

第三百五十五圖



斯くて鬼は圓列の周圍を走りつ
つ、誰にても己れの見込みたるも
のの背を軽く打ちて、一方向に走
り、其の場所を奪はんとす。之れ
と同時に打たれるものは、鬼と反
對の方向に走りて、元の場所に就
かんとす。而して其の場所を速
く占領したるものは勝にして、占
領せられたるは鬼となるなり。
又第三百三十五圖の如く圓列を作
り、其の中央に鬼の居所を設く。
之れも其の場所を地上に記さし
め置くを便とす。鬼は中央にあ
りて一二三の號令をかく。然る

ときは他の列にある兒童は必ず隣のもの或は其の他のものと交代すべきこと
となすなり。而して鬼は此の機に乗じて其の場所を奪ふ。斯くて場所を奪は
れたるものは代りて鬼となるなり。

注意 以上二種のもものは個人的競争の場合を示したるものなれども、之れを團體
的競争ともなし得るなり。即ち前者に於いては紅白に分ち、一人置きに並列せ
しむ。而して紅の鬼となれる時は白のものの背を打ち、白の鬼となれる時は紅
のものの背を打つなり。斯くて最後に至りて勝者の數を比較して、勝敗を決す
るなり。

又後者の場合に於いても、紅白交互に並列せしめ、紅は右の方向、白は左の方向と
いふ如く、組によりて走るべき方向を定め置くなり。而して鬼は前の如く一二
三の號令をかく。然る時は豫定の如く右に走るものと、左に走るものとあるを
以つて、遂には一週して元の位置に歸ることを得、この時途中無事にて歸りたる
ものの多き方を勝とするなり。

前者に於いては餘り長く同一のものを鬼となし置くは宜しからず。凡そ三回

圖 六 十 三 百 第



位にて勝つ能はざる鬼ある時は、便宜教師に於いて適當なるものを選びて代らしむべし。
後者に於いては鬼の位置と他の者の位置とを大抵等しくするを要す。

五、取替競争

用具 旗・ボール・啞鈴等

方法 紅白に分ち第百三十六圖の如く並列せしむ。而して前方適當なる處に二箇づつの圈を劃し、其中にボール・啞鈴を別々に置く。

「用意にて教師は旗を第一番に渡す。始メにて第一番は旗を持ちて走り出て、先づボールと取り替へ、次ぎに

ボールと啞鈴とを取り替へて歸り來り、次者に渡す。次者は啞鈴を持ちて進み、旗と取り替へ、次にボールと取り替へ、終りて又之れを次のものに渡す。斯く順次に取り替へをなし、最も速く終りたる組を勝とす。

注意 勝敗を明瞭ならしむる爲め、最終者をして教師の許に來らしむるを可とす。ボール・啞鈴の如き轉がり易きものを用ふるは興多きものとす。

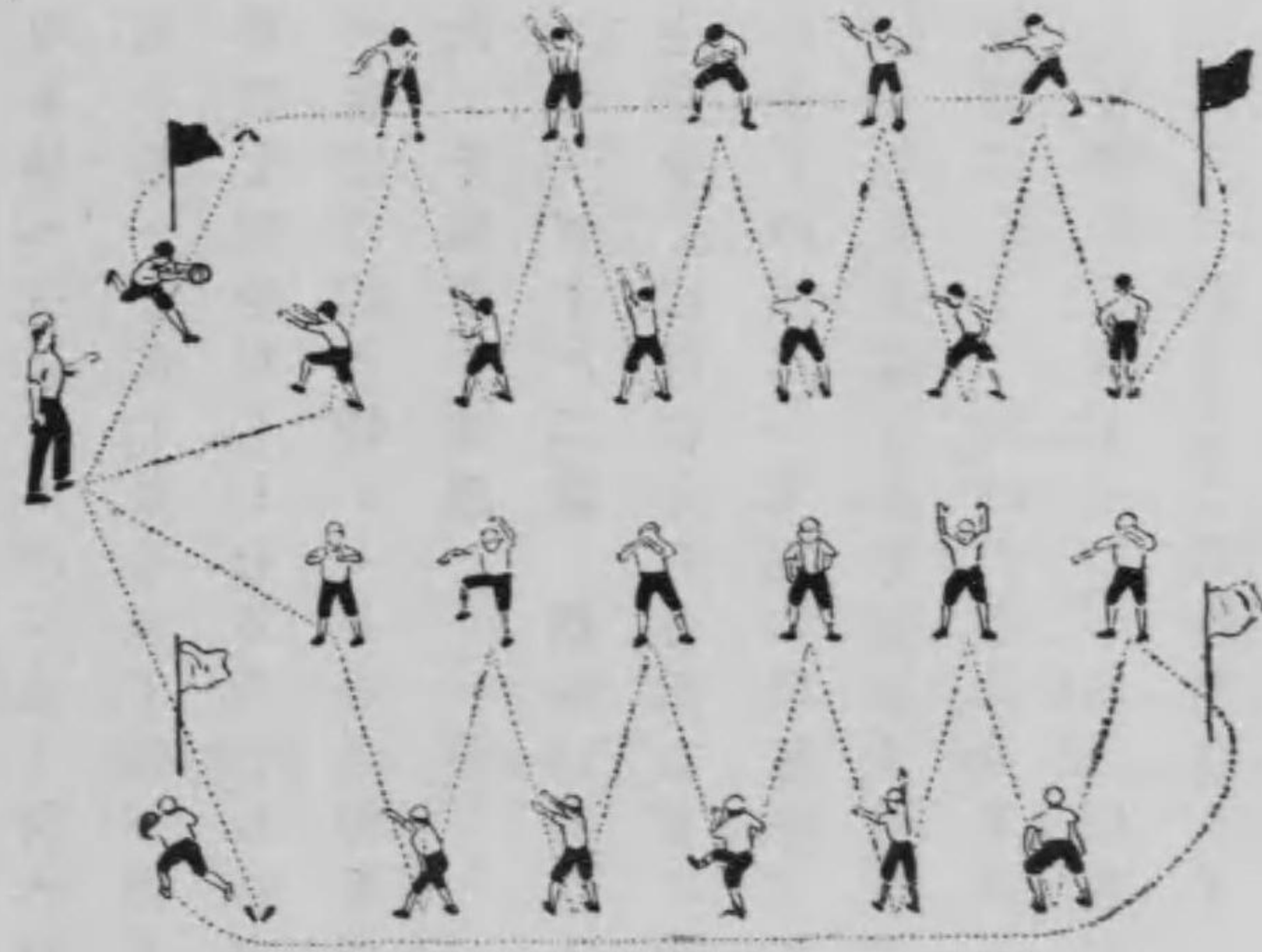
六、千鳥ボール送

用具 フットボール二箇 旗紅白各二本

方法 全兒童を紅白に分ち、各組を更に千鳥形に對向して並ばしむ。又第百三十七圖の如く兩側に一本宛の旗を立て置くを便とす。

「用意にて各兒童は片足を後方に引きて走り出す準備をなす。始メにて各組の第一位者は走りて、教師の手にせるボールを取り來りて、第二位者に手渡し、其の儘第二位者の位置を占む。第二位者はボールを受取ると同時に走り出て、第三者に渡す。斯くして最終者はボールを教師の手に返すものとす。而して其の速き組を勝とす。

圖七十三百第



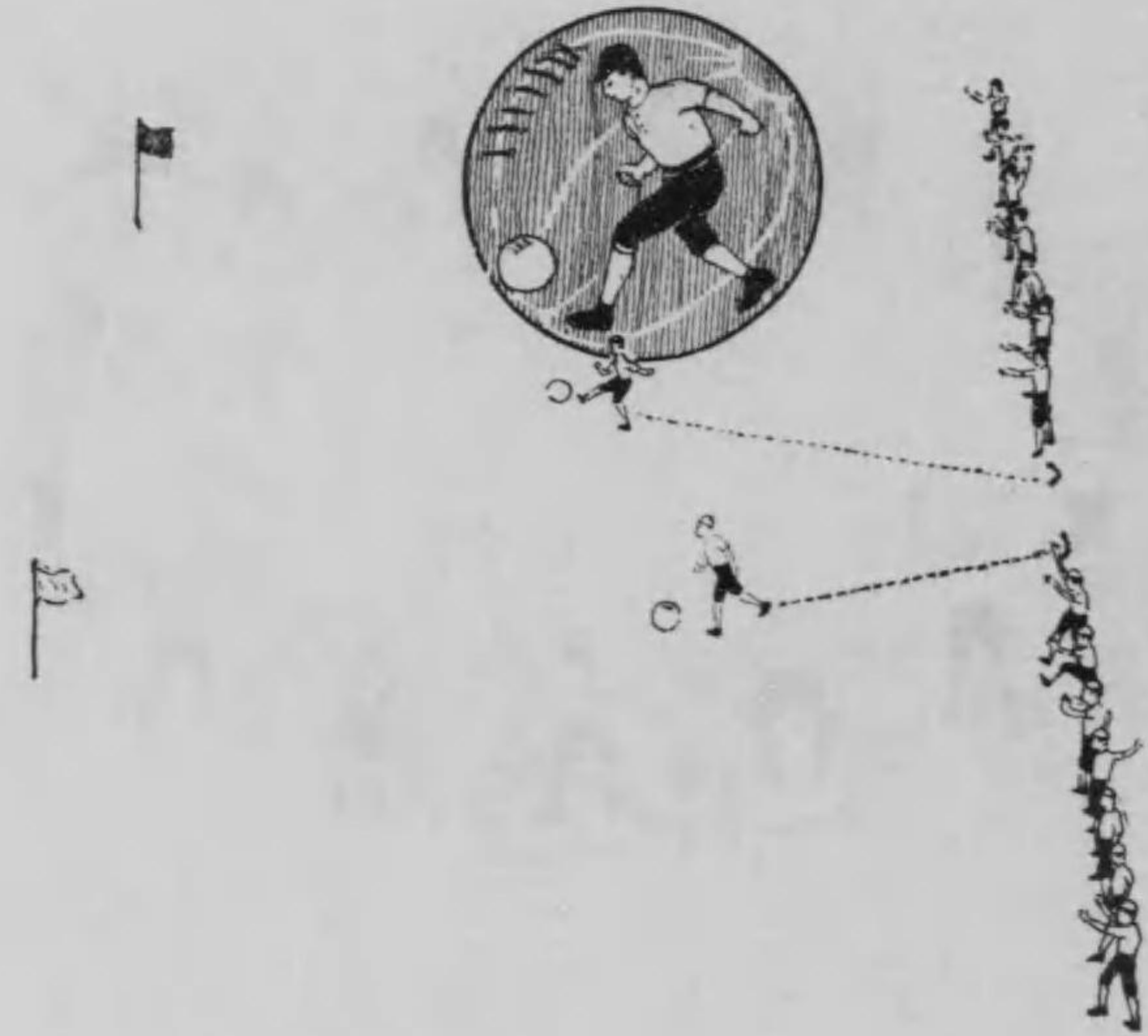
注意 ボールを渡す時及び受取る際落さざるやうに注意せしむべし。

走り出しながらボールを受取るが如きことを禁じ、必ずボールを受取りて後走り出すやうに注意すべし。

此の方法を續行して最終者は教師の手に渡さずして、直に第一位者に渡し、一巡して最初の位置に復歸したる時を以つて勝敗となす事もあり、又任意最終者を定めて決勝せしむる場合もあるなり。

七、旋廻フットボール

圖八十三百第



用具 旗二本 フットボール

二箇

方法 兒童を紅白二組に分つ。前方約十間を隔て、旗を立てる。

「始メ」にて一番はボールを足の先きにて轉がし行き、目標たる旗を一廻して返り、次者に渡す。次者は手を觸ることなく足にて受け止め、前者の如く轉がし行く。斯くて最終者の速く轉がし終りたる組を勝とす。

注意 ボールには少しも手を

圖九十三百第



觸るゝことなからしむべし。往路は緩に蹴り、歸路には少しく強く蹴ることの適當なることを知らしむべし。

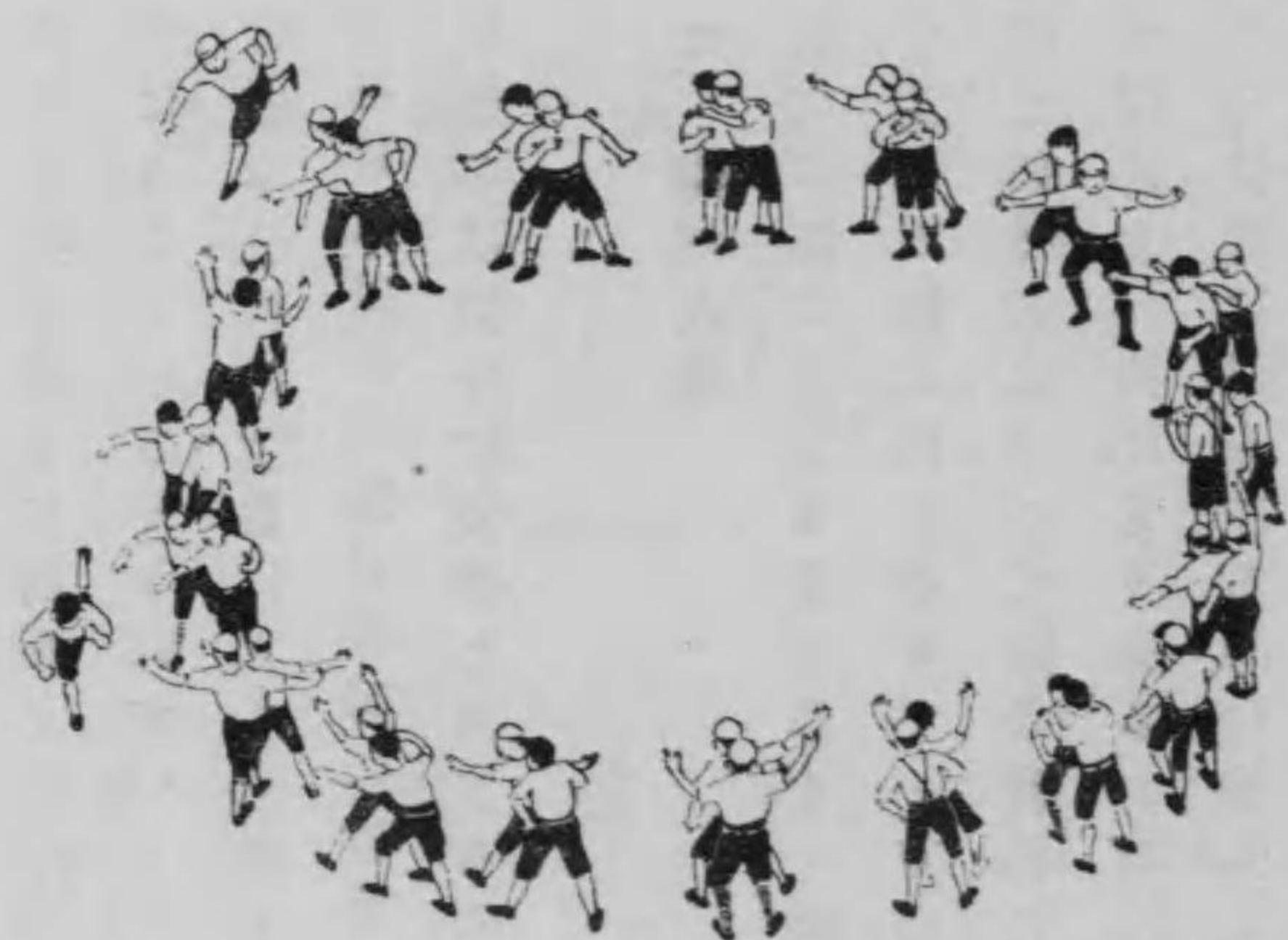
旗の廻りは方は左右何れにても良しとす。

兒童數の多き場合は歸路はボールを手にして走り來らしむるも面白し。

八、西洋鬼

方法 豫め一人の鬼一人の逃手を選出し、他の兒童は連手して第三百三十九圖の如く圓形を作らしむ。(二歩づつ退歩せしめて間隔を取

圖十四百第



り、各兒童をして己れの位置を地上に畫かしめ置くを便とす。

「始メ」にて鬼は逃手を目掛けて之れを追ひ、逃手は圓外を走りて逃げ廻はる。而して逃手は己れの入らんとする兒童の後を過ぎ、逆に其の兒童の前に入る。然るときは其の兒童は代りて逃手となるなり。若し圓外を走りつゝある間に捕へられたるものは代りて鬼となるなり。

(第三百三十九圖)

又第三百四十圖の如く二人宛重なりて行ふも可なり。此の時には逃手の己れの組の前に入るを見れば、後列

のものは直ちに逃手となるなり。

注意 逃手が餘り續きて周圍を逃げ廻はる時は、興を失ふものなれば、大抵一二周する間に入らしむるやうにすべし。

逃手に向ひ己れの位置に入らしめんため、或は催促し或は妨害を試むる等のと生じ易ければ、此の點に教師の注意を要す。

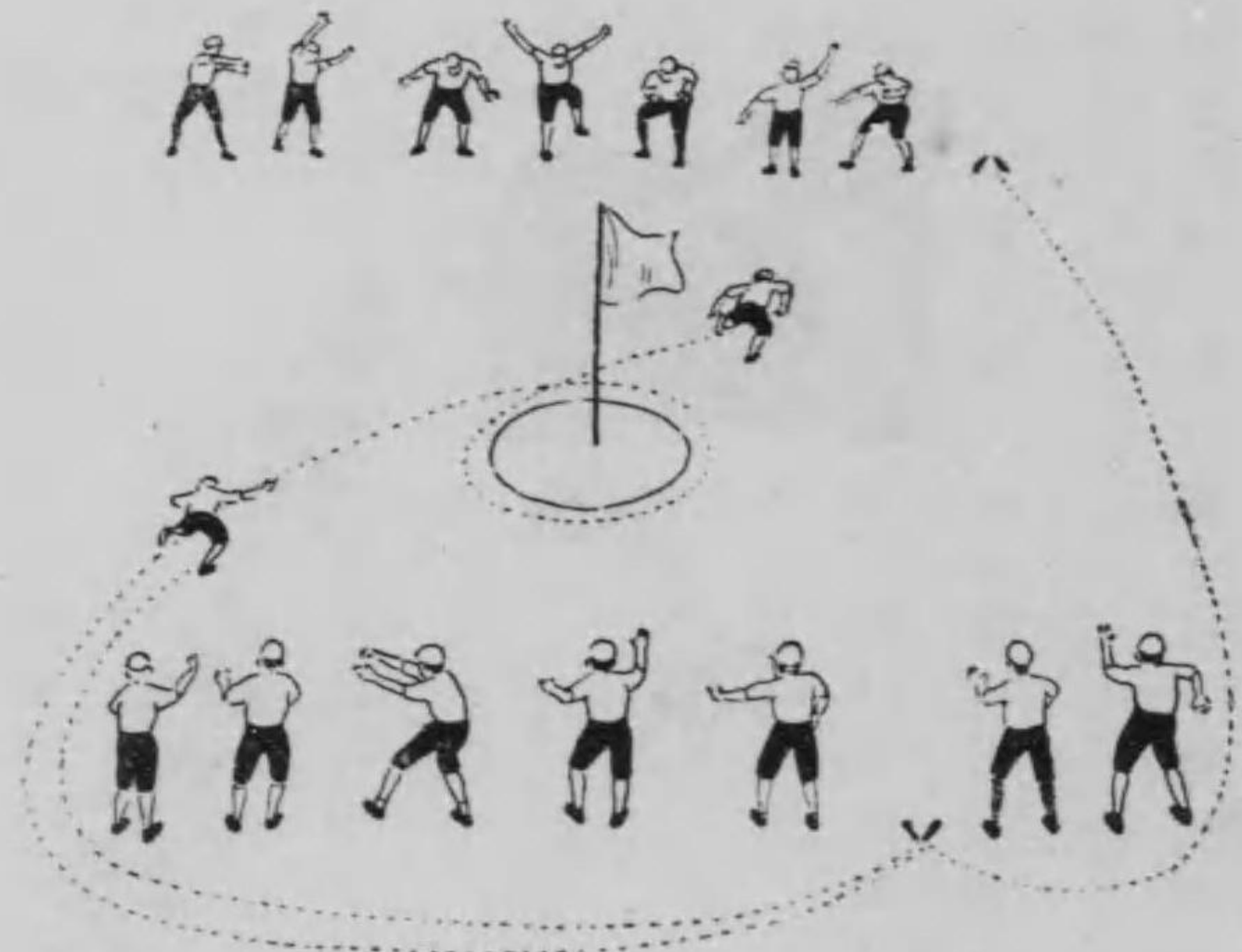
周圍を走るは割合に疲勞し易きものなれば、鬼の永く續くことなきやう注意すべし。

九、輪廻人捕

方法 紅白二組に分ちて第四百十一圖の如く相對向せしむ。中央には一本の旗を立て、其の周圍に圓を劃す。一方の組より一名の被捕者を選出し置く。

「始メ」にて被捕者は出てて敵の背後に廻り、一生の背を軽く打ち、中央なる輪を廻りて元位置を目掛け走り去る。打たれたるものは捕者となり、之れを追ひて被捕者の元位置に歸らざる間に捕ふるなり。若し之れを捕へたる場合は一定の場所收容所に連行き、次には被捕者となり前同様になす。捕者不幸にして捕へ

第四百一十一圖



能はざる時には被捕者は元位置に歸り、捕者は捕へ得るまで此の方法を繰返すものとす。斯くて捕へられたるものの多き組を敗とす。

注意 捕者は被捕者の輪を廻る際には、逆に廻りて之れを捕ふるを得るなり。

同一兒童或は己れより弱き者のみを捕者となすことあり。成るべく未だ捕者とならざるものの背を打つべきやう注意すべし。

一〇、擬馬競走

用具 旗紅白

圖 二 十 四 百 第



方法 第四百十二圖の如く紅白に分ちて並列せしめ、前方適當の距離に旗を立つ。而して四人を以つて一組となし、馬を作らしむ。馬を作るには一人は前に、二人は其の後に立ち、後方左側のものは右手を、右側のものは左手を前の一人の双肩にかけ、前の一人の左手と後方左側の一人の左手と、又右側の一人の右手と前のものの右手と組ませてあぶみとなし、騎兵を乗らしる用意をなす。

「始メ」にて第一組は走り出て、前方の旗を一週して返り来る。之れと同時に第二組は前者の如くす。斯くして順次旗を廻り來り、最終のもの速く返り來りたる組を勝とす。

注意 列線に返り來りたる場合には、軽く次番者の手を打ちて合圖となすか、又は馬上より旗を渡すか、或は布片を渡さしむるを便とす。

丙、全身を動かすもの

イ、同時に活動するもの

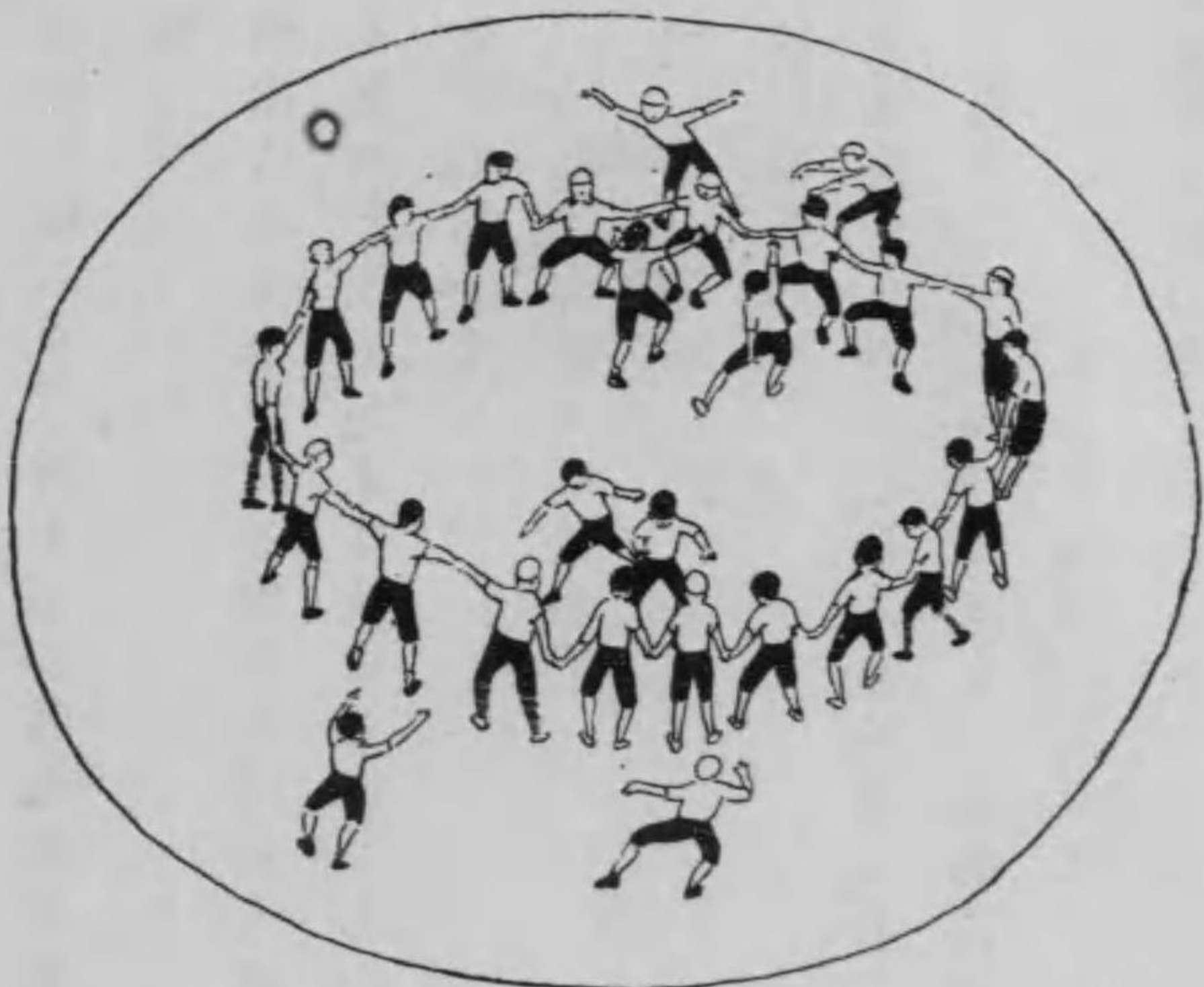
一、猫と鼠

用具 紅白帽各四

方法 全兒童を一行とし、互に連手せしめて圓形を作る。別に四人の猫を選出し、紅帽を被らしめて圓外に置く。又他に四人の鼠を選び、白帽を被らしめて圓内に入らしむ。而して圓列の外方には適當の廣さを有する外圓を畫くか、又は方形を畫き、鼠の逃げ廻る區域を定め置くを可とす。

「始メ」にて猫は圓内に入りて、鼠を捕へんとし、鼠は捕へられじと圓内を逃げ廻は

圖 三 十 四 百 第



る。圓列線上にある兒童は互に手を上下して猫の圓内に入るを防ぐ。猫は種々策を回らして圓内に入りて鼠を捕へんとす。猫若し圓内に進入すれば、鼠は隨意圓外に出て、一定の範圍内に於いて逃げ廻はり、或は圓内に入る。圓列線上なるものは、常に手を上下して其の場合に應じ、猫の出入を妨害して鼠の安全を計らんとす。斯くて鼠遂に盡く捕へらるるに至り、更に次の猫鼠を定めて、此の方法を繰り返すものとす。

注意 圓列線上のものは猫の出入

を防がんとし、脚を屈し或は脚を以つて妨害するが如き事なからしむべし。必ず手を上下するのみにて防がしむるを可とす。

次の猫鼠を定むる際には、一定の順序によるか或は一々指名して、全兒童をして其の何れかに當らしむやうになすべし。

猫鼠の數は適宜増減して行はしめて可なり。

二、毬入競争

用具 紅白毬、兒童數の二倍若くは三倍位、籠又は網二箇

方法 圖の如く東西に籠又は網を吊したる竿を立て、兒童を紅白に分ちて之れに二三箇宛の毬を與へ置くなり。

「用意」にて各毬を投げ入るゝ準備をなす。「始メ」にて毬を籠の中に投入るゝなり。而して毬の全部を速く投入したる組を勝とす。或は時間を定めて、其の間に多く投入したる組を勝としても可なり。

若し敵の毬の轉がり來りたる時は、之れを拾ひて遠く投げ棄て、敵の妨害をなすは妨なし。

圖 四 十 四 百 第



注意 籠は二箇を要するとは限らず、一箇にても宜し。或は二箇の籠を一本の竿に吊しても可なり。

投入せる毬を數ふる時は、兒童をして互に敵の毬を一齊に數へしむるを可とす。

此の如き亂れ勝なる遊技にありては、一勝負毎に必ず整列せしむる必要あり。

「止メ」の合圖ありたる時は、直ちに毬を投入することなからしむるやうに注意すべし。

兒童は毬を投ぐる時籠をも

圖 五 十 四 百 第



見ず、唯空中に投ぐるが如きことあり、善く狙を定めて巧に籠中に入るるやう注意せしめざるべからず。

毬は豫め竿の周圍に轉がし置きて、「始メ」にて直ちに走り行きて之れを拾ひつゝ、投げ入れしむるも可なり。

三、達磨落

用具 達磨二箇、毬少し重きもの(兒童數の二三倍)

方法 全兒童を二分し、各列の前方適當の距離に第四百四十五圖の如く達磨を装置す。

「用意」にて各兒童は毬を手にして前面なる達磨に投付け、之れを落さん

とするなり。

「始メ」にて善く狙を定めて投げ始む。而して速く達磨を地上に落したる組を勝とす。

若し敵の毬の轉がり來りたる時は、遠く投げ去りて敵の妨害をなすを許すも面白し。

注意 毬を投げる時は空に投げ棄てず、一々達磨を目掛けて投げ付くるやうにせしむべし。

毬は最初地上に轉がし置き、「始メ」にて直ちに拾ひつゝ、投げしめても宜し。

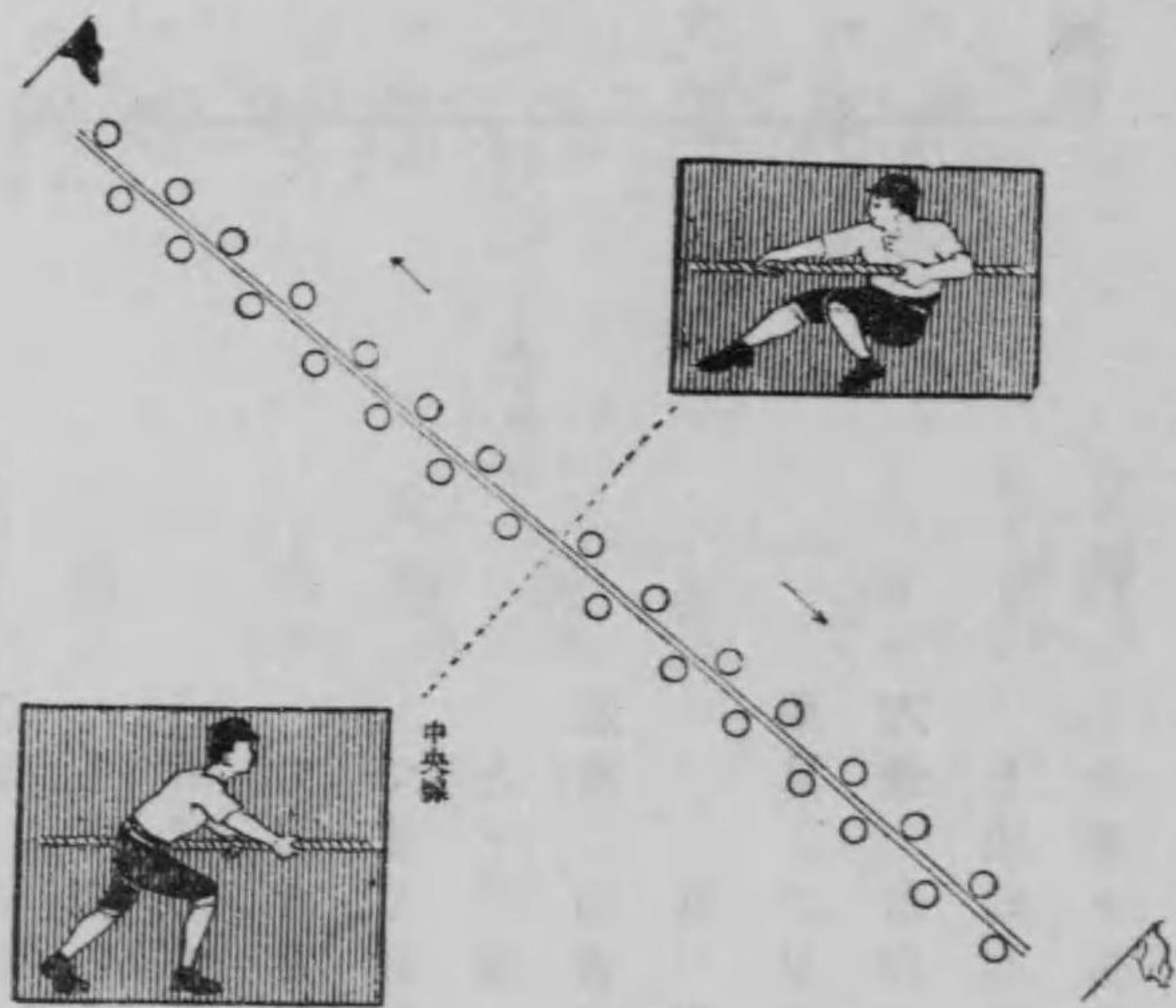
四、綱引 其の一

用具 大綱(中心點を附したるもの) 旗紅白各一本

方法 全兒童を二分し、第四百四十六圖の如く排置す。旗と旗との中央には中央を示す一線あるを便とす。

「用意」にて各兒童は同時に綱を手にし、腰を下げて次の合圖を待つ。「始メ」にて一方の組は調子を揃へて引く、其の間他の組は引くことをなさず、單に支持するの

第四百四十六圖



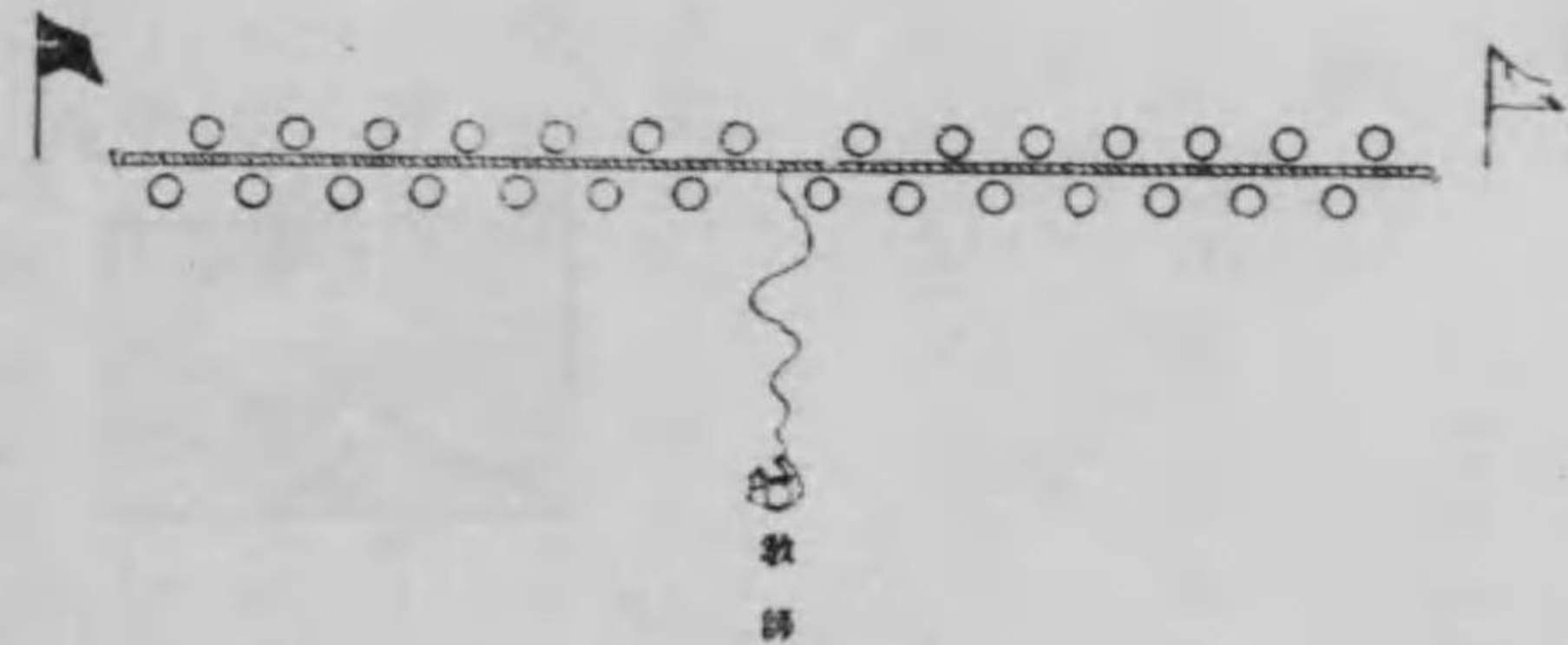
同上、其の二

前篇 第二章 教授の材料

みに止め、次に一齊に味方の方に引く、斯くて一方の引く間は他は遠く引き去られざる如くし、交互に之れを行はしむ。而して早く味方の旗の在る所まで引き著けたる組を勝とす。

