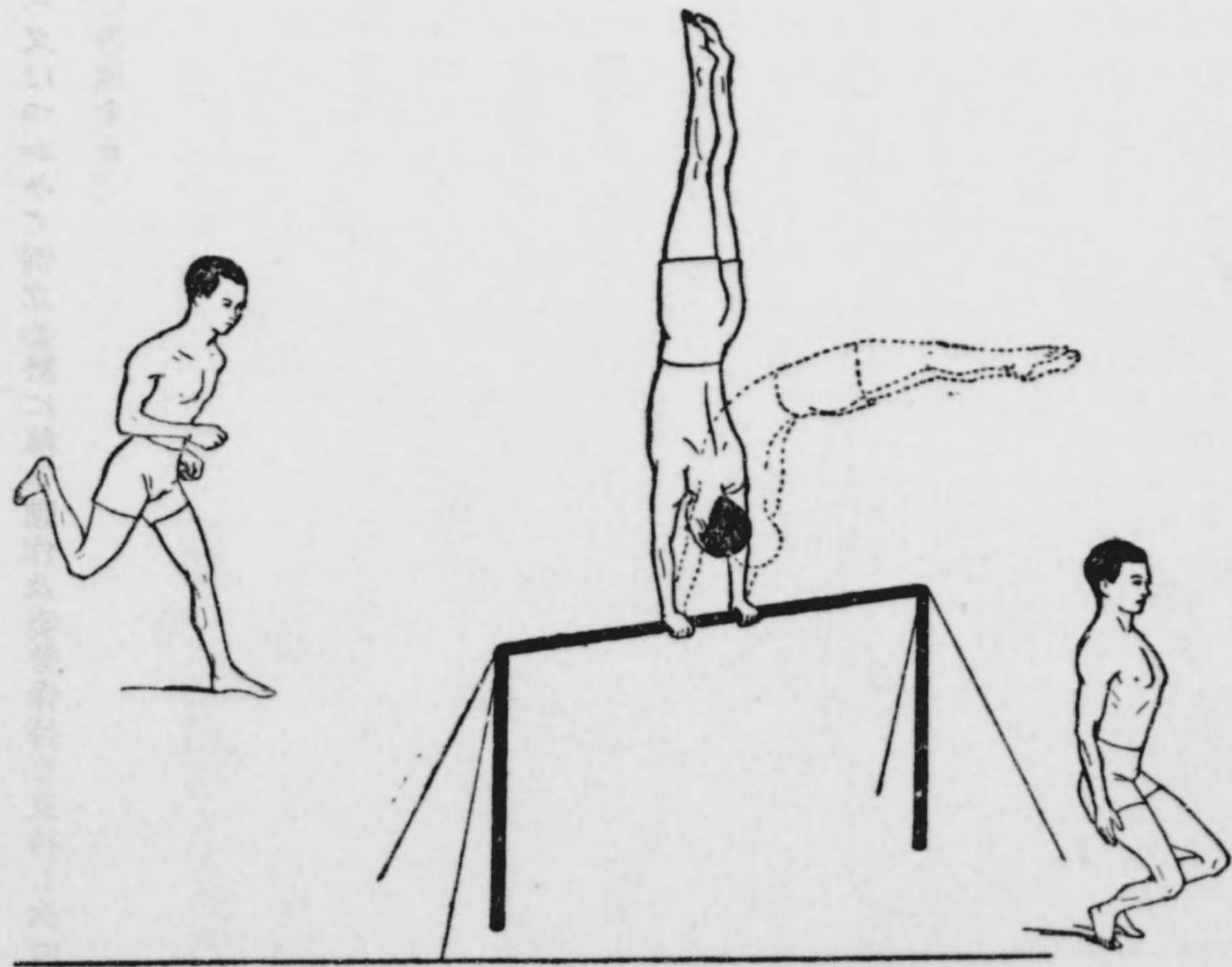


二、跳箱、横木、低鐵棒にて行ふ運動はその幫助の方法に二様ある。

(A) 跳箱及横木、鐵棒(高低)の手前左(右)側に位置してたし運動者が片脚もしくは兩脚にて踏切るや否や幫助者は右(左)足を踏切點のところまで右(左)方に移し右(左)手にて胸締をつかみ左(右)手にて肩帶を外方から上膊をからむやうにして外側より握り倒立の體勢に至る經過及び姿勢保持を幫助し廻轉動作に移るや右(左)手を離し左(右)手は掴みたるまゝ、半屈膝にて着地するまで幫助して直立位になるや手をはなす。

(B) 跳箱及横木、低鐵棒の先方(マット、砂場のある方)稍側方に近く位置し、右(左)側に位置して立ち幫助者は運動者が踏み切るや否や右(左)脚を右(左)側前方に深く移し、左(右)手にて運動者の肩を深く拇指を上にして



握り、右(左)手にて臀部もしくは腰部をかくく抑へ又はつかみて倒立姿勢に移る動作及姿勢保持を支持し次に轉廻動作をまつて兩手にて幫助を十分に行ひ安易に着地する。

三、跳箱上に於けるこの運動『三人組の補助者によつての幫助方法』は、跳箱上に於て稍高きところにて行ふとき比較的有利に行はれるものである。一人は砂場側地上に立ちて幫助し、二人は跳箱上に乗り、相互ひに脚把持の倒立に至る幫助と倒立姿勢の幫助とを行ひ、轉廻動作は運動者自身が統制して行ふのである。この方法は倒立轉廻運動への指導として連繫をつける上に必要なことであり、跳箱上の倒立指導としても大切な幫助方法である。伸臂立前轉運動にしては危険のなきやうに轉廻動作の完全を期するやう幫助すべきである。殊に伸臂の體勢を統整するに困難なるものには、努めて幫助の効果を發揮せしむるやう。

この三つの方法をそれぞれ特色と有し幫助者の力量とを考ひ、適度に適用して轉廻動作を助成するやう。順次習熟するにつれ發達に伴ふて漸次幫助を用ひず運動を行はしむるやう。動作は次第に正確に圓滑にしかも輕快に行はしむるやう。

【練習上の注意】

1. 地床上、マット上にて行ふ臂を伸ばして倒立の經過をとる事は容易ではあるが、着地が困難となるものであるから地床上、マット上の臂の突き離しと廻轉動作の結合とを十分習得せしむるこ

とに努むるやう。

2. 助走より行ふ場合の臂は稍もすると屈けて倒立の経過をとる事になるものであるから、踏切の弾性の強さと用具の高さを考ひ努めて臂の突き伸ばしを強くし倒立の経過を正しくとるやう。
3. 跳箱及用具に突きたる手及臂は體勢の保持につとめ、轉廻動作に移るや、體の反りを十分にし着地の動作が圓滑に行はるるやう體勢の統制をとることが出来れば上肢は前上方からかく體側にとり半屈膝姿勢になるやう。

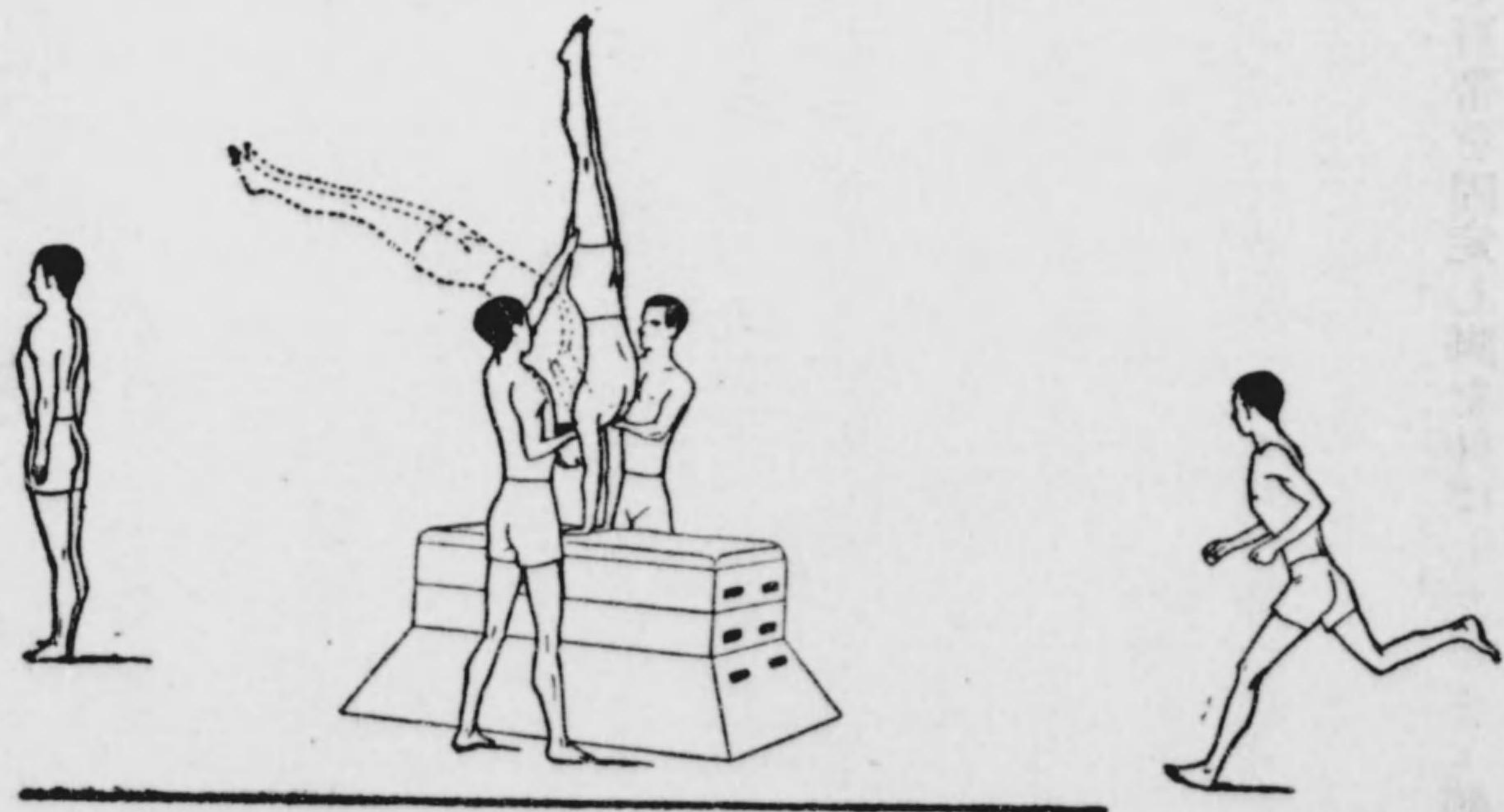
【進歩に伴ふ指導の段階】

- 一、屈臂の臂立前方轉運動に習熟するに従ひ、地床上の倒立運動と關聯して行はしめ更に幫助運動としては肩帶及胸部を確保せしむることが大切であるから臂立伏臥及臂立伏臥脚舉上支持歩行運動等の運動を行ひ臂を伸ばすことと、肩帶の確保支持と共力して指導の過程を進むるやう。
 - 二、伸臂臂立前轉運動はその初歩に於ては、跳箱に依る『背部支持臂立前轉運動』より指導を始め運動者は背部（肩胛骨を支持せる程度）を支持して其場より或は二、三米―四、五米離れたるところより助走し、地床上に兩脚踏切又は片脚踏切にて脚を伸ばしたるまゝ倒立の體勢の経過をとつて轉廻運動を行ふ。
- 習熟するにつれ助走力を増し跳箱上用具上にて臂を伸ばし肩帶を固定し脚を伸ばしたるまゝ輕快

なる轉廻動作を行ふやう。

- 三、伸臂臂立前轉運動は、地床上、マット上にて幫助者に依つて行はしめ、幫助者は片膝立姿勢を保持し、片手は脚片手は肩先を掴み轉廻動作を助成し行はしむ。之れは倒立的體勢の自覺と轉廻動作を補導するのであつて、跳箱上に臂立伏臥姿勢をとり兩手は先端につき行はしむることは倒立よりの着地を知らしむるのである。
- 四、低鐵棒によつて行ふときは、發達の程度に應じ高さを調節するために跳箱を用ひ鐵棒上の伸臂倒立の轉廻氣分と、着地の要點を主として會得せしめ伸臂の倒立氣分を着地まで失はざるやう。

- 五、地床上、マット上にて助走より行ふところの伸臂臂立前轉は、發達するに従ひ、動作も大きく、運動も亦美しくなるものである。初歩のものは、助走をゆるやかにし、



進歩發達するにつれ、助走を全速力にて行ひ、マットにて行ふ時は、手の着きは、初歩のものは跳切に近くつきて行ひ、習熟するにつれ遠く、従つて跳切を強く、跳び上り方も大きく高く、行ふやう。

六、更に習熟するに従ひ、片脚跳切に於ては跳箱を使用し跳上りの動作と結合し、着地するや兩脚踏切にて跳上り臂立前轉運動を行ふやう。更に運動を進展せしむるためには、スプリングボードを使用し兩脚踏切をなし、高く跳上り臂立前轉運動を行ふ。跳上るときは、兩臂は伸ばし、前上方にふりあげ、體を反らし體の跳上りを上方に誘導し、着地は伸ばしたる臂を屈ぐることなく、マット上に着くときは體は前方に倒れるやう。轉廻後の着地は、半屈膝又は全屈膝にて通常行ふのであるが、時には、倒立運動と連続して行ふときは開脚の着地を適用することも出来る。

(C) 臂屈伸臂立前轉

助走……跳箱

この運動は屈臂臂立前轉運動の進展の方向に對する一つの發達過程であつて、稍進歩せるものに行はしむるところの臂立前轉運動である。着地するに先だち轉廻動作中體勢を亂すことなく屈げて支持せる臂を突き伸ばし廻轉動作と共に體を遠く高く前上方に彈擲せしむる運動で身心の共調性

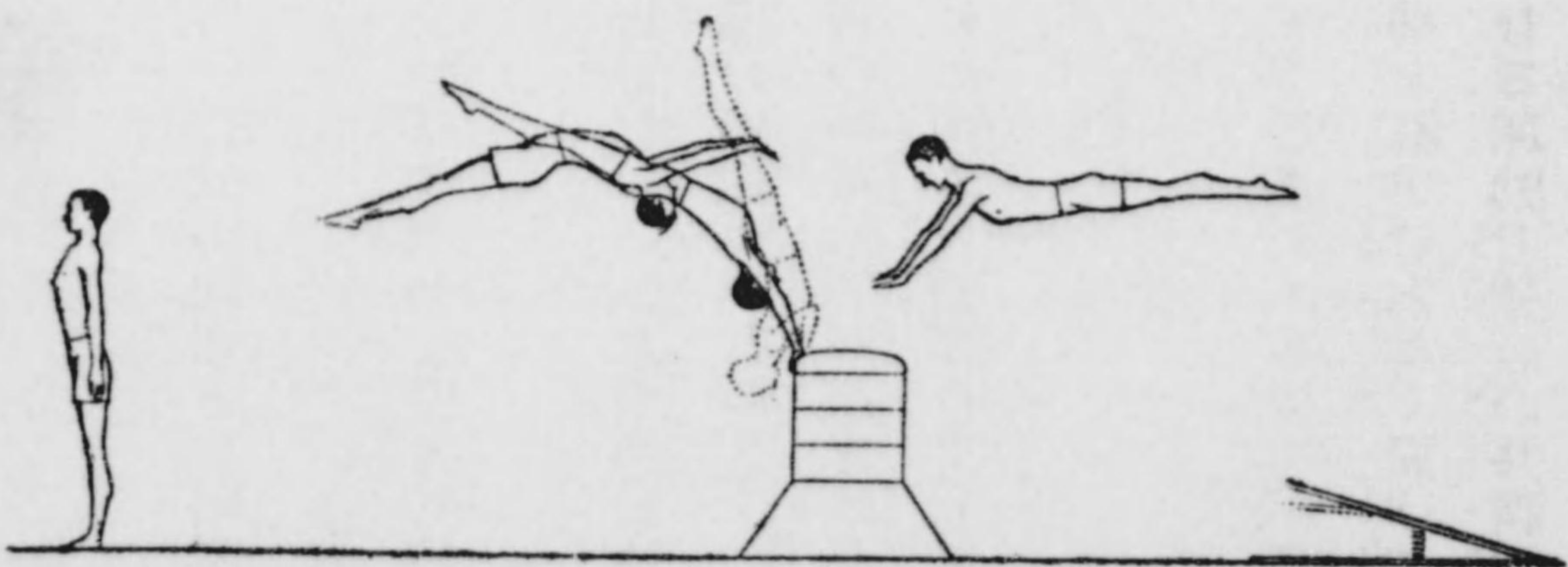
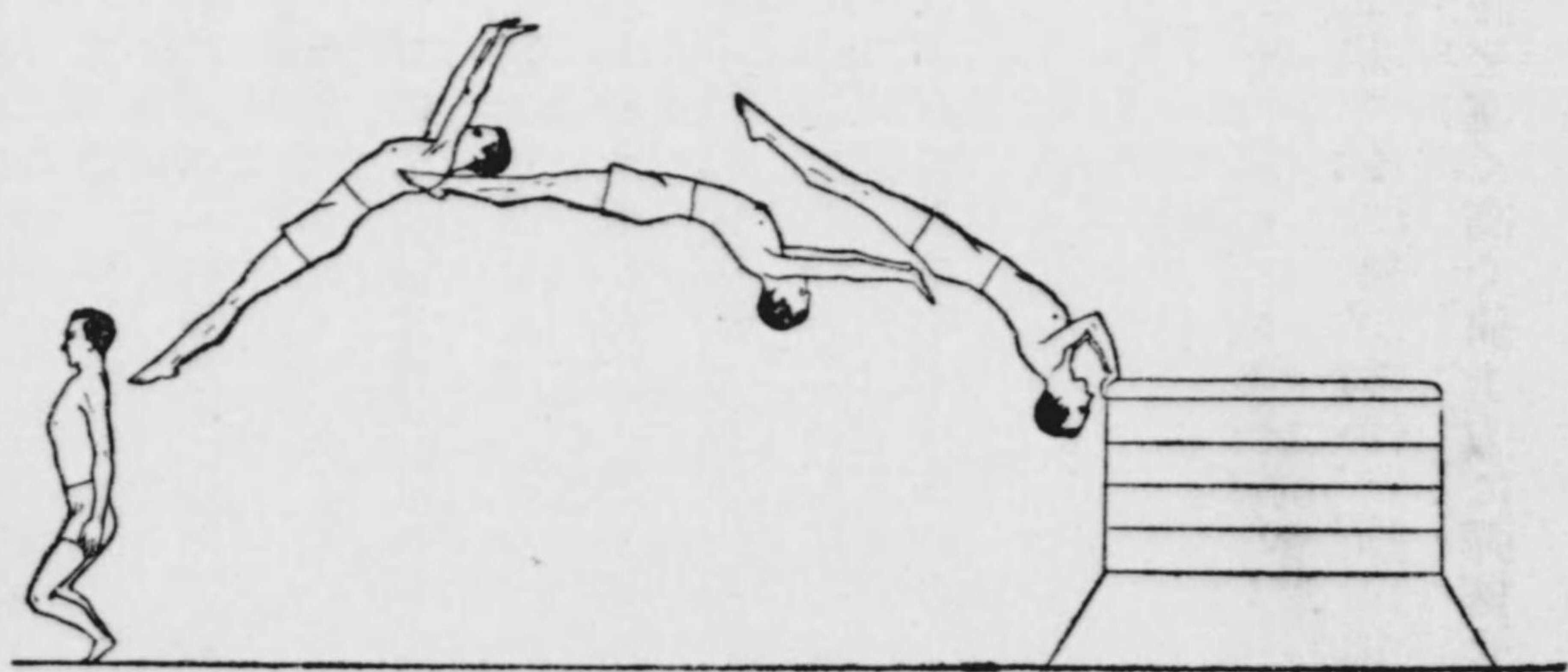
と巧緻的訓練にを最もよく修練されるところの運動である。

【要領】

一、屈臂臂立前轉運動の要領にて跳箱に向つて踏切り體勢を整ひ倒立の過程をとるや、體が垂直の位置を通過し前斜上に進むところを見はからへ屈けたる臂を後下方に強く突き伸ばす。

二、臂にて突き伸ばされたる體は空中に於て體の轉廻動作と相まつて臂上伸胸後屈の體勢を保持しつゝ前上方に彈擲され遠くしかも高く體勢を保持したるまゝ、舉踵半屈膝の姿勢にて着地する。

三、着地せんとする體は着地に先だち後上方にある臂を前上方より振り下ろし



體側に正しく保ち、體勢を整ひ直立位にて着地する。

【練習上の注意】

1. 倒立中に於ける臂の屈伸動作は、自覺的に行はしむる事が重要であつて、倒立の練習と相關聯して進まねばならぬものである。
2. 踏切るや否や兩臂を屈げ肘を抱へ込むやうにして體を保ち屈けたる臂を伸ばす氣持よりも跳箱を後下方に突き押す氣持ちにて屈伸動作を行ふやう。
3. 地床上、マット上、跳箱上にて倒立をなし足支持倒立にて臂を伸ばす練習を行ひ倒立中に於ける臂の屈伸を自覺せしめ轉廻運動中に於ける臂屈伸運動の自覺を與へ指導の過程を進むる。
4. 轉廻動作の速度と臂の屈伸との結合關係が最も六つかしいところで、臂の伸ばし方が迅きに失し又遅きに失するときは、運動の完結をはかることが出来ぬもので、これに伴ふ、體勢の支配に一層の指導をはかるやう。

【進歩に伴ふ指導の段階】

- 一、この程度に於ける指導は、主として個人差を認め、最も有効なる指導の實をあげねばならぬものであるが、臂の屈伸動作が迅きときは跳箱を低くして行ひ、遅きときは高さを増して行ひ屈伸動作を行ふ時機と、これが要領と空中廻轉の動作との結合及體勢の支配に對する自覺とを與へ運

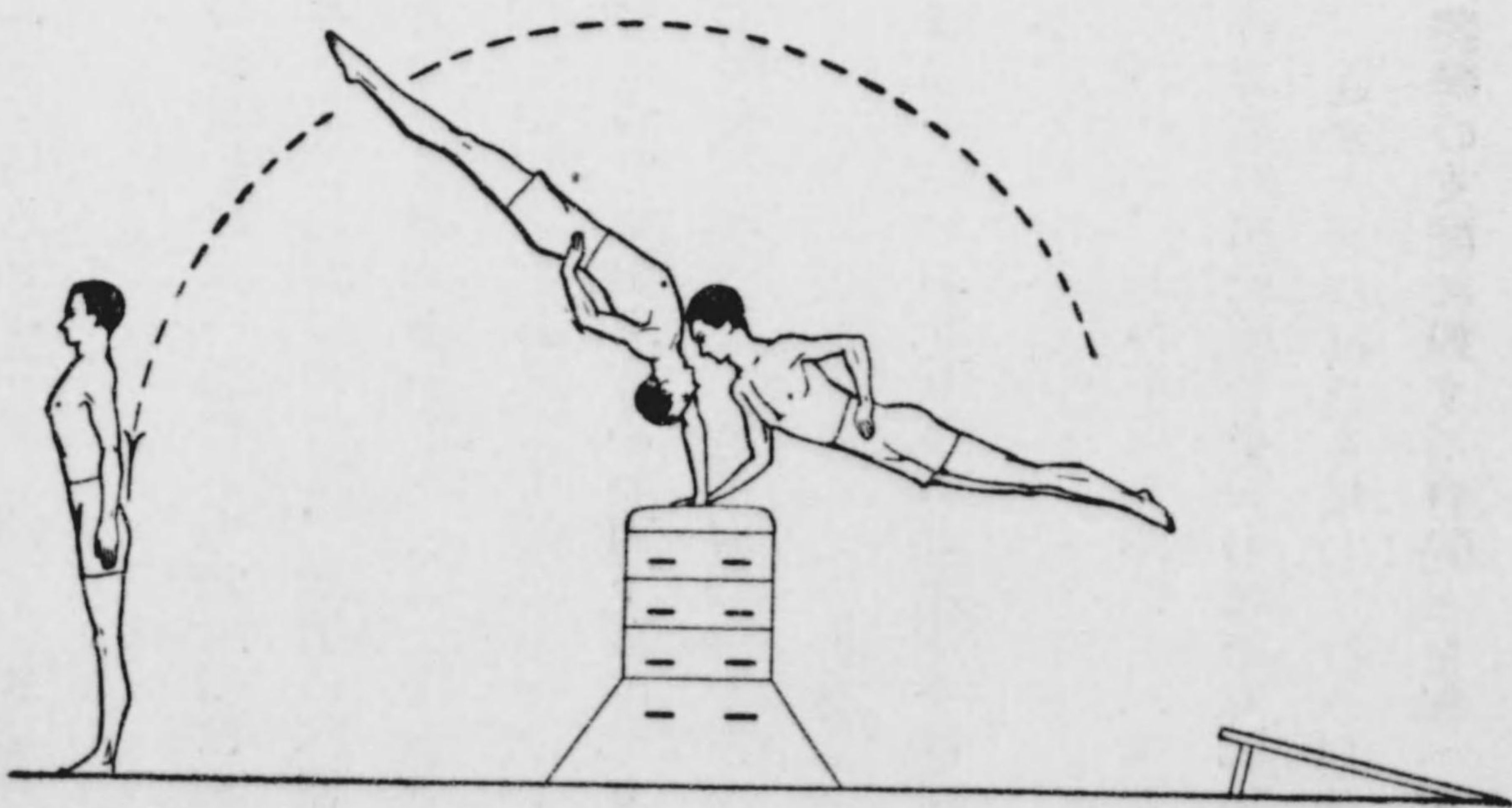
動の本質的進展を計るやう。

- 二、練習の課程を進むる上には初歩のものは極めて自由な廻動作の中に臂の屈伸を行はしめ稍習熟するにつれ順次自覺的に動作を進め運動の發達を遂げしむるやう。

(五) 片手臂立前方轉廻 (Hand Spring One Arm)

(六) 頭支持臂立前方轉廻 (Head Springs)

「片手臂立前方轉廻運動」は相當困難なる運動ではあるが、運動としては仲々美しい見ばいする動作である。兩手を支持した臂立前轉運動が、極めて自由にしかも正確に行はれるところの練習が積み、圓滑なる動作を行ふやうになれば片手を兩肩の眞前體の眞前に伸ばし轉廻運動を行ふのである。兩脚にて強く前切たるや片手を胸の眞前に伸ばしてつき、片脚を腰にとつて廻轉を行ふ。



幫助は初心者に対しては手腰の手を廻轉後掴み握つて、着地せんとするとき先だち體を引きあげる心持ちにて行ふ。

『頭支持臂立前轉』運動は、極めて興味が多い運動であつて、修練が積むに従ひ動作も輕快に行はれる運動である。この運動は頭及臂支持倒立と極めて密接なる關係を有する運動であつて、練習の課程としては頭及臂支持の倒立練習を十分行ひ次いで本運動の練習にあたるものである。

稍低き跳箱上の先端に兩手をつき頭及臂支持の姿勢をとり足、脚を徐にあげ體と脚とのなす角度が略直角位又は脚を斜上方位になつて平均を保持するやかるき反動を使つて脚を上方から前下方に振りこれと協共動作して兩手にて強力的に突放しをなし背を十分反らし膝を屈げ着地する。尙兩脚を稍左右開き膝を少しく屈げ着地することも容易に行はれる。

幫助方法は、跳箱の左(右)側に又は兩側に片膝立姿勢をとり運動者が脚をふり下ろすとき片手は腰片手は肩を握つて體を持ちあげ轉廻動作を助成し着地を安易ならしむるのである。

『助走を以て行ふときは』助走距離を極めて短かくし兩脚前切にてかろく、しかも柔き彈性を以て高く跳び上り上肢と頭にて支持し臂立前轉を行ふのである。これ臂立前轉廻運動の中間的運動で跳箱を稍高くして行はしむることが最も有効である。

特に意を用ふところは、脚の振動を大きくして下方に下りすぎぬことが大切で、頭は少しく反り

身となり肩を後方に引き、胸を正常に保ち頭の位置は倒立と同様に三角形の頂點にあるやうにすることが大切である。

上肢の振動を利用することは、體を起すために最も有利であるが、體の廻轉動作に伴ひ、前下方にふり下ろすやう。

第二項 後方轉廻運動

後方轉廻運動は、體を後方に轉廻するところの運動であつて、(一)脚支持後轉運動、(二)後轉の二類は、運動の發達過程から考へるときは一系統の中に類別される運動であつて運動の内容たる胴體の運動から考へるときには、この二類は體をつとめて前屈して後方に轉廻するところの運動である。従つて運動の方向が後方に進むものであるから前述の前轉運動と類別を異にして考察を遂げたのである。然し體を前屈廻轉をするといふことは同一であつて、修練價值から考ふるときは、前方後方の差あるのみで、結合して行ふときは、同一の修練價を發揮するものである。(三)臂立後轉、(四)後方空中轉廻運動の二類は、全く胴體の状態を異にするものであつて、正常姿勢もしくは體を後屈したる體勢に於て跳び上り、上肢もしくは下肢によつて着地するところの運動である。

この後方轉廻運動は前方轉廻運動と同じく運動の發展性が二つの方面に亘つて進展を見るものであ

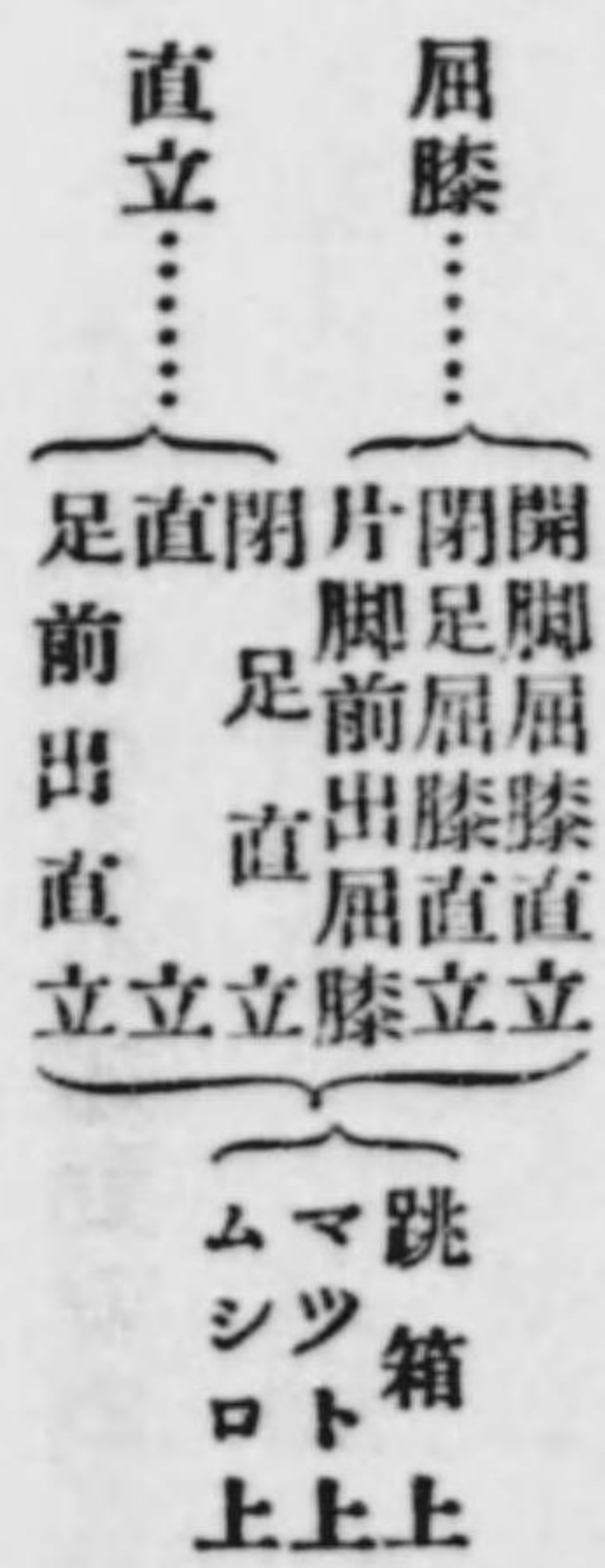
る。空中後轉運動、臂立後轉運動の如きは、下肢の彈性によつて強大なる空中飛躍を行ふところの運動であつて、此點より考ふるときは大なる跳躍運動である。然しながら連続後轉の如き身體の巧緻性調和性を訓練せしむるため進展徑路をとつて進むところの方向もあるるのであつて、運動指導の實際にあつては、よく運動の組織系統を十分考へ考察を遂げねばならぬ。

従つて脚支持前方轉廻運動、背部支持前轉運動、前轉運動と、脚支持後轉運動、後轉運動とは運動の性能から考へるときには、前方と後方との運動方向の差あるのみであつて、心身に及ぼす影響は同一の修練價値を發揮するものである。

