽，遊戲，或

有益田事之競賽工作，取得農民之信仰，然後再組織成人娛樂部及婦女部。

(三) 由友誼的團體擴充逐漸成立為正式機關。

(四) 附設於學校農種試驗場，或醫院茶館等處，俟已得有信仰再獨立發展。

(一) 實施時應行注意之點

(一) 行政人員自身智德體三育之修養，務能取得當地農民與士紳之信仰，務必熟知該處鄉土人情。

(二) 極力採用土產遊戲。

(三) 一切務求經濟，不礙及田事，無論何種競賽或集會，勿賣票勿向農民募捐。

(四) 鄉村人民，勞作較多，故遊戲不必多採用活動劇烈的，尤其於成人，須多給於安靜的休息的而有競賽意味之遊戲。

(五) 利用娛樂，提起農民國家觀念，如雙十節舉行提燈大會等。

第七章 附上海市大體育場行政計劃綱要草案組織規則及辦事細則草案

(一) 上海市體育場行政計劃綱要草案

上海縮穀南北，地處要衝，爲東方第一大埠，又爲吾國文化之中心，諸凡設施，不僅爲國人觀瞻，抑足以樹立國際觀感，以市體育場而言，建築宏大，譽爲亞東第一，位置重要，堪稱全國之首，其內部組織方法，以及業務推行事項，誠爲整個體育場之重要機構，茲值籌備開幕之時，關於場之組織與事業之設計，自當縝密規畫，以爲推行業務之準繩，在市中心區現實環境之中，更當努力工作，儘量活用場內各種建築設備，以期本市民衆體育事業之進展。

甲 原則

一 體育場之職能，不僅是民衆練習體育運動之競武場，是民衆體育之集體訓練場所，是民

衆教育實施之中心場所。

二 體育場之民衆體育運動，是一般市民日常生活中之重要運動，以促進市民健康，增加市民生產效能；

三 用語言文字宣傳民衆體育真義，以促進市民認識現代體育思潮，及我華民族所需的國民自衛及國防體育運動；

四 發揚吾國固有之體育武術運動，以陶冶我華民族獨特意識；

五 採取教育的高尚體育運動比賽精神，用科學的經濟的訓練與指導體育事業之設施與推行；

六 場之組織活動化，以事業爲出發點，謀各項業務之進展；

七 與本市體育社團連絡合作，以收體育事業之實效。

乙 目標

一 提高民族意識，鍛鍊市民體魄，以增進市民自衛能力；

- 二 促進市民體育興趣，以期充實國防之準備；
- 三 養成市民以運動爲高尚娛樂之習慣；
- 四 養成市民有良好之體育道德，發揚仁俠精神；
- 五 養成市民生活上國防上所需要之體育運動技能；
- 六 養成市民適應非常時期所需要之體育運動技術；
- 七 養成市民有正確之姿勢與靈敏之反應；
- 八 採用體育運動各種比賽，以增進市民團體間相互之聯絡；
- 九 舉行國際運動比賽，藉以增進國際友誼；
- 十 促進全市體育事業之合理化與普及化；
- 十一 提高運動成績，養成市民團體化紀律化的生活習慣。

丙 指導部業務

一 競技比賽事項

子 田徑賽

- (1) 設法推動組織上海各大學聯合運動會——分男女兩組，在每年春季舉行；
- (2) 設法推動組織上海獨立學院聯合運動會——分男女兩組在每年秋季舉行；
- (3) 市私立中學聯合運動會——分男女兩組，在每年秋季舉行；
- (4) 市私立小學聯合運動會——以區爲單位，每年春季舉行；
- (5) 女子運動會——分大專組中學組公開組，在每年春季舉行；
- (6) 民衆業餘運動會——在每年秋季舉行；
- (7) 全市運動會——受市府教育局委託，籌備舉行；
- (8) 上海國際運動會——在每年春季舉行；
- (9) 工人運動會——在每年勞動節舉行；
- (10) 軍警運動會——在每年黃花岡起義紀念日舉行；
- (11) 黨政機關聯合運動會——在每年五月五日革命政府成立紀念日舉行；