注意 引く力は其の向により各得意あるものなれば時々其の位置を交換せしむるを可とす。又一回毎に位置を變更して、地の利を平等ならしむるを要す。

圖七十四百第



用具 大綱(中央に三間計りの紐を附したるもの)
方法 全兒童を紅白に分ち、教師は紐の一端を持ちて網の中央約一間計り離れたる地位に立つ。用意にて各兒童網を取るは前に同じ。始めにて前者と同じく一方の組より引き始む。斯くて速く教師の持てる紐を引き取りたる組を勝とす。

注意 前者に同じ。

五、對列フットボール

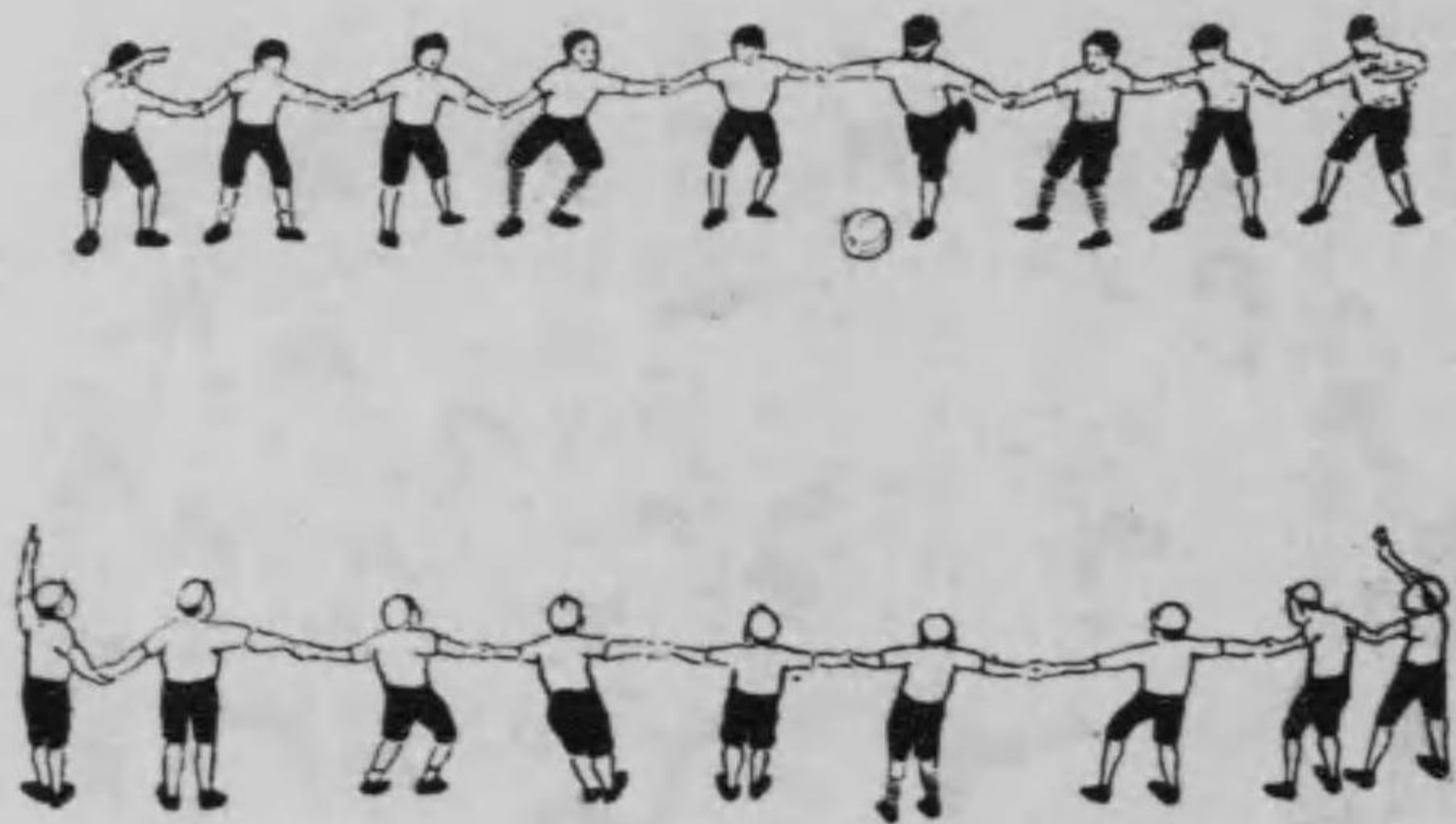
用具 フットボール一箇

方法 紅白の二組に分ち、第四百四十八圖の如く手を連結して相對向せしむ。

ボールをして敵の頭上を越えしむれば勝とす。されば全列何れもボールに注

兩組とも連手の儘一進一退してボールを蹴り、

圖八十四百第



意し、又之れを蹴る人の便利のやうに行動するなり。ボールは何人にも自己の前に來りたる時蹴るものとす。又ボールが頭上に來りたる時は、急に後方に退却して、ボールの後方に越えざるやうにす。時には頭を以つて之れを止むるも可なり。

注意 演技中手を放つことなからしむべし。若し手を放ちたるものある時には敗者とするを可とす。

ボールの列外に出でたる時は兩側の兒童をして取り來らしむべし。

一進一退の行動は困難なるものなれば、最初は便宜教師は交互に「紅」白と呼びて

圖九十四百第



蹴るべき組を指定して、其の
法を知らしむるを宜しとす。

六、デットボール

用具 フットボール一箇 紅白
帽

方法 紅白の二組に分ち、手拳を
以つて攻守を定む。攻撃軍は
内方に向ひたる圓列を作り、守
備軍は其の圓内に入る。

「始メ」にて攻撃軍はボールを敵
に投げ付く。守備軍はボール
に觸れざるやう圓内を逃げ廻
はる。ボールが身體の何れの
部に觸るゝも、其のものは戦死

者と見倣して圓外に出てしむ。自らボールに觸るゝ場合も亦同じ。斯くて、全
部戦死するに至れば、攻守交代して同様に戦闘す。勝敗は敵を全滅せしめたる
時間を以つて決するものとす。但し時間の都合によりては斃すべき人数を限
るを可とす。

注意 ボールは足にて蹴ることなきものとす。

攻撃軍はボールの列外に出てざるやうに受止め、直ちに兩手を以つて投げ付く
るなり。敵の態度の整はぬ中投げ付くるは最も良法なるものなれば、永くボ
ールを保持することなからしむべし。

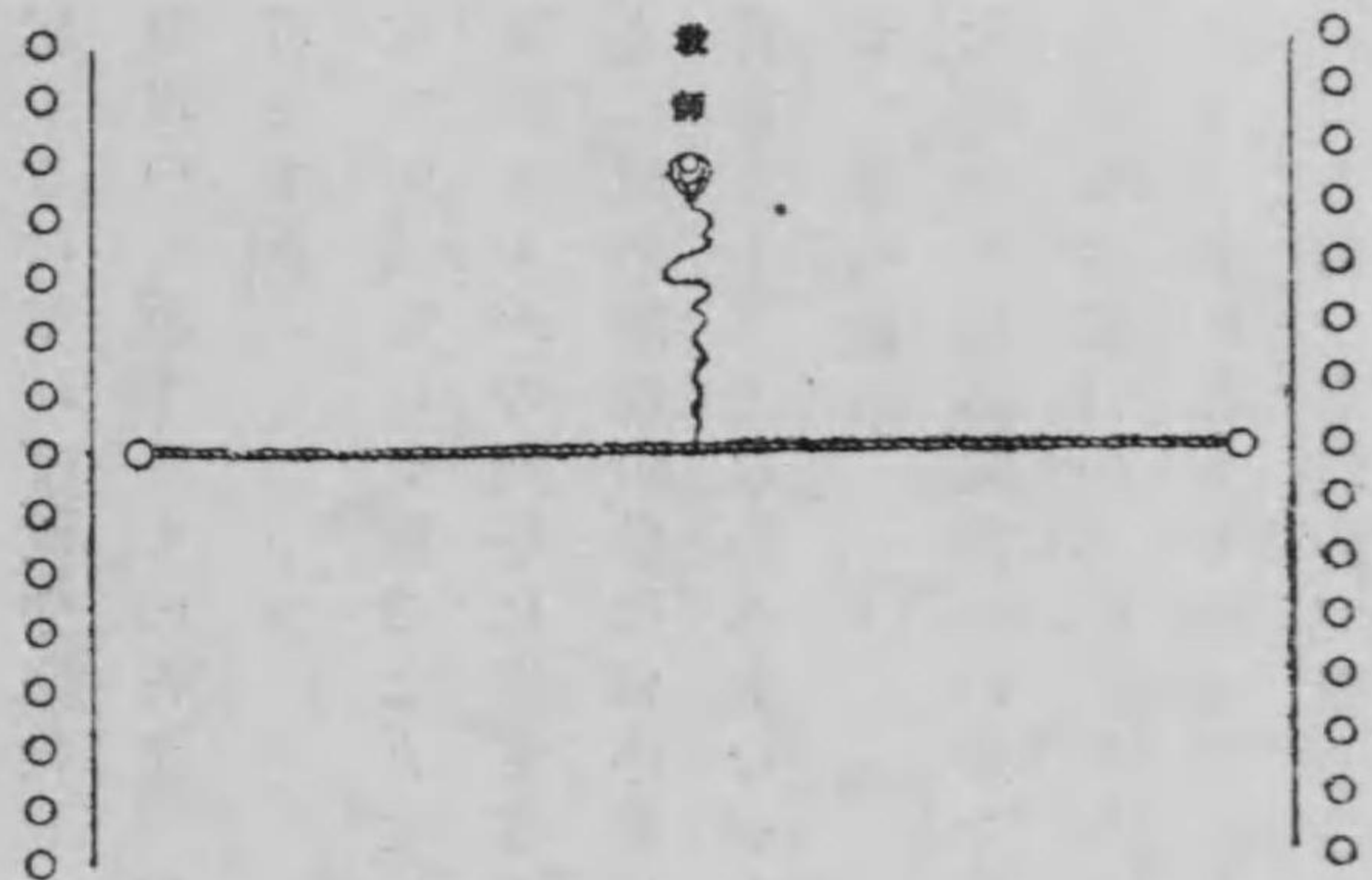
七、(飛付綱引)

用具 大綱(中央に三間計りの紐を附けたるもの)

方法 全兒童を紅白の二組に分ち、第五百五十圖の如く排置す。教師は綱の中央約
一間計りの處に在りて紐を手にする。

「用意」にて各組一名宛の兒童を選出して、味方の綱の一端を取らしむ。(此の際は
唯綱を張るのみにて互に引き合ふことなからしむべし)。「始メ」にて紅白の二軍

圖 十 五 百 第



は同時に適宜の場所につきて、直ちに網を引き合ふものなり。勝敗は教師の手にせる紐を速く引き盡すによりて決せらる。

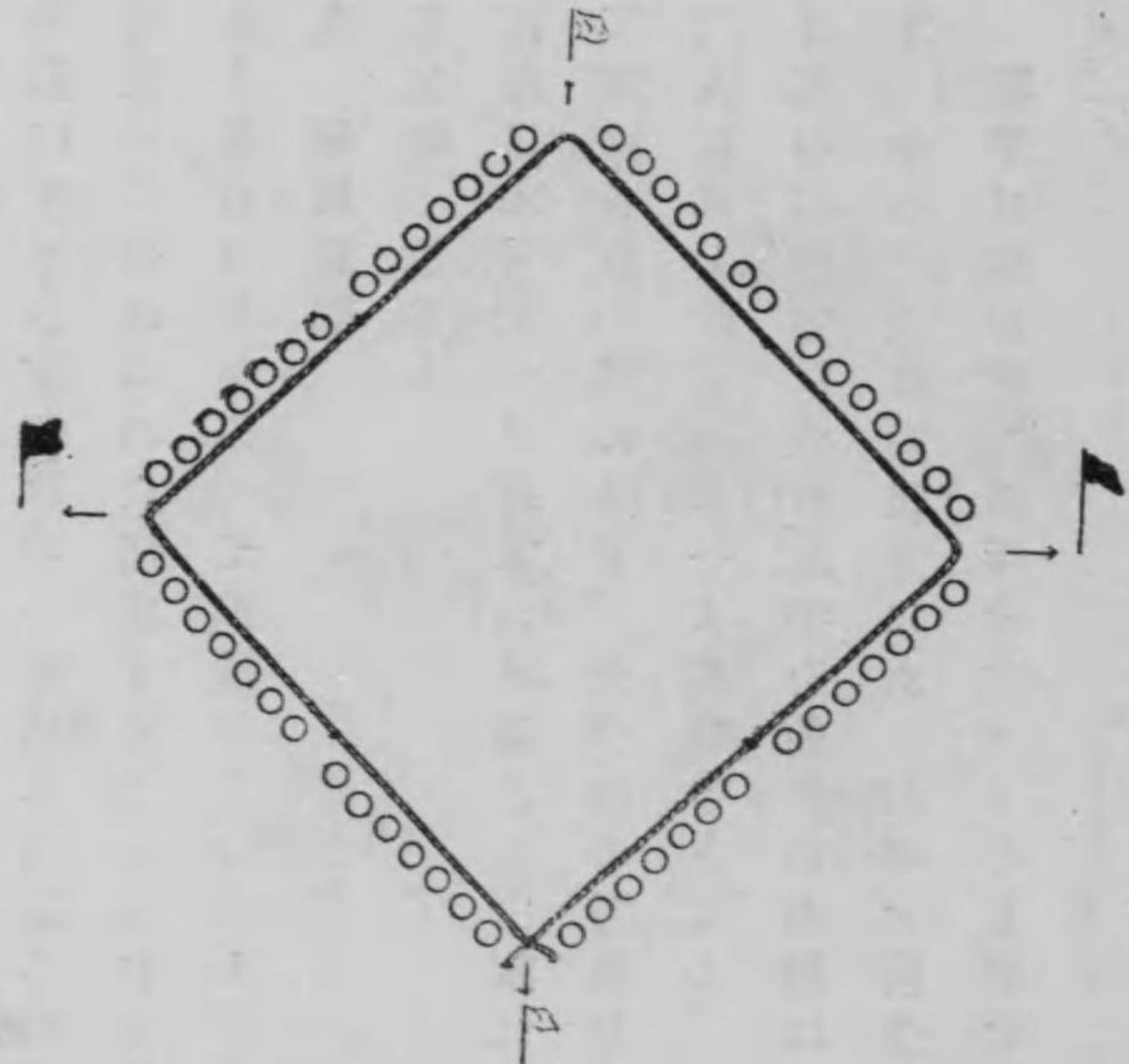
注意 網に飛び付く際は混雑を生じ、味方の不利に陥り易きを以つて、豫め網の左右側に行くべきものを定め置くを可とす。

八、方形網引

用具 大綱(兩端を結び合せて四角とし各邊の中央に中心點を附したるもの) 旗四本。

方法 兒童を四分して甲・乙・丙・丁の四組に分つ。而して其の各を更に二分し、

圖 一 十 五 百 第



各組共第百五十一圖の如く網の四邊の中或る一邊の半分と他邊の半分とに各其の位置を占むるなり。「始メ」にて各組は自己の方に置かれたる旗の方向に引き始む。而して早く旗まで引き著けたる組を第一等とし、以下順次二等三等四等と定むるなり。

注意 豫め四組の力を

略同一になる様四等分し置くこと必要なり。
此の勝敗は甲・乙・丙・丁何れの一組にても怠る時は、之れに相對せる一組は最も利益を得、他の二組は爲めに迷惑することなれば、自己の組のみならず、他の組に對しても十分の責任を以つて演技せしむべし。

九、擬馬戰闘

用具 紅白帽 旗四本

方法 紅旗二本を立てて紅軍の陣地とし、白旗二本を立てて白軍の陣地とす。紅白の二軍は各旗の間に陣す。先づ四の番號を稱へしめて組を作らしむ。四人の中三人は馬を作り、他の一人は騎手となる。馬の作り方は一人前に立ち、他の一人は其の右後方に立ち、左手を前生の右肩に置き、右手を以つて前生の右手と組合す。他の一人は左後方にあり、右手を前生の肩にし、左手は前生の左手と組合す。騎手は組合せたる手をアブミとし、肩にせる兩手を鞍として其の上に乗るなり。

〔用意〕にて各組は馬を作り、騎手は其の上に乗る。〔始メ〕にて各敵を目掛けて突進

圖 二 十 五 百 第

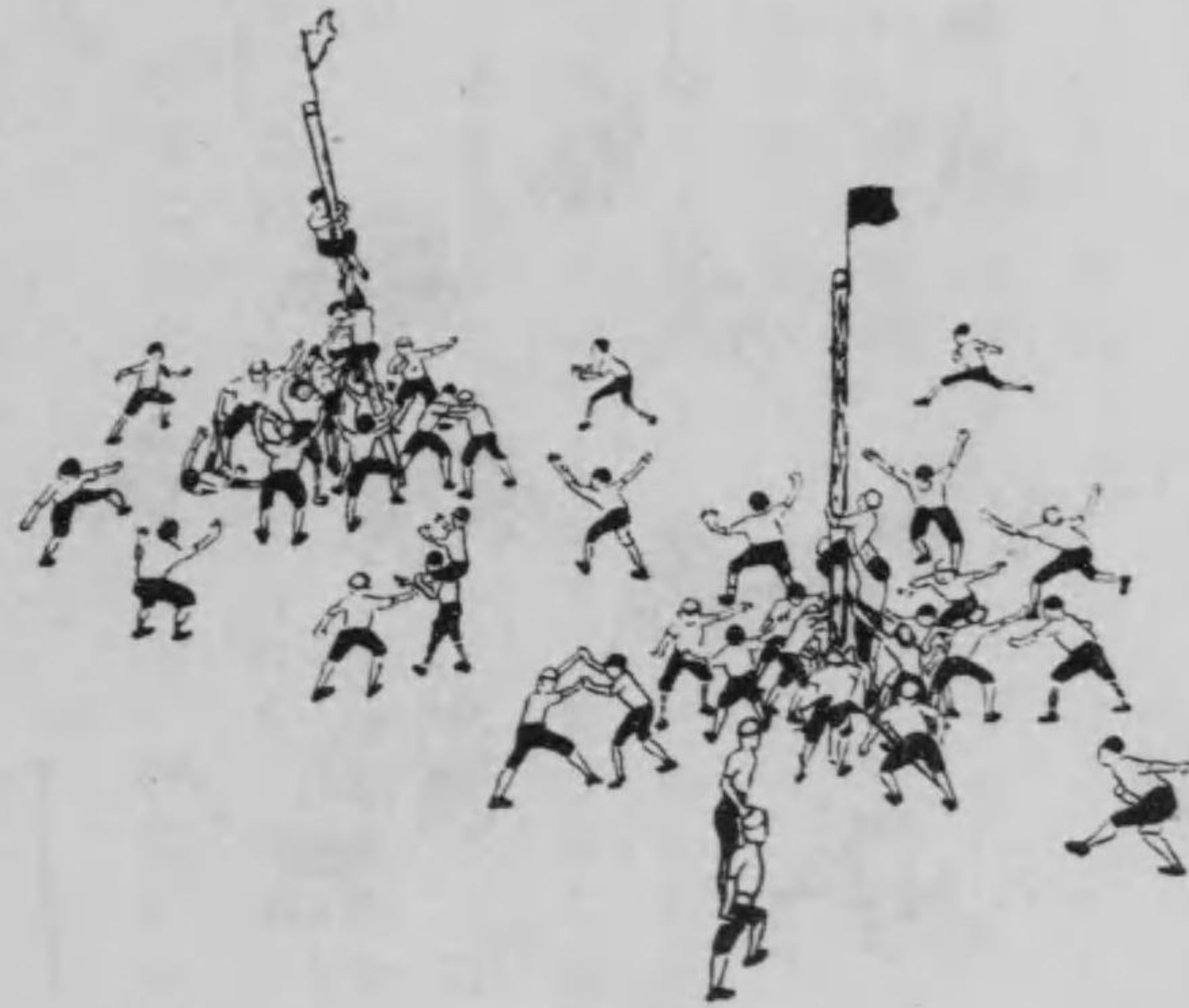


し、互に馬上にて組合ふなり。
而して落馬せるものは戰死者として直ちに陣地に歸る。斯くて最終まで生存者ある組を勝とす。

又騎手の帽子或は鉢巻等を取合せしめて、勝敗を決する如く行はしむるも可なり。

注意 組打の際は必ず一騎打とし、且つ必ず前方よりせしむるを要す。然らざれば危険少からず。組合中は常に兒童の行動に注意し、騎手の頭より落手せざるやうにすべし。

圖三十五百第



演技場は豫め危険物を除去し置くこと肝要なり。

一〇、棒倒

用具 棒二本(長さ二間位のもの) 紅白帽

方法 紅白の二組に分ち、適當の距離に棒を立つ。棒を立つるには地を穿ち、約三尺位棒を埋むるを可とす。

「始メ」にて各組は攻撃軍と防禦軍とに分かれ、攻撃軍は敵の陣内に入り、棒を攀ぢ登り、之れを倒さんとす。防禦軍は之れを妨害し登らしめざ

圖四十五百第



らんとす。斯くて速く棒を倒したる組を勝とす。

注意 攻撃軍と防禦軍との間に往々暴舉をなすことあるを以つて、腕力に訴へざるやう注意すべし。

又一間半位の竹を用ひ、地中に埋むることなく、防禦軍之れを保持して戦はしむるも可なり。

一一、共同相撲

用具 紅白帽

方法 全兒童を紅白に分つ。

「始メ」にて各兒童は一齊に前

進し、任意敵者を選びて相撲を開始す。敗者は直ちに一定の場所に集合す。一勝者は尙進みて敵と戦ふを得るなり。斯くて全兒童敗北したる組を負とす。

注意 勝負に長時間を要することあれば、合圖にて中止せしめ、残れる兒童數の多き組を勝とするも可なり。演技場は成るべく石木片等を除去し、危険なきやうになすべし。教師は常に場内を馳せ巡りて危険なきやう注意すべし。

相撲の際は必ず前方より爲すべきこと及び敵者と互に手を打合せて合圖せしむるを可とす。

一二、片脚相撲

用具 紅白帽

方法 紅白に分ち、各自片手を以つて一方の脚を握らしめ、片手片脚を以つて相撲はしむるやうになさしむ。

「始メ」にて各兒童は前進し、任意に敵者を定めて戦闘を開始す。此の際は成るべく敵者と手を打合せて合圖とし、夫れより相撲はしむるやうにすべし。脚を握れる手を放すか又は倒れたるものは敗者とす。勝者は尙引續きて他のものと

第五百五十五圖



戦ふを得れども、敗者は退きて一定の場所に控ゆるものとす。斯くて勝者の多き組を勝とす。

注意 戦闘中敵者の衣服等を捉ふることなからしむべし。敵の後方より向ふことなからしむべし。

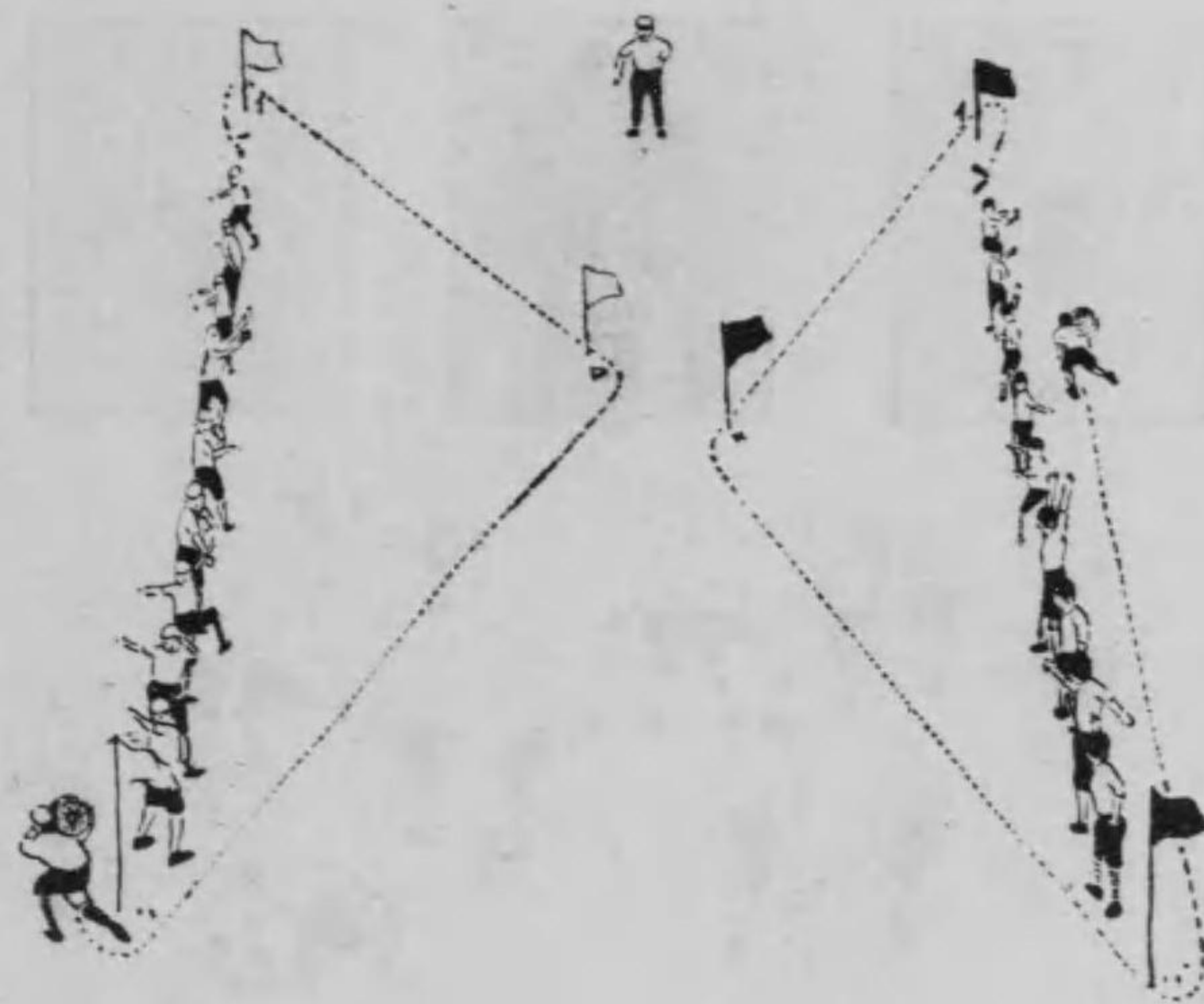
口、順次に活動するもの。

一、俵運競争

用具 俵二俵 紅白旗各三本

用法 第五百五十六圖の如

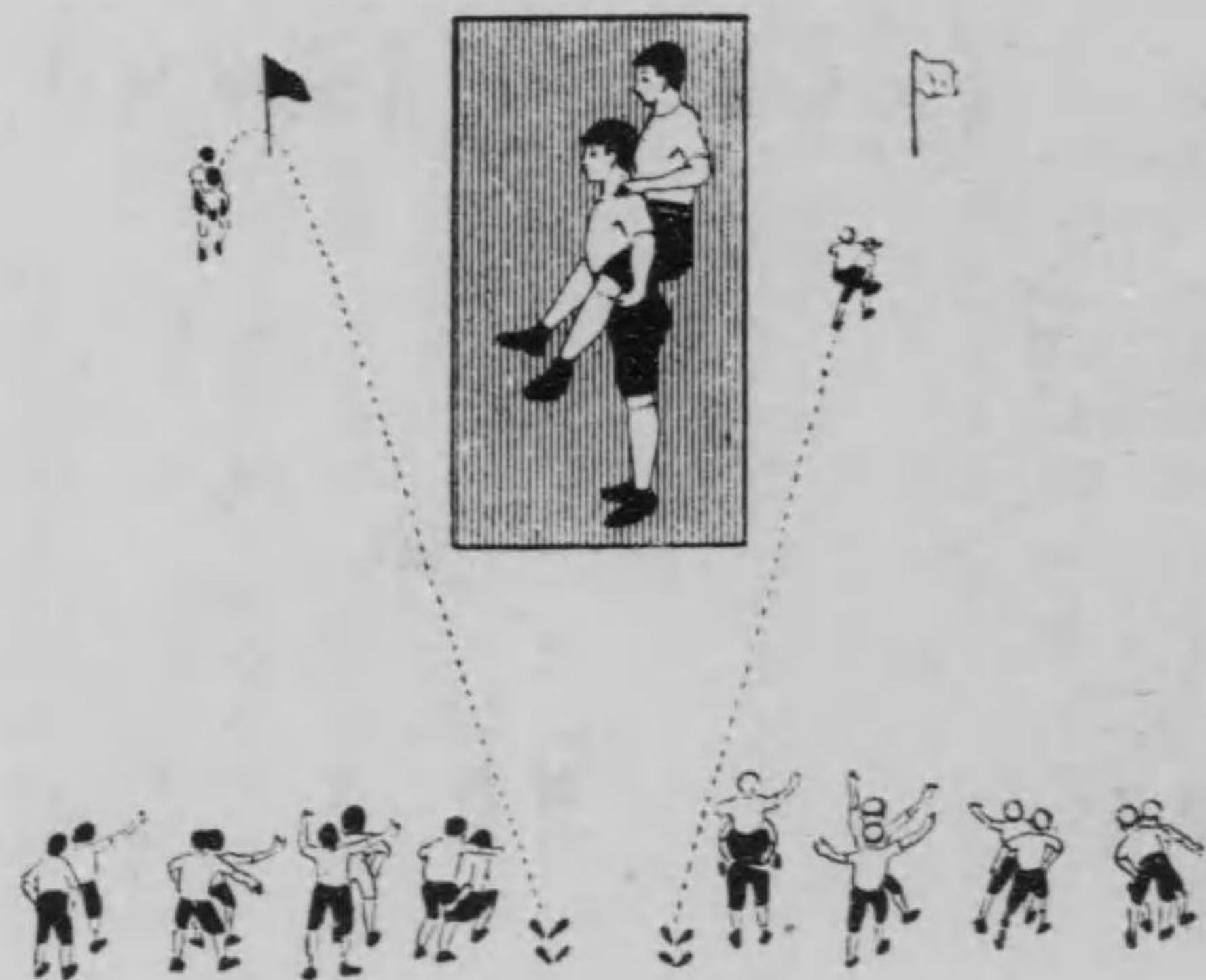
圖六十五百第



く三本宛の旗を立て、児童を二分して相對向せしむ。
 「用意」にて第一位のものは俵を擔ぎて走り出す準備をなす。「始メ」にて前面なる(ロ)の旗を廻り、列の後方を過ぎて次者に渡す。次者は又之れを擔ぎて(イ)の旗を廻り、前者の如くにして第三者に渡す。斯くて順次俵を運びて最終のものに至れば、最終者は教師の許に運び行く。而して其の最も速き組を勝とす。