殊にこの系統の二運動は修練の進むに従ひ結合して行はしめ相互の運動價値を普遍的に發展せしむることが最も重要なことである。

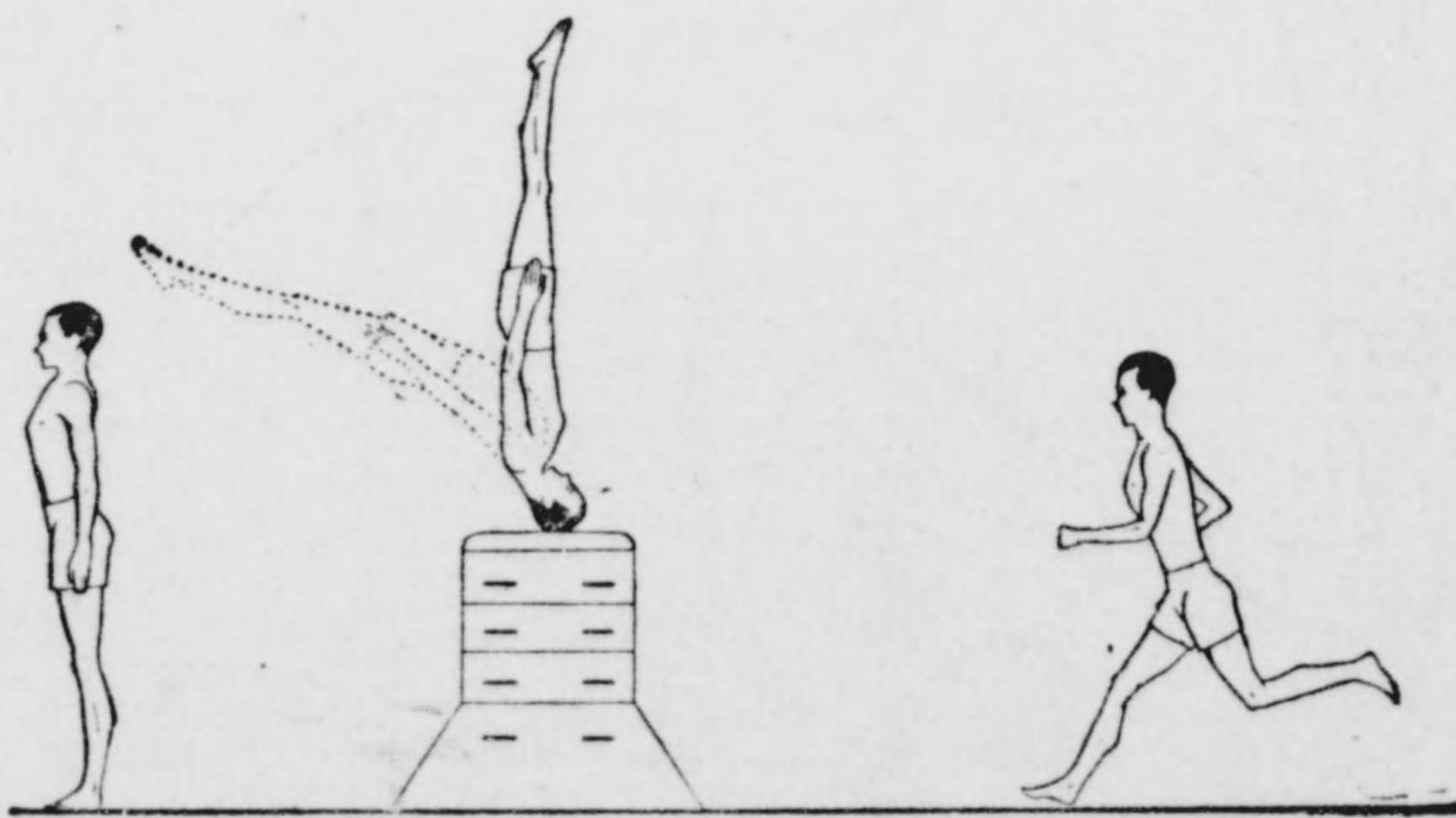
下肢の彈力によつて營むところの跳上前轉、空中轉廻、後方轉廻、空中後轉運動等は運動の組織は同一であつて、前方、後方の差あるのみではあるが、方向を異にするところに修練價値を認むるのである。

(一) 脚把持後轉



この運動は後方轉廻運動の初歩として行ふところの運動であつて、轉廻運動としては前方轉廻運動よりは、稍困難なる運動である。前轉運動の如く運動の前方が方に動くところの運動は、吾々は日常種々の運動に於て比較的經驗されるので、運動を行ふにも運動觀念が容易に起り易いもので、比較的機能の訓練も出來てゐるものである。然しながら後轉の運動は、體そのものを後方に轉廻するのであつて、しかも頭及脚腰を上にして後轉するといふことは、その運動感覺から考へても運動觀念の構成から考へても極めて少ない經驗で、運動觀念を惹起し動作を起すには仲々困難なものである。この點が後轉運動の修練價値と認むるところである。

我國に於ける身體修練としてはこの運動に對して積極的修練價値を向上發展せしむることに努めより多く機會を捉ひて行はしめなければならぬものである。修練を積むに従ひ美しい動作圓滑なる運動も體得されるもので前轉運動と相對立して輕妙に



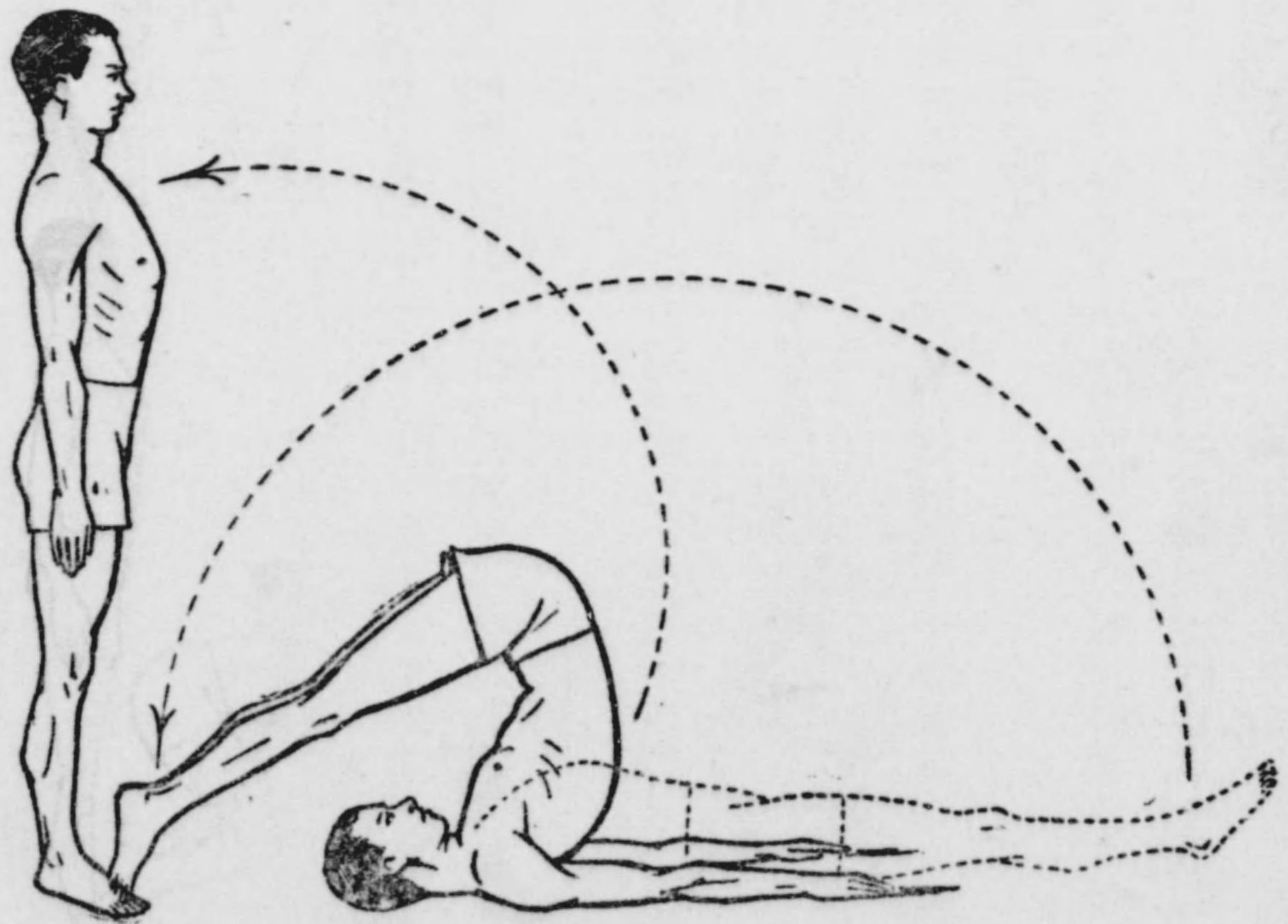
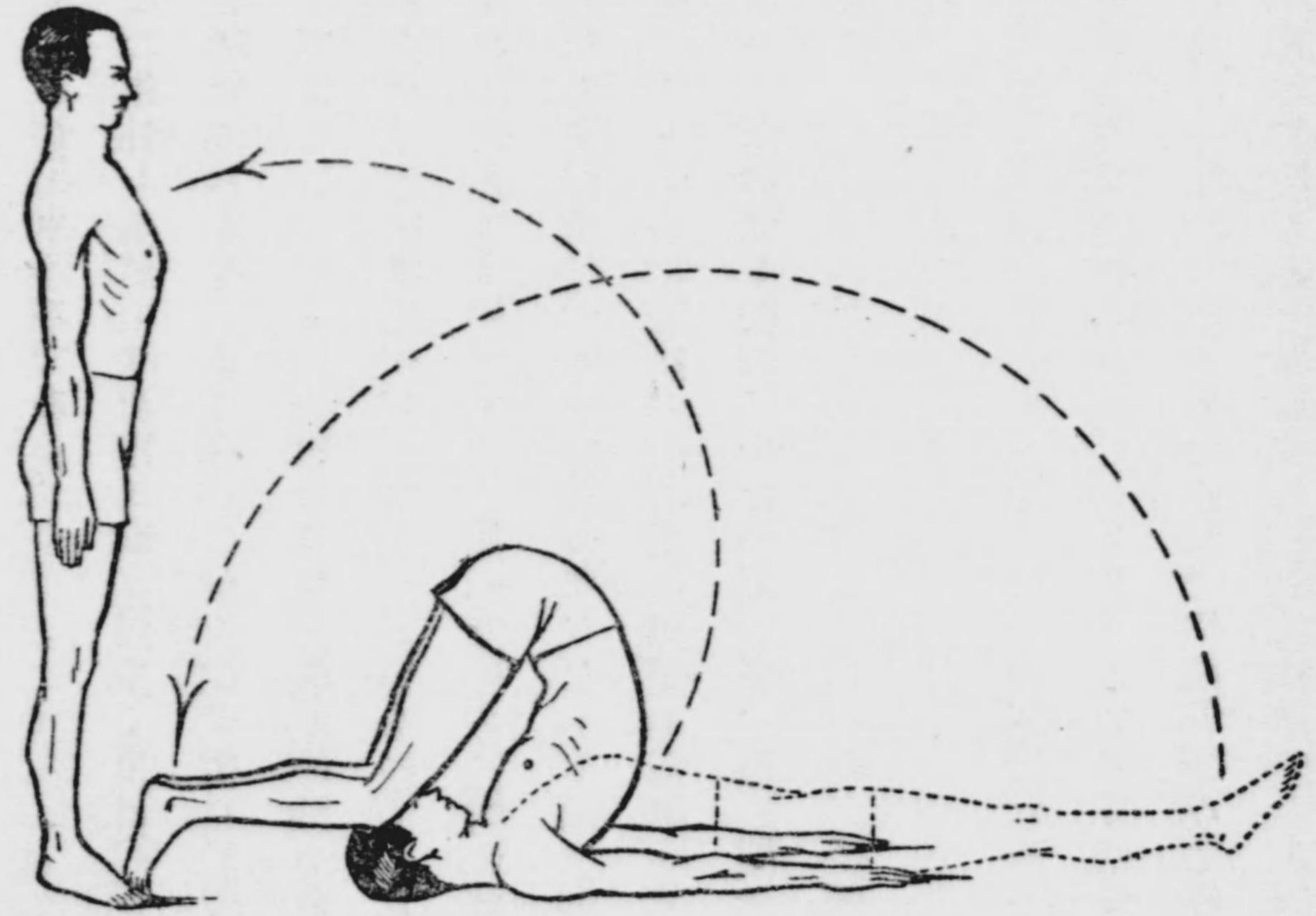
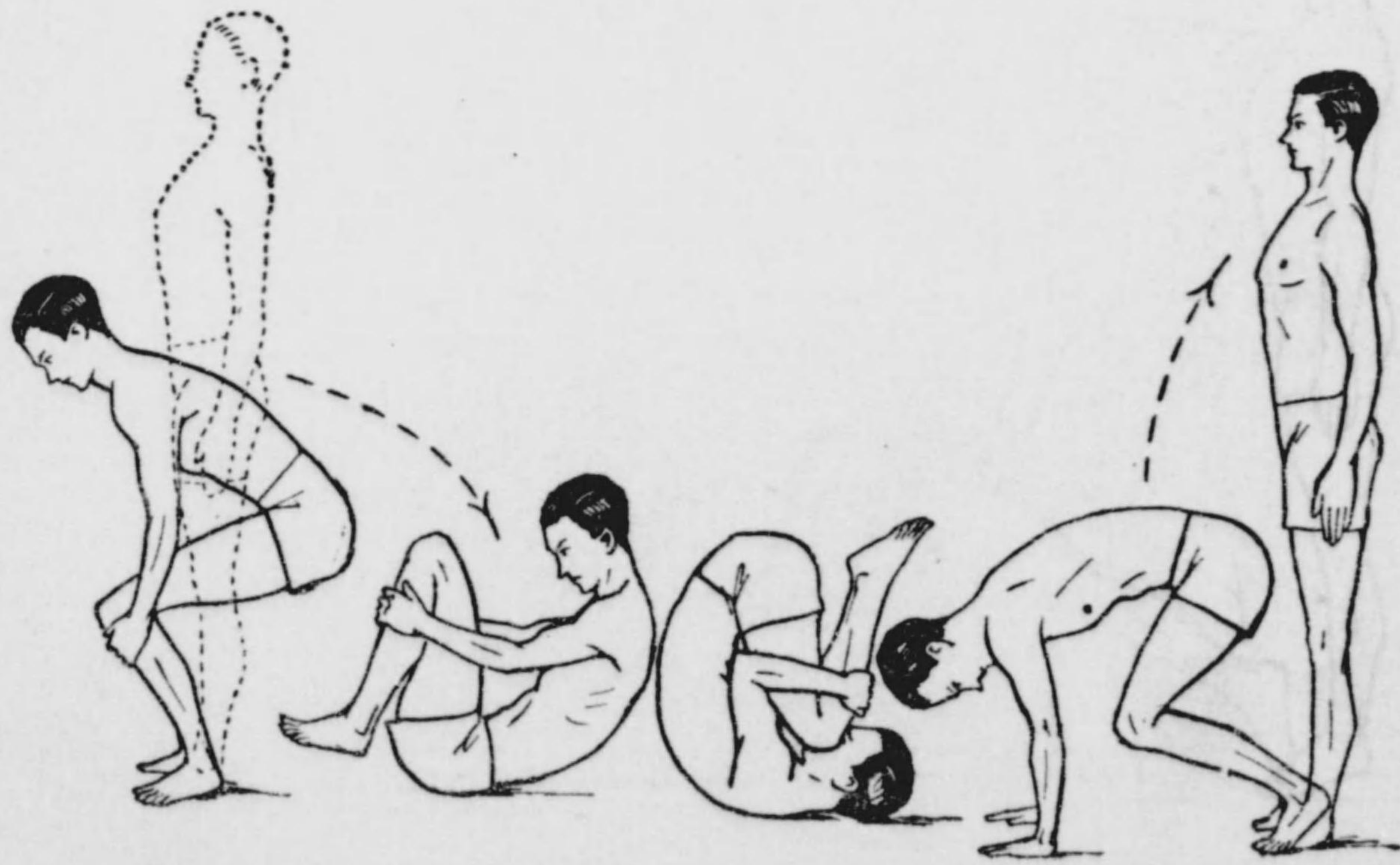
動くことが出来るのである。

この運動も亦初めは前轉運動と同じく體を前下方に屈げ體を球狀にして後方に轉廻せしむるのである、初歩のものには體を前屈し脚を屈げ前方に轉げ後方に轉げ戯れて安易に會得せしめなければならぬ。

脚把持後轉は體を固くし容易に轉がるために行ふところの方法であつて、進んでは後方に轉廻し容易に立たしむべく更に空中に於ても轉廻することの出來得るやう後方に對する運動機能の進展の過程をとらねばならぬものである。

【要領】

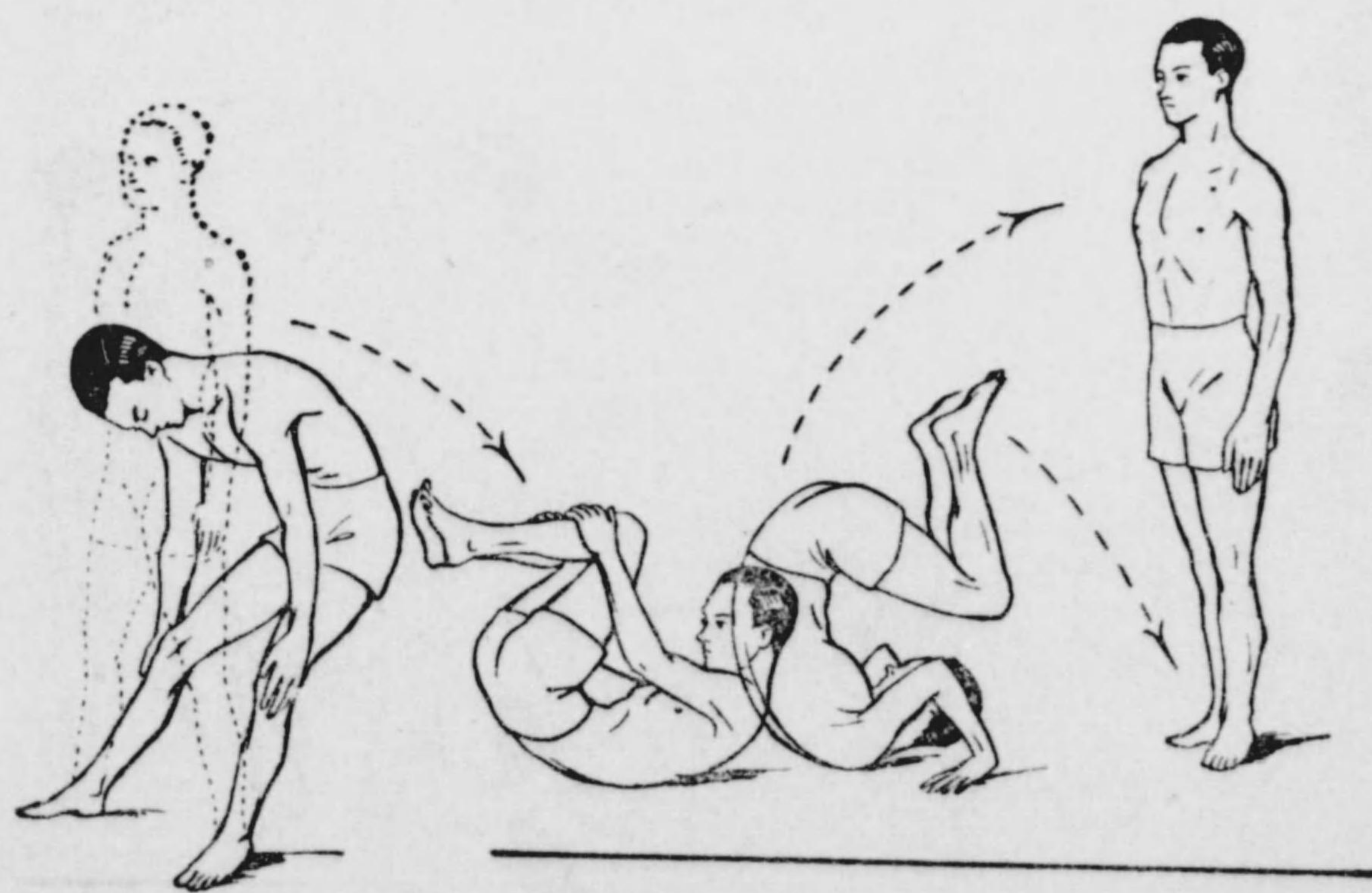
一、マット上、ムシロ上に開脚屈膝姿勢をとり、脚は少しく広く開き膝を少しくまげ、體前下屈を十分なし、頭を十分前に屈けて兩脚の間に入れ、兩手にて兩脚の足首を外方より握る。



體重を後方に移しながら腰を徐に下ろすとともに眞後方に廻轉する。廻轉し終るや兩手を離し脚を揃へ兩手にてムシロ上、マット上に兩手をつき直立となる。

二、閉足屈膝直立及足前出屈膝直立にて行ふときは腰を深く下ろし脚を屈げ兩脚の膝頭を外方より深く握る頭を前にまげ體を前屈して圓くなり前運動と同様後方に轉廻する、體が廻轉し終るや手を離しかろくマット上、ムシロ上につき膝を伸ばし直立となる。

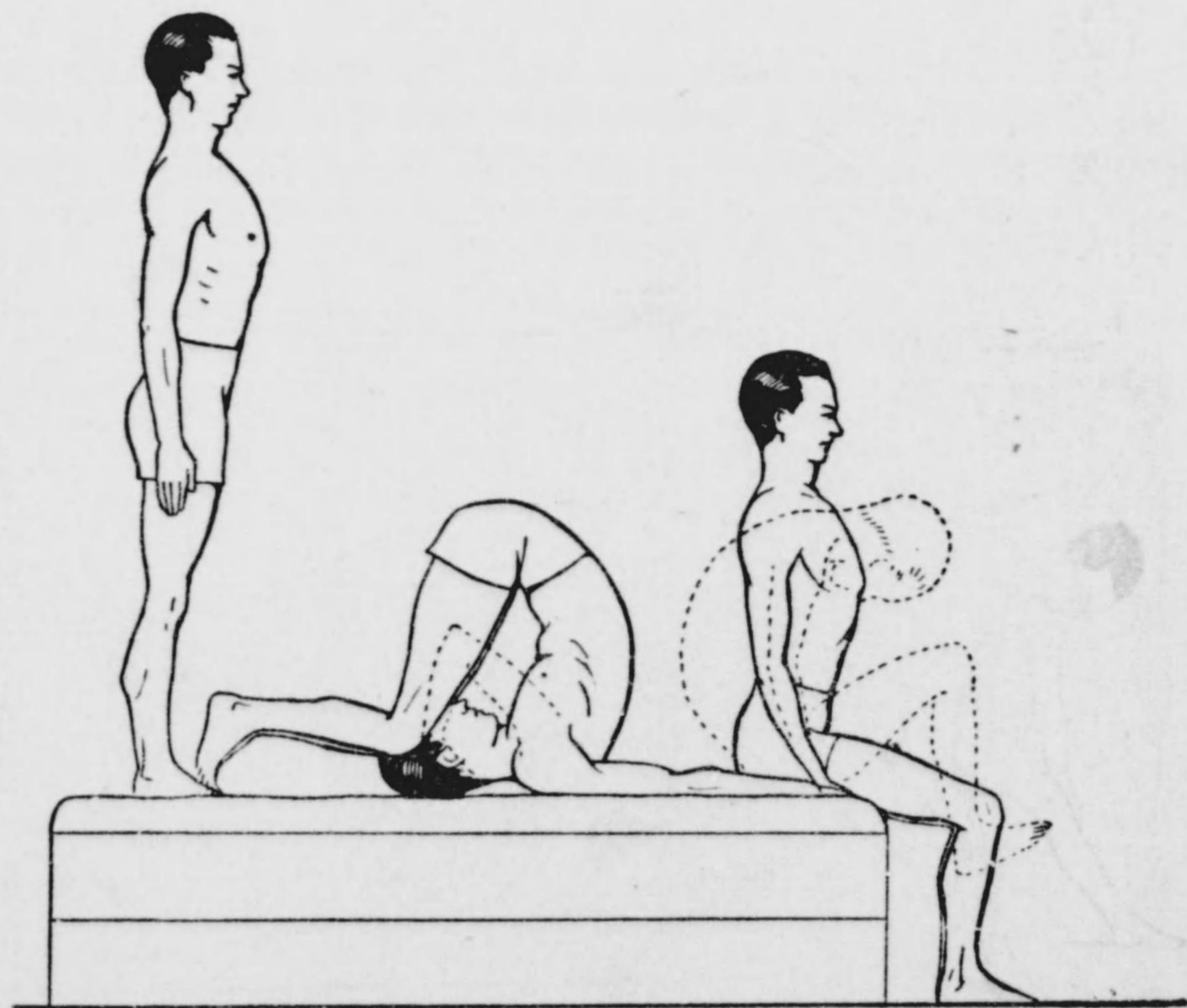
、マット上にて直立、閉足直立、足前出姿勢より前運動の要項にて腰を下ろすと共に兩足の膝頭か或は前脛部を外方から握り又は腕組みをして廻轉し終ると共に手を離してマット上に手をかろく突き直立となる。



四、跳箱に依つて行ふときは、跳箱を低くしこれを縦にして跳箱上の前方に近くして立ち跳箱に腰を下ろすと共に兩手にて兩膝を握り體を前運動の如く圓くして後方に廻轉し地床上マット上に立ちて直立姿勢となる。

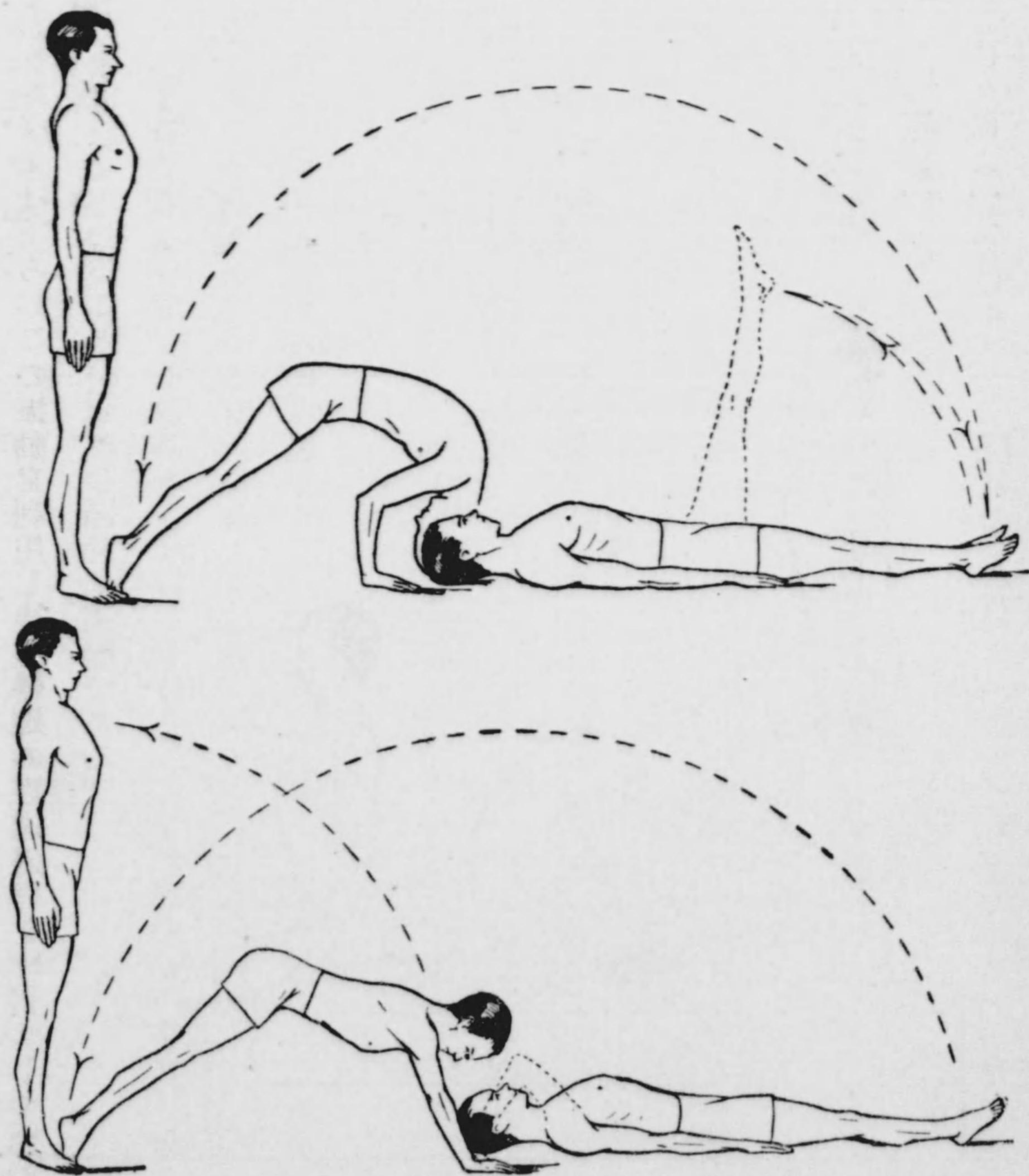
【幫 助】

1. 初歩のものに指導の過程として第一に練習をせねばならぬ運動は『仰臥姿勢に於ける體前下屈の運動』である。これを練習することによつて



後方轉廻の氣分と運動に對する感じを自ら體驗せしむることが容易に出来るのである。

稍習熟するにつれ脚、足を舉上し垂直に保たしめ又足尖を直く頭の先きの地床上につけしむることに依つて體を前屈し圓くせしむるなど練習



- を積み、更に脚足をふりあげ又は下ろしこの振動を利用し後方轉廻の經過過程を練習せしめ極めて自然的に後方轉廻をも會得せしむることが重要な補助的運動である。
2. 最も初歩のものに行ふ開脚屈膝の姿勢にて行ふときは少しく膝を深くまげ頭を前下方に十分まげ、徐に腰を下ろし廻轉氣分の現れるを見るや幫助者は右(左)側近くに立ち左(右)手は屈けたる脚を上方より押へ右(左)手にて腰部又は臀部を下方よりかく掴みこれを押しあげる氣持にて兩手にて球を轉がすやうに幫助を行ふ。
 3. 運動の方向は初歩のものには眞後方に正しく廻轉する事が困難であつて頭が邪魔となるものであるが順次習熟するにつれ方向も正しく頭も前屈を保ち行ふやうになるものである。努めて初歩のものには、自ら行ふこと出来るものも出来るものも廻轉の氣分を知らしめ自覺的に誘導することが必要で正しき轉廻方向への指導を十分幫助をなし行はしむるやう。
 4. 後方轉廻において轉廻動作の終り即ち直立位に復する直前が多くは頭部の前屈不足のため轉廻動作を滯滞し又は停止するものである。頭を前屈して廻轉動作の出来るものには片手にて頭部の後方より押へつけ頭及體を圓くして動作を行はしむることが大切である。

