

(バッター)

以上の八呼間を四回行ひて三十二呼間で一回轉をする。

三十二呼間

三

(一)で二歩前進する。(三)(四)で軽く駈歩二歩する。(五)右足一步前に出して兩手を後より頭上に舉げ、體を前倒すると同時に兩手を伸したまゝ地につける。(六)休止する。(七)左向直立。(八)休止する。(ランナー)

以上の八呼間を四回行ひて三十二呼間で舊方向を向く

三十二呼間

四

(一)半屈膝して兩手を膝の間に合せる。(二)休止する。(三)右膝を屈げて右に一歩出し、體重を右にかけ、左手を左に伸し、右手を右に伸して握り、(四)休止する。(五)右足を左足の左に體を回轉して踏み出すと同時に右手を左に伸して球を投げる。左手を後ろに振る。(六)休止する。(七)直立姿勢となる。(八)休止する。(キャッチャー)

以上の八呼間を四回行ひて三十二呼間で元の位置にかへる。

三十二呼間

五

(一)(二)駈歩で前進して終りに跳躍する。(三)兩手を頭上に合せ直ちに着陸して半屈膝をする。(四)休止する。(五)(六)(七)(八)一の(五)より(八)に同じ動作をする。(ショート)

以上の八呼間を四回行ひて三十二呼間で一回轉する。

三十二呼間

六

(一)右足屈膝一步左に出して兩手を左肩の高さに側方へ合せる。(二)休止する。(三)體重を右にかけて右膝を屈し、右手を握りて右に伸し、左手を左に伸す。(四)休止する。(五)より(八)まで四の(三)から(八)に同じ動作をする。(ファスト)

以上八呼間を四回行ひて三十二呼間で一回轉をする。

三十二呼間

其一八 ニュー、ヒール、エンド、トー (New Heel and toe)

排列

二列側面圓陣を作りて側接姿勢で右手と右手、左手と左手とをとりしむ。

方法

一 通常歩。

八呼間

二 足尖歩。

八呼間

三 氷滑歩。

八呼間

(一)右足を足尖の方向へ摺り出し、(二)左足を引き付け、(三)左足を足尖の方へ摺り出し、(四)右足を引き付け、(五)(六)(七)(八)は前要領で交互に行ふ。

四 後置歩

(一)右足を前方へ踏み出し、(二)左足を右足に引き付け、(三)又右足を前方へ踏み出し、(四)左足を右足の後に引き付け、左足の足尖を軽く板上につけ體重を右足に托す、(五)(六)(七)(八)は左足で前要領の如く行ふ。

八呼間

五 ヒール、エンド、トロー。

(一)左足を一步前方に踏み出して踵を板上につけ同時に右足を少しく屈す。(二)右膝を伸ばすと同時に右足尖を右足に引き付け、(三)左足を一步前方へ踏み出し

右足を左足の踵に引きつける。(四)左足を前方へ踏み出し、(五)(六)(七)(八)は前要領で右足で行ふ。

六 階段歩。

八呼間

(一)左膝を十分屈して足尖をたれしめて脚を挙げ、(二)足尖より地上におつるが如く脚を下ろし、(三)(四)は前要領で右足で、(五)(六)(七)(八)は前要領で之を繰り返す。

七 水鶏歩。

八呼間

(一)と(二)(三)と(四)と踏み付けて、(一)右足を一步踏み出し、トは急速に左足を前なる右足の踵に近く踏みつけ、(二)右足を一步前へ踏み出し、(三)と(四)とは左足で、(五)(六)(七)(八)は同上を繰り返す、(八)の時兩手を腰にとる。

八呼間

八 各生は外方及内方にバランス一回づゝ及外方に歩行回轉一回。

八呼間

九 各生は内方及外方にバランス一回づゝ及内方に歩行回轉一回。

八呼間

一〇 單式蘇格蘭土跳躍。

右足 水鷄歩を行ひ、後上跳躍をなす、次に左足、右足で行ふ、終りに對向して
兩手を把る。

八呼間

一一 先頭ヘガロツプ。

八呼間

一二 後尾ヘガロツプ。

八呼間

一三 跳躍旋回。

十六呼間

(右手と左手とをとりてスプリング)

其一九 ラウンド、アバウト (Round About)

排列

一列正面圓陣を作る。

方法

第一段

一 フォーア、エンド、バック。(前へ後へ連手のまゝ)

八呼間

二 左生は右生を圓内に導きて黙禮をなす。

八呼間

三 左生のバランス。(連手して右方へ二連歩及び左方へ二連歩)

八呼間

四 ターン。(對向せしまゝ旋回して各舊位置に復る)

八呼間

五 隣生と左生ターン、相手と右手ターン。(隣生と左手右旋回、相手と右手左旋回
を行ふ)

十六呼間

次回は左生を圓の内方に導き黙禮して以上の運動を復演するものである。

第二段

排列

一列正面圓陣を作る。

方法

- 一 フォーア、エンド、バック。(前へ後へ、連手のまゝ) 八呼間
- 二 左生は右生を導きて黙禮を行ふ。 八呼間
- 三 左生のバランス。(連手して右方へ二連歩及び左方へ二連歩) 八呼間
- 四 ターン。(對向せしま、旋回して各舊位置に復る) 八呼間
- 五 隣生と左手ターン、相手と右手ターン。(隣生と左手右旋回、相手と右手左旋回を行ふ) 十六呼間

次回は左生を圓の内方に導き黙禮して以上の運動を復演するのである。

第三段

排列

一列正面圓陣を作る。

方法

- 一 フォーア、エンド、バック。(前へ後へ、連手のまゝ) 八呼間
- 二 左生は右生を導きて黙禮を行ふ。 八呼間
- 三 左生は右隣の右生を新對手として、先頭の方へ外足より水鷄歩を行ふ。 八呼間
- 四 追歩。(四)と(八)で位置を交換す。 八呼間
- 五 水鷄歩を以て左旋回をなす。(右手をとりて) 八呼間
- 六 追歩。(四)と(八)で位置を交換する) 八呼間

第四段

排列

一列正面圓陣を作る。(第一對第二對に分つ)

方法

- 一 フォーア、エンド、バック。(前へ後へ連手のまゝ) 八呼間
- 二 水鷄歩。(相手と内側の手を取りて外足より先頭の方へ進む) 八呼間
- 三 追歩。(四)と(八)で位置を交換する) 八呼間
- 四 一番生バランス。(二番生單式蘇格蘭土跳躍、(第一)で一番生の開いた間を通過す) 八呼間
- 五 追歩。(四)と(八)で位置を交換する) 八呼間
- 六 二番生バランス。(一番生單式蘇格蘭土跳躍(第一)で開いた間を通過する) 八呼間
- 七 追歩。(四)と(八)とで位置を交換する) 八呼間

其二〇 コントラ、ダンス (Contra dance)

排列

對向二列横隊で其間は約五歩位にして先頭より一二三四の番號を附す、(先づ一組を八人又は十人位にして行ふを可とす) 説明は八人を一組として左に記す。

方法

- 一 第一列の一番、第二列の四番中央に進み出で禮をなして舊位置に復る。 八呼間
- 二 第二列の一番及第一列の四番同上。 八呼間
- 三 第一列の一番第二列の四番中央へ前進右手ターン。(右手旋回舊位に復る) 八呼間
- 四 第二列の一番第一列の四番同上。 八呼間
- 五 第一列の一番第二列の四番左手ターン。(左手旋回舊位置に復る) 八呼間
- 六 第二列の一番第一列の四番同上。 八呼間
- 七 第一列の一番第二列の四番兩手を把りて左手ターン。 八呼間

(兩列の中間で兩手を取りて左旋回をなし各舊位置に戻る)

八 第二列の一番第一列の四番同上。

八呼間

九 第一列の一番第二列の四番兩手を取り中央で右手ターン。(舊位置に戻る)

八呼間

一〇 第二列の一番及第一列の四番同上。

八呼間

一一 第一列の一番及第二列の四番ドザド。(左方より右方へ舊位置に戻る)

八呼間

一二 第二列の一番及第一列の四番同上。

八呼間

一三 第一列の一番及第二列の一番右手ターン。(中央で左旋回)

四呼間

一四 同生組の二番と左手ターン。(二番の位置で右方旋回)

四呼間

一五 一番生兩人右手ターン。(中央で左旋回)

四旋間

一六 同生は組の三番と左手ターン。(三番の位置で右旋回)

四呼間

一七 一番生兩人中央で右手ターン。(中央で左旋回)

四呼間

一八 同生組の四番と左手ターン。(四番の位置で右旋回)

四呼間

一九 一番生兩人右手ターン(四呼間)次で(五)(六)の間に左手を體前で取り先頭の方に面す、(七)(八)呼間は休止

八呼間

二〇 兩生は先頭の所へ進む(四呼間)横列の先頭となる、終りの四呼間に二番三番四番は先頭の方に向き縦列となる。

八呼間

二一 兩列とも外方に折れて進み、一番は四番の位置を占めて對向す。

八呼間

二二 二番三番四番は一番の前を通過し、一番二番三番の舊位置に着きて對向して四人連手をなす。

八呼間

二三 兩列フオーア、エンド、バック。(前へ後へ)

八呼間

以上引續き尙ほ三回行ひて各生舊位に復す。

其二 カレドニヤンス (Caledonians)

第一段

禮(十六拍子)

- 一 一番二番のムリネ。(右手及左手十字旋回) 十六呼間
 - 二 一番二番セット、エンド、ターン。(蝶番歩及旋回) 十六呼間
 - 三 一番二番レデイス、チェーン。(右生連鎖歩) 十六呼間
 - 四 ハーフ、プロムネード。(位置交換右方を通る) 八呼間
 - 五 ハーフ、ライト、エンド、レフト。(位置交換) 八呼間
- 三番四番、一番二番、三番四番順次之を復演する。

第二段

- 一 一番の左生フォア、エンド、バック、二回。(前後へ二回) 十六呼間

(又は一番二番フォア、エンド、バック及前へ禮)

- 二 各伍セット、エンド、アット、コーナース。(隣生と蝶番歩及旋回右生交換をなす) 十六呼間

隣生とターンをなして終に左手と左手、右手と右手とをとりて右向圓形の二列縦隊となりて右生外側右につれる。

- 三 グランド、プロムネード。(新相手と兩手をとりしまゝ大散歩をなす) 十六呼間

二番、三番、四番の左生より順次之を復演する。又は三番四番、一番二番、三番四番より順次之を復演する)

第三段

- 一 一番の右生、二番の左生、フォア、エンド、バック。(前後へ) 八呼間
- 二 同上二人前へ進みターンをなして後へ、(又はドサドをなす) 八呼間

- 三 一番二番クロツス、オーヴァー。(位置交換一番中央二番外方通過) 八呼間
 - 四 同上バック、ツー、ブレース。(位置交換二番内方一番外方通過) 八呼間
 - 五 セット、エンド、ターン、アット、コーナース。(隣生と蝶番歩及旋回) 十六呼間
 - 六 八人連手フオーア、エンド、バック。(前へ後へ) 八呼間
 - 七 自伍のものとターン。(相手と左旋回) 八呼間
- 三番の右及四番の左、一番の左及二番の右、三番の左及四番の右。(又は三番四番、一番二番三番四番より順次之を復演する)

第四段

- 一 一番の右生二番の左生は初めの四拍子に前へ進み禮、次の四呼間に一番の左生二番の右生前進して禮をなす。 八呼間
- 二 一番二番とも自伍のものとターン。 八呼間

相手と左旋回をなして舊位置に復り、最終に各右生は右轉回、各左生は左轉回をなし、自伍のものと背面的となりて隣生と相對向する。

三 各對の右生は右へ、左生は左へ、(隣生と向ふ)四呼間のバランス次で四呼間のターンをなし續きて禮をなす、各對は對向の位置で自伍のものに逢ふ、こゝで兩臂を組みみて右生を右に連れて右向する。 三十二呼間

四 グランド、プロムネード (大散歩) 十六呼間
各對は對向の位置より大散歩し、一周して對向の位置に停止する。

第二回には對向の位置より運動を始む。
第二回の終りには各自舊の位置に復る。
三番の右及四番の左、二番の右及一番の左、四番の右及三番の左より順次之を復演する。

第五段

- 一 一番二人プロムネード。(徐々に組内を右より左に旋りて舊位置に復る) 十六呼間
- 二 各對の右生四人前へ禮後へ。 八呼間
- 三 各對の左生四人前へ禮後へ。 八呼間
- 四 セット、エンド、ターン。(各自伍蝶番歩及旋回) 十六呼間
- 五 グランド、チェーン、ハーフ、ラウンド及禮。
各對は對向右手を連ね左に避けてグランド、チェーンを始め、對向の位置で相手と禮をなし、最終に臂を組みめてプロムネードの準備をなす。 三十二呼間
- 六 ハーフ、プロムネード。(舊位置に復る) 八呼間
各對は兩臂を前方に組みめて舊の位置に復る。(グランド、プロムネードの二分の一)
- 七 右手ターン。(右手旋回) 八呼間
- 八 シャッセ、アクロツス、エンド、ターン、アット、コーナース、二回。

十六呼間

各對は(右生は左生の前通過)左及右方に横切りて隣生と右手を以て二分の一の旋回をなす(八呼間)次に右生は後方通過して舊位置に復り、隣生と左手を連ねて二分の一左旋回をなす、全く各伍とも舊位置に復る。

二番、三番、四番より順次之を復演する。

其二
コチロン、クワドリール (Cotillon Quadrille)

第一段

禮。(十六拍子)

- 一 一番二番ライト、エンド、レフト。(位置を交換す) 十六呼間
- 二 右側對とレデイス、チェーン。(連鎖歩) 十六呼間
- 一番と三番、二番と四番の右生は連鎖歩を行ふ、第二回には三番と二番、一番と

四番、第三回には一番と四番、二番と三番、第四回には三番と一番、二番と四番と連鎖歩。

第一回及第三回には一番と二番、第二回第四回には三番と四番と主とする。

三 八人連手フォア、エンド、バック。(前へ後へ) 八呼間

四 自伍のものとターン。(両手左方旋回) 八呼間

五 グランド、プロムネード(大散歩) 十六呼間

三番四番、一番二番、三番四番より始め順次之を復演する。

但し第三回及第四回の時は左側とレデイス、チェーンを行ふ。

第二段

一 一番三番フォア、エンド、バック。(前へ後へ) 八呼間

二 同上四人ライト、エンド、レフト。(位置交換) 十六呼間

三 各生ムリネ、(右生四人十字旋回左及右へ)左生位置を交換する。 十六呼間

四 自伍のものと両手ターン。(左方旋回) 八呼間
三番四番、一番二番、三番四番より始めて順次之を復演する。
但し一番二番より始むる時は右生、三番四番より始むるときは左生はムリネをなし、他生は位置の交換をなすのである。

第三段

一 一番二番は右側對に行きて黙禮をなして四人連手左へ右へ旋回。 十六呼間

一番は三番に、二番は四番に、前に行きて軽く禮をなし、次に連手左に四歩、右に四歩進みて次に軽く禮をなし、一番二番は舊位置に復る。

二 一番二番レデイス、チェーン。(右生連鎖歩) 十六呼間

(第一回第三回は 一番二番のチェーン 第二回第四回は 三番四番のチェーン)

- 三 レディース、ダブル、チェイン。(各對右生連鎖歩) 十六呼間
- 一番と二番、三番と四番同時にレディース、チェインを行ふ。
- 四 グランド、プロムネード。(大散歩) 十六呼間
- 三番四番、一番二番、三番四番より始めて之を復演する。(第三回第四回の時は左側對に行ふ。)

第四段

- 一 一番の右生右側對に行きて禮。 八呼間
- 一番の右生は三番に行き三人軽く禮を行ふ。
- 二 三人連手左ターン、右ターン。(左旋回右旋回) 八呼間
- 左足より始め四呼左方に四呼右方に旋回終に軽く禮をなす。
- 三 一番三番の右生二人は次對二番に行きて禮。 四呼間
- 四 四人連手左ターン四呼、右ターン四呼。(左右旋回各四呼宛) 八呼間

- 五 一番三番二番の右生三人は次對四番に行きて禮。 四呼間
- 六 五人連手左ターン四呼、右ターン四呼。(左右旋回) 八呼間
- 七 一番三番二番四番の右生四人は一番の左生の前に行きて禮。 四呼間
- 八 五人連手左ターン、右ターン。(左右旋回) 八呼間
- 九 中央で右生四人連手左ターン、右ターン、左生位置交換二回。 十六呼間
- 右生連手左右旋回をなす時同時に左生は位置の交換をなし舊位置に復る、一番は三番と二番は四番と二回位置交換して各舊位置に復る。
- 一〇 自伍とセット、エンド、ターン。(蝶番歩及左旋回) 十六呼間
- 一一 グランド、プロムネード。(大散歩) 十六呼間
- 二番、三番、四番の右生より順次之を復演する。

第五段

- 一 各伍左生は左向き、右生は右向きとなり、各伍の右左生は四呼間のバランス及互

に兩手をとり四呼間に左ターン(左旋回)をなし、前の伍に移り、前の右生の位置を占む、(左生は其の位置にありて媒介者となりて前進せず、右生の相手となりて右生を進ましむ)以上續きて繰り返へして行ふ。

三十二呼間

二 レデイス、ダブル、チェーン。(右生連鎖歩、重複)

十六呼間

三 グランド、プロムネード。(大散歩)

十六呼間

四 グランド、チェーン。(中央及最終に禮)

十六呼間

各伍對向右手を連ね左に避けて八人で連鎖歩を行ひ對岸で黙禮し、續いて行進し終りに禮を行ふ。

五

セット、エンド、ターン、(蝶番歩及旋回)左生、右生、左生の前進で之を順次復演する。第二回及第四回の時セントル、メンス、ダブル、チェーンを行ふ。左生連鎖歩を行ふ)

第四章 走技・跳技及投技

第一節 走 技

其一 競 走

走技には短距離、中距離、長距離等の種類があるが、小學校に於ては先づ五十米突競走、百米突競走、二百米突競走、四百米突競走の種類を探るが適當であらふ。

右は一般競技會の短距離競走の部類に屬するものであるが、尙八百、千六百或は其れ以上の競走をさせ様とする時は相當に考慮を拂はなければならぬ。

短距離競走の走路(Course) 普通二百米突までは直線走路であるが、(場合による

と二百米突は直線走路でない事もある。短距離競走の場合は普通各自の走路が定められてあつて、他の競技者の走路を冒してはならぬ事になつてゐる。

短距離競走のスタート(Start) 短距離競走では特にスタートが大切である。随つて種々の方法が研究されてゐるが其の中で最も廣く用ひられてゐる方法はクラウチングスタート(Crouching start)でクラウチングスタート(Crouching start)とは蹲踞發走法で、直立發走法(スタンディングスタート)(Standing start)に對する名稱である。

イ 準備 この方法によるには先づ出發線(スタートライン)(Start line)の後方に前後二つの穴を作る事が必要である。これはピストルの合圖と同時に兩足尖で強く地面を蹴つて發走するに大切なものである。

前の穴は出發線から約〇、一米突後方に作り、後方の穴は後脚の足尖を入れて膝を屈げれば丁度其の膝頭が前定の内踝の邊に届く位の距離に作る。

此の兩穴の中、後穴の作り方は前はなだらかに後壁は垂直に作る。これは發走の際蹴り出す足尖には障礙なく、然も後壁で十分に蹴る事の出来るためである。次に前穴は前後共に垂直よりもやゝなだらかな勾配に作る。それは前足の蹴り出す方向か後足とは異つて斜前上方に蹴るためである。穴の深さは靴裏全部のスパイクが力強く掛かる程度でなければならぬ。凡そ三寸位あれば宜い。足尖の蹴出す方向の異なる關係上前穴は後穴より稍々浅いのが有利な譯である。

ロ スタート(Start) 先づ第一に考へねばならぬことは、其の穴への入り方である。此の穴は短距離競走の生命とまで言はれて居るものであるから最も大切にしなければならぬ。随つて先づ最初に前足を入れ、然る後後足を垂直にして入れるのであつて、若し入れ方が悪くて後穴の絶壁を崩したならば後足で踏み付ける力が弱くなり、随つて出發も遅れることになる。

出發の合圖は三段になつて居る。一、オン・ユア・マーク、二、ゲット・セット又はレディーの豫告の後、三、ピストルショットと言ふ順序である。

オン・ユア・マーク (On your Mark) (**オン・ザ・マーク**) (On the mark) 此の合圖で競走者は出發線上に位置し、兩足尖を前後の穴に入れ、前方の膝は立て後の膝は地に着け——臀部を踵にのせ兩腕は軽く地上に置く——自然に樂に置く事が必要である。

ゲット・セット (Get set) 此の合圖で後足の膝を舉げ兩手をつき上體をやゝ前方に傾けてピストルショットを待つ。此の姿勢に於ける兩手の幅は肩幅を適當とする。而して兩手は出發線の内邊に沿ふて置き、拇指は内側に他の四指は揃へて外側に置き全部の指端で軽く上體の重みを支へる。後足は膝部を踵部よりも稍々あげ、足尖は後穴の後壁と密着する。頭は適當にあげて、自然に十米突位の前面が見へる様にする。

ピストル・ショット (Pistol shoot) 出發の合圖である。此の合圖を聞くや否や右(左)腕を後上方に、左(右)腕を斜め前上方に強く振りて發走動作の發端を作る。後足は同時に穴の後壁を十分に蹴り、體を正しく前方に進める原動力を與へ、前足は同時に穴の後壁を蹴つて上體を斜め前上方に躍進せしめる原動力を與へる。此の三動作につれて

いち早く後足を前に踏み出す。兩手は十分に振り、恰も飛鳥の如くに兩足の蹴りによつて與へる原動力を十分に活用し得る發端の動作をなすのである。

注意

- イ 出發の第一歩は大腿に出てはいけない。
- ロ 體は出發線から十米突位の所まで見られる様に眞直に起すこと。
- ハ 臂は大きく速く然も前後に振るべきこと。
- ニ 腰は早く交さねばならぬ。
- ホ ビツチを速かにすること。
- ヘ 足尖は眞直に向かねばならぬ。
- ト 體の動搖を防がねばならぬ。

百米突(百碼)の走り方 短距離競走に用ふる走法は「スプリンティング」(Sprinting)と稱して少しの緩みもなく全力を盡して疾走するのである。故に此の走法を全力疾走

とも呼ぶ。頭は常に正しく前方を見得る位に据へる。競走中に頭を上方に向けて顎を突き出し又は他の走者を顧みる習慣をつけるのはよくない。最後の三十米突はどしなれば競走は益々激烈になり、疲労して来るからやゝもすると頭の姿勢が亂れ易い。頭部の亂れは全身の亂れる始めであることに注意せねばならぬ。

蹲踞法第一歩に於ける最初の動力は兩腕を巧妙に而も敏捷に振り出すことから生れたのだが、愈々スプリントに移つてからも兩腕の振搖は走力に大なる關係を持つて居る。最近短距離競走の旺んな米國にては『ピストン・ロット』の様に振るのがよいと言はれて居る。

上體は普通地面と三十度の角度をもつ位が適當であると言はれて居る。尙全力は疾走の成績に密接なる關係をもつて居るのは腰部である。兩脚の動作に伴れて腰部を速かに交はすときは歩幅を広めるに有効であり、而も一直線上を走ることが出来る。

短距離競走は上體を十分前に傾ける關係から股を高く舉げねばならぬ。而して足頸

關節を固定して足尖を以て走り、可成着陸の時間を短くすることが肝要である。

腕の振りと共に兩肩を巧みに前後に裏返して、腰の捻りと脚部の運びとを容易ならしむることが肝要である。以上は大體の説明上別々に述べたのであるが、終極の目的は腕も腰も脚も一糸亂れぬ統一ある動作となるにある。

二百米突(二百二十碼)の走り方 二百米突競走も百米突競走と共に短距離競走の一種であるから、其の走法も練習も亦其の外の注意事項も百米突の要領と大同小異である。今其の相違の點を挙げれば左の様である。

別	走	法	呼	吸	走	路
百米突競走	スプリント	テイニング	一	息	直	線
二百米突競走	ロング	スプリント	輕く	數息	曲	線

要するに二百米突競走に於ては不斷の努力を怠つてはならぬ、二三の注意事項を擧ぐれば、

- イ 呼吸は軽く、
- ロ 股を廣く、
- ハ 跳躍力の強きこと、

審判規定

一 出發位置と合圖

- イ 出發點に於ける位置は抽籤を以て定むるを原則とする。
- ロ 出發の合圖は發砲を以てす。(但し學年により競技により他を用ふることがある)
- ハ 不正の出發が行はれたと認められた時は假令合圖の後と雖も中止さす。
- ニ 過失……左の場合には出發を再びさす。
合圖前の身體の何れの部分と雖も出發線前の地面に觸れた時。