注意 俵を渡すには叮嚀に次

圖七十五百第



者の肩に載するやうにせしむべし。
 俵の重量は學年にて差あり。

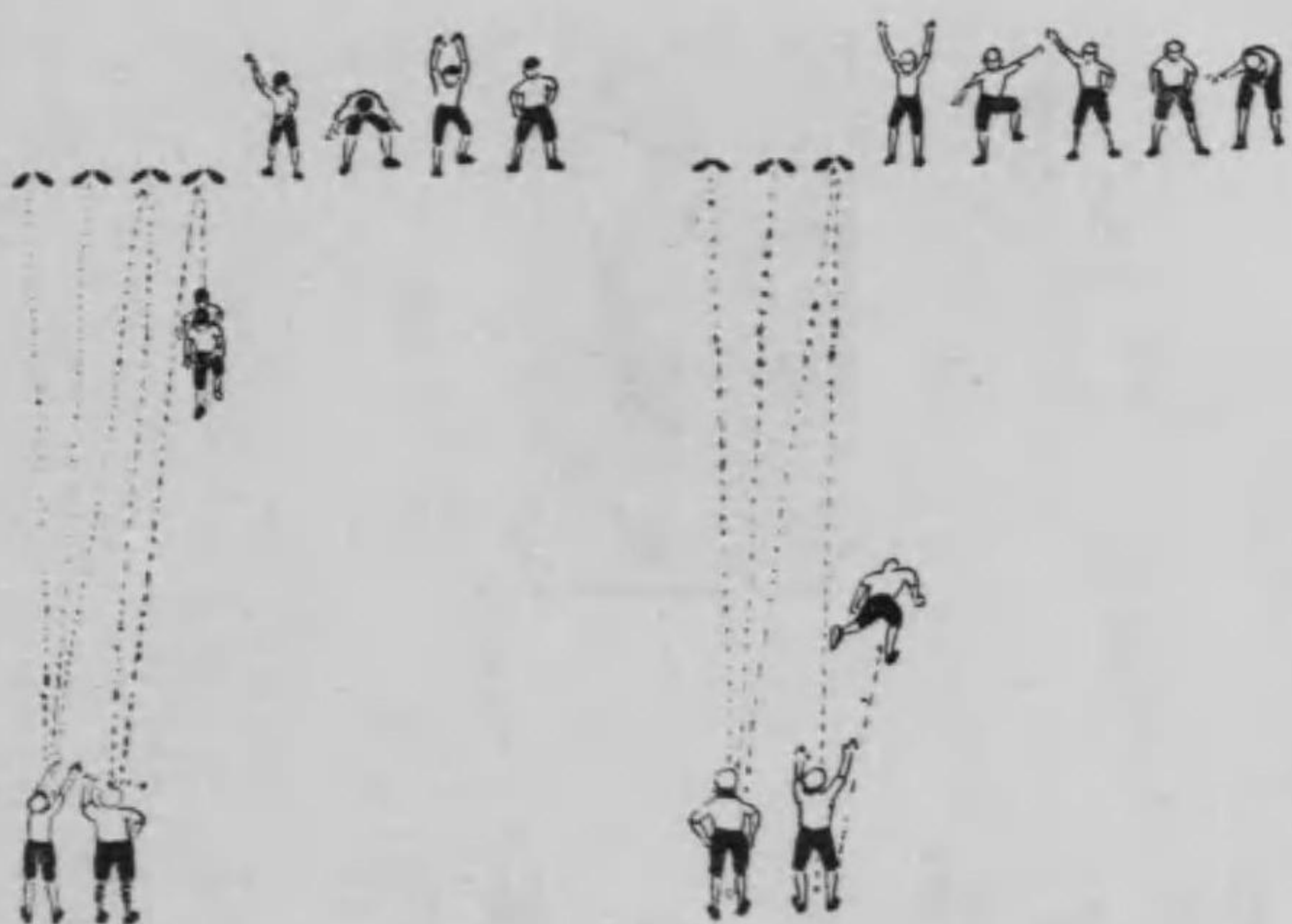
二、人送競争

1. 負送するもの

用具 旗二本

方法 第百五十七圖の如く紅白に分ちて二列に並ばしめ、前方適當の距離に旗を立つ。「用意」にて第一組の前者は後者を負ひて走り出す準備をなす。「始メ」にて前方に走り出て、所定の旗の後方に至りて、被負者は負者を負ひ直し

第五百八十八圖



て元の位置に歸り來り、第二組の被負者の手を軽く打ちて合圖とす。第二組は其の間に準備をなし置き、合圖と共に走り出てて前者の如くす。斯くて速く全部を送り了りし組を勝とす。又第五百五十八圖の如く一列に並列せしめ、第一番は第二番を負ひて走り、所定の場所に至りて卸し、己れは其處に止まりて新列を作る。被負者は直ちに走り返りて第三番を負ひ來り、前者の如くす。斯くて順次送りて速く新列の方に送り了りし組を勝とす。

注意 整列の際は身長順よりも體力順による方、便多きものとす。

負ふて走ることには困難にして、往々倒るゝことありて危険なれば、負ふ方法を善く知らしむること必要なり。

2. 抱送するもの

用具 旗二本

方法 前者と同じく一生は他生を後より抱き上げて送るものなり。其の他は凡べて前者と同じ。

注意 負送するものに同じ。

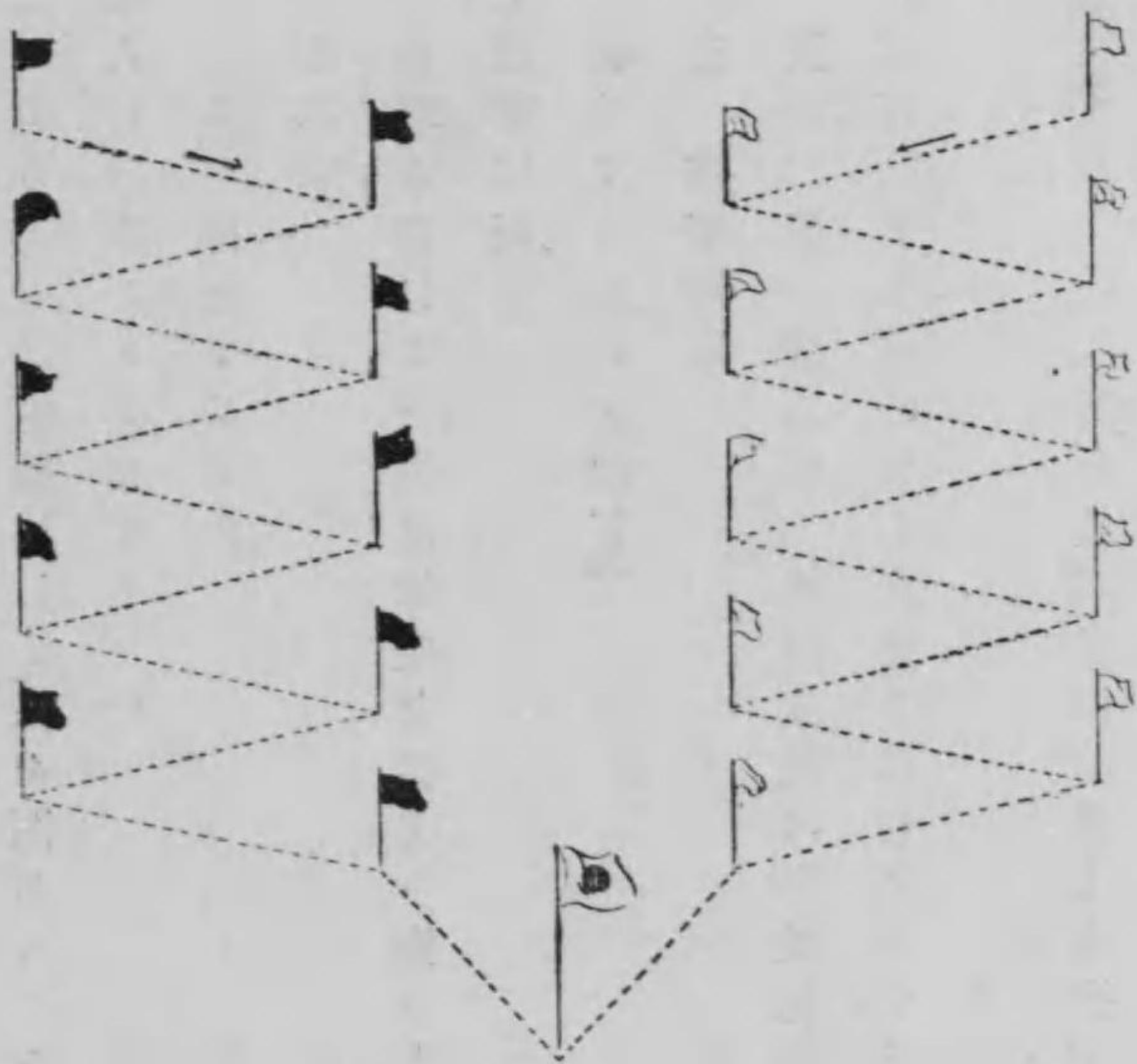
三、擔架競争

用具 擔架二箇 俵二俵 旗(兒童數の半數他に決勝點に一本)

方法 第五百五十九圖の如く旗を千鳥形に立て、旗下に二名づつを一組として立たしむ。

「用意にて第一位なる兒童二名は前後より擔架を擔ひ、走り出す準備をなす。始メにて直ちに駆出し、第二位者の所に至りて叮嚀に擔架を渡し、己れは第二位者

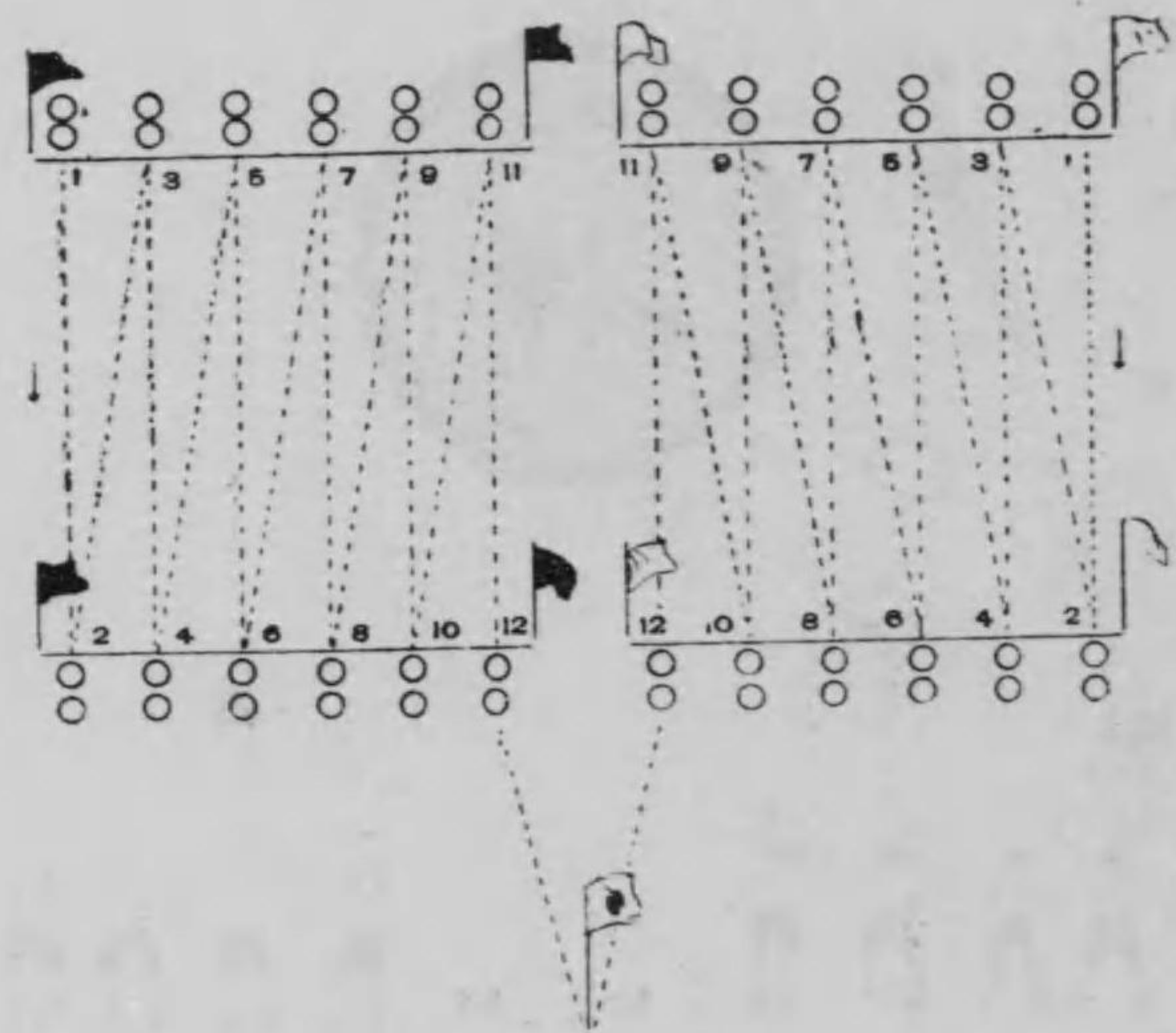
圖九十五百第



の場所に停止す。第二位者は擔架を受取り、直ちに駈出して第三位者に送る。斯くて順次擔架を送り、最終者に至れば、決勝點に運び行く、而して其の速き組を勝者とす。

又第六十圖の如くにして第一組は走りて第二の組に渡し、其の儘其の場所に止まり、第二組は第三の組に渡す。斯くして最後の組は定められたる決勝點に持ち行くものとして

圖十六百第



も宜し。

注意 途中に於いて誤りて擔架を落し、中の俵飛び出したる場合は、元の如く整頓して再び駈出す者とす。擔架を渡す時は、最初は一旦次番者の前に下ろして渡すを良しとす。併し熟練するに従ひて直ちに擔架を手渡し、次番者は擔架の柄の下を潜りて受取る様になさしむべし。

四、輪拔競争

用具 輪四箇 紅白旗各一本
方法 第六十一圖の如く列

圖一十六百第

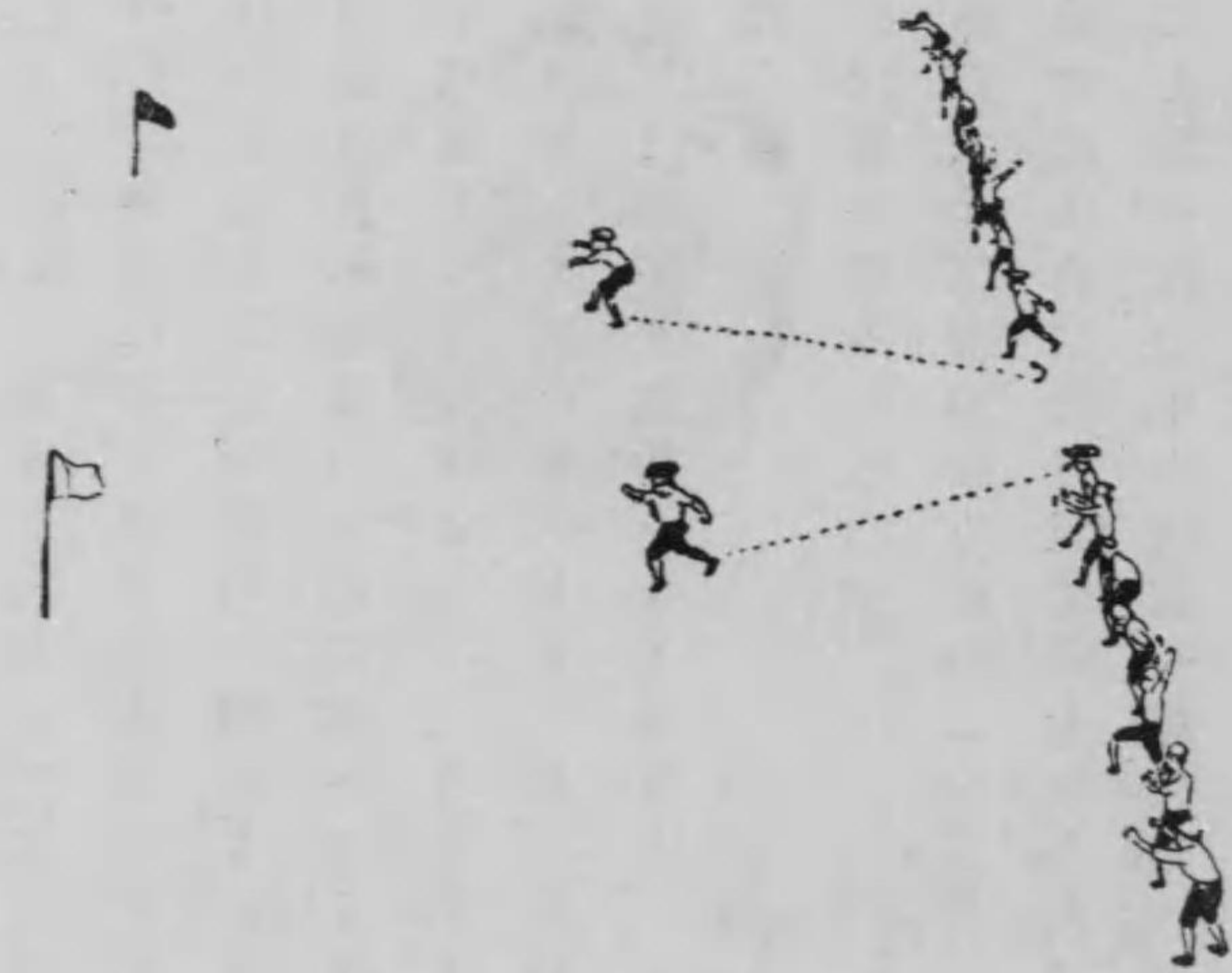


の前方約二間宛を隔て、二箇の輪を置き、其の前方に旗を立つ。

「始メ」にて第一者は走り出て一の輪を取り、頭上より抜き去り、次に二の輪を同様にして抜け、旗を廻りて第二者の手を軽く打つ。第二者は之れを合圖に走り出て前者の如くす。斯くして全部速く輪を抜け終りし組を勝とす。

注意 輪を一箇にして往復共抜けしむるも可なり。

圖二十六百第



輪は往々にして他に飛び去ることあれば、方形を畫き置きて常に其の中にあらしむるやうにするを可とす。

輪は鐵輪を用ひて之れに紅白の布を卷きたるもの或は竹を細く割りたるものに布を卷きたるものにて可宜し。

五、戴囊競争

用具 豆囊四箇 旗二本

方法 全兒童を紅白の二組に分ち、第百六十二圖の如く並列せしむ。

「用意」にて初めの二人は豆囊を

頭に載せ、走り出す準備をなす。「始メ」にて第一者は豆囊を落さざるやう注意しつゝ、走りて前面なる旗を一週して歸り來る。之れを見て第二者は前同様に走り出づ。其の間に第一者は豆囊を第三者に渡して用意せしむ。斯く順々に戴囊を以つて走り出て、全部のもの速く終りし組を勝とす。

注意 豆囊は豫め全部のものに與へ置くも可なり。

戴囊中は決して手を觸るゝことなからしむべし。若し落したる場合には一旦出發點に歸りて再び走らしむべし。併し斯かる場合に於いては直ちに拾ひ取りて頭上に載する規約とするも宜し。

六、蛙 飛

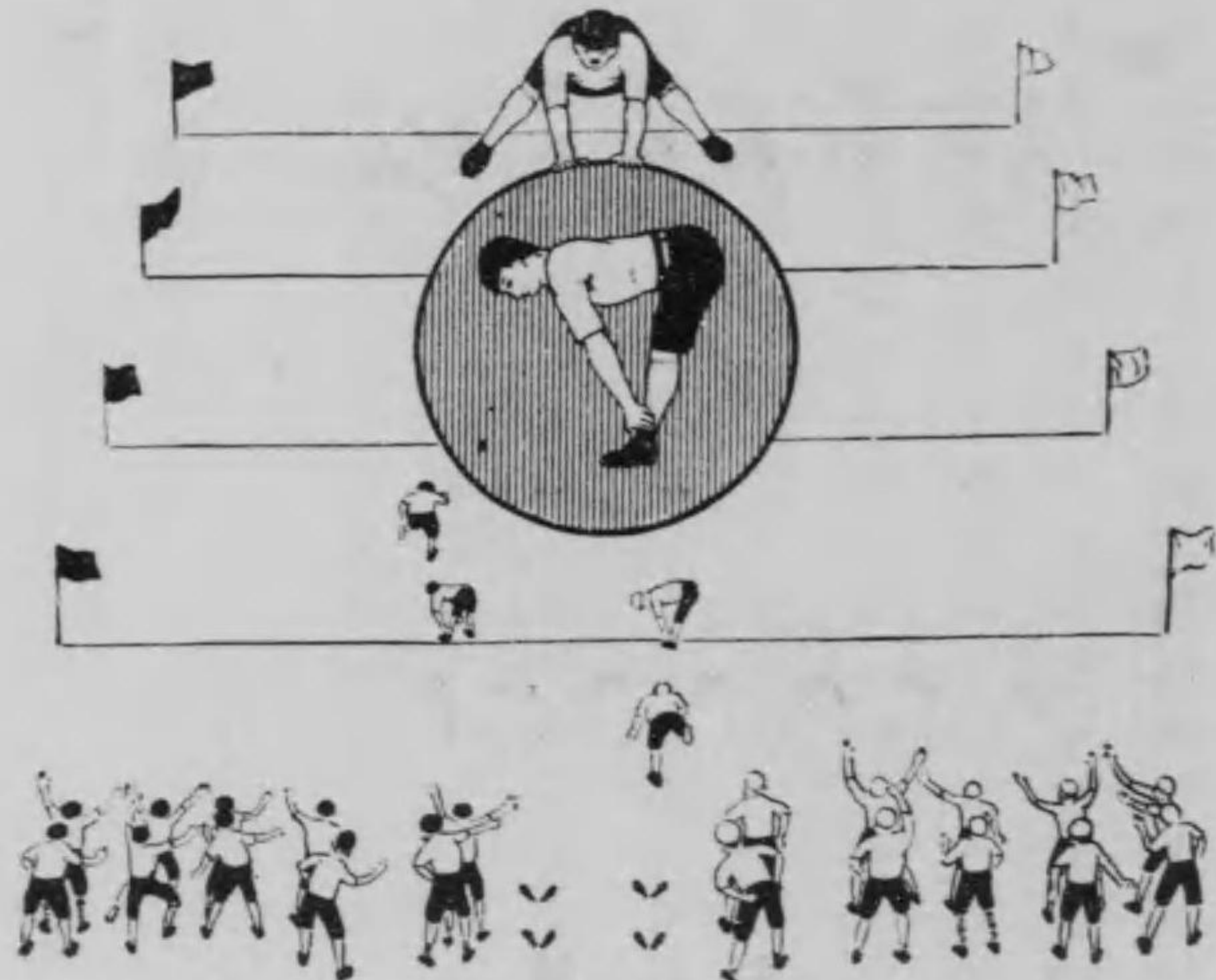
用具 紅白旗各四本 紅白帽

方法 第六十三圖の如く紅白に分ち、各二人を以つて一組として並列せしむ。

其の前方には約二間位宛間隔を置きたる所に線を劃す。

「始メ」にて第一組の甲生は第一線に走り行きて、上體を前屈し、兩手を以つて足首を握り、體の倒るゝを防ぐ。乙生は同じく走り來りて甲生の背に兩手を突き

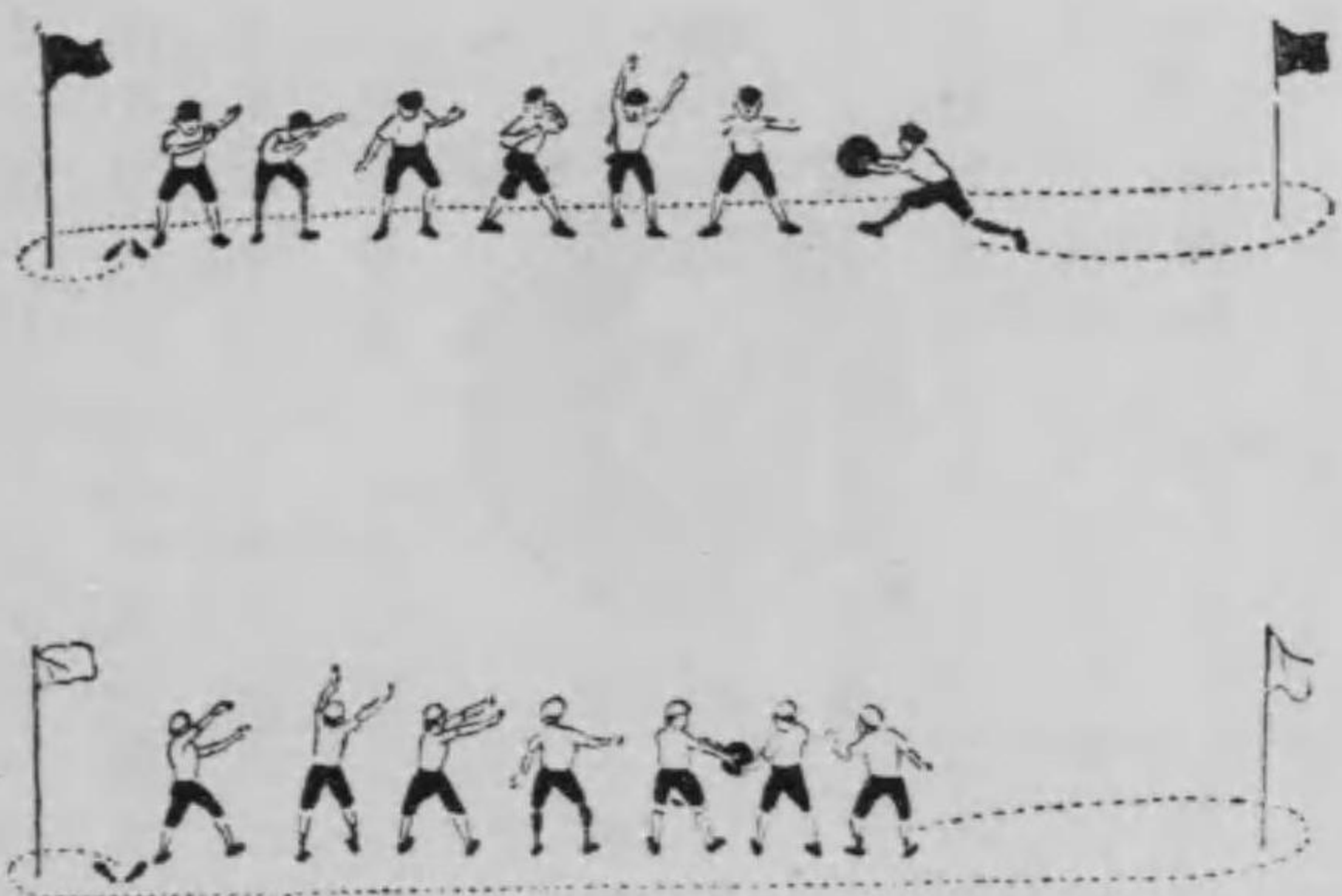
第百六十三圖



跳び越え、第二線に走りて甲生の如くす。甲生は又乙生の後を追ひ行き、直ちに乙生を跳び越ゆ。而して交互に之れを行ひて出發線に歸る。之れと同時に第二の組は前者の如くす。斯くて最終者の出發點に歸着することの速き組を勝とす。

注意 第一組の歸り來り、第二組の出發する際には、必ず軽く手を打ち合はせて合圖となすか、或は全く第一組の出發線内に入りしを見て後出

圖 四 十 六 百 第



發せしむるやうに注意すべし。然らざれば勝敗は不公平のものとなるなり。
跳臺となるものは必ず線上に横向になるを要す。

七、手渡ボール送

用具 フットボール二箇 旗紅白各二本

方法 全兒童を紅白に分ちて第六十四圖の如く相對向して並列せしむ。旗は一本は列の左側に、一本は右方列長と同じ距離の地點に立つ。

「用意の令にて先頭生はボールを手にし、他の兒童は開脚す。」始メにて先頭

生は體前よりボールを次番者に渡す。次番者は兩手にて之れを受取り、直ちに次の者に渡す。斯く順次ボールを手渡して列後生に至れば、列後生はボールを持ちたるまゝ走りて一方の旗を廻はり、列の前方を過ぎ、他の旗を廻はりて先頭生に渡す。斯くしてボールを左方に手渡しては之れを送り、遂に元の列の順に復歸すれば、最後のものはボールを教師の許に持ち行くものとす。而してボールを速く教師に渡したる組を勝とす。

注意 列後生には目標として紅白帽子を被らし置くを便とす。

列の亂れざるやう地上に線を劃し置くを可とす。

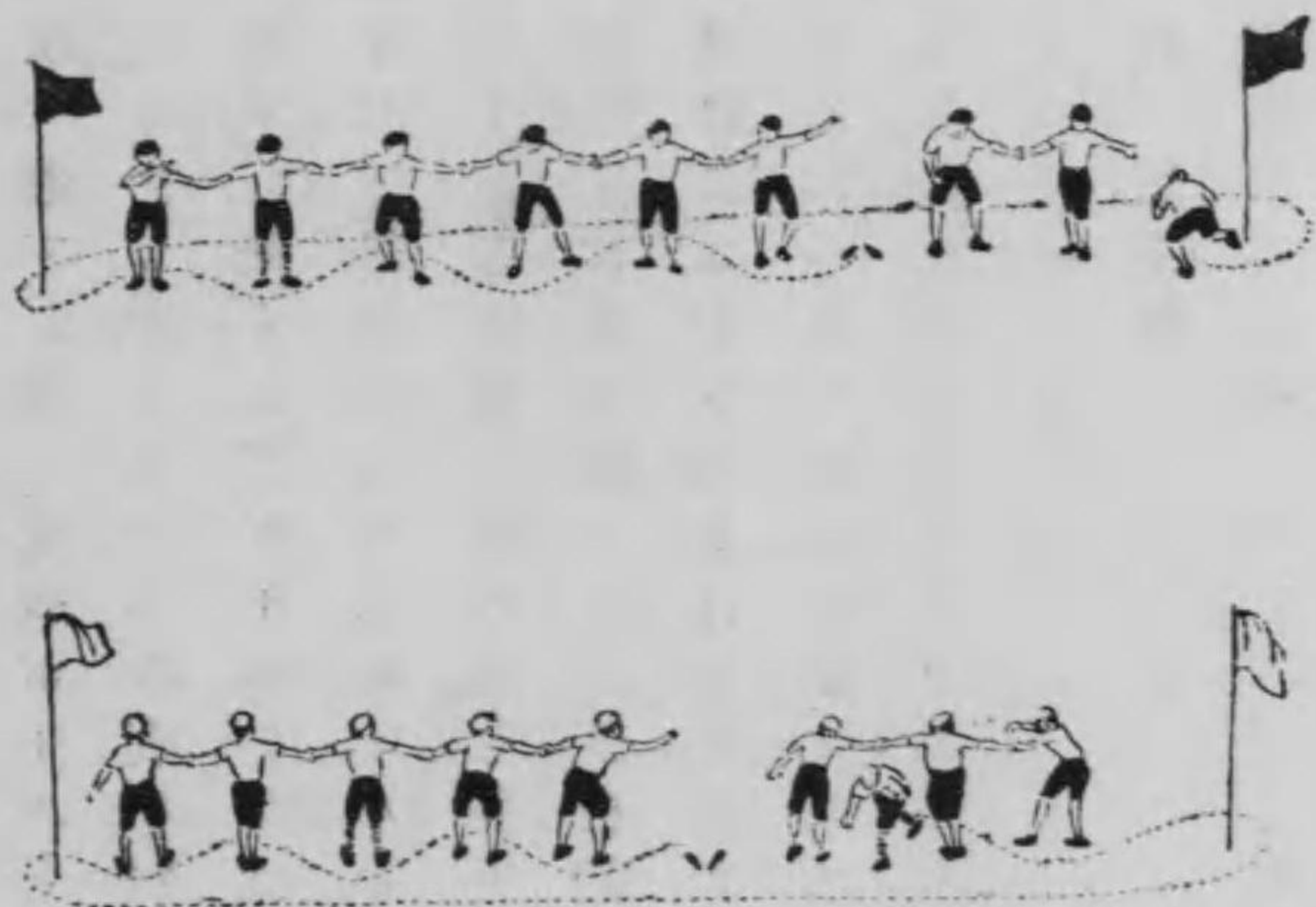
一回行ふのみにては或る組は右方にのみ送り、他の組は左方にのみ送ることとなりて、勝敗は不公平になり易きを以つて、少くも二回は之れを繰返して行ふを可とす。

八、腋下拔

用具 旗紅白各二本

方法 紅白に分ち第六十五圖の如く並列せしめ、互に手を連ねて其の腋の下を

圖五十六百第



人の抜けらるゝやうにせしむ。旗は其の兩端に立つ。
 「始メ」にて一方の端なる一人は、走りて次の者の腋下より順々に通り抜け、終れば兩側の旗を廻はりて、元の位置に來り、次番者の手を打つ、次番者は之れを合圖に走り前者の如くし、旗を廻はりて第一番の腋下を抜け元の位置に來る、斯くして順次之れを續行し、最終のもの速く抜けたりし組を勝とす。
 注意 各間隔はなし得るだけ廣くせしむべし。特に一旦抜け終りて元の位置に返りたる場合は、兎角狭く

なり易きものなれば、常に注意を要す。

九、腋下拔ボール送

用具 フットボール一箇、旗紅白各二本

方法 腋下拔と同じく互に手を連ねて並列せしむ。

「始メ」にて一方の端なる兒童はボールを抱へ、順々に腋の下を抜け兩側なる旗を廻はりて元の位置に返り、ボールを次番者に渡す。次番者はボールを受取り、之れを抱へて前者の如くす。斯くて順次ボールを受取りては腋下拔をなし、再び元の位置に返りて次番者にボールを渡すなり。而して最終のもの速く元の位置に返りたる組を勝とす。