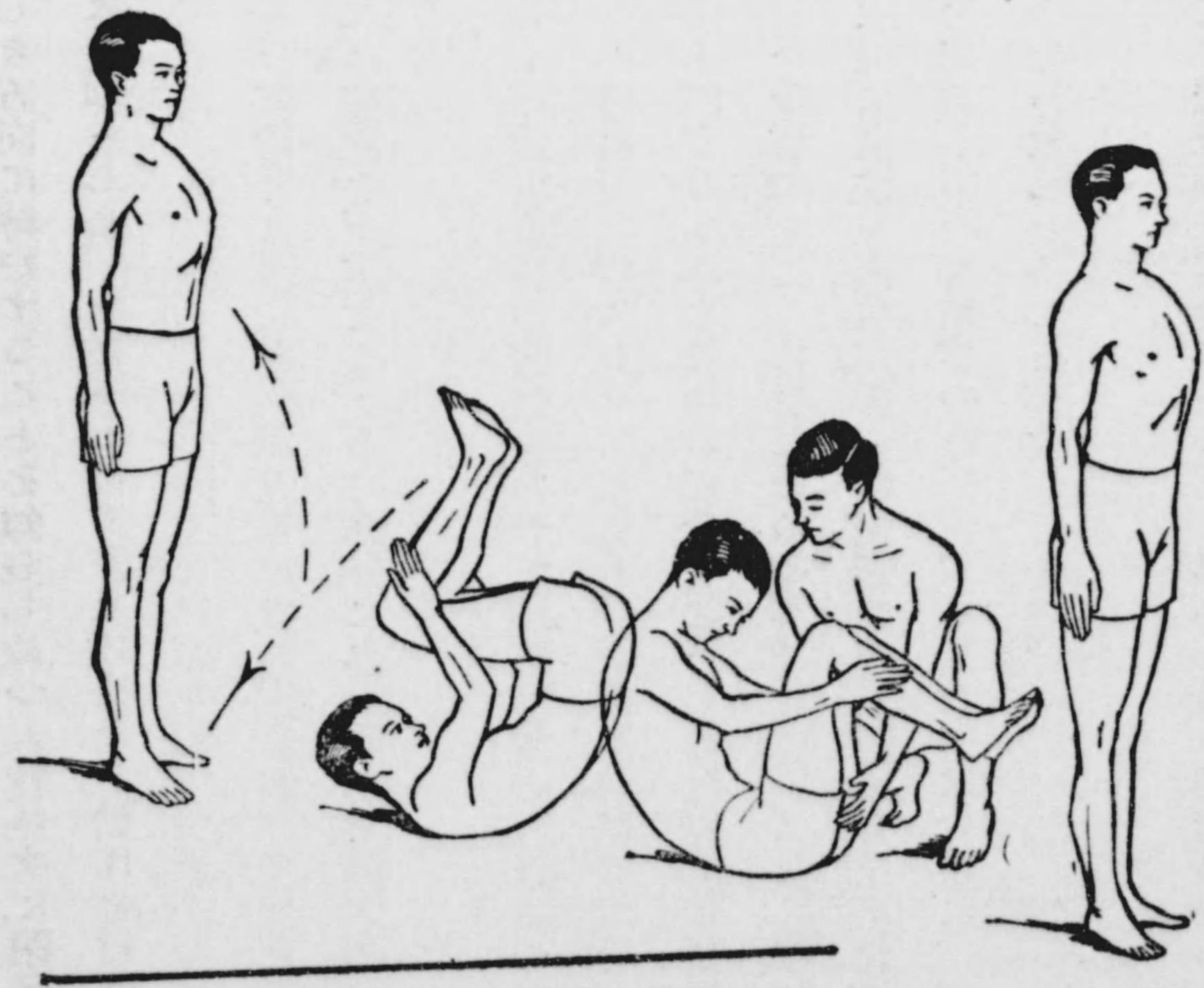
【練習上の注意】

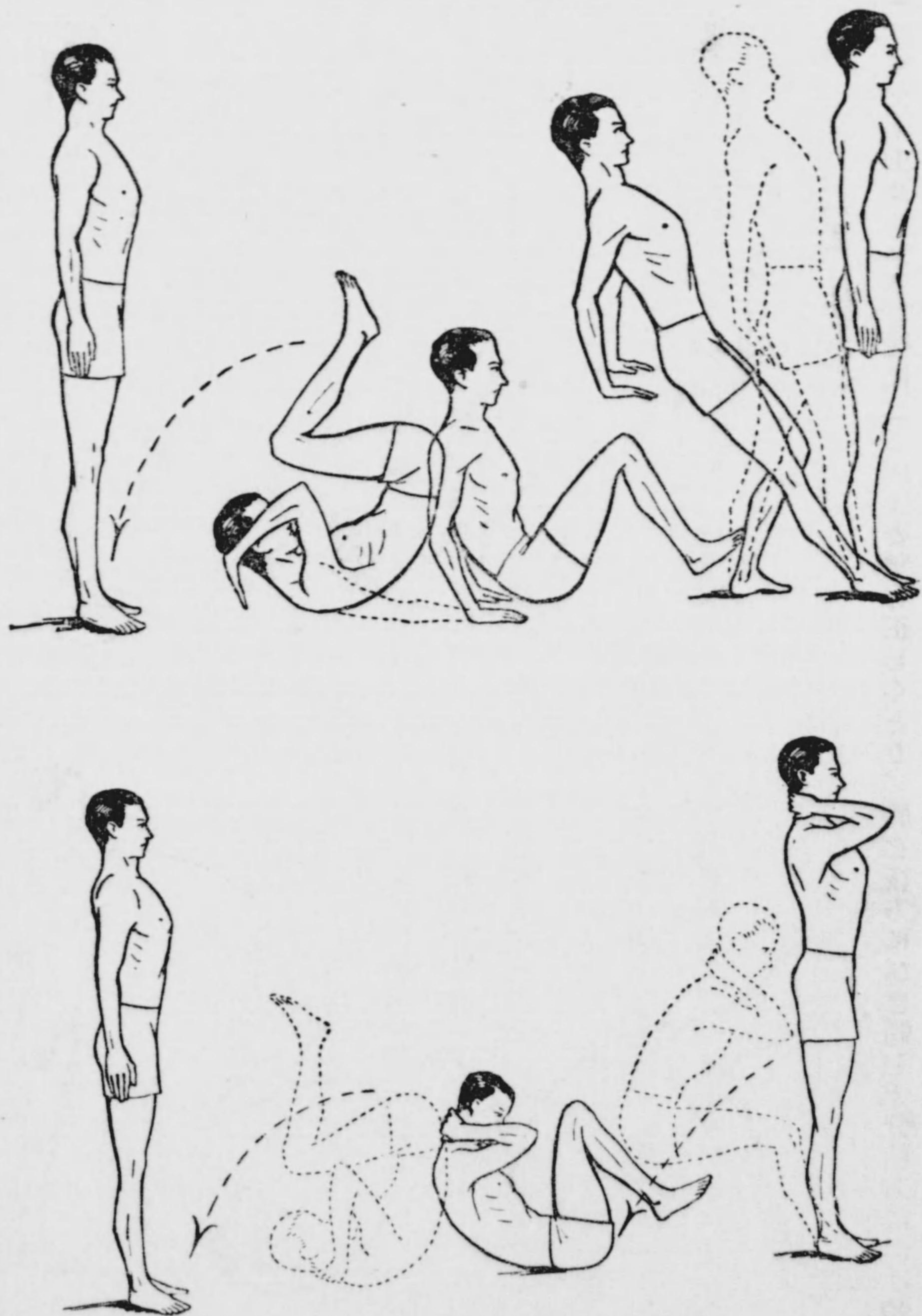
1. 脚支持後轉は、脚を支持することによつて、體及頭を前屈することに容易なるものであるから

- 一、最も初歩のものには開脚屈膝直立より正しき方向に轉廻することを知らしめつゝ行ひ次に閉足屈膝直立にて脚を十分屈げ體を圓くすることを知らしめ、マット上にて安易輕快なる動作を行はしむるやう。
- 二、順次發達するにつれ頭は前屈したるまゝ動作中保つやうに導き、上肢を使ふことも知らしむるやう。特に脚支持の動作は悉く體を圓くして行ふのであるからつとめて動作の終りまで脚を伸ばさず行はしむるやう。
- 三、直立姿勢より行ふところの運動は、腰がマット上に着くや脚を十分摺み行はしめ直立位に復するときは上肢をかくく使用して安易に立たしむるやう。
- 四、跳箱上に立ちてより行ふ運動は、比較的容易に行はれ直立位になることも容易で轉廻動作も輕快に行はれるものであるから初歩のものには跳箱上に立ちたる運動にて着地を容易にし更に跳箱の先方の地床の上に立ちたる運動を指導し、順次進程を進むるやう。熟するに従ひ上肢を有効に働かせ安易に直立姿勢に復するやう。

- 廻轉動作の終るまでつとめて離さぬやう廻轉動作の終るや上肢にてマット上をかくくつき直立位に迅速になるやう。
- 2. 脚を十分まげるとは上肢の力に依つて拘束し體も亦自ら前下屈するものであるから脚は出來得る限り深く屈げるやうしかも轉廻中はつとめて屈げ決して伸ばさぬやう。
- 3. 頭は終始前屈しおかしむるやう頭を浮かし起きるときは轉廻動作を中止せしむることとなる。
- 4. 腰を下ろすと共にマット上、ムシロ上をかくく掌にてつき轉廻動作を圓滑に行ひ、途中にて遲滯することなきやう。

【進歩に伴ふ指導の段階】





(二) 後 轉
(後方轉廻)

(仰臥姿勢)……………マツト上
 腰掛姿勢……………跳箱上
 屈臂……………閉足屈膝
 直立……………閉足直立
 助歩……………定前出直立
 助走……………跳箱上
 助歩……………轉向兩足踏切

この運動は、脚把持後轉運動に於て後轉し得た體の動作を更に安易輕快に直立位まで進展せしむるために行ふところの運動である。即ち脚支持の運動が上肢による支持を離れて背部を支持し、上肢を十分働かし轉廻動作の完結をはかるところの運動である。いふまでもなく頸及體を前方に屈げ體を球狀にして轉廻し得るやう訓練するのではあるが發達するにつれ上肢、下肢の働きに種々なる變化を加へ運動の内容的發展をはかり修練價を向上し、目的達成をはかるのである。この運動は、前方轉廻運動の系統から考へるときには臀及直背部支持後轉運動であつて、運動種目を獨立し指導階程の運動として考ふることが出來得るのであるが、此の頃に於ては特に類別を施さず説明を施すことにしたのである。

【要 領】

一、マツト上及マツトを後にして屈膝姿勢を正しくとり、腰を後方にひき體を十分前方にかけ體を

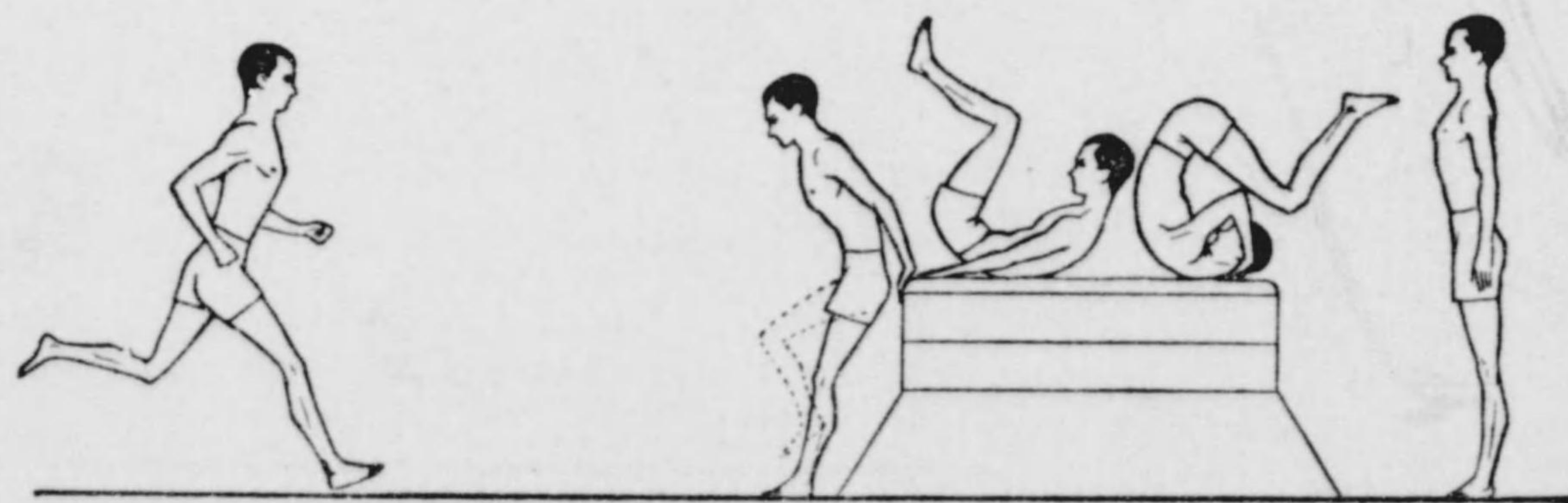
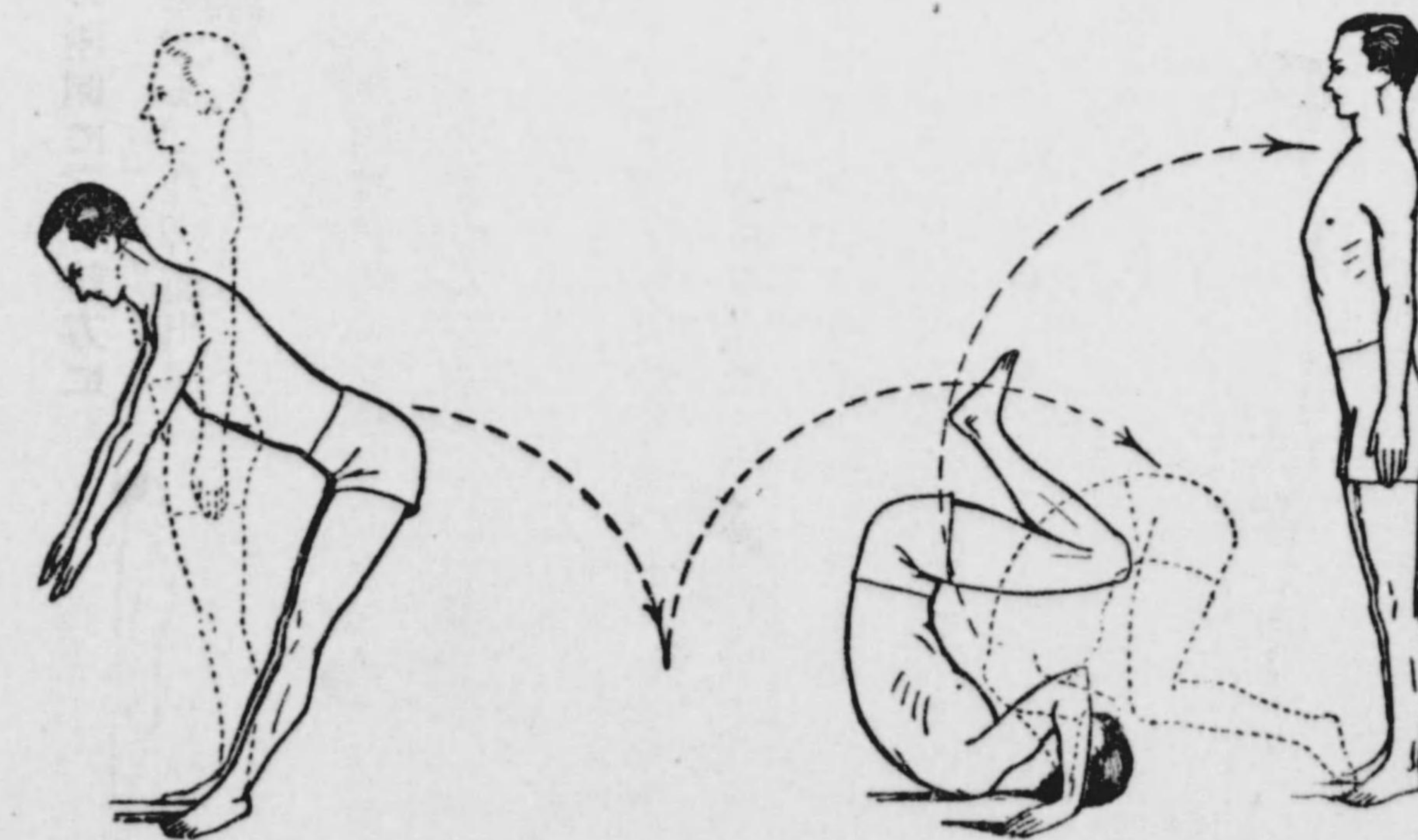
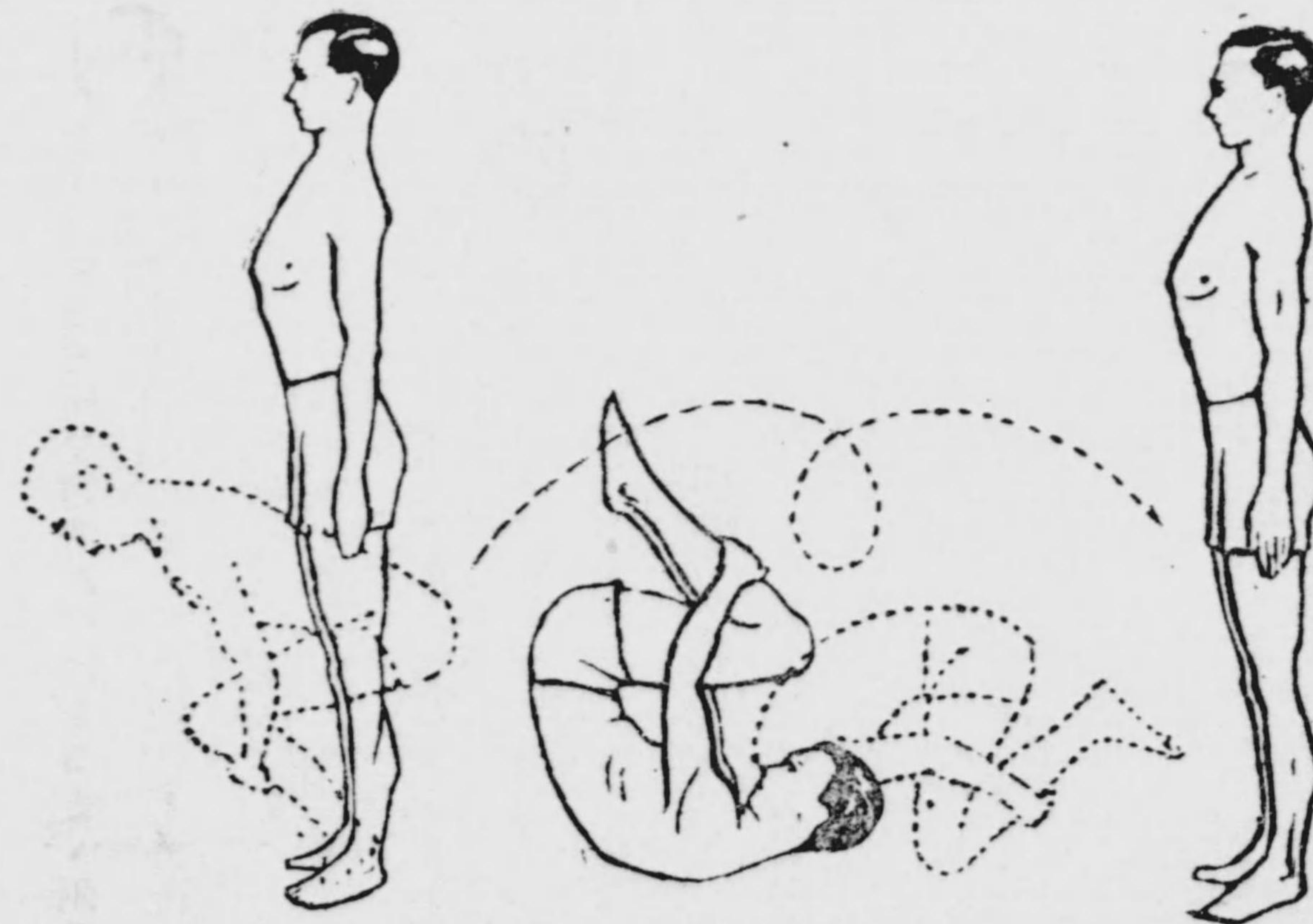
下ろさんとするや肘を體側につけたるまゝ、兩手を頭の兩側に掌を前方に向け保持して臀部を下ろすと共に正しく眞後方に轉廻する。片脚前出屈膝のときは片膝に頭を密着してと行ふ。

體は圓くして臀部より順次、腰部、背、肩、頭の順につけ廻轉が終らんとするや、兩手をマット上に密着して強く突き張り體を十分支へ脚足を屈けたるまゝ、起き次に直立となる。

二、直立、閉足、足前出の姿勢より行ふときは、マット上、及びマットを後にして立ち、初歩のときは腰を下ろすと共に、兩手を頭の兩側に掌を前方に向けて保ち、頭及體を前方に十分屈け背を圓くして、後方に轉廻する後轉するや兩手をマット上に突き直立となる。

足前出姿勢のときは、まさに腰を下ろさんとするに先だち體重を後脚に移し、後轉を行ふ、後轉を終るや、片足を前にして立ち始めの姿勢となる。

三、跳箱上にて腰掛姿勢より行ふときは、腰掛姿勢を正しくとりて後、脚を前方に伸ばすと共に伸ばしたる脚を前上方より後方にふりあげ、臀は

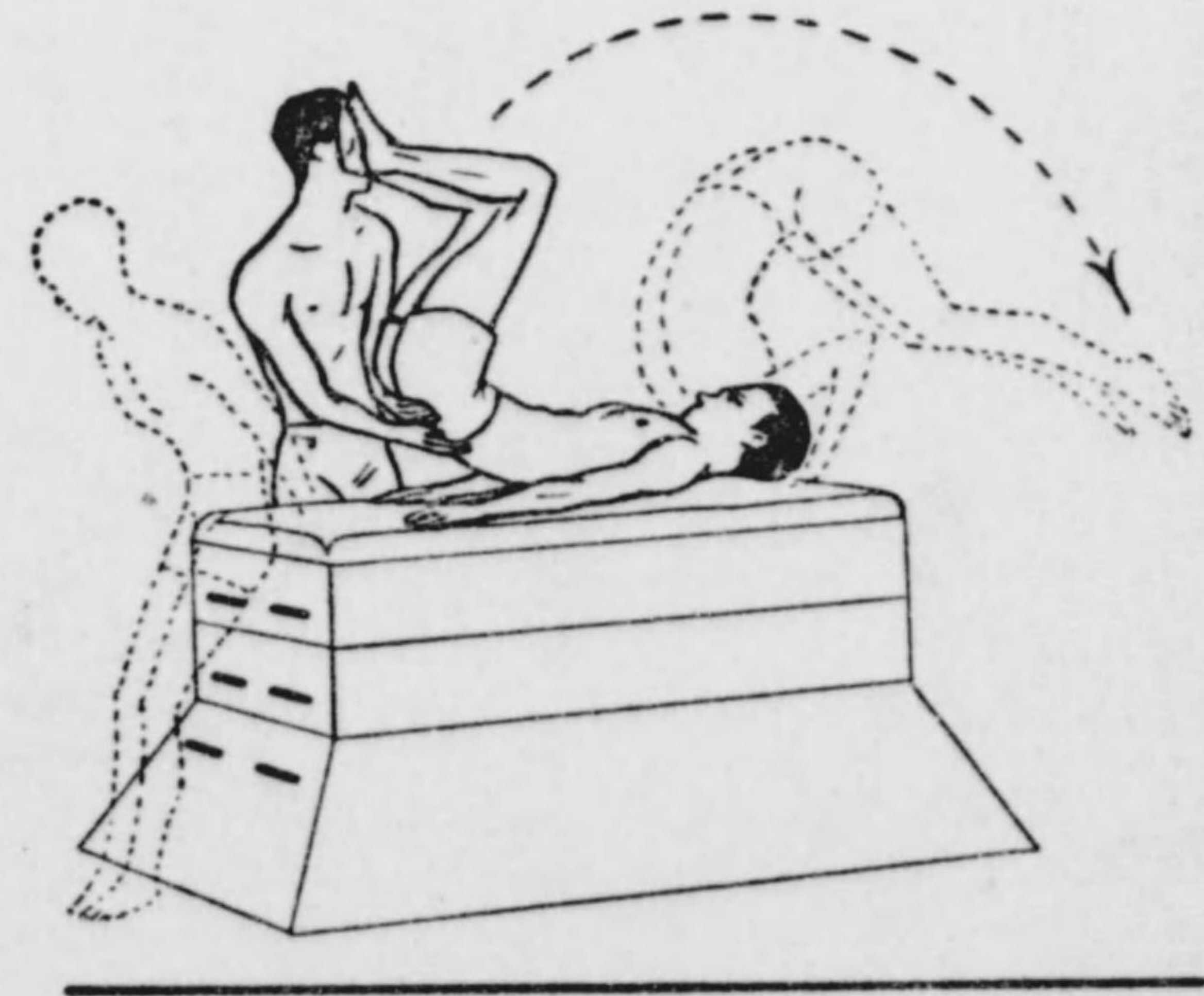


體の後轉と共に跳箱の兩側椽を外方よりおさへ臀にて支へ體を起しマット上、地床上に立つ。尙臂の使ひ方にはマット上にて行ふと同様に頭の兩側にとり後轉と共に跳箱上に正しく着け臂を突き伸ばして立つ。

四、緩徐なる助走より行ふときはマットに向つて四、五米離れて向つて立ちかろき緩徐なる助走を行ひ最後の脚にて踏切り、體を轉向(左)(右)して跳び込み兩脚にて更にかろく踏切り、かろき下肢の彈性を利用して腰を下ろし前要領にて後方轉廻を行ふ。

【幫 助】

一、習熟せぬものに對しては脚把持後轉と同じ幫助の方法にて行ひ、稍習熟するにつれ運動者の側方に立ち開脚姿勢をとり稍腰を低くおろし、右(左)手を臀部及び腰部に左(右)手を脚にかけて幫助を行ふのであるが片手を使用し出來



得る限り自己の力にて轉廻動作を行はしむ。

二、脚把持後轉運動は、主として後方に轉廻することの練習にあたるのであるが、脚把持せざる場合は、動作の完結を期さねばならぬものであるから、廻轉後の直立に移すため手の使用を十分幫助し指導せねばならぬ。

手の幫助は後轉後、マット上、跳箱上に密着して支持し、突き伸ばすことである。後轉するにつれ前膊をつけるや手首をつける時機は見計つて幫助者を、右側に立つてのときは右手を、左側のときは左手の甲を上部より押へつけ片手にて腰を押へ廻轉動作を幫助する。更に進んでは右(左)手を右(左)肩に入れ臂の突き伸ばしを助成する。

三、腰掛姿勢より行ふところの幫助は伸ばしたる脚を上方ふりあげるとき、稍もするとその振る力不十分のため轉廻力を失ふので、足首に手をかけ又腰部をおさいて轉廻動作を幫助し、後轉の廻轉動作を完からしむる。

【練習上の注意】

1. 轉廻動作は體重の後方移動と兩脚の地床上、マット上をかろく突き離す連擊的な動作關係によつて起るものであるから臀部を下ろすときには、體を前方に十分屈げ、初歩のものには、頭は努めて前屈姿勢を保持して行はしめ、後轉終るや、體を起さんとするため頭が邪魔となるものであ

るから轉廻動作の圓滑を主として指導するやう。

2. 掌をマット上、跳箱上に正しく密着させることにつとめ直立位に復するときの上肢の突き伸ばす働きの指導につとむるやう。

3. 正しき後轉動作の方向に對する自覺をなし得ざるものに對しては、開脚姿勢に於ける脚保持後轉動作を指導し、轉廻後も開脚姿勢にて立ち、然して後、直立に復するやう。

【進歩に伴ふ指導の段階】

一、脚把持後轉運動の指導を行ひたる後、行はしむるところの運動は、屈膝姿勢に於ける運動であつて、閉屈膝の姿勢をとり體を十分圓くし廻轉動作を圓滑に行ふやう。

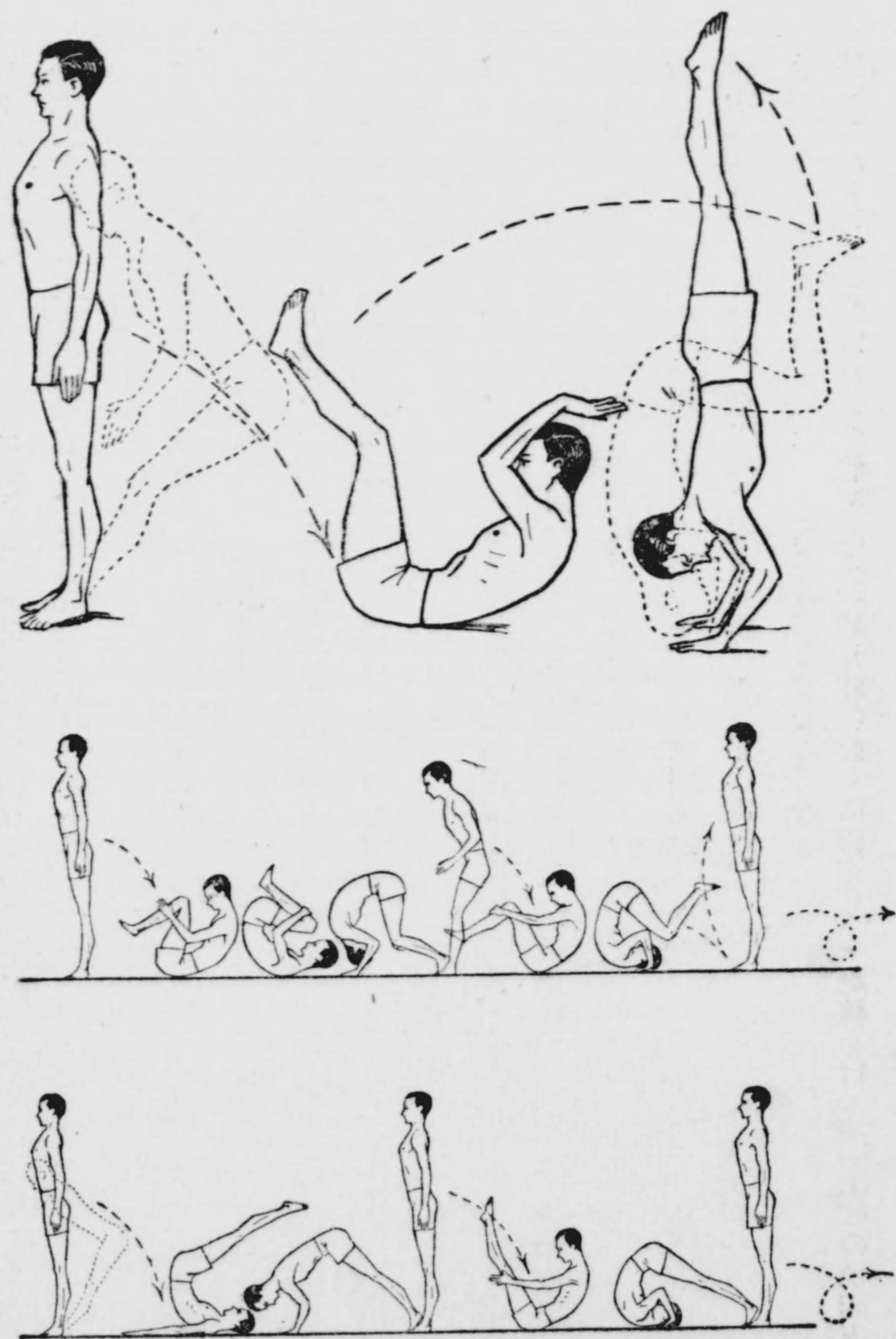
體及び頸の離れかちなるものに對しては、足前出屈膝姿勢の轉廻動作も有効なる方法で一つの指導階程である。指導の方法によつては、反つて容易に行はしむることも出來得るものである。頭の離れかちなるものには両手を頭の後方にて組み兩肘で頭を抱ひ込みたる態勢で行はしめ、更に両手を離したる姿勢にて行はしむることも有効である。屈膝姿勢の轉廻動作は始めより終りまで體をまげ、身體として最も小さく縮まつた状態に於て行ふのであるから、この姿勢の場合には、手及臂の使へ方の指導を十分にせねばならぬ。進んでは無意識的に正しき廻轉動作を行ふことの出來得るやう指導せねばならぬ。

二、直立姿勢より行ふには、屈膝姿勢にて正しき轉廻動作が行はれ、直立姿勢より行ふ運動と交錯的に練習を進め、漸進循環主義に依ることを忘れざるやう指導すべきである。要は體重の後方變化をすることと足にて地床を突き切る動作との結合によるのである。

三、轉廻動作の終りの脚の動作は、種々の方法によつて行はれるのであるが、初歩のときは、脚を十分まげ屈膝姿勢のまま、行ふのであるが、廻轉動作を助成するため動作を誘導するやうに後方に脚を伸ばし廻轉終ると共に膝を十分まげ、手の突き放しと共に直立となる。廻轉動作が圓滑輕快に行はれ、臂の突き伸ばしが強くなるにつれ脚を伸ばしたるまゝ、行ふ時には、脚を伸ばし開脚姿勢をとつて腰をあげしむることも出來得る。更に動作に習熟し廻轉動作とも速度を加へ行ふことを得るや脚は伸ばしたるまゝ、轉廻し伸ばしたるまゝ、直立姿勢となる。

四、仰臥姿勢より行ふところの後方轉廻運動は、極めて自覺的に轉廻の要領を會得せしむることが出來るのである。

殊に頭を前にまげ轉廻動作を助けるところの自覺的練習、及び脚を轉廻動作について後方に伸ばす練習等は最もよく指導することが出來得るものである。尙頭の兩側につくところの掌の方向及地床上、マット上、に突く要點は最も効果的に指導することが出來るものである故、習熟するにつれ仰臥姿勢よりの指導も交る／＼行はしむるやう。



五、手の動作は初歩のときは、頭の兩側に始めより保ち轉廻運動を行ひ、正しき動作を指導するのであるが、順次發達するにつれ體の廻轉と共に極めて自然に頭の兩側に指先を前にして掌をつき臂の突き伸ばしを十分働かし體を支へ持つやう。

發達するにつれ上肢を十分働かし體を支へ持つやう。更に發達し上肢の働きが強ければ強いほど體を支持するため倒立の運動と連続して行ふことになるのである。

六、後轉より倒立運動への連続は後轉運動に預る上肢の働きが、自覺的に支持力を増し體の後廻轉の終らんとする時脚の方向を眞上に伸ばし上肢の屈伸力を働かし支持抵抗して體を倒立姿勢に保持するのである。