三 走路

走路の制限……特別のレース以外はオープン、コースとする。特別の場合のコースは石灰を以て區劃する。
走路の變更……

- イ オープン・コースの場合に他人を超走せんとする場合には二歩以上先んじた時に限りて内側の走路に移ることが出来る。
- ロ 最後のカーブを過ぎた後は如何なることがあつても現に自分の走れる走路を直走せねばならぬ。

(註) オープンコースとは各競技者の走路を區劃しない場合のこと。

四 決勝

- イ 決勝線を走者の胸又は腹部を横切りたる順序を以て勝敗の順位を定める。
- ロ 判定の便宜上テープを走路に直角に地面に平行に張る。
- ハ テープに觸れるには胸又は腹部ですること。手で攫むでは反則である。

五 反則 一次のことは反則として競走權を奪ふことがある。

イ 他の走者を超走せんとする目的で他の走者の身體に觸れたる時。

ロ 他の走者が超走せんとする時にこれを妨害する目的を以て肘又は腰等の體軀で其の進路を遮らんとしたる時。

ハ 他の走者を超走し又は超走者を妨ぐる目的で故意に斜行して進路を奪ひ妨げんとしたる時。

ニ 走路を制限せられた時に他の走路を犯した時。

ホ 走路の變更の規約に反した場合。

其二 ハードル、レース

ハードル・レースには一般競技としては百十米突ハイハードル・レース、二百米突ロ
ー・ハードル・レース等の種類があるが、小學校では百米突の距離に一般競技に使ふ

一 ハードル、五個を出發線から二十米突の所に一個以下各々の間を十五米突とし、最後のハードルから決勝線までを二十米突として行ふが適當であらう。

競技規定

一 競技中に一個のハードルを倒した時は先着であつても唯勝つただけで記録保持者とはならない。

二 競技中に二個以上のハードルを倒した時は競技より除く。

三 競技中にハードルを超えないで其の横を通つたり又は脚をハードルの横に出した時は、反則として競技より除名する。

練習方法

一 發走とハードル間の走り方

二 發走法は短距離と同じ方法で宜しい。出發から第一のハードルまでを十二歩で走るが良からう。十二歩目はハードルから三、四尺手前の位置で踏切るのである。

各ハードルの間は八歩で走る。

二 ハードルの越え方

ハードルの手前で踏切つた足が左であるとすれば、右脚は出来る丈伸して真前に蹴り上げ、同時に踏切つた左足も地を距れる。兩腕は體の平均を保つ爲めに右腕を後ろ左腕を前に振る。體がハードルの眞上に來た時の姿勢は、上體は十分前に屈指左足の膝は左の方に開き足先きはハードルに觸れない様に足頸の關節を曲げて踵と足尖の線が地面と平行する様にすることを忘れてはならぬ。要するに右脚がハードルを越えて地に着くと直ちに左脚を前に運んで走り、而してハードルを越える時は、跳び越すのでなく股ぎ越すといふ様にして決して高く跳ばぬことが最も注意すべき主眼點である。最上なる要領は滑らかに這つて行く様に走るのがよろしい。

其三 リレー・レース (Relay Race)

リレー・レースには四百米突、八百米突、千六百米突等があるが何れも四人を一組とし、各人四百米突では百米突、八百米突では二百米突、千六百米突では四百米突つゝ走るのである。

この競技で競技者は自分の組の次の競技者に順次木棒を渡すことになつてゐる。

木棒は周り〇、一二米突(約四寸)長さ〇、三三米突(約一尺)で中空である。重さは五十瓦(約十三匁)より軽くしてはならないことになつてゐる。それは一般競技の規定であるが小學校でもこれで差支へはない。

競技規定

- 一 出發線の前後各十米突の地上に出發線に平行に引いた白線(二十米突)の間で必ず木棒を渡すこと。

- 二 バトンには必ず手渡しするので、之を投げたり、落したりしたものを次の競技者が拾つてはいけない。
- 三 他の組の走路^{コース}を妨害してはならない。

練習方法

「バトン」の受渡し方

この競技で一番大切なことは「バトン」の受渡しである。一般に四百米突、八百米突の時には行はれる方法と、千六百米突以上の時には行はれる方法と二つある。

- 一 四百米突、八百米突リレー・レースの時の「バトン」の受渡し方。
 - イ 「バトン」を渡す者は普通左手で、受取る者は右手を用ふ。
 - ロ 渡す者は「バトン」の一方の端を少しく斜右前上に向けて他方の端を握り、臂を充分伸して走り乍ら差出す。
 - ハ 「バトン」は受取る人の掌の中に渡す人が入れてやる様に渡すのである。

ニ 次の人が完全に握つてしまふまで手を放さずに、右臂に平行するやうにして一緒に走り乍ら渡すのである。

ホ 受取る者、自分の「走路」の左側に立つて左足を前に出し、體を前に傾けて右臂を後に上げ、掌は上方に向け、拇指を開きて他の四本の指を揃へる。後に舉げた手の高さは「バトン」を渡す者が走つて來て其のまゝの體勢で渡すこととの出来る様にする。

ヘ 渡す者が近づいて來たならば速力を考へ、體も頭も前に向けて後方を見ることがなく走り乍ら受取る。

ト 「バトン」を受取つたなら直ぐに他の端を左手に持ち更へる。

ニ 千六百米突リレー・レースの時の「バトン」の受渡し方
イ 渡す者の方は大體の場合と同様でよいが渡す時に斜に持たないで殆ど垂直に立て、持つ。

- 受取る者は右手の拇指を他の四本から離し、少しく手首を屈げて掌を後方の走つて来る人の方へ向けて體も半ば後方に向けて居る。
- ハ 渡し方は小と同じであるが渡す者の疲れが小の場合より多いから受取る者は後方を向きながら渡す者の走る力を見て適當に走り乍ら受け取る。

第二節・跳 技

其一 走幅跳 (Running Breadth jump)

設 備

- 一 幅〇、二米突(六寸六分)長さ二米突(六尺六寸)厚さ〇、一米突(三寸三分)以上の角材を地面に平行に埋めて之を踏切線とす。踏切線より先は普通砂等を入れて着陸點を柔かにする。

- 二 踏切線前一、八二米突(約六尺)の所に踏切線に平行に白線を引いて之を「ポークライン」とする。

競技規定

- 一 跳躍は踏切板の上又はそれより後方から片足で踏切ること。
- 二 跳躍前はいくら走つてもよいが、ポーク・ラインを越えて跳躍しないと一回のポークとなり、二回續けてポークすれば一回跳躍に失敗した事になる。
- 三 跳躍をしゃうとして踏切つた足の一部分でも踏切線を越えて地上に觸れたとき、又は踏切線を越えて跳躍しなかつた時は一回の跳躍とし、距離は測らない。
- 四 各競技者は三回づゝ跳躍し、その内一番良い成績を得たもの四名を選んで更に三回づゝ跳躍させて順位を定める。但しこの場合は三等までとす。
- 五 跳躍の距離は踏切板の外側から競技者が跳んでから地上に印した一番近い點までを踏切線と直角に測る。

六 成績は各競技者が前後六回の跳躍中で一番多く跳んだものから順に一等二等三等を定める。

練習方法

助走の要領

この競技は走る速力を利用して跳ぶのであるから、適當の距離から短距離の時の様に全速力で走つて、踏切線の所で其の速度が最高點に達する様にしなければならぬ。それには普通二十米突以上三十米突位が適當であるが、始めから全速力を出さずに漸次速力を加へて踏切線から十二歩位の所から全速力を出すがい。

踏切の要領

どんなによく走つても踏切線に正しく利足きあしが合はなければ駄目であるから、各人が各々走る距離を測つて正しく踏切る練習をしなければならない。

それには先づ踏切線から普通の歩幅で十二歩の所で印を置き、尙二十四歩三十六歩の點にも印を置いて、十二歩の間を六歩で走り、各の印の位置に利足(左又は右)を合せる様にして走つて行けば大概正しく踏切る事が出来る。かうして正しく踏切りの合ふ様に少しは十二歩の印を前後に動かして見て、最後に自分ほどれ丈の距離から走れば何時でも正しく踏切る事が出来るといふ様になるまで練習するのである。

踏切りは充分先の方を利用して地を蹴り、反對の脚は強く前上方に蹴上げる。そしてなるだけ高く跳ぶ様にする。

空間の姿勢

跳躍の姿勢フォームには種々あるが最も普通に行はれるのは次の二つの方法である。

一 並脚跳 此の跳び方は踏切ると同時に兩脚を揃へて膝を屈げ途中で一度腰を伸ばし、着陸の際兩脚を前方に振り出す。

二 鉄跳(シーサス・ジャンプ) この方法は踏切ると同時に反對の脚を前上方に蹴上

げ、踏切つた脚は後方に開いて最高點に達した時腰を伸ばしながら前の脚を後に後の脚を前に腰部から大きく蹴り、着陸の時は兩脚を揃へる。これは丁度空中を走る様な動作である。

其二 走高跳 (Running high jump)

設備

- 一 走高跳は四米突以上の間を隔て、二本の柱を走路に直角に立てる。(砂場は普通走幅跳と同一の場所を使ふ) 二本の柱は下方一米突位の所から上に向つて三纏毎に横木を上げる事の出来る様にする。
横木は正規のものは三角で其の切断面は各邊の長さが三十纏の正三角形にして長さは二本の柱の隔りより少し長ければ宜しい。
- 二 横木の手前〇、八二米突(一般競技では一米突)の點に横木と平行に白線を引いて

これをポーク・ラインとする。

競技規定

- 一 競技者は同一の高さの跳躍に一回成功すれば次の高さの跳躍をする事が出来る。
(註) 跳ぶ時に横木に觸れても横木が落ちなければよろしい。
 - 二 競技者は各高さで三回まで跳ぶことが出来る。
三回とも跳べない者は次の高さを跳ぶ事は出来ない。
 - 三 ポーク・ラインを踏み越えて跳躍しないことをポークと言ひ、ポークを二回續けると一回の跳躍とする。
但しポーク・ラインを越えて横木を落せば一回の跳躍とする。
 - 四 脚部以外の部分が脚部より先に横木を越える様な跳方は無効である。
- 練習方法
- 正面踏跳方には種々あるが最も多く行はれて一番成功して居る方法である。助

走、やはり走幅跳の時の様に助走が必要であるが、これは高く跳ぶことが主目的であるから自然助走の要領も違ふ。幅跳の様に全速力で走つたり又三十米突も走る必要はない。先づ十五六米突もあれば宜しい。

そして大股に弾みをつけ乍ら最後の踏切の足に充分弾力の着く様な走り方でなければならぬ。

踏切の要領

踏切に一番都合のよい地點は横木から凡そ二歩の所であるが、出来る丈近く踏切る方が宜しい。

先づ、この踏切の位置から八歩の所に第一目標を作り尙其所から十二歩の所に第二目標を作る。

第二目標の二、三步前から軽く走り出して、目標の線に踏切りの足(左又は右)を合せて十二歩を六歩で走れば第一目標の線に同じ踏切の足(左又は右)が合ふから次

の八歩を四歩で走つて四歩目の足で踏切るのである。

勿論正面跳だから横木に向つて真正面から走つて行くのであるが、最後の一步又は二歩で體を斜めにして、左踏切ならば左に右ならば右横向きになつて踏切る。これには最後の二歩を走れば宜しい。(左踏切の時)

最後の踏切の足は外方に四十五度位開くがよい。踏切の反對の足、(左踏切ならば右)やはり横木に向つて四十五度位の角度で出来る丈伸ばしたまゝ、充分に蹴上げるのである。

それとほとんど同時に左足も強く地を蹴つて體を高く跳ね上げる。

空間の動作 (左踏切の時)

右足を蹴上げると同時に體を左へ半回轉する。右足が横木を越すと同時に後に蹴る。其の反動を利用して右足を前に振り上げる。右足は膝を少し屈げて膝頭が體に着く位まで蹴上げて足の裏を前方に向く様にして横木を越えたならば軽く後方に振

り伸し、右足は前に振る様にして體を全く廻轉して横木に向つて着陸する。
手は踏切の時に左右に開き横木を越えて體を廻轉する時之を助ける様に上に振り上げて横木に觸れない様にする。

着陸は兩足でも片足でも宜しい。

この要領によつて始めは容易に跳べる高さで姿勢フォームを練習する。正しい姿勢フォームで跳べる様になつてから段々高くして練習するを要する。

其三 ホップ・ステップ・ジャンプ (Hop step jump)

設備

- 一 大體走り幅跳の場所で宜しいが、走幅跳の踏切板から六米突の所に踏切踏切板に平行に白線を引いてこれを踏切線とする。
- 二 踏切線から更に〇、八二米突(約六尺)の地點にボーク・ラインを作る。

競技規定

この競技の規則は跳び方が違ふ事と、其の成績はホップとステップとジャンプの三つの跳躍の和を以つて定めるだけが走幅跳と違ふ丈で他は走幅跳の規定と同じである。

競技方法

先づ助走の後片方の足で踏切り(普通利足きよあしで踏切る)同じ足で着き(ホップ)次に反對の足で着き(ステップ)最後は走幅跳と同じ様に兩足で着陸する。(ジャンプ)だから左足に始めて踏切ると同じ左足をも一度着いて今度は左足で跳ねると同時に右足を前に蹴出して右足で着き、この右足で跳躍して兩足で着陸する。

助走と歩測

に就いては走幅跳の時とあまり變りはない。

踏切の要領

踏切る前の一步は歩幅を少しせまくする。踏切の足は先づ踵から地に着け足蹠全部を弾ませて最後に足先きで強く地を蹴つて踏切る。

ホツプの要領

あまり高く跳び過ぎると次のステップが調子よく行かないから少し控へ目に跳ぶ。腕は左足で踏切つた時には右腕を前に左腕を後に振る。

ステップの要領

ホツプで左足が地に着く前に右足を少し後に振り其の反動で強く前に振り出す。左足は地に着くと同時に反動で強く跳ぶ。この両方の力で出来る丈廣く跳ぶのである。腕はホツプの時と反對に振つてステップの動作を助ける。

ジャンプの要領

幅跳の時と同じ要領でよいが、その中の並脚跳の姿勢が宜しい。腕はジャンプと同時に両方を前に掌を下向きにして振り出してジャンプを助け一つには着陸の際體

が後に倒れない様にする。

第三節 投 技

其一 砲丸投

設備

- 一 砲丸 尋常科六封度^{ポンド}、高等科は八封度のものを用ふ。
- 二 砲丸を投げる場所

イ 幅〇、〇六米突(約二寸)の線で畫かれた兩直徑二、一三米突(約七尺)の圓内から投げる。

ロ この圓の中心で直角に交る二つの直線を投げる方向に引く。

ハ ロの二直線で切られた半圓線の上に高さ〇、一米突(三寸三分)、長さ一、二一米

突(約四尺)の足留材を置く。

競技規定

- 一 砲丸は片手で肩から投げる。肩の後、又は肩の下に砲丸を持つて行つてはならない。
- 二 投げる時に圓内から出てはならぬ。足留材に觸れてもよいが、其の上に乗つては無効となる。
- 三 投げた砲丸が圓心で直角に交る二直線で圍まれた地上に落ちなければ無効である。
- 四 動作中砲丸を手から離し又は砲丸が手にある間に身體の何れの部分でも、圓の外側の地面に觸れた時は無効である。
- 五 各競技者は三回づつ、投げてその中最高の成績のもの四人を選んで更に三回投げさせる。

前後六回投げた中の成績順に三等まで定める。

計測 投げた距離は鐵彈の落ちた痕の一番近い所から圓の中心まで測り、後中心から圓の内側までの距離を減ずる。

練習方法

砲丸の持ち方 砲丸の持ち方に二つある。

イ 一つは砲丸の重心が中指の着根より少し下に落ちる様にし、拇指と子指は他の三指より廣く開いて砲丸を支へる。砲丸を支へた前膊は出来る丈屈げて、拇子を下に掌が前方に向く様に捻つて砲丸を鎖骨の上又は頸の着根の邊に着ける。肘は約四十五度に開く。

□ 他の方法は砲丸を掌に載せ、拇子丈少し廣く開いて支へ他の三指は後から添へる。他の要領はイと同様であるが、イでは投げる時手頸と指の力を使ふが、ロでは只砲丸を支へる丈で手頸と指の力は使はない。

投擲の要領

一步投擲の要領

最初は一步投げの練習を充分にして姿勢を會得するがよい。先づ（右手で投げるとして）右足を圓の中程に左足を足留材（練習の時は足留材がなくてもよい）の手前七、八寸の所に置き、前に記した様に砲丸を持ち、左手は肘を軽く屈げて投げる方向に四十五度位に上げる。（體は投げる方向に横向きとなる。）

右足の膝を少し屈指體の重さの約七分を右足に三分は左足に懸る。以上の姿勢が出来たならば體を二三回軽く右に捻轉して調子をつけ、其の反動で體を強く左に捻ち向け乍ら砲丸を突き出す。兩脚は充分跳躍して右と左の位置が變つて右足は足留材とすれ／＼の所に行く様にして體の捻轉を助ける。この時右足で體を支へる。左手は強く後に振つてやはり體の捻轉を助ける。

二步投擲の要領

一步投げて充分姿勢の練習が出来たならば、七呎の直徑全部を使つて投げる練習をする。初め右足は留木と反對の圓周の内側に置き、左足は圓の中程に置いて、一步投げの時と同様の姿勢を取る。此の姿勢が出来たならば一で左足を高く上げて體を右に屈指右足で支へる。二、三で左足を振り下した反動で再び振り出すと同時に右足で跳躍して、一步投げの時と同じ位置に於いて同じ姿勢となる。四で二、三の惰性を利用して直ちに一步投げと同要領で投げるのである。

練習上の注意

- イ 手と體と脚の三つの力がよく調和する様に。
- ロ 胸の近くを通つて顎の下から左（右）肩の上の方に突き出す。
- ハ 投げた後の姿勢は決して體が屈がる様ではない。體が充分伸びる様に、言換へると體全部で突き出す様。

其二 圓盤投

圓盤投とは二・五米突(八呎二吋)の直径を有する圓内から重さ四、四封度ゴジドの圓盤を投げ、圓盤が地に落ちた所から圓の内側までの一番近い距離を測るのである。

小學校では重さ二・五ポンド位のものが適當である。

設備

直径二・五米突(八呎二吋)の圓を白線にて畫くか又は、金屬製の圓輪を用ふ。其の他砲丸投の時と同じであるが足留材は用ひない。

圓盤の持ち方 掌を圓盤の中央に當る様にし、拇指の外の四指は開いて其の先を屈げ第一關節と第二關節の間が圓盤の縁に懸る様にするのであるが、第一關節に近い位置が良い。拇指は他の四指より開いて圓盤の外側に添へて平均を保つ。

一步投げの方法

持ち方が出来たならば次に圓盤を投げる準備として、振り動かす練習をする。其の方法は先づ右手で圓盤を持つて輪の中程に投げる方向に向つて立ち右向して投げる方と直角に向く。此の時兩足は少しせまく一步開き兩脚の膝を少し屈げる。左足先きは投げる方に向け輪との間が一尺位ある様にする。右足は投げる方向と直角に向ける。以上の姿勢が出来たならば圓盤を持つた右手を右下の方から斜左上の方に振り上げる。此の時右手は出来るだけ伸して振り、圓盤が十分左斜上まで振り上げられた時に、左の掌で下の方から圓盤が落ちない様に軽く支へ、又直ぐに右下の方へ振り下げる。手の動作につれて體もやはり右左に捻轉し、脚も軽く屈伸して體全部で圓盤を振る様にする。次には

其の場から投げる練習

圓盤を十分に右下に振り下ろし、今度左上に振り上げる力で投げるのであるが、投げる動作は全身殆ど同時に行はれる。

先づ屈げた兩脚を強く伸すと同時に上體を急に捻轉し左腕は同時に後下の方に振る。右腕はこれ等の捻轉運動と同時に強く斜前上方に振り上げ體の正面で圓盤を掌から放つ。圓盤が掌からはなれるのは小指の方から始まつて人差指で終るのであるから、内から外に自轉し乍ら空中を飛んで行く。人差指に十分力を入れて圓盤を押す様にすること。投げる方向は前方四十五度の高さに、圓盤も其の角度を保つて居なければ空氣の抵抗の爲めに良く飛ばない。一步投げの要領が十分練習出来たらなら段々廻轉投げの練習をするがよい。

先づ一步投げの時と同様に只右手で投げる場合右足を投げる方向と反對側の輪に添ふて位置する。圓盤を二三回振り動かし彈をつけて左脚を軸として、右脚を前から廻はし、左脚の左約一步の所まで運んで半廻轉し、續いて右脚を軸にして今度は後ろから左脚を廻して體を全く一廻轉し、こゝで一步投げの時の基本姿勢と同じ姿勢になる。そこで廻轉による勢を利用して一步投と同じ要領で投げるのである。

其三 混成競技

三種競技 (走幅跳、鐵彈投、百米突競走)

一般の陸上競技大會では五種及十種競技を行なつてゐるが、小學校に於いては先づ其の第一歩として三種競技を採用するが適當であらふ。

競技の方法

- 一 各競技は單獨競技の規定によつて行ふ。
- 二 最初走幅跳と砲丸投の二種目を競技し、成績順に十名又は十五名を選出して百米突競技をなす権利を與へる。若し十番目又は十五番目と同成績の者があればやはり同様の権利を與へる。
- 三 採點一等を一點、二等を二點以下同様にし總點數の少ないものを一等とする。同點數の場合は兩方高い方の等級にする。

第五章 球 技

第一節 學校體操教授要目に表はれたる球技

其 一 キックボール (Kick Ball)

適用

尋常小學校第一學年以上。

準備

全兒童(生徒)を紅白の二組に等分して各組にて半圓づゝの圓を作りて對向する。

演技

演技者を紅白の二組に分けて連手せしめ、半圓は白組より半圓は紅組より成る圓を作る。審判者は圓の中央にフットボール一個を置き、『開始』の合圖を下ろすと共に兩組の誰れでも連手の儘ボールをキックして相手組の者の肩より低い處を通過させたときに一點を獲得したことに數へるのである。

注意

- 一 各兒童(生徒)は連手を放してはならぬ。
- 二 ボールをキックする時には連手のまゝ圓内に進んだり退いたりすることは極めて自由に恰かも波の去來するが如くして差開へない。
- 三 連手を解いた場合には一點を失ふことに約束しても亦面白い。