- (12) 各銀行聯合運動會——在每年春季舉行；
- (13) 各公司聯合運動會——在每年春季舉行；
- (14) 公務人員體育運動與比賽；
- (15) 單項運動會——每月舉行一次；
- (16) 長程跑比賽——距離固定二萬公尺，在每年雲南起義紀念日舉行；
- (17) 舉行登高比賽——在每年秋季舉行；
- (18) 競走比賽——每年舉行二次，春季舉行一萬公尺，冬季舉行二萬公尺；
- (19) 替換跑運動會——每年舉行二次，春季秋季各一次；
- (20) 舉行遠足與旅行——每年春秋兩季，各舉行一次；
- (21) 負重遠距離賽跑——每年冬日舉行一次；
- (22) 自由車長程比賽——每年在春秋兩季舉行；
- (23) 請東亞各國舉行國際比賽——每三年或四年舉行一次；

(24) 請國內外田徑名家，到場表演；

(25) 其他關於民俗運動之提倡與比賽。

丑 球類

(1) 足球比賽——分大學組中學組公開組三部，在每年秋冬季舉行；

(2) 小足球比賽——分中學組及公開組，在每年秋冬季舉行；

(3) 籃球比賽——男子分甲乙丙三組，女子分甲乙兩組，在每年春冬季舉行；

(4) 排球比賽——男子分甲乙組，女子分甲乙組，在夏初舉行；

(5) 網球比賽——分男女單雙打公開錦標及團體錦標兩種，在夏秋兩季舉行；

(6) 乒乓球比賽——分男女公開錦標及團體錦標兩種，在春秋兩季舉行；

(7) 棒球比賽——此項運動，在中國不甚普及，應注意提倡，在夏季設法獎勵比賽；

(8) 壘球比賽——與棒球同；

(9) 手球比賽——分公開單雙打錦標，在每年秋冬季舉行；

(10) 彈子比賽——分有袋無袋兩種，每年春秋舉行比賽各一次，除錦標外，並設最高紀錄牌；

(11) 地彈比賽——此項運動，適用年在四十以上或身體不宜劇烈運動者練習之，應多比賽，以引興趣；

(12) 擲藍比賽——分罰球及自由擲藍兩種，罰球以五十次中罰中若干為標準，自由擲藍以二分鐘共擲中若干為標準；

(13) 霍蓋球比賽——即曲棍球，男女均可練習，現在上海不甚普及，應多提倡；

(14) 羽毛球比賽——在室內室外男女均可練習，現在國人練習是項運動者，實是鳳毛麟角，應多提倡；

(15) 克力開脫球比賽——與棒球之興趣同，惟不若棒球劇烈，年高之人較宜，應多提倡；

(16) 舉行各種國際球類比賽——在上海球類之最普及而易組織國際比賽者，僅足球、籃球、網球、乒乓球而已，日後如何，尙難逆料，在目前情形，僅能舉行下列四項：

籃球——春季，網球——夏季，足球——秋季，乒乓則隨時均可；

(17) 請著名國內外各種球隊，來滬比賽；

(18) 舉行童子軍大露營——會商童軍理事會辦理；

(19) 舉行童子軍大檢閱。

寅 游泳

(1) 公開比賽——在每年夏秋舉行，分男女兩組；

(2) 團體比賽——每年在夏秋舉行，分男女兩組；

(3) 花式跳水比賽——每年在夏秋舉行；

(4) 泳水比遠——每年在夏秋舉行，分男女兩組；

(5) 水球比賽——每年在夏秋季舉行；

(6) 上海國際游泳比賽——每年在夏秋季舉行；

(7) 救護表演比賽——在公開比賽時舉行；

(8) 舉行划船比賽——每年在夏秋兩季舉行；

卯 武術

(1) 徒手國術比賽——分單打及對打兩種；

(2) 國術器械比賽——分單打及對打兩種；

(3) 舉重比賽——分重量輕量及中量三級；