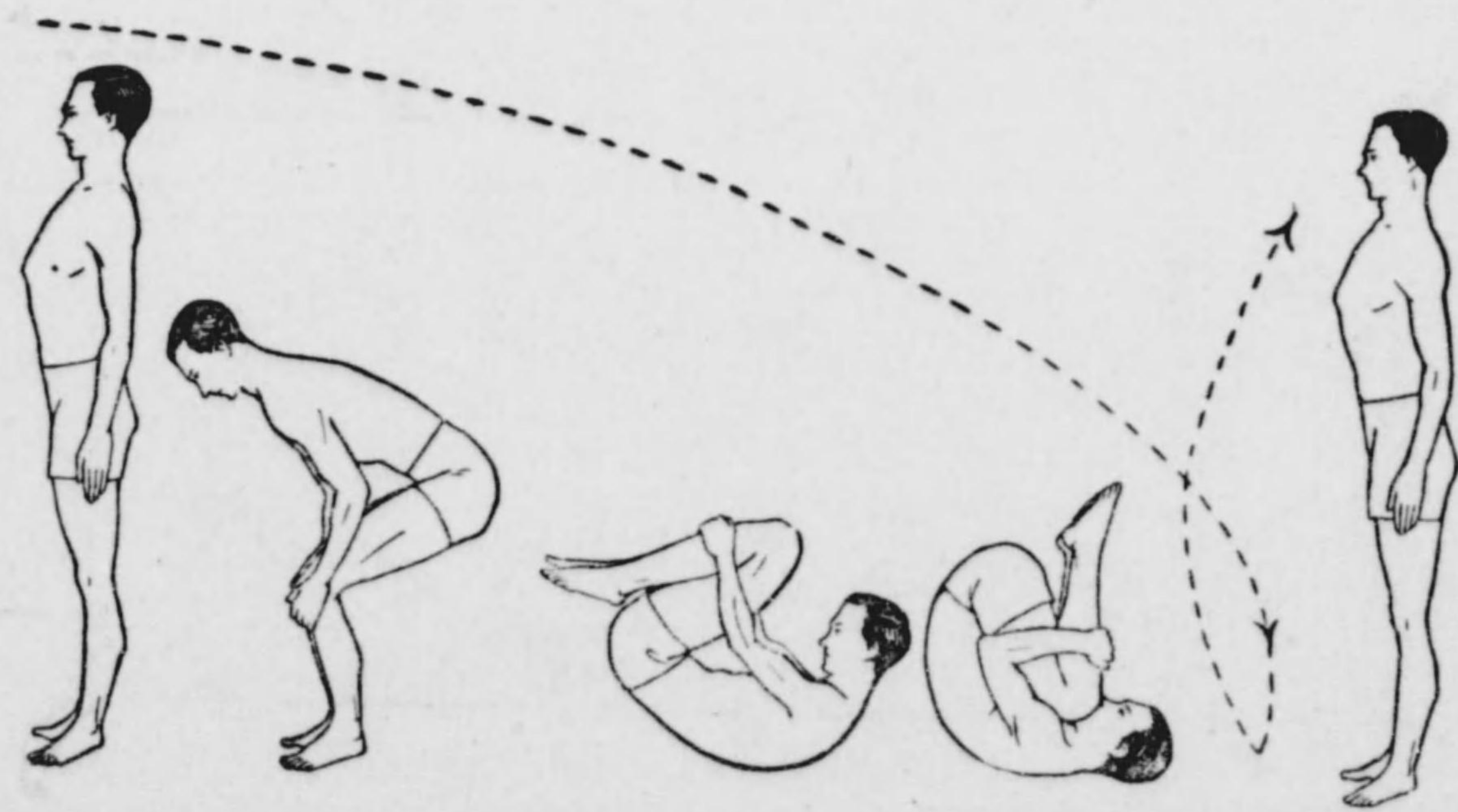
七、後轉運動が更に進展せしむるためには轉廻の速度を順次迅からしめ、轉廻運動の連続を行ふのである。二回連続三、四回、五回といふやうに連続してその回数を増加し行ふ。連続動作の最初の體勢は膝を屈け體を前下方に屈けて行ふか、直立姿勢又は助歩、助走より行ふのである。修練を積むにつれ脚を伸ばし體も伸ばしたるまゝ行ひ背部の彈性を利用し、又腰をあげたる伏臥の姿勢を廻轉動作の終るやとり直立となり慣性を利用しそのまゝ後方に體を倒し連続動作を行ふのである。

膝を屈けて行ふ連続運動は、體を前述の如く球の如くに圓くし、一廻轉を行ふや、上肢の地床上マ

ツト上を支持する力を十分に働かし、最初の體勢に復するや上肢を前より上方に誘導して、次の轉廻運動となるやう指導する。

八、直立より行ふ練習を積み轉廻運動の練習を進めつゝ、助歩助走（緩徐なる）より後方轉廻を行ふ。初歩は極めて助歩緩徐なる助走にて行ひ、習熟するにつれ、助走の本領たる運動方向への慣性を利用し行ふ、尙側面向の助走等も適用して後方廻てを行ふ。

九、他の運動との結合には、種々なる運動と結合して行ふことが出来得るのである。むしろ結合された運動として身體教育の巧緻運動の材料となるよりは、着地の方法としての後轉運動が、効果的に適用されるのである。即ち跳躍運動の斜跳に結合し水平跳、垂直跳、臂立跳越、跳上下、跳上及跳下等の着地を利用し跳上るか又は前轉と結合し、修練にあたるのである。この巧緻運動としての修練價値を向上



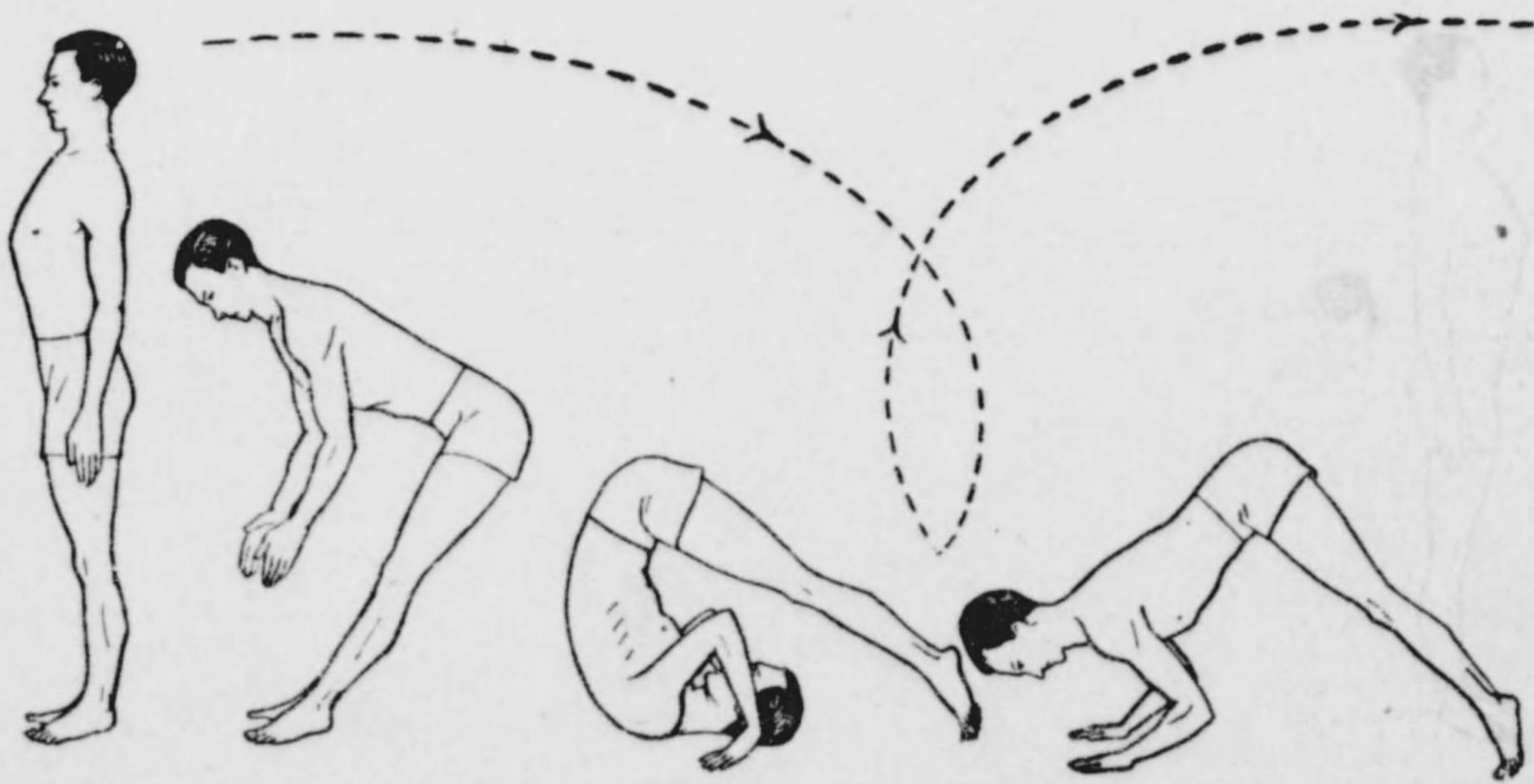
せんために結合し、又連續運動としての結合は、更に倒立運動等と共に結合されて適用され修練價値をあげしむるものである。

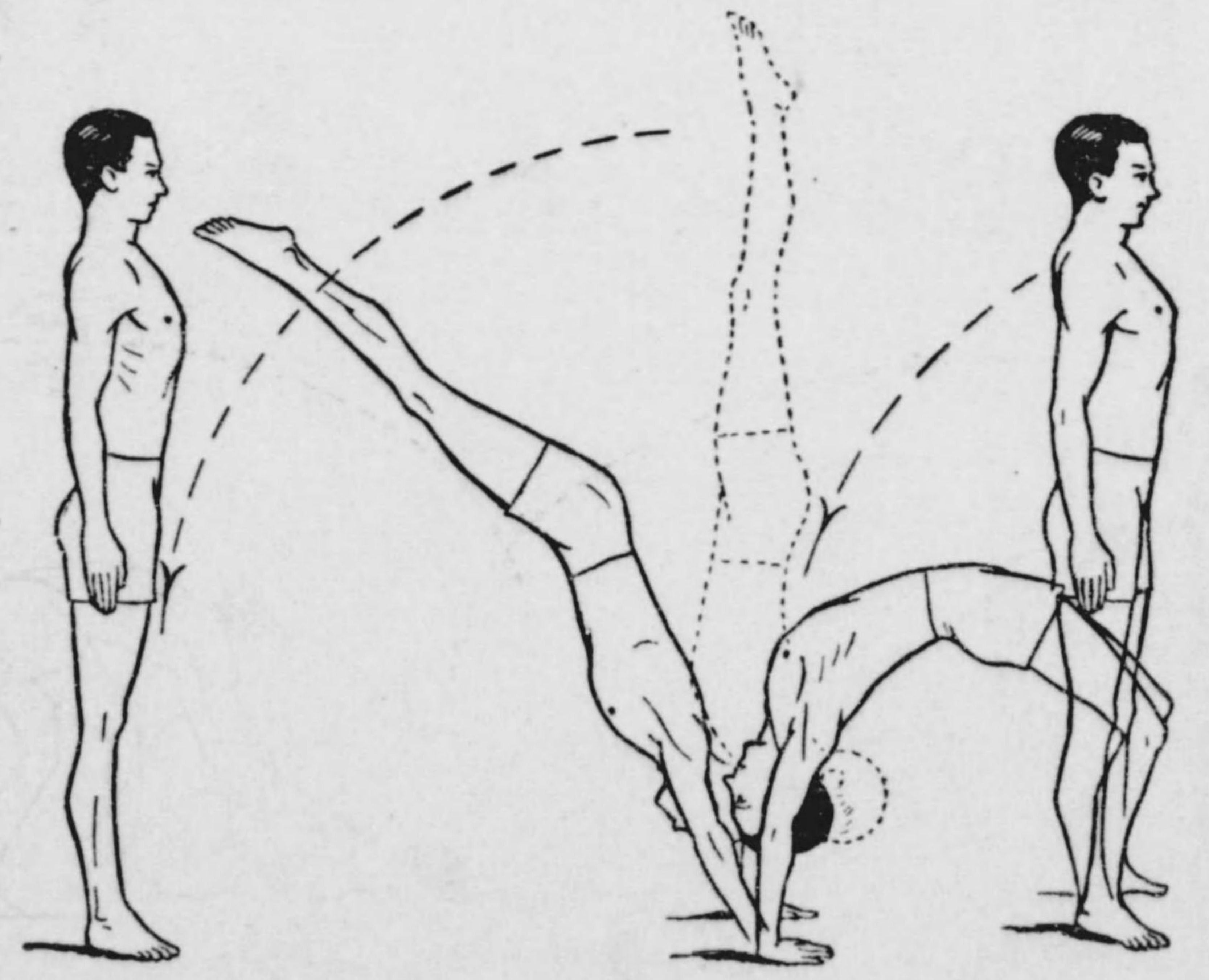
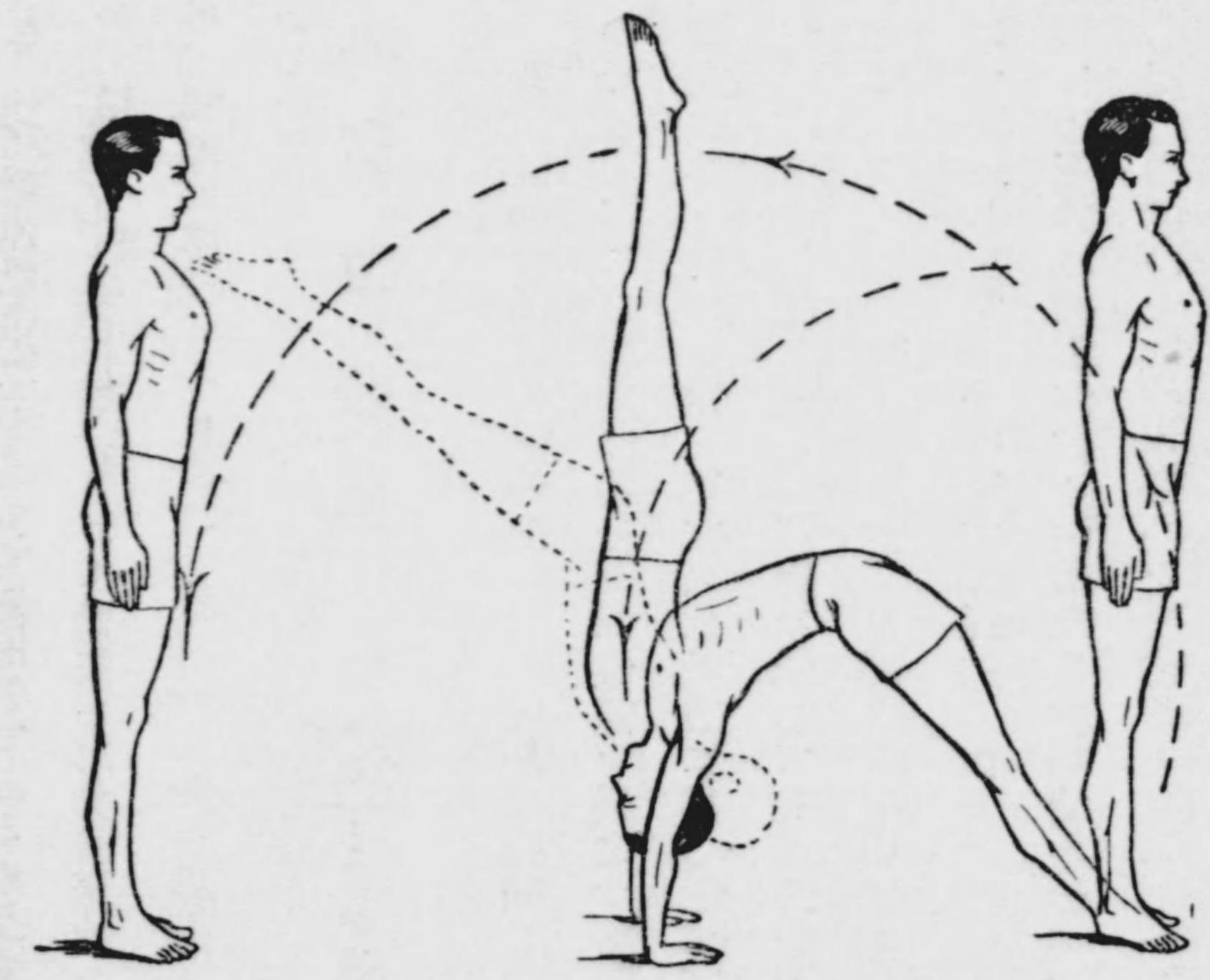
(九) 臂立後轉

直立
助歩……マツト
助走

臂立後轉は前述の後轉運動とは同類に分類し、これに屬するのであるがこの運動は其を質的性能を異にするものであつて、臂立前轉と同じく體を正常又は後方に反らして下肢の彈力に依つて空中に飛躍し倒立の體勢を保ちて先づ上肢彈性を利用して着地し次に體の後廻をまつて足部より半屈膝もしくは舉踵屈膝にて着地し正常姿勢に復する運動である。

この運動は指導が仲々困難なる材料であつて、諸外國に於ても實際指導の上に仲々苦心を要するところである英國ではこの運動の指導について練習効果をあげしむるために the Agility



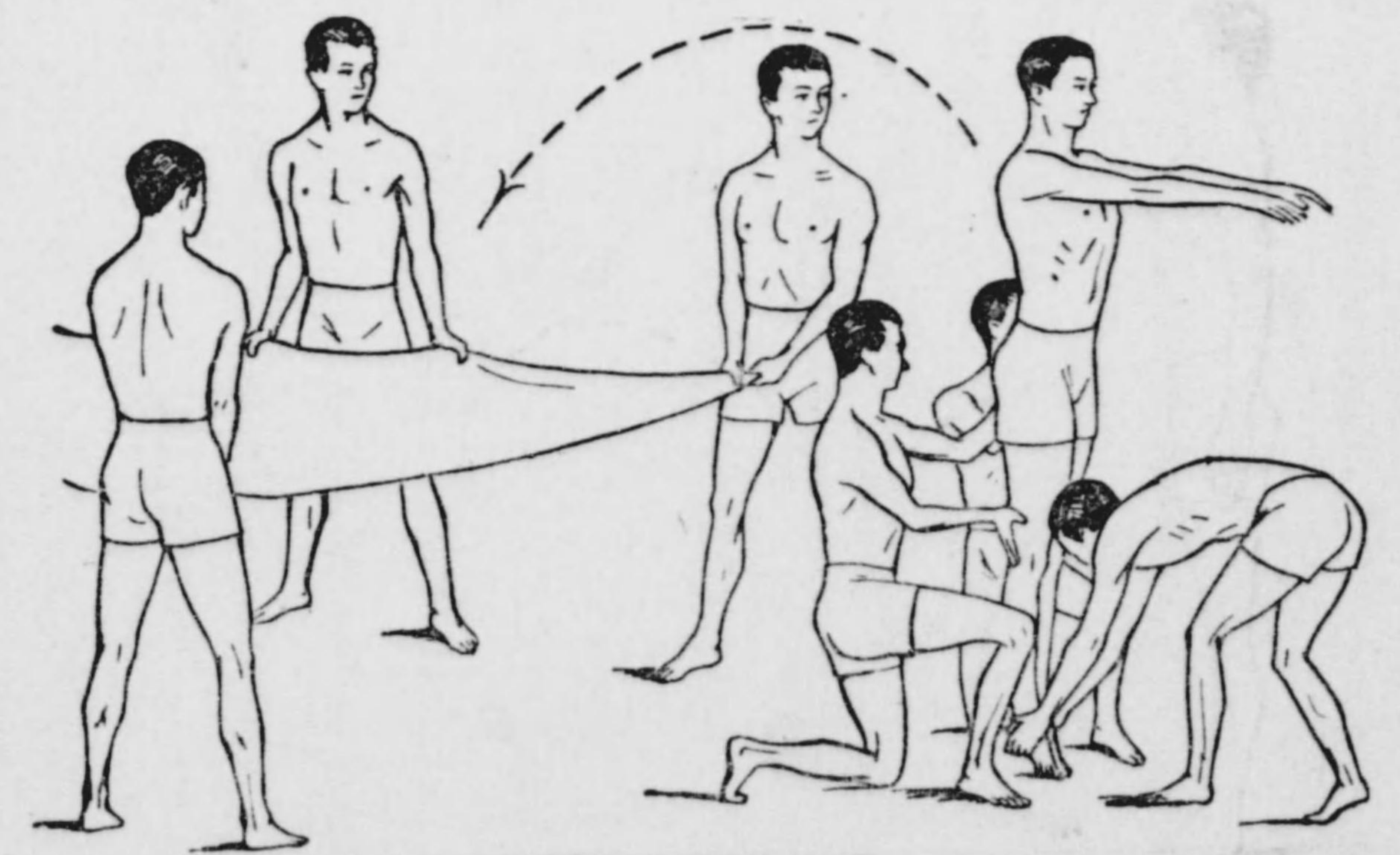


Belt 『巧緻運動帶』を造つて使用してゐるやうであるが、價格も極めて安いものを一般的に用ひられてゐるが、我國の學校體操に於ける指導の實際には實に興味ある研究材料である。

特殊的な練習者にとつては近時我國に於ても興味を以て迎ひられてゐるのであるが普遍的な材料としては十分なる研究と安全なる指導方法及設備、堅實なる幫助法を行ひ實施を進めなければならぬものである。

参考のため英國の體操指導者トーマス・マクドウェル氏 Thomas medowell の臂立後轉運動に對する見解を参考に述べてみよう。

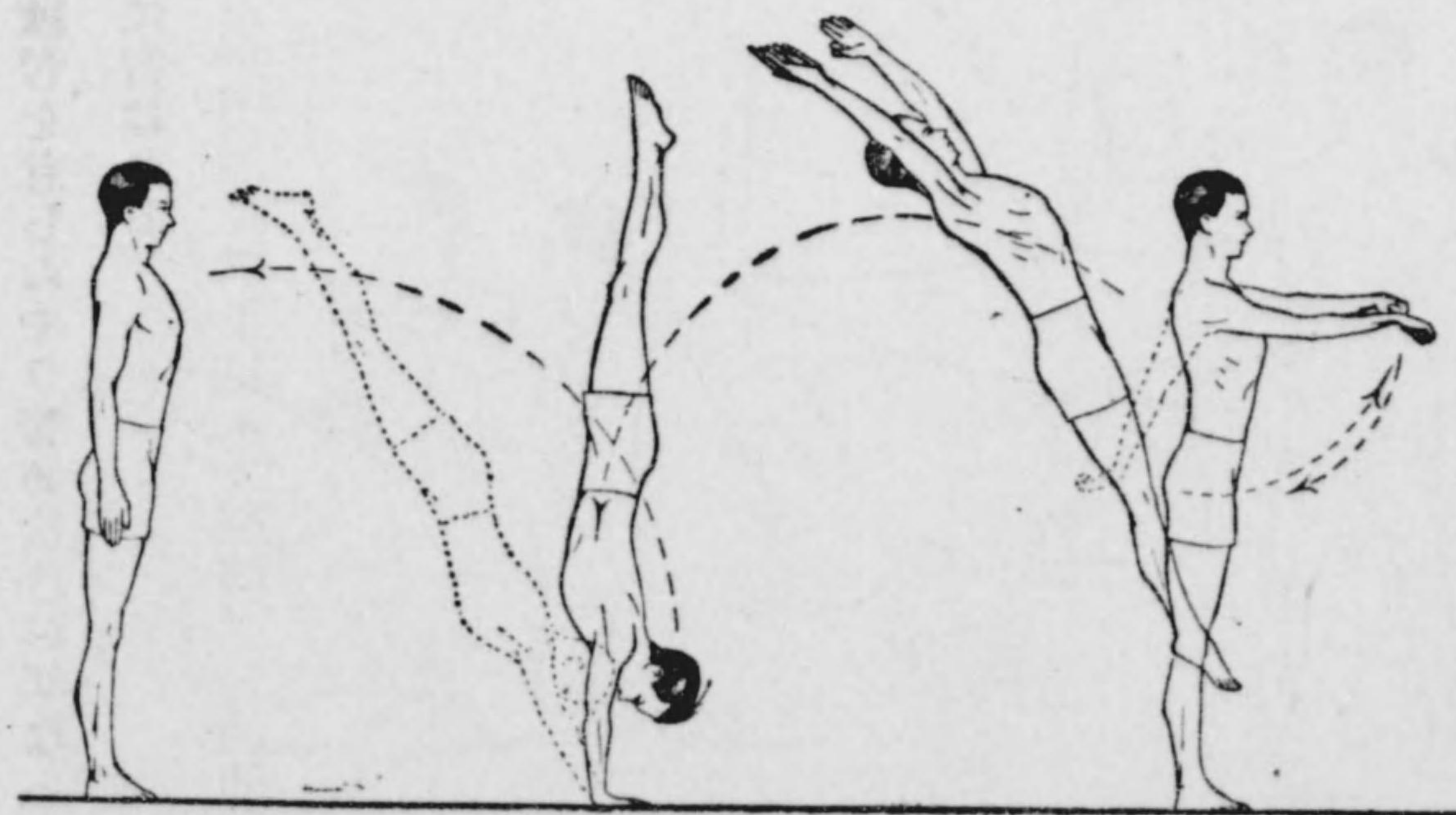
『臂立後轉運動は、吾々の體操場で行ふところの後方空中轉廻運動に最も近い運動である。これはよく音樂堂に於て曲藝的な舞踊家に依つて演出され、また殆んどどの曲馬團の道化役でも本運動は行ふことが出來



得るものである。これは多くの體操指導者によつて知られてゐる運動ではあるが、精細なる注意周密なる用意のもとに着實なるしかも研究された階段的指導動作と、これを遂行せんがための勇氣と、全身の神経筋肉の調和的訓練とを必要とするものである。

この運動は熟練したるしかも身體の運動機能が柔軟な體操指導者にのみよつて、指導すべきものである。しかもこの運動を説明するといふことは實に困難なことである。』と述べられてゐる。

従つてこの運動は、實行にまで移すためには指導者の苦心を要することは明かであつて、本運動に對する豫備的身體訓練も特に必要とするものである。特に連繋的な運動としては後方空中轉廻運動であつて、後方に思ひ切つた（果斷・自信の精神）心持ちで轉廻せんとする氣分を養ふためには後方空中轉廻運動と共に連繋して練習を進むべきものである。



身體の柔軟性を養ふためには下肢及軀幹の各種材料を配合し練習を怠らぬやう努めなければならぬのであるが、『地床上臂及足把持體後屈仰臥』の運動が最も有効に行はれる。

直接的に後方に行ふ臂立後轉運動は、左右に二人の幫助を立たせ腰部及び下肢（大腿部）を補助してマット上にて行はしむるのである。

【要領】

一、マット上或はマットを後方に、開脚直立（稍せまき）又は直立の姿勢をとり拳を握り臂を前舉し舉踵の姿勢をとり體勢を整ひるとともに臂を後下方に振り下ろし踵を下ろし、更に臂を前上後に振りあげるとともに踵をあげ體を後方に反らすと同時に下肢の彈性を最大に發條し踏切り、後上方に跳び上る。

二、跳び上りたる體は體勢を崩さず殊に腰を伸ばし臂上伸體後屈の姿勢にて上肢より着地し體の廻轉をまつて足部より着地し舉踵屈膝の姿勢となるや、極めて柔軟なる彈性にて直立となる。

三、最初にマット上に着きたる上肢は如何なることあるも屈ぐることなく伸ばしたるまゝにて肩帶及び胸廓を確保し體を臂にて支へ保持する。足、脚の部の廻轉動作が終るや、柔き彈性によつて直立となる。

四、助歩、助走よりの踏切は右（左）向をなし體の廻轉と共につとめて強く踏込みは迅速に行ふ。

【階程となる運動及幫助】

1. (A)『補助者に依るところの臂立後轉運動』は、極めて初歩のものには、三人の幫助者によつて行ふ、運動者をマット上に立たしめ前要領にて運動を行はしむるのであるが、補助者となつて幫助する三人の二人は運動者の兩側に片膝姿勢をとり内側の手にて腰を掴み、外側の手で大腿部の後部を握る。一人は運動者の眞前に腰を下ろし脚を左右に開き運動者の足尖を両手で下方より押へ握る。

運動者が下肢の彈性を發條して後方に轉廻せんとする瞬間足尖を上方に彈きあげ。補助者の足尖を持つての氣持ちは、體を上後方に押しあげる氣持にて兩手で彈きあげる。

側方に立つた二人の補助者の幫助は、内側の手は強く押へ上方に差しあげ保ち、外方の手は大腿部を上後方に持ちあげ兩手は運動者より離さぬやう。

運動者は沈著なる精神にて踏み切り彈性を最大に發條することに努め、倒立を行ふ心持ちにて兩手をマット上につき足を急いで着かんために腰を屈ぐるやうなことがあるが決して腰を屈げず伸ばし保つやう。

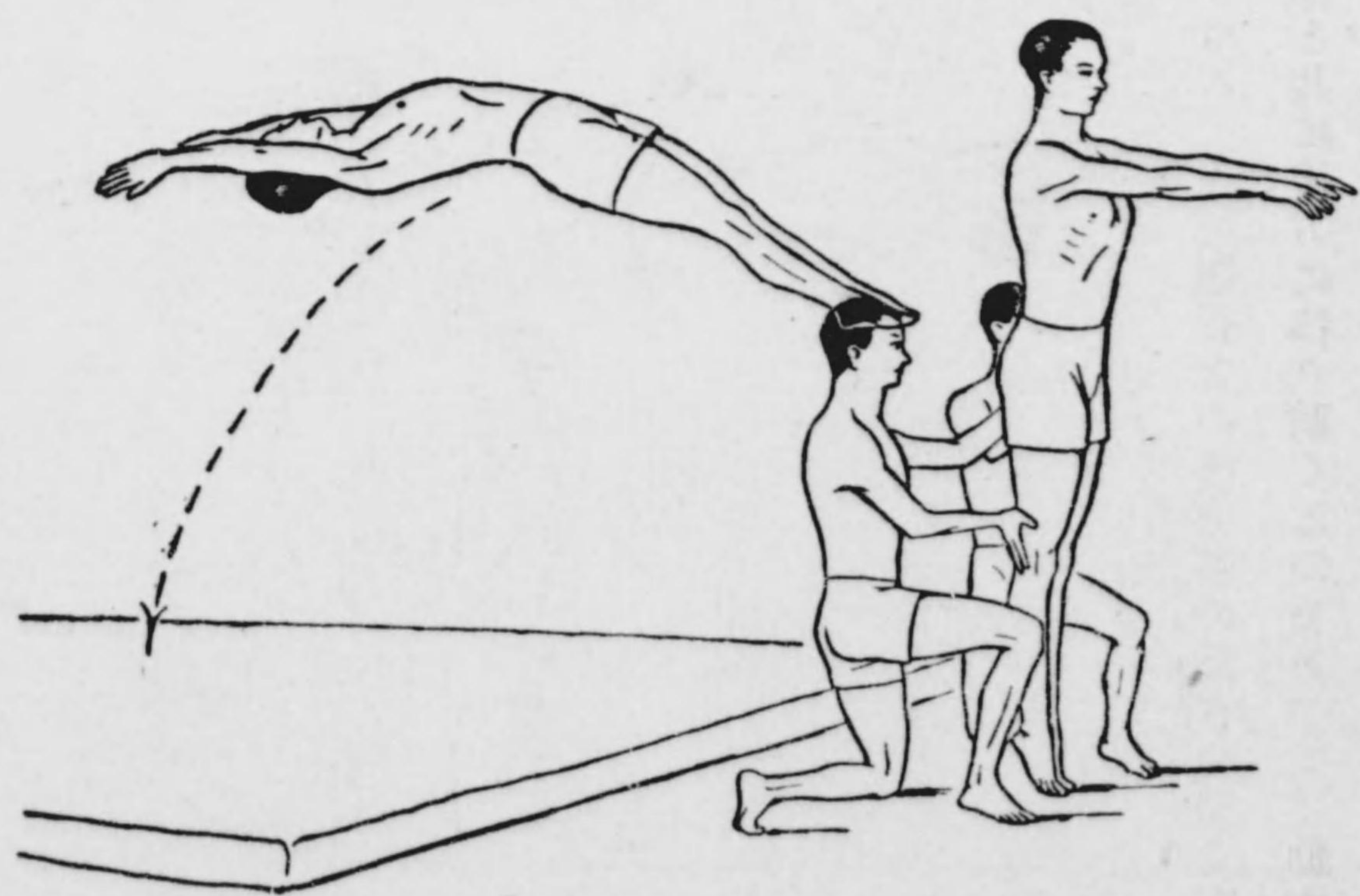
(B)三人組の場合の兩側に立ちたる補助者の内側の手は、二人で運動者の後方腰の高さに強く握り合ひ姿勢も運動者に向つて開脚姿勢をとり轉廻動作と共に後方に移り助くるのであつて、動作