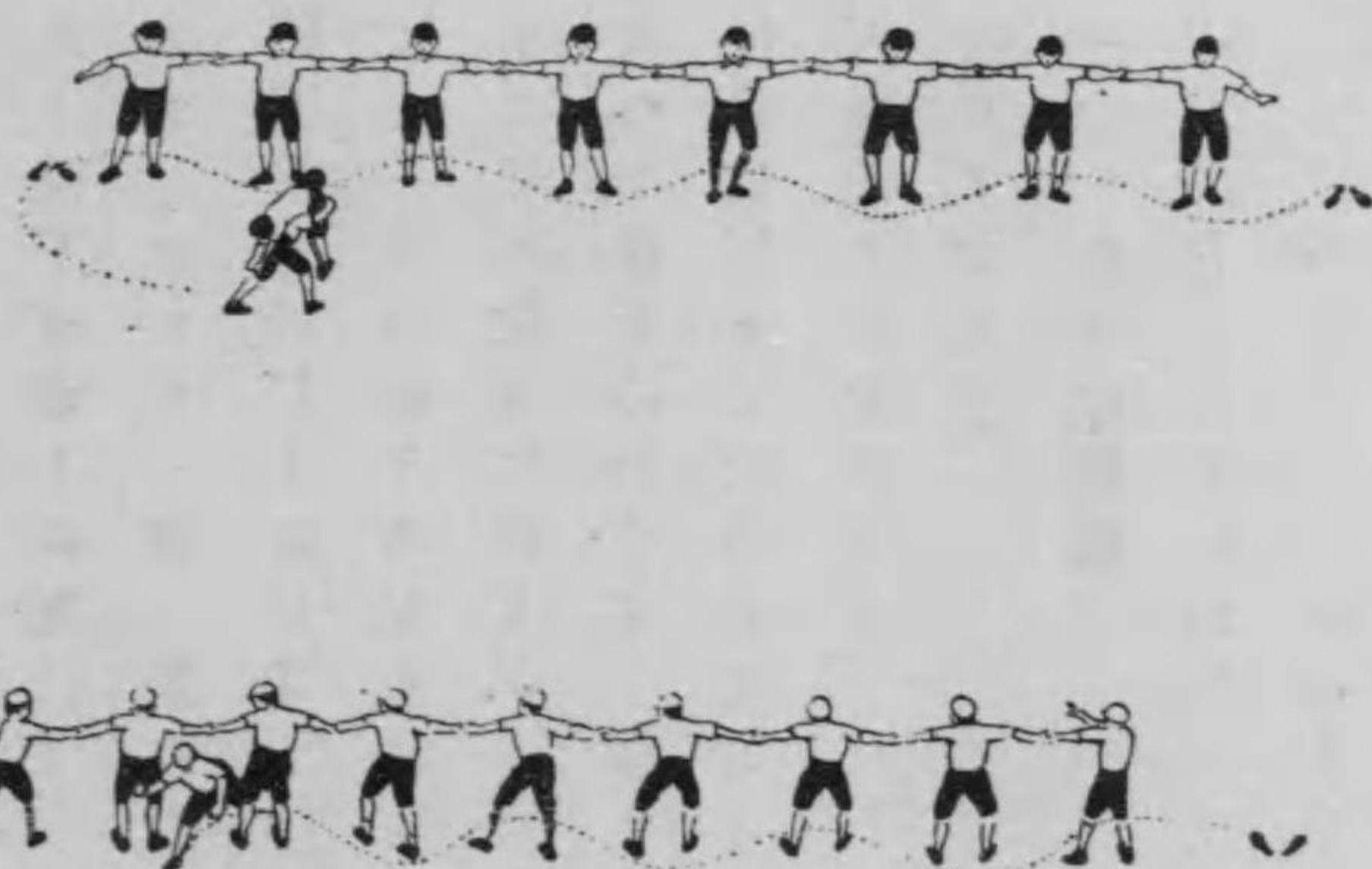
注意 腋下拔に同じ。

一〇、腋下拔擔事

方法 腋下拔と同じく紅白に分ち、各組互に連手して間隔を取らしむ。

「始メ」にて第一番のものは順次に腋下拔をなし、全く抜け終れば直ちに最終の者を高く抱きて肩に擔ひ、列の前方を走りて元の位置に返り來り、之れを地上に下

圖 六 十 六 百 第



ろす。而して已れば元の位置に止まる。被擔者は前者と同じく腋下拔をなし、終りて列後のものを擔ひ來るなり。斯く腋下を抜けては列後のものを擔ひ來り、順次之れを續行して遂に全く擔ひ來ることの速き組を勝とす。

注意 腋下拔に同じ。

一一、棒押

用具 棒一本、旗二本

方法 約十間を隔てて二本の旗を立て、棒の中央を結びたる紐を十分弛みあるやうに兩方の旗に結び附く。而して棒は相對せる旗の線に斜に置き、其の中央は兩旗の中間にあるやうにな

す。

「用意にて紅白兩組の兒童は各與へられたる場所につきて棒を握る。「始メ」にて各組共敵の方向に押し行き、速く味方の旗を倒したる組を勝とす。

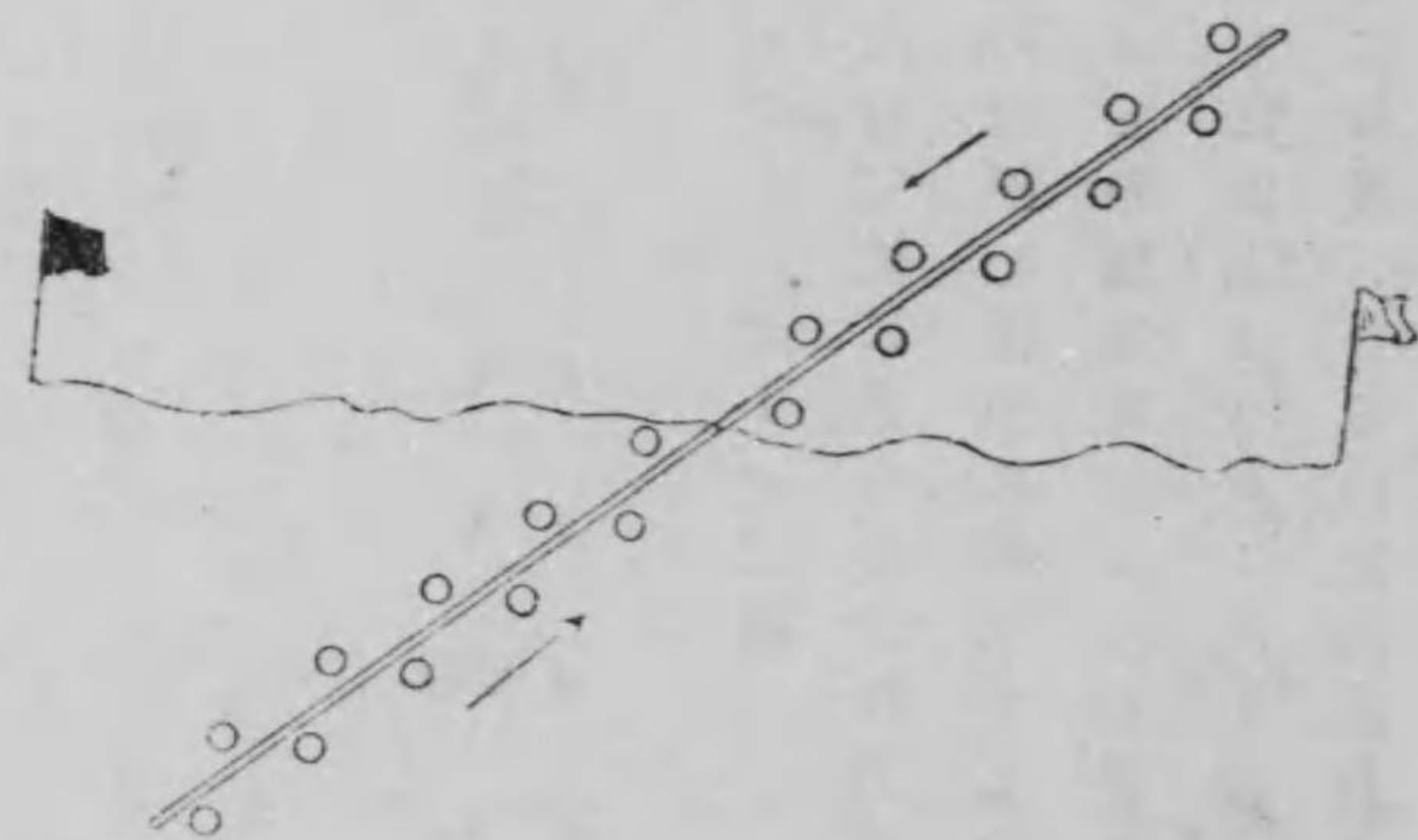
注意 棒は多勢にて押す時は、折れる恐れあれば、檜等の丈夫なるものを選ぶべし。又竹を用ふる時は太く且つ生竹なるを良しとす。

一二、棒引

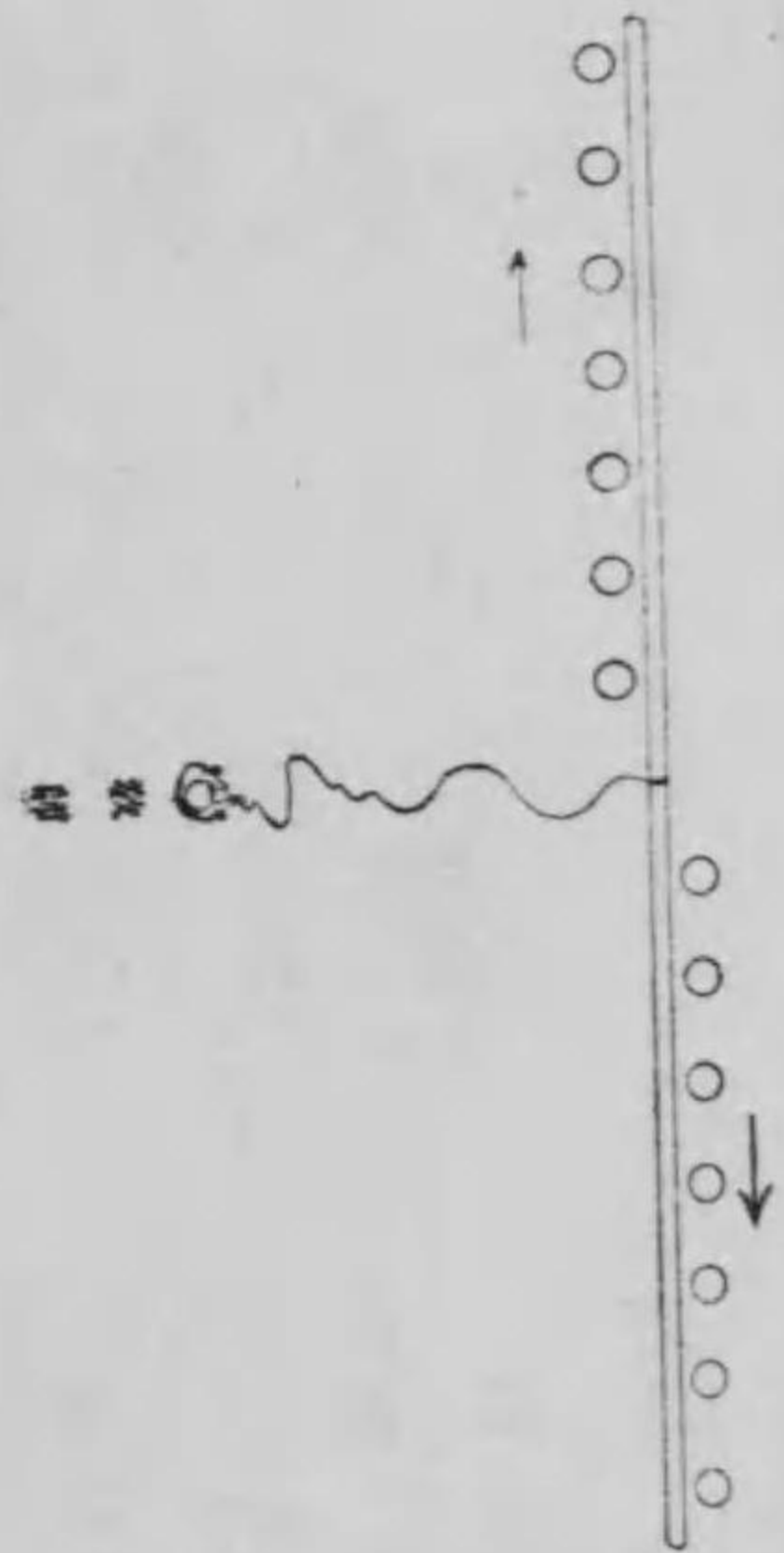
用具 徑二寸位の太さにして長さ圓木又は竹。

方法 普通の綱引と同様なる方法にて演技せしむるなり。

圖 七 十 六 百 第



圖八十六百第



注意 綱引に同じ。

一三、釋拔

用具 襟紅白各二

方法 輪拔に同じ。

注意 輪拔に同じ。

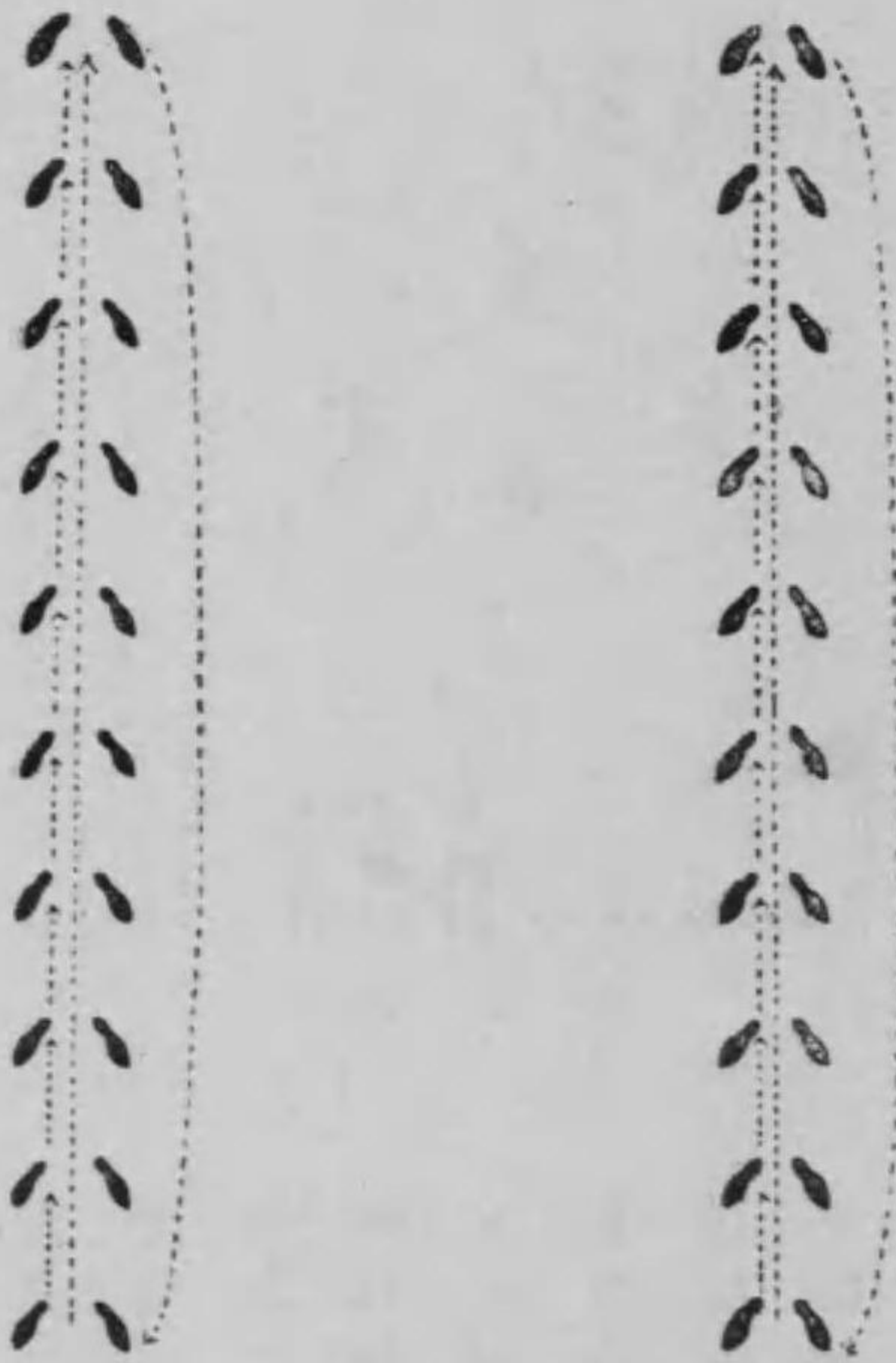
一四、メヂシンボール
送

用具 メヂシンボール二箇

方法 紅白二組に分ち、各三尺乃至四尺の間隔を保ちて整列せしむ。先頭及び列後者の位置を明かに標示するを要す。

〔用意〕にて先頭者はボールを手にし、各演技者は開脚す。〔始メ〕にて各組の先頭者は直ちに頭上よりボールを後方に投げ送る。次の演技者は順次後方に送り、列後者に到着したる時は、同演技者は直ちに疾走して同組先頭の位置に進み、足間よりボールを後方に送る。一回ボールを後方に送る毎に各演習者は後方に退

圖九十六百第



くものとする。(列後生の疾走中)斯くて交互頭上及び足間より後方に送り、最初の位置に復したる時の速き組を勝とす。

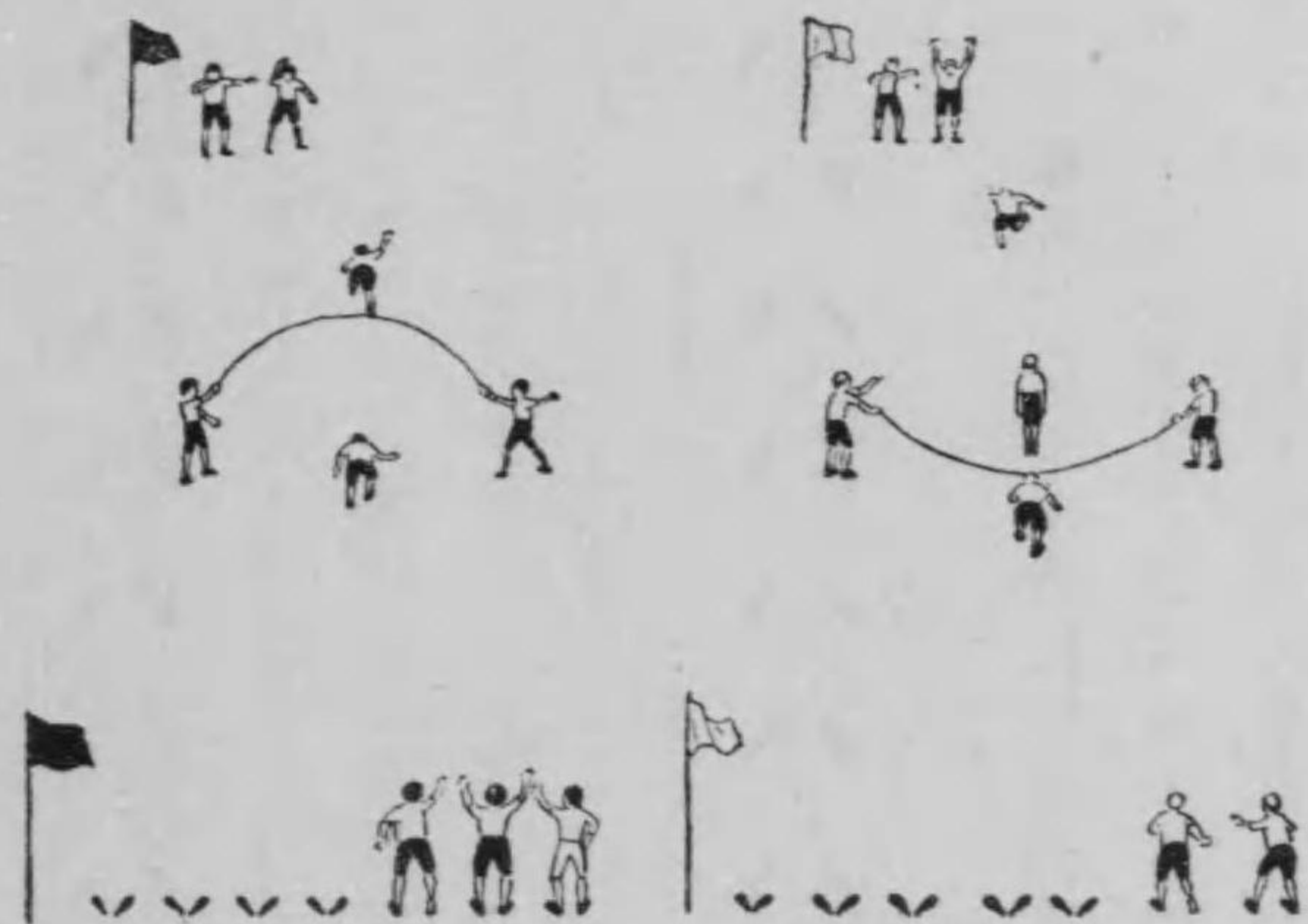
注意 各演技者は各自の順番にある時の外、ボールに手を觸るゝを得ざるものす。

ボールの線外に出でたる時は次の演技者はボールを取りて、各自の位置に歸りたる後ボールを後方に送るものとする。

二回引き續き反復せしめて勝敗を決することもあるべし。

〔特〕特に尋常五學年以上の女子に課するもの。

圖 十七百第



一、繩跳競争

用具 飛繩二本

方法 紅白の二組に分ち、第七十圖の如く並列せしめ、各組中より二人を選出して繩をまはすものとなす。用意にて前二者は繩を採りて之れをまはす。

「始メ」にて各組一人づつ走り出でて跳び越え、前方なる一定の位置に至りて列を作る。斯くて速く跳び終りたる組を勝者とす。但し跳び損じたるものは幾度も跳ぶこととなすなり。此の際は列の最後に並ばしむるを可とす。

圖 一十七百第



注意 練習を要するものなれば、熟練後勝敗を決せしむる様になすべし。

十分熟練したる後にありては往復共跳び越えしめ元の位置に整列せしむるが如く行はしむるも可なり。

二、飛附輪投

用具 輪(兒童數丈け)

方法 紅白二組に分ち第七十一圖の如く並列せしむ。

「用意」にて各自一本の輪を

持ち、走り出づる用意をなす。
「始メ」にて點線上に走り出て、輪を投じて棒に入れ、直ちに走り歸る。而して多く投げ入れし組を勝とす。

注意 輪二本づつを與へ、最初一本は地上に置かしめ、一本を投げ入れ、再び走り來りて之れをも投げ入れしむる如くしても可なり。又紅白入り交へて圓形を作り、合圖と共に一定の圓線上に來りて投げ入れしむるも可なり。但し此の際は紅には紅の輪、白には白の輪を持たしむるを要す。

第三章 教授用具

體操教授の用具としては 一、屋外運動場 二、屋内體操場 三、體操器械及び器具 四、遊技用具の四種に就いて之れが設備、構造、裝置等を考究すべき者なり。然るに前二者は既に殆んど普及せるの情況なるが如しと雖ども、第三者即ち體操の器械及び器具、就中體操器械と稱する者に至りては、方今其の設備尙ほ未だ甚だ不

完全なるが如きを以つて、本書に於いては主として器械の構造、裝置に關し、小學校の體操教授を基として之れが設備の一斑を述べ、又第四者遊技用具に關しては本書に採定せる各種の遊技を演習せしむるに必要なるものを略説すべし。

第一節 體操器械設備の必要

從來體操としいへば、主として徒手にて行ふもの及び啞鈴棒の如き輕器械を以つて行ふ所謂輕體操のみを意味し、之れに加ふるに兵式體操を以つてせるが如きの觀あり。従つて之れが爲めに設備せる教授用具も啞鈴棒の類と木銃とを以つて既に完備せるものと思惟したるもの如し。而して偶々種々なる運動器械を備ふるものもあるも、是等は多くは單に兒童をして愉快に運動せしめんと希望に出でしのみにして、未だ十分に身體練習に對する價值を考究せるものにはあらずりき。然るに今日の進歩せる體操研究に於いては、到底前述の如き輕易なる計畫を以つて之れが効果を十分ならしめんことは殆んど望み難しとし、必ずや相當の器械器具の設備をなさざるべからざるものとなさるゝに至りたり。即ち或種の

運動は器械を用ひて之れを行はしむれば、運動が極めて容易にして而も其の効果が十分なる者あり、例へば腹の運動たる上體後倒の如き腰掛と肋木とによつて行はしむれば、演習者は最も安心して之れを行ひ得るのみならず、極めて正確に容易に行ふことを得て、而して其の効果を十分に收むるを得べく、又或種の運動は器械を用ふるが爲めに、運動其の者は一層困難となるべきも、然も之れが爲に決行の勇氣を鼓舞して運動の効果を増すに至るものあり。例へば跳躍運動に於いて單に徒手にて行ふに比し、跳箱・跳繩の如き器具を用ひて行はしむる時は、之れが爲め多少の困難を増すべしと雖ども、然も之れを跳び越すべき決行を促がして、運動の効果を一層多大ならしむるものなるが如し。殊に懸垂運動の如きは、跳躍運動と共に積極的に心身を鍛練するの價值に富み、學校體操の重要なる一要素として逸すべからざる價值あるものなるを明に認むるに至りたり。然るに此の種の運動は、其の如何なる簡單なるものにて、相應の器械なくしては何人も殆んど演習すること能はざるものなり。況んや多人數の團體たる學級を一齊に實習せしめんとする學校體操に於いては、懸垂運動特有の價值を發揮せんには必ずや相當の設備あ

らんこと固より當然の要求と謂ふべし。尙ほ之れを彼の理科教授に比せんか最も初期の理科教授は何等の器械標本實物なく、單に教科書の講讀によつて行はれたるものなりき。而して其の效果果して如何なりしか。今日に於いては當時の理科教授を以つて幼稚なる教授の例證として冷評の資に引用せらるゝに至りたるにあらざるか。又今日に於いて何人が果して何等の器械なく標本なく實物なくして理科教授をなさんとするか。吾が國體操教授は過去三十年の間殆んど一種の稚氣を脱せざりしものありしが如し。而して今や一段の進歩を告げて漸く發達の傾向を表はせるものなり。されば之れが爲めに必要なる器械器具を設備せんこと固より當然の事にして、運動の効果を十分ならしめんが爲めに器械の設備に俟つ所あること固より辯明を俟たず。

第二節 小學校に設備すべき體操器械

體操器械設備の必要斯の如しとせば、次いで起る問題は、然らば如何なる器械を如何程設備すべきかといふにあり。之れを概言すれば懸垂並に跳躍の運動に要

する器械を備ふべく、而して其の數量は一學級の兒童を四十人として左記各目の下に記載せるだけ必要とすといふに歸す。蓋し此の兩種は器械なくしては殆んど其の効果を收むること能はざるものなればなり。其の他平均運動用として腹背體側等の運動用として備ふべきものもあり。今之れを類別して示せば左の如し。

第一、懸垂運動用のもの

一、並行水平棒(單なる水平棒としても之れを使用するを得) 六間

二、鐵 棒 六間

三、肋 木 十間

四、吊繩、五本 吊棒、五本 立棒 計二十本

第二、跳躍運動用のもの

一、跳箱(又は跳越臺) 二個

二、高跳臺(跳棒とも) 二個

三、跳上跳下臺 六間

四、跳 繩 八間

第三、平均運動用のもの

平均臺 二個

第四、腹背體側運動用のもの

腰 掛 二十個

今是等各種の器械を設備するに當り、其の數量の極めて多きは蓋し驚くべきものなるが如し。されど若し體操教授にして、彼の軍隊に於ける各個教練の如く個別教授を採り得べしとせば、各種の器械何れも各一臺宛にて可なるべきも、學校體操教授は多人數を同時に教授すべき團體教授にして、其の方法上決して兒童を數組に分ちて、各種の器械を夫々に使用せしむることを得べきものにあらず。然かも一時限中の或時期に於いて、全體をして同時に或は一二回の交代を以つて、同一の器械によりて同一の運動をなさしめざるべからざるの必要あり。之れを以つて是等器械の數量は之れを最も完全ならしめんとせば、懸垂用のものは一學級の兒童が同時に運動し得べきだけの數量を設備するを以つて最も完全とすと雖ど

も、之れを経験に徴すれば一回交代にて行ひ得べきだけの數量にて不便なきなり。されど四回以上の交代を要するに至りては、體操教授は到底満足なる遂行を見ること能はず。又跳躍用のものは各人の交代迅速なると、要領の不正を矯正せんが爲めには、同時に多人數を運動せしむることの却つて不便なるとにより器械の數は餘り多きを要せず。平均用のものに於いても同一器械によりて殆んど同時に連續して行はしめ得べきを以つて、其の數多きを要せず。

今是等各種の器械を悉く一時に完備せしめんと欲せば、其の費用は決して鮮少なからず。財政の甚だ裕ならざる今日、殊に極めて困難なる事情の存するは明かなる事實なり。さりとしてまた何等の設備なくして可なるべきにもあらざれば、須らく數年の計畫によつて順次に完成せしむるの方案を立てざるべからず。然る場合に於いては、其の設計の方針としては、最初の年度に於いて各種に互りて各一臺宛を設備せんよりは、或一種類のものを完備せしめんと教授上却つて便利なり。例へば最初の年度に先づ並行水平棒と跳箱を必要だけ備へ附け、次の年度に於いては鐵棒の全部と平均臺とを作り、更に次の年度に於いて吊繩、吊棒、立棒と高跳臺

とを作り、最後に肋木の全部と跳上跳下臺並に腰掛に及ぼすが如くせんこと實際の教授上便利なりとす。

第三節 各器械器具の構造

第一 體操用器械器具

體操の器械器具は演習者の身體に適應せるものならざるべからざること極めて必要なり。殊に小學校の器械器具は一層緊密に兒童の身體に相應せるものならざるべからず。然るに小學校に於いては、之れを中等程度の學校に比し身長の差一層大にして、一學級中の最長者と最短者とは甚だしき相異なるを以つて、夫々に相應せしめんが爲には、器械器具の設備に當りて大に考慮する所なかるべからず。今左に吾が校に於いて、吾が校兒童に適當なるものとして製作せるものに基づき、其の各種に就いて之れが構造方法、裝置を圖解し、尙ほ其の使用の目的、材價（東京に於ける時價）製作上其の他諸般の注意等を説明すべし。但し價格は當校備へ附のものは請負の方法上多少高價なるを免れず。

一、並行水平棒

(1) 使用の目的

懸垂用の器械にして何れかの一方をはずし、挙げたる水平棒としても之れを用ふ。

(2) 用材

檜を最上とし、時に杉を代用す。

(3) 注意

(イ)、圖解中穴と穴との間を四寸とせるは、其の最大の場合を示せるものにして、こは細かき程使用上便宜なるものなり。

(ロ)、長く連続せるものを設備する場合には、柱の溝を二條となし、何れの横木も之れを上下するに差支なからしむべし。當校設備のものは其の式に行へり。

(ハ)、地下餘り深く掘入るゝ必要なし。四五寸位にて可なり。

(4) 價格

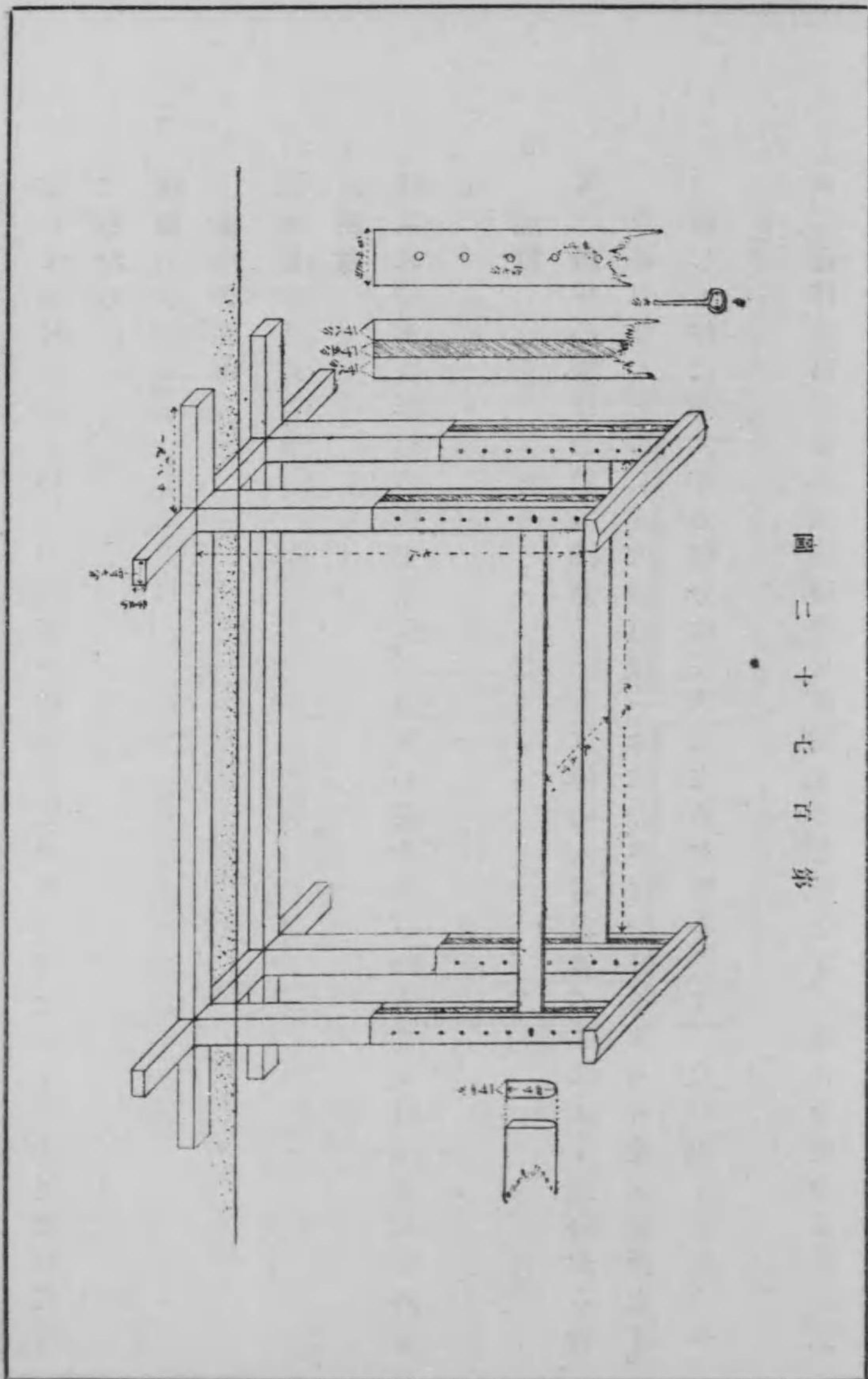


圖 二 十 四 五

檜にて九尺の長さのもの四臺を連續して總長六間を作り、一臺金參拾貳圓にあたる。

二、鐵棒

1、使用の目的

懸垂用のものなり。

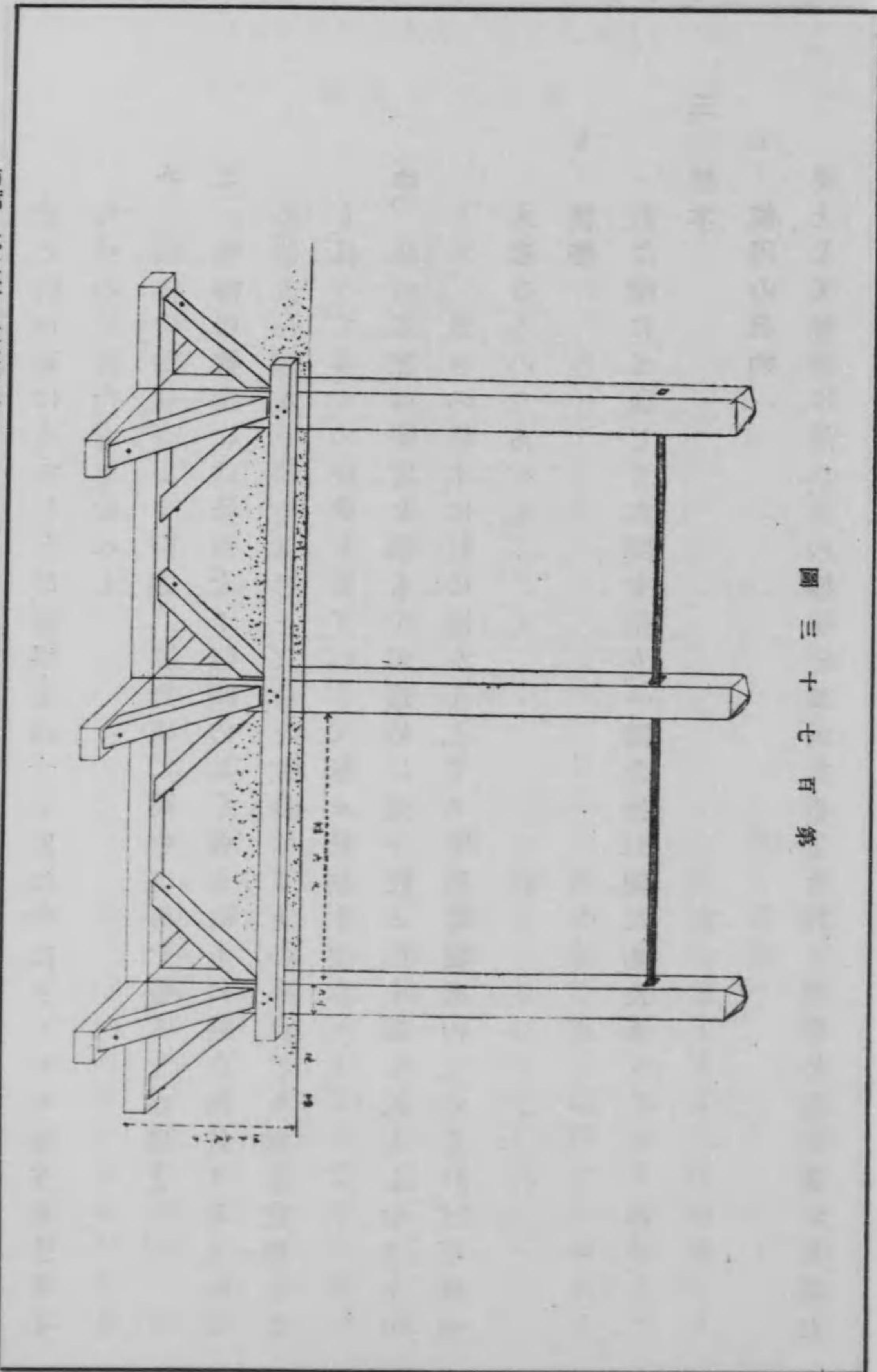
2、用材

柱並に臺木は杉檜の類を用ふ。地下の横木及び四本の支柱は松にて可なり。

3、注意

(イ)、鐵棒の製作上最も注意すべきは、棒の太さ兒童の手によく適合せる物たるべきことにして、大は直徑一寸二分、中は一寸、小は八分位を普通とす。而して柱に挿入する部分は正方形なるを安全とす。且つ深く挿入すべし。

