

發	動運的正矯				動運的導誘			教材 學年
	懸 垂	動運的動の幹軀			下 肢	上 肢	頭	
		體捻轉	體側屈	上體側屈				
平均	○臂立懸垂、 ○脚掛上(男)、 ○懸垂、	○體左(右)轉「手頸腰掛」、	○體左(右)屈「手頸」、	○肋木支持上體後屈 踵、	○屈膝足前(左、右)出、			尋常科 第一學期 第二學期 第三學期
	○平均臺上屈膝行進、	○體左右轉、 「手頸足前出直立」、			○臂左右上下伸、			

動的整理	動運的育				教 練	
	呼 吸	下 肢	遊 技	跳 躍		動的の靜 軀幹背側筋 腹側筋 側腹筋
			○バスケットボール、	○跳上躍下「臂倒振」、	○停止間側面縱隊より 横隊、	
		○棒押し、	○縱跳上跳下(男)、 ○一二節縱跳(男)、	○體外側倒、 「手頸足肋木支持」、	○徒手小隊教練、	
				○體後倒「屈臂腰掛」、		
				○屈膝足前出「體前倒、 手頸開脚直立」、		
				○臂立伏臥「平均臺上」、		

發	動運的正矯				動運的導誘			教材 學年
	平	懸	動運の動の幹		下	上	頭	
			體側	上體				
均	垂	體側	上體後	肢	肢	練	第一學期	
進	○平均臺上屈膝舉股行	○懸垂移行、	○體左(右)屈臂上舉、	○上體左(右)屈、 臂左右舉直立、	○足前(左)右)出舉踵半 屈膝、	習	第二學期	
	○平均臺上膝立行進、	○逆手懸垂、 ○肘掛上、振上、				教	第三學期	
						材		

動運	育的的						教
	呼	下	遊	跳	の靜		
					側腹	背側	
吸	肢	技	躍	筋	筋	練	
	練	○騎馬戰鬥、	○下向橫跳、 ○橫跳上橫振下、	○臂立側臥(地上)、	○伏臥、 ○體前倒、		
	習		○臂立振跳(鐵棒)、	○臂立伏臥(地上)、			
	教			○臂立伏臥 臂屈伸(地上)			
	材						

發	動運的正矯				動運的導誘			教材 學年
	平	懸	動運的動の幹		下	上	頭	
			體捻轉	體側屈				
平均	懸垂	體側屈	上體側屈	上體後屈	下肢	上肢	頭	第一學期
進	平均台上屈膝舉股行		○體左(右)屈臂上舉 一臂左右舉直立	○肋木支持上體後屈舉 踵屈膝舉股	○足前(左)右出舉踵半屈膝			第一學期
	平均臺上膝立行進			○肋木支持上體後屈舉 踵脚前舉				第二學期
								第三學期

高等科第一、二學年(女)

動的整理	動運的育					教 練	
	呼	下	遊	跳	動的靜		
					側腹筋		腹側筋
吸	肢	技	躍	側腹筋	腹側筋	背側筋	
	練			○臂立側臥(地上)	○臂立伏臥 一臂屈伸(腰掛上)	○伏臥(體前倒)	
	習				○臂立伏臥 一臂屈伸(腰掛上)		
	教						
	材						

第三 教授細目中にある遊技の解説

(一) 桃太郎(文部省選小學校唱歌に依る)(尋一適用)