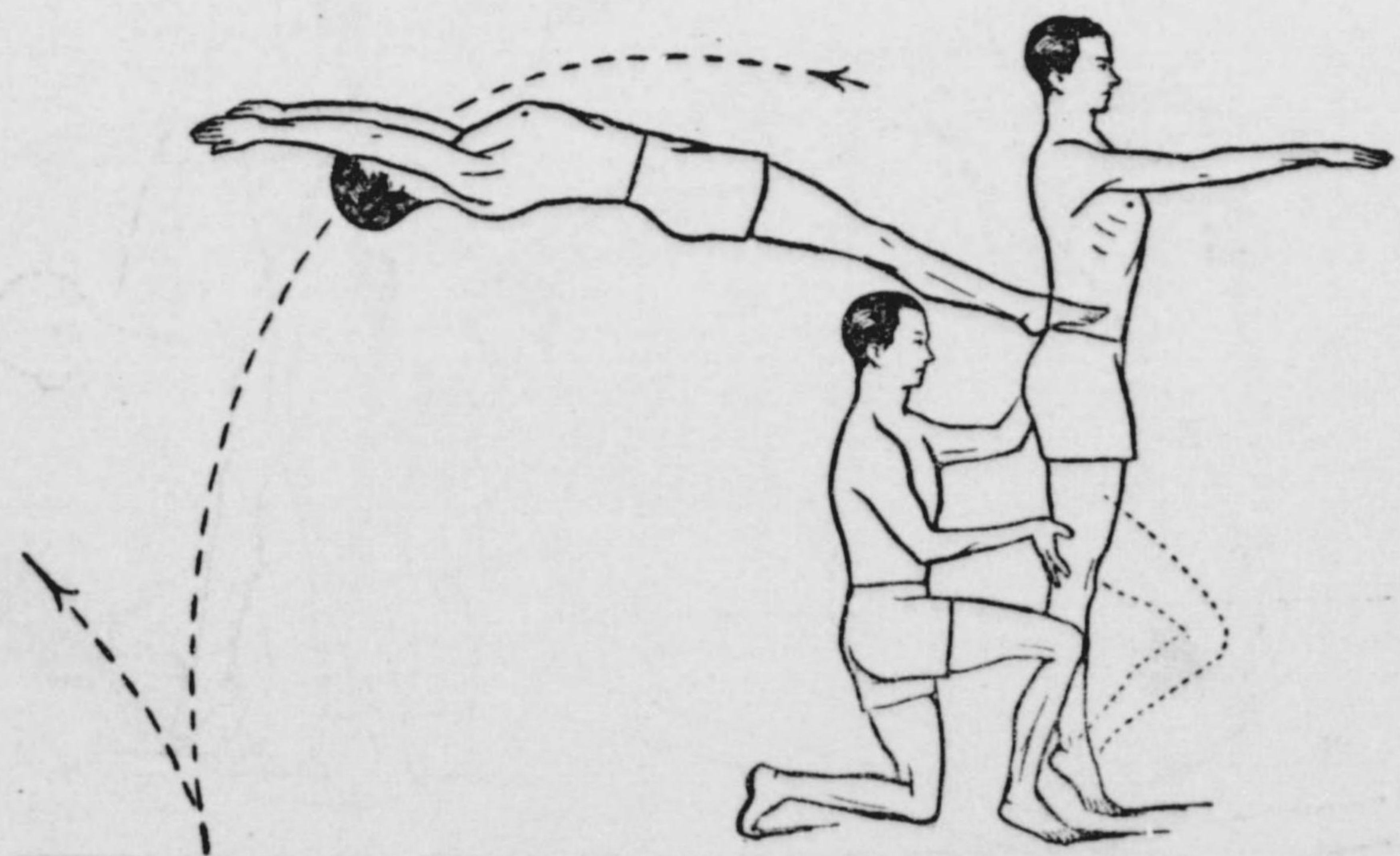
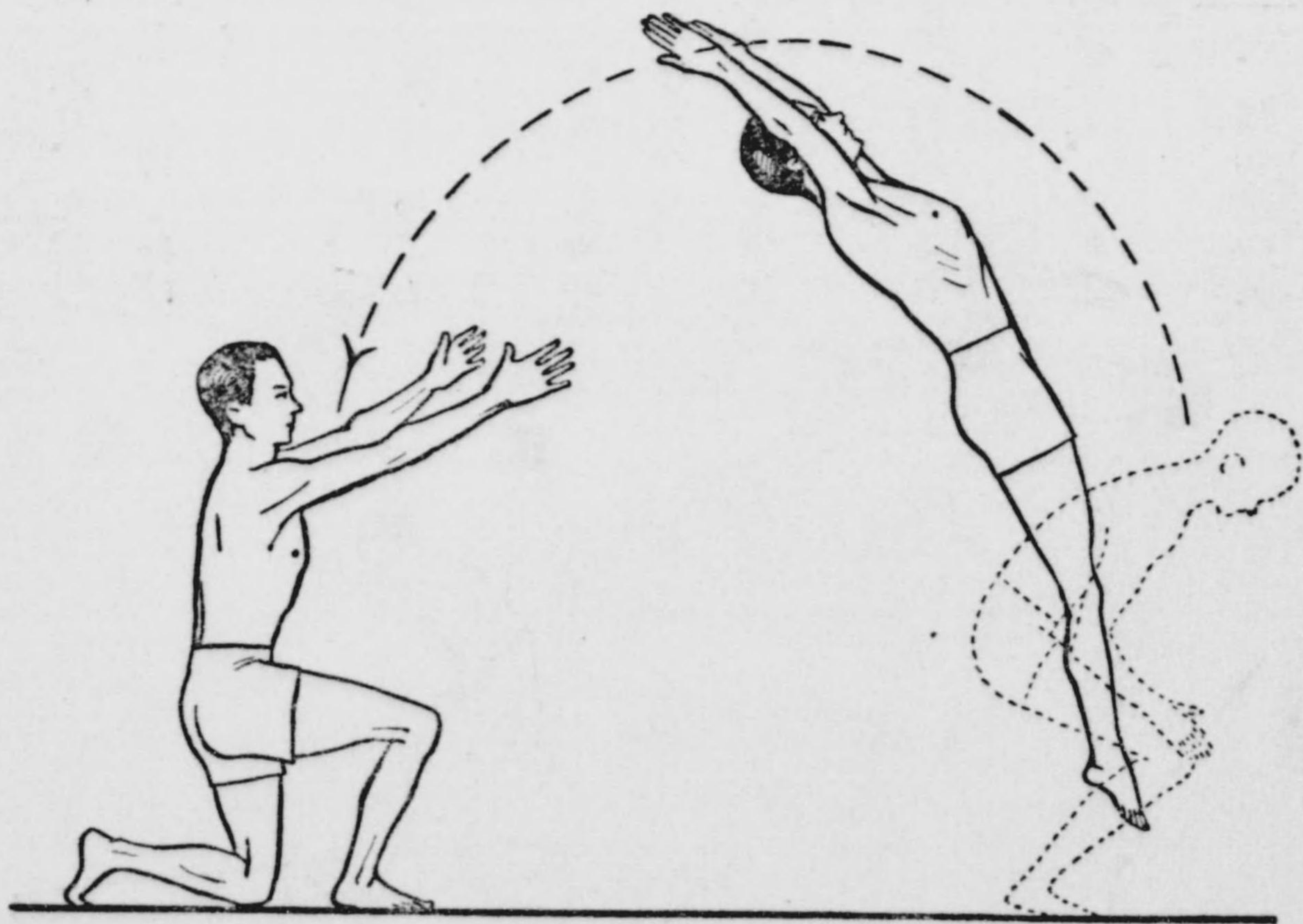
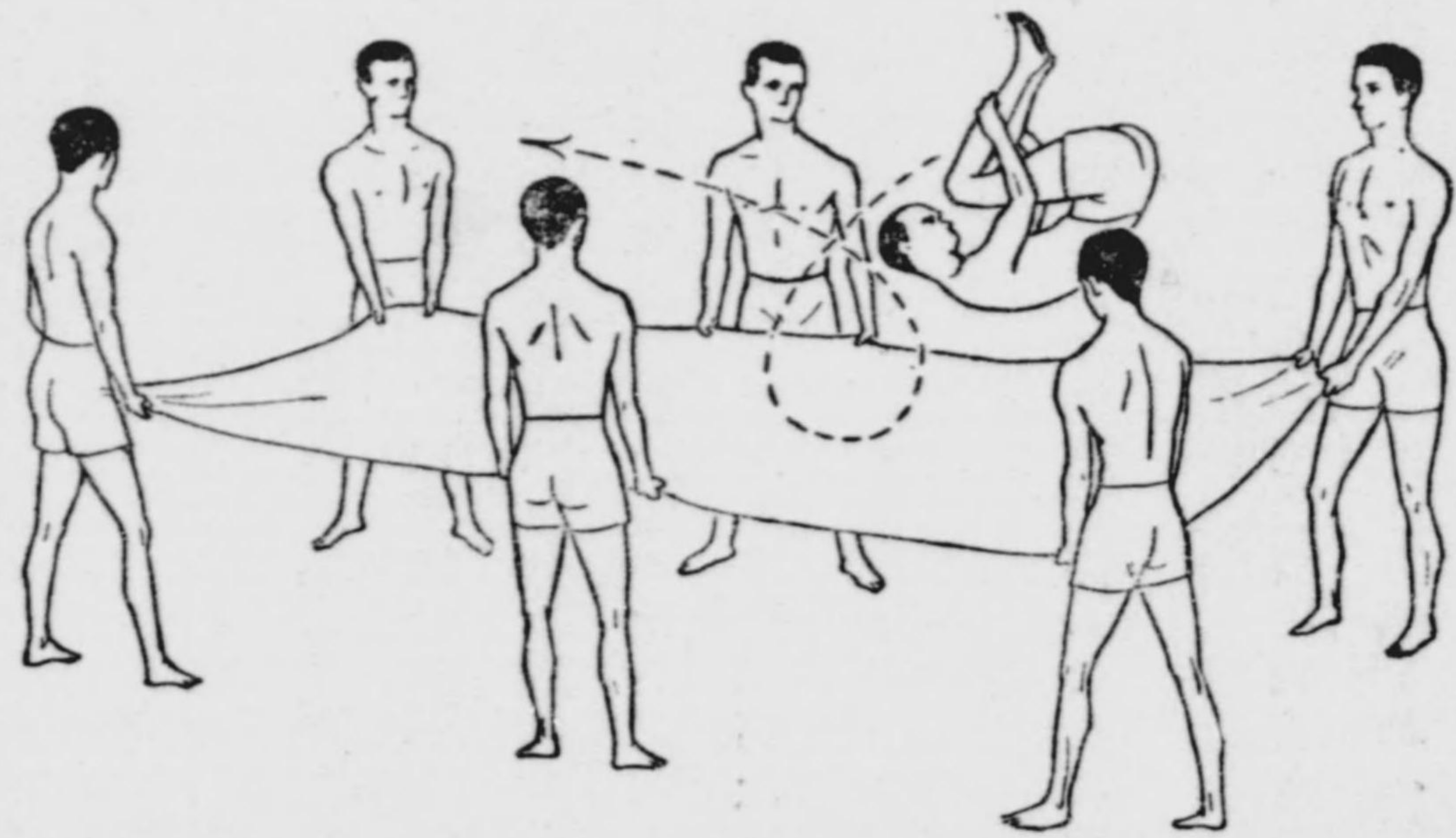
によつては腰を下ろして助く。運動者は握り合つて對立した補助者にて支へ持つこと出來得るやうにする。

(C)二人幫助の場合は、兩側の二人にて前要領にて行ふ。

(D) 稍習熟するに従つて、マットを四人もしくは六人にて四隅を稍低く強く握つて持ち、運動者に接近して後方に立ち運動者は前要領にて臂立後轉を行ふ。運動者の上肢の指尖が持ちあげたマットの中にふれるや補助は強く握つたまゝ、少しく下げマットの中の運動者を救ふ。

2. 稍習熟すれば補助者によらぬときの幫助を行ふ。幫助にはマット上に掌の着くところに片膝立姿勢をとり二人相對立し手のマット上につくを見計つて運動者の右(左)側にあるものは左(右)

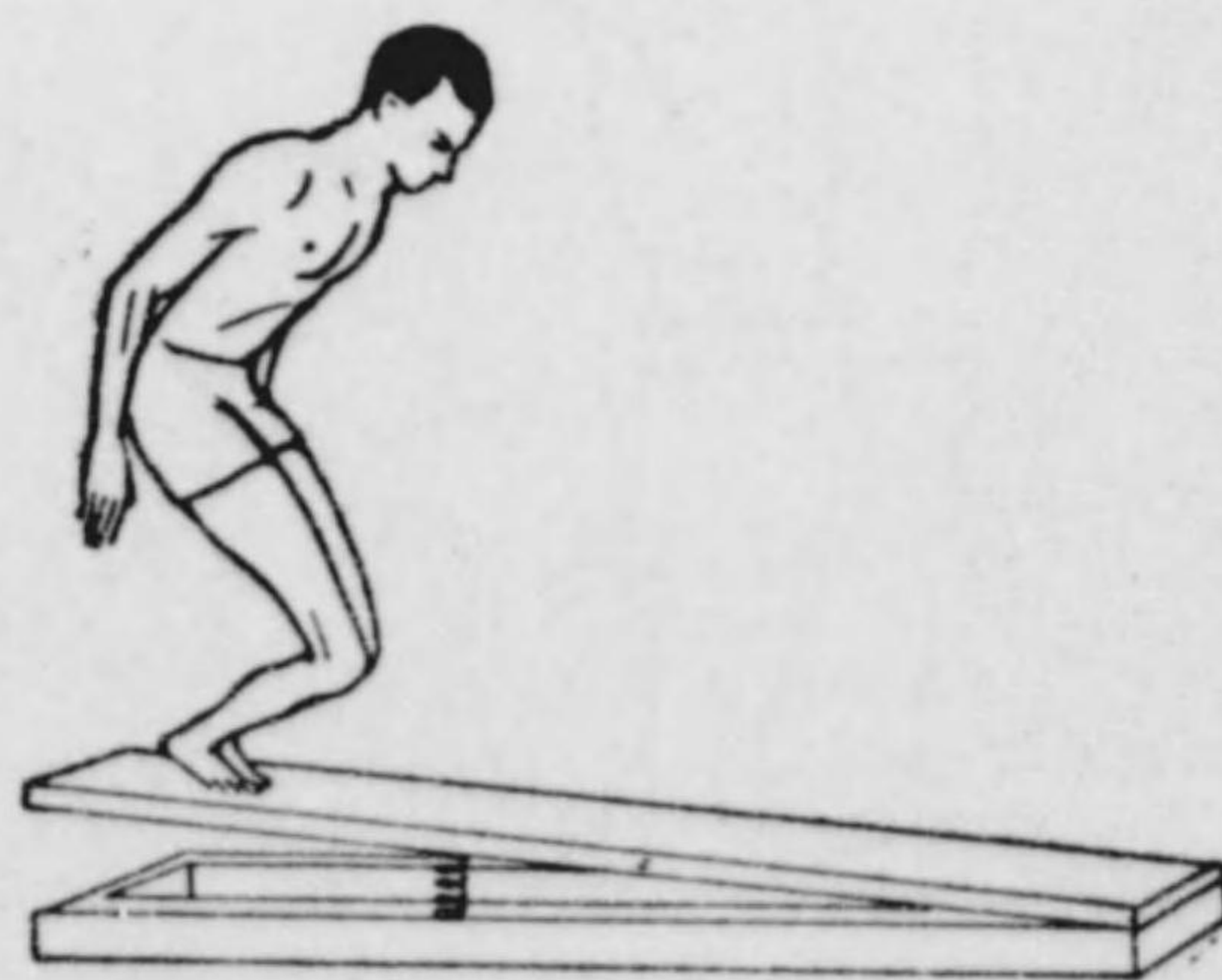
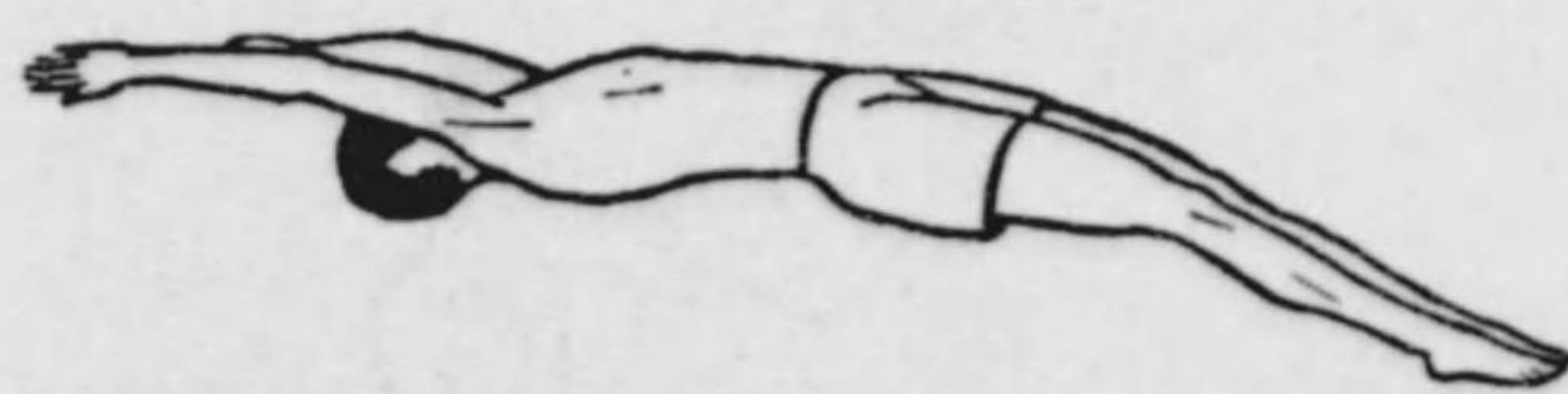




手にて運動者の上膊を握り。右(左)手にて腰部を握り、左(右)手は臂を眞直に保持するやう努め右(左)手は腰を更に押しあげ倒立體勢をとつた運動者を立たしむることに努む。

【練習上の注意】

- 一、動作を起すまでに勇敢にしかも果斷の精神を旺盛にすることを第一とし積極的に動作を遂行せしむる心を持たしむるやう。
- 二、上肢の彈性發條を最大ならしむるやう飛躍中は腰を折らぬやう。マットに着きたる手は如何なることあるも屈げぬやう。
- 三、補助者に依る運動は補助者にたよらぬやう最善の注意を常に怠らぬやう。
- 四、補助者は常に危険の伴ふことに細心の注意を拂へ油斷することなきやう。
- 五、團體教育にあつては特に個人差のある個性に注意し、それぞれ各人に適應する補助方法を考へ行はしむるやう。
- 六、助歩、助走の踏切に至る過程は動作をおそくし、踏切足の利

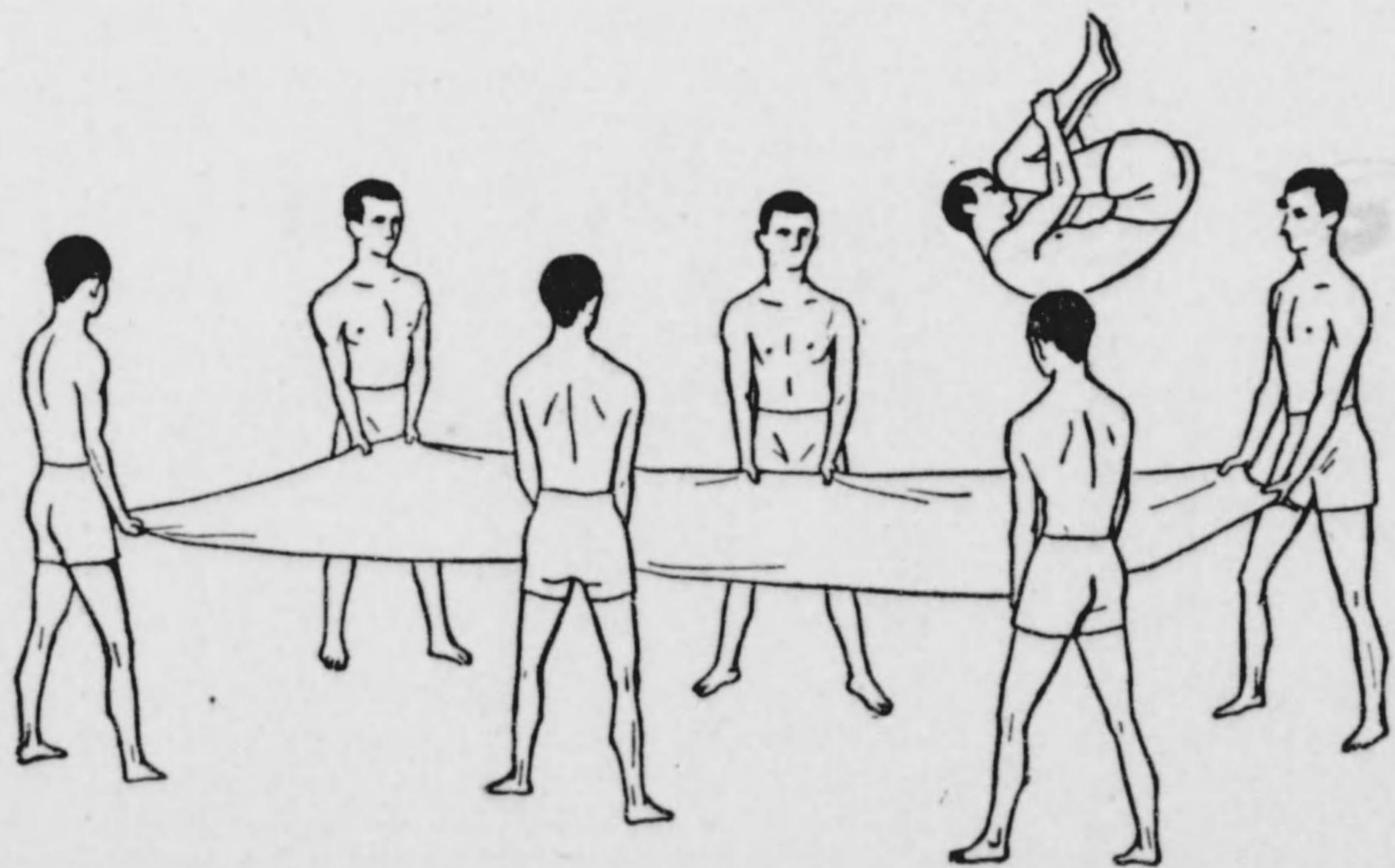


足の關係上任意の方向をとりつとめて踏切りを強くするやう。

【進歩に伴ふ指導の段階】

- 一、身體を柔軟ならしむる補助運動を常に練習せしめ、發達に伴ひ、幫助者を附けた練習を基本的練習として堪えず行ひ個人的習癖を自覺せしむることにつとめ氣力の旺盛ならしむるやう。
- 二、稍習熟するにつれ、スプリングボードによつて行はしむることに努め、着地は容易に出來得ざるもの故マット上にて着地しマットは交互に持ち幫助し彈性の發條と高くとび上り轉廻する氣持を習得せしむるやう。

- 三、安易に自信を以て行ふまでは絶えず補助者を立たしめ運動者に安心して行ふの感じを起さしめて行はしめることが大切であつて、後方に跳び上る氣持を十分得



たるときには着地の方法を指導するやう。

後方に跳び上ることに習熟するに従ひ、稍もすると誤りを生ずるものであるが、絶えず幫助に對する注意を怠らず行はしむるやう。

四、上肢に依つて着地するや、かろき受けを以て體の廻轉を待ち體勢を變化することなく自ら容易に着地することが出來得るものであることを十分會得せしむるやう。

五、後上方に跳び上らしむるためには積極的方法としては、最初にマットを巻き三枚を俵を積んだ形に重ね、かろき助歩、ゆるやかなる助走より、兩脚踏切にて行はしむる。

次に跳箱を腰の高さ(五段)箱を横にして跳箱を後にして立たせ、踏み切るや否や高く跳ばしむることにつとめ、指導の過程を進むることが肝要である。

次にマットを五六人にて持たせ、交互に自ら交替し行ひ、指導の過程を進むるやう努むべきである。

六、助歩、かろき助走との踏切りは、ゆるやかにして兩踏切の要點を知らしめ、速力を加へたる助走の踏切は、更に強くし動作を中絶せず遂行せしむるやう。

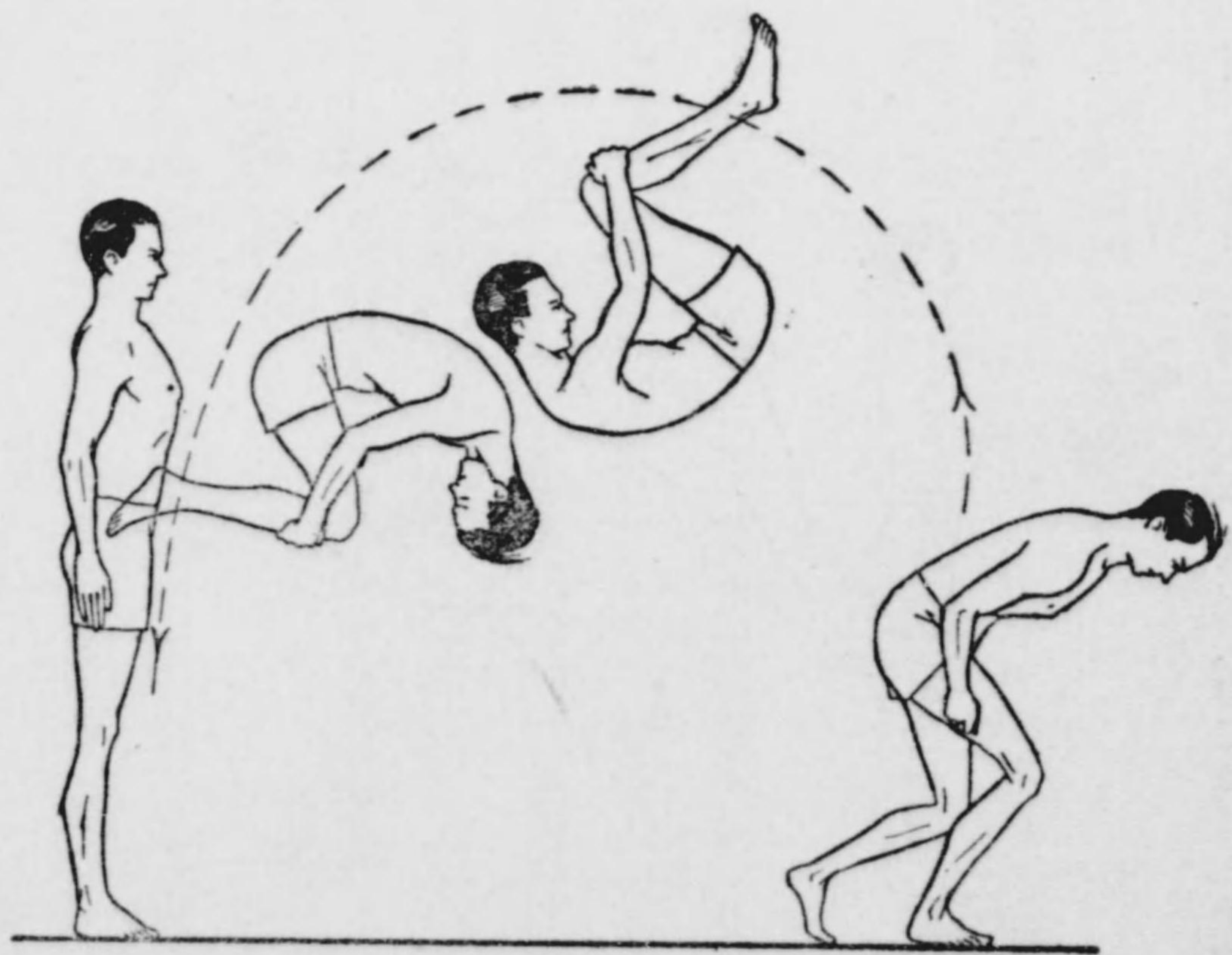
(二) 後方空中轉廻

直立……マット

この運動は臂立後方轉廻とその性能を異にする運動で、着地の状態から見るときには、後方空中轉廻は足が廻轉動作後第一に着地する。臂立後轉は、後方空中轉廻の足の着地に對して手が先づマット上に着くのであつて次に體の廻轉後足がつき直立となる。

この運動は前轉運動、前方空中轉廻との關係の如く助走の慣性、踏切の彈性を利用して行ふことも出來得るものであるが、運動の原動力、主動力となるものは下肢の眞正の強大なる彈性發條に依つてのみ行ふところの運動で、指導上には最も苦心を要するところである。殊に後方に宙返りをするといふことは初心者には一種異様な恐怖心の伴ふものでこの運動の遂行にはこの恐怖の感じを除去することが運動者に對する指導上の重要な事である。

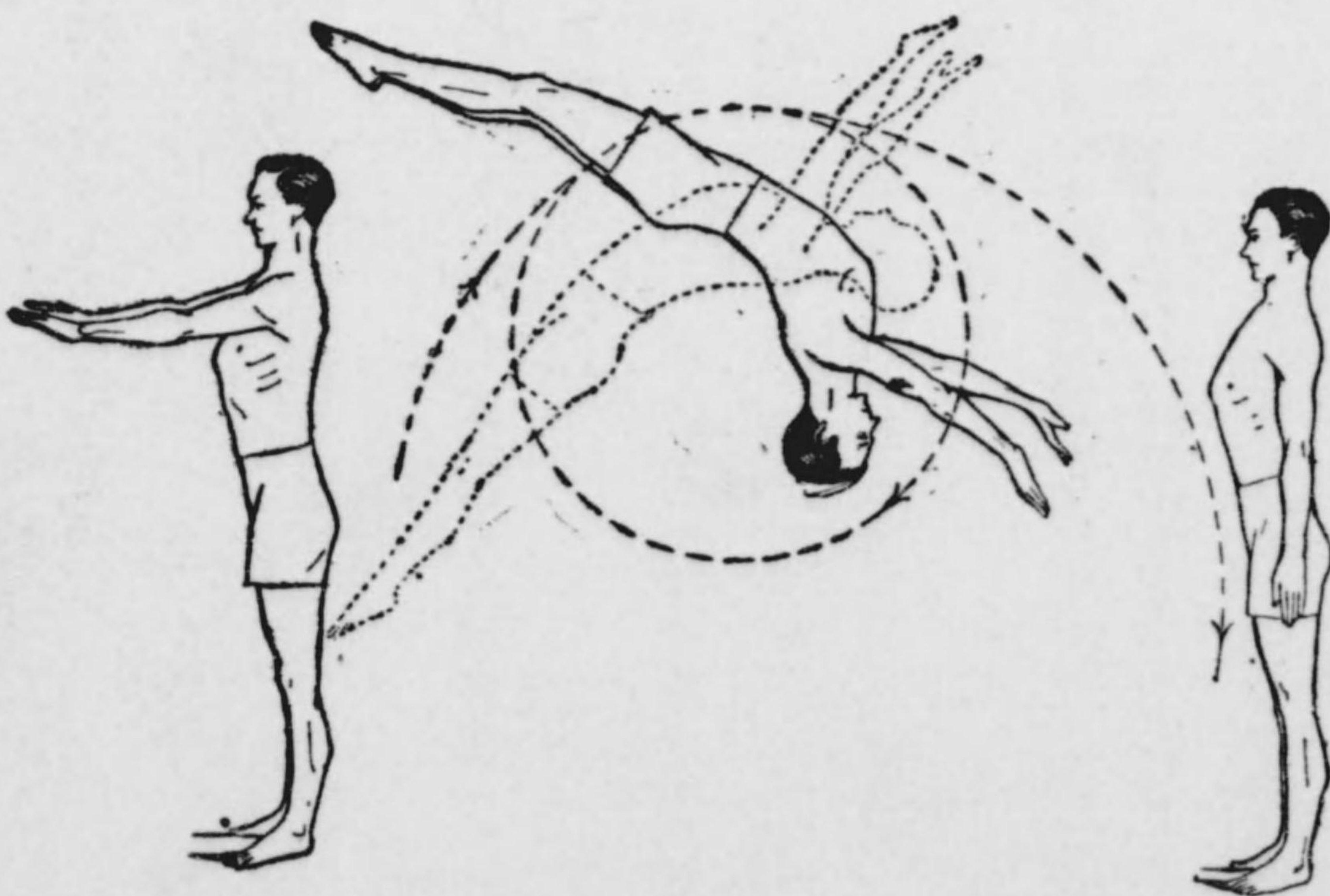
後方空中轉廻は、兩脚にて踏切り下肢の強大なる



彈性を十分發條して、後上方に飛躍し體を十分前方に
 屈げ、又脚を屈げ球の様になつて後方に轉廻する方法
 と、兩脚にて踏み切るや臂を後上方にふりあげ體を後
 屈し十分伸ばし、脚も伸ばし、飛躍してするのである
 が、着地は舉踵半屈膝舉踵屈膝にて、軽く直立となる。

【要領】

- 一、かろき助歩、助走によつて行ふので稍習熟する
 ときは速度の迅き助走にて行ふ。
- 二、其場より強大なる彈力を發條して行ふときは、
 マットを後方にして開脚直立(稍せまき程度)又は
 直立の姿勢をとり拳を握り臂を前舉し直立のまゝ、
 體勢を整ふ。臂を前後にかろく振つて調子をとり
 氣分を造り臂を前上後方に振り上ぐると共に踵を
 あげ下肢の最大の彈性を發條すると共に踏み切る。
- 三、踏み切るや否や、脚をあげ胸廓に引きつけ、體を圓くし臂を上後方にふりあげ體を伸ばし後屈



- して下肢の彈力に乗つて高く跳び上り廻轉動作を行ふ。
- 四、廻轉動作を終るや足にて着地し、膝を深くまげたる脚を伸ばして直立となる。
- 五、助歩及かろき助走より行ふときは踏み切る一步前の體の廻轉は右(左)向となるや跳び込み強く
 踏み切り輕妙に轉廻動作に移る。