(ロ)、鐵棒の高さは高低三種位に區別するを可とす。高さを定むるには、兒



圖三十七 第一

童を踏切臺に直立せしめ、兩手を四十五度に伸ばさしめて、指先を去る七八寸の位置たらしむべし。

(ハ)、鐵棒の踏切臺より前方二間乃至二間半は砂を盛るを必要とす。

(ニ)、鐵棒の構造には第七十四圖の如く棒を直ちに柱に挿入するもの外、前方に腕木を出し、其の上に棒を装置するものあれども、構造複雑となり、従うて多くの經費を要すべく、又屢々修繕を要すべし。

(ホ)、此の器械は安定を圖らんが爲めに地下成るべく深く入らしむるを可とす。地中の横木は柱の開かんとするを防ぐ爲めのものなれば、可成強大なるものたるべし。

(4) 價格

柱は檜にて通じて六間を作り、一間金拾五圓にあたる。

三、肋木

(1) 使用の目的

主として懸垂に用ひ、其他胸の運動たる「手支持」上體後屈、又は腹の運動たる「足支持」上體後倒等に用ふ。

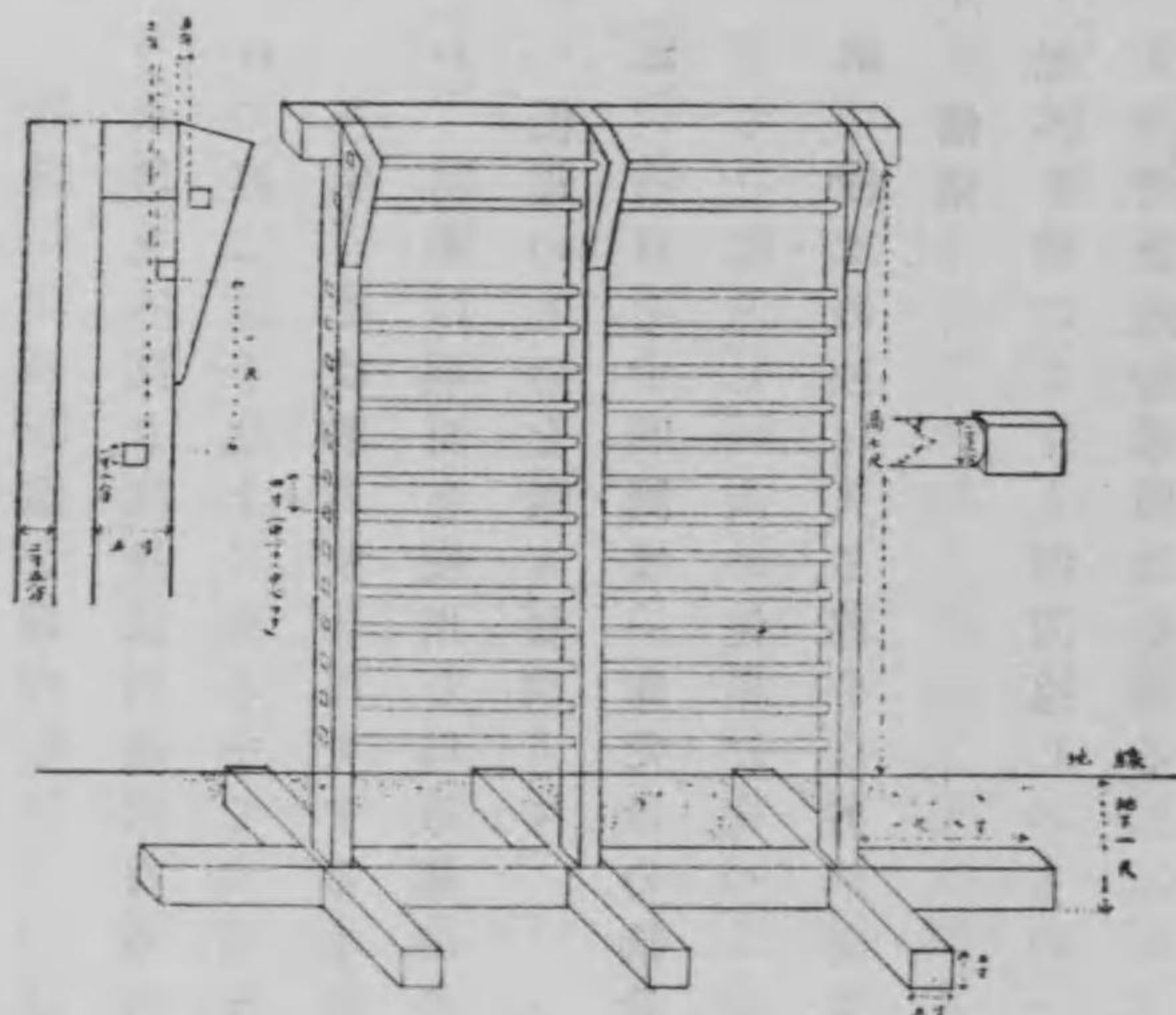
(2) 用材

杉檜の類を用ふ。就中檜を可とし、殊に横木は檜を最良とす。檜棒其の他所謂堅木と稱する類はくるひを生じ易し。

(3) 注意

(イ)、構造上最も注意すべきは、第七十四圖中左側に廓大して示せる如く、最上の横木より三本目までの間の相互の距離なり。是れ懸垂の際最上部の横木を握りたる場合に、第二の横木が五分以上

圖四十七百第



後方ならざれば、爲めに手頭を壓迫して苦痛を感ずべく、又第二と第三との間一尺の距離を保たしめざれば、爲めに後頭部を壓すべし。而して横木最上の高さは、身長最大のものが爪立つて手の届くを度とすべし。

(ロ) 第三以下地上に至るまでの横木相互の間は、中心より中心までを四寸とす。こは寧ろ狭きに失するも、廣きに過ぐべからず。

(ハ) 肋木は兩面を使用し得る構造のものありと雖ども、教授上よりは片面使用のものを最も便利とす。

(ニ) 第七十四圖は一問だけの構造を示せるものなり。其の間を二分して三尺とし、一人の使用に充つ。

(ホ) 横木の柱に入る部分は方形とするを安全とす。

(4) 價格

總べて檜にて作り、四間通しのもの一臺、三間通しのもの二臺計、十間を作りて一問金貳拾貳圓にあたる。

四、吊繩・吊棒・立棒

(1) 使用の目的

登降(半懸垂、半跳躍の運動)の用に供するもの。

(2) 用材

繩は麻を以つて作り、棒は吊棒立棒共に木又は竹を用ふ。木を以つて作る場合には檜を以つて最上とす。他の木にてはくるひを生じ易し。柱及び横木は松又は檜を以つて作る。立棒用の上方横に支出せる柄、並に吊繩吊棒の環は何れも鐵製のものなり。

(3) 注意

(イ) 吊繩には節あるものと節なきものとあり。兩者を共に作るべし。是れ節あるものは初歩のものに用ひしめ、節なきものは進歩せるものに用ひしむ。

(ロ) 第七十五圖は吊繩吊棒立棒の三種を併せ示したるもの、若し其の全部を吊るし又立てたる時は計二十三本となり、一回の交代にて四十人全部を登降せしむるを得べし。

圖 五 十 七 百 第

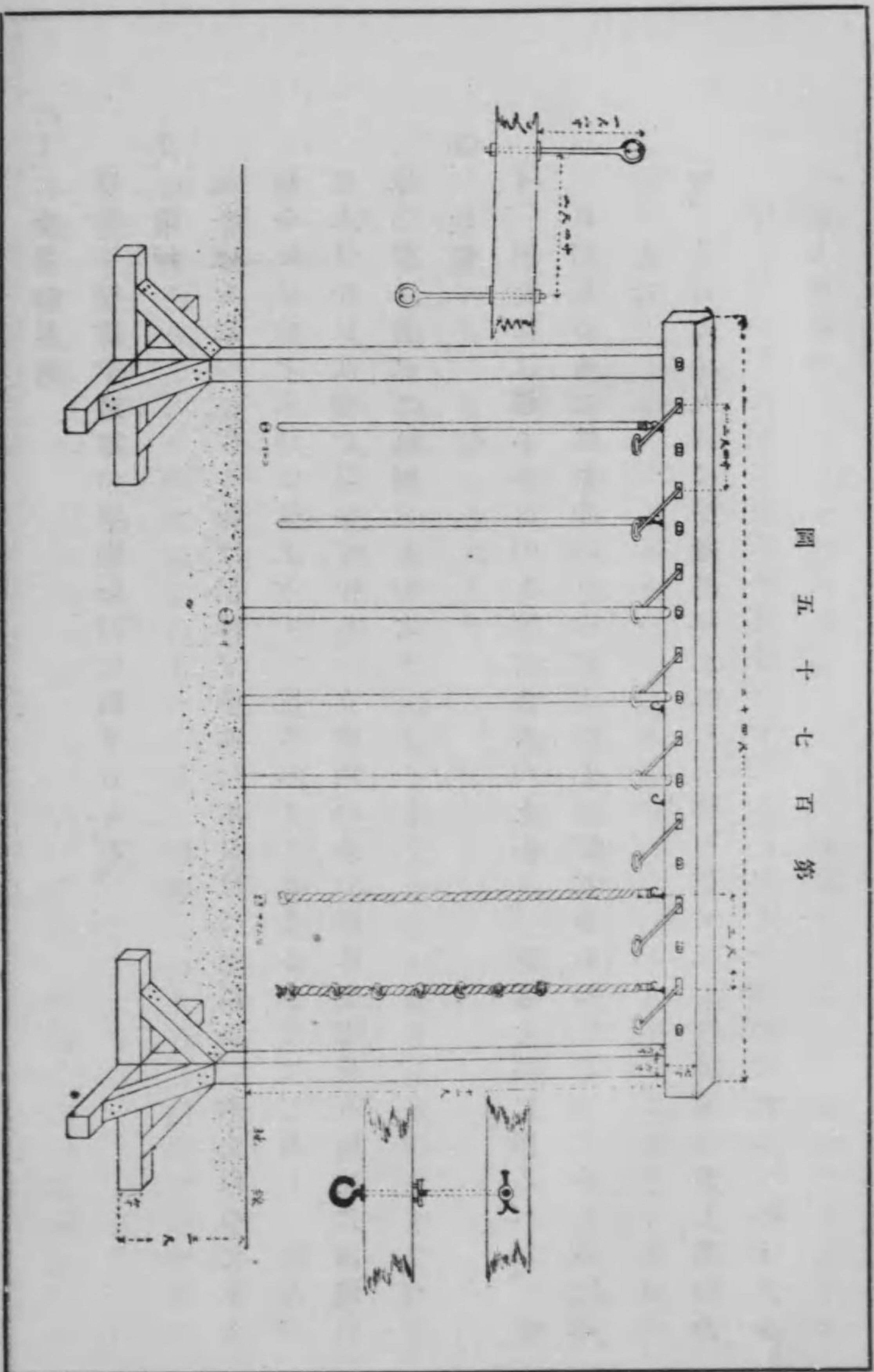
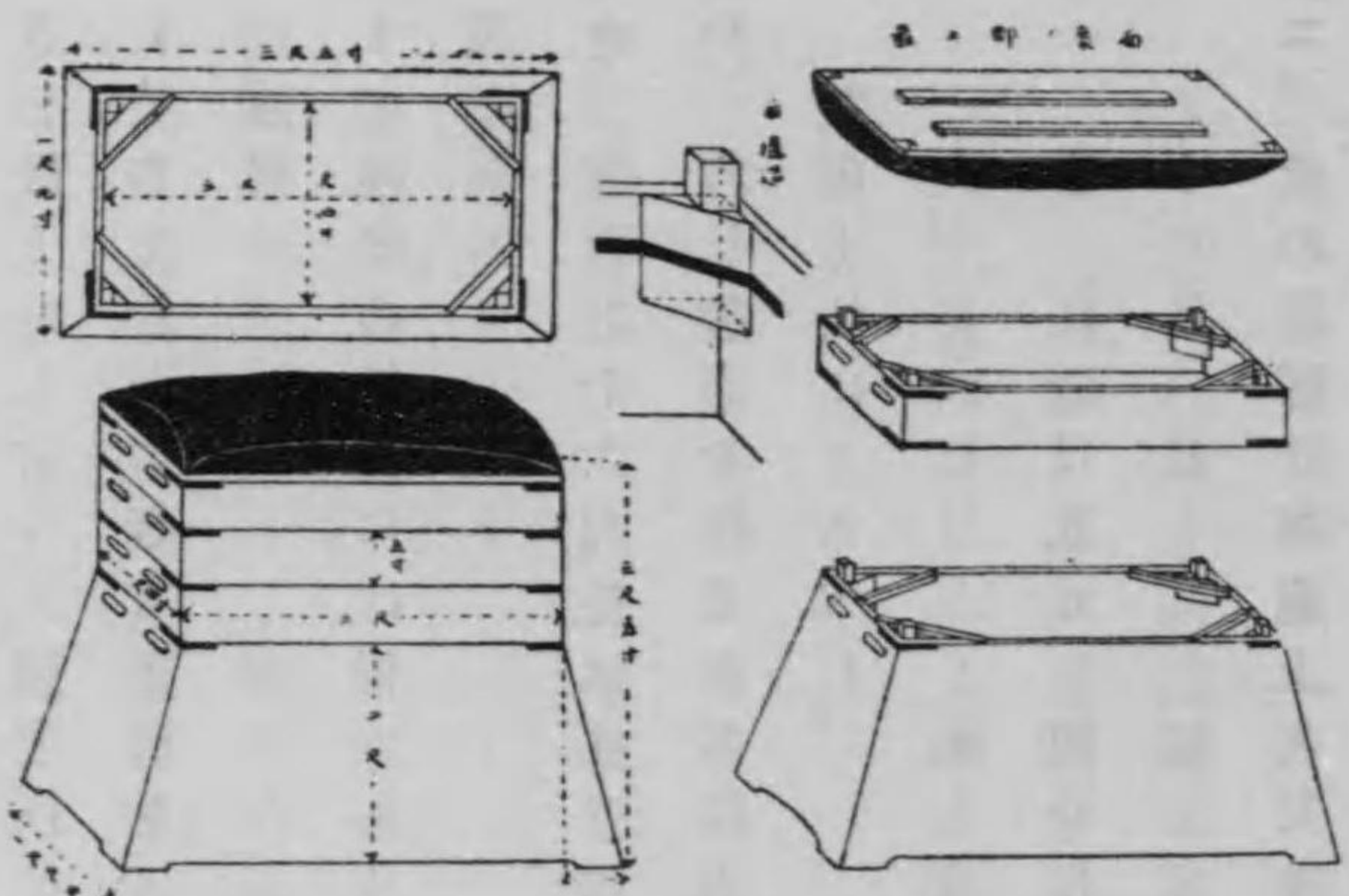


圖 六 十 七 百 第



五、跳箱

- (1) 使用の目的
跳躍用の器械なり。數段を重ねたるは高低を自在ならしむるが爲めなり。
- (2) 用材
- (3) 価格
枿を松材とし、本圖全部にて金五拾圓なり。
- (4) 価格
- (一) 當校の設備は吊繩吊棒相互の間を三尺とせるも、之れを二尺まで縮むることを得べし。
- (二) 此の器械も柱は可成深く地下に埋むべし。

柱・シヨウジ等多少堅木を以つて作るをよしとす。又最上部表面は革を張るを最上とし、ズック張之れに次ぐ。表皮の下には毛屑又は海草を入るゝを最もよしとするも、藁屑を入るゝもよろし。

(3) 注意

(イ) 跳箱の構造には種々ありと雖ども、使用上此の圖式のもの最も便宜なり。

(ロ) 第七十六圖長さは三尺とせるも、四尺まで之れを延ばして可なり。

(ハ) 若し數臺を作るときは、大中小の三種に分つを便とす。然る場合には左の方法によるべし。

大、(長)四尺 (幅)一尺五寸 (高)四尺

中、(長)三尺五寸 (幅)一尺四寸 (高)三尺五寸

小、(長)三尺 (幅)一尺三寸 (高)三尺

(ニ) 此の器械は經驗上甚だ壊れ易きものなり。されば第七十六圖解の如く内外共に十分なる綿をつくべし。

(ホ) 四隅のホヅは圖解の式が最も便利なるが如く、又基底部も圖解の如く作ること最も便宜なり。若し基底を平に作る時は、地上に据りあしくして不安定となり、甚だしく運動の自由を缺くべし。

(ヘ) 蓋の裏張の板は最も壊れ易し。されば表裏より圖解の如き横棧を以つて堅く打つけんこと必要なり。

(4) 價格

此の式によれる幅一尺四寸、長さ四尺、高さ三尺五寸大のものを、柱の材にて一枚革を以つて張りたるもの、一臺金貳拾四圓なり。

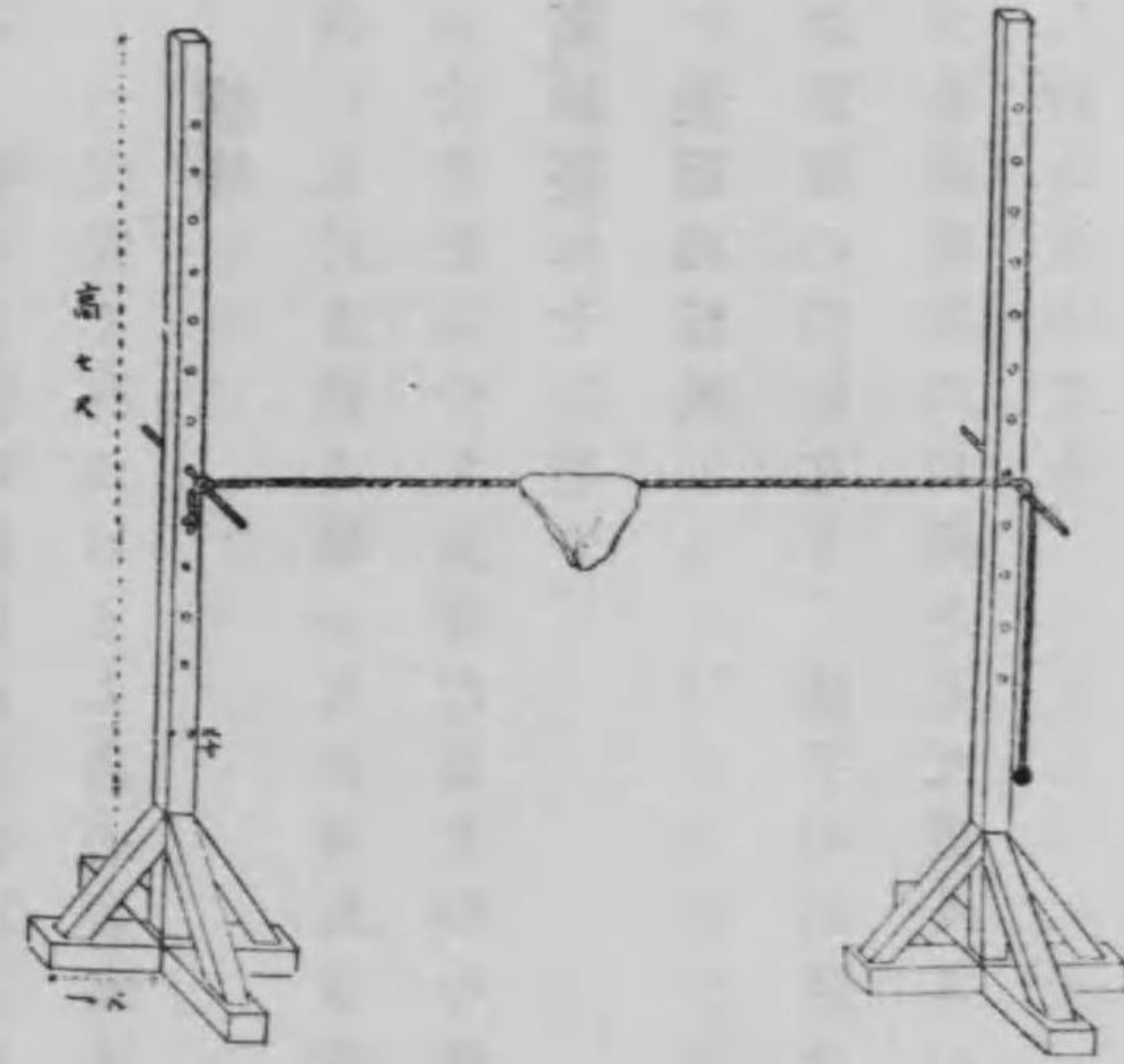
六、高跳臺棒を附屬す

(1) 使用の目的

跳躍用の器械なり。徒手の高跳及び棒高跳等に用ふ。中央に白布をかけたるは跳越の目標として置くもの、又小桿の高下によつて高低を自在ならしむるものなり。

(2) 用材

圖七十七百第

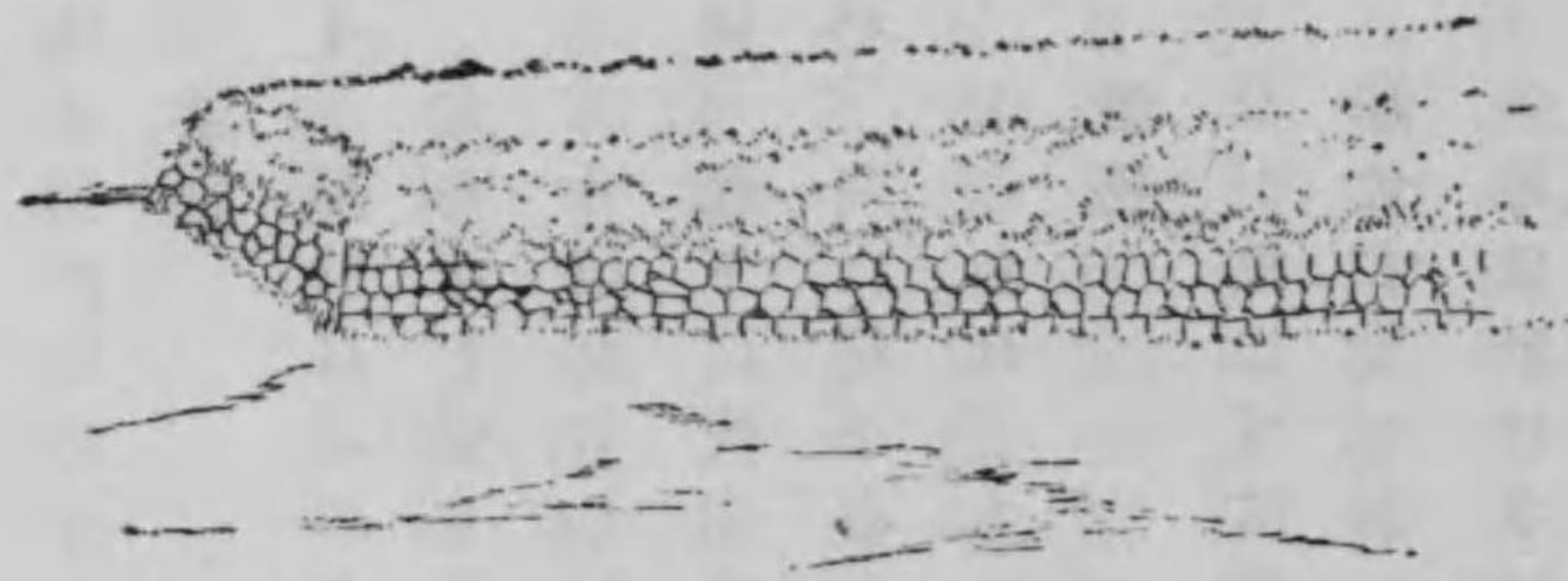


左右の柱は松杉其の他如何なる用材にても可なり。
 繩は麻繩藁繩何れにてもよろし。
 棒は竹又は桎其の他の堅木を以つて長さ一間半位のもの十本乃至二十本を要す。

(3) 注意

(イ) 此の臺の構造には種々なる式ありと雖ども、要するに張りたる繩を自由に上下し得れば足れりとするものにして、經驗上此の式の構造の最も便利なるを知る。何となれば若し繩を脚に掛けて仕損ずることあるも、柱を倒す等のことなくして、繩は自由にはづるゝを以つてなり。

圖八十七百第



七、跳上跳下臺棒を附屬す

(1) 使用の目的

跳上跳下の用に供するものなり。

(2) 材料

下部は石を以つて疊み、上部に土を置き、芝を植

(4) 價格

一臺凡そ三圓位宛なり。

(ロ) 柱に穿ちたる穴と穴との距離は短かく、細かき程都合よきなり。即ち一寸宛位なるを最もよろしとす。而して其の穴には上又は下より順次に番號を附しおくこと使用上便利なり。

(ハ) 柱の轉倒を防ぐが爲めに、臺の脚部に重みを附くる様注意するを要す。

えて作る。

棒は高跳用のものを用ひて可なり。

(3) 注意

(イ)、形状は堤の如く作るものにして、長さ六間、底邊幅九尺、上邊六尺、高さは左右端を低く二尺位とし、漸次右(左方)に移るに従ひ、次第に高くして三尺五寸位たらしめて、兒童の力量に應じ得る様に作るべし。

(ロ)、跳下に使用する方面には、前方約三間位は砂を盛るを要す。

(ハ)、別に跳下臺と稱して、從來軍隊等にて使用せる階段を附したる木製のものあれども、こは小學校用のものとしては必要なかるべし。

(4) 價格

吾が校にては自然の地勢の隆起せる所を使用することにして之れを設備せず。

各地に於ける時價によりて見積を立つべし。

八、跳繩

(1) 使用の目的

徒手の高跳又は斜高跳に使用するもの。

(2) 構造及び材料

徑六七分長さ三尺程の鐵製の棒の一端を尖らしたる火箸の如きもの二本を地上適宜の距離五六間位に堅く打ち立て、地上より適當の高さに麻又は棕櫚製の細繩を結び、強く張りて之れを高跳せしめ、又は斜高跳せしむるものなり。

(3) 注意

若し一定の距離を置きて引續き高跳せしめんとする時は、以上の鐵製の棒と細繩とを四組乃至五組程用意するを要す。

(4) 價格

省略す。

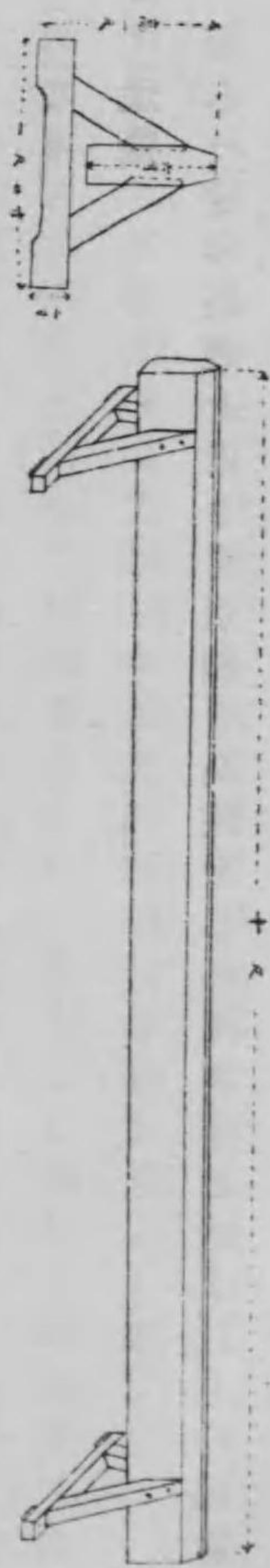
九、平均臺

(1) 使用の目的

平均運動用の器械なり。

(2) 用材

檜、樅、杉、シヨウジ等を用ふ。堅木は反り易くして不適當なり。



圖九十七 五 尺

(3) 注意

(イ) 平均臺の構造に就いて最も注意すべきは、長さ、高さ、と上面の厚さとなり。

(ロ) 長さは長さに失すれば交代に不便にして、短さに失すれば効果少し。小學校用のものは長さ十尺を適當とす。

(ハ) 高さは男兒用のものは一尺位を適當とし、女兒用のものは八寸位を適當とす。

(ニ) 上面の厚さは上學年用のものは一寸二分、下學年用のものは一寸五分位を適當とす。

(ホ) 基底部分は平にせず、中を削りて四點に於いて地に接する様にすべし。然らざれば動搖して運動不確實となる。

(4) 價格

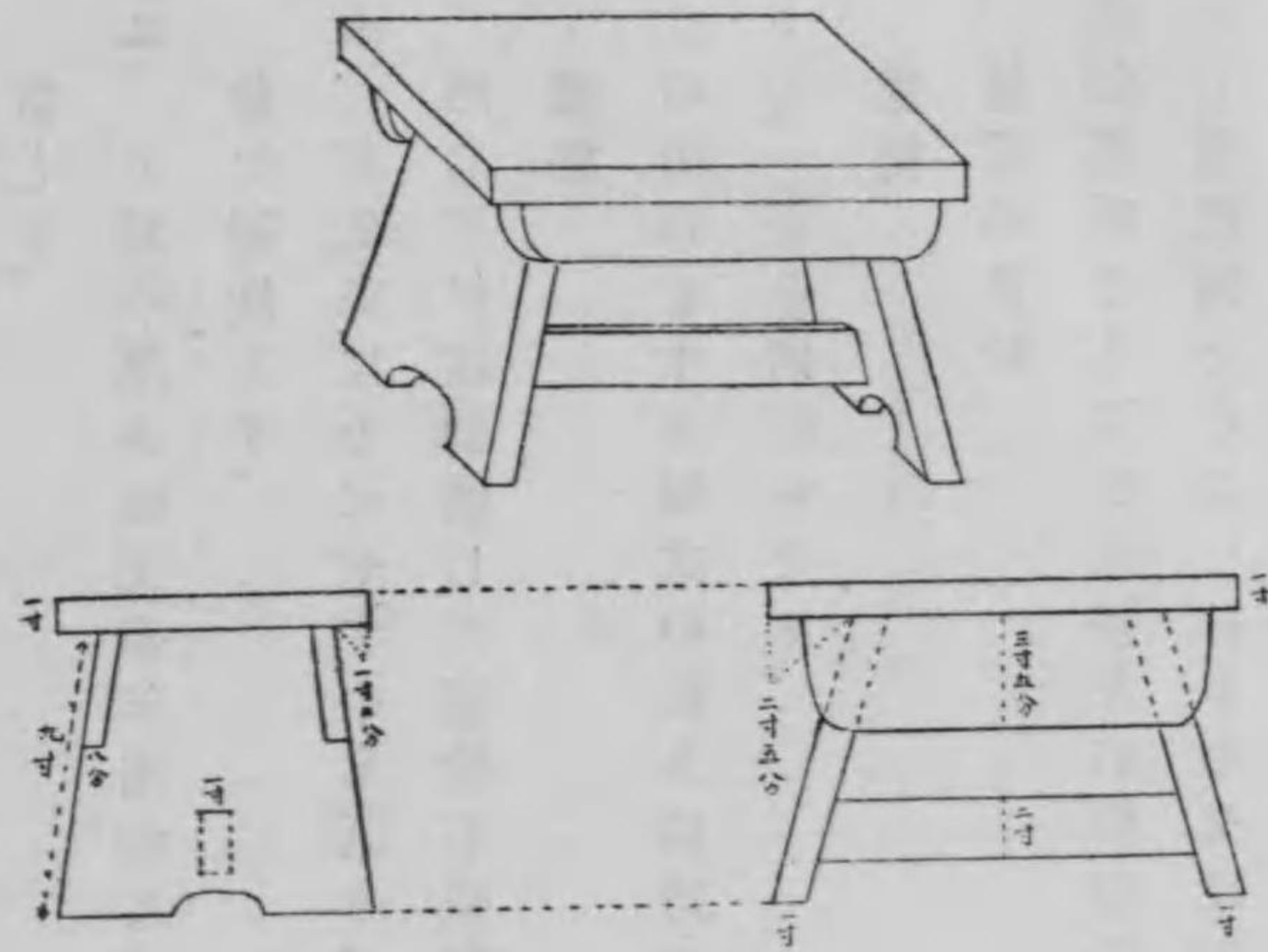
此の第七十九圖式の如き構造により、シヨウジにて十尺のもの二臺を作りて、一臺金四圓宛なり。