其 二 對列フットボール

適用

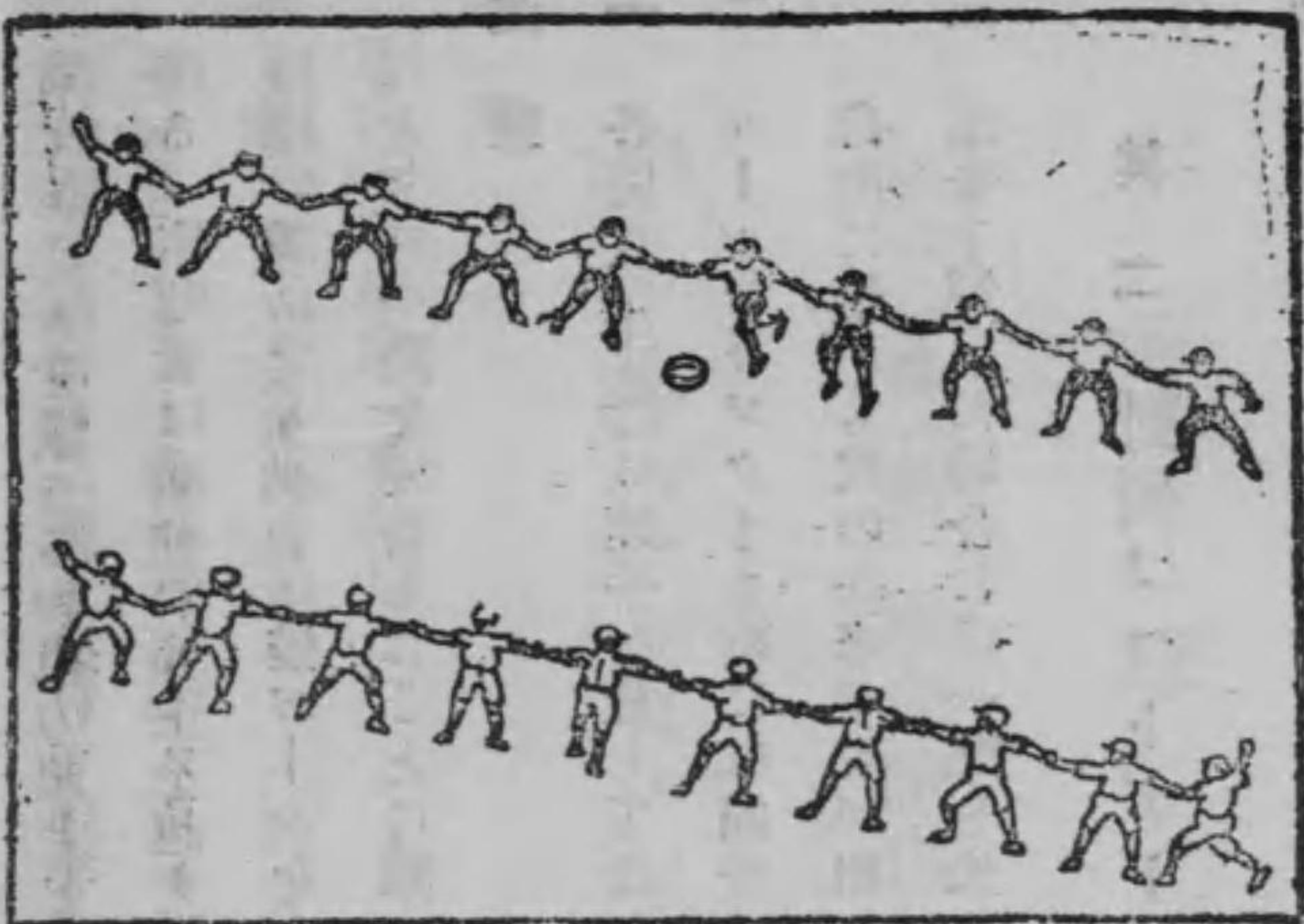
尋常小學校第二學年以上。

準備

紅白の帽子或は紅白の襷全兒童(生徒)の二分の一づつとフットボール壹個を用意し、總員を紅白の二組に等分して、運動場の兩端に二列横隊に列ばせて相對向させ兩手を繋がせる。そして教師はフットボールを持つて居る。

演技

教師先づ持つてゐるフットボールを高く投げ舉げてボールの落つるや、是れに近い組は連手の儘ボールのところに行つて



對列フットボール

強くボールを蹴つて對組の頭上を越えさせるか、或は列間を通過させやうと争ふのである。そして對組の頭上を越えさせるか、或は列間を通過させた組は一點の勝である。故に全列何れもフットボールに注意し、又之を蹴る人の便利のやうに行動しなければならぬ。ボールは何人でも自分の前に来た時は何時でも蹴るものとする。ボールが頭上に来て危険だと思ふ時は急に後方に退却してボールの後方に越えない様にするのみならず、又列間から後方に出る時には亦相互に十分に防禦をせなければならぬ。斯くの如くして兩組は手を放さないやうにして、彼の海波が去來するが如く或は進み或は退いて攻防相努め、兩組の得點を比較して勝敗を定めるのである。

注意

- 一 ボールが列の翼から出た時には勝敗の點數には入らぬことにする。
- 二 競技中相互に手を放さぬ様に十分に注意し、手を放つた組は一點の敗を數へる。

三 兩組にボールを一個づゝ與へて置いて少しの間断なく競技させるも一の方法ではあるが、高學年の兒童(生徒)でなければ體力が續かぬ。

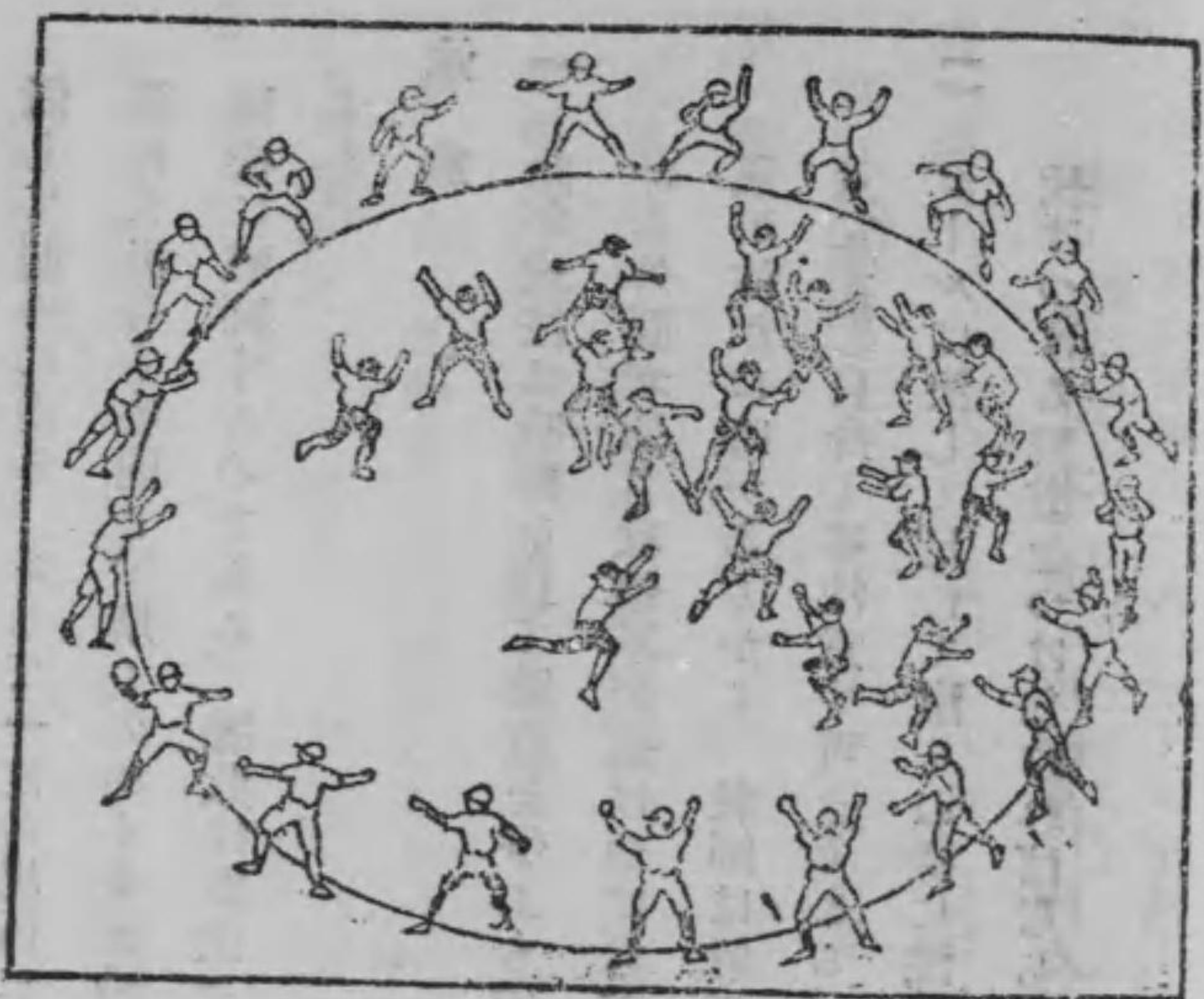
其三 ドツヂボール (Dodge Ball)

適用

尋常小學校第三學年・高等女學校・中學校・男女師範學校各第一學年。

準備

紅白の帽子或は紅白の襷全兒童(生徒)の二分の一づゝと、フットボール一個を用意し、總員を紅白の二組に等分して手拳を以て攻守を定めるのであるが、今假りに紅軍が勝ちたりとして説明すれば、紅組は一列内面向圓陣を作つて立ち、白組は紅組の圓内に蹲踞する。即ち攻撃軍は内方に向つて圓陣を作り、守備軍は其の圓内に蹲踞して後攻撃軍の一人にボールを渡して置く。



ドツヂボール

演技

教師の「始め」の合圖があれば外圓者即ち攻撃軍は内圓生即ち守備軍に向つて毬を投げつけるのである。守備軍は可成的ボールに當るまい、觸れまいと内面を逃げまはる。外圓生は一人投げれば又外圓の何人でも毬に近距離のものが拾つて來て自分の位置に歸つて再び守備軍を目掛けて投げつける。而してボールが身體の何れの部分に觸れても、其のものは戦死者と見

做して圓外に出る。そして一定の場所に一列横隊に蹲踞する。自ら誤つてボールに觸れた場合も亦同じ、斯くの如く全部戦死するに到るまで繼續して、攻守交代して同様に戦闘するのである。勝敗は敵生を全滅させた時間の長短を以て決するものとする。

注意

- 一 此の球技は時間を以て勝敗を争ふものであるから兒童(生徒)も亦一生懸命であるから外圓者即ち攻撃軍が投げつけたボールが時に或は餘りに軽く當つた時などは氣が注かぬ時があるから、教師は餘程注意して見て居ることも大切であるが、兒童(生徒)自身も亦注意す可きである。
- 二 ボールは決して足にて蹴らぬ様に注意せなければならぬ。必ず何時でも手を以て投げつける習慣をつけなければならぬ。

其四 ダブルドツヂボール (Double Doge Ball)

適用

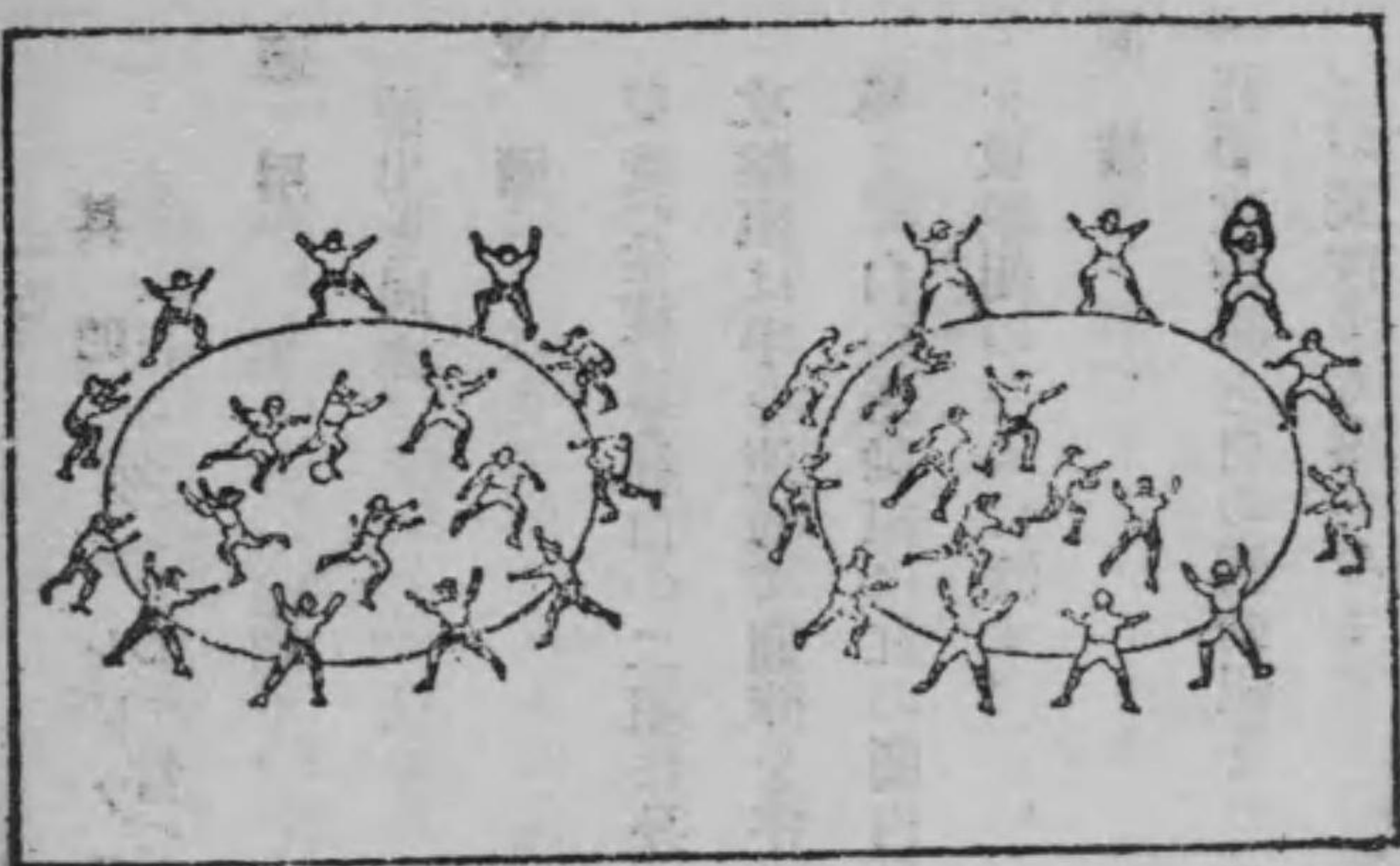
前出と同様。

準備

兒童(生徒)を紅白の二組に分け、更に双方共攻撃組及び活動組に等分する。紅白共攻撃組は手を連ねて圓陣を作り、二歩又は三步後退し、各自の足先を連ねて大圓を描く。白の活動組は紅の圓内に入り、紅の活動組は白の圓内に入る。兩方共ボールを攻撃組の一人に渡す。

演技

紅の攻撃組と白の活動組とが一方で競技し、他の一方では白の攻撃組と紅の活動組とが競技する事となる。



ル - ホザツドルブダ

「用意」始めの合圖で二箇所同時に始める。攻撃組は圓内のものに向つてボールを打ちつける。圓内のものは當らない様に逃げ廻る。當つたら圓外に駆け出て、自分の組の攻撃組の間に入つて攻撃隊となつて活躍する。かくの如く或時間争つた後「止め」の合圖で、二箇所同時に止め、最後まで奮闘して圓内に残つたものゝ多い方を勝とする。

注意

一 圓内のものは圓の外へ出てはならぬ。出たらデット者とする。圓外のものゝは圓内に入つてはならぬ。圓内に入つて打つても無効

である。

二

ボールはバウンドして當つたのは無効である。それで圓内のものは逃げ廻る際ボールの當らない範圍で、これを圓外に蹴出して防禦してもよい。

三

一回終つたら攻撃組と活動組とを交替するがよい。同時に始め同時に終るから時間を計る必要もないが、或る時間内にデット者の多い方を以て敗と定めても好い。

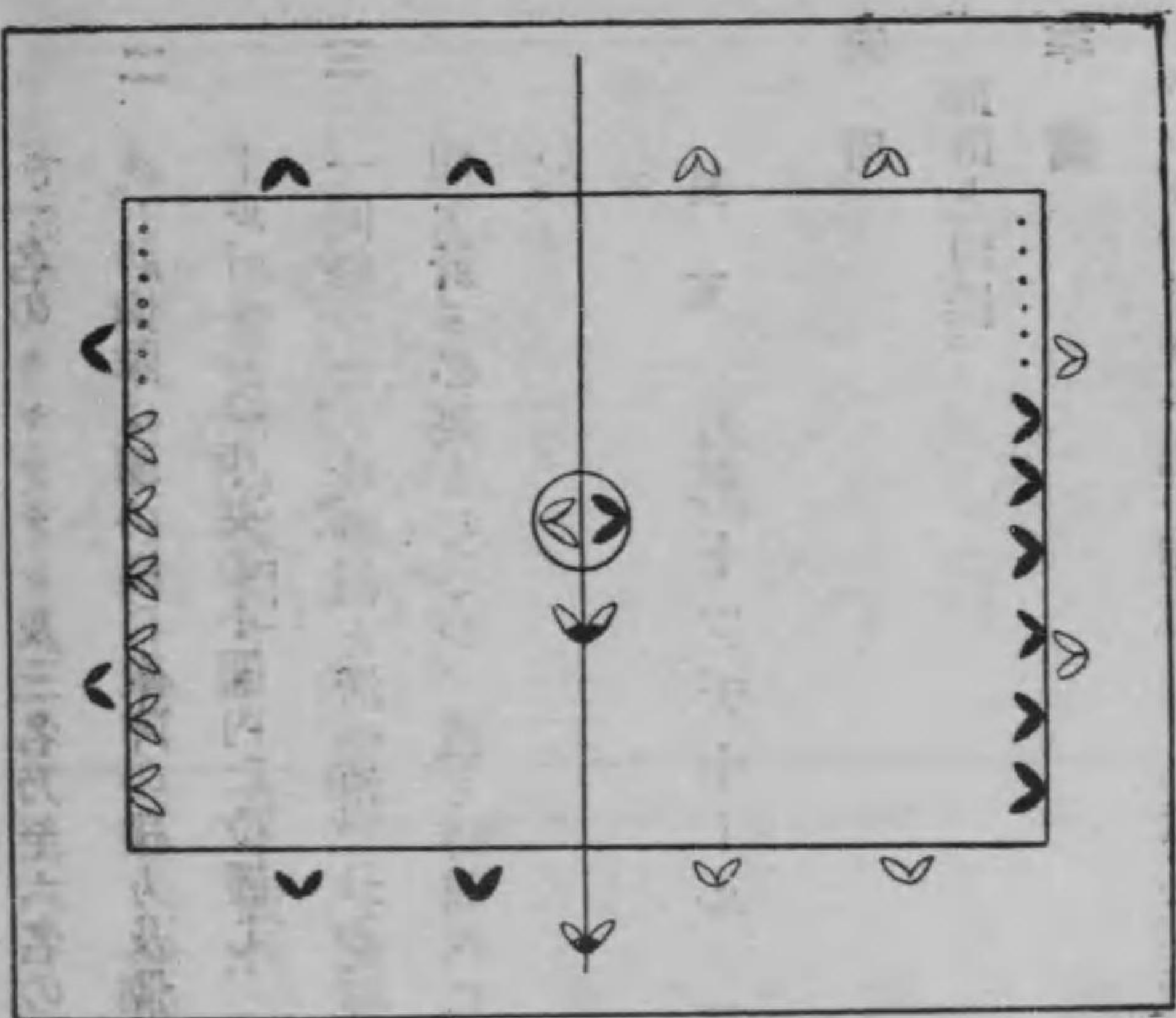
其五 方形ドツヂボール (Square Dodge Ball)

適用

前出と同様。

準備

フットボール一個を用意して兒童(生徒)を紅白二組に分け、競技場の兩側に一列横



方 形 小 圓 中 心 球

隊となつて對陣させる。競技場は兒童人員の多少及び熟練の度によつて、廣狹何れにか決定する。大體幼學年には狭くしなければボールが向ふへ届かぬ。高學年には少々廣くする。五間に拾間もあつたら凡そ適當であらう。併し是等は人員の問題にて決する事である。五間に拾間の競技が出来たら中央線を劃する。さうして兩方へ約一間半程延長する。そして其の中央に徑三尺程の小圓を描く。紅白共

に一名のキャプテン及三名乃至六名の防備隊を選出し、其の他のものは攻撃隊とする。防備隊は圖の様に敵陣の後方及側面に位置する。キャプテンは中央の小圓内に位置し、教師の投げ上げるボールを味方のものが有利となる様に奪ひ取る。此の時キャプテンは片手を上に舉げ、片手を下にしてボールを打つ如くする。教師は中央小圓内で紅白何れにかボールを渡したら、競技者に混つて競技するもよし、技場外に出てデッド其の他の審判に任じてもよい。

演 技

教師は「用意」「始め」の號令で中央小圓内で、紅白キャプテンの間にボールが落ちる様に稍々高く投げ上げる。キャプテンは片手を伸して味方の方にボールが落ちる様に打つ、攻撃隊は教師のボールを投げ上げると同時に「ヤー」と関を作つて列を亂して任意に自己技場に活動する。若しボールが自己技場へ來たら直ちに取つて敵の攻撃軍の一人を目掛けて投げつける、ボールがどちらかに奪はれたら、キャプテン

は中央を去り、攻撃軍の間に混つて活動する。若し敵の攻撃隊の投げたボールがバウンドしないで、即ちダイレクトで當つたら、當てられたものは直ちに走つて敵技場の後方又は側方の技場外に出て、防備隊となつて活動する。防備隊はボールを取つたら、歩いても好いから技場外から敵に當てる。若し當てる事が出来たら、捲土重來生き還つて再び攻撃隊となつて活動し、此の時當てられた者は敵の技場外に出て防備隊となる。かくして一定時間争つて教師は「止め」と合圖する。これまでデット者とならずに奮闘した攻撃者の多數ある方を以て勝とする。或は時間の都合では紅白孰れか全滅になるまで争つて勝敗を決しても好い。

注意

- 一 攻撃隊はボールを取つたら一步たりとも歩いてはならぬ。それで中央線から離れたところでボールを取つたら、敵へ命中する事は至つて困難だから、中央線の近くに居る味方のものに投げ渡すがよい。そしてその者に打たせる様にする。

- 二 防備隊はボールを手にして技場を横切らざる限り歩いてよい。併し餘り持つて歩いて居ると、敵を追ふ間に自分が早く疲れる虞があるから、それよりも早く味方のものに投げ渡した方が得策の様である。

- 三 尙ほ攻撃・防禦共に線を踏み越えない限り體を倒し手を差し伸ばしても轉んで来たボールを取る事が出来る。若し内部のもので犯則したら外部に出す事とし、外部の者で犯則したら其の取つたボールは敵方へ渡す事とするがよい。

- 四 一度でもバウンドしたら當つても無効だから、ボールを投げるものは強いダイレクターを投げるがよい。又攻撃隊は敵の投げたボールに當てられぬ様に逃げつゝ、ボールがバウンドしたら受け止める様にするがよい。

- 五 攻撃・防禦共ボールを手にしてから誰に當て様など、考へて居ると、敵は遠くへ逃げて長蛇を逸する事となるからボールを取つたら直ぐ敵へ投げつけるか、味方へ渡すかしなければならぬ。之がこの球技で最も大切とする一つである。

六 犠牲となること。

例へば紅の方が戦利あらずして攻撃隊三人となり、白の攻撃隊及防備隊の連絡巧に効を奏して、ボールが紅の手に入らない場合。(かゝる事は度々此の球技にある事である)かゝる時には紅の一人は敵の投げ當てんとするボールは自ら跳びかゝつて其のボールを取り、自分はデット者となつて敵の技場外に行き、ボールは味方の者に與へて敵を打たせる。此の時ボールを取つたものは大責任で、必ず敵の一人を斃さねばならぬ。かくする事を犠牲となると言ふのである。此の時敵のボールは攻撃者より投げたものを取る様にせねば、反つて味方の不利となる。何となれば、防禦隊は敵の攻撃隊の一人を斃せば生き還る事となるから、味方は少くなり敵は多くなる事とする。

尙犠牲者の取つたボールは味方の攻撃隊にやるよりは、防備隊に渡す方が有利であることは、前者と反對に味方の攻撃隊は同じ人員であるが、敵の攻撃隊が一人

減する事となるから、味方は一人多くなつた譯である。

七 攻撃者の多數なることが勝利の基となる事だから、攻撃者が敵の攻撃者を斃すより、防備者が敵の攻撃隊を斃すことゝするがよい。何故かと言ふに敵は攻撃者一人を減じ、味方は一人を増加する事となるから、結局二人の増加と言ふ事になる。

八 ボールは可成的遠くへ轉がさぬ様に努力しなければ、遠くへ取りに行つて居る間に敵は休憩して待ち構へて居るから、其の時のボールはなか／＼當らない。

九 如何にしてボールを味方を取るか、如何にしてボールに觸れない様にするかと言ふ事は、實に面白い研究問題である。児童(生徒)は眞に巧に體をかはす様になるものである。

一〇 教師は児童(生徒)の規則違反や不道德な卑劣な行爲について監視すると共に、ボールが誰の手に入るかを注視し、又児童(生徒)の巧妙な技術、作戰計劃、協

同動作等について機を逸せず賞讃すべきである。

- 一一 如何かすると一人で功を立てんとして、連絡或協同動作等が輕んぜらるゝ事があるから、其の不可なる事を知らしめねばならぬ。
- 一二 時間を以て競争する時は始めに何分競争(五分乃至十分)と宣告してなすべきである。
- 一三 ボールが一人に觸れ飛び上つて又他の者に觸るゝ事がある。其の時は始めの者のみデツド者となる。

其六 ポートボール (Port Ball)