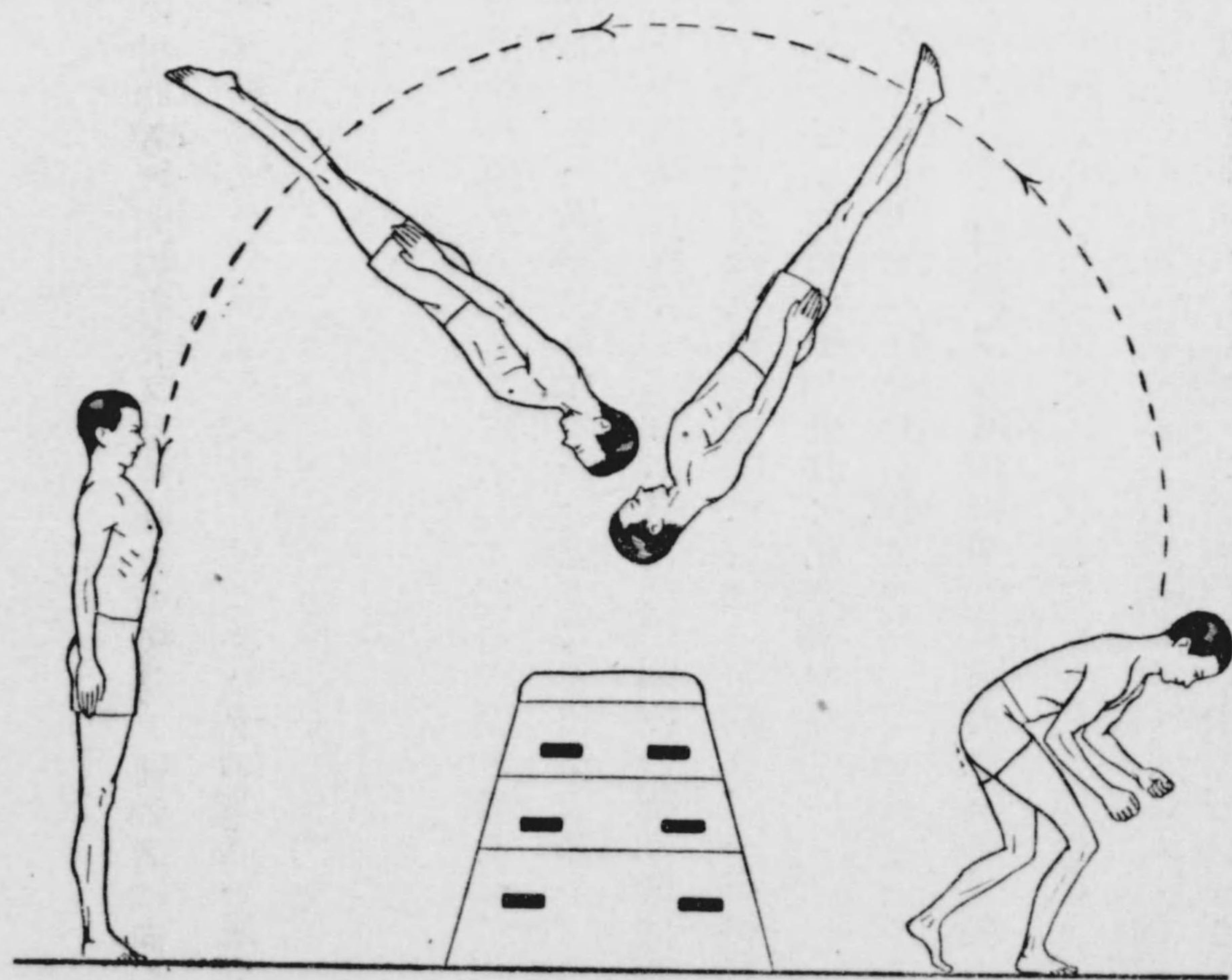
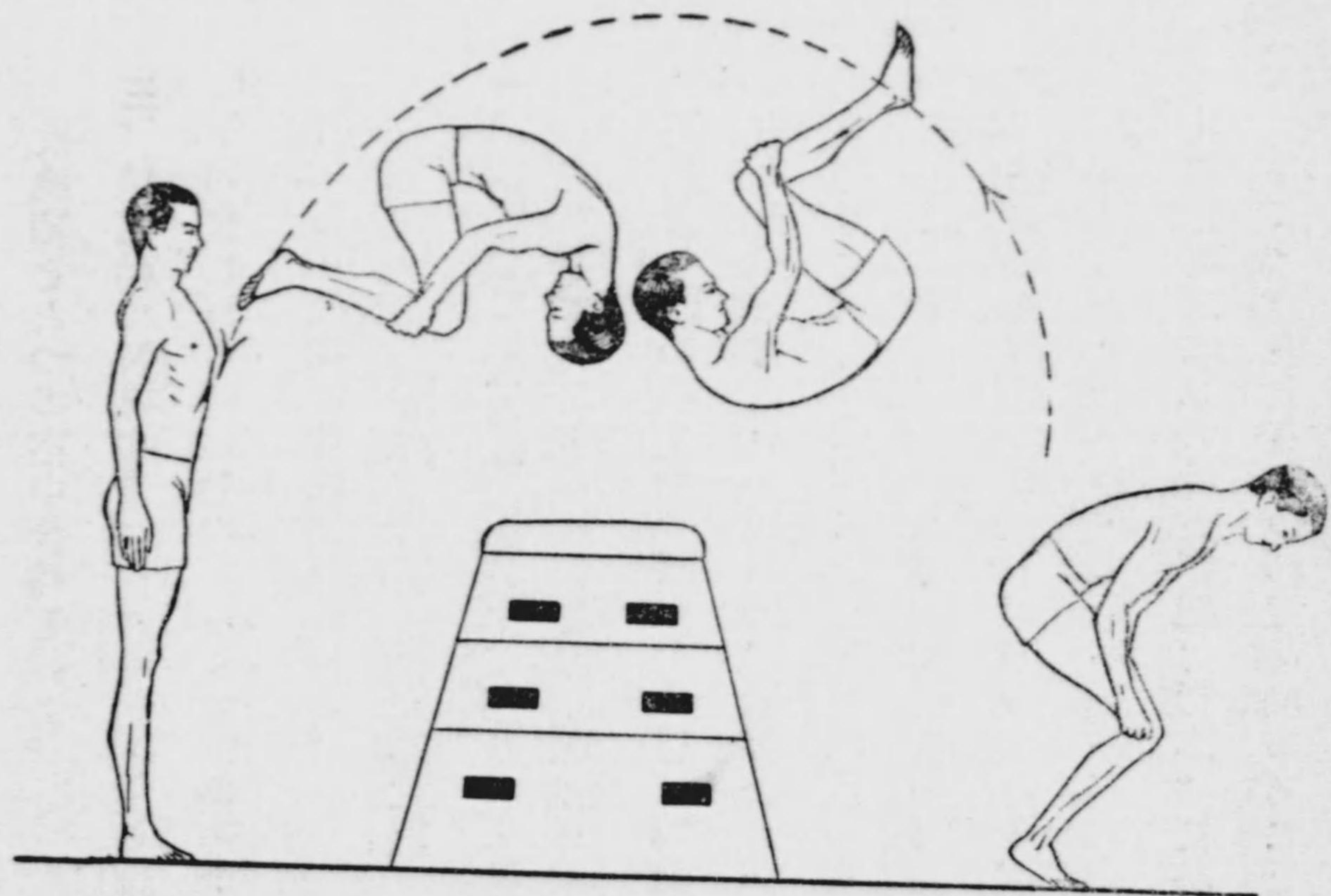
【階程となる運動及幫助】

- 一、「補助者に依る空中後轉」は初歩のときは臂立後轉運動と同じく主として二人の補助者をつけて
 行ふ。補助者は踏み切つて跳び上る動作の幫助よりも一廻轉のときの體を起すことにつとめる。
 運動者の踏み切るや否や膝を十分屈げ胸廓に引きつけ體を圓くして行ふときは、兩側の補助者は後
 方より頭と背とを一廻轉後、掴みおさいるやう。臂上伸體後屈の體勢に於ける幫助は、一廻轉後
 の體勢を正しく保つことに努め兩側のもは頭と背とを掴み體の變化を起さぬやう。
 三人組の場合の一人の補助者の幫助方法は前後の轉廻動作を助成するやう。
- 二、空中後方轉廻の要領を稍習得するや、助歩又はかろき助走にて、兩脚踏切にて跳箱を横に、腰の
 高さにしおきたる前にて踏み込み、跳箱を背に踏み切り、前要領にて下肢の彈性を最大に發條し、
 跳箱を跳び越して後方轉廻を行ふ。初心者は圓くしたる背が横にしたる跳箱に少しくふれる程度
 に行ふ。習熟するにつれ背を觸るることなく、後方轉廻を行ふやうになれば順次箱を低くし遂に

1. 運動に對する氣分の誘導に努め勇氣果斷の精神にて爽快なる氣持にて運動を行ふやう。
2. 下肢の彈性を十分發條することに努め、空中の體勢はつとめて圓く最後まで保つやう。體を伸ばしたる轉廻動作も終始體勢の支配につとめ着地まで氣分の充實をはかるやう。
3. 補助者に依る運動に習熟せしめ、自信、斷行の氣分の旺盛に伴ひ練習の課程を進むるやう。
4. 上肢の振り方は、運動者の氣持と合せ、決して拘束せぬやう。初心者にはつとめて調子をとる氣分の誘導につとむるやう。助歩、助走よりの踏切りは體の廻轉と踏込みとの連繫を保ち強大なる彈性を發條するやう。

【進歩に伴ふ指導の段階】

一、初心者には、膝を十分屈けての後轉運動の練習を十分行はしめ、次に補助者をつけ、かるき助



は跳箱をとつて空中後轉を行ふ。

三、稍運動に習熟するにつれマット上着地點に幫助者は開脚直立又は片膝立の姿勢を運動者に向つて用意し後方轉廻動作を行ふや、轉廻動作の不十分なるものは、飛躍中の運動者の身體の何れの部分にても捉ひ廻轉動作を手傳ひ、廻轉動作の過ぎたるものには、運動者の掴みたる身體を引きあげ廻轉動作を制止して着地を安全ならしむ。

【練習上の注意】

1. 運動に對する氣分の誘導に努め勇氣果斷の精神にて爽快なる氣持にて運動を行ふやう。

2. 下肢の彈性を十分發條することに努め、空中の體勢はつとめて圓く最後まで保つやう。體を伸ばしたる轉廻動作も終始體勢の支配につとめ着地まで氣分の充實をはかるやう。

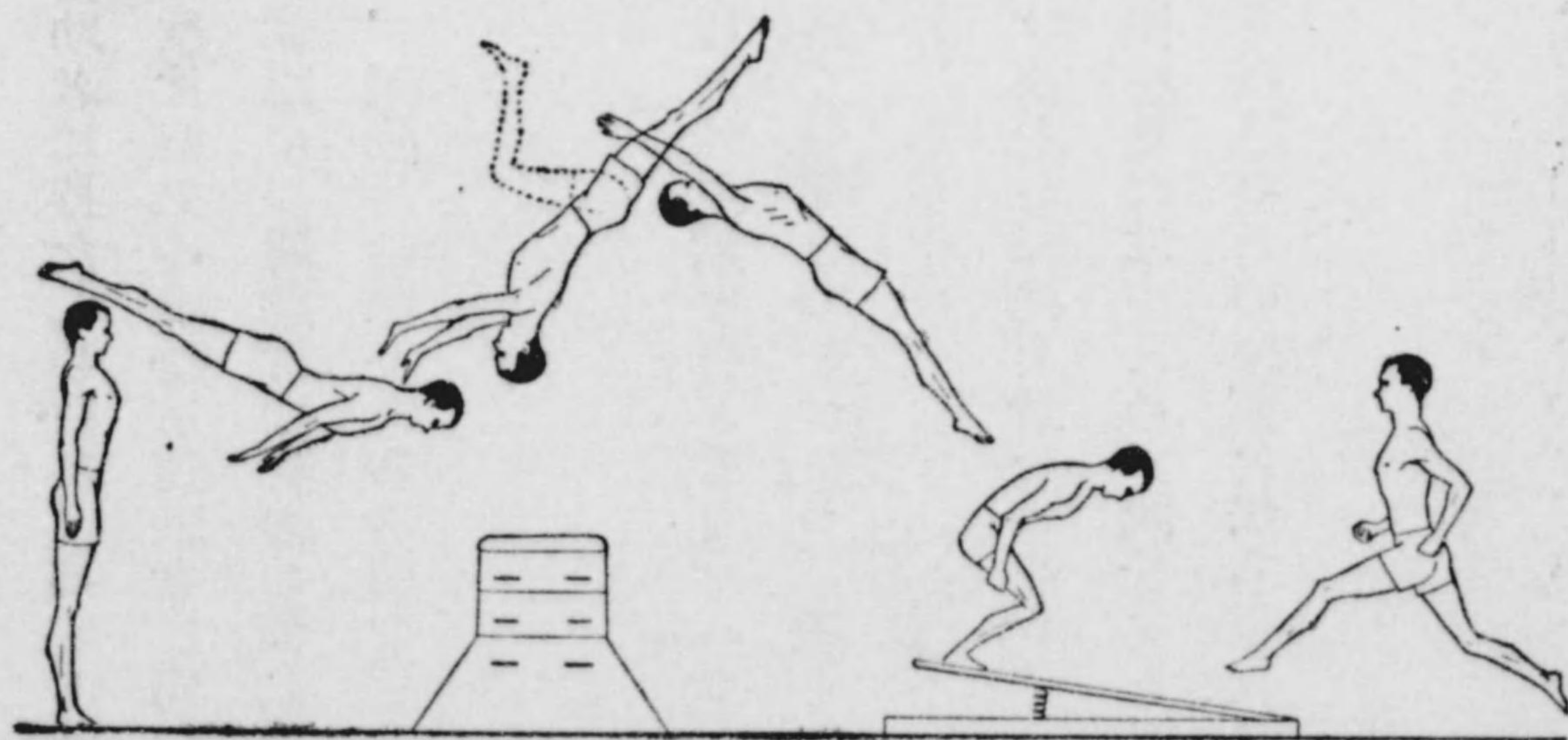
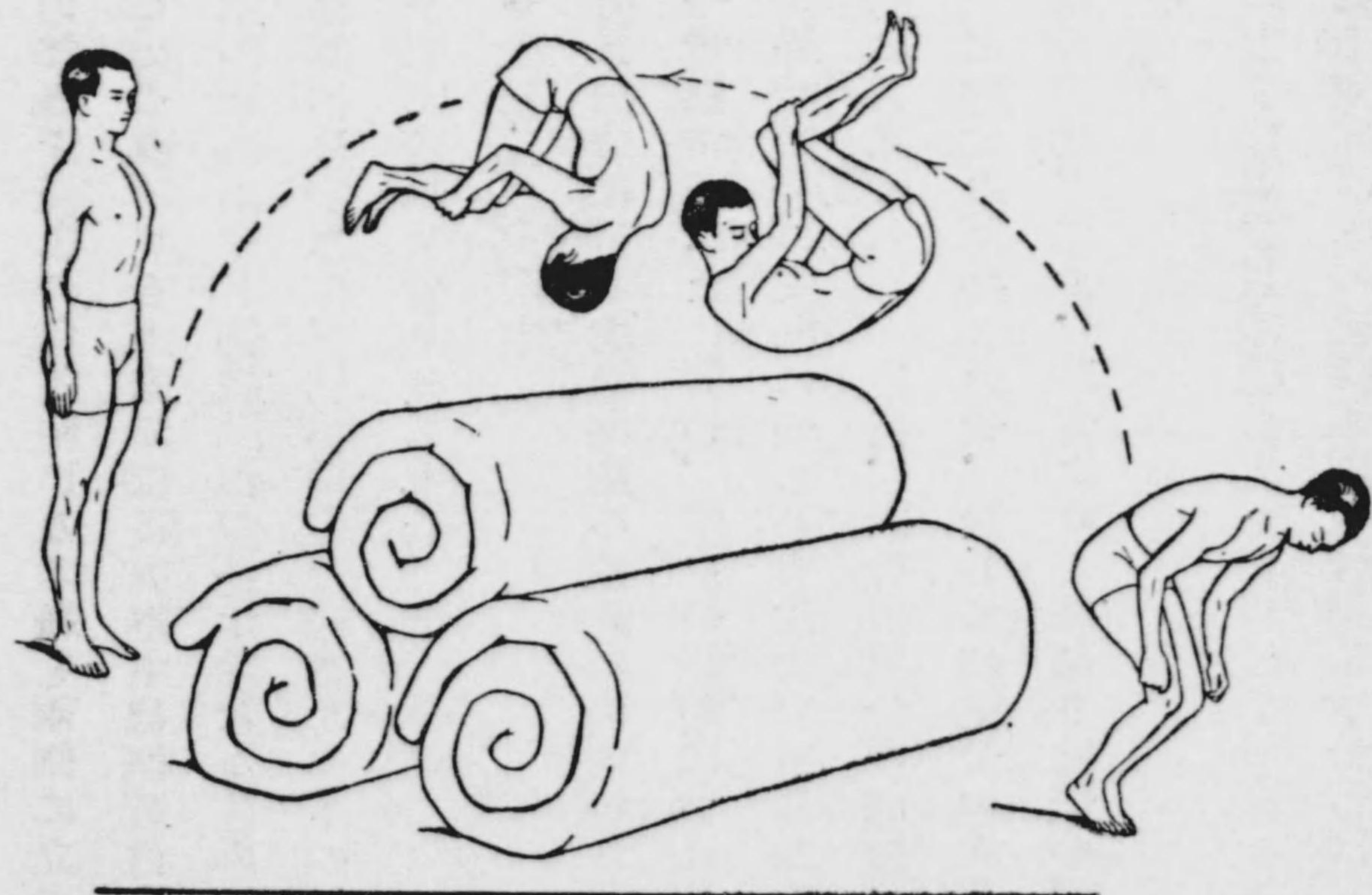
3. 補助者に依る運動に習熟せしめ、自信、斷行の氣分の旺盛に伴ひ練習の課程を進むるやう。

4. 上肢の振り方は、運動者の氣持と合せ、決して拘束せぬやう。初心者にはつとめて調子をとる氣分の誘導につとむるやう。助歩、助走よりの踏切りは體の廻轉と踏込みとの連繫を保ち強大なる彈性を發條するやう。

歩及助走によつて練習階程の運動を行ひ次に本運動の練習に入るやう。

二、飛躍中の脚は十分屈げ行はしむるのであるが初心者には跳び上るや兩手にて外方より掴み抱へ込むやうにして行ひ習熟するにつれ手を離し行はしむるやう。

三、跳箱による指導を十分練習したる



後跳箱に代るに丈失なる赤、白の色の明かなる紐を兩側に立つ補助者に持たしめ行ひ、高さも時には高く時には低くして練習せしめ安易に後方空中轉廻を行ふやう。

四、習熟するにつれ、スプリングボードを使用し空中姿勢と跳び上り方の練習を行はしむるやう。マットの支持は前運動と同じ。

五、進歩發展すれば體を伸ばし稍直立の體勢にて後方轉廻を行ひ、臂を側方にあげ、飛躍中に體の平均を保持するやう。

六、轉廻運動の習熟するにつれ、上肢の使用は各自の隨意して行はしめ、強いて拘束を與へぬやうに過程を進むるものである。

第三項 側方轉廻運動

側方轉廻運動は、直立姿勢より助歩、助走より體の面を變へる事なく側轉し、左(右)方向となり倒立となり倒立姿勢の體の面を變へる事なく側轉して直立となるところの運動であつて、運動の方向は眞側方に一線上を移動して行はる運動である。

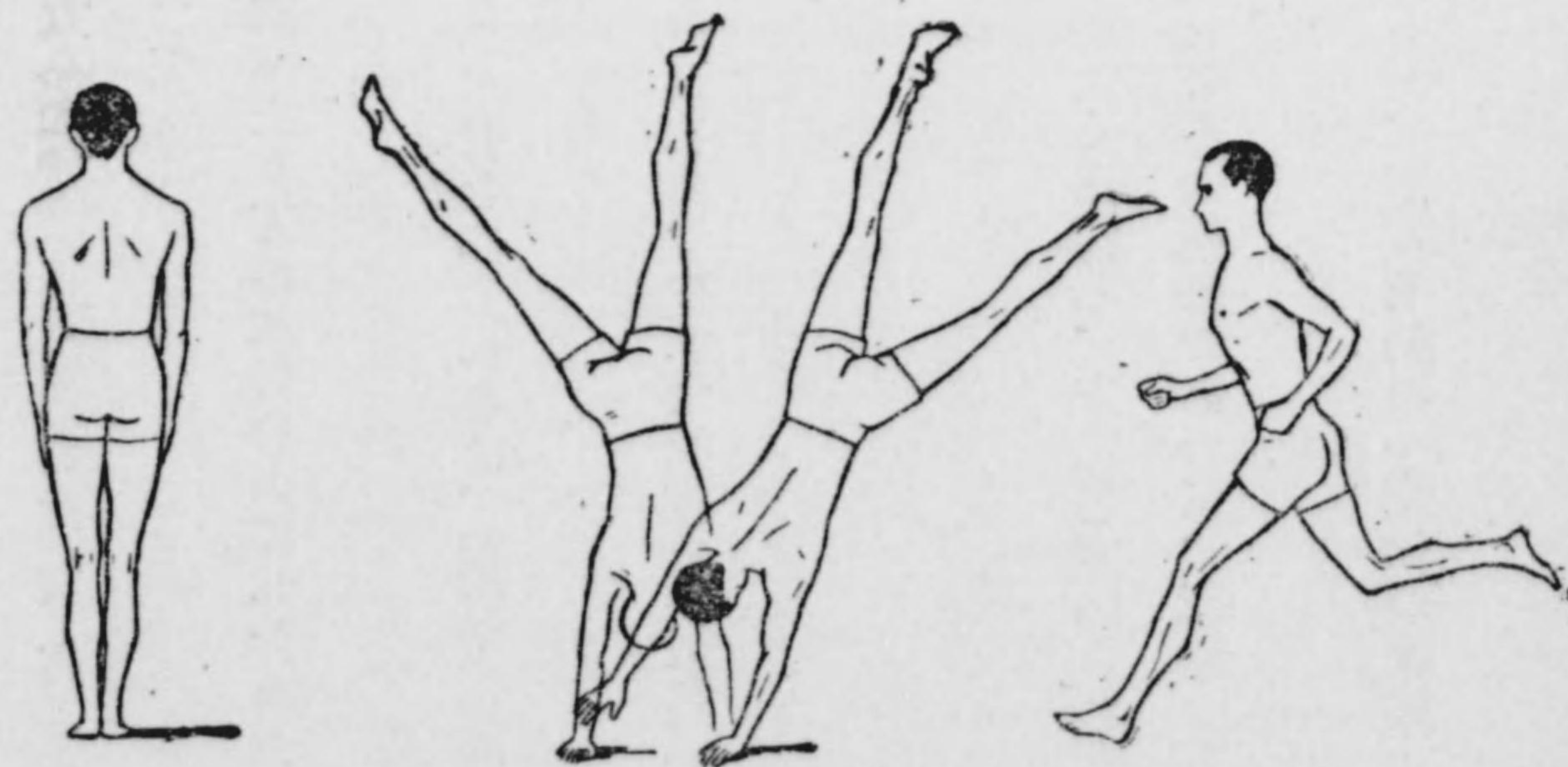
身體訓練として考ふるときは運動組織上獨立したる運動ではあるが、倒立運動の一變化の運動と見る事が出來得るものである。

修練價值から考ふるときは、身體の巧緻的訓練を遂ぐるところの一系統を樹立せる運動であるが、運動の進展の狀態から見るときには、高さの高い跳箱上に踏切を遠くし大なる飛躍をなし倒立となり臂も片手宛順次支持抵抗して最後に更に大なる跳下を營むのであるから、轉廻運動の性能を發揮するところ大なる跳躍運動となるものである。

(二) 臂立側轉

開脚直立 地床上
助歩 立 地床上
助走 歩 立 地床上
跳箱上

この運動は轉廻運動中體を側方に轉廻するところの一系統たる運動であつて、運動の方向から見るときには後方轉廻の運動よりは稍容易に行ひ得るところの運動である。然も運動中姿勢を自覺しつゝ、行ひ得る運動であるために身體支配も指導の方法に依つては容易に行ひ得るのである。運動中に於ける身體體勢は倒立姿勢を保持し廻轉するのであ



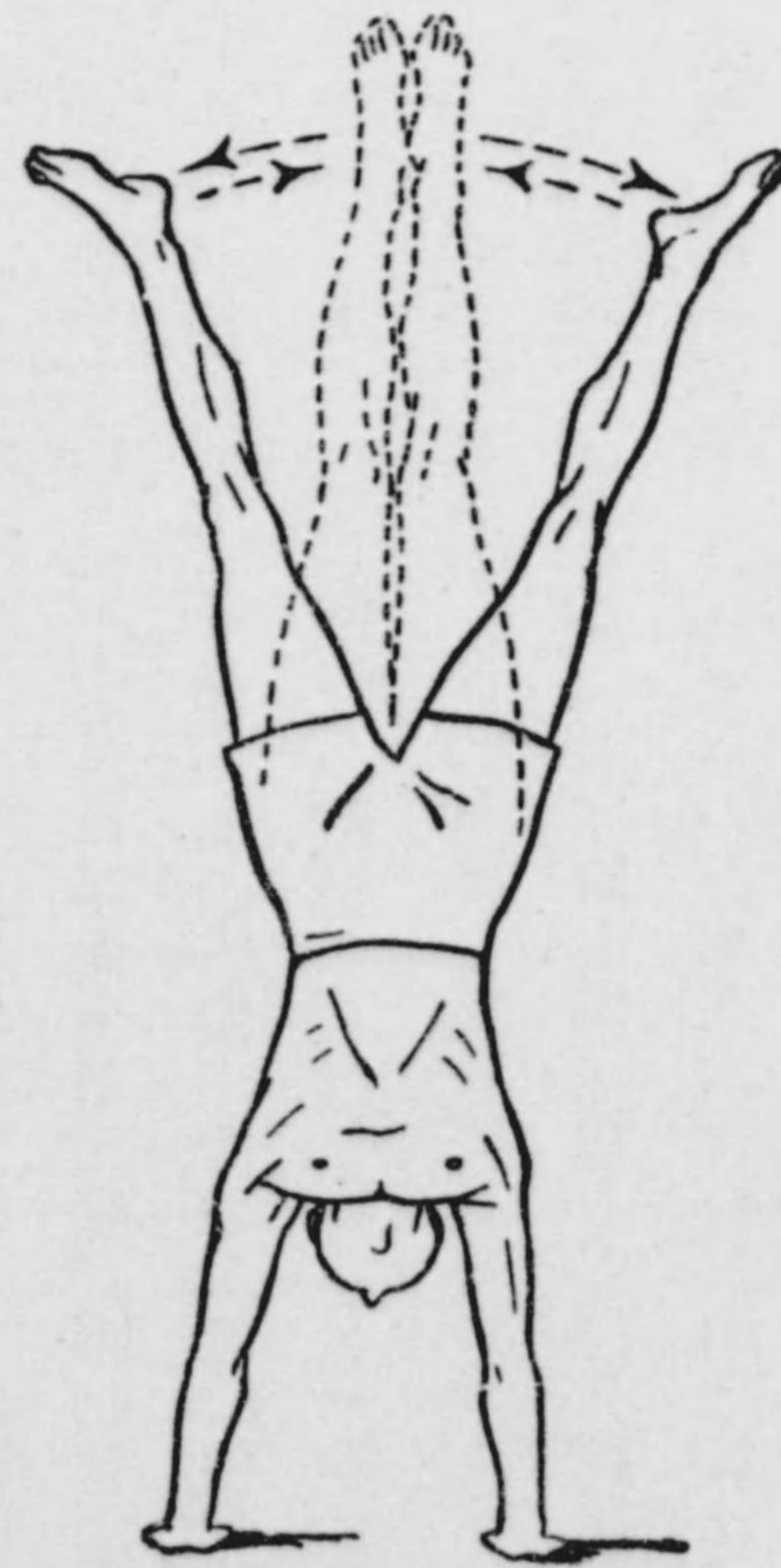
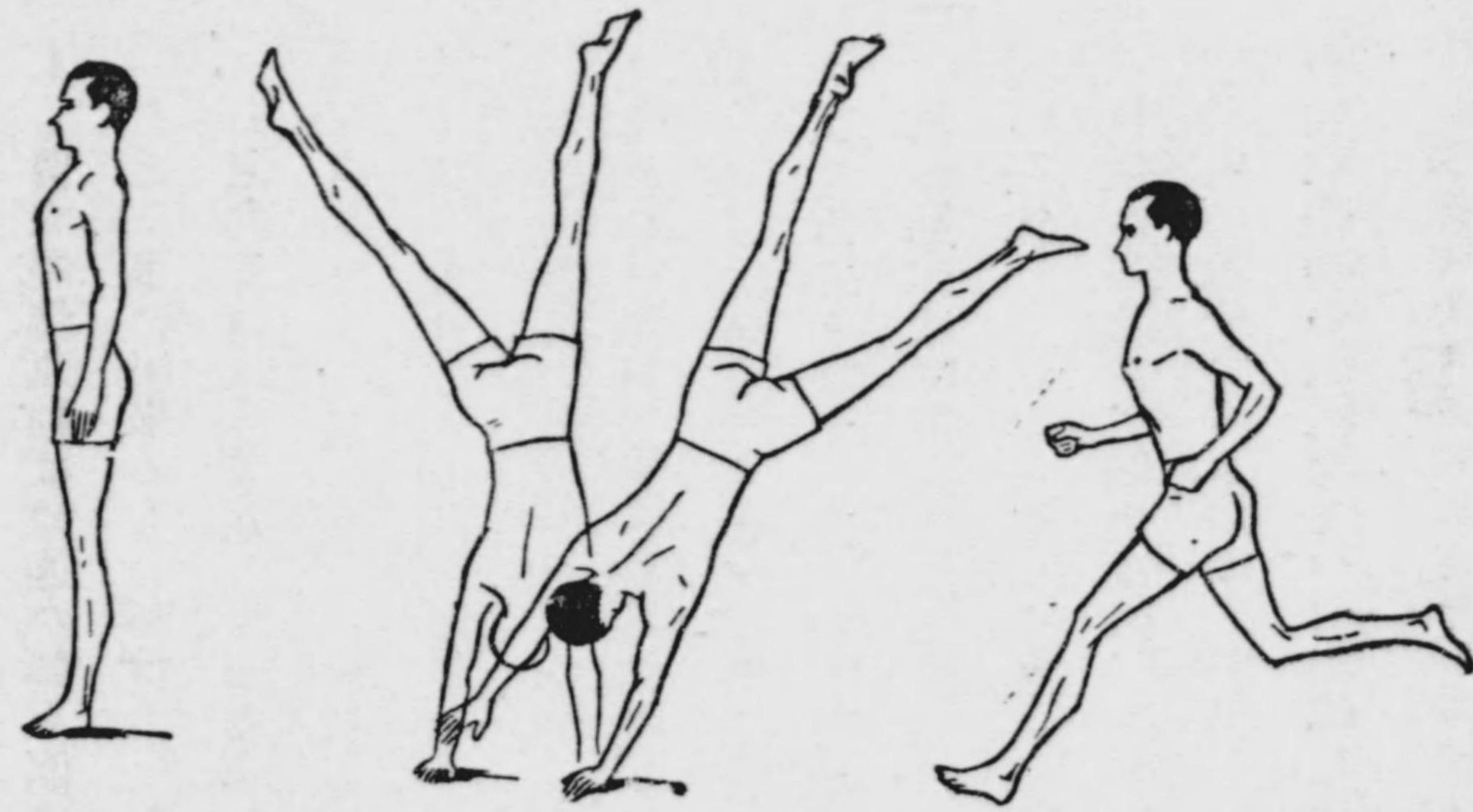
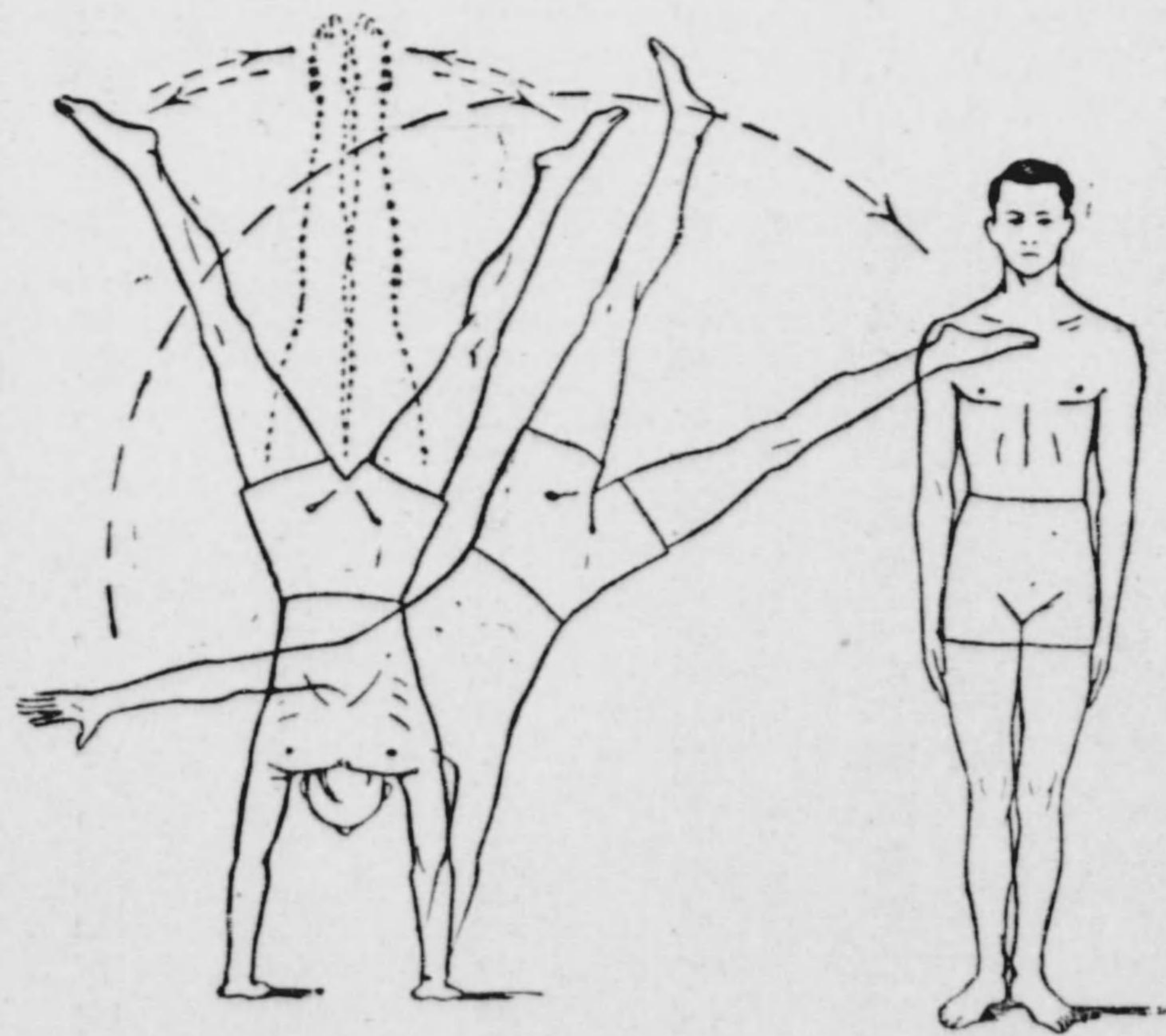
るから地床上の倒立運動と相關聯して指導の要點を明かにせねばならぬ。