一〇、腰掛

(1) 使用の目的

體側運動なる腰掛上體左右轉の場合、又は肋木によつて腹の運動たる「足支持」上體後倒をなさしむる際、又は同上背の運動たる「伏臥」上體後屈を行はしむる際等に用ふ。

圖 十 八 百 第



(2) 用材

杉・樺・シヨウジ等適宜のものを
用ふ。

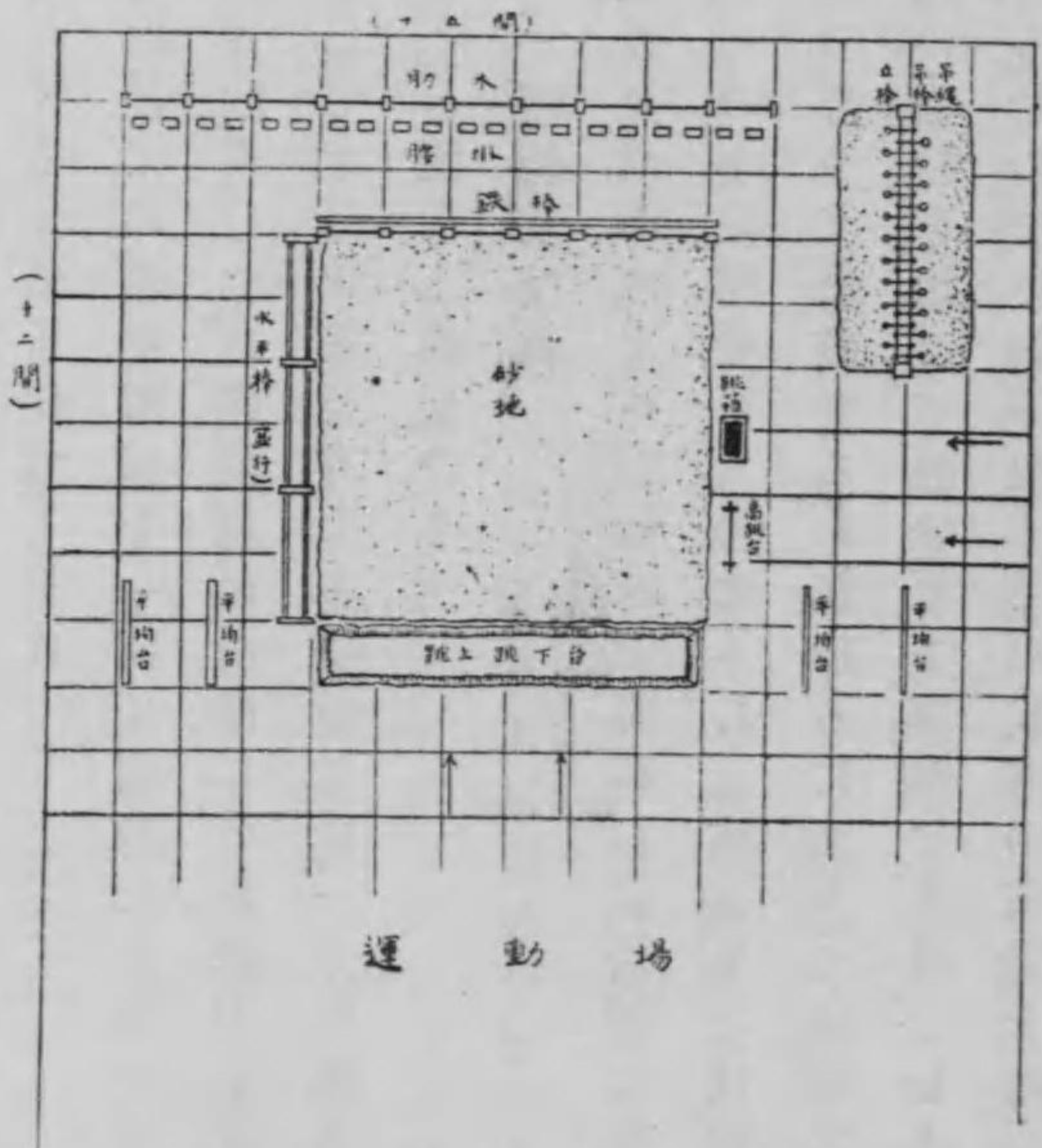
(3) 注意

(イ) 表面は板にて可なれども、ズ
ツクを張りて作るものもあり。
女兒用のものとしては後者を
可とす。

(ロ) 堅牢なる構造たらんことを
要す。されど重量除り重きに
過ぐれば持運びに不便なり。

(ハ) 數人掛のもの便利なるが如
しと雖ども、一人掛の優れるに
若かず。

圖 一 十 八 百 第



(ニ) 表面用材の切口には、新調の際紙を厚く張り置くをよしとす。然らざ
れば往々龜裂を生
じ易し。

(4) 價格

シヨウジにて一人掛
二十脚を作りて、一脚
金貳圓宛なり。

附 體操器械配置圖

校地の地形によりて運
動場の形状又種々ある
こと勿論なりと雖ども
今假りに矩形の運動場
と假定して、前述せる諸
器械を如何に配置する

を使用上最も便宜とするかに就いて、之れが配置圖を作れば第百八十一圖の如くするを最も便宜とせん。

こは總ての體操器械を一隅に纏めて配置せるものなり。之れに對し更に他の方法としては、體操場の周圍に各器械を配置するものありと雖ども、運動場にして十分廣袤を有する場合には、一方に纏めて第百八十一圖の如く配置すること使用上便宜なるべし。

一、啞鈴及び棒

啞鈴及び棒は之れが沿革を釋ぬれば、最初は強烈なる練習用として鐵製の重きものを使用せるものなりしと雖ども、こは懸垂又は跳躍の如き強き全身運動の却つて價值あるを認むるに至りては、漸次に遠ざけられて、今は普通の木製の啞鈴を用ひて輕快なる運動をなさしむるのみとなり、而も此の木製の啞鈴も鈴の中を剝り取りて可成其の重量を輕からしめんとするに至り、棒も最初は球を附して所謂球竿として練習せしめしものを、今は之れを取りて單なる棒のみを使用せしむるに至れり。

二、體操姿勢圖

啞鈴及び棒共に從來使用せるものと差違なきを以つて省略す。

體操は教師の模範と説明とによつて要領を會得せしむべきものなり。而して之れが説明には各種姿勢の正と不正とを一目判然ならしむる掛圖を使用すること經驗上一層有効なり。此の目的を以つて作りたるものには永井教授の撰定せる十二枚一組の「體操姿勢圖」(金壹圓、大日本圖書株式會社發行)なるものあり。吾校にては之れを板紙に裝釘して、其の基本的の運動を授くる際には説明と共に之れを使用して頗る便宜を覺ゆ。又本書解説中に挿入せる圖解も、嚴密なる吟味を加へて正と不正とを區別せるものなれば、其の中より基本となるべきものを抽き取り、廓大して使用すること亦可ならん。然る場合に就いては、之れが描寫には細心注意を拂ふべきなり。是れ體操の姿勢圖なるものは一點一畫の多少の拙劣誤謬によりて、直ちに全體の要領を誤らしめ、又は曖昧ならしむること多きを以つてなり。

第二 遊技用器具

遊技用器具は、教材として選定せる遊技の種類によりて之れを異にすべきは固より明かなり。今本書に載せたる遊技を授くるが爲めに必要なる器具の種類・構造・數量・價格等の大略を示せば左の如し。

一、フットボール 四個

ボール送ボール投コーナーボール等に送るものとして用ふるもの二個。大さ三號、價金五圓

又旋廻フットボール・フットボール等に蹴るものとして使用するもの。大さ二號、價金八圓

二、メヂンボール 二箇

メヂンボール送に用ふるもの。價金貳圓。或はフットボールの外皮の中に鋸屑を充滿したるものにてよろし。重量は三斤乃至四斤を適當とす。

三、目隠し用布 紅白各二十本

盲目手引に使用するもの。幅二寸五分長さ二尺二三寸にして二枚合せたるものを宜しとす。但し手拭を代用するも可なり。

四、バスケット籠 二箇

毬入競争用としては竹製の直徑約一尺、長一尺五寸位の紙屑籠の如きもの。之れに長さ七八尺の竹竿を付して空中に保持するやうにす。

バスケットボール用としては前述大の太針金を口にしたる網籠を便とす。而して常に體操場内に掛け置くを可とす。屋外にては適當の柱に掛くるやう装置す。

五、鐵輪 十箇

キャブテンボール輪拔競争等に用ふるものにして直徑約二尺乃至三尺のもの。

六、豆囊 八箇

豆囊投・戴囊競争に用ふるもの。天竺木綿製、方七八寸の囊に約三四合の小豆又は大豆を入れる。

七、日月遊用圓板 一枚

徑五寸乃至八寸の小圓板にして、一方には「日」字を朱書し、一方には「月」字を黒書したるもの。割れ易きを以つて稍厚きものを可とす。

八、鉢巻用布 紅白各三十本

木綿又は金巾にして長さ二尺五寸位のもの。鉢巻取に用ふ。但し目隠用布を利用するも可なり。

九、五色旗 各十本

旗取競争其の他各種の遊技に使用するもの。大さは適宜。

一〇、帽子 紅白各三十程

帽子取に用ふるのみならず、總ての遊技に用ふ。形は通常の運動帽の如く、紅白の金巾を以つて製したるものにして、裏反せば紅ともなり白ともなし得るやうになし置くを便とす。

一一、襪 紅白各三十程

幅二寸長三尺位にして木綿又は金巾製のもの。襪取に用ふるのみならず、女

兒には常に用ひしむるものなり。

又別に襪拔競争用として長四尺位のもの紅白各四本位を用意し置く。

一二、棒倒用棒 二本

長さ二三間の竹或は堅き木竿をよしとす。太さは攀ぢ上るに都合よきもの。

一三、紅白毬 各三十箇

毬入競争に使用するものにして、通常の手毬の如く紅布及び白布にて造りたるもの。

一四、達磨 二箇

籠製達磨にして紐毎に一箇づつあるを便とす。但し一箇にても可なり。

一五、俵 二箇

俵運に用ふ形及び重量は共に兒童に應じて造る。但し重量は二貫乃至五六貫の數種とすべし。

一六、擔架 二箇

幅二尺、長四尺のズツクの兩縁に棒をつけて製す。擔架競争に用ふる物なり。

一七、輪投用の輪 紅白各二十箇

飛付輪投に用ふるものにして、直徑一尺乃至二尺のもの。籐製或は割竹を以て製し、其の上に色布を巻くか又は色ペンキを塗りて、色別し置くを便とす。

一八、輪投用の棒 二本

輪を投げ込むに用ふるものなれば、高さ二三尺のものにして、倒れぬやうに下に臺を付け置くを便とす。

一九、繩跳用繩 四本

長さ一丈五尺位のものにして、麻糸にて製したるものを可とす。但し藁繩にて中央に多少の重さを加へたるものにてよろし。

二〇、旗立

直徑内方一寸二分位、長さ一尺程の鐵の圓壘形の一端を尖らしたるものを作り、槌にて地中に打込み壘内に旗を立つ。

二一、木槌

片手にて使用し得る程の多少重き木槌たるを便とす。

後篇 方法論

第一章 教材の排列

第一節 教練・體操・遊技の割合

體操教授の材料として教練・體操・遊技の三種に亘りて之れを取るべきは前既に述べたる所なり。今是等三種の材料を各學年に排當するに方り如何なる割合にすべきかに關しては、先づ此の三者の特質と學年との關係を考へざるべからず。蓋し初學年にありては身心の發育尙ほ未だ十分ならざれば、嚴格なる教練又は強烈なる體操を課するに適せず。されば此の時期にありては遊技を以つて主とし、之れに加ふるに簡易なる教練と平易なる體操とを以つてし、中學年に於いては體操と遊技とを殆んど相半せしめ、之れに加ふるに教練を以つてし、高學年に至りては教練と體操とを主とし、適宜遊技を之れに結合すべきものとす。今其の三者の割合を表示すれば左の如し。

學年	教	練	體	操	遊	技	合	計
尋 一		〇、五				二、五		三、〇
尋 二		一、〇		一、〇		二、〇		三、〇
尋 三		〇、五		一、〇		一、五		三、〇
尋 四		一、〇		一、五		〇、五		三、〇
尋 五六以上男		〇、五		一、〇		一、五		三、〇
同 女		〇、五		一、〇		一、五		三、〇

教練及び體操に關しては、其の運動の難易強弱に従うて排列すべきを最大要件とす。即ち最も基本的にして比較的簡易なるを前にし、應用的にして複雑なるものを後にし、又部分的のものより漸次総合的のものに進むが如くせんことを要す。殊に體操にありては兒童の發達程度に順應せしむべきこと一層切要なり。即ち初學年にありては胸背及び腹の運動の如き多少強烈に亘る運動を課することなく、是等は他の部分例へば頭上肢又は下肢の運動によりて間接に其の部分に影響を與へしめんことを圖り、胸と背の運動は尋常三年に至りて始めて之れを課し、腹

の運動は同じく五年に至りて始めて之れを課するを可とす。又懸垂跳躍の如き最も強烈なる運動は、尋常一二學年に於いては之れを缺き、三學年に至り兒童身體の發達が之れを課するに適するに至りて始めて其の簡易なるものより之れを課するを至當とす。又啞鈴及び棒體操の如きは、尋常五年以上に於いて之れを課するを適當とす。但し女子にありては教練中の困難なるもの並に懸垂跳躍中の強烈なるものは之れを省くを良しとす。

遊技の排列に關しても兒童身心發達の程度に適せしめんことを要す。即ち初學年にありては摸倣的のものより始め、漸く進みて競争的のものに及ぼすが如く、又技術の熟練を要するが如きものは之れを高學年に配當せざるべからず。而已ならず遊技は季節に適應せしめんことを要す。蓋し四季の推移と兒童身心の情況との間には密接なる關係を有するものにして、兒童が季節により其の好む所の遊技の種類を異にするを見て之れを推知するを得べし。就中夏季と冬季とは之れを春季と秋季とに比し、教育上一層注意する所なかるべからず。即ち夏季にありては一般に餘り強烈なるものを配當するは當を得たるものにあらず、寧ろ娛

樂的のものにして輕快なる運動によりて行はるゝものたるを要す。又冬季にありては殆んど之れと反對に、最も強激なる運動にして且つ大なる意力を以つて行ふものを配當するが如くせざるべからず。

第二節 教練體操遊技の各學年配當表

以上述べたる排列上の要件によりて、教練體操遊技の教材を各學年に配當せるもの左の如し。但し更に之れを各學期に配當せる教授細目は更に項を別にし、第三章として之れを掲げたり。

一、教練

○符のものは女子には除く

尋常第一學年	集合 解散 直立不動 休憩
尋常第二學年	退歩 橫歩
尋常第三學年	半右(左)向 伍の分合 縱隊行進間 の伍の分
尋常第四學年	方向變換 (二)右(左)に方 向をかへ 駢歩の足踏
尋常第五學年	駢步行進間 の伍の分 合 縱隊より橫
尋常第六學年	駢歩の橫隊 行進 駢步行進間 の後向
高等第一二學年	徒手小隊教 練

整頓 (一)前へ準へ (二)右へ準へ 番號 (一)順數番號 (二)二三の番號 右(左)向 後向 縱隊行進 方向變換 (一)伍々右(左) へ 足踏 駢歩		合 橫隊行進 行進間の後 向 行進間の右 (左)向		隊を作る (右(左)並 び) 斜行進	駢步行進間 の右(左) 向 駢步行進間 の方向變 換
二、體操					
甲、演習の準備					

閉開の列	勢姿の意用	
	直立	「直立」 「閉足直立」 「直立、手腰」 「直立、屈臂」 「直立、手頸」 「直立、臂前屈」 「直立、臂側伸」 「直立、臂上伸」 「直立、臂前伸」
開脚	「開脚直立」 「開脚、手腰」 「開脚、屈臂」 「開脚、手頸」 「開脚、臂前屈」 「開脚、臂側伸」 「開脚、臂上伸」 「開脚、臂前伸」	
片足前出	「左(右)足前出、手腰」 「左(右)足前出、手頸」 「左(右)足前出、臂上伸」	
其の他	「手支持」 「腰掛」 「伏臥」	

乙、運動の種類

○符のものは女子には除く

種運動	運動の種類	学年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」 「直立、手腰」踵 上下(二) 「直立、手腰」屈 膝舉股 (四)	尋常第一學年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」 「直立、手腰」舉 踵、半屈 膝(四)	尋常第二學年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」 「直立、手腰」脚 前(側)舉 (四) 「直立」舉踵、 臂側舉、 半屈膝 (四)	尋常第三學年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」	尋常第四學年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」 直立、手腰」舉 踵、屈膝 (四) 「閉足直立」舉 踵、臂側 舉、屈膝 (四)	尋常第五學年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」 「直立、臂前上 舉、舉踵 半屈膝 (四)	尋常第六學年
徒手	「用意の運動(舉) 勢」 「直立、手腰」足 各方出及 舉踵、半 屈膝(四)	高等第二學年

動 運 の 肢 上		
徒手	「直立」臂側 (上、前)舉 (三) 「直立」臂左右 (上、前)下 展伸(四)	
徒手	「直立、臂前屈」 臂側開 (三)	
徒手	「直立」臂前上 舉、舉踵、 側方下 (三)	
徒手		
徒手	「直立、臂側伸」 臂轉回 (三) 「直立」交互屈 膝側出、 臂側上舉 (合舉)(四) 「直立」臂側舉 (掌上)上屈	側出、臂 上下展伸 (四)
徒手	「直立」臂上舉 舉踵(二) 「直立」交互臂 側舉一臂 頭上、屈 膝側出 (六)	
徒手	尋常科第五 六學年に授 けたるもの を練習せし む	

動 運 の 頭		
徒手	「直立、手腰」頭 後屈(二) 「直立、手腰」頭 左右轉 (四)	
徒手		
徒手	「直立、手腰」頭 左右屈 (四)	
徒手		
徒手	「直立」臂側上 舉(合舉)屈 膝前出 (四)	
徒手	「直立」臂前上 舉、交互 屈膝前出 (四)	
徒手	前出(四)	
徒手	「徒手に同じ」 啞鈴	
徒手	「徒手に同じ」 棒	
徒手	「徒手に同じ」 啞鈴及棒	

胸の運動		背の運動	
徒手		徒手	
徒手		徒手	
徒手	「開脚、手腰」上體後屈 (二)	徒手	
徒手		徒手	「直立、臂前屈」臂側開、屈膝前出 (四)
徒手	「手支持」上體後屈 (二)	徒手	「開脚、手腰」上體前屈 (三)
徒手	棒	徒手	「伏臥」上體後屈 (三)
徒手	「尋常科第五六學年に授けたるものを練習せしむ」 啞鈴及棒	徒手	「上體前屈」臂側開 (二) 「上體前屈」臂上伸 (三) 「屈膝足前出、體前倒」臂

腹の			
徒手			
徒手			
徒手			
徒手			
徒手	「直立」上體前屈臂垂下、後倒臂上	「直立、臂前伸」臂側開、舉踵 (二)	啞鈴
徒手	「左(右)足前出、臂上伸」上體後倒	「直立」臂上舉、屈臂(棒頭後) (四) 「直立」臂上舉、交互屈膝前出、頭上屈臂(棒頭後) (四)	棒
徒手	「直立」臂立伏臥 (四)	「尋常科第五六學年に授けたるものを練習す」	啞鈴及棒
			側振 (二)

運動	
舉(二) 「腰掛」上體後倒(二) 「左(右)足前出、手懸」上體後倒(二) 「左(右)足前出、手懸」上體後倒(二)	啞鈴 「開脚、臂上伸」上體前屈、後倒(二)
(二)	棒 「開脚、屈臂」棒頭後、上體前屈、後倒(四) 「直立」臂上舉、脚後出、上體後倒(八)
	啞鈴及棒 尋常科第五、六學年に授けたるものを練習す

運動の側體	
	徒手 「閉足直立」上體左右轉(四)
	徒手
	徒手 「開脚、手懸」上體左右屈(四)
	徒手
啞鈴 「開脚、臂側伸」上體左右轉(四) 「開脚、屈臂」上體左右屈(四)	徒手 「開脚、臂上伸」上體左右轉(四) 「開脚、屈臂」棒頭後、上體左右屈(四)
啞鈴及棒 尋常科第五、六學年に授けたるものを練習す	徒手 「閉足直立」(足斜前出、足前出)臂上伸、上體左右轉(四) 「開脚」閉足直立、足前出、臂上伸、上體左右屈(四)

懸垂		運動		動	
(用具)運動					
(用具)運動					
(用具)運動					
(用具)運動	(水平棒)懸垂 直立 屈臂舉踵 (水平棒)懸垂 直立 伸臂屈膝 (水平棒)懸垂 直立 屈膝舉股 (水平棒)懸垂 直立 脚前舉 兩側懸垂 (並行水平棒)懸垂				
(用具)運動	(鐵棒・水平棒)「懸垂」左 右振動 (鐵棒・水平棒)「懸垂」橫 行 (鐵棒・水平棒)「兩側懸垂」前進 (鐵棒・水平棒)「懸垂」舉脚 (鐵棒・水平棒)「懸垂」屈膝舉股 降 (吊繩)吊繩登降 (吊繩)吊繩登降				
(用具)運動	(鐵棒・水平棒)臂立懸垂 (階梯)階梯登降 (鐵棒)「懸垂」前方振跳 (鐵棒)脚掛上 (鐵棒)尻上 (鐵棒)俯下				
(用具)運動	(鐵棒)逆手懸垂 (鐵棒)片逆手懸垂 (並行水平棒)「兩側臂立懸垂」振動 (並行水平棒)「兩側臂立懸垂」振動 (水平棒)前方斜懸垂				

跳躍		運動		平	
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動				
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動				
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動	(徒手)開脚、手腰其場跳躍、足閉 (徒手)直立、手腰其場跳躍 (徒手)直立、其場前方跳躍 進跳躍			
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動	(徒手)直立、手腰其場轉向跳躍 (徒手)直立、前進幅跳 (徒手)直立、前進高跳			
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動	(跳繩)直立、前進斜高跳 (跳繩)「直立」跳上 (跳繩)「直立」跳下 (跳繩)「直立」縱跳上、跳下			
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動	(跳繩)「直立」縱跳 (棒)「直立」棒跳上 (棒)「直立」棒跳下 高跳			
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動	(跳繩)「直立」縱跳乘、後横下 (跳繩)「直立」縱一(二) 節跳 (棒)「直立」棒跳上 高跳			
(用意ノ)運動	「用意ノ」運動 「用具」運動	尋常科に於いて授けたるものを練習せしむ			

		均	運	動	呼	吸	運	動
尋常第一學年	上體 順次 ボール送	「直立」手腰舉 踵、半屈膝			「用意ノ 姿勢」運動	「直立」臂側舉、 舉踵、呼 吸		
尋常第二學年	上體 順次 ボール送	「直立」平均臺 上の行進 (適當なる用 具を用ふ)			「用意ノ 姿勢」運動			
尋常第三學年	上體 同時 ツトボ バスケ	「直立」舉踵、 臂側舉、 半屈膝			「用意ノ 姿勢」運動	「直立」臂側上 舉、舉踵、 呼吸		
尋常第四學年	上體 順次 ボール送	子行進			「用意ノ 姿勢」運動			
尋常第五學年	上體 同時 コーナ ボール	「直立」手腰舉 脚、左右 轉			「用意ノ 姿勢」運動			
尋常第六學年	上體 同時 キャブ テンボ	屈膝 「直立」徐歩 「直立」平均臺 上の三拍 子行進			「用意ノ 姿勢」運動			
高等第一二學年	尋常第五六 學年に授け たるものを 練習せしむ	屈膝舉股 行進			「用意ノ 姿勢」運動			

三、遊技

○符のものは女子には除く

尋常第一學年	下體 同時 盲目鬼 カラカ ヒ鬼 子殖鬼 猿鬼 渦卷行 進 徒歩競 走 旗取競 争	「(一)體前 より送 るもの (二)頭上 より送 るもの るもの						
尋常第二學年	下體 同時 日月遊 ジャン ケンイ クサ 帽子取 襷取 場所取 鬼 取替競 争	「(三)股下 より送 るもの るもの						
尋常第三學年	上體 同時 ツトボ 豆囊投 (一)前方 よりす るもの	「(一)正面 よりす るもの (二)背面 よりす るもの	「(一)正面 よりす るもの (二)背面 よりす るもの	「(一)正面 よりす るもの (二)背面 よりす るもの				
尋常第四學年	下體 順次 千鳥ボ ール送 輪廻人 捕	「(二)背面 よりす るもの るもの						
尋常第五學年	下體 同時 フット ボール 擬馬競 争	「(二)背面 よりす るもの るもの						
尋常第六學年	全身 同時 方形網 引 棒倒 順次 メヂシ ンボー ル送							
高等第一二學年	尋常第五六 學年に授け たるものを 練習せしむ							

旗廻ボ ール送	撲	旗送	同時	全身	引	盲目手	同時	全身	引	猫ト鼠	毬入競	争	達磨落	綱引	對列フ	ツトボ	ール	順次	依運競	争	
順次	輪拔	戴壘競	争	西洋鬼	同時	デット	ボール	(飛付綱)	引	人送競	争	(一)負送	の	(二)抱送	の	するも	の	手渡ボ	ール送	腋 [○] 下拔	送
	擔架競	争	棒拔	棒押	棒引																
	特に女子に課するもの	全身	順次	繩跳競	争	(飛付)輪	投														

第二章 教授の方法

第一節 體操時間の割當

體操は一時に多くの時間之れを課して其の回数を少なくせんよりは、時間を短くしても其の回数が多からん事を必要とす。望むらくは毎日一回は之れを課するを可とす。されば一週の教授時數三時間を、一時間宛として三回之れを課せんよりは、半時間宛として六回之れを課し、以つて毎日體操教授をなさんこと却つて有効とす。殊に初學年にありては一時間繼續して體操を課するは、却つて疲勞を増して有害なるべし。されど高學年に至りては一は體操其の者の複雑となるの點より、又體育上より見ても、或は他の教科との關係上より考ふるも、半時間制を執ること頗る困難にして、勢ひ一時限制を執らざるべからざるに至る。今之れによ

りて毎週體操教授時間の割當を表示すれば左の如し。

學年	每週教授時數	半時限	一時限	合計
尋一	二	三	六	〇
尋二	三	四	回	一
尋三	三	時	回	〇
尋四	三	時	回	五
尋五	六	以上	三	回
尋六	以上	三	回	三
尋七	以上	三	回	回

第二節 教練・體操・遊技の聯關的取扱

體操の教材を種別して教練・體操・遊技となすより、從來動もすれば其の相互を區別すること甚だしきに失し、其の最も極端なるものに至りては、之れを課する時間をも別にするが如きものさへありて、體操としての聯關統一を失ひ、十分に其の効果を收むる事能はざるものあり。勿論以上の三者は其の特質互に相異なる所あるより、従つて之れに要する時間に長短の差あり、又之れを課する學年の程度によりて各主とする所あるべきは前既に述べたる所なりと雖ども、然も實際の取扱に

於いては其の相互間に親密なる聯絡を保たしめ、體育の方便としての體操の目的を遺憾なく達せしめん事を要す。然らば之れを如何に結合し、如何なる順序に於いて課すべきかの詳細なる方法に至りては、更に次節以下に於いて詳述すべし。

第三節 教授の段階

體操教授に於いても他教科の教授の如く、毎時主として演習せしむべき主要教材なるものありて、教授の主眼點となるべきは勿論、而かも主眼となるべき運動は多少強烈なるを通例とす。されば最初より直ちに其の運動に取掛らしむることの無理なるは固より明かなることなり。之れを以つて之れに先たしむるに準備となるべき運動を以つてし、又強烈なる運動をなさしめたる後は、之れによりて充進せられたる心悸・興奮せる精神を鎮靜して平常の状態に復せしめざるべからず。即ち之れを整理せざるべからず。之れを以つて體操教授の段階は、準備運動・主運動・整理運動の三階級を踐むを以つて通則とす。以下各段に於ける目的運動の種類並に取扱の方法に就いて細説すべし。勿論此は學年により、各主運動の種類を

異にし、従つて準備運動並に整理運動も之れに伴うて異なるべきを以つて、詳しくは後の各學年の教授段階の部に於いて述べべきも、今は一般に通ずるものを擧ぐるものとす。

第一段 準備運動

準備運動は全身の血液循環を促進し、或は調節して呼吸作用を整へ、以つて次に來る強烈なる主運動に入るに適當なる身的状態たらしめ、又精神状態をして體操練習に適當なる状態たらしむるを以つて目的とするものにして、其の如何なる種類の運動を用ふべきかは、固より主運動として課するものゝ如何によりて異なるべしと雖ども、前上掲げたる各種の運動の種類の中、取つて準備運動とすべき性質のものゝを擧ぐれば、一、教練の全部、二、下肢の運動、三、上肢の運動、四、頭の運動等にして、其の何れも既に習熟して容易に運動し得るものを充用すべし。即ち下學年に於いては主運動として用ひたるものも、習熟の結果上學年に至りては之れを準備運動として用ふるが如きは是れなり。胸背腹の運動及び懸垂、跳躍並に遊技は強烈なる性質の運動なれば、準備運動としては用ひざるものとす。又準備運動

は如何程の分量を課すべきかに關しては、此は體操演習に入る以前の兒童の運動状態即ち身心の状態によりて自から定まるべきものなり。而して同一の運動と雖ども、之れを主運動として課する場合と準備運動として課する場合とに於いて取扱上差異あるべきなり。即ち主運動として課する場合よりは準備運動として課する場合に於いては多少柔かならしむるを通例とし、又主運動に於いて取らしむる用意の姿勢は、準備運動に於いて取らしめたるものに比し一層困難なるものたらしめ、以つて運動をして一層強からしむるが如きは是れなり。

第二段 主運動

該時間に於いて主として演習せしむべき運動にして、直接に身體練習を目的とするものなり。而して準備運動に於いて身體をして既に運動に入るに適當なる状態とならしめたるものなれば、之れを以つて漸次強烈なる運動に入りて、十分に其の目的を達すべきなり。而して其の主運動として課すべき運動の種類は、固より學年によりまた時間の長短によりて各異なる所あるべきことも前に述べたる所なり。又如何なる運動と雖ども、或時期に於いては一度之れを主運動として課

すべきものなりと雖ども、又常に主運動としてのみ課すべき性質のものあることも亦既に前項準備運動の條下に述べたり。即ち胸背腹懸垂平均跳躍遊技の如き是れなり。而して是等各種の運動を主運動として演習せしむるに於いても、其の性質上より自から踐むべき順序ありて、こは學年によりて互に異なるべければ、詳しくは次に各學年の教授段階の部に於いて説述すべきも、今は其の最も發達せる時期のものに課する場合の順序を列記すれば凡左の如し。

- 一、胸の運動
- 二、懸垂運動
- 三、平均運動
- 四、背の運動
- 五、腹の運動
- 六、體側の運動
- 七、跳躍運動
- 八、遊技

新教材取扱の方法 新たに授くべき運動は、主として主運動演習中の適當なる時期に於いて之れを授くべきものとす。

- 一、示範** 運動の目的を指示すると同時に完全なる模範を示す。示範の要件としては、一、模範を示す位置は全兒童が之れを観るに適當なる場所なるべきこと、二、授くべき運動の要點を示すに適當なる方向に於いて示範すべき事、即ち或は正面より、或は側面より、或は正面側面の二方

面より示範して、十分に其の要領を會得せしむべきこと、三、示範は充溢せる熱情を以つて示さんことを要す。熱情は眞實の表現にして、兒童の體操練習に對する努力を促す根本的要素なるを以つてなり。

- 二、説明** 運動の主眼を正當に領得せしめんが爲めに適當なる説明を與ふるを要す。運動の方法なるものは要するに其の主眼とする點を十分に達せしめんが爲めの方便なり。されば説明は徒らに其の運動の順序方法の如き形式のみに捉はるゝことなく、其の主眼となるべき點を中心として、之れが順序方法の説明を與ふるを要す。此の意味に於いて運動の方法を各節に分解して説明を與へ、特に注意すべき點並に往々にして過誤に陥り易き點とは、兩々併列して積極的消極的兩方面より説明を與へたる後、更に之れを總合して再び好模範を與ふるを要す。説明に用ふる言語も模範動作と相應して熱情あるものならざるべからず。されど決して冗長なるべからず。簡單にして適切、而かも明瞭にして生氣あるを尙ぶ。又此の際運動法の正不正を比較せる姿勢掛