(4) 摔角比賽——男子組分重量輕量中量三級，女子則不分級；

(5) 射箭比賽——分男女兩組；

(6) 彈丸比賽——方法較前應改良；

(7) 踢毽子比賽——比賽方法應改良；

(8) 測力比賽——分男女兩組；

(9) 器械操表演與比賽——以單槓，雙槓，跳箱，木馬，營壘為主體，以五項之總分評名次；

(10) 西洋拳術比賽——每年舉行兩次；

(11) 滑冰比賽——自設溜冰場(地板)每年舉行單人或雙人比賽。

二 研究推行事項

(1) 研究統一全市小學體育教材之方法；

(2) 研究統一全市中學體育教材之方法；

(3) 組織小學體育研究會；

(4) 組織中學體育研究會；

(5) 組織大學體育研究會；

(6) 組織女子體育研究會；

(7) 舉行體育學術講座；

(8) 社會體育推行之研究；

A 確定本年度本場之中心工作——詳細辦法另行訂之；

B 非常時期之社會體育之實施方法——辦法另訂；

三 體育訓練事項

- (1) 組織晨操班——規定每日上午七時至七時半爲晨操時間；
- (2) 組織晚操班——規定每日晚間八時至九時爲晚操班時間；
- (3) 設醫療操班——宣傳令有姿勢不正或過肥過瘦及平足者加入；
- (4) 組織太極班——分晨班及晚班兩種；
- (5) 設小學體育教師暑期訓練班；
- (6) 設中學體育教師暑期訓練班；
- (7) 設女子體育教師暑期訓練班；
- (8) 組織騎射訓練班；
- (9) 組織器械操訓練班；
- (10) 運動裁判服務人員考試與訓練。

四 運動指導事項

- (1) 田徑場各種運動，個別指導；
 - (2) 游泳池各種項目，個別指導；
 - (3) 健身房各種運動，個別指導；
 - (4) 國術部各種指導；
 - (5) 武術指導；
 - (6) 婦孺部各種運動指導；
 - (7) 推行社會體育指導；
 - (8) 各種比賽評判事項；
- 丁 總務部業務

一 調查

- (1) 舉行社會調查；
- (2) 上海市大中小學體育狀況調查；

- (3) 上海市社會體育狀況調查；
 - (4) 各大都市社會體育狀況調查；
 - (5) 全國運動成績調查；
 - (6) 全國體育出版物調查；
 - (7) 全國體育指導生活狀況調查；
 - (8) 上海市體育教師資格調查；
 - (9) 上海市體育教師思想之調查；
 - (10) 體育用品製造所之調查；
 - (11) 民衆體格檢查與健康檢查；
- 二 統計
- (1) 全市小學生體高，體重，坐高，胸圍等統計，及計算各項相關之係數；
 - (2) 全市中學生體高，體重，坐高，胸圍等統計，並計算各項相關之係數；

- (3) 全市大學生體高、體重、坐高、胸圍等統計，並計算相關係數；
- (4) 本場運動人數之統計——調製圖表；
- (5) 本場各項比賽統計——調製圖表；
- (6) 全市小學體育經費之統計——調製圖表；
- (7) 全市中學體育經費之統計——調製圖表；
- (8) 全市大學體育經費之統計——調製圖表；
- (9) 全市小學運動場面積之統計——調製圖表；
- (10) 全市中學運動場面積之統計——調製圖表；
- (11) 全市大學運動場面積之統計——調製圖表；
- (12) 全市小學體育教師薪給統計——調製圖表；
- (13) 全市中學體育教師薪給統計——調製圖表；
- (14) 全市大學體育教師薪給統計——調製圖表；