【要領】

- 一、地床上マットにて行ふときは、開脚直立、直立、緩徐なる助歩、助走等にて行ふ。開脚直立より行ふときは、臂上舉又は臂側舉（掌上向）姿勢をとり左（右）方に側轉するには、體を右（左）に屈指その反動を利用して左（右）にふりその反動を利用して體の面の方向一直線上に約半歩離れたるところに左（右）手を指尖を後方に向けて着き、開脚倒立の體勢をとつて右（左）手を肩幅より稍廣く同線上着き體の轉廻をまつて左（右）手を突き放し次いで右（左）脚を地床上マット上同一線上に着くや右（左）手を突き放し體の廻轉をまつて左（右）脚を同一線上、脚を開きて着き又は直立となつて左（右）向のまゝ着地し開脚姿勢となつて臂の上舉又は臂の側舉となる。
- 二、廻轉動作は開脚直立又は直立のまゝ、右（左）に轉がるのであるが臂及脚足の着く位置は、體の面の假定せる線上を正しく着き、體勢は眞側のまゝ、亂すことなく徐に轉廻する。
- 三、緩線なる助歩、助走は四、五歩位にて止め、體の面を變へる事なく片脚踏切にて踏切るや、左（右）向に轉廻するものは左（右）手を先きに地床上及低き跳箱上に着き片脚を十分彈きあげて側向の倒立體勢の過程をとつて廻轉動作を行ひ、左（右）脚より（もしくはは直立姿勢にて）着地する。

【補助】

1. 開脚直立及直立姿勢より行ふときの體の左右振動運動は努めて運動を大きくするのではあるが、要は側轉動作にふれを利用するための動作であるから無意味の運動にならないやう。
2. 上肢の姿勢を保持することは胴體の運動を誘導するために行ふといふことと、倒立



1. 臂立側轉運動は前述の如く倒立の經過を通つて行はれるものであるため運動者には倒立の體勢をとる事の出来るものが行ふところの運動である。従つて運動を幫助するといふよりは補助となる運動を行ひ本運動の目的達成に努めなければならぬのである。
2. 地床上に於ての補助運動としては倒立姿勢中の脚の開閉及倒立より側下半轉廻下の練習を行はしめ進程を進むるやう。

【指導上の注意】

體勢をとるために最も容易に行はるといふが重要なことであることを會得するやう。

3. 轉廻動作は體の面を變へることなく左右方向に轉廻するのであつて、上肢及下肢の運動方向及支持點も常に同一平面にあつて支持を確保するやう。
4. 地床上、マット上、跳箱上につくところの上肢は、肩幅より決して廣くならぬやう。廣くするときは廻轉動作を抑止するためむしろ少しくせまくするやう。
5. 轉廻動作を終つて着地するところの足は、動作に伴ふて急かずに着地し、次の足も亦體の廻轉に伴ふて正しくあせらず着くやう。
6. 直立姿勢にて轉廻するときは努めて、足を離すことなく、體勢を支配し着地の際も兩足を揃へるやう。

初歩のものには開脚にて倒立し着地を直立にし、又直立姿勢にて倒立體勢をとり開脚姿勢にて着地するやう。

【進歩指導の段階】

- 一、初歩の練習は地床上マット上にて行ふのであるが、地床上にて行ふときは手の着く位置及び脚の着く位置を豫め一線上に印をつけおき練習を始むる事が大切である。然し更に體勢の支配、運動の自覺を誘導する練習としては、脚足支持倒立を練習し倒立に於ける脚の開閉、幫助に依る倒立

よりの側下を練習しつゝ行ばしむるやう。

- 二、運動者の練習課程を進むる上に重要なことは左方に轉廻動作を行ふに容易なるものと、これに反するものとある。最も容易に行ふことをなし得る方向を先づ先きに練習し、次に不得意の方を練習するやう。

- 三、緩助なる助歩、助走より行ふときは先づ地床上に一線を畫き、その線上を極めて緩助にステップを踏み適當なるところに至り左方に轉廻するもの左手を先に地床上の線につき右方に轉廻するものは右手を先きに着きて廻轉動作に移るやう。然して次の手は極めておそく決して同時につくことなきやう。

又ポップ等の動作より行ふ場合も同じ要領にて行ふやう。

- 四、跳箱によつて行ふときは、跳箱を低くしてゆるやかなステップ。又はポップにて行ひ、順次高さを増し着地も半屈膝にて着地するやう。

- 五、進歩するにつれ臂立側轉運動の速度を、はやからしめ更に連続して行ひ、二回連続三回連続を行ひ、更に反對の方向に連續運動を行ふやう。

- 六、『臂立側轉方向變換』進歩發達するにつれ側轉中倒立を行ふことを得るや方向變換を行ふのである。

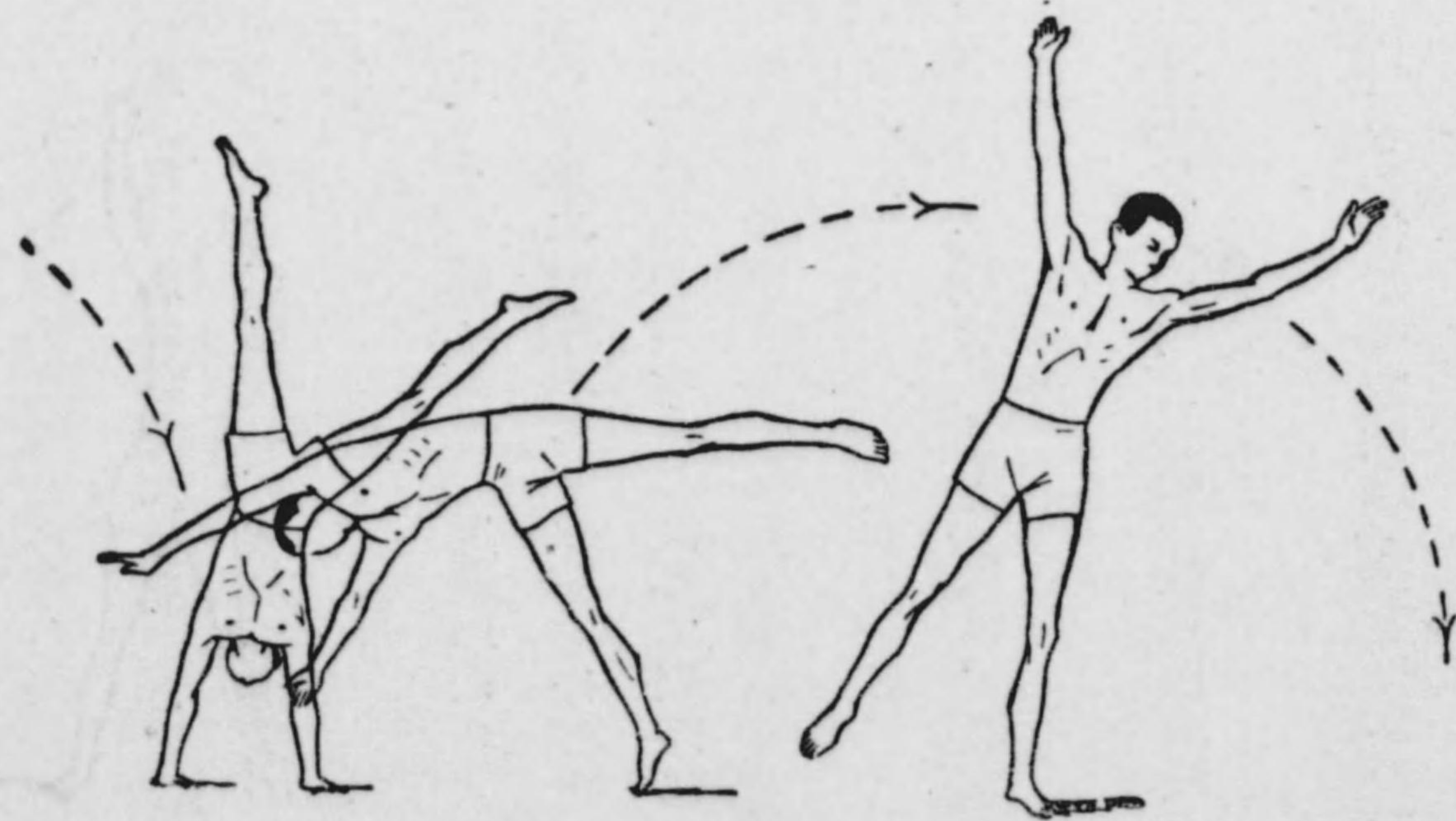
臂立側轉の要領にて右（左）に側轉し先手の幅を廣くし約一倍半位指先を内側に向けてつけ倒立の姿勢となるや先手を強く押し體をもとの方向に轉向し直立となる。更に進歩するにつれ臂立側轉を一廻轉し直立姿勢に止まることなく次に先手を遠くにつき倒立姿勢を保ち元の方

(三) 臂立側轉跳

助歩……跳箱上

この運動は臂立側轉運動を跳箱、鞍馬を使用し助走より踏切つて跳越すところの運動で、助走よりの踏切は、兩脚踏切にて強大にし弾性の發條も亦最大ならしむのである。更に最後の着地に至る動作も、出來得る限り用具を強く彈き突き放し高く遠くに着地するところの運動である。

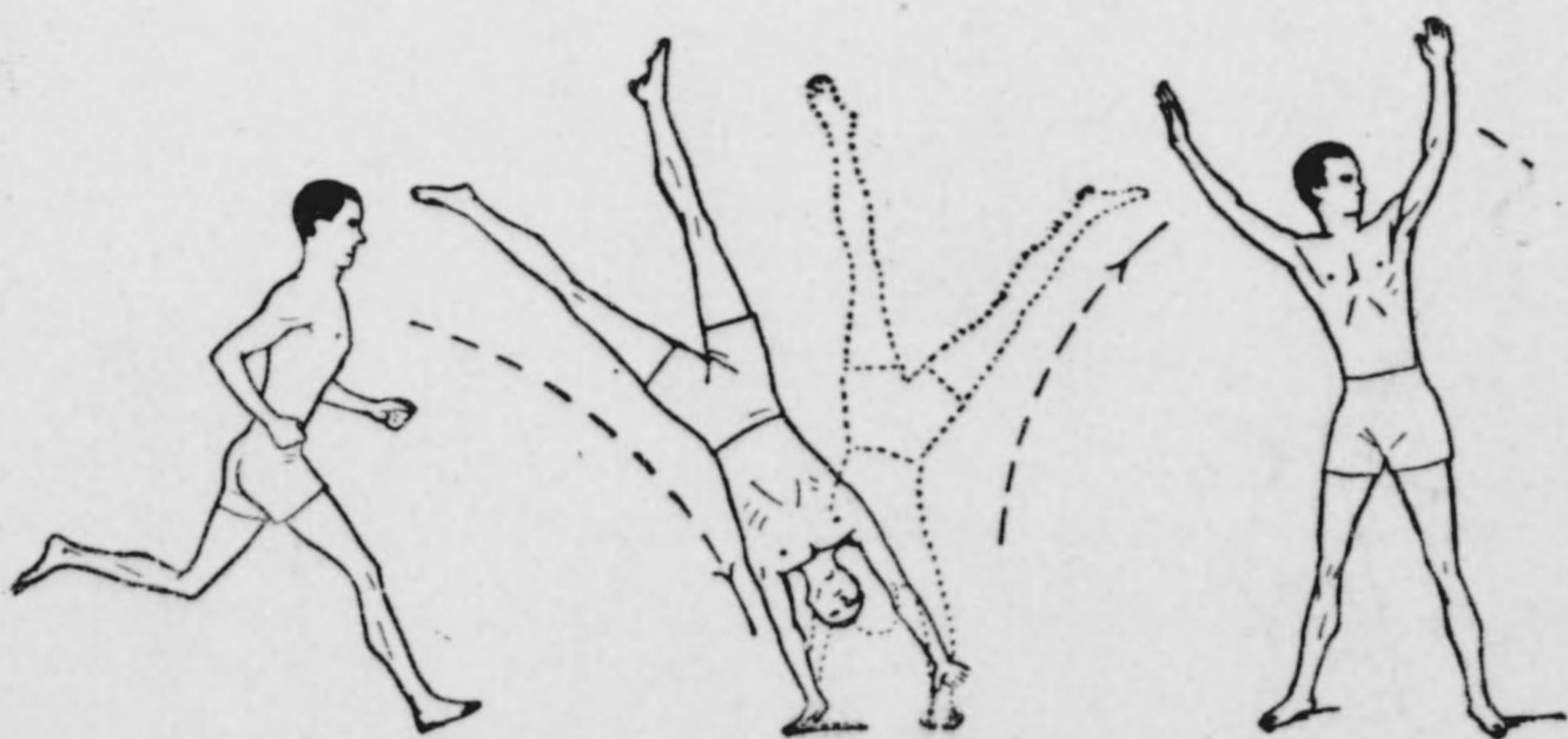
この運動は側轉運動として考ふることも亦跳躍運動として考



ふことも出來得るところの運動であつて踏切より手を用具に着くまでも大なる跳躍運動をなし、最後の突き放しも極めて強大なる上肢の弾力に依るものであるから運動の性能は跳躍要素を多分に有するのである。然し轉廻動作も亦極めて大なる轉向轉廻を行ふため轉廻運動として類別し指導の主要を述ふる事とする。

【要領】

- 一、跳箱鞍馬の高さを大凡腰の高として適當なる距離より最大速力にて助走し兩脚踏切をなし高く跳び上り左向のものは左右向のものは右手を先きに跳箱、鞍馬の手前につきその轉廻動作に乗つて右手又は左手を少しく先きに稍肩幅より廣くつく。
- 二、用具の上の最後の手は體の轉廻動作が下りかけんとするや軟かく、しかも強く眞下の方をつき開脚姿勢又は閉足姿勢のまま更に大なる飛躍をなし、左向又は右向のま



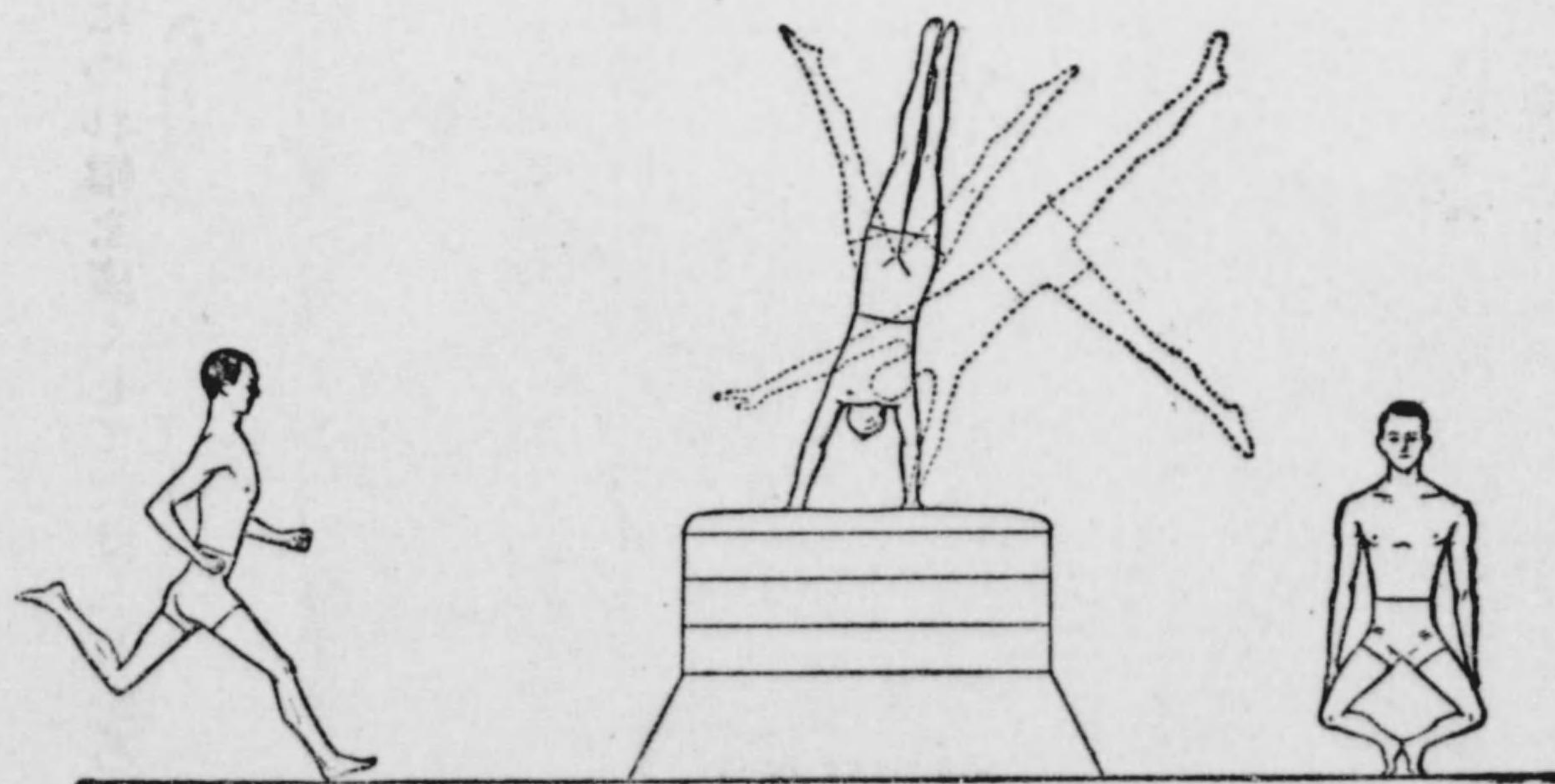
着地する。

【練習上の注意】

1. 助走はつとめて強く、兩脚踏切は少しく高く踏み込み、高くあがるやう。
2. 兩脚にて踏み切るや體を左(右)向を少しくなし片手を正しく左(右)に向けて上方より押へるやう。次に跳箱上につく手はつとめて動作に伴ひてつき、迅くならぬやう。
3. 最後の手のつき放しは思ひ切つて強くし、體を遠くにつき放すやう。着地はつとめて軟かに、決してつき立つことなきやう。

【進歩に伴ふ指導の段階】

- 一、初歩のときの助走は、體を少しく斜にして走り行はしめ習熟するにつれ、體の面は正しく用具に面して速力も最大の速力にて行ふやう。
- 二、初歩のものは踏切を近くし、習熟するにつれ踏切りを遠くして行ひ、飛躍時を長く保つやう。跳箱上の手は發達するにつれ幅を廣くして行はしめかろき



くして行ひ、飛躍時を長く保つやう。跳箱上の手は發達するにつれ幅を廣くして行はしめかろき

弾性を發條せしむるやう。

- 三、開脚體勢をとることを容易とするものには、始めより開脚にて行ひ、習熟するにつれ踏切るや閉足のまゝにて行ふやう。

- 四、進歩發達するに従ひ、運動の連続を行ひ、着地するや跳上臂立前轉又は伸臂臂立前轉を連続して行ひ、又は前轉運動を連続して行ふ、更に進歩するときには跳上臂立前方轉、前轉運動を更に連続して行ふ。

第四節 倒立及轉廻運動の連續・結合

第一項 連續・結合の本領

倒立及び轉廻運動の性能を十分發揮するためには、各種運動の系統を明かにし、其根底となるこの運動構成の要素を十分に考究し徹底せしめなければならぬ。

これらの基礎的教育が正しく理解し、徹底を見たときには、その運動に對して各要素の發達進展を遂げしむることがその運動の性能を發揮せしむることになるのである。

稍もすると單一なる運動形式を見て、直にこれを運動者に與へ授けんとすることは我國體操の指導に對して技術を通して考へさせられるところである。一個の形つけられたところの運動は、決して單一なるものではないのであつて、その運動を構成するところの要素が、幾つか相集つて組織されるものである。指導者の指導の階程としての、ねらいところは此點に存するものであつて、身體及精神の修練價値を向上せしむるために最大最良の方案である。

倒立運動、轉廻運動は、前述の如く身體の巧緻性を訓練し筋肉神経の調和性、共調性の發達を遂げしむるところの運動ではあるが、何れも特質を有するものであつて、倒立運動としての修練も一度進み轉廻運動としての修得も得たるときには、此等の運動は結合し、お互ひにその性能の發揮にあたらなければならぬ。

極めて箱單なるところの運動の結合、連續の側次にを示したのであるが、實際指導にあつては特に運動の本領を發揮せしむるために、生徒兒童の力量を考察し運動を獨創し、創作して、運動者の力量に適合せしめ生活に即し實力に合致した材料を考へなければならぬ。

第二項 運動種目解説

(一) 前轉——倒立

マット上にて助走より屈膝の前方轉廻を行ひ兩手をマット上に着き屈けたる脚を徐に伸ばして倒立となる。前方轉廻運動は、手及背部支持、背部支持、跳上臂及背部支持等の方向轉廻運動等より行はるのであるが轉廻の回数又は、これらの轉廻運動の相互の結合も行ひて後、倒立運動と結合することも出來得るのである。

(二) 倒立——前轉

前出の倒立運動のときの説明にも述べてゐるが、地床上マット上、跳箱、バツク等にて倒立を行ひ着地するや、かろき彈性を發條して前轉運動を行ふのである。

(三) 前轉——倒立——前轉

前述の如く前轉を行ひ倒立をなし前轉を行ふのである。最初の前轉は種々なる方法によつての前轉が行はれるのであるが、最後の前轉は地床上マット上にて制限された運動で終るのである。例へば跳上臂及背部支持前轉——倒立——臂及背部支持前轉の運動が行はれる。

(四) 前轉——直立——後轉——倒立

助走より片脚踏切または兩脚踏切にて前轉運動を行ひ、直立となるや腰を速にまげ、體を後方に倒し、後方轉廻運動を行ひ、兩手をマット上につきて倒立となる。又更に倒立から前轉に移り直立となる。

かくの如く四個もしくは四個以上の運動が種々なる方法に依つて結合され連続されて行ふことが出来得るもので指導者の工夫の範圍が大なるものである。

(五) 臂立前轉——頭支持臂立前轉

臂立前轉運動を地床、マット上にて行ひ着地は開脚にて輕快なる動作となすや直に體を前に倒し兩手と頭とを徐にマット上、地床に着き倒立となる。

更に運動を結合し連続して行ふためには前轉、更に又倒立等の運動が行はれる。

(六) 四回急速度頭支持臂立前轉

(七) 四回急速度屈臂臂立前轉

臂立前轉運動に習熟し練習度を増すに従ひ同一運動を連続して行ふことが出来得るのである頭支持臂立前轉は着地を開脚姿勢にて行ひ、第二も第三も同様に開脚姿勢にて行ふのであるが、最後は直立となる。然し開脚より次の動作に移るときは必ず直立となつて行はしむるやう。『前轉運動』も三回急速前轉、四回、五回、といふやうに連続して行はしむることが出来得るのである。『屈臂臂立前轉』も『伸臂臂立前轉』も頭支持臂立前轉運動と同じ様に、修練が積むに従ひ回数を限つて行ふことが出来得るのである。着地の姿勢は練習の程度に依つて異なるものであるが、最初は開脚姿勢にて行ふことが、容易である、進歩し轉廻動作が圓滑に行はるるやうになるときは

には、直立姿勢のまま行はしむるやう。

(八) 臂立側轉——方向變換——後轉——倒立

臂立側轉をなしたる後脚が下つてマット上に着くや、體を後方に倒し直に後轉を行ふ。次に倒立運動に移る。この結合され連続された運動は臂立側轉と後轉との間に直立姿勢を加へないことが大切である。

臂立側轉——後轉——倒立等も行はれるのであつて更に發達を遂げるときは二三の運動が行はるのである。

(九) 頭支持倒立——頭支持臂立前轉

この結合された運動は極めて自然的な動作であつて、跳箱上にて頭支持倒立を行ひ、體勢の整ひたる後、脚を水平度位下げ、然る後、脚をふつて頭支持前轉の動作となる。發達するに従ひマット上の運動が更に幾つか結合されるのである。

(一〇) 頭支持臂立前轉——前轉——倒立 頭支持臂立前轉運動を跳箱上、又はマット上にて行ひ脚を十分屈げての前方轉廻に移りて屈けたる脚を徐に伸ばして倒立となる。

(一一) 臂立前轉——頭支持臂立前轉——前轉——頭支持臂立前轉 四個運動の結合せる運動であつて、相當長いマットの上でなければ出来得ぬ運動である。臂立前

轉や、前轉等は種々なる運動形式をとつて行ふことが出來得るのであつて、練習の課程を考へ上肢下肢の働き方も工夫せねばならぬ。

(一一) 臂立前轉——頭支持臂立前轉——後轉——倒立——頭支持臂立前轉。

この連続せる運動は前述の運動とは少しく異なつたものであつて、倒立よりの頭支持臂立前方轉廻は、徐に倒立より臂を屈けて頭を支持し轉廻運動に移るのである。

(一二) 臂立前轉——跳上臂立前轉

助走より急速なる臂立前轉運動を行ひ、着地は努めて彈性の發條を強大ならしむる。この強大なる彈性發條が跳上臂立前轉運動の踏切の原動力となるものである。従つて兩脚踏切を強くし上肢の前上方に振りあぐることを十分利用して行はしむ。

(一三) 臂立側轉——方向變換——臂立後轉

臂立側轉より脚をマット上に下ろしたとき膝を屈げ、體を後に倒し、兩手を體側にとりや、下肢の強大なる彈性を發條し、臂を前上後方に振りあげ臂立後轉を行ふ。この結合連続は臂立側轉運動が急速に行ひは行ふほど臂立後轉運動が強く、しかも高く行ふことが出来る。

(一四) 前轉——倒立——臂立後轉

前轉より徐に倒轉に移り、倒立より徐に兩脚をまげ、兩手の近くに兩足を運ぶや兩手を前上後方に振りあげ體を伸ばし臂立後轉を行ふ。

(一五) 臂立側轉——方向變換——空中後轉

臂立側轉から方向變換する第一の練習は、臂立後轉を加ふることである。踏切りを強くし後方に轉廻するには、體及脚を球の如く丸くし、膝を胸廓につけ兩手で膝を握つて行ふのである。

(一六) 臂立側轉——方向變換——空中後轉

これは伸々六つかしい運動の結合であるが、身體の巧緻的訓練に對しては、最大最良の運動であつて従つて練習者は柔軟なる身體と彈力に富んだ力とを持ちしかも相當訓練され、氣力も旺盛であつて、勇敢な、しかも果斷の精神に富んだものであることが、最も大切であるが、修練の過程が積み、運動に馴れるときには容易に行ふことが出來得るのである。

以上倒立及轉廻の運動に對する結合、連續の基本となるもの一二の例を示したのであるが、指導の實際にあつては、發達の狀態と、身心の事情とを考察して、結合し連續するには數多い結合が行はれるのである。運動の連續に對しては、極めて自然的に、しかも指導の階程を考へ、急速なる技術的な考察にのみ陥らぬやう心掛くべきである。

第三篇

我國體操科に於ける倒立轉廻運動

第一章 倒立轉廻運動の發達過程

第一節 前教授要目と倒立轉廻運動

我國に於ける體操科の材料として、學校教育の上に採擇し、これを一類として指示し、準據すべきところを明示したのは、大正十五年に示され學校體操教授要目である。體操の本質的目的を達成せんがために組織された運動は十一種類であつて全身的運動が三類、部分的運動が七類、外に呼吸運動を加へて運動の内容を明かにしたのである。

勿論この大正二年の體操教授要目の材料には倒立轉廻の運動といふ運動類別の名稱のもとに組織されてはゐないのであるが、此の運動の修練目的を以て構成された運動は二、三種目をあげられてゐる。即ち倒立系の運動のみではあるが、『倒立横跳』の名稱のもとに倒立側下。倒立轉廻下。倒立正面下である。單獨に獨立したる運動としては倒立が示されてゐる。

然しながら轉廻系の運動と見ることの出来る運動は、倒立轉廻運動のみであつて、地床上、マット上、跳箱上の運動としては、これを採擇されなかつたのである。

大正十五年五月二十七日の改正によつて示された學校體操教授要目は、我國に於て始めて倒立系の運動と、轉廻系の運動とを全體操の材料の組織系統の中に採擇し、一類を組織し獨立したる類別として認めたのである。この材料に對する我國の採擇に對する方針といふものは、先づ次の如き大方針をあげることが出来る。

一、身體修練に對する完全性を發揮した

我國の體操精神といふものは、リング氏の教育體操の精神をそのまま採擇されたるものであつて、他に何等の精神も含まれてゐないものである。いふまでもなく世界各國にリングの精神といふものが身體教育の教育理想であると考へられた時代であつた、ために文化吸収に忙しかつた黎明時代にとつては當然すぎるほど當然なことではあつたのが、我國民族意識といふものを加へて體操の組織を立てるといふことは出来得なかつたのである。

リング氏の教育體操といふものは、主觀的運動であり自意的運動であつて、自ら發動的に自己の意志によつて身體及精神といふものを自己のために修練を遂げ、均齊完全なる發育を遂げんとするにあるものである。従つて身體の圓滿均齊なる發達を遂ぐるためには科學的基礎に依つて身體を幾つかに區分し部分より部分に完全を期し全體としての完全調和を目標としたものである。

精神的方面は自己の意志によつて自己の修練を遂げんとするものであるがため、運動悉くが意志的活動を基調しての諸活動となるものであつて、體操そのものは目的を有してある意志活動の運動であり精神的活動であるといふことになるもので、身體修練は悉く精神修養であり道德的修養であるといふことになるものである。

大正二年以來我國に於ける着實なる實行は、官僚的な方針によつて只盲目的に勵行をはかつたのであるが、年をふるに従ひ一般教育の思想的方面より全教育の研究が進められ、身體教育に何等の關心を持たなかつた學校體操に目を注ぐやうになり、凝義を生ずるやうになつたのである。體育指導者の中にも科學的に研究を進むるものも生じ着實なる實行に對し反省を試みるものも生れたのである。

世界民族間の體操に對する状態は、リング系の體操に對し漸次満足することを得ずして、各種の方面の科學者に依つて研究が進められ、リング系の體操に對して、その短を補ひ新らしき組織を試みるものも生れたのであつて、遂に音樂を基調した、ダンスより體操を組織するもの、律動を基本として體的活動を組織するもの、表現活動を主體として體操を組織するものも生れ、北歐に於ては、リング氏の矯正體操を主眼として體操を組織するものも生れたのであつて、新らしき體操といふものは各民族間に種々の形となつて研究を公開するものが表れたのである。