適用

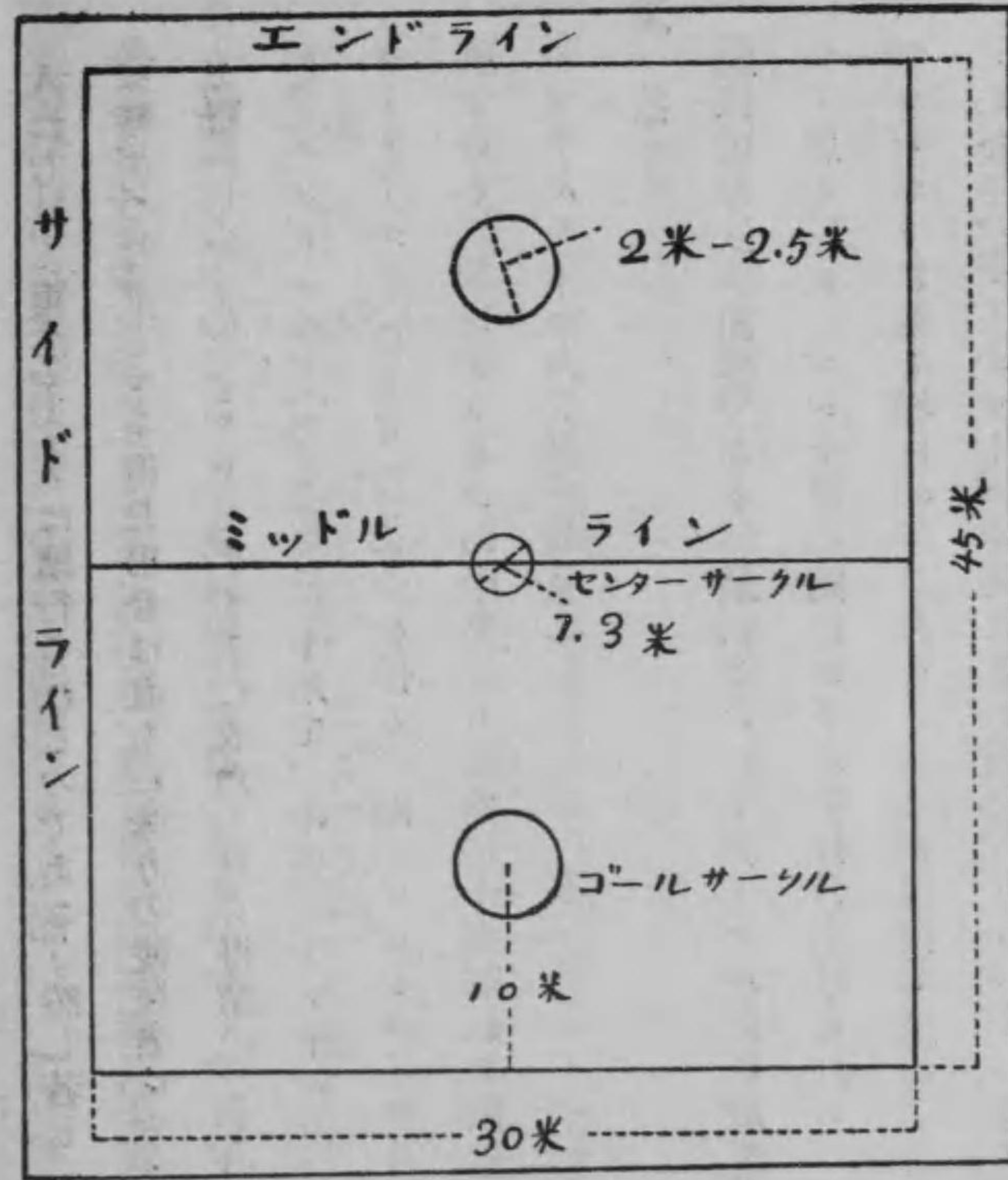
尋常小學校第三學年・高等女學校第二學年・中學校第一學年

準備

競技者は一組十名乃至二十名が適當である。而して一名をゴールマン(Goal Man)一名をセンター(Center)に選ぶ、他の競技者は防禦者又は攻撃者として各自に適當なる位置につくのである。競技場は左圖に示すが如くサイドライン(Sideline)四十五米、エンドライン(Endline)三十米で、中央にミッドドルライン(Middleline)及びセンターサークル(Center Circle)を作る。而してセンターサークルの直径は一米二十五糎である。エンドラインの中央より直角に十米離れた所に直径一米五十糎又は二米のゴールサークル(Goal Circle)を作る。

演技

競技の方法は簡單である。最初センターサークル内に於て各自己のゴールに向ひ合つて居る二人のプレイヤーの間にボールを投げ上げられる。二人はジャンプして味方のプレイヤーに送る様に平手で打つ。ボールは持ち運ぶことなしに味方の競技者にパスし合ひ、ゴールサークル内にある自己ゴールマンに送る様に努力するのである。



ル - ポ ト - ボ

四四八
 ゴールマンはゴール
 サークル内に兩足と
 もあつてボールを空
 中に於て完全にキャ
 ツチした時のみ一
 點を得る。然しながら
 若し兩足又は片足を
 圓外に出して捕球し
 た場合は無効で、こ
 の場合は後方エンド
 ラインから相手側の
 競技者によつて投げ

入れられて再びゲームは續行されるのである。然し若し一度バウンドしたボール又は轉がつたボールを得た場合は直ちに味方の競技者にパスして差支へはない。而して續いてボールをキャッチするに成功したら得點になるのである。

敵組のゴールサークルに片足或は兩足を入れて防禦すること及びパーソナルファウルは共に反則であつて一回のフリースローを相手方に與へることになる。フリースローはミッドライン外からなされる。この時相手方競技者は投者に對してガードすることは出来ないがゴールサークル外でのガードは差支へない。此のフリースローに成功すれば得點になるのであるが若し不成功の場合は遺憾ながらそのまゝ續行されることになる。然しながら又味方のものが誤つて自己ゴールサークルに入つた場合はゴールマンが捕球に成功しても得點にはならない。ボールはエンドラインから相手側の競技者によつて投げ入れられる。

注意

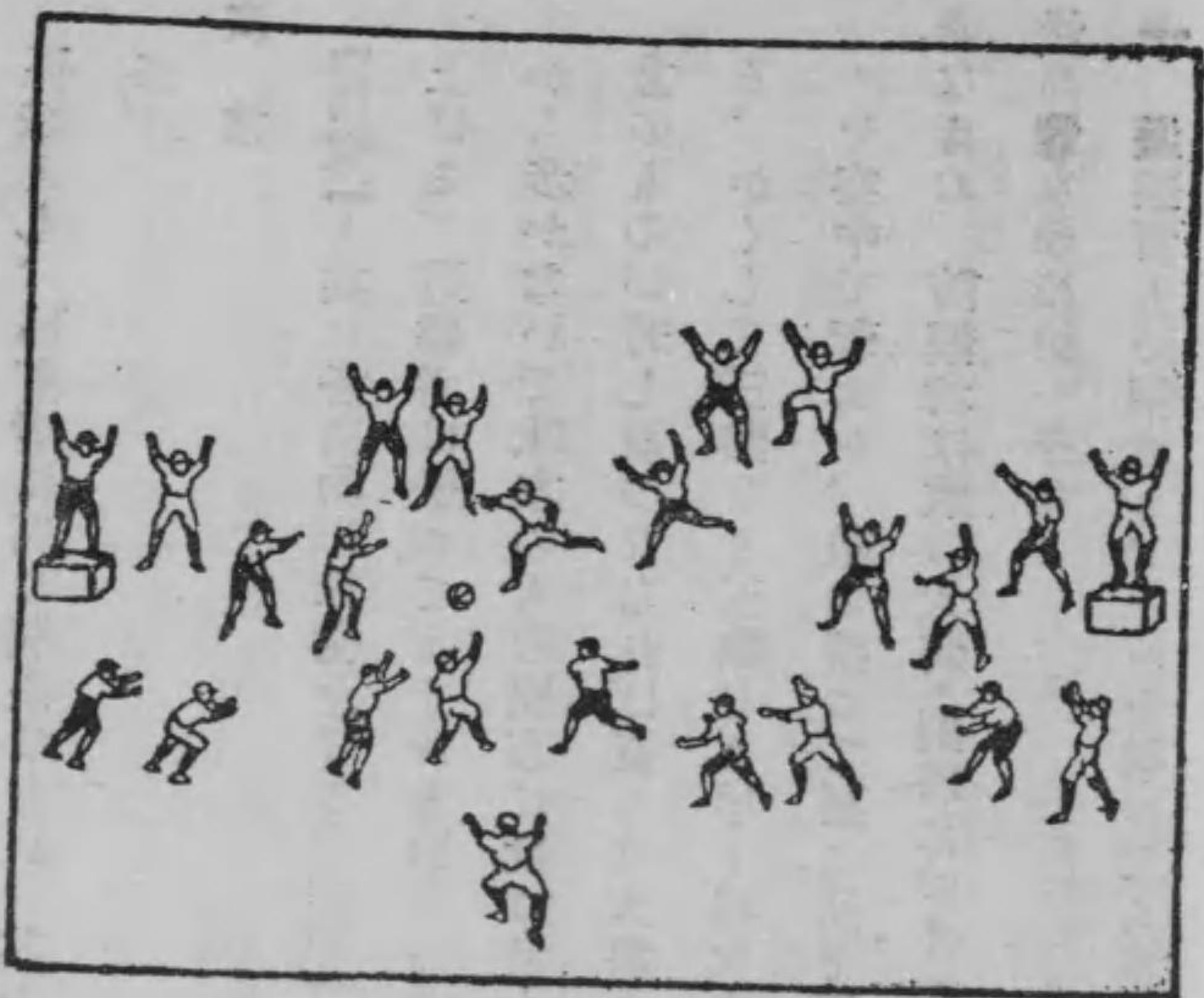
- 一 競技時間は八分間——四分間休——八分間、即ち二十分間行はれてその時間内に於て得點の多少を以て勝敗を決定する。
- 二 ミッドルラインを利用して攻守を區分し、ハーフタイムで交代して行はせるも亦面白い。
- 三 味方がゴールに投げたボールが少し小さいか、又は低くしてゴールマンが受ける以前に相手側の防禦を感知した場合には、中継ぎとして捕球することなく、下から突き上げさせるがよい。而して競技者の機敏を養成す可きである。

其七 キャプテンボール (Captain Ball)

適用

高等女學校第一學年。

準備



ルーボンテプナキ

フットボール一個を用意して競技場を拾間に五間程の地をとればよい。テニスコートを利用すれば最も簡便な方法であらう。勿論人數の多少によつて加減することは言ふまでもない事である。

兒童(生徒)を紅白の二組に分け、双方共大將一名を出して、競技場の兩方に大將を後にして、圖の如く對陣せしめ、尙ほ双方から四名若しくは六名の防禦者を選び、敵の大將の附近に位置せしむ。大將は臺上を活動

區域とし、防禦者は別に制限はない、其の他の者は遊撃者となり、圖の如く位置する。

演技

「用意」と共に各活動の準備をする、「始め」の合圖と共に、教師は空高くボールを投上げる。遊撃者は争つてボールを取らうとする。ボールを取つたなれば、其の位置から歩かないで味方のもの同志に投げ渡しつゝ、味方のものに渡すことを努める。味方のものが若し取つたなれば直ちに大將に渡す。大將が捕つたら一點を得た事になる。かくして三點なり五點なり早く得た方を勝とする。敵はこれを妨害して、ボールを空中で奪ふか、敵の持つて居る所を拳で叩き落して奪ふ。但しつかみ取つてはならぬ。防禦者は敵の大將・副將にボールが渡らない様に努める。

注意

一 遊撃者も防禦者もボールを捕つたら歩いてはならない。

- 二 大將は輪から出てはならぬ。遊撃者は輪へ入つてはならぬ。
- 三 ボールを蹴つてはならぬ。又五秒以上持つて居てはならぬ。
- 四 犯則した時は最も近くに居る敵へボールを渡す事とする。

其八 フットベースボール (Foot Base Ball)

適用

尋常小學校第四學年・中學校第一學年・師範學校第一學年。

準備

一 テームの競技者は十五人乃至二十人が適當である。今十五人を以て競技を行ふものとすれば、本壘に一人、各壘に一人宛、内野に五人、外野に六人として適當な配置を敗る。而してグラウンドのダイヤモンドは一邊十四米から十八米までの形で人員の多少及び技術の熟練程度の差に従つて長短を自由にする。然し普通小學校の

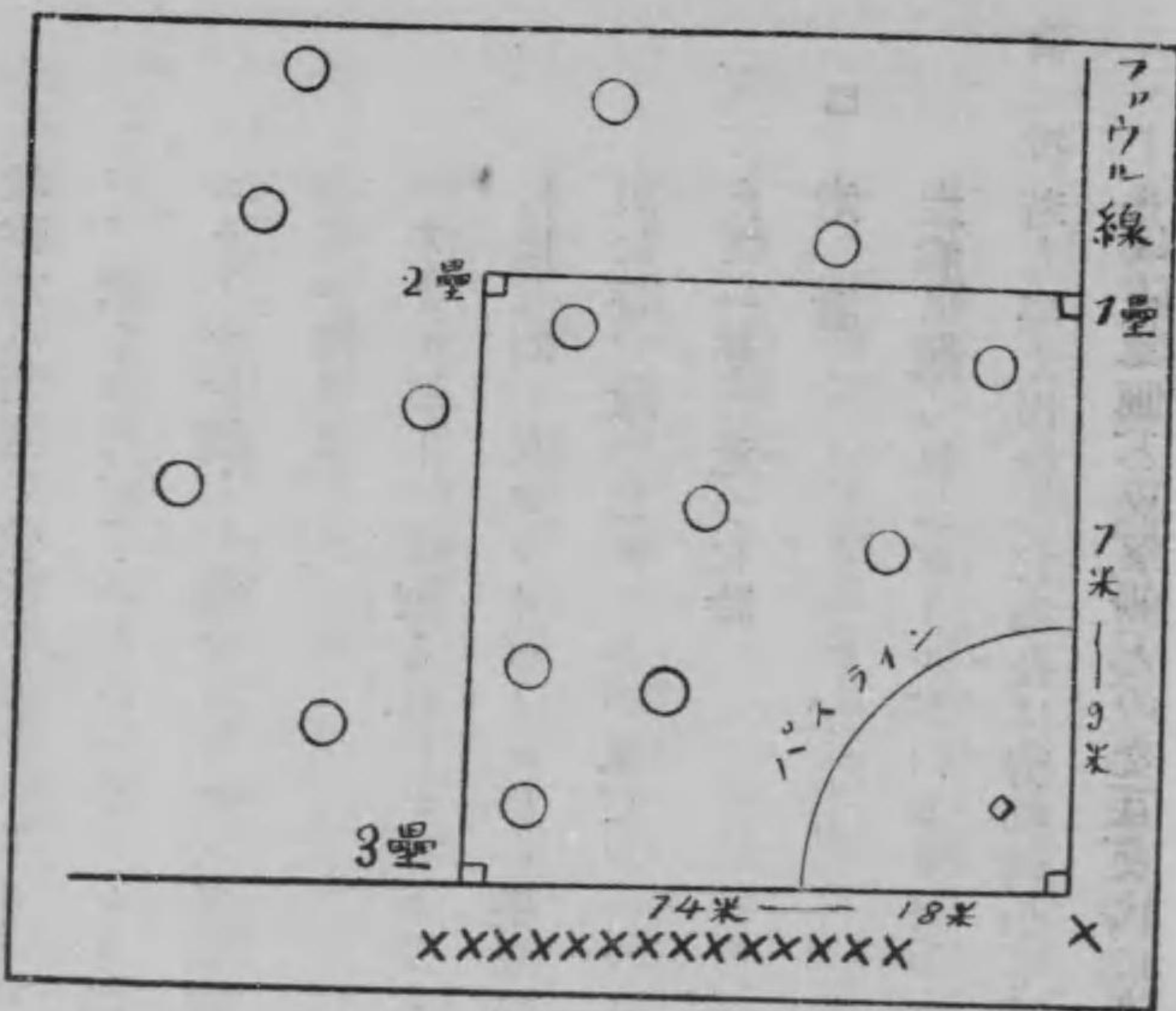
四五六年には十四米、高等小學校及中學校・女學校等の生徒には十六米、師範學校生徒には十八米を適當とする。ダイヤモンドの四隅には一邊四十五種の方形のペースを置く。ペースは布製の袋の中に脱脂毛其の他の柔かなものを充填したるものを置くが、便宜上石灰で印しても差支ない。

- 一 本壘から内野に二米離してボールを置く場所(圖に示す×印)を作る
- 二 本壘から一壘の半分の長さを半径として本壘を中心に弧を描いてバツスライン(Pase Line)を作る。

- 三 本壘から一壘、本壘から三壘の延長線をファウルライン(Foul Line)と言ひ、一壘と二壘、二壘と三壘との中間にラインの兩側に五十種宛出してミツドルラインを作る。

演技

ゲームは防禦側と攻撃側との交互交代に依つて續行され、一回の防禦と一回の攻撃



フーボールのフィールド

とを合して一回と見做し、普通は九回行ふのであるが、體操科教材として一時間に採用した場合は三回又は五回位が適當であらうと思ふ。

最後の競技に於て先攻せる組の得點が先に守備せる組より少い時はゲームは終るものとする。一方の組が二十點勝越した場合は又ゲームを終るものとする。

イ フェアボール及びファウルボール

攻撃者は所定の位置に置かれたボールを其の場から或は走つて蹴るのであるが、蹴られたボールがバスラインを越したダイヤモンドの中に轉がり、又はバスラインを越した後ダイヤモンドに觸れてファウルライン外に出た時はフェアボールである。

ファウルボールは蹴られたボールがバスラインを越えぬ中にファウルライン外に出た時。又フライボールが一壘及び三壘を越えない中にダイヤモンドの外に出た時、蹴つたボールが未だバスラインを越さない中に蹴者がバスラインを越えて一壘に走つた時。

□ 走者

走者は蹴られたボールがバスラインを通過すれば次の壘へ進むことが出来る。若し早く出發した場合は審判者から呼び戻される。

走者は一壘を踏んだ後は走壘の時必ずベースラインの兩側一米離れることは出

來ない。

走者は味方の蹴つたボールがフライボールであつた時、守備側の者に依つて空中で捕球された時は元の壘へ戻らねばならぬ。但し蹴者が空中で捕球される前に一壘を踏んで居るならば、元のベースへ戻らなくてもよい。

ハ アウトの場合

フライボールが完全に捕球された場合、但し捕球される前にベースを踏めばアウトにならない。

壘に在らざる走者がボールに觸れられた時。

走者が壘に着く前に壘にボールをつけられた時。但しファウルボールの時ベースに戻る時や二人の走者の間に一つのベースが空いて居る時はアウトにならない。

蹴者が三回ファウルをしたる時。

ベースラインの兩側一米以上離れたる時。(本壘から一壘までの間はこの限りではない)

ファウルボールでも空中で捕球された時

蹴者が蹴る順序を誤つた時。

ニ 攻守交代

攻守交代は三人アウトの場合を本體とするも適用上一人或は二人アウトで交代してもよい。

ホ ボール

ボールは周圍六十種——六十二種、重量二百八十五瓦——三百十五瓦のものを使用する。

注意

一 大略規則は野球に準ずるが只だ異なる點はバットで打つ代りにフットボールを蹴る

ことである。

其 九 コーナーボール (Corner Ball)

適用

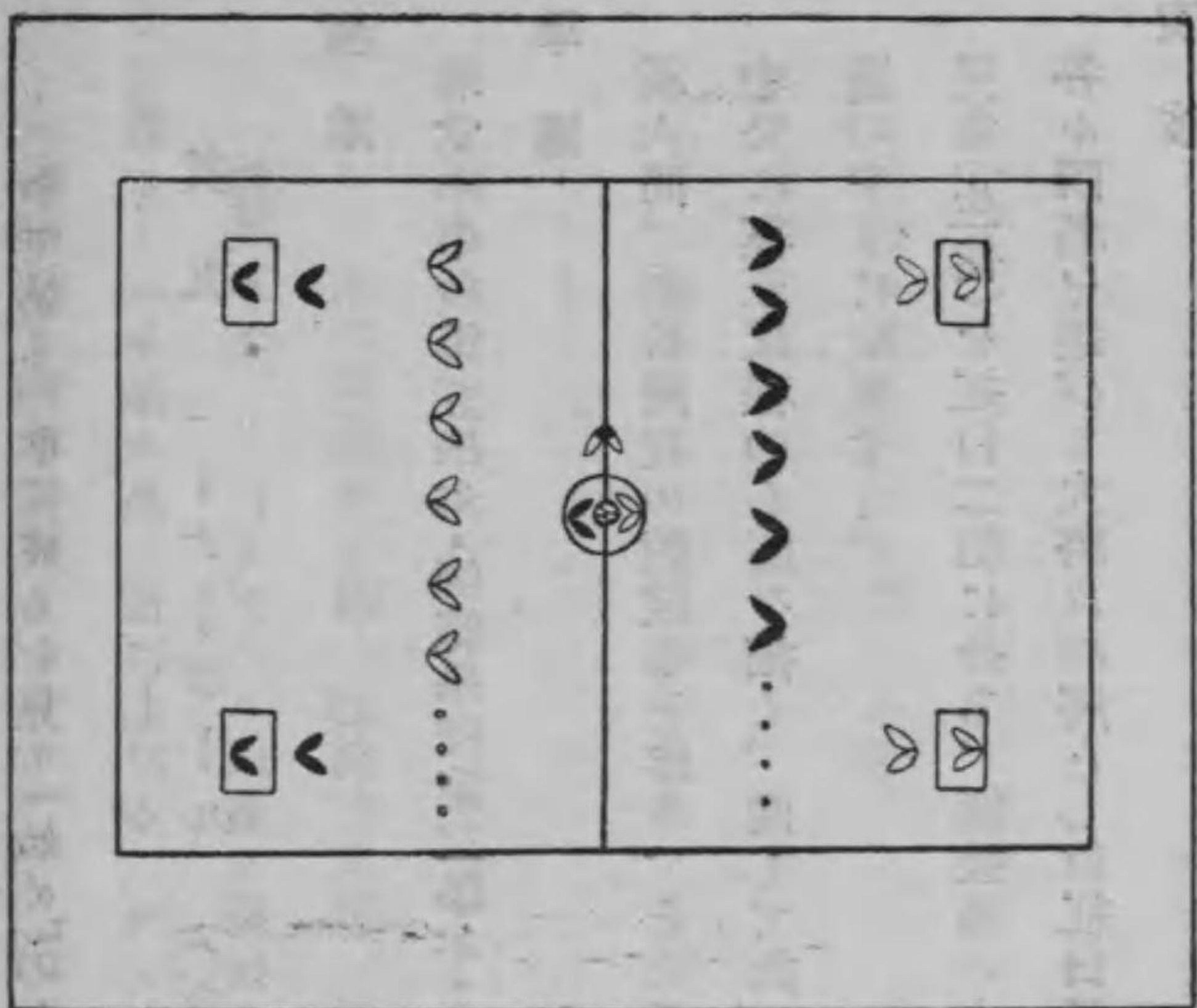
尋常小學校第五學年・師範學校第三學年・女子師範學校第二學年。

準備

横六間、縦拾間程の競技場を作り、そして縦の中央を結ぶ直線を描く、其の直線の中央に徑三尺程の小圓を描く。而して此の中央線より約三間を隔て、腰掛を二個宛圓のやうに配置する。

兒童(生徒)を紅白二組に分ち、競技場の中央に二、三間を隔て、對陣せしめ、紅白各々四名を選びて大將及副將とし尙紅白各々一各を選びてセンターとする。

演技



ル　ボ　ナ　コ

教師はボールを持つて紅白兩軍の中央に位置し「用意」の合圖をすと、紅白の大將副將は駈歩で敵の後方に配置された腰掛の傍に至り、大將は腰掛上に上り、副將は其の前に位置し、これと同時に紅白のセンターは中央に畫かれた小圓の中に入り、自己所屬の組の方に向つて立ち、左手を後に廻し、右手を上を上げて用意し、他のものは一步踏み出し、拳を固めて「始め」の合圖今や遅しと待ち構へ

る。教師はこの準備成るを見て「始め」の合圖とともに、紅白センターの中に落ちる様にボールを稍々高く投げ上げる。センターは手を伸ばし、又は跳び上つて味方の方へ打ちやる。これでゲームは愈々開始される。若し此のボールが敵の方へ来たすると、敵の活動者は白の副將に奪はれぬ様に其のボールを取り、一步以上歩く事なく味方のももの同志送つて、中央線の近くに至つて、白の後方腰掛に居る敵の大將に投げ渡す。此の時白の活動者は手を伸ばし、又は跳び上つて、敵の大將の手にボールが渡らぬ様に其のボールを打ちやり、又は受取つて反對に味方の大將に渡す事を努める。紅白のもものは大將に渡さんとする際、敵(白)の防禦堅固で渡す見込みない時は副將に渡す。副將は直ちに大將に渡す如くしてもよい。又一方の大將に渡さんとするれば敵に防禦されて果さない。其の時は右の大將へ渡す事を試みる。又は大將に渡すが如くして副將に、副將に渡すが如くして大將にと、其の機を見て兎に角定められた點數三點なり五點なりを早く得た方を勝とする。又一定時間(三分乃至