三 圖書

- (1) 購置體育定期出版物；
- (2) 購置體育叢書；
- (3) 收藏東西洋各種體育圖書；
- (4) 其他；

四 編纂

- (1) 編輯體育季刊或年刊與體育通訊；
- (2) 保存本場運動比賽紀錄；
- (3) 壁報 揭示時事體育及本場重要消息；

五 推行

- (1) 設立民衆閱書報處；
- (2) 舉行通俗演講及體育衛生常識演講；

(3) 其他推行事項：

- a 音樂會；
- b 放映電影（關於教育體育等影片）；
- c 棋枰會；
- d 民衆體育講座；
- e 同樂會；
- f 健康教育展覽會；
- g 狩獵會；
- h 其他；

上列各項業務，當斟酌經費情形，逐項推行，至各種詳細辦法，俟舉行時另行擬定。

(二) 上海市體育場組織規則

第一章 總則

第七章 附上海市大體育場行政計劃綱要草案組織規則及辦事細則草案

第一條 本場隸屬於上海市政府受上海市教育局之指揮監督。

第二章 宗旨

第二條 本場以促進全市體育提倡公共高尚娛樂養成市民健全體格爲宗旨。

第三章 職掌

第三條 本場之職掌如左：

- 甲 本場人事行政事項；
- 乙 本場經費之管理事項；
- 丙 各種體育之表演及競賽事項；
- 丁 體育技術之指導事項；
- 戊 其他體育事項；

第四章 組織

(甲)董事會

第四條 本場設董事會由董事十一人至十五人組織之除市長及教育局局長爲當然董事外，餘由市長分別聘請本市熱心人士充任之均無給職。

第五條 聘任董事任期均爲三年，每年改聘三分之一，連聘得連任，第一屆聘任董事之任期以抽籤定之。

第六條 董事會之職掌如左：

甲 關於場務之指導事項；

乙 關於場務之設計擴充與舉事項；

丙 關於場長之選薦事項；

丁 關於預決算之審核事項；

第七條 董事會各項章則另定之。

(乙) 職員

第八條 本場設場長一人總務組指導組主任各一人幹事事務員若干人並得酌用雇員若干人。

第九條 場長秉承教育局長及董事會綜理場務主任秉承場長分掌各主管事務；

第十條 總務組主任掌理文書會計庶務圖書編纂及不屬於他組事項；

第十一條 指導組主任掌理體育館游泳池運動場等設計講演競賽及各項體育訓練事項。

第十二條 本場場長由董事會提請教育局長轉呈市長委任，各組主任，由場長呈請教育局長，轉呈市長委任，幹事及事務員，均由場長呈請教育局核准派充並報市政府備案。

(丙) 專門委員會

第十三條 本場為促進體育技術之發展得設各項專門委員會其細則另訂之。

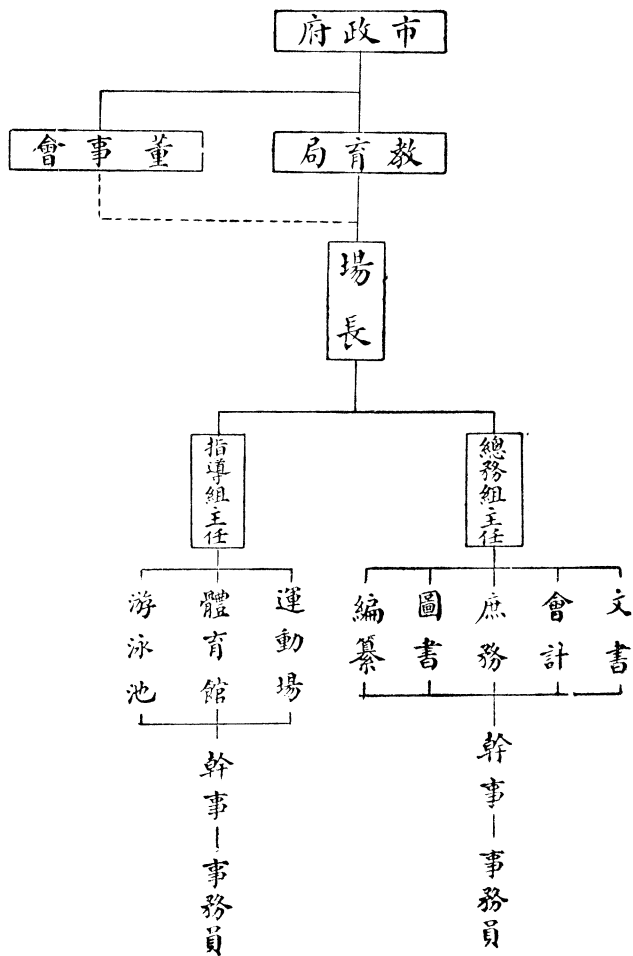
第五章 會議

第十四條 本場每日舉行場務會議一次，每週舉行組務會議一次，其細則另定之。

第六章 附則

第十五條 本場辦事細則另定之。

第十六條 本規則如有未盡事宜，得由董事會會議議決，提請教育局轉呈市政府修正之。