圖を適當に使用すること一層有効なるべし。

遊技は其の方法を説明しつゝ、模範動作を示すを可とす。

三、練習

示範も説明も共に完全なる練習をなさしめんが爲めの基礎にして、最後の目的は練習によりて教育的効果を收むるにあり。

體操と教練とは分解的に一舉動毎に徐かに倣はしめ、諸方面より之れを視察して十分に批正を與へたる後、總合的に所定の速度に進めて練習せしむべし。

遊技は一二回徐かに練習せしめ、細密なる批正を與へてよく其の方法を會得せしめざるべからず。而して若し競争遊技なるときは斯くして後始めて決勝に移るべし。

第三段 整理運動

強激なる運動によりて催進せられたる心身の興奮を平靜なる常態に復歸せしむるを以つて目的とするものにして、其の如何なる種類の運動を行はしむべきかは、固より主運動として課したるものゝ種類分量の如何によりて異なるべきも、一

般に整理運動として用ふるものは、

- 一、教練
 - 二、平均運動
 - 三、頭及び胸の運動(矯正的の意味を以つて之れを課す)
 - 四、呼吸運動
- 等なり。

第四節 各學年に於ける教授段階及び時間の配當

前節に於いて述べたる體操教授段階の所説を適用して、各學年に於ける大體の準則を定むること左の如し。若し新に教授すべき事項あるときは、之れが爲めに比較的多くの時間を要すべきも、然かも運動の種類を減じ又は捨つるが如きことなく、寧ろ之れが練習時間を節して新教授事項の教授に充用するの工夫をなすを可とす。

第一、尋常第一・二學年遊技を主とす

	準備運動 教 練 下肢の運動	五分	半時限の場合
	主運動 上肢の運動 頭の運動 遊技	十七分 (十二分)	一時限の場合 本學年には此 の場合なし
	整理運動 教 練 平均運動 呼吸運動	三分	

第二、尋常第三・四學年體操遊技相半ばす

半時限の場合	一時限の場合
--------	--------

	準備運動 教 練 下肢の運動 頭の運動	五分
	主運動 上肢の運動 胸の運動 平均運動 背の運動 體側の運動 懸垂運動 跳躍運動 遊技	十七分 三十五分
	整理運動 教 練 平均運動 呼吸運動	三分 五分

第三、尋常第五六學年以上體操及び教練を主とす

甲、徒手體操を主とせる場合

準備運動 頭の運動 上肢の運動 下肢の運動 教練	主運動 胸の運動 懸垂運動 平均運動 背の運動 體側の運動 腹の運動 跳躍運動 遊技	半時限の場合	一時限の場合
		十 分	十 分

乙、啞鈴及び棒體操を主とせる場合

整理運動 教練 平均運動 呼吸運動	準備運動 頭の運動	主運動 上肢の運動 胸の運動 背の運動 腹の運動 體側の運動 懸垂運動	半時限の場合	一時限の場合
			十 分	三十 分

平均運動 跳躍運動 遊技	(十 分)
整理運動 呼吸運動	五分

丙、 教練を主とせる場合

準備運動 頭の運動 上肢の運動 胸の運動 背の運動 體側の運動 下肢の運動	十分
主運動 教練	三十分

一、 二、 三、 遊技	(十 分)
整理運動 教練 呼吸	五分

以上の段階に準據して調製せる各學年各週の教授案は、第四章として別に之れを掲げたり。

第五節 教授上の注意

- 一 教練は規律協同の習慣並に軍事思想を養ふを以つて要旨とするものなれば、簡明にして力ある號令を用ひ、兒童の動作亦努めて敏活にして而かも確實ならしめ、且つ常に規律嚴正にして氣勢充實せんことを要す。
- 二 體操を授け及び之れを練習せしむる際には、各舉動共に緊密に要領に適せ

る姿勢を執らしめんことを勵行すべし。是れ體操の價値を收むるに極めて必要なるものなればなり。

三 體操に於いて一動作を終へたる際、暫らく其の姿勢を保持せしむること大切なり。是れ其の運動をして確實にし、効果を十分ならしむるに必要なを以つてなり。殊に其の運動の主要部に於いて然りとす。されど困難なる姿勢を永く保持せしむることは、是れ却つて運動の効果を減殺するものなれば注意すべし。

四 體操を授くるの際用意の姿勢を執らしむるに於いても、又は各運動を連續して練習せしむる際に於いても、一々煩雜なる號令を用ふることもなく、教師身を以つて模範を示し、之れに模倣して運動せしめ、以つて可成運動量の増加を圖るべし。

五 遲舉動の運動にありては、各節の始に於いて教師呼唱を唱へ、之れによりて徐々に運動を始めしむべし。此の種の運動と雖ども一々號令によりて運動せしむるが如きは煩雜なりと謂ふべし。

六 兒童をして呼唱を附せしむる運動にありても、始めは教師の呼唱によりて運動せしめ、よべ……の號令によりて呼唱を附せしめ、呼唱止め……の令によりて

止めしむ。但し呼唱は教師も兒童も其の音聲高きを要せざるも、十分底力あらんことを要す。是れ運動の死活に係するを以つてなり。

七 體操は新たに授けたる場合のみならず、練習の場合に於いても常に批正を怠るべからず。是れ熟練を圖り効果を收むるに重要な注意とす。且つ批正を與へたる後は、必らず再び之れを演習せしめて其の要領を確實に會得せしめんことを要す。

八 用意の姿勢中、直立の姿勢は、各種の體操を行ふに最も廣く用ひられ、又學校生活の全部に於いて最も多く用ひらるゝものにして、單に外觀を美ならしむるのみならず、各種の運動と相俟つて有力なる體育の方便にして、健康を増進する上に大なる關係を有するものなれば、體操に於いては最も嚴密に其の要領を保持せしめ、且つ體操以外の生活に於いても常に正しき姿勢を保たしめざるべからず。

九 競争遊技に於いては往々にして卑劣なる手段を取てしても尙ほ勝利を得んとするが如きことなきを保せず。訓練上よりは須らく細心監視を加へて、此の種の弊に陥らしむべからず。斯くて競技に於いて最も尙ぶべきは自己の全力を

盡すにあることを服膺せしむべし。

一〇 遊技に於いては特に規律及び合圖を嚴守せしむべし。動もすれば熱狂して不規律無秩序に陥り易く、又開始停止の合圖を失ふこと多し。注意すべし。

一一 決勝の後教師は兒童の技術方法態度其の他に就いて公平なる批評を加ふるを可とす。是れ兒童が遊技に熱中する際には事の前後是非善惡を顧みるの暇なく、往々にして過誤に陥り居るものあるは事實なり。是等は適當なる批評によりて漸次之れを矯正せざるべからず。

一二 競争遊技に於いては教師は審判者となり、其の他の娛樂的遊技に於いては好伴侶とならんことを要す。兒童は遊技其の者に興味を有するは勿論なるも、教師之れに加はるときは一層の元氣を得て遊技に従ふべし。殊に下級兒童にありて然りとす。

一三 兒童の養護には常に細心なる注意を拂ふべし。氣候の酷暑の際又は激しき活動の後には、渴を醫せんが爲めに終了後直ちに湯呑所に走り、又は洗面所に駆くるものあるが如きは宜しからず。先づ解散前暫時の休憩を與へ、且つ豫じめ

之れに對する注意を與ふるを可とす。

一四 運動と休息とは交互に適當に交代せしめんことを要す。長時間運動を繼續するの不可なると同時に、休息時のみ多くして情氣を帯び、教授の進行の甚だ鈍きが如きは、是れ體操教授の趣意にあらず。

一五 體操教授は其の教案如何に整然たるものありと雖ども、單り其のみにては決して効果を收むる所以のものにあらず。體操教授の要訣は實行の意力にありて存す。されば教授者たるもの須らく熱心なる態度を以つて事に従はざるべからず。

一六 快晴なる日に方り室内に於いて體操を演習せしむるが如きことあるべからず。體操は常に廣濶なる天地に於いて新鮮なる空氣の中に演習せしむるを努めざるべからず。是れ體操なるものは、或見地よりは其の全部が悉く呼吸作用とも謂ふべきものなるを以つてなり。

一七 體操演習に於ける兒童の服装は寬廣ならんことを要す。決して緊密ならしむべからず。

一八 常に兒童身體發達の情況に留意し、全體の成績の進歩を圖ると同時に各兒身體の偏癖の矯正を圖らざるべからず。

第三章 教授細目

第一 單式學級用

尋常科第一學年第一學期		教授豫定時數凡三十六時	
教	練	徒	體
	操		
教授事項 集合 直立不動 休憩 整頓(前へ準へ) 右(左)向 縱隊行進		教授事項 なし	
遊	技	遊	技
	上體		教授事項 上體 順次 體前ボール送 下體 同時 盲目鬼

尋常科第一學年第二學期		教授豫定時數凡三十九時	
教	練	徒	體
	操		
練習事項 集合 方向變換(二(伍々右左)) 足踏 駢歩		渦卷行進 徒步競走 旗取競争 順次 旗廻ボール送 旗送 全身 同時 猫と鼠 毬入競争 達磨落 順次 依運競争	
遊	技	遊	技
	上體		練習事項 上體

解散 直立不動 休憩 整頓(一)前(準) 右(左)向 縱隊行進 方向變換(二)伍々右(左) 足踏 駢步 教授事項 整頓(一)右(準) 番號(順數番號・一、二の番號) 後向	一、二の番號の開き方 下肢 「直立、手腰」舉踵(二) 「直立、手腰」屈膝舉股(四) 上肢 「直立」臂側(上)舉(二) 頭 「直立、手腰」頭後屈(二) 「直立、手腰」頭左右轉(四) 體側 「閉足、手腰」上體左右轉(四) 平均 (下肢の運動を用ふ) 呼吸 「直立」臂側舉、舉踵、呼吸	四〇 順次 體前ボール送 下體 同時 渦巻行進 徒歩競走 盲目鬼 順次 旗廻ボール送 旗送 全身 同時 毬入競争 順次 俵運競争 教授事項 上體 順次 頭上ボール送
---	---	--

尋常科第一學年第三學期 教授豫定時數凡二十七時			下體 同時 カラカヒ鬼 子殖鬼 順次 盲目手引 全身 同時 綱引	
教 練習事項 集合 解散 直立不動 休憩 整頓(前(準)、右(準)	徒 體 操 手 練習事項 第二學期の教授事項を練習せしむ 教授事項 なし	遊 技 練習事項 上體 順次 體前ボール送 下體 同時	後篇 第三章 教授細目	四一

<p>右(左)向 縱隊行進 方向變換(一)(伍々右(左) (二)) 足踏 駢步 番號(順數番號・一、二 の番號) 後向 教授事項 なし</p>		<p>カラカヒ兔 子殖鬼 徒步競走 順次 旗廻ボール送 全身 同時 綱引 毬入競争 順次 俵運競争 教授事項 下體 同時 猿鬼 全身 同時 對列フットボール</p>
---	--	--

尋常科第二學年第一學期

教授豫定時數凡三十六時

<p>教 練 習 事 項 集 合 解 散 直 立 不 動 休 憩 整 頓 (前(準)、右(準) (一)) 番 號 (順 數 番 號・一、二 の 番 號) 右 (左) 向 後 向 縱 隊 行 進 方 向 變 換 (一)(伍々右(左) (二)) 足 踏</p>	<p>徒 體 操 手 技 練 習 事 項 下 肢 「直立、手腰」舉踵(二) 「直立、手腰」屈膝舉股(四) 上 肢 「直立」臂側(上)舉(二) 頭 「直立、手腰」頭後屈(三) 「直立、手腰」頭左右轉(四) 體 側 「閉足、直立」上體左右轉(四) 平 均 (下肢の運動を用ふ) 呼 吸 「直立」臂側舉、舉踵、呼吸</p>	<p>遊 技 練 習 事 項 上 體 順 次 體 前 ボ ー ル 送 下 體 同 時 徒 步 競 走 順 次 旗 廻 ボ ー ル 送 全 身 同 時 毬 入 競 争 綱 引 對 列 フ ツ ト ボ ー ル 順 次</p>
--	--	--

尋常科第二學年第二學期 教授豫定時數凡三十九時	教 練 徒手 體操	教 授 事 項 駢 步 退 步 橫 步	教 授 事 項 下 肢 「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四) 上 肢 「直立、臂左右(上、前)下展伸(二)」 「直立、臂前屈、臂側開(二)」 跳 躍 (駢 步) 平 均 「直立」足尖行進 「直立」平均臺上の行進	教 授 事 項 依 運 競 爭 下 體 同 時 日 月 遊 ジャンケンイクサ 順 次 場 所 取 鬼 全 身 順 次 輪 拔
	教 練 遊 技 手	練 習 事 項 整 頓 右(左)向 後 向	練 習 事 項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教 授 事 項	練 習 事 項 上 體 順 次 體 前 ボール 送

縦隊行進 方向變換(二)(伍々右左) (一) 足 踏 退 步 駢 步 橫 步 教 授 事 項 な し	な し	下 體 同 時 日 月 遊 徒 步 競 走 ジャンケンイクサ 順 次 旗 廻 ボール 送 全 身 同 時 網 引 對 列 フット ボール 毬 入 競 爭 順 次 依 運 競 爭 輪 拔 教 授 事 項 上 體 順 次 股 下 ボール 送
--	-----	--

尋常科第二學年第三學期		教授豫定時數凡二十七時	
		教	練
練習事項 整頓 右(左)向 後向	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ	徒	體
遊	技	操	手
下體 同時 帽子取 擲取 順次 取替競争 全身 同時 片脚相撲 順次 戴囊競争	練習事項 上體 順次 體前ボール送		

縱隊行進 方向變換(一)伍々右(左)	なし
足踏 退歩 駈歩 横走 教授事項 なし	なし
頭上ボール送 股下ボール送 下體 同時 日月遊 ジャンケンイクサ 擲取 帽子取 順次 旗廻ボール送 旗送 取替競争 全身 同時 綱引 對列フットボール 順次 依運競争 輪拔	

尋常科第三學年第一學期		教授豫定時數凡三十六時	
		戴囊競争 教授事項 なし	遊技
教 練	徒 體	練習事項 第一二學年に於て授 けたる事項中特に左 の諸項を練習せしむ 整頓 後向 縱隊行進 足踏 駢歩 横歩 退歩	練習事項 下肢 「直立、手腰」舉踵(二) 「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四) 「直立、手腰」屈膝、舉股(四)
		頭 「直立、手腰」頭後屈(二) 「直立、手腰」頭左右轉(四)	遊技 練習事項 上體 順次 ボール送 體前ボール送 頭上ボール送 股下ボール送 下體 同時 日月遊 ジャンケンイクサ 帽子取

半右(左)向 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向	胸 「開脚、手腰」上體後屈(二)	順次 旗廻ボール送
	背 「直立、臂前屈」臂側開、屈膝前出(四)	全身 同時 對列フットボール
	體側 「閉足、直立」上體左右轉(四)	順次 依運競争
	平均 (既授のもの並に下肢の運動を用ふ)	教授事項 上體 同時 バスケットボール
	呼吸 「直立」臂側舉、舉踵、呼吸	順次 ボール投(正面よりす るもの)
	教授事項 列の開閉 順數番號による開き方	下體 同時 輪網鬼 鉢巻取
	下肢 「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝(四) 「直立、手腰」脚前(側)舉(四)	順次
	上肢	

	<p>頭 「直立」臂前上舉、舉踵、側方下(三) 「直立、手腰」頭左右屈(四) 胸 「開脚、手腰」上體後屈(二) 體側 「開脚、手腰」上體左右屈(一) 跳躍 「直立、手腰」其場跳躍、足開閉 (徒手)「直立、手腰」其場跳躍 (徒手)「直立」其場、前方跳躍 (徒手)「直立」前進、跳躍 平均 「直立、手腰」脚前(側)舉 「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝 呼吸 「直立」臂側上舉、舉踵、呼吸</p>	<p>全身 旋廻フットボール 同時 デットボール 順次 人送競争 1、負送するもの 2、抱送するもの 腋下抜</p>
--	---	---

尋常科第三學年第二學期

教授豫定時數凡三十九時

<p>教 練 練習事項 後向 縱隊行進 足踏 退歩 驅歩 横足 半右(左)向 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 教授事項 伍の分合 縱隊行進中の伍の分合</p>	<p>徒 體 操 手 練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし</p>	<p>遊 技 練習事項 上體 同時 バスケツトボール 順次 ボール投(正面よりするもの) 下體 同時 鉢巻取 日月遊 順次 ジャンケンイクサ 旋廻フットボール 全身 同時 デットボール 順次</p>
---	---	---

<p>人送競争 1、負送するもの 2、抱送するもの 依運競争 戴囊競争 腋下拔</p> <p>教授事項 上體</p> <p>順次 豆囊投(正面よりするもの)</p> <p>下體 同時 綱鬼 順次 西洋鬼 全身 同時 (飛付)綱引 順次</p>	

尋常科第三學年第三學期

教授豫定時數凡二十七時

<p>手渡ボール送 腋下拔ボール送</p>	<p>遊技</p>	<p>練習事項 上體 同時 バスケットボール 順次 ボール投(正面よりするもの) 豆囊投(正面よりするもの) 下體 同時 針卷取 日月遊</p>	<p>操手</p>	<p>練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし</p>	<p>徒體</p>	<p>練習事項 縦隊行進 足踏 駈歩 退歩 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 伍の分合 縦隊行進中の伍の分合 教授事項 なし</p>	<p>教練</p>
---------------------------	-----------	--	-----------	---	-----------	---	-----------

		<p>順次 ジャンケンイクサ 旋廻フットボール 西洋鬼</p> <p>全身 同時 (飛付)綱引 デットボール</p> <p>順次 人送競争 1、負送するもの 2、抱送するもの 腋下抜 腋下抜ボール送 手渡ボール送</p> <p>教授事項 なし</p>
--	--	---

尋常科第四學年第一學期

教授豫定時數凡三十六時

<p>教 練</p> <p>練習事項 縦隊行進 足踏 退歩 駈歩 横足 半右(左)向 伍の分合 縦隊行進中の伍の分合 行進間の後向 行進間の右(左)向 教授事項 方向變換(一)右(左)に方向をかへ)</p>	<p>徒 體 操 手</p> <p>練習事項 下 肢 「直立、手腰」屈膝、舉股(四) 「直立、手腰」脚前(側、後)舉(四) 「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝(四)</p> <p>上 肢 「直立」臂前(左右、上)下展伸(二) 「直立、臂前屈」臂側開(二) 「直立」臂前上舉、舉踵、側方下(二)</p> <p>頭 「直立、手腰」頭後屈(二) 「直立、手腰」頭左右轉(四)</p> <p>胸 「開脚、手腰」上體後屈(二) 「直立、臂前屈」臂側開、屈膝前出(四)</p> <p>體 側 「閉足、直立」上體左右轉(二) 「開脚、手腰」上體左右屈(二)</p>	<p>遊 技</p> <p>練習事項 上 體 同時 バスケットボール</p> <p>順次 ボール投(正面よりするもの) 豆囊投(背面よりするもの)</p> <p>下 體 同時 鉢巻取 日月遊</p> <p>順次 旋廻フットボール</p> <p>全身 同時 デットボール</p>
---	--	--

	<p>跳躍 (徒手)「開脚、手腰」其場跳躍、足閉閉 (徒手)「直立、手腰」其場跳躍 (徒手)「直立」其場前方跳躍 (徒手)「直立」前進、跳躍</p> <p>平均 (既授のもの及び下肢の運動を用ふ)</p> <p>呼吸 「直立」臂側上舉、舉踵、呼吸</p> <p>教授事項 「直立」臂側上舉、舉踵、呼吸</p> <p>背 「直立、臂前屈」臂側開、屈膝前出(四)</p> <p>懸垂 (水平棒)「懸垂直立」、屈臂、舉踵 (水平棒)「懸垂直立」、伸臂、屈膝 (水平棒)「懸垂直立」、屈膝、舉股 (水平棒)「懸垂直立」、脚前舉 (立棒)「棒攀登」 (鐵棒・水平棒)「直立」懸垂</p>	<p>順次 腋下拔 腋下拔ボール送 戴囊競争</p> <p>教授事項 上體</p> <p>順次 ボール投(背面よりするもの) 豆囊投(背面よりするもの)</p> <p>下體 順次 千鳥ボール送 輪廻人捕</p> <p>全身 同時 共同相撲</p> <p>順次</p>
--	--	--

<p>尋常科第四學年第二學期</p> <p>教授豫定時數凡三十六時</p>	<p>跳躍 (並行水平棒)「直立」兩側懸垂 (徒手)「直立、手腰」其場轉向跳躍 (徒手)「直立」前進、高跳 (徒手)「直立」前進、幅跳</p> <p>平均 「直立、手腰」地上の三拍子行進</p>	<p>蛙跳</p> <p>練習事項 上體 同時 バスケツトボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの)</p>
--	--	--

<p>合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(二)(右(左)に方向をかへ)</p> <p>教授事項 駈歩の足踏</p>		<p>豆囊投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 鉢巻取 順次 千鳥ボール送 輪廻人捕 全身 同時 (飛付)綱引 蛙跳 順次 手渡ボール送 腋下拔 腋下拔ボール送</p> <p>教授事項 全身 同時</p>
---	--	---

尋常科第四學年第三學期

教授豫定時數凡二十七時

<p>教 練</p> <p>練習事項 縦隊行進 伍の分合 縦隊行進中の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(二)(右(左)に方向をかへ)</p>	<p>徒 體 操 手</p> <p>練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし</p>	<p>遊 技</p> <p>擔架競争 順次 棒°棒°棒°棒° 棒°押°引° 上體 同時 バスケットボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 豆囊投(正面よりするもの、背面よりするもの)</p>
---	---	---

駮步踏足 教授事項 なし		下體 同時 鉢巻取 日月遊 順次 千鳥ボール送 輪廻人捕 全身 同時 (飛付)綱引 蛙跳 擔架競争 順次 人送競争 腋下抜 腋下抜ボール送 棒押 棒引 教授事項
--------------------	--	--

尋常科第五學年第一學期

教授豫定時數凡三十六時

なし

教 練 習 事 項 縦隊行進 伍の分合 縦隊行進間の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(三)(右(左)に方向をかへ) 駮歩の足踏 教授事項 縦隊より横隊を	徒 體 手 練 習 事 項 下 肢 「直立、手腰、屈膝、舉(四)股」 「直立、手腰、脚前(側)後(舉)(四)」 「直立、舉踵、臂側舉、半屈膝(四)」 上 肢 「直立、臂前左右、上下展伸(三)」 「直立、臂前屈、臂側開(三)」	鐘 授 事 項 下 肢 「直立、舉踵、半屈膝、臂側上舉(上舉合撃)(四)」 「直立、屈臂、脚交互屈膝側出、臂上下屈伸(四)」 上 肢 「直立、臂側伸、臂轉回(三)」 「直立、交互屈膝側出、臂側上舉(上舉合撃)(四)」	操 練 習 事 項 なし	遊、 技 練 習 事 項 上 體 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下 體 同時 鉢巻取 順次 輪廻人捕 全身 同時 デットボール
---	---	---	-----------------------------	---

斜行進
作る

斜行進 作る	「直立、手腰」頭後屈 (二) 「直立、手腰」頭左右 轉(四) 「直立、手腰」頭左右 屈(四)	「直立、臂側舉(掌上) 上屈(四) 「直立、臂側上舉合 擊、屈膝前出 (四) 「直立」臂前上舉、 交互屈膝前出 (四)	蛙跳 順次 腋下拔 人送競争 教授事項 上體 同時 コーナーポ ル 順次 啞鈴送競争 下體 同時 フットボ ル 順次 擬馬競争 全身 順次 腋下拔競争
胸	「開脚、手腰」上體後 屈(二)	頭 (徒手に同じ)	同時 コーナーポ ル
體側	「開脚、手腰」上體左 右轉(四) 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	胸 (徒手に同じ)	同時 フットボ ル
懸垂	(立棒)棒攀登 (鐵棒・水平棒)「直立」 懸垂 (並行水平棒)「直立」	背 「直立、臂前伸」臂側 開、舉踵(二)	同時 フットボ ル
跳躍 兩側懸垂 (徒手)「直立、手腰」其 場轉向跳躍 (徒手)「直立」前進、 跳躍 (徒手)「直立」前進、 高跳 (徒手)「直立」前進、 幅跳 平均 (既授の運動を用 ふ)	體側 「開脚、臂側伸」上體 左右轉(四) 「開脚、屈臂」上體左 右屈(四)	腹 「開脚、臂上伸」上體 前屈、後倒(四)	同時 フットボ ル

跳躍 兩側懸垂 (徒手)「直立、手腰」其 場轉向跳躍 (徒手)「直立」前進、 跳躍 (徒手)「直立」前進、 高跳 (徒手)「直立」前進、 幅跳 平均 (既授の運動を用 ふ)	體側 「開脚、臂側伸」上體 左右轉(四) 「開脚、屈臂」上體左 右屈(四)	特に女子に課する もの 全身 順次 縄跳競争	
呼吸	「直立」臂側上舉、 舉踵、呼吸	平均 (下肢の運動を用 ふ)	全身 順次
下肢	「直立、手腰」舉踵、 教授事項	呼吸 (徒手に同じ)	全身 順次

<p>「直立、閉足」舉踵、 臂側舉、屈膝 (四)</p>	<p>「直立」上體前屈、 臂垂下、後屈、 臂上舉(三)</p>	<p>「開脚、手腰」上體前 屈(二)</p>	<p>「手支持」上體後屈 舉踵(二)</p>	<p>「直立」交互屈臂側 伸、屈膝側出 (六)</p>
<p>「直立、閉足」舉踵、 臂側舉、屈膝 (四)</p>	<p>「直立」上體前屈、 臂垂下、後屈、 臂上舉(三)</p>	<p>「開脚、手腰」上體前 屈(二)</p>	<p>「手支持」上體後屈 舉踵(二)</p>	<p>「直立」交互屈臂側 伸、屈膝側出 (六)</p>
<p>「直立、閉足」舉踵、 臂側舉、屈膝 (四)</p>	<p>「直立」上體前屈、 臂垂下、後屈、 臂上舉(三)</p>	<p>「開脚、手腰」上體前 屈(二)</p>	<p>「手支持」上體後屈 舉踵(二)</p>	<p>「直立」交互屈臂側 伸、屈膝側出 (六)</p>
<p>「直立、閉足」舉踵、 臂側舉、屈膝 (四)</p>	<p>「直立」上體前屈、 臂垂下、後屈、 臂上舉(三)</p>	<p>「開脚、手腰」上體前 屈(二)</p>	<p>「手支持」上體後屈 舉踵(二)</p>	<p>「直立」交互屈臂側 伸、屈膝側出 (六)</p>

<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 左右振動</p>	<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側 懸垂、前進</p>	<p>「跳繩」直立前進、 斜高跳</p>	<p>「跳繩」直立跳上 「跳繩」直立跳下 平均</p>	<p>「直立、手腰」舉踵、 屈膝 左右轉 「閉足、直立」舉踵、 臂側舉、屈膝</p>
<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 左右振動</p>	<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側 懸垂、前進</p>	<p>「跳繩」直立前進、 斜高跳</p>	<p>「跳繩」直立跳上 「跳繩」直立跳下 平均</p>	<p>「直立、手腰」舉踵、 屈膝 左右轉 「閉足、直立」舉踵、 臂側舉、屈膝</p>
<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 左右振動</p>	<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側 懸垂、前進</p>	<p>「跳繩」直立前進、 斜高跳</p>	<p>「跳繩」直立跳上 「跳繩」直立跳下 平均</p>	<p>「直立、手腰」舉踵、 屈膝 左右轉 「閉足、直立」舉踵、 臂側舉、屈膝</p>
<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 左右振動</p>	<p>「鐵棒、水平棒」懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側 懸垂、前進</p>	<p>「跳繩」直立前進、 斜高跳</p>	<p>「跳繩」直立跳上 「跳繩」直立跳下 平均</p>	<p>「直立、手腰」舉踵、 屈膝 左右轉 「閉足、直立」舉踵、 臂側舉、屈膝</p>

尋常科第五學年第二學期

教授豫定時數凡三十九時

教	練		遊
	徒	體	
練習事項 縱隊行進 伍の分合 縱隊行進中の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(二)〔右(左)に方向をかへ〕 駈歩の足踏 斜行進 縱隊より横隊を作る	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ しむ	練習事項 第一學期に教授せるものを練習せしむ なし	練習事項 なし
	教授事項 腹 「腰掛」上體後倒 「左(右)脚前出、手腰」 上體後倒(二) 「左(右)脚前出、手頭」 同上 懸垂 〔鐵棒、水平棒〕懸垂、		

教授事項 駈歩行進間の伍の分合	屈膝舉股 〔鐵棒、水平棒〕懸垂、 舉脚 〔吊繩〕吊繩登降 〔吊棒〕吊棒登降 跳躍 〔跳越臺〕直立、縱跳 上、跳下			同時 蛙跳 〔飛付〕綱引 順次 棒押 棒引 腋下拔擔事 特に女子に課するもの 全身 順次 繩跳競争 教授事項 全身 同時 擬馬競争 特に女子に課するもの 全身
--------------------	---	--	--	---

尋常科第五學年第三學期		教授豫定時數凡二十七時		遊技	順次 (飛付)輪投
		教	練		
練習事項	練習事項	練習事項	練習事項	練習事項	練習事項
縱隊行進 伍の分合 縱隊行進中の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(一)「右(左)に方向をかへ」 駈歩の足踏 斜行進	練習事項 第一學期並に第二學期の練習事項及び教授事項を合せて練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期に教授せるものを練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 なし	練習事項 上體 同時 コーナーボール 順次 啞鈴送競争 下體 同時 フットボール 鉢巻取 順次 擬馬競争	

尋常科第六學年第一學期		教授豫定時數凡三十六時		遊技	全身 同時 棒倒 (飛付)綱引 蛙跳 順次 腋下拔擔事 棒押 棒引 特に女子に課するもの 全身 順次 縄跳競争 (飛付)輪投 教授事項 なし
教	練	遊技			
練習事項	練習事項	練習事項	練習事項	練習事項	練習事項
縱隊より横隊を作る 駈歩行進間の伍の分合 教授事項 なし					

教	練習事項 縦隊行進 伍の分合 縦隊行進間の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(二)(右(左)に方向をかへ) 駈歩の足踏 斜行進 縦隊より横隊を作る 駈歩行進間の伍の分合	練習事項 下 肢 「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四) 「直立、手腰」屈膝、舉股(四) 「直立、手腰」脚前(側、後)舉(四) 「直立、手腰」舉脚、左右轉(八) 「閉足直立」舉踵、臂側舉、屈膝(四) 「直立」臂左右(上、前)展伸(四) 「直立」臂前上舉、舉踵、側方下(三)	練習事項 第五學年第一學期に授けたるものを練習せしむ なし	教授事項 下 肢 「直立」臂前上舉、舉踵半屈膝(四) 上 肢 「直立」臂上舉、舉踵(二) 「直立」交互臂側舉、一臂頭上、屈膝側出(六) 「直立」臂上舉、交互屈膝前出(四) 頭 (徒手に同じ) 胸 「直立、屈臂」(棒頭後)上體後屈(二)	練習事項 上 體 同時 コーナルボール 順 次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 同時 フットボール 順 次 旋廻フットボール 擬馬競争	全身 同時 キャブテンボール
---	---	---	-------------------------------------	---	---	----------------------

駈歩の横隊行進 駈歩行進間の後向 駈歩行進間の右(左)向	頭 「直立、手腰」頭後屈(二) 「直立、手腰」頭左右轉(四) 「直立、手腰」頭左右屈(四)	胸 「開脚、手腰」上體後屈(二) 「手支持」上體後屈 舉踵(二)	背 「開脚、手腰」上體前	背 「直立、臂前屈」臂側開(二) 「直立」交互屈臂側伸、屈膝側出(六)	頭 「直立、臂前屈」臂側開(二) 「直立」交互屈臂側伸、屈膝側出(六)	背 「棒頭後」直立「臂上舉、屈臂(四) 「直立」臂上舉、交互屈膝前出、頭後屈臂(八) 「直立」臂上舉、後方垂下(四)	腹 「棒頭後」開脚、屈臂上體前屈後倒(四) 「直立」臂上舉、脚後出、上體後倒(八)	體 側 「直立、臂上伸」上體左右轉(四) 「棒頭後」開脚、屈臂	全身 特に女子に課するもの 順 次 繩跳競争 (飛付)輪投 教授事項 上 體 同時 キャブテンボール	全身 同時 キャブテンボール
------------------------------------	--	---	-----------------	---	---	---	---	---------------------------------------	--	----------------------

<p>屈(三) 體側 「閉足、直立」上體左 右轉(四) 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)</p>	<p>上體左右屈 (四) 平均 (徒手に同じ) 呼吸 (徒手に同じ)</p>	<p>順次 棒送競争 全身 同時 方形綱引 棒倒</p>
<p>腹 「直立」上體前屈、 臂垂下、後倒、 臂上舉(二) (腰掛)上體後倒 (三) 「左右」脚前出、手腰」 上體後倒(二) 「左右」脚前出、屈臂」 上體後倒</p>		<p>順次 メヂシンボ ル送</p>
<p>懸垂 (立棒)棒攀登 (鐵棒)水平棒懸垂、</p>		

<p>左右振動 (鐵棒)水平棒懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側 懸垂、前進 (鐵棒)水平棒懸垂、 舉脚 (鐵棒)水平棒懸垂、 屈膝舉股 (吊繩)吊繩登降 (吊棒)吊棒登降</p>		
<p>跳躍 (徒手)直立、手腰」其 場、轉向跳躍 (徒手)直立」其場、 前方跳躍 (徒手)直立」前進跳 躍 (徒手)直立」前進、</p>		

<p>高跳 (徒手)「直立」前進、 幅跳 (跳越臺)「直立」前進 斜高跳 (跳越臺)「直立」跳下 (跳越臺)「直立」縱跳 上、跳下</p> <p>平均 (既授のものを用 ふ)</p> <p>呼吸 「直立」臂側上舉、 舉踵、呼吸</p> <p>教授事項</p> <p>背 「伏臥」上體後屈 (二)</p> <p>懸垂</p>

<p>(鐵棒)脚懸上 (鐵棒・水平棒)臂立 懸垂 (階梯)階梯登降</p> <p>跳躍 (跳越臺)「直立」縱跳 乘、後横下 (跳越臺)「直立」縱一 (二)節跳</p> <p>平均 「直立」手腰脚後舉、 半屈膝 「直立」徐歩 「直立」平均臺上の 三柏子行進</p>