何れも、リング體操の教育的體操といふ以外の系統の體操といふものが民族本位の體操の根本理念

に立つて研究が發表されたのであつた。これらの思想といふものが、我國にも紹介され一部の研究に熱心なるものには直接これが實行に着手されたのである。

ここに於て我國の體操も、内に實行の反省よりの凝義と、外に新らしき體操の研究に對する實際とに鑑み、身體修練の完全性を發揮せしむべく、新らしき體操の検討を試み、從來の體操に對する根本理念を變へることなく一層内容の充實を計らんとし加除修正の程度に於て改正を加へたのである。

この新らしき體操といふ一つの修練目標に對する要點は(一)緊張運動に對する弛緩運動を認めたことである。(二)は部分的分解的運動に對する全身的综合運動の價値を認めたことである。(三)自意的運動發動的運動に對して被動的他動的運動を認めたことの三重點である。

かくして體操の完全性を發揮するために、從來の運動の目的觀を變へざる範圍に於て、運動組織を考へ、一方實際家の實行の上に於て、誤られたる認識を起させざる程度の方針に立脚し『倒立轉廻運動』の一類を組織し、更に上肢及び下肢の運動中にこの精神を發揮せしむる程度に改正を加へられたのである。

二、體操の運動組織上内容的に完全統一をはかつた

身體教育の修練方法には二つの修練の方法を認めるのであつて、一は身體活動に意志努力を強大に

働かして筋肉骨緻の修練を遂げしむる方法。即ち緊張努力の修練と、一は體的活動に對して意志的努力を極めて少くして修練を遂ぐる、即ち脱力弛緩による修練といふ方法の二方面から考へ、部分的運動の上肢修練にのみ、極めて初歩的のものを採擇し、内容的發展を見たのであるが、これは胸體の修練にも組織構成さるるものではあるが、實際家の指導上に健全なる發達を要望する立場より臂前後振、臂廻旋、等簡易なる運動の程度に止めたのである。

全身の運動の修練に對しては、身體の巧緻的訓練を特に修練せしむるところの運動に對して一類を組織して全身の修練價値を完全ならしむることとしたのである。大正二年の教授要目の材料にも、此種の系統に屬するところの運動は跳躍運動として採擇されてはゐたのであるが、改正にあつて、倒立系の運動と轉廻系の運動とを系統的に組織したのである。

轉廻系の運動は、新たに採擇されたものであるが、特に全身の巧緻性を進展せしむるためには、最も有効なる材料で巧緻性調和性の發達を遂げしむるための運動としては、平均、懸垂（特に鐵棒吊繩吊環）跳躍運動などそれぞれ各類別を異にして修練を遂ぐる事が出來得るものであるが、轉廻運動は特に直接な目的を持つて修練にあたるものである。いふまでもなく倒立轉廻の運動は、體格的な活動を通して神經機能の發達を遂ぐるものであつて、全身の支配力の向上、統制力の發展調和性の進展を増進せしむるものであつて、體の弾性を發展せしむることが出來得るものである。

かくして體操の各種目を通して材料の完全統一をはかり全身運動としての類別の一類を増加し、更に被動運動に對する修練價値を認め、より完全なるものへの統制をはかつたのである。

第二節 新教授要目の倒立轉廻運動

昭和十一年六月改正の新教授要目は、改正の主體が體操材料そのものにあらすして、遊戯競技材料そのものにもあらす、教練材料そのものにもあらす、要は調査され懸案となつてゐたところの柔道、劍道が體操科に統制ある身體教育材料として公布せねばならぬ事情にあつたので、昭和六年一月十日以來柔道及劍道が要目の公布を見ずして、只單なる空文のもとに六ヶ年間の久しき間、正科として材料の指示なしにおかれたることに對し、責任を痛感し、國家として、武道の大方針を公示せねばならぬ事情におかれたといふことが、重要な目標であつたことと推定されるのである。

従つて體操の教授要目の改正に對して、改正の必要にせまられた改正ではなくして、餘儀なくされた改正のやうに考へられる幾つかの凝義を持つのである。

幸ひにも我國の體操精神には何等の變動を見ず、大正二年以來の根本精神を踏襲されたことは、國民の身體教育の理想追究の上に喜ばしい事である。

本書の中心材料が倒立轉廻運動であるがため、新教授要目の内容的検討を試み、研究者の參考に資

したのである。元來倒立轉廻運動の修練目的とするところは、全身の綜合的活動に依つて、身體の調和性、巧緻性を増進せしむる運動で、運動構成の内容から考ふるときには、倒立系の運動と轉廻系の運動との二つの系統から組織されてゐることは、前項目の精神と同一目的のもとにおかれてゐるのである。

運動種目の組織に對する採擇の方針といふものは、倒立系のものは『臂立舉脚』『脚支持倒立』『倒立』『倒立側下』『倒立前下』『倒立前下』の六種目を採擇されてゐるのである。

轉廻系の運動には、前方の方向には、一、前轉。二、背支持前轉。三、臂立轉廻。の三種目を採擇し側方（左右方向）には臂立側轉の一種目を採擇したのである。

倒立系の運動に對しては用具を示すことなく極めて自由なる態度に於て、運動種目を示したにすぎぬのであつて、指導過程の運動種目としては一、二を示してゐるのである。然して倒立としての下り方を示し運動價値を示したことは、前項目のとつた方針を踏襲したることと喜ばしいことである。

運動組織の上に特に注意し考察を遂げなければならぬことは、轉廻運動の系統の中に後方に轉廻する運動の系統を削除されたことであつて、運動組織の上に於て一大缺陷を認むるのである。この系統を削除したることに就いては種々なる方面から論議考察することが出來得るものであるが、運動方向に對する組織上の完全といふことは出來得ないものである。

轉廻運動の完全なる組織といふことは、前轉、後轉、側轉の三系統が、運動の方向に對して、修練上成立せねばならぬものであつて、運動の各機能に及ぼす影響から見ても、神経系の完全な發達の上から考へても缺くべからざるものである。實際的の指導の上から大に考察を遂げ、その短を補ふことに努めなければならぬのである。

第二章 我國の體操の材料とその將來

第一節 新要目に對する倒立轉廻運動の活用

新教授要目に指示された倒立運動は、指導の過程の材料と認むるものは、臂立舉脚で、倒立運動に對する支持面となる掌、上肢の突きはり、肩帶及胸廓の確保といふことが、最も重要であつて、これに對する指導過程の材料として、代表的種目が採擇されてゐるので、この基本的基礎的指導過程の材料は匍匐、臂立伏臥、(足の位置の高きところの)臂立舉脚歩行、(手押車)等の材料があげられるのである。

平均保持の體勢支配の練習過程としては、脚支持倒立の運動が採擇されてゐるのであつて、倒立運動の基本的要件といふものは支持面の確保と、重心位確保の平均練習である。脚を相手方に保持され保持されることによつて順次體勢支配といふものが出來得るものである。この依托幫助の倒立といふものは、前篇に於て指導過程を説明せし如く、數多くの運動種目といふものがあるものであつて、支持の面にも掌、頭、肩、といふやうに單獨に或は頭と掌と前膊と共力して支持面をなす倒立もあるも

のである。依托幫助の方法にも脚、足、腰、胴部、肩帶部、といふやうに、把持の方法にも、極めて確實にかむことも、極めて簡單にかむことも出來得るものであり、依托の方法も足、脚、腰とあるものである。支持面にも、高きあり低きあり、せまきあり、廣きあり、種々なる變化あるもので、それによつても指導の過程となる運動の種目が數多いものである。

これらの考察に對しては、我國の體操の將來にとつて大に考究を遂げなければならぬ。次に倒立と下り方との結合であるが、極めて基本的な材料のみを示しておるのであるが、前轉運動、後轉運動等が結合されて將來行はれなければならぬものである。

轉廻運動に就いての組織については、前方、後方、側方の三方向から神経系機能の修練を遂げなければならぬものであつて、前方と側方とのみにては、全機能の普遍的な發達を遂ぐる事が出來得ないものである。

従つて轉廻運動の完全なる發達を遂ぐる上から考ふるときは、後轉系の運動の一種を組織して、これに類別するところの運動種目を考究採擇して統制をはかることが最も大切である。

第二節 體操科に於ける倒立運廻運動の將來

我國に於ける倒立運動の將來に就いては、種々なる方面から考究され論議されるものであるが、身

體修練に對する巧緻運動の修練價値を最も重要視することの必要性を認むるときは部分運動としては上肢及下肢の運動であり、全身運動としては、倒立轉廻の運動である全身運動たる平均、懸垂、跳躍の運動はいふまでもなく巧緻的性能の修練を遂げらるべきものであるが、運動本來の目的觀が樹立されてゐるのであつて、平均運動は全身機能の平衡能力の増進をはかる運動である。跳躍運動と倒立轉廻運動の轉廻運動なるものは、殆んどその性能を同うするのであつて、轉廻運動としての指導過程を進め空中に飛躍するときには自ら跳躍運動となるのであつて、廣い意味の跳躍運動といふものは、轉廻しつゝ飛躍するものと正常位のまゝにて飛躍するものとあるのである。従つて主として上肢によつ

跳躍運動
1. 正常なる體勢にて空中に飛躍し正常位を保持する。……………轉廻せるもの：(跳躍)
2. 體を前屈し又後反して又は正常位にて空中に飛躍する……………轉廻せるもの：(轉廻)

ての巧緻的修練を遂ぐる運動は懸垂運動であり殊に鐵棒、パラレルバー、鞍馬、吊環等に依つて營まれる運動である。又倒立系の運動も亦修練價値より考ふるときには、主として上肢に依つて營まれるのである。主として下肢によつて營まれる運動としては轉廻運動である。

將來體操材料として巧緻性を進展せしむる上から考ふるときには、上肢に依つて營まれる全身運動としては懸垂運動の系統的的研究によつての實際的修練を遂ぐることである。下肢に依つて營まれる全身

運動としては、轉廻運動である。

この二大系統の巧緻的修練を施すべき身體訓練の二方面は、將來大に運動組織の上に系統ある考察を遂げ、完全性を發揮せしむることに努め、實際指導の上には、材料の本質的考察たる運動の組織構成の要素を検討し、極めて自然的なる指導過程を考へ修練價値を發揮せしむるやう努めなければならぬ。

倒立轉廻運動 終

〔本は東洋山は富士〕

(最新は◎)

高等程度参考書

高等學術書

著者	書名	型	送料	定價
第二高等学校教授 石橋士喬	代數	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
第二高等学校教授 哲士	三角	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
第二高等学校教授 保士	幾何學	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
第二高等学校教授 柴田博士	積分學	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
第二高等学校教授 柴田博士	微分積分學	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
第二高等学校教授 柴田博士	商業數學	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
第二高等学校教授 柴田博士	商業數學	菊	〇・二五〇	〇・二五〇
東京女高師教授 田中増太郎	微分積分網要	菊	〇・二五〇	〇・二五〇

著者の權威 本邦數理の府たる仙臺二
 實際の數學方面に全五冊の著者
 内容の特色 著者が得た五冊の著者
 而も各特色 著者が得た五冊の著者
 文部省最高級の著者 著者が得た五冊の著者
 作部最高級の著者 著者が得た五冊の著者
 新著の著者 著者が得た五冊の著者
 切實な著者 著者が得た五冊の著者
 題を著者 著者が得た五冊の著者
 五冊の著者 著者が得た五冊の著者
 大學生の著者 著者が得た五冊の著者
 4冊の著者 著者が得た五冊の著者

東京東洋圖書株式會社

我々教育者は東洋圖書さへあれば他社の必要を感じず (滋賀・岡田富美)……讀者の聲

【書圖洋東は書育教】

版七	版六	版三	版四	刊新最	版三	版一廿	版二	版二十	版五	版三
横濱高等工業教授 山下誠太郎	名古屋醫大教授 出射博士	理野第二高師教授 野島雄士	理野第二高師教授 野島雄士	理野第二高師教授 野島雄士	理野第二高師教授 野島雄士	理野第二高師教授 野島雄士	理野第二高師教授 野島雄士	理野第二高師教授 野島雄士	東京高師教授 佐藤良一郎	東京高師教授 田中増太郎
内	高	高	高	高	高	高	高	高	計	解
燃	等	等	等	等	等	等	等	等	算	析
機	物	電	力	力	物	物	物	物	精	幾
關	理	磁	學	學	理	理	理	理	表	何
	學	氣	講	講	學	學	學	學	論	網
	義	學	義	義	下	上	上	上	表	要
菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊
〇・三・五〇	〇・四・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇
各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する	各種の教科書に適合する

東 京 東 洋 書 局 株 式 有 限 公 司 大 阪 支 店

貴社の献身的奉仕事業には非常に感謝す (朝鮮・朴英丙)……讀者の聲

【本は東洋山は富は】

版八	版三	版五	版五	版七	版三	版三	刊新最	版二	版二	版二
理第二高師教授 吉井正敏	奈良女高師教授 桑野久任	理第二高師教授 長倉快一	理第二高師教授 吉田貞	大阪醫大教授 吉田貞	福岡高師教授 藤井勇美	東北帝大教授 青山新一	奈良女高師教授 清水與三郎	奈良女高師教授 清水與三郎	奈良女高師教授 清水與三郎	神戶高等商船 教授工学士 西川孝次郎
遺	遺	動	動	動	定	元	高	高	材	材
傳	傳	物	物	物	性	素	等	等	料	料
講	講	學	學	學	分	及	化	化	強	強
話	話	汎	汎	汎	析	新	學	學	弱	弱
上	上	論	論	論	元	元	講	講	學	學
卷	卷	上	上	上	素	素	義	義	講	講
菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊	菊
〇・三・八〇	〇・三・八〇	〇・四・五〇	〇・七・三〇	〇・四・八〇	〇・一・九〇	〇・三・三〇	〇・五・五〇	〇・四・八〇	〇・三・五〇	〇・三・五〇
遺傳の基礎、法則、定率、外因の影響	遺傳の基礎、法則、定率、外因の影響	動物の解剖、生理、生態、分類、系統	動物の解剖、生理、生態、分類、系統	動物の解剖、生理、生態、分類、系統	元素の性質、分析	元素の性質、分析	高等化学講義	高等化学講義	材料強弱	材料強弱

東 京 東 洋 書 局 株 式 有 限 公 司 大 阪 支 店

貴社発行の圖書より聖なる教育が生れる (長野・齋藤芳彦)……讀者の聲

【本は東洋山は富士】

Table of book titles and authors for the 'Honjo Shoin' section. Columns include book titles like 'Systematic History of Western Education', 'Geography', and 'Education', authors like 'Nishida Shizuo', and prices.

御社発行の圖書は安心して購入出来る (秋田・伊藤完治)……讀者の聲

【教育書は東洋圖書】

Table of book titles and authors for the 'Education Books' section. Columns include book titles like 'World Geography', 'Philosophy', and 'Education', authors like 'Nishida Shizuo', and prices.

貴社の學校行事は吾等の羅針盤なり (大阪・楳野覺太郎)……讀者の聲

【本は東洋山は富士】

【教育書は東洋圖書只斯く感ずるのみです (鳥取・八幡斗志伸)……讀者の聲】

教育書は東洋圖書只斯く感ずるのみです (鳥取・八幡斗志伸)……讀者の聲

六

版三	版十	版三	刊新最	版六	版五	版四	版二十	版三	版五	刊新最
東京女高師校長 吉岡郷甫	奈良女高師 木枝文士	國民作法研究会長 甫守謹吾	文部省社會教育官 千葉敬止	文部省實業補 習教育主事 岡篤郎	文部省督學官 菰田萬一郎	東京音樂學校教授 眞篠俊雄	東京音樂學校教授 眞篠俊雄	奈良女高師教授 石澤吉磨	京都帝大教授 宮本三郎	文部省教育調査部 船越源一
日本口語法 (昭和版)	高等國文法講義	現代實業作法	日本實業補習教育史	實業補習教育概論	實業道德精義	和聲の實習問題	高等音樂通論	高等家事原論	高等女子法制・經濟學	小學校法規精義
菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇
著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上

版大社會資合式株書圖洋東東京

版三	版五	版八	版三	版三	版五
奈良女高師 神戶伊三郎	奈良女高師 神戶伊三郎	東京女高師教授 内藤博智	奈良女高師教授 小泉卓藏	奈良女高師 岩城準太郎	奈良女高師 岩城準太郎
ゼネラルサイエンス一般理科教育の實際	ゼネラルサイエンス一般理科教育法	最近に於ける歐米國際關係	アチヨイスリーディングス フォー	現代文藝類選	江代戸八大文
菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	菊 〇・三〇	紙色 〇・三〇	紙色 〇・三〇
著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上	著者不可缺の文獻。高等教育の好参考書。上

版大社會資合式株書圖洋東東京

貴社發行の教育書を手にして居る時は威力強きを感じる (宮城・新原宗吉)……讀者の聲 七

【書圖洋東は書育教】

省文
書題

(刊新最は◎)

印刷鮮明、感じ印象一〇〇パーセントなり (茨城・飯島已蔵)……読者の聲

一般教育書

教育教授参考書

權威ある著者
選された内容
必要不可欠の良書

著者	書名	型	定価	送料	特	徴
東京帝大教授 文部省博士 春山博樹	現代人の修養と教育	菊	〇・二八〇	〇・二六〇	一段高所より世間通の博士が實世間に即せしめられた指針。重要な問題の解決の披瀝。現代教育の重要問題の検討を初め内外の實際問題を詳述する。	
東京帝大・教育学 研究室 伏見猛士	最近小學校教育の諸問題	菊	〇・四八〇	〇・二六〇	東京帝大の女子高師の教育問題の検討を初め内外の實際問題を詳述する。	
日本國民高等學校 校長 加藤完治	日本農村教育	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	日本國民高等學校の眞精神並に機構と實際とを懇述する。苦闘實録を披瀝する。	
教育週報社長 爲藤五郎	現代農村の教育	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	行詰れた現代農村の教育指針として最良の國定教科書の編纂をモデルとして神興國を親しく観て眞相を明らかにす。	
奈良女高師教授 小川正行	郷土の本質と郷土教育	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	先づ郷土その物の本質を明らかにして立脚点を明示しその上に立って我々が國の郷土教育を明瞭に指示せしめる。我々が國の郷土教育を明瞭に指示せしめる。我々が國の郷土教育を明瞭に指示せしめる。	
愛知一師附小主事 眞野常雄	郷土教育の實際的研究	菊	〇・二八〇	〇・二六〇	二十五年間熱と力とを以て築き上げた郷土の經營の歴史。各郷土の郷土化等詳説。	
名古屋市社會 教育主事 石田利作	郷土教育の實際	菊	〇・二八〇	〇・二六〇	兒童の勞作を主として何處までも實際に實したる低学年よりの新研究である。	
東京高師教授 文部省委員主任 阿部七五三吉	作業科原論	菊	〇・三〇〇	〇・二八〇	中學校に新設された更に女學校にも設けらるる作業科の本旨と實際とを詳説する。	

東京東洋圖書株式會社發行

【本は東洋山は富は】

著者	書名	型	定価	送料	特	徴
東京帝大教授 兼北澤種一	現代作業教育	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	作業教育の發達史・原理・實際方法及び諸施設まで詳細に鳥瞰し得る良書。	
東京女高師教授 附屬小學校主事 堀七藏	各科作業教育	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	各科の作業教育を各體験家が具體的事實的に詳述された良書にて、掘り出し開始全訓導分擔力作の實際的大研究。	
東京女高師調導 澁谷五味・岩下 木代・齋藤・吉田	各學習の作業化と其方案	菊	〇・二八〇	〇・二六〇	全訓導が協力論議作業教育諸相を示さる。修身・國語・算術・國史・地理・理科・圖畫・手工・唱歌等の十三科目に渉る。	
東京女高師調導 坂本・奥田・淺黄 坂本・田代・齋藤	作業主義の諸様式	菊	〇・二八〇	〇・二六〇	東京女高師附屬小學校主任調導が協力一高等各学年に亘つて具體的に詳説する。	
東京女高師調導 田原美榮	作業と尋一の教育	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	著者は低学年教育に造詣深く本書は其體験記録。直観を重視し作業を本位とし、體験記録。直観を重視し作業を本位とし、體験記録。直観を重視し作業を本位とし、	
大阪教育研究所長 大伴茂	教育科學原論	菊	〇・四八〇	〇・二四〇	現代教育科學の全分野に涉り教育測定・教育實驗・教育診斷を詳説する。大伴先生の全力傾倒の最新研究である。	
東洋大學教授 關寛之	兒童學原論〔増訂版〕	菊	〇・四八〇	〇・二四〇	兒童の身體及精神の兩方面及其發展の實際と機能とを詳細に研究され、更に大増訂された現代教育界の大權威書。	
九州帝大文科教授 松濤泰巖	學習心理と學習様式	菊	〇・二五〇	〇・二六〇	學習主義の根柢をなす學習心理を詳説し、其中心より兒童中心への基調を示す。日本心理學の達成的基礎として、適應教育の三年間の心血を以てなる苦心の結晶。	
文部省嘱託 大坂市前視學 鈴木治太郎	實験的 智能測定法	菊	〇・三〇〇	〇・二八〇	日本心理學の達成的基礎として、適應教育の三年間の心血を以てなる苦心の結晶。	
久保良英博士序 本庄精次先生序 守田保	實際的個性調査法	菊	〇・二八〇	〇・二六〇	著者自ら實施された個別的教育理論的高潮する現代教育者再讀の必須の良書。	

東京東洋圖書株式會社發行

貴社發行の教育書籍は確實にて他店の追隨を許さず (岐阜・片野明)……読者の聲

【本は東洋山は富は】

【教育書は東洋圖書】

眞に時勢に適した新しさを有してゐる (北海道・東藤永太郎)……讀者の聲

版三	版三	版五	版一十	版五	版五	版一十	版七	版三	版三
附屬小學校	東京帝大教授	志垣寛	三好得惠	奈良女高師前校長	北野省體育課長	文部省體育課長	會本圖書助	大日本學校衛生	會文部省
文部省	東京帝大	志垣寛	三好得惠	奈良女高師	北野省體育	文部省體育	會本圖書	大日本學校	會文部省
入澤宗壽	博士	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽
教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者
と	と	と	と	と	と	と	と	と	と
教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育
精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神
〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六
進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき
教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界
の	の	の	の	の	の	の	の	の	の
権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威
入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽
の	の	の	の	の	の	の	の	の	の
蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄
を	を	を	を	を	を	を	を	を	を
傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒
する	する	する	する	する	する	する	する	する	する

版大社會資合式株書園洋東東東

版三	版一十	版五	版二十	版三	版三十	版五	版五	版十	版五
附屬小學校	東京帝大教授	志垣寛	三好得惠	奈良女高師前校長	北野省體育課長	文部省體育課長	會本圖書助	大日本學校衛生	會文部省
文部省	東京帝大	志垣寛	三好得惠	奈良女高師	北野省體育	文部省體育	會本圖書	大日本學校	會文部省
入澤宗壽	博士	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽	宗壽
教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者	教育者
と	と	と	と	と	と	と	と	と	と
教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育	教育
精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神	精神
〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六	〇・二六
進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき	進むべき
教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界	教育界
の	の	の	の	の	の	の	の	の	の
権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威	権威
入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽	入澤宗壽
の	の	の	の	の	の	の	の	の	の
蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄	蘊蓄
を	を	を	を	を	を	を	を	を	を
傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒	傾倒
する	する	する	する	する	する	する	する	する	する

版大社會資合式株書園洋東東東

雑誌はキンク、新聞は朝日、教育書は東洋圖書 (群馬・大塚善藏)……讀者の聲

【士富は山洋東は本】

御社の良心的出版に敬意を表してゐます (福島・池田勝治)……読者の聲

版六廿	版七十	版九	版七	版三	版八	版重	版重	版重
東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一
學級經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營
菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇
東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一
學級經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營
菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇
東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一	東京女高師 教授兼主事 北澤種一
學級經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營	學校經營
菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇

御社発行の書籍は常に私達の指針となる (愛知・長田春子)……読者の聲

版五	版十	版二十	版七十	版四十	版七十	版二十	版八十	版一十	版十八	版六十
東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次
學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營
菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇
東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次
學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營
菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇
東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次	東京女高師 教授兼主事 山内俊次
學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營	學級經營
菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇	菊二・八〇

【土 富 は 山 洋 東 は 本】

【書 圖 洋 東 は 書 育 教】

版六	版五	版重	版重	版重	版重	刊新最	版十三	版一十	版七
東洋大學教授 關寛之	文島理大教授 清原貞雄	東京高師訓導 吉川榮次	東京高師訓導 吉川榮次	東京高師訓導 堀之内恒夫	東京高師訓導 堀之内恒夫	東京高師訓導 堀之内恒夫	東京高師訓導 堀之内恒夫	東京高師訓導 堀之内恒夫	奈良女高師前訓導 野中吉光
兒童宗敎教育	日本精神概説	修身小學例話原據及其解説 卷下	修身小學例話原據及其解説 卷上	新修身教育書 四年用	新修身教育書 三年用	修身新指導書 卷二	修身新指導書 卷一	修身教育原論	修身學習の根本と其の實際
興三・五〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六	菊四・八〇 〇・三〇	菊三・五〇 〇・二〇	菊二・五〇 〇・一六	菊三・五〇 〇・一六	菊二・二〇 〇・一六	菊二・〇〇 〇・一六	興二・八〇 〇・一六	興二・五〇 〇・一六
兒童宗敎教育の根本的解決を如何にするか	見直したる日本精神を如何に把握するか	意項の異説を以て註を加へる	委員の著者が長年文部省修身課長として、修身教育の根本的解決を如何にするか	三定評ある眞實なる研究家である	著者堀之内先生は、明王の如き一人格者	一冊よくその修身指導法を詳述する	特別の影寫指導法を著者独自の作	針の影寫指導法を著者独自の作	著者は本邦修身教育の實際問題と

修身・公民參考書

必要不可缺の良書

貴社の圖書は名實共に東洋一なり (福島・長谷川孝平)……讀者の聲

刊新最	版一十	版六	版十	版五	版五	版五	版七	版三	版五	版五
社會教育官 千葉敬止	阿部信行閣下序作	補習教育主事 岡篤郎	補習教育主事 岡篤郎	東京高師教授 兼附屬小學主事 堀七郎	愛媛師範敎諭 田中圓三郎	小島大浦横井川 口幾尾中澤海上	奈良女高師 山路清水河野	東京高師訓導 小林佐源治	東京高師訓導 小林佐源治	東京高師訓導 小林佐源治
青年學校の經營	青年訓練所の經營	産業教化補習學校經營の實際	産業教化補習學校經營原論	學校園の新經營	各特別教室の經營	各學年の教室經營	尋五・六の學級經營	尋三・四の學級經營	尋一・二の學級經營	尋一・二の學級經營
興三・八〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六	菊三・三〇 〇・一八	菊四・五〇 〇・一八	菊三・八〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六	興三・八〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六	興三・五〇 〇・二六
昭和十年度より實施の青年學校の經營	訓練所の經營苦心詳述。記したる所悉く詳述	補習學校經營の實際問題と	補習學校經營の實際問題と	環境整理の観點に立ち及ぶ	室經營を體験家が實際的に研究されし	法を體験に基き分擔力作されたる名著	と3實際的に全問題を解決す	法詳示、六年級經營法を添ふ(特色)	法詳示、五年、六の經營法と複式各科指導	法と各科指導法詳示、尋一、二、三の場合

御社の出版物は堅實なる内容を有す (富山・倉谷庄太郎)……讀者の聲

【書圖洋東は書育教】

Table listing educational books with columns for author, title, and price. Includes titles like '我國體觀念の發達', '最近訓練原論', '式辭・訓話精義', '勅語詔書精義', '現代國民作法精義', '作法實習記錄', '公民教育', '小學校の公民教育', '修身の公民的研究'.

貴社は親切にして送本敏速なり (東京・佐伯義讀)……讀者の聲

【士富は山洋東は本】

Table listing educational books with columns for author, title, and price. Includes titles like '國語參考書', '國語教育大道', '國語讀本の縦斷的研究', '國語讀解指導と其實例', '國語學習上の諸問題と其の解答', '追體驗の讀方教育', '會心讀方指導實錄', '讀方學習活動の實際とその説明', '讀方學習原論', '表現と鑑賞'.

國語參考書

權威ある著者 選されたる内容 必要不可欠の良書

價値ある圖書は價値高き御社から (北海道・工藤由太郎)……讀者の聲

【書圖洋東は書育教】

Table listing educational books from Toyo Shoten, including titles like '現代詩鑑賞' and '小學國語讀本指導精案', with columns for author, title, volume, and price.

貴社御發行の教育書は斯界に光明を與ふ (岡山・三宅壽雄)……讀者の聲

版大社會資合式株書圖洋東京東

【土富は山洋東は本】

Table listing educational books from Toyo Shoten, including titles like '小學國語讀本指導精案' and '高等小學讀本', with columns for author, title, volume, and price.

日本教育の發展は御社の書籍から (栃木・影澤慶一)……讀者の聲

版大社會資合式株書圖洋東京東

【書圖洋東は書育教】

Table listing educational books with columns for author, title, price, and publisher. Includes titles like '高等小學讀本' and '綴方學習指導書'.

優良書の購讀は先づ東洋圖書へ（鳥取・徳本正義）……讀者の聲

【本は東洋山は富】

Table listing educational books with columns for author, title, price, and publisher. Includes titles like '新しい書方學習法' and '綴方手本'.

東洋圖書は出版界の燈臺也（愛知・本多藤一）……讀者の聲

【書圖洋東は書育教】

Table of educational books including titles like '日本精神の宣揚 國史の見真教育', '國史學習の根本及其の實際', and '國史學習上の諸問題と其の解答'. Includes author names like 奈良女高師訓導 and 大松庄太郎.

貴社の圖書は教育者にとって一の燈臺なり (北海道・高橋京二)……讀者の聲

【士富は山洋東は本】

Table of educational books including titles like '理科參考書', '理科學習原論', '理科學習指導實際', and '理科指導壹百回'. Includes author names like 奈良女高師訓導 and 鶴居滋一.

貴社の出版物は實際的にして時代の尖端を行く (愛知・福井且治)……讀者の聲

【書圖洋東は書育教】

Table listing educational books with columns for author, title, edition, and price. Includes titles like '東京市視學 藤本光清 改正要目標準小學校體操教程' and '奈良女高師教授 御田重ハ 教育ダンス'.

貴社の書籍は親切丁寧且廉價にして權威あり (奈良・松本殿)……讀者の聲

【本は東洋山は富は】

Table listing educational books with columns for author, title, edition, and price. Includes titles like '女子學習院教授 上甲二郎 尋常小學圖畫' and '奈良女高師教授 御田重ハ 教育ダンス'.

貴社の研究と努力に感謝す (朝鮮・裴基勳)……讀者の聲

【士富は山洋東は本】

版七	版十	版六	版八	版八	版十	版五
文部省 千葉教育官 敬止	九州帝國大學教授 小出滿二	千葉高等園藝校長 松井謙吉	奈良女高師教授 石澤吉磨	奈良女高師教授 石澤吉磨	奈良女高師教授 石澤吉磨	奈良女高師教授 須山法香齋
小高等 農業教育原論	農業教育	農村並農業教育	農業・商業參考書	家事新指導法 第二學年用	家事新指導法 第一學年用	家事新指導法 第一學年用
四三・八〇 〇・二六	四三・五〇 〇・二六	四三・五〇 〇・二六	四三・八〇 〇・二六	四三・八〇 〇・二六	四三・八〇 〇・二六	四三・五〇 〇・二六
高等小學校教師養成所 農業教育原論	著者は農業教育に 著書は農業教育に 著書は農業教育に	行政官としての農業 行政官としての農業 行政官としての農業	編者 編者 編者	編者 編者 編者	編者 編者 編者	編者 編者 編者

御社の教育書は安価で内容豊富見事なものです (埼玉・加藤謙吉)……讀者の聲

【書圖洋東は書育教】

版二十	版四	版重	版重	版五	版六	版九	版三十	版七	版十
東京高師 鍋佐藤島松尾	東京高師 鍋佐藤島松尾	天王寺商業校長 高松橋本福喜	天王寺商業校長 高松橋本福喜	天王寺商業校長 高松橋本福喜	天王寺商業校長 高松橋本福喜	文部省 千葉教育官 敬止	文部省 千葉教育官 敬止	文部省 千葉教育官 敬止	九州帝國大學教授 小出滿二
模範 代數講義 下巻	模範 代數講義 上巻	高小簿記指導書 複式篇	高小簿記指導書 單式篇	高小簿記指導書 卷下	高小簿記指導書 卷上	小學農業指導書 下巻	小學農業指導書 上巻	小學農業教育原論	農業教育
四一・八〇 〇・二六	四一・五〇 〇・二六	四二・八〇 〇・二六	四二・二〇 〇・二六	四二・五〇 〇・二六	四二・五〇 〇・二六	四二・五〇 〇・二六	四二・五〇 〇・二六	四二・八〇 〇・二六	四二・五〇 〇・二六
東京高師 鍋佐藤島松尾	東京高師 鍋佐藤島松尾	天王寺商業校長 高松橋本福喜	天王寺商業校長 高松橋本福喜	天王寺商業校長 高松橋本福喜	天王寺商業校長 高松橋本福喜	文部省 千葉教育官 敬止	文部省 千葉教育官 敬止	文部省 千葉教育官 敬止	九州帝國大學教授 小出滿二

生徒・兒童用書

權威ある著者
必要不可欠の内容

安心して買へる貴社發行の書籍 (廣島・匠靖義行)……讀者の聲

276
698