第十七條 本規則自市政府公布日施行。

(三) 上海市體育場辦事細則草案

第一條 本細則依據上海市體育場組織規則第十五條訂定之。

第二條 本場處理一切事務悉依本細則之規定。

第三條 本場場長秉承市教育局局長董事會及商承名譽場長總理全場事務並指揮監督所屬職員。

第四條 本場總務組執掌如下：

甲 關於文書者

(1) 印信之鈐用典守事項；

(2) 文書之撰擬繕校收發及統計事項；

(3) 檔案之整理及保管事項；

(4) 各種會議紀錄及通告事項；

(5) 業務彙報事項；

(6) 職員考勤登記事項；

(7) 職員之任免獎懲登記事項；

(8) 其他文書事項；

乙 關於會計者

(1) 預算決算之編製事項；

(2) 款項出納事項；

(3) 簿記登記及保管事項；

(4) 其他會計事項；

丙 關於庶務者

(1) 本場之管理整潔消防及修繕事項；

(2) 器械設備物品圖書之購置出納登記及保管事項；

第七章 附上海市大體育場行政計劃綱要草案組織規則及辦事細則草案

體 育 場

一四〇

(3) 工役之訓練管理及進退事項；

(4) 房屋設備之保險事項；

(5) 其他庶務事項；

丁 關於圖書者

(1) 各國體育圖書雜誌報章之選擇事項；

(2) 圖書典藏保管登記事項；

(3) 圖書閱覽管理事項；

(4) 圖書閱覽人數統計事項；

(5) 其他圖書事項；

戊 關於編纂者

(1) 體育刊物體育通訊之編譯事項；

(2) 特種運動之專刊編輯事項；

(3) 壁報之編繕事項

(4) 調查統計事項；

(5) 其他編纂事項。

第五條 本場指導組織職掌如下：

甲 關於各項運動設計事項；

乙 關於各項運動籌備事項；

丙 關於各項運動訓練事項。

第六條 各組主任秉承場長處理各該組事務。

第七條 本場辦公時間上午九時至十二時下午一時至六時視氣候節令得變更之。

第八條 本場例假規定為星期二平時請假遵照市政府公佈請假條例辦理之。

第九條 本場職員每日到場均須親自簽到簽退。

第十條 本場職員因公出勤須先填具出勤單呈送主管人員核准後方得離場。

第十二條 本場職員不得擅以機關名義對外發表意見或文字。

第十三條 本細則如有未盡事宜得由場長提請董事會修正之。

第十四條 本細則自呈奉市政府核准之日施行。

本書參考書報

體育之研究與通訊

江蘇省立鎮江體育場出版

體育季刊

中華全國體育協進會出版

體育場指南

王壯飛編著

勤奮書局出版

體育建築與設備

吳蘊瑞編著

勤奮書局出版

體育場之建築法

王復日編著

勤奮書局出版

體育行政

金兆均編著

勤奮書局出版

民衆體育

程登科編著

體 育 場

體育原理

新體育原理

一四四

吳鑑端
袁敦禮
編著

方萬邦
編著

勤奮書局出版

商務印書館