尋常科第六學年第二學期

教授豫定時數凡三十九時

教 練	練習事項 縦隊行進 伍の分合 縦隊行進間の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(一)(二) (左)に方向をかへ 駈歩の足踏 斜行進 縦隊より横隊を作る 駈歩行進間の伍の分合	徒 手	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 腹 教授事項 「左(右)脚前出、臂上伸」上體後倒 (二) 懸垂 (鐵棒)懸垂、前方振跳 (鐵棒)尻上 (鐵棒)俯下 跳躍 (棒)「直立」棒跳下	體	練習事項 第五學年第一學期に授けたるものを練習せしむ 教授事項 なし	鈴	練習事項 第一學期の教授事項を練習せしむ 教授事項 なし	操 棒	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	遊 技	
	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール	練習事項 上體 同時 コーナーボール ル キャブテンボール 順次 ボール投(正面よりするもの、背面よりするもの) 下體 同時 フットボール
	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし
	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし
	練習事項 第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし	練習事項 第一學期の練習事項を練習せしむ 教授事項 なし

練習事項 駈歩横隊行進 駈歩行進間の後向 駈歩行進間の右(左)向 教授事項 駈歩行進間の方向變換	(棒)「直立」棒幅跳 (棒)「直立」棒跳上 (棒)「直立」棒高跳			全身 輪廻人捕 同時 (飛付)綱引 蛙跳 擬馬戰闘 方形綱引 順次 メヂシンボール送 腋下拔擔事 棒押 棒引 特に女子に課するもの 全身 順次	七七
練習事項 駈歩横隊行進 駈歩行進間の後向 駈歩行進間の右(左)向 教授事項 駈歩行進間の方向變換	(棒)「直立」棒幅跳 (棒)「直立」棒跳上 (棒)「直立」棒高跳			全身 輪廻人捕 同時 (飛付)綱引 蛙跳 擬馬戰闘 方形綱引 順次 メヂシンボール送 腋下拔擔事 棒押 棒引 特に女子に課するもの 全身 順次	七七
練習事項 駈歩横隊行進 駈歩行進間の後向 駈歩行進間の右(左)向 教授事項 駈歩行進間の方向變換	(棒)「直立」棒幅跳 (棒)「直立」棒跳上 (棒)「直立」棒高跳			全身 輪廻人捕 同時 (飛付)綱引 蛙跳 擬馬戰闘 方形綱引 順次 メヂシンボール送 腋下拔擔事 棒押 棒引 特に女子に課するもの 全身 順次	七七
練習事項 駈歩横隊行進 駈歩行進間の後向 駈歩行進間の右(左)向 教授事項 駈歩行進間の方向變換	(棒)「直立」棒幅跳 (棒)「直立」棒跳上 (棒)「直立」棒高跳			全身 輪廻人捕 同時 (飛付)綱引 蛙跳 擬馬戰闘 方形綱引 順次 メヂシンボール送 腋下拔擔事 棒押 棒引 特に女子に課するもの 全身 順次	七七
練習事項 駈歩横隊行進 駈歩行進間の後向 駈歩行進間の右(左)向 教授事項 駈歩行進間の方向變換	(棒)「直立」棒幅跳 (棒)「直立」棒跳上 (棒)「直立」棒高跳			全身 輪廻人捕 同時 (飛付)綱引 蛙跳 擬馬戰闘 方形綱引 順次 メヂシンボール送 腋下拔擔事 棒押 棒引 特に女子に課するもの 全身 順次	七七

尋常科第六學年第三學期		教授豫定時數凡二十七時	
		體	操
教	練	徒	手
練習事項	練習事項	練習事項	練習事項
縦隊行進 伍の分合 縦隊行進間の伍の分合 横隊行進 行進間の後向 行進間の右(左)向 方向變換(一) (右(左)に方向をかへ)	第一學期の練習事項と教授事項とを合せ練習せしむ 教授事項なし	第五學年第一學期に授けたるものを練習せしむ 教授事項なし	第一學期の教授事項を練習せしむ 教授事項なし
遊	技	上	下
練習事項	練習事項	練習事項	練習事項
同時	同時	同時	同時
フットボール 日月遊	擬馬競争 輪廻人捕	全身 同時 棒倒 棒引 メヂンボール送 腋下拔擔事 特に女子に課するもの	繩跳競争 (飛付)輪投 教授事項なし

同時	同時	同時	同時
フットボール 日月遊	擬馬競争 輪廻人捕	全身 同時 棒倒 棒引 メヂンボール送 腋下拔擔事 特に女子に課するもの	繩跳競争 (飛付)輪投 教授事項なし
練習事項	練習事項	練習事項	練習事項
縦隊より横隊を作る 駆歩行進間の伍の分合 駆歩横隊行進 駆歩行進間の後向 向變換 駆歩行進間の右(左)向 教授事項なし			
斜行進			
駆歩の足踏			

第二 複式學級用

尋常科第一・二學年第一學期		教授豫定時數凡三十六時	
教	練	徒體	操
	技	遊	技
教授事項 集合 直立不動 整頓(前(準)) 解散 右(左)向		教授事項 呼吸 「直立」臂側舉、舉踵、呼吸	
練習事項 集合 直立不動 整頓(前(準))		練習事項 上體 順次 ボール送 下體 同時	
練習事項 列の開閉 一、二の番號の開き方 下肢		練習事項 上體 順次 ボール送	
練習事項 集合 直立不動 整頓(前(準))		練習事項 上體 順次 ボール送	

全身
 順次
 繩跳競争
 (飛付)輪投
 教授事項
 なし

尋常科第一・二學年第二學期		教授豫定時數凡三十九時	
教	練	徒體	操
	技	遊	技
教授事項 集合 直立不動 整頓(前(準))		教授事項 呼吸 「直立」臂側舉、舉踵、呼吸	
練習事項 集合 直立不動 整頓(前(準))		練習事項 上體 順次 ボール送 下體 同時	
練習事項 列の開閉 一、二の番號の開き方 下肢		練習事項 上體 順次 ボール送	
練習事項 集合 直立不動 整頓(前(準))		練習事項 上體 順次 ボール送	

渦卷行進
 徒步競走
 帽子取競争
 裨取競争
 旗取競争
 順次
 旗廻ボール送
 旗送競争
 全身
 同時
 綱引

後向
 縱隊行進
 足踏
 駢步
 方向變換(一)(伍々右(左))
 (二)

<p>解散 右(左)向 後向 縱隊行進 方向變換(一)(伍々右(左) (二)) 足踏 駢步 教授事項 整頓(右(準)(番號(順數番號・一、二 の番號) 退歩</p>	<p>「直立、手腰」踵上下(二) 「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四) 「直立、手腰」屈膝舉股(四) 上肢 「直立」臂側(上)舉(二) 「直立」臂左右(上、前)展伸(四) 「直立、臂前屈」臂側開(二) 頭 「直立、手腰」頭後屈(二) 「直立、手腰」頭左右轉(四) 平均 「直立」足尖行進 「直立、手腰」舉踵、半屈膝 呼吸 「直立」臂側舉、舉踵、呼吸</p>	<p>下體 同時 帽子取競争 擲取競争 徒步競走 旗取競争 渦卷行進 順次 旗廻ボール送 旗送競争 全身 同時 綱引 教授事項 下體 同時 盲目鬼 カラカヒ鬼 子殖鬼</p>
---	--	---

尋常科第一・二學年第三學期

教授豫定時數凡二十七時

<p>教 練 練習事項 集合 直立不動 整頓(前(準)、右(準)</p>	<p>徒 體 操 練習事項 下肢 「直立、手腰」舉踵(二) 「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四)</p>	<p>遊 技 練習事項 上體 順次 ボール送</p>	<p>猿鬼 ジャンケンイクラ 順次 場所取鬼 取替競争 全身 同時 毬入競争 順次 俵運競争 輪拔</p>
--	--	--	---

<p>〇 解散 右(左)向 後向 縱隊行進 方向變換(一)〔伍々右(左)〕 足踏 退步 駢步 橫步</p> <p>教授事項</p>	<p>上肢 〔直立〕臂側(上)舉(一) 〔直立〕臂左右(上、前)展伸(四) 〔直立、臂前屈〕臂側開(二)</p> <p>頭 〔直立、手腰〕頭後屈(三) 〔直立、手腰〕頭左右轉(四)</p> <p>平均 〔直立、手腰〕舉踵 〔直立、手腰〕舉踵、半屈膝</p> <p>呼吸 〔直立〕臂側舉、舉踵、呼吸</p> <p>教授事項</p> <p>下肢 〔直立、手腰〕屈膝、舉股(四) 〔直立〕平均臺上の行進</p> <p>體側 〔開脚、手腰〕上體左右轉(四)</p> <p>跳躍</p>	<p>下體 同時 旗取競争 ジャンケンイクサ</p> <p>順次 旗廻ボール送 取替競争</p> <p>全身 同時 綱引 毬入競争</p> <p>順次 依運競争</p> <p>教授事項</p> <p>下體 同時 日月遊</p> <p>全身 同時</p>
--	--	---

<p>尋常科第三・四學年第一學期</p> <p>教授豫定時數凡三十六時</p>	<p>〔開脚、手腰〕其場跳躍</p> <p>平均 〔直立〕平均臺上の行進</p>	<p>對列フットボール 片脚相撲</p> <p>順次 戴囊競争</p>
<p>教 練</p> <p>練習事項 集合 直立不動 整頓(前準、右準) 番號(順數番號・一、二の番號) 解散 右(左)向 後向 縱隊行進</p>	<p>徒 體</p> <p>練習事項 下肢 〔直立、手腰〕踵上下(二) 〔直立、手腰〕舉踵、半屈膝(四) 〔直立、手腰〕屈膝、舉股(四)</p> <p>上肢 〔直立〕臂左右(上、前)下展伸(四) 〔直立、臂前屈〕臂側開(三)</p> <p>頭 〔直立、手腰〕頭後屈(二) 〔直立、手腰〕頭左右轉(四)</p>	<p>遊 技</p> <p>練習事項 下體 同時 日月遊 ジャンケンイクサ</p> <p>順次 旗廻ボール送</p> <p>全身 同時 對列フットボール 片脚相撲</p>

足踏 退歩 橫歩 方向變換(一)〔伍々右(左)〕	體側 〔開脚、手腰〕上體左右轉(四)	順次 依運競争
教授事項 半右(左)向 伍の分合 行進間の後向	平均 〔直立、手腰〕舉踵、半屈膝 〔直立〕足尖行進 〔直立〕平均臺上の行進	教授事項 上體 同時 バスケットボール
	呼吸 〔直立〕臂側舉、舉踵、呼吸	同時 鉢巻取 輪綱鬼 網鬼
	教授事項 列の開閉 順數番號による開き方	順次 輪廻人捕
	下肢 〔直立、手腰〕脚前(側、後)舉(四)	全身 同時 デッドボール 蛙跳
	上肢 〔直立〕舉踵、臂側舉、半屈膝(四)	順次 人送競争
	頭 〔直立、手腰〕頭左右屈(四)	
	胸	

尋常科第三・四學年第二學期		教授豫定時數凡三十九時	
教	體	遊	技
練習事項	練習事項	練習事項	練習事項
	背 〔開脚、手腰〕上體後屈(二) 〔直立、臂前屈〕臂側開、屈膝前出(四)	手渡ボール送 戴囊競争	
	體側 〔開脚、手腰〕上體左右屈(四)		
	懸垂 〔水平棒〕懸垂直立〔屈臂、舉踵(屈膝舉股、脚前舉)〕		
	跳躍 〔直立、手腰〕其場跳躍		
	平均 〔直立、手腰〕脚前(側、後)舉 〔直立〕舉踵、臂側舉、屈膝		
	呼吸 〔直立〕臂側上舉、舉踵、呼吸		

直立不動 整頓 縱隊行進 右(左)向 後向 半右(左)向 伍の分合 行進間の後向 教授事項 橫隊行進 駈歩の足踏 方向變換(一)右(左)に向 をかへ 行進間の右(左)向	下肢 「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四) 「直立、手腰」脚前(側、後)舉(四) 「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝(四) 「直立、手腰」屈膝、舉股(四) 上肢 「直立、臂前屈」臂側開(二) 「直立」臂側(上)舉(二) 「直立」臂左右(上、前)展伸(四)	頭 「直立、手腰」頭後屈(二) 「直立、手腰」頭左右轉(四) 「直立、手腰」頭左右屈(四)	胸 「開脚、手腰」上體後屈(二)	背 「直立、臂前屈」臂側開、屈膝前出(四)	體側 「開脚、手腰」上體左右屈(四)	上體 同時 バスケツトボール 全身 同時 デツトボール 順次 依運競争	教授事項 上體 順次 豆囊投 下體 順次 千鳥ボール送 旋廻フツトボール 西洋鬼 全身 同時
--	--	---	----------------------------	---------------------------------	------------------------------	---	--

尋常科第三・四學年第三學期 教授豫定時數凡二十七時	跳躍 「開脚、手腰」上體左右轉(四) 「直立、手腰」其場、跳躍 平均 「直立、手腰」脚前(側、後)舉 「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝 呼吸 「直立」臂側上舉、舉踵、呼吸 教授事項 懸垂 (水平棒)懸垂直立「伸臂、屈膝 (立棒)棒攀登 (鐵棒・水平棒)懸垂 (並行水平棒)兩側懸垂 跳躍 (徒手)「直立」前進跳躍	順次 擔架競争 腋下拔 腋下拔ボール送 棒押 棒引
------------------------------	---	---

練習事項

直立不動
整頓
右(左)向
半右(左)向
縱隊行進
橫隊行進
伍の分合
後向
行進間の後向
駈歩の足踏
方向變換
行進間の右(左)向
教授事項
縱隊行進間の伍の分合

練習事項

下肢
「直立、手腰」舉踵、半屈膝(四)
「直立、手腰」脚前(側、後)舉(四)
「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝(四)
「直立、手腰」屈膝、舉股(四)
「直立、手腰」地上の三拍子行進
上肢
「直立」臂側(上)舉(二)
「直立、臂前屈」臂側開(二)
「直立」臂左右(上、前)展伸(四)
頭
「直立、手腰」頭後屈(二)
「直立、手腰」頭左右轉(四)
「直立、手腰」頭左右屈(四)
胸
「開脚、手腰」上體後屈(三)
背
「直立、臂前屈」臂側開、屈膝前出(四)

練習事項

上體
同時
バスケットボール
順次
豆囊投
下體
順次
千鳥ボール送
旋廻フットボール
全身
同時
デットボール
擔架競争
順次
腋下拔ボール送
依連競争
棒押
棒引

體側

「開脚、手腰」上體左右屈(四)
「開脚、手腰」上體左右轉(四)

懸垂

(鐵棒・水平棒)懸垂
(並行水平棒)兩側懸垂

跳躍

(徒手)「直立、手腰」其場、跳躍
(徒手)「直立」前進、跳躍

平均

「直立、手腰」脚前(側、後)舉
「直立」舉踵、臂側舉、半屈膝

呼吸

「直立」臂側上舉、舉踵、呼吸

教授事項

跳躍
(徒手)「直立」其場、前方跳躍
(徒手)「直立、手腰」其場、轉向跳躍
(徒手)「直立」前進、幅跳

教授事項

上體
順次
ボール投

尋常科第五・六學年(男)第一學期 教授豫定時數凡三十六時		平均 〔徒手〕「直立」前進、高跳 〔直立、手腰〕地上の三拍子行進	
		〔本學期には之を缺く〕	
教	體	操	遊
練	手	鈴	技
練習事項 直立不動 後向 縱隊行進 伍の分合 縱隊行進間の伍の分合 橫隊行進 行進間の後向 方向變換	練習事項 下肢 〔直立〕舉踵、臂側舉、半屈膝(四) 〔直立、手腰〕地上三拍子行進 上肢 〔直立、屈臂〕臂左右(上、前)下展伸(四) 〔直立〕臂前上舉、舉踵側、方下	教授事項 下肢 〔直立〕舉踵、半屈膝、臂側上舉(上舉合擊)(四) 〔直立、屈臂〕脚交互側出、膝屈伸、臂上下屈伸(八) 上肢 〔直立、臂側伸〕臂轉回(二)	練習事項 下體 順次 千鳥ボール送 全身 同時 デッドボール 順次 人送競争 腋下拔ボール 送 棒押
教授事項 駈歩側面行進間			

の伍の分合 駈歩の橫隊行進 駈歩行進間の右(左)向			
頭	胸	背	體側
〔直立、手腰〕頭左右屈(四)	〔開脚、手腰〕上體後屈(二)	〔直立、臂前屈〕臂側開、屈膝前出(四)	〔開脚、手腰〕上體左右屈(四)
〔直立〕交互屈膝側出、臂側上舉(上舉合擊)(四)	〔直立〕臂側舉(掌上)上屈(四)	〔直立〕臂前上舉、交互屈膝前出(四)	〔徒手に同じ〕
〔開脚、屈臂〕上體後屈(二)	〔開脚、屈臂〕上體後屈(二)	〔開脚、屈臂〕上體後屈(二)	〔開脚、屈臂〕上體後屈(二)
教授事項 上體 同時 キャブテンボール コーナール 下體 順次 全身 順次 メヂンボール送 腋下拔擔事競争			
教授事項 跳躍 〔徒手〕「直立、手腰」其			

	<p>場轉向跳躍 〔徒手〕直立、前進、 跳躍 〔徒手〕直立、前進、 高跳 〔徒手〕直立、前進、 幅跳 平均 〔直立〕平均臺上の 行進 〔直立〕舉踵、臂側 舉、半屈膝 〔直立、手腰〕脚前 〔側、後〕舉</p>	<p>體側 〔開脚、臂側伸〕上體 左右轉〔四〕 〔開脚、屈臂〕上體左 右屈〔四〕</p>
<p>呼吸 〔直立〕臂側上舉、 舉踵、呼吸 〔側、後〕舉</p>	<p>平均 〔徒手に同じ〕 呼吸 〔徒手に同じ〕</p>	
<p>教授事項 下肢</p>		

	<p>〔直立、手腰〕舉踵、 屈膝〔四〕 〔閉足直立〕舉踵、臂 側舉、半屈膝 〔四〕 〔直立、手腰〕平均臺 上の三拍子行 進 上肢 〔直立〕交互屈臂、 側伸、屈膝側 出〔六〕</p>			
<p>背 〔開脚、手腰〕上體前 屈〔二〕</p>	<p>胸 〔手支持〕上體後屈 〔二〕</p>	<p>腹</p>		

	「直立」上體前屈、後倒(三)			
	懸垂 (鐵棒・水平棒)懸垂、左右振動 (鐵棒・水平棒)懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側懸垂、前進 (鐵棒・水平棒)懸垂、 舉脚 (鐵棒・水平棒)懸垂、 屈膝、舉股 (吊棒)吊棒登降			
	跳躍 (跳繩)「直立」前進、 斜高跳 (跳臺)「直立」跳下			
	平均			

尋常科第五・六學年第二學期

教授豫定時數凡三十九時

教 練	練習事項 直立不動 後向 縱隊行進 伍の分合 縱隊行進間の伍の分合 方向變換 駈步側面行進間の伍の分合 駈步行進間の右		徒 體 手	練習事項 下肢 「直立、手腰」舉踵、 屈膝(四) 「閉足直立」舉踵、 臂側舉、半屈膝(四) 上肢 「直立」交互屈臂、 側伸、屈膝側出(六)	
	(本學期には之を缺く)			教授事項 下肢 「直立」臂前上舉、 半屈膝(四) 上肢 「直立」臂上舉、 舉踵(三) 「直立」交互臂側舉、 一臂頭上、屈膝側出(四) 「直立」臂上舉、 交互	
遊			鈴 操 棒	練習事項 上體 同時 キャブテンポ ール コーナーポー ル 下體 順次 千鳥ボール送 全身	
技					

<p>(左)向 駈歩横隊行進 教授事項 駈歩行進間の後 向斜行進</p>	
<p>頭 「直立、手腰」頭左右 屈(四)</p>	<p>背 「開脚、手腰」上體前 屈(二)</p>
<p>胸 「手支持」上體後屈 (三)</p>	<p>體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)</p>
<p>腹 「直立」上體前屈、 臂垂下、後屈、 臂上舉(三)</p>	<p>懸垂 「鐵棒、水平棒」懸垂、 左右振動</p>
<p>頭 徒手に同じ</p>	<p>互屈膝前出 (四)</p>
<p>胸 「直立、屈臂」上體後 屈(二)</p>	<p>背 「直立」臂上舉、頭 後屈臂(四)</p>
<p>「直立」臂上舉、交 互屈膝斜前出 (四)</p>	<p>「直立」臂上舉、交 互屈膝前出、 頭後屈臂(八)</p>
<p>「直立」臂上舉、後 方垂下(四)</p>	<p>「直立」臂上舉、後 方垂下(四)</p>
<p>同時 デッドボール メヂンボール 送 腋下拔擔事競 争 棒押</p>	<p>同時 フットボール 擬馬競走 全身 同時 擬馬戰闘 棒倒</p>
<p>教授事項 下體</p>	<p>教授事項 同時</p>

<p>(鐵棒、水平棒)懸垂、 横行</p>	<p>(並行水平棒)兩側 懸垂</p>
<p>(鐵棒、水平棒)懸垂、 舉脚</p>	<p>(鐵棒、水平棒)懸垂、 屈膝、舉股</p>
<p>(吊棒)吊棒登降 跳躍</p>	<p>(徒手)「直立、手腰」其 場、轉向跳躍</p>
<p>(徒手)「直立」前進、 跳躍</p>	<p>(徒手)「直立」前進、 跳躍</p>
<p>(徒手)「直立」前進、 幅跳</p>	<p>(跳繩)「直立」前進、 斜高跳</p>
<p>(跳臺)「直立」跳下</p>	<p>(跳臺)「直立」跳下</p>
<p>體側 「開脚、屈臂」棒頭後 上體左右屈 (四)</p>	<p>腹 「開脚、臂上伸」上體 左右轉(四)</p>
<p>「開脚、屈臂」棒頭後 上體前屈後倒 (四)</p>	<p>「直立」臂上舉、脚 斜後出、上體 後倒</p>
<p>平均 (徒手に同じ)</p>	<p>呼吸 (徒手に同じ)</p>
<p>同時 棒倒</p>	<p>同時 棒倒</p>

平均	「直立、手腰」舉踵、 屈膝 「直立、手腰」舉脚左 右轉
呼吸	「直立」臂側上舉、 舉踵、呼吸
教授事項	腹
(腰掛)上體後倒 (二)	「左(右)脚前出、手腰」 上體後倒(二)
「左(右)脚前出、手頸」 上體後倒(二)	「左(右)脚前出、臂上 方伸」上體後倒 (二)
懸垂	

(鐵棒、水平棒)臂立 懸垂	(吊繩)吊繩登降
(階梯)階梯登降	(鐵棒)俯下
(鐵棒)尻上	跳躍
(跳臺)「直立」縱跳	乘、後橫下
(跳臺)「直立」縱跳	上、跳下
(跳臺)「直立」縱一	(二)節跳
(棒)「直立」棒幅跳	(棒)「直立」棒高跳
平均	「閉足直立」舉踵、臂 側舉、屈膝 「直立、手腰」脚後舉、

半屈膝

尋常科第五・六學年第三學期

教授豫定時數凡二十七時

教 練	練習事項 直立不動 後向 縱隊行進 伍の分合 縱隊行進間の伍の分合 方向變換 斜行進 駈歩側面行進間の伍の分合 駈歩縱隊行進 駈歩行進間の後向		徒 手 體	練習事項 下肢 「閉足直立舉踵、臂側舉、半屈膝」(四)		操 練	練習事項 下肢 「直立」舉踵、半屈膝、臂側上舉 「上舉合擊」(四)		遊 技	練習事項 上體 同時 キャブテンボール コーナーボール 全身 同時 デッドボール 擬馬戰闘 順次 メヂンボール送			
	上肢 「直立」交互屈臂、側伸、屈膝側出」(六)			上肢 「直立」交互屈膝側出、臂側上舉 「上舉合擊」(四)			頭 「徒手に同じ」			頭 「徒手に同じ」		胸 「直立、屈臂」上體後	
	頭 「直立、手腰」頭左右屈」(四)			頭 「徒手に同じ」			背 「直立、臂前伸」臂側開、舉踵」(二)			背 「徒手に同じ」		腹 「直立、屈臂」(棒頭後)上體前屈、後倒」(四)	
	背 「開脚、手腰」上體前			背 「直立、臂前伸」臂側開、舉踵」(二)			胸 「開脚、屈臂」上體後屈」(二)			胸 「開脚、屈臂」(棒頭後)上體前屈、後倒」(四)		腹 「開脚、屈臂」(棒頭後)上體左右屈」(四)	

駈歩行進間の右(左)向 教授事項 駈歩行進間の方向變換 縱隊より横隊を作る		胸 屈」(二) 「手支持」上體後屈」(三)		胸 「開脚、屈臂」上體後屈」(二)		角 棒 力 倒	
體側 「開脚、手腰」上體左右屈」(四)		體側 「開脚、臂側伸」上體左右轉」(四)		體側 「開脚、屈臂」(棒頭後)上體左右屈」(四)			
腹 「腰掛」上體後倒」(二)		腹 「開脚、臂上伸」上體前後屈」(四)		平均 「徒手に同じ」			
上體後倒」(二)		平均 「徒手に同じ」		呼吸 「徒手に同じ」			
「左(右)脚前出、手腰」上體後倒」(二)		呼吸 「徒手に同じ」					
「左(右)脚前出、臂上伸」上體後倒」(二)							
懸垂 (並行水平棒)兩側懸垂、前進							

<p>(鐵棒·水平棒)懸垂、 屈膝、舉股 (鐵棒·水平棒)臂立 懸垂 (吊繩)吊繩登降 (鐵棒)尻上 (鐵棒)俯下</p>
<p>跳躍 (徒手)「直立」前進、 跳躍 (徒手)「直立」前進、 幅跳 (跳臺)「直立」縱跳 乘、後橫下 (跳臺)「直立」縱跳 上、跳下 (跳臺)「直立」縱一 (二)節跳 (棒)「直立」棒跳下、</p>

<p>幅跳 (棒)「直立」棒跳上、 高跳 平均 「直立、手腰」脚舉、 左右轉 「閉足直立」舉踵、臂 側舉、屈膝 「直立、手腰」脚後舉、 半屈膝 「直立」徐步 呼吸 「直立」臂側上舉、 舉踵、呼吸</p>
<p>教授事項 なし</p>

尋常科第五・六學年(女)第一學期

教授豫定時數凡三十六時

教 練	練習事項 直立不動 後 向 縱隊行進 半右(左)向 伍の分合 縱隊行進間の伍 の分合 横隊行進 行進間の後向 方向變換(一)〔伍々 右(左)〕	練習事項 下肢 「直立」舉踵、臂側 舉、半屈膝(四)	教授事項 下肢 「直立」舉踵、半屈 膝、臂上舉(上 舉合擊)(四)	操 林	(本學期には之を 缺く)	遊 技	練習事項 上體 同時 バスケットボ ール	同時 豆囊投	同時 千鳥ボール送 旋廻フットボ ール	同時 デットボール 日月遊	教授事項 なし
	練習事項 頭 「直立、手腰」頭左右 屈(四)	練習事項 胸 「開脚、手腰」上體後 屈(二)	練習事項 背 「直立、臂前屈」臂側 屈(二)				練習事項 上肢 「直立、臂前上舉、舉 踵、側方下(二)	練習事項 上肢 「直立、臂側伸」臂轉 回(二)	練習事項 上肢 「直立」互屈膝側 出、臂側上舉 (上舉合擊)(四)	練習事項 上肢 「直立」臂側舉(掌 上)上屈(四)	練習事項 上肢 「直立」互屈膝側 出、臂側上舉 (上舉合擊)(四)

教 練	練習事項 開、屈膝前出 (四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 懸垂 (並行水平棒)兩側 懸垂	練習事項 跳躍 「徒手」「直立」前進、 跳躍	練習事項 高跳 (徒手)「直立」前進、 幅跳	練習事項 平均 「直立」平均臺上の 行進	練習事項 行進 「直立」舉踵、臂側	操 林	(本學期には之を 缺く)	遊 技	練習事項 上體 同時 キヤブテンボ ール コーナーボ ール	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳	同時 全身 順次 繩跳
	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)				練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)	練習事項 體側 「開脚、手腰」上體左 右屈(四)

<p>舉、半屈膝 〔直立、手腰、脚前側〕</p>	<p>腹 〔開脚、臂上伸〕上體 前屈後倒〔四〕</p>
<p>呼吸 〔直立〕臂側上舉、 舉踵、呼吸</p>	<p>平均 〔徒手に同じ〕</p>
<p>教授事項 下肢 〔直立、手腰〕舉踵、 屈膝〔四〕</p>	<p>呼吸 〔徒手に同じ〕</p>
<p>上肢 〔閉足直立〕舉踵、臂 側舉、屈膝〔四〕</p>	
<p>背 〔直立〕交互屈臂側 伸、屈膝側出 〔六〕</p>	
<p>〔開脚、手腰〕上體前 屈〔二〕</p>	

<p>胸 〔手支持〕上體後屈 〔三〕</p>	<p>腹 〔直立〕上體前屈、 臂垂下、後倒 上舉〔二〕</p>
<p>懸垂 〔鐵棒、水平棒〕懸垂、 左右振動</p>	<p>橫行 〔鐵棒、水平棒〕懸垂、 〔並行水平棒〕兩側 懸垂、前進</p>
<p>舉脚 〔鐵棒、水平棒〕懸垂、 〔鐵棒、水平棒〕懸垂、 屈膝舉股</p>	<p>跳躍</p>

尋常科第五・六學年(女)第二學期 教授豫定時數凡三十九時		教 練	
		徒 體	手 體
練習事項 直立不動 後 向 縱隊行進 伍の分合 縱隊行進間の伍の分合	練習事項 下 肢 「直立、手腰」舉踵、屈膝(四) 「閉足直立」舉踵、臂側舉、半屈膝(四)	(本學期には之を缺く)	
	教授事項 下 肢 「直立」臂上舉、半屈膝(四) 上 肢 「直立」臂上舉、舉踵(二)	操 棒	
	練習事項 上 體 同 時 キャブテンボール コーナーボール	遊 技	

横隊行進 行進間の後向 方向變換(一)「伍々右(左)へ」 教授事項 斜行進			
上 肢	頭	背	胸
「直立」臂左右(前、上)「下」展伸(四) 「直立」交互屈臂側伸、屈膝側出(六)	「直立、手腰」頭左右屈(四)	「開脚、手腰」上體前屈(二)	「手支持」上體後屈(二)
體 側 「開脚、手腰」上體左右屈(四)	腹		
(本學期には之を缺く)			
頭	背	頭	背
「直立」交互臂側舉、一臂頭上、屈膝側出(四) 「直立」臂上舉、交互屈膝前出(四)	「直立」(棒頭後)臂上舉、屈臂(四) 「直立」臂上舉、交互屈膝、斜前出(四)	徒手に同じ	「直立」(棒頭後)臂上舉、屈臂(四) 「直立」臂上舉、交互屈膝、斜前出(四)
順 次 豆糞投	下 體 順 次 千鳥ボール送	全 身 同 時 デットボール 日月遊	順 次 繩 跳 教授事項 全 身 順 次 (飛付)輪投

	<p>「直立」上體前屈、 臂垂下、後屈 上舉(二)</p> <p>懸垂 (鐵棒、水平棒)懸垂、 左右振動 (鐵棒、水平棒)懸垂、 橫行 (並行水平棒)兩側 懸垂、前進 (鐵棒、水平棒)懸垂、 舉脚 (鐵棒、水平棒)懸垂、 屈膝舉股</p> <p>跳躍 「直立、手腰」其場、 轉向跳躍 (徒手)「直立」前進、 跳躍</p>
	<p>後屈臂(八) 「直立」臂上舉、後 方垂下(四)</p> <p>胸 「直立、屈臂」上體後 倒(二)</p> <p>體側 「直立開胸臂上伸」上 體左右轉(四) 「開胸、屈臂」(棒頭後) 上體左右屈 (四)</p> <p>腹 「開胸、屈臂」(棒頭後) 上體前屈後倒 (四) 「直立」臂上舉、脚 斜後出、上體 後倒(六)</p>

	<p>(徒手)「直立」前進、 幅跳 (跳繩)「直立」前進、 斜高跳 (跳臺)「直立」跳下</p> <p>平均 「直立、手腰」舉踵、 屈膝 「直立、手腰」舉脚左 右轉</p> <p>呼吸 「直立」臂側上舉、 舉踵、呼吸</p> <p>教授事項</p> <p>腹 (腰掛)上體後倒 (二) 「左(右)脚前出、手腰」 上體後倒(二)</p>
	<p>平均 (徒手に同じ)</p> <p>呼吸 (徒手に同じ)</p>

尋常科第五・六學年(女)第三學期		教授豫定時數凡二十七時	
		體	操
教	徒	鈴	棒
	體	鈴	棒
練習事項	下肢	下肢	下肢
	上體	遊	技
直立不動	下肢	下肢	上體
練習事項	跳躍	平均	
	「左(右)脚前出、手頭」 上體後倒(二) 「左(右)脚前出、臂上伸」上體後倒(三)	「閉足直立」舉踵、臂側舉、屈膝 「直立、手腰」脚後舉、半屈膝 「直立」徐歩	

後向	「閉足直立」舉踵、臂側舉、半屈膝(四)	「直立」舉踵、半屈膝、臂側上舉(上舉合擊)(四)	「直立」臂前上舉、半屈膝(四)	同時
縱隊行進	「直立」交互屈臂、側伸、屈膝側出(六)	「直立」交互屈膝側出、臂側上舉(上舉合擊)(四)	「直立」臂上舉、舉踵(二)	キャブテンボール コーナーボール
伍の分合	「直立、手腰」頭左右屈(四)	(徒手に同じ)	(徒手に同じ)	順次 豆糞投
縱隊行進間の伍の分合	「開脚、手腰」上體前屈(二)	「直立、臂前伸」臂側開、舉踵(二)	「直立」林頭後(臂上舉、屈臂)(四)	全身 同時
横隊行進	「開脚、手腰」上體後屈(二)	「開脚、屈臂」上體後屈(三)	「開脚、屈臂」上體後上體後屈(二)	日月遊 カドリール タンツライゲ
行進間の後向	「開脚、手腰」上體左右屈(四)	「開脚、臂側伸」上體左右轉(四)	「開脚、屈臂」(林頭後)上體前屈後倒(四)	カレドニア デッドボール
方向變換(二)「伍々右(左)へ」				順次 (飛付)輪投
教授事項なし				