五分)の間に得點の多い方を以て勝とする。

注意

- 一 中央線から腰掛までの距離は兒童(生徒)の程度に應じて定めねばならぬ。餘り遠くすると中央線から敵のコースへは一步でも這入る事が出来ないから投げられたボールが大將までとはとどかぬ事になる。とどかぬ時は副將が連絡する様にしてもよい様だが、矢張とどくのが面白い様である。併し餘り近過ぎては又却つて面白くない。
- 二 コート外にボールが出たら、活動者の一人が取つて出た場所から、味方の有利となる様に送つてやる事にする。
- 三 副將は味方の活動者と連絡して、大將にボールを送る事を努めると共に、敵の活動者の間に交つて努めてボールを取り、其の場所から大將に投げ渡す様にする。
- 四 ボールを渡す事に熟練せねば、勝を制する事は難かしい。ボールを持つて誰に渡

さう等考へてぐづぐづして居たら、敵に立ちふさがれて投げ場を失ふものである。

- 五 大將、副將を定めるには一寸作戦を要する。身長の小なるものを大將とすれば勝負がなか／＼つき難い、身長の大なるものを大將とすると巧にボールが送られた時は勝つ事が早い、反對に敵が優勢である時には、敵のボールを妨害するものが短尺なもの計りでは不利となる。

其10 バスケットボール (Basket Ball)

適用

尋常科第五學年・高等女學校・中學校第二學年・師・女子師範學校第一學年。

準備

五號乃至六號のボール一個及バスケット二個を用意して(バスケットは常設として

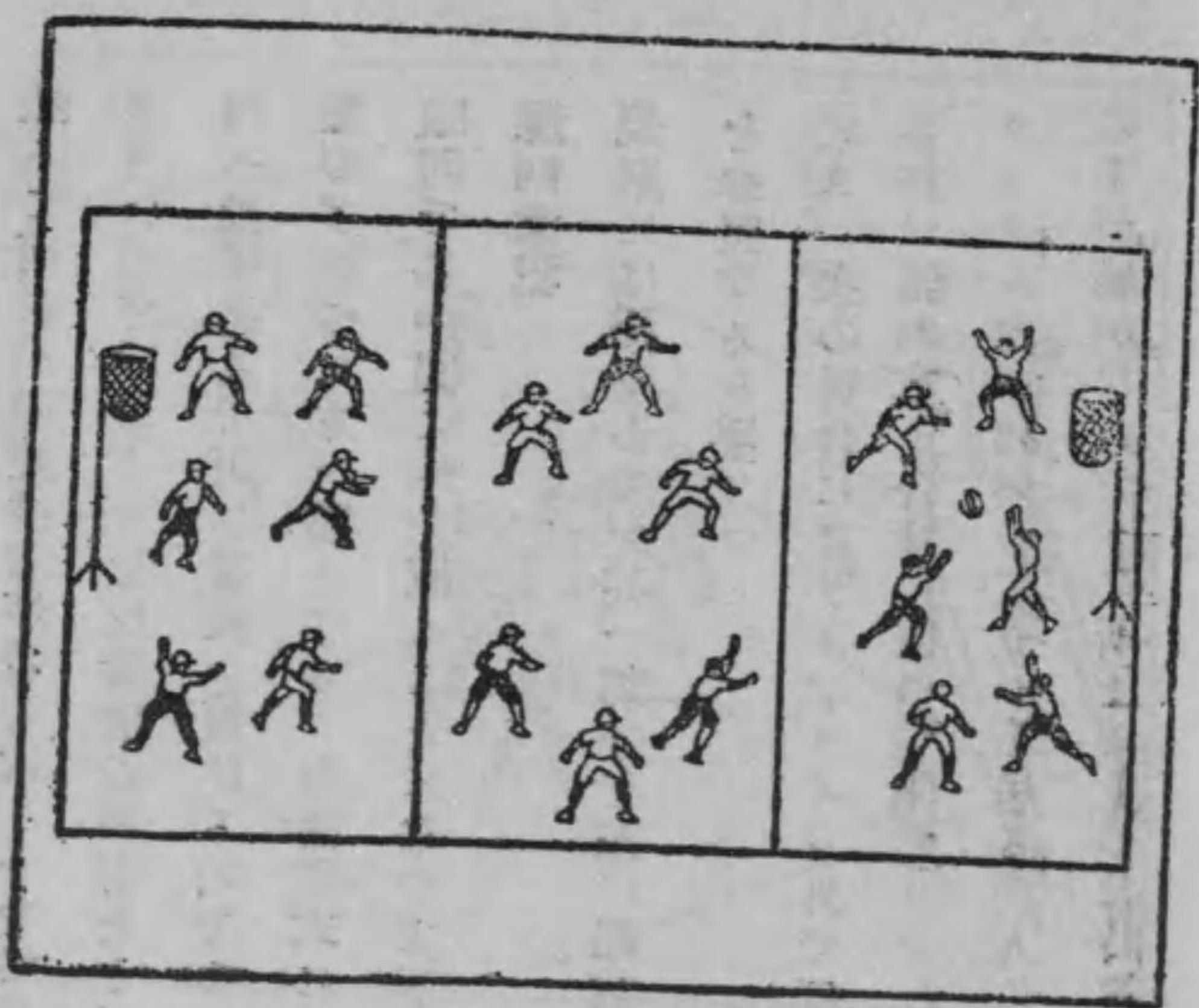
體操場又は運動場に備へて置くのがよい。全員を紅白の二組に區別する。而して其の人員は一方が七人乃至十人位が適當である。

競技場の廣さは一定しないけれども多人數でボールを彼方此方へ投げて遊ぶ程度で満足するならば廣いのがよい、而しながら聊かなりともゲームらしくやらうといふならば大抵人員を一方七人乃至十人とするから其の節には正式のバスケットボール規定による最小の競技場即ち三十五呎に六十呎位でよい。極めて初歩には種々なる方法と競技場を作るがよい。

演 技

競技の開始

競技は審判官の合圖に依つて開始せられる。審判官は競技場の中央にあるセンターサークル内に相向つて立つて居る二人のセンターの中央にボールを投げ上げて二人の手が届かないやうな所まで上つた時笛を吹く。二人のセンターは其笛を聞くや否



ル - ホ ト ツ ケ ス バ

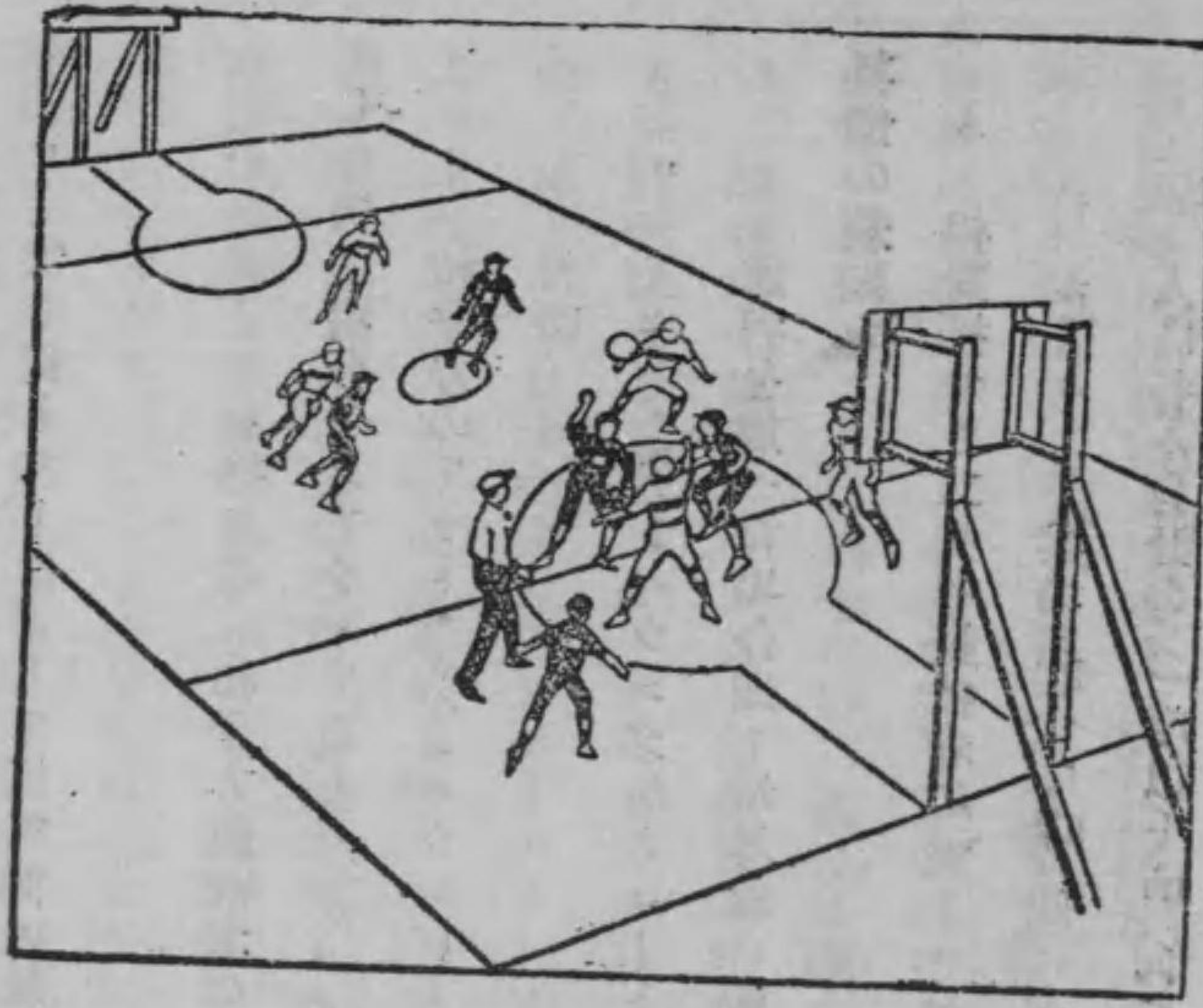
や跳び上つてボールを叩いて味方の都合のよいやうに送る。而して其のボールを取つたものは投げたり、衝突したりして相互に連絡を保ちながら味方のバスケットの近くに持ち運んでバスケットに投げ入れるのである。ボールを受け損じた組は反對側の競技者がバスケットに投入しようとするのを防ぎながら相手側の競技者の身體に觸れないやうにしてそのボールを奪ひ取るやうにするのである。

然るに何れかの競技者が若しボールを境界線外に出したならばアウト・オヴ・バウンドといつて、ボールを反対側の所有とし、ボールが境界線を横つた外側から競技場内へ投げ込んで再び競技を続けるのである。斯くの如くして一定の時間繼續して得點の多かつた方を勝とする。勿論正式には大人は二十分宛の二回、少年は八分宛の四回で各中間に休を置くことになつて居る。

規則違犯

規則には種々あるが其一部分を左に記載する。(勿論詳細なることはバスケット規則を参照するを要す)

- A 次の場合にはサイドライン外で反対側のボール(アウト・オヴ・バウンド)とする。(ヴァイオレーション)
- イ ボールを持つて走つた時。
- ロ ボールを両手で一度以上衝いた時。



ル - ボ ト ツ ケ ス バ

ハ ボールを蹴つた時。

B 次の場合にはファウルとして反対側の自由投げにする。但し初步に於てはフリースローラインを近くするか、又如何なる場處から投げてもよいことにする。(パーソナルファウル)

イ ボールを持つた反対側の競技者を押したり(プッシング)躓ぶかしたり(トリッピング)抱へついたり(ボールディング)手をかけたりした時。(同)

- ロ 突き倒したりなどして反対側の競技者を倒した時（アンネセツサリーラフ
ネツス）
- ハ ボールを持たない相手方競技者の途行を妨害した時（ブロッキング）
- シ 次の場合もファウルである。（テクニカルファウル）
- イ 相手方のアウト・オヴ・バウンズとしてボールが與へられてからこれに觸れ
た時。
- ロ アウト・オヴ・バウンズからコート内にボールを投げ込まうとして居る者に
妨害を加へた場合即ち境界線に觸れ又は境界線外に出た場合。

其他の規則

- A 相対抗する二人の競技者がボールを捕へて競り合ひがはじまつた時（ヘルド
ボール）は、其場所で二人の間にボールを投げ舉げてジャンプにする。此二
人は各々自分のバスケットに向つて立つ。

藤山快隆氏は教授方法又は練習の仕方に就いて左の如く言はれて居る。

キャプテンボール・エンドボール等の進化したものと見ることが出来る。教授の根
本要件は如何にボールを投げ渡すか如何にしてボールを受け取るかといふ所にある。
其細節を述べることは出来ない。次には極めて簡単な方法を述べる。

A 競技者の配置 センターは身長の大なるもの、フォールワードは身長は低くて
も敏捷軽快なるもの、ガードはセンターに次ぎて身長大にして體重のあるものがよ
い。ガードは必ず相手方のフォールワードとバスケットの間に於てフォールワード
より二呎位後方に位置するがよい。

B ボールの投げ方受け方 前記のボールゲーム及デッドボール等によりて多少其
方法は會得して居るものとしなくてはならぬ。併し此所では一層進歩させる意味で
練習にとりかゝらなくてはならぬ。先づ六人乃至十五人に一個位の割合にボールを
準備する。ボールを投げるには目標を定めて正確に投げなくてはならぬ。其目標は

投げ與へる人の胸又は頭の上がよろしい。顔面に投げると受け取る人は本能的に危険を避けやうとして正確に受けとることが出来なくなる。其投げ方は種々ある。先づ五米程の距離に相對向して立ち兩手で胸の所から突き出すやうにして相手の胸部を目がけて投げる。

受けとる人は指先を上に向け、兩肘を體の側方に接近させ、兩手の拇指を三四寸離し、小指の方をボールが通過するよりも少し廣目に開きてボールが手の中を打つ時にボールが手の中全體に接するやうにしてボールがは入つて来たならば軽く壓してとり、同時にボールの惰性を緩和する爲に手を稍々後方に引く。若しボールが手の中に這入つて来る時に指尖がボールの来る方向に向つてゐると度々突指をする。それで腰より上に来た時には手指を上に向け腰より下に来た時には下に向けるがよい。

今度投げるには引いた力をすぐ發條の如く伸ばして前に出すのである。これを度々練習する。

そして其距離を次第に擴げる。

次には頭の上から相手の頭の上を目がけて兩手でなげ、又兩手で受ける。

次には一層距離を廣くし、約七米より十米位の間を片手でボール投げの要領に従つて投げ、受け取る時には少し前にすゝみ跳び上つてとる。

次には圓形に整列し側から側へボールを送る。一人が圓心に立ち、他のものは圓周上を歩む。そしてそれに目蒐けて投げる。それには歩む人の少し前方に投げねばならぬ。少し慣れたならば走りながらする。此様にすれば際限なく方法があるであらう。

C バツスの練習即ちチームワークの初歩

兩組相對抗し入り亂れる。判別し易いやうに赤と白にする。人數は平等でなければならぬ。白組を適當に排列し、ボールを渡す。白組は赤組に捕へられないやうにして、種々の方向に走りながら甲から乙、乙から丙、或は順に或は逆に送る。赤組のものは途中でそれを遮ぎつてボールを横取するやうにする。此練習をする間にボールを

何處へなげてよいか。どこでボールを捕へてよいかといふことがわかるやうになり、自分の投ぐべき相手の運動を見て投げ方の加減が出来るやうになる。即ち連絡がとれる。そして其の間にボールを持つて走らない練習や其他の規則違反をしないやうな練習が出来る。ゲームをしなくてもこれだけで興味が相當に湧く。

D シュートの練習

これはバスケットの中にボールを投げ入れることである。其の投げ入れ方には両手でする方法と片手でする方法とある。両手の投射は

イ 下方から上に振り上げるやうにして投射すること。

ロ 頭の上から上に投げ上げる方法。

ハ 胸の部分から突き上げるやうにすること。

ニ 身體の斜側方から體の前面を横つて反對側の側上方へ投げ上げてする方法等がある。

その中でハの方法が行ひ易く且つ有効である。ボールを両手の間に支へ、胸の高さに上げ、肘は體に接し、體は稍前に傾け、兩足は大低前後に開く、斯くて前膊を伸すと同時にボールを手からはなす。其の時に手首の一寸したひねりによつてボールに廻轉の強さをつける。

其の他の方法は茲説明を略する。若し委しいことを見たいならば前記バスケットボールを参照されたい。

片手の投射は最も有効なものであるが、小學校ではまだ其んな所まで發達し得ないかも知れない。故に凡て省く。

日常之れを練習するには次の方法によるがよい。

第一バスケットの直下を圓心として約十呎の半圓を想像し或は實際に描き其の點からならば何處から投げてでも投入し得るやうにする。實際に於ては先づ右側からバスケットに對し四十五度の角度に位置し、其所から投射することを練習する。

第二には第一の位置よりも更に六呎後方に立ち、ボールを一突きして前方に進み、弾ね上るボールを捕へて直ちに投射する。

第三の方法としては指導者がボールを投げてやる。それを受け取るや否や直に投射す。これと同じく指導者はボールを投げてやる。練習者は受取るや否や一突きして投射する。更に進歩してくれば種々の方法もあるが茲には述べない。小學校では以上の方法までよいだらうと思ふ。

尙ファウルラインからするファウルシュートもあるが、之れは省く。詳細のことは規則を参照せられたし。

以上の三項を交るく練習するならば無駄な時間を費さずに有効に出来る。

其一一 プレーグラウンドボール (Play Ground Ball)

適用

尋常小學校第六學年以上男生・中學校・實業學校第三學年以上・師範學校男生第二學年以上。

準備

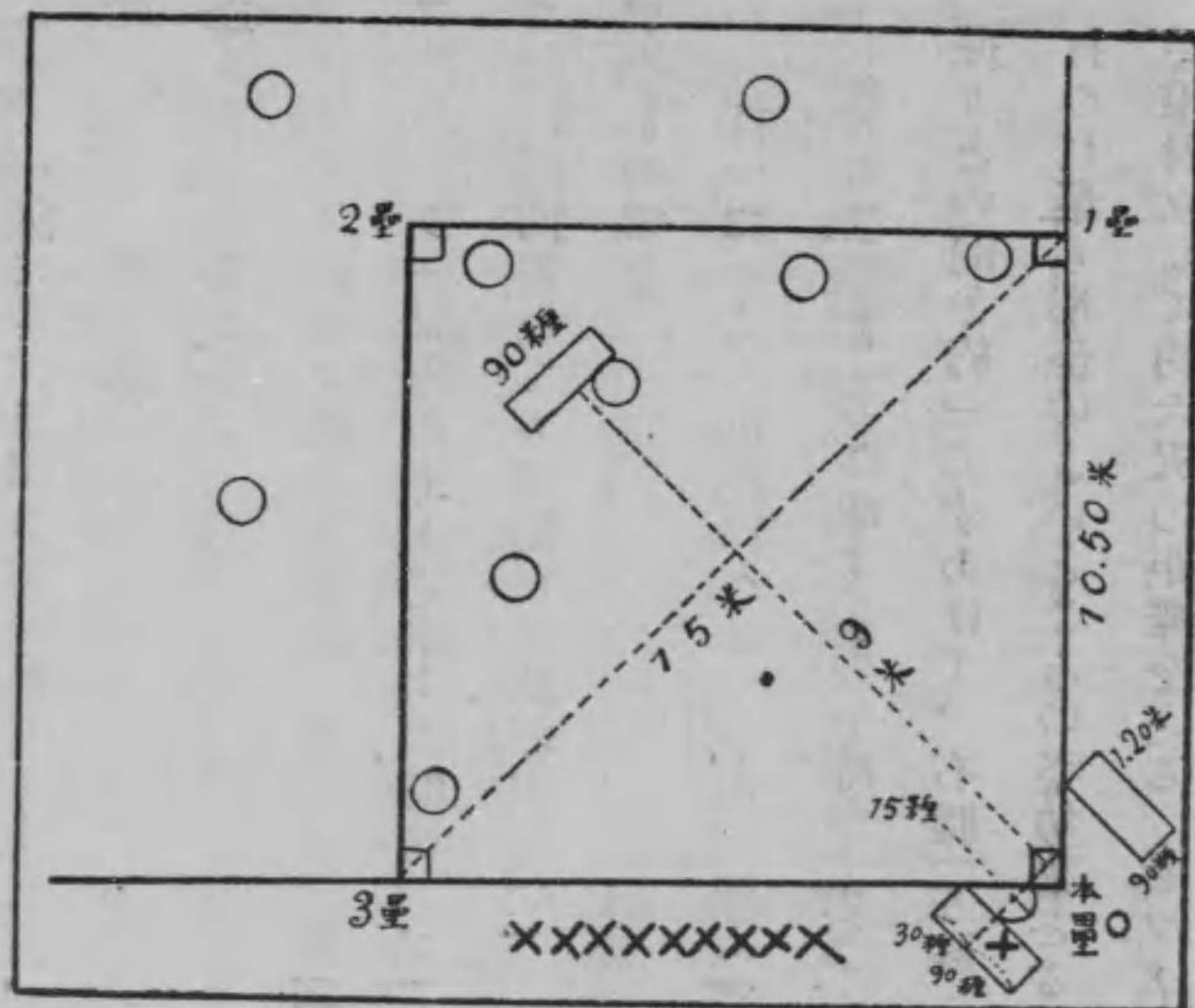
先づフットボール一個、バット一本、ベース四個を用意したる上に、ベースボール (Base Ball) を實技するが如くグラウンド (Ground) にダイヤモンド (Diamond) を作る。ダイヤモンドの各隅にベース (Base) を定める。而してベースとベースとの距離はベースボールの如く長いことは要しない。尋常小學校の第六學年とすれば左に示す位のもので適當である。即ち各壘間は八米位がよい。然しながら稍進んでは十米位にしてもよい。本壘を中心として一米の長さの約三分の一の半徑で四分の一圓を畫き、これをパスライン (Pass Line) と稱する。ホームと3Bとを結ぶ線及び其の延長線並びにHBとIBとを連絡する線及び其の延長線はこれをファウルライン (Foul Line) とする。HBと3Bとを連絡する線に平行線を引いて其の間約四米と

する。其の後方に選手控所を設定して置く。

演技

全児童(生徒)を二等分して紅組又は白組若しくはA組B組とする。其の組分が出来たらジャンケン又はトツス(toss)によつて攻撃組と守備組とを決定する。而して一組の適当な人数は十五人乃至二十人である。随つて全員は三十人乃至四十人を要する譯である。

攻撃側は打撃順(Batting order)を定めたる後、最初の者は審判官の用意の合圖によつてホームベースのところ、2Bを左(或は右)にし、バットを持つて立ち、ピッチャー(Pitcher)の投球するのを待つてゐる。その時バットの持ち方は両方の握りと握りとの間を約一二寸あけて、右膝(左膝)は少しく屈げて體は稍前傾し、ボールを打つに最も都合のよいところの姿勢をとる。ピッチャーはバッター(Batter)(打者)と相對立して約六呎の距離をとる。ピッチャー以外の攻撃側の者はバツスラインよ



ルーポドンウラゲーレプ

りの方に近づいてはならぬ。即ち一面危険を防止すると共に又一面彼等の接近を制限して競技の進捗をはかる爲めに外ならぬ。

此の競技には、キャッチャー(Catcher)が居ない。ピッチャーは審判官のプレーボールの合圖によつてバッターが打つことを得る如くにボールを空中に投げ上げる。バッターは之を打つてバツスラインをボールが横断したと見た

なら、一氣に1B2B3Bを経てHBに走つて歸ることに定められてゐる。ベースはバツスし、即ち踏む丈けでストップすることを許さない。而してベースボールと大變違ふところである。

バッターが打ち損じた場合に於ては、幾回でも打つことが出来る。其の打つた球がファウルライン外の地上に落ちた時は、ファウルとして更らに打直すのである。ファウルは何回あつても得點には關係がない。

アウトの場合

a 打つたボールが地につかない中、即ち空中で守備側の者に捕へられた時。

b 空中で三人觸れ四人目で捕へられた時も、アウトとなる。五人以上觸れた時はランナー(Runner)は生還を許される。

c ランナーが守備側の者にボールを當てられた時。

如何なる時でもランナーにボールを當付けなければアウトとならない。(但し空中

で捕へた時は其の必要はない)

犯則

a ボールを手にしたなら、歩いたり走つたりしてはならない。犯則者はランナーに當付けても其は無効となつて生還せしめる。

地上を轉がつて來たボールを捕へたならば、直ぐランナーに當付けるか又は味方に渡すか、ホームに渡すかする。ボールは必ず投付けなければアウトとならない。かくして競技を進行させ三人アウトとなつた時に、攻守交代するのである。回数は三回乃至九回位、此の間生還の數の多い方を以て勝とする。

注意

- 一 兩組の人員を同數にすること。
- 二 紅白を明瞭に區別すること。
- 三 交代は速かにすべきこと。

- 四 選手席は離れないこと。
- 五 バッテイングオーダーを變へざること。
- 六 投手は一回毎に交代するも差支なし。(攻守交代する迄を一回と稱す)
- 七 審判に關しては審判員に一任すること。
- 八 バッターの走り出す時バットを靜かに地に置くこと。
- 九 ファウルボールでも空中で捕へられれば打者はアウトとなる。
- 一〇 一旦地上に跳ね反つたボールがランナーに當つてもランナーはアウトとならな
い。
- 一一 アウトとなるのは空中でボールを捕へられた時と地上に跳ね反らないで直接ラ
ンナーに當つた時とである。
- 一二 守備側は可成運動場に廣く廣がることを要する。

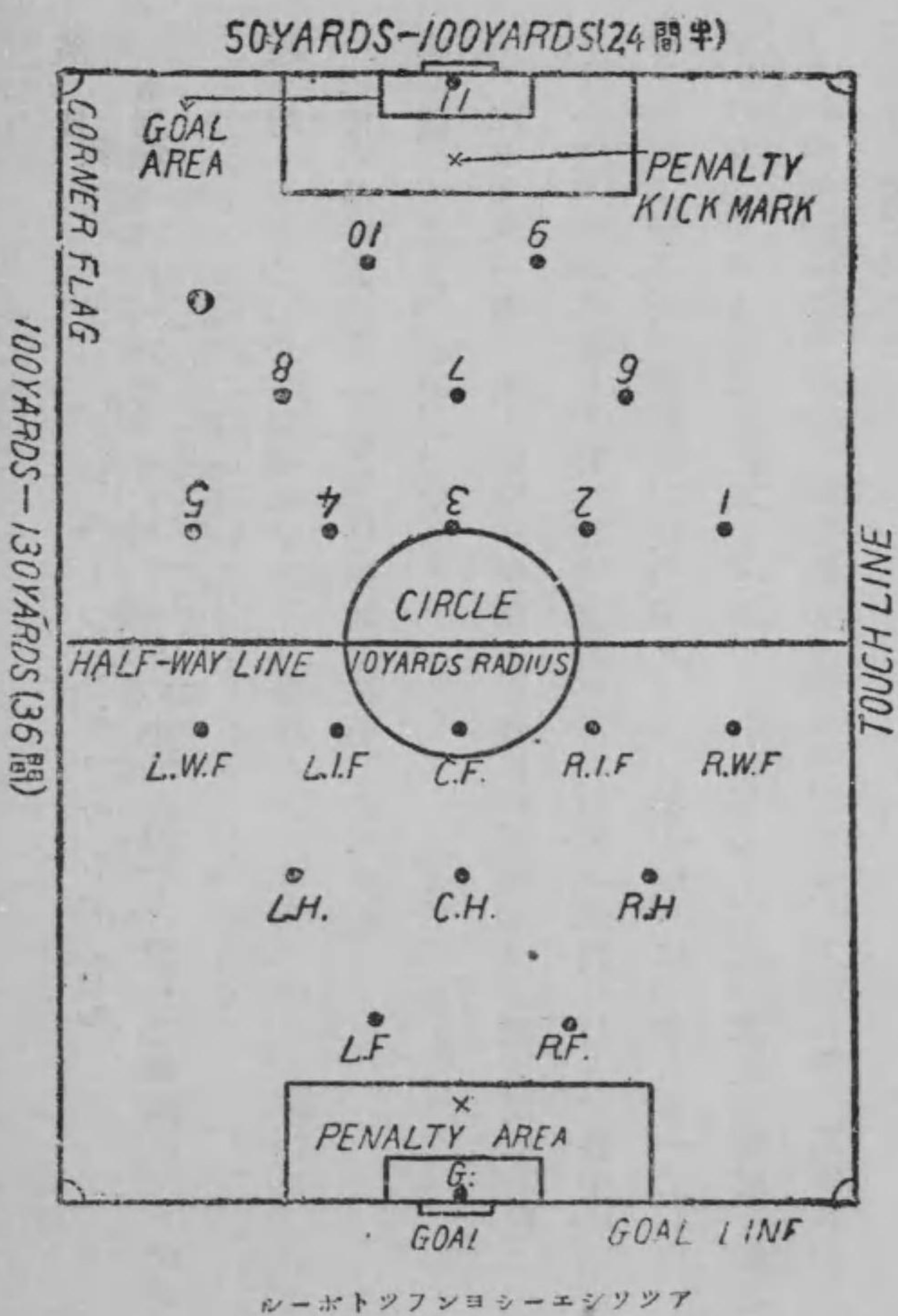
其二二 アソシエーションフットボール
(Association Foot Ball)

適用

尋常小學校第六學年・中學校・師範學校第二學年男生。

準備

ア式ボール一個。但し尋常小學校の兒童には五號ボール位が良いと思ふ。正式には十一人づゝの二組にて行はれ、左圖に示すが如き配置になり、各生の任務はバスケットボールと同一である。競技場としては其の廣さは必ずしも一定しなくてもよい。大人用のものには正式として一定されてゐる。大日本蹴球協會で規定したところの少年用は長さ三十六間に幅二十四間半である。大體に於て左圖に示すが如き區劃が必要である。



演技

審判官はボールをセンターサークルの中央に置く。而して兩組のキャプテンはジャンケンをして最初に蹴る組を決定するのである。兩組共にハーフ・ウェーラインから相手組のコート内には入らないのは勿論、サークル内にも入らない。一度センターが蹴るや、相互に入れ亂れてもよいが、(進んで来れば規則に従ふ)手でボールを持たないようにして敵の門の近くへ運ぶのである。反對側の競技者は同じく手を用ふることなく、其のボールを奪ひとつて味方の連絡の中に入れて得點しようとする。而して兩組の中何れかの組の競技者がボールを境界線外に出したならばフット・オブ・プレーとなり、反對側の競技者がボールが境界線を横切つた外側から競技場内に投げ込むのである。時間は大人に於ては一時間半を繼續し、中途に於て五分間のレストタイムを置いて即ち中休をなすことになつて居る。少年の規定には一時間と規定されて居る。



サッカーボールの位置

規則違反

詳細なることは一々ここに掲げることには止めて其の主要なる事項を擧げて参考にする。

次の場合には反対側の自由蹴りとなる。

- イ ボールを手又は臂を以て取扱つた場合。
- ロ 他の競技者を倒したり蹴つたり又は打つたりした場合。
- ハ 他の競技者に跳びついた場合。
- ニ 競技者自身が自分の手を以て敵を捕へたり又は衝いたりした場合。
- ホ ゴールキーパーは如何なる方法たりともボールを取り扱ふことが出来るが、ボールを持つて走ることとは出来ぬ。走つたらば罰則として反対側のフリーキックとなす。

ヘ フリーキック・ゴールキック・ペナルティーキック・コーナーキック等をした

時には他の競技者がボールに觸れるまでは再び觸れてはならぬ。

注意

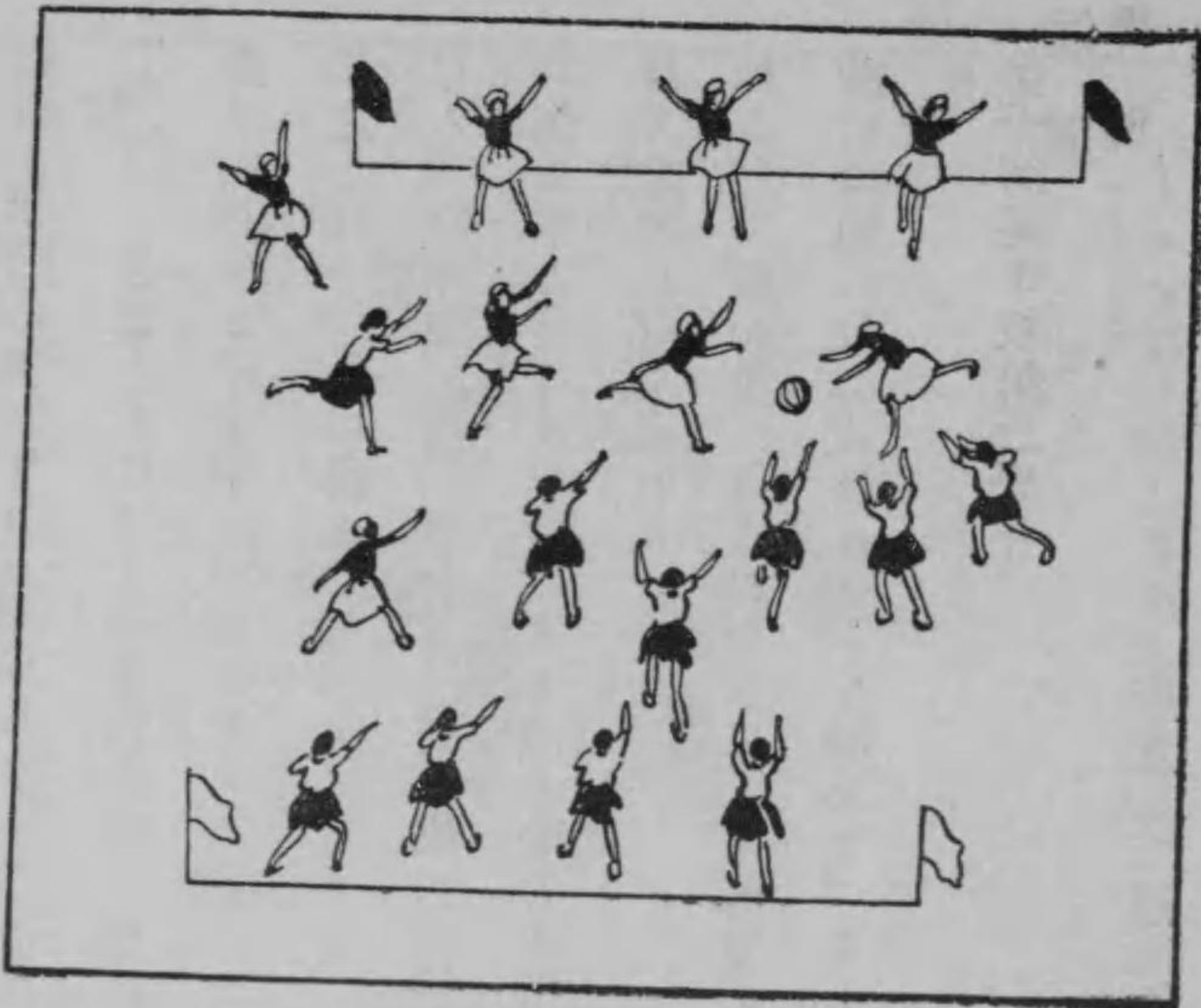
- 一 本競技は實に男性的の豪壯なる運動であつて時に或は非常に亂暴に陥ることがなきにしもあらずであるから、指導者は最も注意して指導するを要する。
- 二 故に小學校に於て指導する場合の如きは必ずしも正規に依據することなく、教育的に指導することが最も必要である。而して順次熟練の程度の進むにつれて正規に従ふが如くなさしむるがよい。

其二三 ハンドボール (Hand Ball)

適用

女子師範學校第三學年。

準備



ル - ボ ド ン ハ

フットボール一個紅白小旗各二本を用意し、運動場十數間を隔て、相對して、紅白の小旗各二本を立て、各組の旗の距離を三四間とし、兒童(生徒)を紅白二組に分け、各小旗を後にして一列横隊に對陣させる。

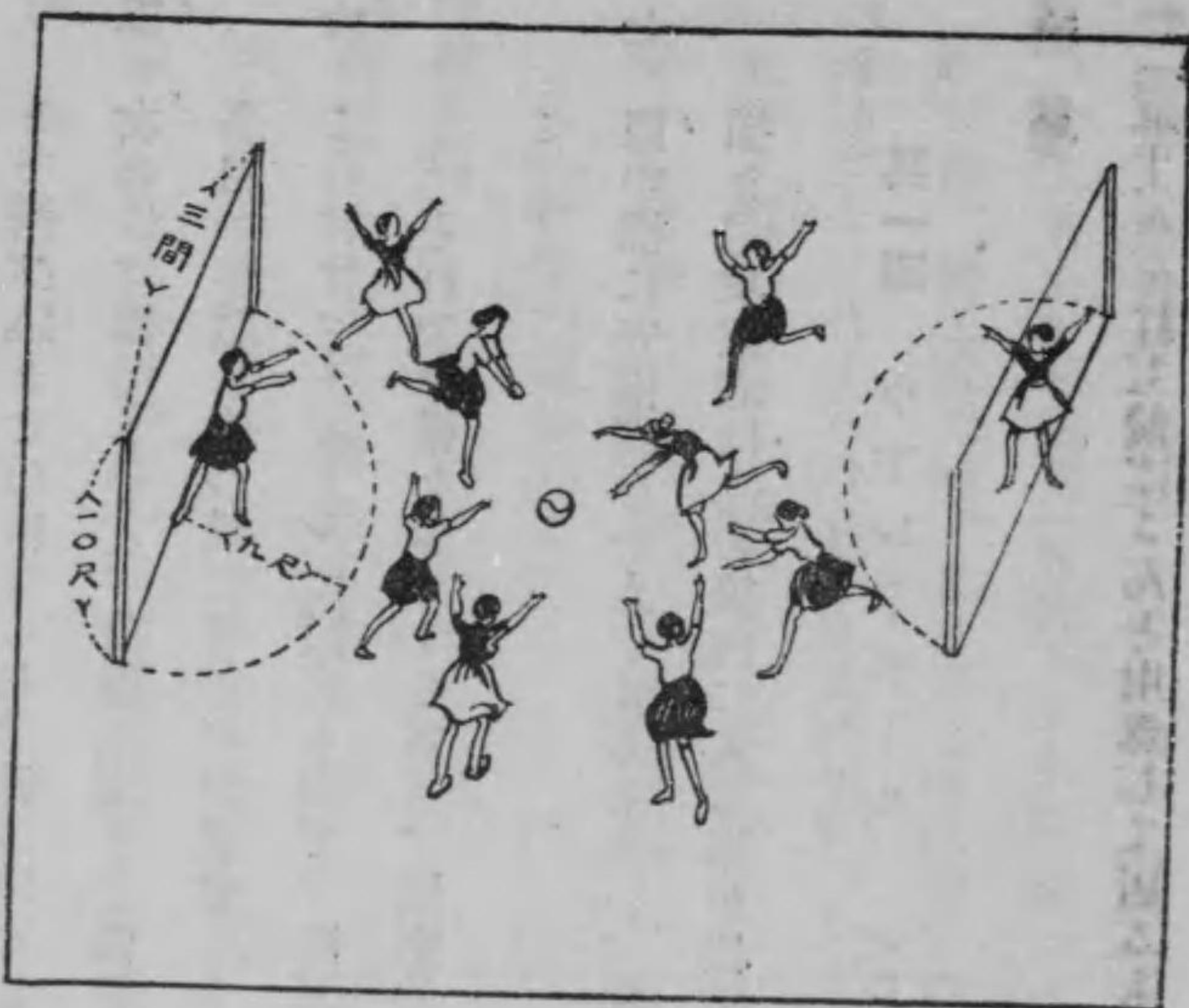
演技

教師は技場の中央に立ち、ボールを持つて『用意』の號令を下す。各組兒童(生徒)はそれなく、手配を定めて、後方小旗の附近

に行き守備に當るものボールを受けんと進撃するもの各部署につく。
 『始め』の合圖と共にボールを空中高く投げ上げると敵も味方も駆け寄り争つて球を受けんとする。ボールを受けたなら左手で頭上少しく高く上げて、右手は拳を握つて之を打ち、敵の陣地に飛び入らしめる、巧く敵陣地に入つたなら一點を得た事となる。敵陣地に遠かつたり、其の他の事情の爲め一撃で這入らなかつたら、更に其の落ち来るボールを受けんと敵も味方も争ふ。第二に受けたものは又前と同様の方法で敵陣に打ち入れんとする。
 かくして敵の手に入らぬやうにして味方のものに渡し、次第に敵陣に攻め寄せて後敵の陣地に打ち入れんことを努める。そして三點又は五點を早く得た方を勝とする。

注意

一 ボールを打ち飛ばさんと用意して居るものを横取りしたり、妨害したりしてはな



第五章 球 技

ル - ホ ド ン ハ

- らぬ。一旦敵の手にボールが入つたら其の者の近くに居つては却つてボールが得られぬから得策ではない。
- 二 ボールを取つたなら片手や両手で投げてはならぬ。必ず拳で打ち入れねばならぬ。
- 三 ボールを取つたなら向を變へる事はよいが、其の位置から歩いてはいけない。
- 四 敵の陣地に轉び込んだボールは無効である。必ずダイレク

トで飛び込ませねばならぬ、轉び込んだ時は守備の者が一撃の權利を得る。

五 初めは守備のものと、攻撃の者とを區別して置いてよい、併し熟練の後には兒童各自の作戦に俟つ様にするのが妥當である。

六 これはフットボールに似たもので、唯足で蹴るのが手で打つのに變つたまでである。それで準備を少くする爲め、固定的に鳥居の様な枠を作つて置けば便利である。

七 圖の様に守備者を一人とするもよい、其の時はゴールの前に半径六尺程の半圓を描き、攻撃者は此の線内に入る事が出来ないとするがよい。

其一四 ヴァレーボール (Volley Ball)

適 用

尋常小學校第六學年・高等女學校・中學校第三學年男女・師範學校各第二學年

準 備

バレーボール五號型(五號乃至七號)革の可成柔かなもの、ネット(ボールの漏れない範圍、幅三呎六吋、長さは三十呎位)柱二本又は竹を用意する、

コ ー ト

幅三十呎から三十五呎、長さ六十呎から七十呎、三十呎に六十呎とすれば、六十呎の中央兩側に二本の柱(又は竹)を立て、之にネットを張る、ネットは中央にて地上より六呎位の高さでよい。

競 技 人 員

例へば五十人位の學級ならば、紅二十五人白二十五人としてもよい。正規では十六人と十六人總員三十二人となつてをるが、一學級全體の競技とする時は二等分せねばならぬ。尙ほ初歩のものや小學校では人數の多い方がよい。

演 技

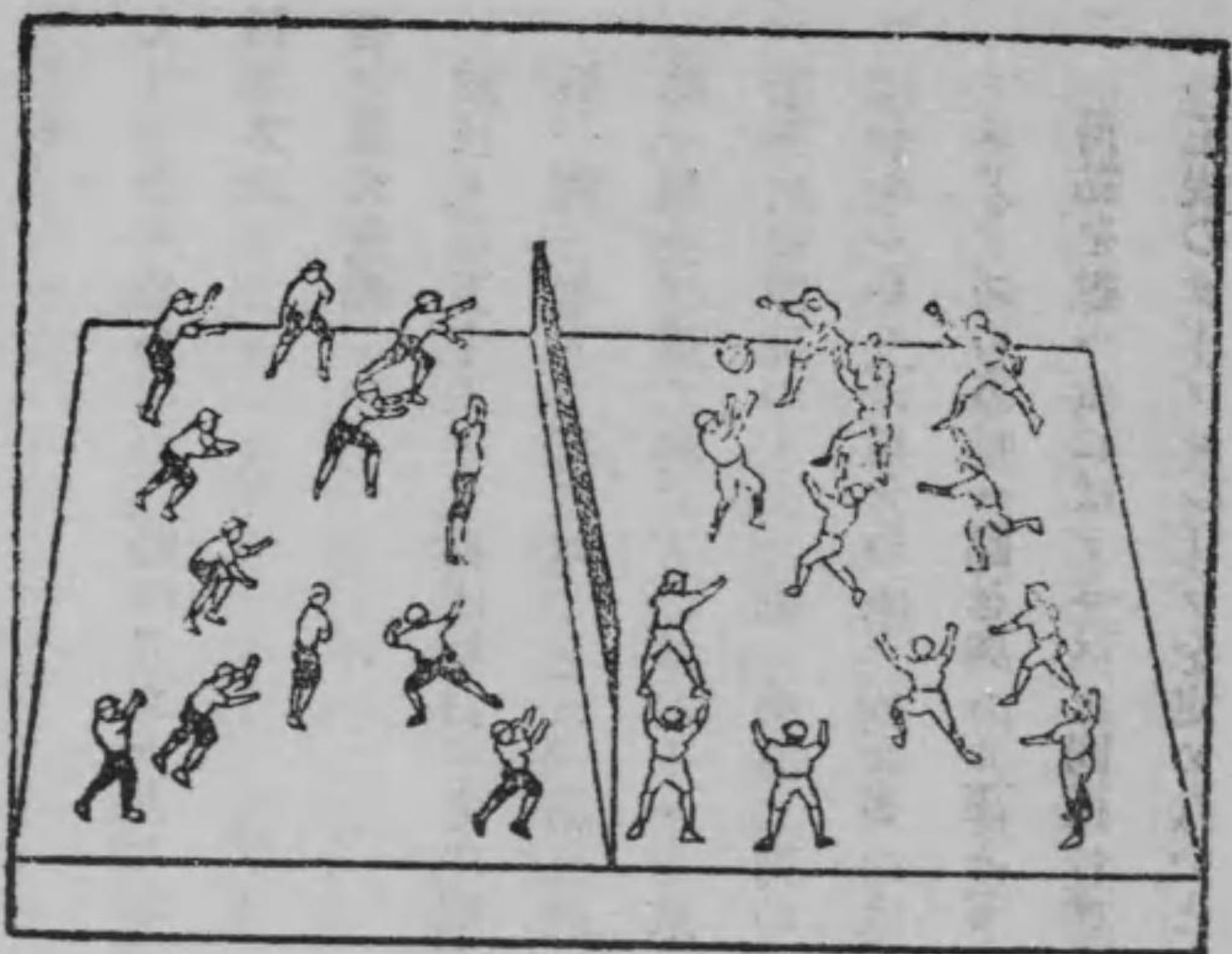
ゲーム

競技開始に先だつて、双方のキャプテン又は一番生は拳又は其の他の方法でサーブ (Serve) (厳密なる意味でなく、唯競技第一番にボールを打つ組) 順とコート及レシブとを定める。

得点二十一点を早く獲得した方を勝とする、太陽光線其の他の事情に依つて多少不利があるから、どちらか十一点を待た時にコートを交代するがよい。又時間の都合に依つては十一点を早く得た方を勝としてもよい。

得点

- 一 得点の數へ方は失敗したのを數へるのではない、例へばレシブが失敗した時はサーブの方に一點を與へる事となる。
- 二 得点を數へるにはテニスと同様にサーブの方から先に言ふ事になつて居るから、正規のサーブレシブを定めないとしても、數へるには豫め、競技始にサーブ



ル - ボ - レ ア ヴ

- した方から先に言ふ事を傳へて置くがよい。
- 三 第二回目のサーブからはどちらからしてもよいが初めは可成安全で而かも向ふのものが打ちよい様なものを送るがよい。
- 四 一人で何度ついてもよい、又一方のコートで何人ついてもよい。
- 五 ネットへつきあてゝも何度ついてもよい。
- 六 兎に角地に落しさへしなければよい、地に落したなら一點を取られ

る。

七 コート外へ出した時はアウトとなる。

練習方法

各位置の任務

競技人員五十人とすれば紅白一方の配列は

第一列 七人、第二列 七人、第三列 六人、第四列 五人と配列するがよい。

第一列及び第二列のものはボールを敵コート内に打ち込むやうにする。

第三列第四列のものは第一列第二列のものにボールを送つてやる。又第一列のものはボールを上へ擧げ、第二列のものはそれを後から強く打ち込む様にすることも一方法である。初歩の間は自分の附近にボールが来ないと、前の方に計り行かうとする風があるから、何所でも其の任務は重要であつて、一人の失敗は全體の失敗となると言ふ事を充分に承知させるがよい。

又失敗すると其の兒童(生徒)に色々と苦情を言ふことがあるから、そんな事がない様に注意し、失敗せるものには却つて激勵する様にせねばならぬ。これが團體遊技の尊い所である。

尙各列は時々交代させるがよい。然し大體論としては身長の高いものが第一列・第二列に位置するが得策の様である。

ボールの打ち方

ボールは可成兩手で撥ね返すやうにするがよい、而かも手を擴げて打ち擧げる様にし、稍々上達したら拳を握つて、兩手の前膊で撥ね返し、尙ほ熟練したなら拳を固めて片手で叩き込む様にすれば強いボールが這入る様になる。

初歩の間は上へ擧げ上へ擧げて、ネット近くの第一列者へ送つて、そして敵方へネットを越して入れるやうにするが最も安全な方法である。

要するに一人で手柄をしようとすると、失敗が多くて勝つ事が出来ない。

ボールの投げ方

敵方から強いボールが這入つて來たら、最も安全に兩手を一寸あて、上に舉げ、他のものが又受けつぐやうにせねばならぬ。一度に打ち返さうとすると失敗する事が多い。

敵から打つたボールがアウトとなつたのを受けたら、何人に渡つても安全に敵方へ送り返さねばならぬ。それではなくては味方が失敗となつて敵方へ一點を取らるゝ事となる。

注意

一 熟練するに連れて、規則も段々正規のものに近づかしむるがよい。例へばサーブは一方から二度行つて二度共に失敗したならサイドアウトでサーブ權が敵方へ移る。

二 尙すゝみては敵から打たれたサーブが甘く入つたのを受け損ねたなら、味方の失

敗となつて敵方へ一點を取られる。或は此の時はサーブを受け返してから、フェヤーとして得點に入れ、若しサーブは見事入つても受け返す事が出来なかつたら、ノーカウントとする等其の時の競技者の程度によつて參酌するがよい。

三 コートの廣さやネットの高さ等も競技者の質に依つて取捨せねばならぬ。小學校だから正式のものと同様にしてはならぬ等と考へてはならぬ、練習の如何に依つては驚く程上達するものである。

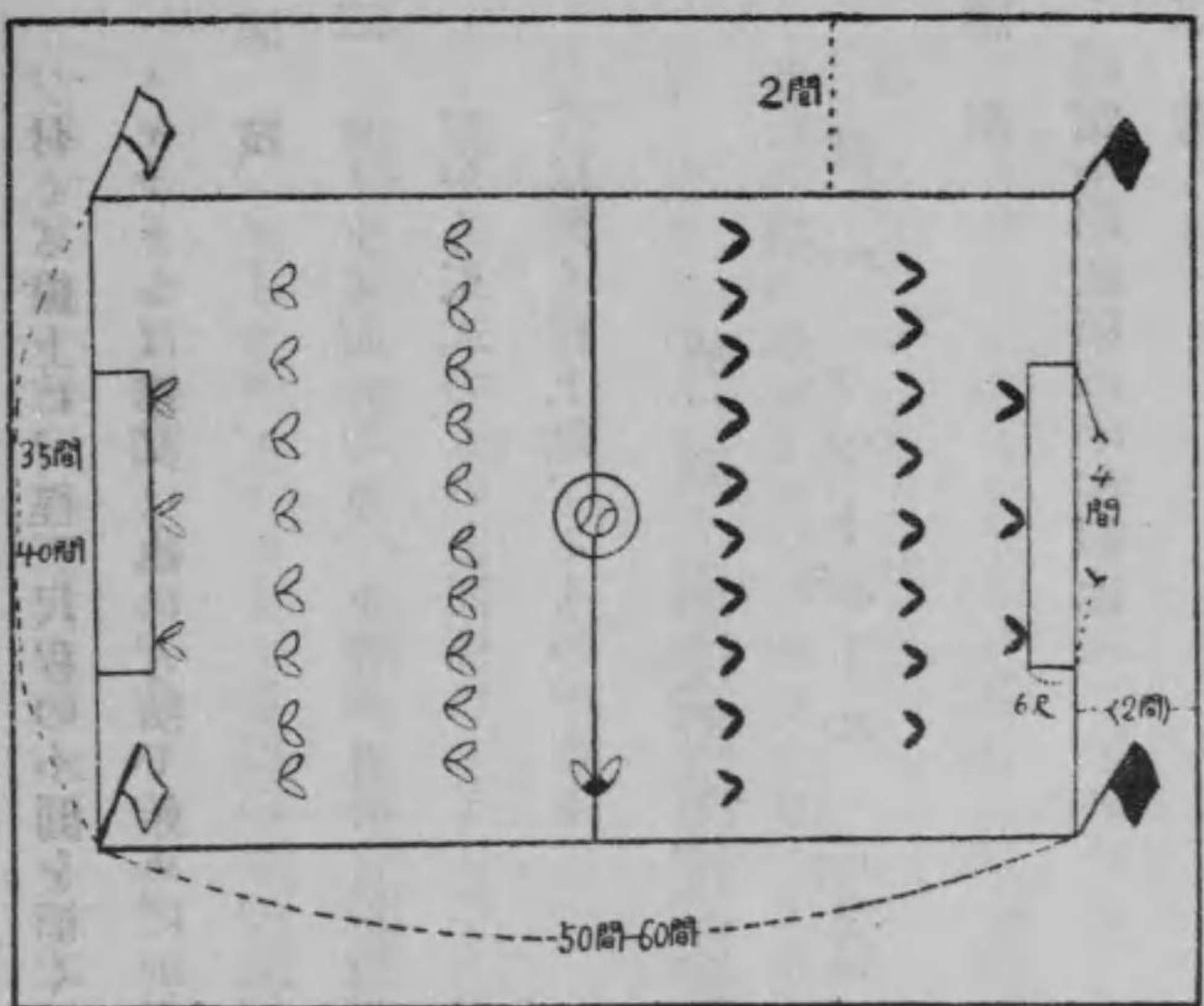
第二節 學校體操教授要目に表はれざる球技

其 一 フットボール (Foot Ball)

適用

尋常小學校第四學年以上。

準備



競技場は矩形にして、縦と横との割合三と二との如くする。即ち縦五十間に横三十五間位でよい。そして競技場の四隅に旗を立てる。又矩形の横の中央に長さ四間高さ六尺位の門を造り、フットボール一箇と紅白旗各二本を用意する。兒童(生徒)を紅白に分けて圖の如く對列せしめ、紅白各々三人の防禦者(ゴールキーパー)を選び、ゴールの前に位置せしめ、他は總べて攻撃者とする。尙縦の中央を結

び付くる線上に、徑三尺程の小圓を描く、そして其の中にボールを置く。又紅白のキャプテンは拳又は他の方法で始めにボールを蹴る順を決める。

演技

教師は競技場其の他の準備が出来たら『用意』の合圖をする。防禦者は此の合圖と共に駆歩にてゴールの前に行く。

『始め』の合圖で拳に依つて勝つた組は、中央圓内にあるボールを敵方目掛けて蹴る。これで愈々ゲームは始まり、紅白の攻撃者は入り亂れてボールを蹴り合ひ規定の門に蹴り入れたら一點を得る事とする。かくして一定時間五分乃至十分争ふた後、得點の多い方を以て勝ちとする。

注意

一 競技は必ずしもかくの如く定めなくてもよい。若し運動場が狭かつたら、周圍の障害物から二、三間を隔て、取れるだけ廣く取ればよい。

二 服装は可成輕装にせねばならぬ。特に注意すべきは履物である。洗足のもの、足袋のもの、靴のものが混つて居れば危険な事があるから、靴は靴許り足袋は足袋許りとするがよい。

三 防禦者(ゴールキーパー)はボールを手で持つ事が出来るが、攻撃者は手で持つても、觸つてもいけない。若し攻撃者が手で持つたら、其の時のボールは敵に與へねばならぬ。敵は其の場に於て一蹴の權利を得る。併し攻撃者は頭及體等を使用する事はよい。

四 必ずしもゴールは門構へにしないで旗を立て、もよい。又竹二本を立て、細繩を張つても同じである。

五 男女合級等に於ては、男子と女子を攻撃、防禦と定むればよい。

六 ボールが區劃外に出た時は教師は笛を吹き、出した組と反對側のものに出した所から一蹴の權利を與へる。

七 競技場は必ずしも區劃しないでよい。唯障害物のある所のみ注意したら手輕に出来る。

其二 ライダーボール (Rider Ball)

適用

尋常小學校第二學年以上。

準備

全兒童(生徒)をして二列に手を繋がしめて圓陣を作らしめ、手を下して更に五歩乃至四歩後退せしめ、前列生をして自分の足許に小圓を描かして場所を定めしめ、フットボール一個を用意す。

演技

教師はフットボールを一生に渡して『用意』の合圖をすると、前列生は足を開いて兩

手を兩膝頭に置き、少しく體を前に屈めて馬を作る。後列生はこれに跨り、股に力を入れて兩手を放しても落ちない様に用意する。教師は此の用意の出來たのを見計つて「始め」の號令を下すと、今や遅しと號令を待ち居たる馬の後列生はボールを右渡しなり左廻しなり味方のものに投げ渡す。

若し此の時ボールが落ちたら、馬上のものは皆直ちに跳び下りて前列の作れる圓外を逃げる。此の落ちたボールの附近に居る前列生は、直ちにボールを取つて逃げ行く後列生を目掛けて追ひ近づきて投げ當てる。甘くあてられたら交代して前同様の事を演ずる。當らなかつたら、初めの様な役割で幾回となく繰り返す。かくして一定時間(五分乃至十分)行ひて、其の中に乗り手となつた回数が多い方を以て勝とする。

注意

一 馬になつたら故意に動かして、ボールの落ちる様な事をしないこと。

- 二 熟練するにつれてボールの廻し方は早くするがよい。又隣生との間を廣くするの
が面白い。
- 三 落ちたボールを持つて敵を追ひつゝ走る時は、後戻りをして追ふてもよいが、圓
を切つて走ることとはならぬ。

其 三 新ハンドボール (New Hand Ball)

適用

尋常小學校第五學年以上。

準備

運動場の一隅に二十五呎乃至三十呎を隔て、四個のベースを正方形に並べる。そしてベースとベースとは一線を以て連絡し能ふべくは石灰を二寸幅位に引けば結構である。先づバレーボール三號型、ベース四個用意して本壘、一壘、二壘、三壘と言

ふことは野球其の他の呼び方と同一である。本壘と二壘とを結ぶ線上で本壘から四米乃至五米の所に投手壘を作る。投手壘は二呎位に作ればよい。又本壘の兩側には三呎に四呎位の打手壘を作る。

愈競技場が出来ると全兒童を紅白の二組に分ける。さうして一番生をして拳又は其の他の方法で攻撃及防禦の順序を決めるのである。

防禦軍をして左の如くそれ／＼任務の位置につく。

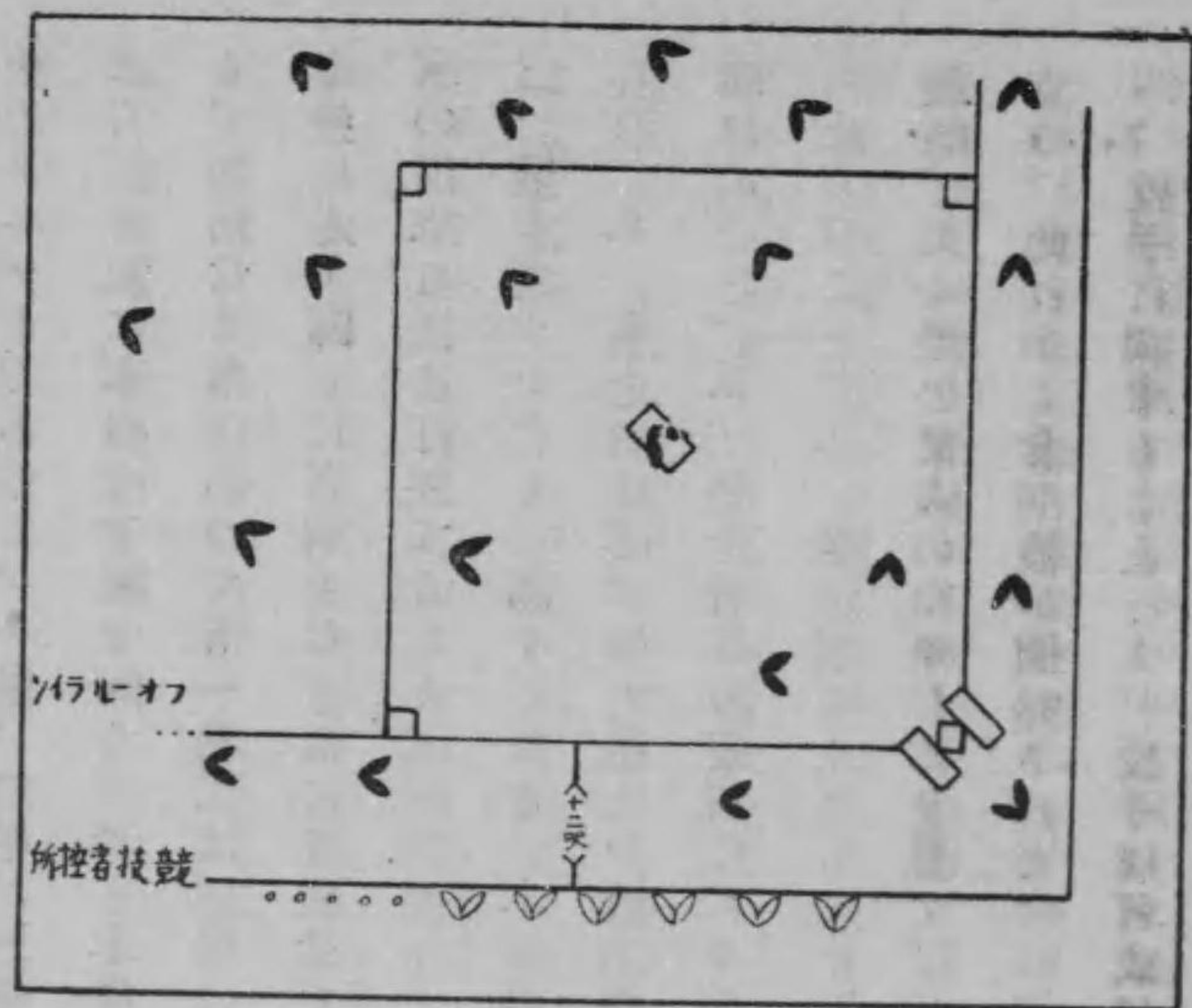
投手となるもの、捕手となるもの、其の他の壘につくもの外野手となるもの等。

攻撃軍は身長順又は其の他の方法で打撃順に所定の場所につく。

演技

教師は凡べての準備の出来たのを見て、プレーボールを宣告する。打手は打手壘に立つ、此れから愈演技が開始される。

- 一、投手に關すること 1. 投手は可成打手が打ち易い様にボールを投げること。



新ハドンボール

- 2. 投げるに際しては必ず下手投をする事。即ち右又は左手にボールを持って、下から體と平行に臂を上を振り上げるやうに投げる事。
- 二、打手に關すること 1. 打手は拳を固めて打手壘に立つこと。
- 2. 投手の投げるボールを遠く近く或は横にと相手の隙を見て打ち飛すこと。
- 3. フォールなる時はフェアになるまで、何回となく打なほすこと。
- 4. 打ちたるボール

ルがフェヤーであつて、一壘、二壘、三壘と通過して本壘までかへり得ると思はれたら、一氣に本壘まで馳せ歸る。若し本壘までかへる餘裕がなかつたら二壘に止まる。如何なる事があつても一壘又は三壘に止まつてはならぬ。5. 打手は壘走者が本壘に走り歸るに有利となる様に打撃せねばならぬ。少くとも自分が二壘に達する事の出来る様に打撃すること。

三、壘走者ランナーに關すること 1. 壘走者は必ず各ベースに觸れて行かねばならぬ。2. 壘走者は必ず壘と壘とを結ぶ線上を走ること。線外に出づるも三尺以上離れぬこと。3. 壘走者は防禦者にアウトせらるゝのを避けんがため、三秒以上立ち止らぬこと。4. 壘走者は止まらずに防禦者の投げあてるボールを跳び上り或は踏み、又は體を交はしてボールを避けながら壘から壘へ走り、二壘又は本壘に達する様に努むること。第二壘のみが安全地帯である。

四、防禦者に關すること 1. 防禦者は打手の打ちたるボールがフェヤーフライボ

ール、フォール、或はチップなるとに關はらず、地上の何物にも觸れざる前に於て受け止めたる場合には其の時の打手はアウトなるから一層努力すること。2. 地上又は床上に落ちたるボールを取つて、直ちに壘走者に投げあてること。3. ボールが壘走者に遠く離れて居る場合には、味方の者に送り渡ししながら、壘走者に近づき投げあてること。4. ボールを取つたら一步以上歩かぬこと。5. 捕へたボールは必ず壘走者へあてること。それでなければアウトとはならぬ。ベースに觸れても無効なること。但しボールが地上の何物にも觸れざる前に受けた時は此の限りにあらずだ。又打飛ばされたるボールが防禦者三人までの手に觸れて、捕へられたる時は當然アウトである。6. 防禦者は壘走者の妨げとなるから壘を連ねる線上に立ち止まらぬこと。7. 自分の防禦すべき區域外にあまり遠く駆け廻りて一緒にかたまつては、連絡して壘走者をアウトにせんとする時に不便である。

五、フェヤーとフォール 1. フェヤートフォールはボールの始めて地上に落ちた

る所を以て定めること。2. フォルルライン上に落ちたるものはフェアとする。六、ゲーム 1. アウトとならずして本壘まで走り歸りたる者を以て一點とする。2. 得點の多い方が勝となる。3. 三人のアウトにて攻撃及防禦を交代する。4. ゲームは二回にても三回にてもよい。時間の都合に依つて演技開始前に定めて置くがよい。5. 紅白共に一回の攻撃を終りたる時を以て一回ゲームとする。

其 四 センターボール (Center Ball)

適用

尋常小學校第五學年以上。

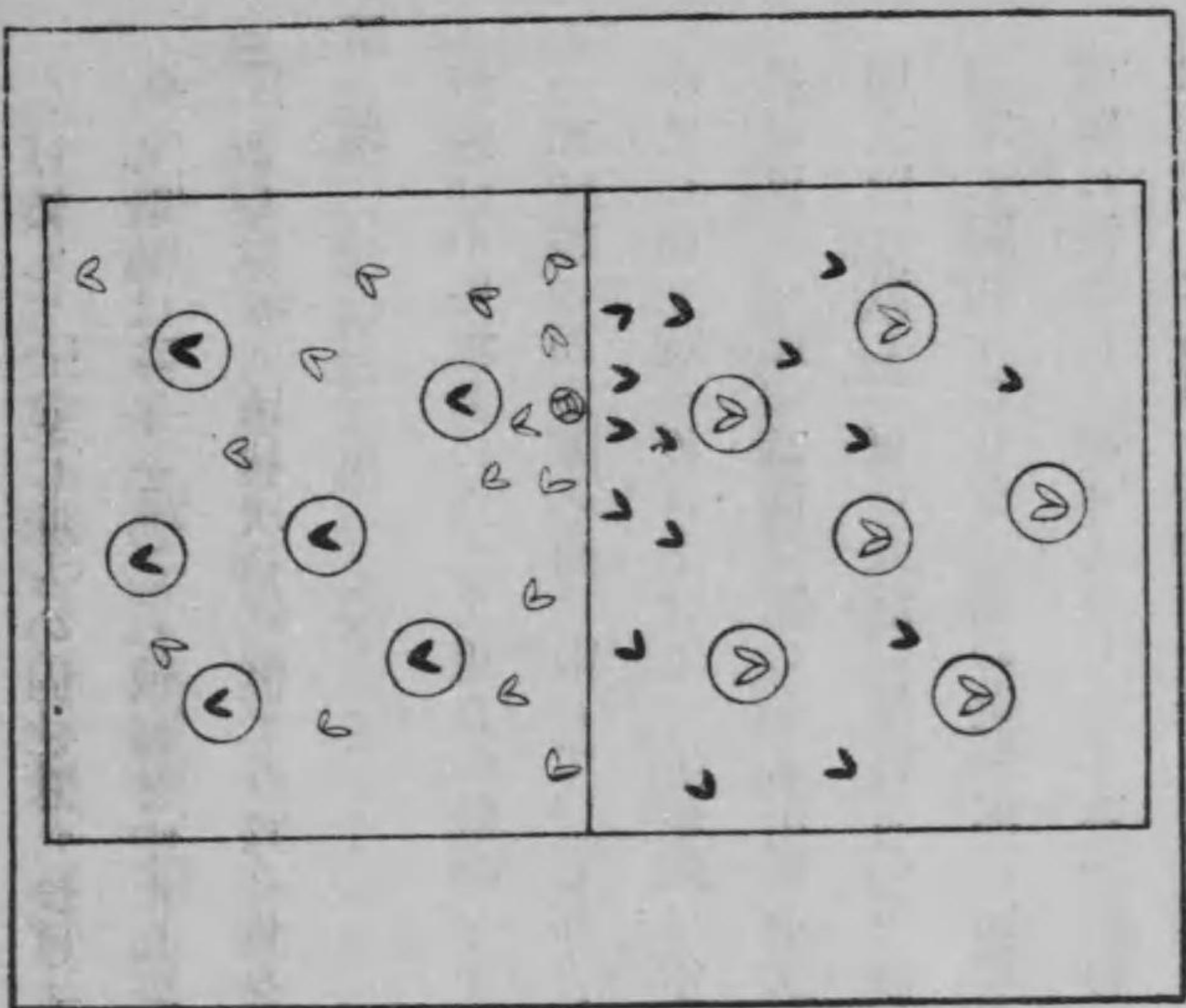
準備

フットボール用球一個を用意して、運動場を左半區右半區と平等に二分し、各兩區の中央に直徑三尺位の圓を書き、其の周圍に三個又は五個の同大の圓を書いてお

く。そして兒童(生徒)を紅白兩軍に分けて番號を唱へしめ、一番生は大將として中央の圓に、二・三・四・五・六は固定隊として、周圍の圓に位置せしめ、他の者は遊撃隊として敵の區域内に位置を占めさせる。

演技

教師は中央線上に立ちて用意の號令を下す。遊撃隊の一部は境界線の近傍に寄り、一部は敵の固定隊の間に散じて、それ／＼部署につく。「始め」の號令と共に教師は中央に高く球を投げ上げる。遊撃隊は争ふて此の球を受けて直ちに味方の固定隊に投げ渡す、此の時固定隊の一人が球を受けたら、直接大將に投げ渡すか、又は他の固定隊に渡して更に大將に投げるのである。幸にして是が大將の手に入つたら、その軍の勝利であるが、敵の遊撃隊は常にそれを妨害し、球を取り返しては味方の固定隊に渡さんと努める。だから球が紅軍の遊撃隊の手に入つたら紅軍の大將や固定隊の近くは白軍の遊撃隊で堅めて、球の大將の手に入らぬ様に努める。かくて球が



セ ン タ ー ホ ー ル

敵軍にあると味方にあるとの差別なく分秒油断なしに戦ふのである。

注意

- 一 大將や固定隊の者は自分の圓線外に出ることはならぬ。只固定隊の者だけは片足を圓線外に出してもよいのである。
- 二 遊撃隊は受取つた球をば直ぐその場所から投げねばならぬ、だから敵將の近くで受けたら中央境界線の方の者に投

げ渡して、更に味方の固定隊に投げるがよい。球を持つて走り廻つて投げ渡したら教師は呼子を鳴らし戦闘を中止して更に始めねばならぬ。

三 遊撃隊から直接大將に渡した球は無効である。必ず一應固定隊を経ねばならぬ。固定隊は仲間同志で球の受け渡しをして、妨害者の隙を見て大將に渡す様にするがよい。

四 遊撃隊の者は固定隊や大將に妨害を與へるとき、圓線内に入つたり、又その體軀に觸れてはならぬ。

五 可なりの時を経過しても決勝しなかつたら、固定隊と遊撃隊を交替せしめるがよい。固定隊の方が多く活動するから運動の量を平等にするためである。

其五 インドアベースボール (Indor Base Ball)

適用

尋常小學校第五學年以上男生

準備

兒童(生徒)を紅白に分け更に投手・捕手・壘手・野手等を定めて圖の如き競技場の各位置に就かしむ。

一 正規のものは九人乃至七人の競技者とするやうに定めてあるが、二十五人位までは増すことが出来る。一方二十五人とすれば一學級五十人までは一組となること出来る。

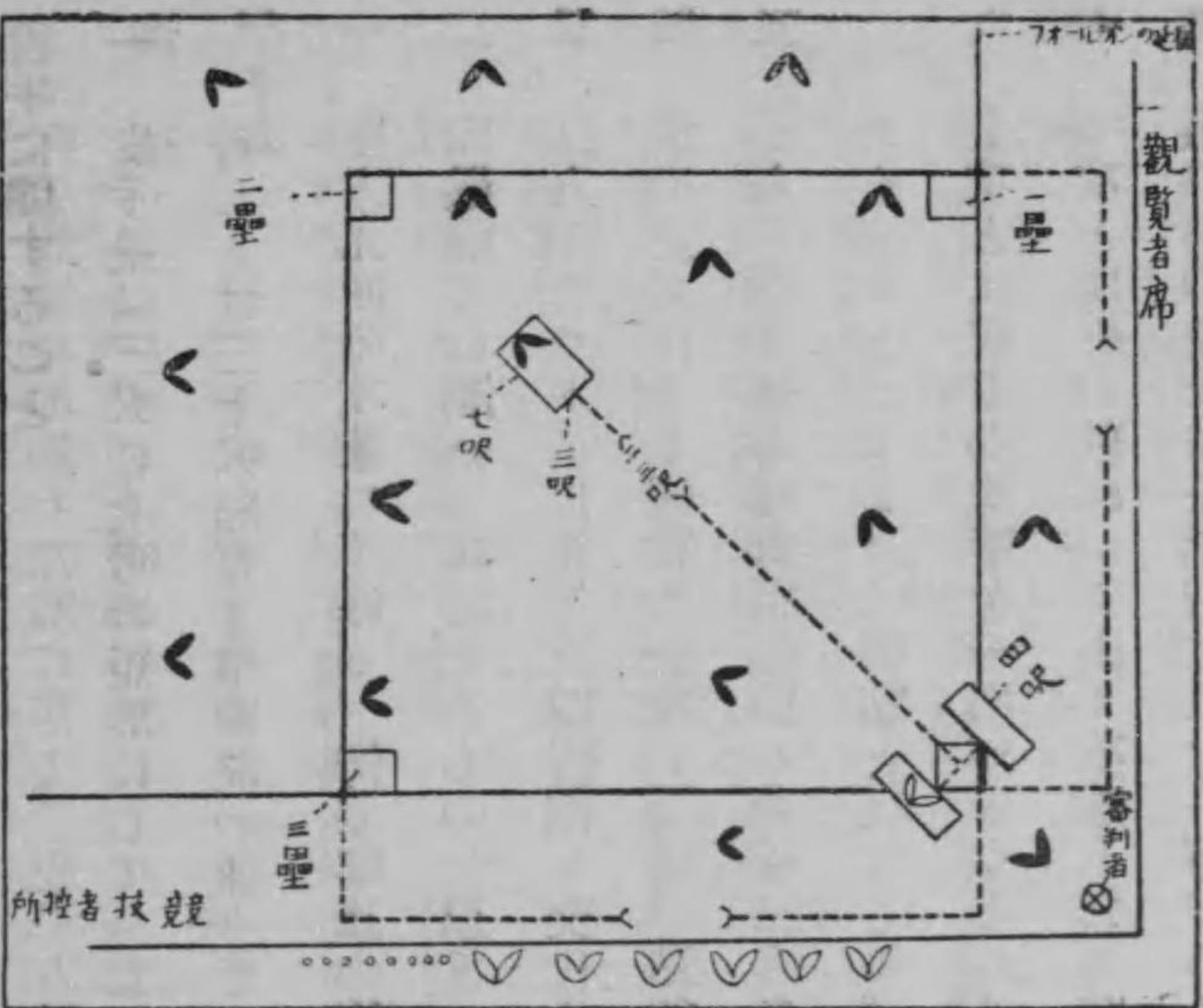
二 競技場 1. 各邊二十七呎……室内及狭き所で、2. 各邊三十五呎……廣き所にてそれで四十呎五十呎位の場所があれば行はれる。3. 捕手の活動を自由ならしむるが爲に、捕手の後方に十呎乃至十五呎の空地があるがよい。4. 投手壘三呎に七呎の矩形各邊二十七呎の競技場では本壘から投手壘の前邊まで二十呎。各邊三十五呎の技場では本壘から投手壘の前邊まで三十呎。5. 打手壘三呎に四

呎の矩形を本壘の左右に作る。但し左は左利のためである。

演技

ゲーム

- 一 雙方九回の攻撃にて終る。併し御互の約束では幾回にも定むるも勝手である。
- 二 四壘總てに觸れて成功せるものを以て一點とする。
- 三 三人のアウトが出来て攻撃防禦を交代する。
- 四 豫め定められたる回数全攻した時、點數の多い方を以て勝とする。
- 五 三人アウトせる時尙壘に居る者及三人アウトせる後本壘に入りたるものをスタンディングとしてこれは得點とはならぬ。
- 六 全攻とは双方共攻撃を一回づゝなしたる時、
- 七 半攻とは紅白孰れかゞ多く攻撃したる時、
- 八 最終回の全攻は全部行はれない事がある。



ルースベースボール

- 1 最終前一回に於て後攻組の得點が前攻組の得點より多き時。
- 2 最終の回に於て後攻組が三人目のアウトにせらるゝ前に前攻組の得點より多くなりたる時。
- 九 最終回まで同點なる時は當然決しないこととなる。
- 一〇 時間其の他の都合にていづれか一方が勝つまで續けてもよい。

投手に關すること

- 一 投手壘は三呎に七呎の矩形にして 二壘に近く、本壘より其の前邊まで二十三呎若しくは三十呎隔たる事前記の通りである。
- 二 投手は投球に際して身體の孰れの部分たりとも投手壘外に出さぬこと。(初めの中は投手壘の距離も規定より近く一步踏み出す事、後線を踏む事等は緩かにした方がよい。
- 三 投球に際しては投手壘後方の線を踏むこと。
- 四 投球をする際一步以上踏み出さぬこと。
- 五 投手は必ず下手投げにて投球すること。即ち體と平行に手を振り下より上に振り上げる様にして、肩より上から投げぬ事。
- 六 盜壘に關しては別に規定されてあるから、投手は壘へ投球する事を少くしてよい。

七 巧妙投手はボールが本壘に達せんとする時上方か下方か左右の何れかに不意に行路を曲げて(カーブして)打手をして誤らしむる様に試むるものである。

捕手に關すること

一 投手の投じたるボールを受け止めて投手へ返すこと。

二 本壘を守つて壘走者^{ランナー}をアウトとならしむること。

三 走壘者をアウトとせんが爲め壘へ投球すること。

打手に關すること

一 打手は審判者に呼ばれて一分以内に、左右何れかの打手壘に立つこと。

二 打手はキャプテンから審判者に出してある打撃順に依らねばならぬ。

三 打手が打手壘から出た時はファウルストライクとなり、打手はアウトとなる。(併し初めの間はあまり嚴格にせざること)

四 反対側の投手から投せられたる球を強く遠く打ち飛ばし、多くの壘を得る様につ

とめて、少くとも第一壘に走る餘裕を作らねばならぬ。尙ほ先の壘走者が先壘へ進まんとする機會を與ふる様にボールを打つこと。

五 打者は三度だけボールを打つ機會を與へらる。

六 三度のストライクボールの中、一つを打ち誤りたる時は三度の打撃權利の中一を失ふこととなる。但し打ちたるボールがファウル及チップなる時は此の限りでない。

打撃とボール

一 正球と誤球(ストライクとボール)

1 正球(ストライクとボール)

ワンストライク、ツウストライク、スリーストライクと數へる。

2 誤球(ボール)

ワンボール、ツウボール、スリーボールと數へる。

3 打者の膝より上肩より下の高さで本壘の上を通過するものを「ストライク」と数へ、此の規範外のことを「ボール」と数へる。

二 正しき打撃と誤りたる打撃

1 打ちたるボールが内野四箇の壘に圍まれたる區域に落ちるか「フォールライン」の上か、又は其の延長線上かに落ちたるを正しき打撃即ち「フェア」とする。

2 右の線外及後方に落ちたるものを「フォール」とする。

3 打ち飛ばされたるボールが、初めて地上の何物かに觸れたる時を以て「フェア」なるか「フォール」なるかを決定する。

4 バット(打ち棒)に少し觸れて頭より低き所を後方に行きたるを「チップ」とす。

5 「フォール」と「チップ」とは「ストライク」にも「ボール」にも加へない。

壘に行き得る權利

一 投手があまり長く手中にボールを持ち居たる時。

二 投手が投手壘に於ける犯則の場合。(投手に關する項参照)

三 壘走者が戻らざるべからざる時、未だ壘に達せざるに先だちて投球せし時。

四 故意に壘走者の道を妨げたる時。

五 巧に投げたるボールが審判官に當りたる時。

六 フォアボール(投手が四度誤球を投げたる時)の時は打者のみ一壘へ進む。

七 投手が投げ真似た時壘走者は一壘を取る。但し打者のみは此の特典はない。

八 デッドボール(死球)の時は打者のみ一壘に進む。

壘走者が歸らねばならぬ場合

一 フォール及チップなる時はランナーは舊の壘にかへる。

二 デッドボールの時(即ち打者がデッドとなりたる時、進みたる壘走者)は舊の位置

に歸らねばならぬ。

- 三 ボールが審判官に打ちあたりたる時はランナーは舊の壘に歸らねばならぬ。
 - 四 フライボールが地上の何者にも觸れざる以前に敵手に捕へられたる時。但し此の時壘走者が壘へ達する以前に、其の壘へボールを投せられたる時は、其の走者はアウトとなる事別記の通りである。
- 壘走者に関する事

- 一 第一・第二・第三壘等より壘走者が出發するのはボールが投手の手中にない時にすること。
- 二 ボールが投手の手に入り、投手の手からなくなるまでは其の壘に觸れて居らねばならぬ。
- 三 フライボールなる時は其のボールの結果如何を見て自己の壘を出發すること。
- 四 若しフライボールが捕へられざるを豫想して、其の機會に乗じて出發して捕へら

れたる時は、直ちに始めの壘に歸らねばアウトとなる事がある。

- 五 壘走者が次の壘へ進む意志を以て出發したら、初めの壘へは歸る事が出来ない。但し「フォール」なるか「チップ」なるか又は「フライボール」を敵手に捕へられたる時は此の限りに非ずだ。
- 六 ボールが打たれて飛びたるも、投げて飛びたるも、観覧席へ入りたる時は出来るだけ多くの壘を取らねばならぬ。但し豫め此の時通過すべき壘数を定むるもよい。ホームラインも亦同様である。
- 七 壘走者の最も安全とするは、投手の投げたる球が捕手に到着するか、通過するかせねば其の壘を出ない事である、これはボールが打たるゝか否かを意味する。
- 八 壘走者はベースラインより三壘より遠くを走ることが出来ない。但し敵野手が捕球せんため線上に居る場合は差支ない。
- 九 第一壘のみは走り過す事が出来る。此の時は早く右へ廻りて壘へ歸らねばなら

ぬ。

- 一〇 第二壘・第三壘はベースに觸れて居らねばアウトとなる。故にベースを踏み飛ばし走る時はベースを抱へ込み、取りつきて舊位置に持ち返るがよい。又當然ベースのあるべき所に觸れ居るもよい。
- 一一 第四壘は通過の際に壘に觸れよばよい。
- 一二 壘を取るには走り込みと迂り込みとがある。
- 一三 壘は安全地帯であつて、危険は壘と壘との間に起るものである。
- 一四 壘走者は一箇の壘に幾人居ても差支ない。尙誰より先きに進壘してもよい。(かうして置けば敏捷な、そして健全なる走者は早く進壘し、體力弱く及び疲れたる者は一壘一壘と休憩して歸る等、其の走者の體力に應じたる活動をする事が出来て合理的となる)

防禦組に關すること

- 一 防禦組は可成本壘(即ち四壘)を取られざる様に努力せねばならぬ。
- 二 壘走者が出来た時は防禦組は互ひにボールを投げ合つて、其の走者をアウトにしようと協力する。
- 三 走者をアウトとするにはボールを手で押しつくる様にせねばならぬ。投げあても無効である。
- 四 壘走者は投手が球を持つ間は發足する事が出来ぬ定めであるから、不用であつたら直ちに投手にかへすがよい。これも戦法の一つである。
- 五 ボールが投手にかへりたると、略同時に走り出でたるものは歸らないでもよい。併し先きの壘でアウトとする事を企つる事が出来るから、走者は注意せねばならぬ。

「アウト」となる場合

- 一 三度ストライクボールを打ち得ずして捕手に受けられたる時。

- 二 打ちたるボールがフライボール、フェヤー、フォール、チツブの孰れなるを問はず、地上の何物にも觸れざる以前に於てボールが捕へられたる時。
- 三 フライボールが敵手に捕へられたる時、壘走者が元の壘へ歸る以前に、其の壘へ球を投せられたる時。
- 四 打者が一壘に達する以前に球を投せられたる時。
- 五 壘と壘との間及び壘を離れたる時、敵手の持てるボールに觸れられたる時。
- 六 打手が打撃にあらざる他の方法でボールを捕へる事を妨げたる時は打手はアウトとなる。
- 七 野手の捕へんとするボールを妨げたる時。
- 八 三度目のストライクの時に、打者がデッドとなりたる時及び故意にデッドとなりたる時。
- 九 打手がボールを打たんとせる時は蹴り、又は他の方法を以て妨害せし時。

- 一〇 野手のボールに觸れらるゝことを恐れて、三呎以上基線を遠ざかりたる時。
- 一一 打手が審判者に呼ばれて、一分以内に打球の位置に就かざる時。
- 一二 一壘に於ては走者とボールとが同時なる時はセーフとなり、他は各壘とも此の場合アウトとなる。(ボールは遠く飛す壘と壘とは近きため、一壘を取る事が割合に困難である。一壘を取つたら他の壘へ進む事は容易であるから斯く定められたのである。一々アウトになると割合に興味が少くなるから、小學校では以上の様にすることがよい。)

野手に關すること

- 一 投手を除きたる凡てを野手と言ふ。即ち内野手、外野手、壘手。
- 二 野手の任務は略同一である。
- 三 キャプテンは野手の配置を適當ならしめねばならぬ。
- 四 打ち飛ばされたるボールが野手の手に依つて捕へられ、これに押しつけられたる

時、走者はアウトとなる。此の時野手は走者に觸れたる後、其の手にボールを持つて居なければならぬ。

五 ボールで走者をアウトとするに有利でない時は直ちに投手にかへして置くことが大切である。斯くすれば壘走者は壘よりの出發を制限さるゝ事となる。

コーチ(指導)

- 一 壘走者は自己の組の一競技者に指導さるゝ事が出来る。
- 二 コーチャーは壘走者に、走るに安全なる時を判断して知らしめ、又は壘走者の勇氣を鼓舞し、忠告を與ふる等の事をする。
- 三 コーチャーは内野へ入る事は出来ない。第一壘・第三壘に近き所に居る。

注意

- 一 本球技は室内でのみする様であるが天氣のいゝ時は可成室外でやるがよい。
- 二 熟練するに従つて競技場も廣くボールも十七吋位の大きいものを用ふるがよい。

特に六年高等科用の男女には大きいボールでバット等は普通用ひらるゝ野球用のもので、思ふ存分強く遠く打たするがよい。こんな大きなボールになると當つてもなか／＼遠くへは飛ばない。これが危険の少い理由の一つである。

三 競技人員の多少に依つてベースの數も増減してよい。人員が少い時はベースを二箇或は三箇とし、多數なる時は五箇或は六箇とするがよい。又ベースとベースとの距離も加減するがよい。要するに之を行ふべき兒童(生徒)の程度に合致し興味と教育的價值と、體育上とからして最も價值多き様にするがよい。

四 ベースの如きは特別に買はないでも兎に角白でも黒でも一尺四方、厚さ二寸位の袋様の物を作つて、中に砂か粗殻或は鋸屑等を半分程入れたもので結構である。バットの如きも手製のもので結構。但しこれは手前の方を一寸大きくして手が、りのある様に作らねばならぬ。

五 競技に眞剣になると一競技者の失敗について苦情を言ふものがあるかも知れぬ。

かゝる時は機に應じて團體競技の精神に悖る事を話してやらねばならぬ。

六 尙ほ最初の間はボールを投げる事、取る事等が甘く行かぬからキャッチボールとて暇さへあれば三・四間を隔て、對向させボールを投げては捕り、捕つては投げ返す事を練習させること。

七 時には教師が『ノック』してやるがよい。即ち紅白孰れかを防禦させて教師は本壘に立ちて左手でバットを持ち、右手でボールを軽く上に挙げ、其の瞬間に兩手でバットを持ち思ふ所にボールを打ちやる。防禦者はこれを取つて一壘手へ投げる。即ちボールの受け方と投げ方の練習となるのである。

新要目に
準據せる 遊戯及競技の實際畢

大正十五年十月廿五日印刷
大正十五年十月三十日發行

遊戯及競技の實際

〔定價貳圓九拾錢〕



有所權作著

著者 眞行寺朗生

發行者 生地龍太郎
東京市本郷區元町二丁目四十七番地

印刷者 田中信之
東京市神田區小川町一番地

發行所

東京市本郷區元町
二丁目四十七番地

啓文社書店

振替東京三八七七六番

弘前高等
學校教授 三浦圭三 先生著

◆菊判布特製 定價四圓八拾錢
◆函入六百頁 送料 十八錢

新 綜合 日本文法講話

本書は著者獨得の體系の下に廣く古今東西の諸書より生々潑潑たる材料を自在に抜き來り輕妙にして雅致に富める筆致を以て日本文法の真髓を綜合的に講述せるものである。規則慣例の説明は素より引例の末に至るまで乾燥無味なるを寧ろ當然とせる在來の日本否世界の文法書に新様式を示し且つ文法研究上必然的に附隨するかの如く思惟せられつゝある苦感を全減するの可能を示範する意味に於て本書は實にエポックメーキングの大著たる名譽を擔ふものである。何人と雖一度本書を繙く時は津々たる興味を以て一氣呵成に讀破し得ることに驚嘆すると共に不知不識活殺自在の妙法を體得し應用自在の真義を發見し得ることに驚喜するであらう。文檢・高檢受験者、文法教授者の必讀を望む。

眞行寺朗生 先生著

◆菊判布製五百頁
◆寫眞版壹百數十頁

定價四圓參拾錢

送料 十八錢

新 異常兒の病理と矯正体操

一名 體育異常の病理と矯正体操

體育の研究は科學的に進展して微に入り細に涉りて殆んど間然するところなきが如くであるが、彼の體育異常の病理學的研究は未だ極めて幼稚なる状態であることは、何としても現代體育界の一大缺陷である。本書は常に孜孜矻々として體育道に精進し、絶えず新方面の打開に腐心しつゝある著者が、人類最高理想たる共存共榮の理法より出發して、體育異常の原理を或は解剖學上より又は生理學上より時に病理學上より更に體育學上より研討・究明して、苦辛慘澹稿を改むること實に四度にして漸く完成された稀觀の診籍である。随つて彼の異常兒の病理も矯正體育法も亦本書の解説に於て釋然として氷解するを得べく、全卷十八章六十有二節を算じ、項を分つこと實に百六十有餘、精巧なる百數十個の木版及寫眞版は、何れも體育研究者は勿論體育指導者が熟考・刮目して體育異常の教育に資す可き金玉の文字たらざるはない。

東京高等師範
學校・訓導 黑沼勇太郎先生著

◆四六判總布製 定價貳圓八拾錢
◆函入四百餘頁 送料 十二錢

新刊

劣等兒の原因と其教育

劣等兒研究の權威

輓近我が初等教育界は實に目覺ましい進歩を遂げてゐる。教材の精査に教法の研究に誠心こめて努力せしむる者も尠くない。けれども何れも中等以上の優等兒を對象として教材・教法の研究であり又その理論と實際である。而して中等以下の子供は殆ど顧みられない状態におかれてゐる。彼等の中には先天的に或は下天的に一寸した障害の爲めに劣等兒となり低能兒となり居るものが少なくない。是れ多くは父兄たる人の不注意によるものである。又現時の學校教育が不知識の間で劣等兒や低能兒を造りつゝある如きもある。其原因を調査するべきものである。と先づ是等の兒童を救済するには第一に其原因を調査するべきである。と著者は約二十年の教育生活、地方の訓導及小學校長としての七年間又東京高等師範訓導として十餘年間、優良兒童の教育と共に此の方面の研究を繼續してこゝに不安なく教壇上に立ち得べく又世の父兄たる人々は本書に依り我が子の成績不良の原因を未然に防止し乃至は救済することを得るのである。教育者並に父兄の必讀を乞ふ。

共立女子職業
學校・教諭 神谷ゆきへ先生著

◆四六判上製函入 定價貳圓八拾錢
◆凸版圖壹百餘入 送料 十二錢

三省 文部省 裁縫科受験準備の指導

本書は文部省裁縫科受験者の爲めに著者の體驗を基として其の研究法を詳述したものである。前編では受験準備の方法並に受験の實際を示して其の程度を明にし後編には文部省裁縫科第一回より本年度までの豫試本試の問題全部を各部に分類し加ふるに重要な基礎的のものを蒐集し之を系統的に答案的に解説して合格的知識の絶對的標準を示したものである。故に各部の重要事項が一目瞭然たると共に試験問題の程度、傾向及び答案の標準を知る事が出来るのである。受験者は本書に依り眞の準備の如何なるものなるかを知り速に合格の榮を得よ。

弘前高校教授 三浦圭三著 ◆文部省 國語科受験準備の指導 三 定價貳圓八拾錢 送料 十二錢

渡部政盛著 ◆文部省 教育大意講義 五 定價貳圓五拾錢 送料 十二錢

鹿島農學校 教諭 谷島源十郎 先生著

◆四六判ポイント組 定價參圓參拾錢
◆布製六頁餘頁 送料 十二錢

新刊

文部檢定 農業科 受驗の指導
耕種科 農藝化學科 農業經濟科 畜産業科
實業教員 準備の指導

本書は實業教員農業各科受驗者の爲めに編述せるものである。著者は三ヶ年續けて耕種科・農藝化學科・農業經濟に合格せる秀才であり、其の敘述するものは悉く尊き體験と明敏なる頭腦よりの所産である。

本書には眞劍なる受驗準備の方法・必讀すべき教科書及參考書・豫備本試の實際、特に注意を要する器具、器械に至るまで漏れなく示して其の程度を明にしてゐる。又一回より本年度までの試験問題を各科別にし之を答案式に解説して合格的智識の絶對的標準を示したるものなれば本書に依り農業各科の試験問題の程度・傾向及模範的解答を知ることが出来る受驗者は速に本書に依り進むべき方向と其方法の眞髓を了解せられよ。合格の可否は準備の第一歩にあり。

植田 新著 ◆文部 檢定 農業科 受驗 提要 定價 三圓 送料 十二錢

廣島高等 師範學校 長谷川與三治 先生校閱・泉 安雄 先生著

新刊 問題中心 系統的東洋史精説

◆菊判總布製七百五十餘頁・定價五圓八拾錢・送料廿四錢

本書は大體文部省の東洋史教育要目に準據して篇章を分ち、更に各章を文檢既出の大問題及び重要問題を題目として節を別ちて以て、古代より現代に至る歴史を系統的に敘述し、且つ各章毎に補遺欄を設けて本文に現はれ若くは現はれざる重要な地名人名制度官職名等の小問題を漏れなく蒐集して之れに明快なる解説を施し、更に又各所に參考欄を置きて過去二十有餘年の各種試験問題全部を掲載せるものである。著者が利害を超越せる學者的良心を以て十餘年心血を注げる當然の結果とは謂へ、その分量の過大に失せざる點に於て、その編纂の體裁の抜け目なき點に於て、その内容の充實せる點に於て、その敘述の正確にして簡明なる點に、多くの類書中本書と比肩し得るものは斷じて一冊も無いと確信する。文檢受驗者は須く本書に依り光明を得べく、東洋史教授者は速かに本書に依てその能率を増進すべきである。

著者苦心の結晶

24434

眞行寺朗生 共著
小瀬峰 洋

◆四六判
◆上製函入

定價壹圓貳拾錢

送料 十錢

改正 要目 標準
小學校体操科教材と其指導案

本書は改正要目に準據して多忙なる實際指導者諸氏の爲めに經濟的に最少限度の研究を以て最大なる効果を得可く、新要目の特長は素より教材配當は勿論實際指導案に至るまで極めて親切に叮嚀に理論拔きの實際的に執筆せられたものである故に多忙なる實際家には唯一無二の参考書である。好評激甚につき品切れぬ中速に御注文を乞ふ

眞行寺朗生著

◆新要目に準據せる

遊戯及競技の實際

定價貳圓九拾錢
送料 十二錢

眞行寺朗生著

◆體育異常の病理と矯正體操

定價四圓參拾錢
送料 十八錢

終