歌詞

一、桃太郎さんく、お腰につけた黍團子、

一つわたしに下さいな。

二、やりませうく、これから鬼の征代に、

ついて行くからやりませう。

三、行きませうく、あなたについて何處までも、

家來になつて行きませう。

四、そりや進めく、一度に攻めて攻めやぶり、

つぶしてしまへ鬼がしま。

五、おもしろいく、のこらす鬼を攻めふせて、

分捕物をゑんやらや。

六、萬々歳萬々歳 お供の犬や猿雉子は、

勇んで車ゑんやらや。

準備 全兒童に兩手をどらしめ正面一列圓陣を作らしむ。

方法 一、桃太郎さん、左手腰、右手を前に出してまねくこと四回にして下ろす。

「桃太郎さん」拍手四回おしつゝ足踏を四回する。

「お腰に」兩手を腰にとる。

「つけた」兩手を左腰にとる。

「黍團子」兩手を体前に出し、掌を對向せしめ團子を裂る様子をなすこと
三回にして下ろす。

「一つ」体前にて拍子一回す。

「わたしに」兩手を胸にもち來す。

「下さいな」兩手を前に出し物を頂く様をあして舊位置に復す。

二、やりませう」右手斜前下方に出して物をやる様子をなして次に腰にと
る。

「やりませう」左手を同様にする。

「これから鬼の」両手を振りつゝ足踏をなし、右向となる。

「征伐に」両手を前より上に舉ぐると同時に右足一步踏み出し、右足を舊位置に復すると同時に手を下ろす。

「ついで行くならやりませう」全児童圓周に添ひて六歩行進し、右向して止る。

「三行きませう」全児童両手をとり、正面向の圓陣を作り、三歩進み三歩退く。

「あなたについて何處までも」各児童連手のまゝ、右へ六歩進みて止る。

「家來になつて行きませう」各児童手を解き、拍手をしつゝ、足踏にて右向をなす。

「四そりや進め」各児童圓周に添ひて行進し、最後に圓に面して止る。

「二度に攻めて」右足より圓心に向ひて三歩ガロツプして進み止る。

「攻めやぶり」両手をつなぎ、足踏をなす。

「つぶしてしまへ」左脚をあげて下ろす、次に右脚をあげて下ろす。

「鬼が島」両手をつなぎたるまゝ、前より上にあげて下ろす。

「五おもしろい」各児童手を解き、拍手しつゝ、大きく三歩退き、三歩足踏をなす。

「のこらす鬼を」各児童足踏みをなしつゝ、右を向きて止る。

「攻めふせて」体を前に屈指、両手を地上に近く伸し、次に体を起す。

「分捕物を」両臂を胸の前にもら、來し掌を上、物をかゝへる様をなして

三歩進む。

「ゑんやらや」行進しつゝ、車を押すが如く、左右の手を四呼間前に突き出して止る。

「六萬々歳」足踏をなしつゝ、股側を軽く三つ打つ。

「萬々歳」臂を前より上にあげて下ろす。

「お伴の」右手を右斜後に一回出し、物を指す様をなす。

「犬や」両手を下ろす。

「猿雉子は」左手にて前同様左斜後方に一回出して下ろす。

「勇んで車を」各児童前進せしむ。

「るんやらや」各児童車を押すが如く両手を二回前方に突き出し下ろして左を向く(圓心に面す)

(二) 鬼事遊び(尋一適用)

準備 全児童の内から一人の鬼を選定する。

方法 定められたる鬼は合圖によつて他の児童を追ひ手を觸れたる時之と交代する、追はれたる児童は定められたる柱に觸れ居る間は追ひかけらるゝ事を免れるのである。又その柱に代へるに次の様にしてもよい、即ち空間の高い所にある物に跳びついて之に垂下すること。例へば戶外に於て行ふ時は樹木の枝に、運動上なれば水平棒か肋木等に跳びつく類である、又何か物体上に乗つてもよく、又樹木の枝が高過ぎる時は幹を抱へてもよい(免に角、足が地上から離るゝことを以て規定とすべきである)。

(三) 毬入競争(其二(尋一適用))

準備 竿の上端に籠をつけて三間程隔つて二本立て其下に紅白同数の毬を置

き、全児童を二組に分け、各々籠の周圍に一列圓陣を作らせ連手せしめる。

方法 兩班の児童は唱歌と共に圓周を行進し居る間に教師の合圖によつて紅白の兩組は直ちに己が組色の毬を拾ひ取り味方の籠に投げ込むのである。残りなく速く入れ終つた組を勝とする。

(四) 毬入競争(其二(尋一適用))

準備 其一同様だけれども児童は圓形に並ぶ代りに籠から等距離の所に一列横隊に整列せしめる。

方法 教師の合圖によつてあす動作は其一同様だけれども、最後に舊の隊形に速く復つた組を勝とする。

(五) 徒競争(尋一適用)

準備 全児童を紅白二組に別ち、各組を一列横隊に並べ、右翼より一二の番號を附し各先頭生に布片を與へ兩伍の足元に一横線を引き、之を出發線又は到着線と定め、前方適當の距離に(各組より等距離に)組色の旗一本を立つ。

方法 教師の合圖により各組の右翼生は走り出で、組の旗を廻つて歸り布片を

次生に渡す、かくして最終生は布片を右翼生に渡す。次に右翼の二人は内側の手をとり前と同様を行ひて、最後に最終生が布片を右翼生に渡すと同時に味方全体連手をなし、已が組教師の合圖により各組の右翼生は走り出で、組の旗を廻つて歸る布片を次生に渡す、かくして最終生は布片を右翼生に渡す。次に右翼の二人は内側の手をとり前と同様を行ひて、最後に最終生が布片を右翼生に渡すと同時に味方全体の旗を廻つてかへり舊位置に整理する。而して其運速によつて勝敗を定める。

(六) 夕立 (尋一適用)

準備 全兒童を二組に分け、一の組は二の組よりも二三人多くなし置き、一の組は正面一列圓形を作らせ、二の組は一列縦隊に並ぶ。

方法 教師は縦隊生を遠方に引卒する、夫れと同時に圓列生は其場所で連手して唱歌をなしつゝ圓列に添ひて行進する、斯くして笛の合圖と共に圓列生は手を放して直立する、縦隊生は解散して速く圓列生の前に重複せんとする、此際に重なることを得ざる者は再び縦隊生とあるのである、其の他は圓

列生と縦隊生と交代する。

(七) 整列競争 (尋一適用)

準備 全体を紅白の二組に分つて一列横隊に編成し、兩組が横隊となつて整理し得べき長さの横隊を二ヶ所に引く。

方法 圓陣生は皆手を撃いで歌を唱ひつゝ廻る、教師は兩組の位置を見て合圖をする、圓陣生は手撃ぎを放して豫め指定されたる横線に沿つて整理し、其整列の速く終つた方を勝とする。

(八) 達摩送り (尋一適用)

準備 全兒童を紅白の二組に分け、各組を一列横隊に整理させ、各々一番生に達摩をのせたる盆を持たせ、各列の足下に横線を引き、之を出發線又は到着線とする、各組の中央に當つて一本の旗を立て、置く。

方法 兩組の一番生は始の合圖によつて渡された盆を持ち、駈歩で立てたる旗を廻つて組へかへり、二番生に其盆を渡す。順次かくして最終生の速く横線に踏み込みし方を勝とする、勿論駈ける際には達摩に手をかけざることを

にし若し落ちたる時は拾つて盆にのせて駈ける様にする。

(九) ボール送り(尋二適用)

準備 全児童を數組に分ち、各組を二列縦隊に整列させ組と組との間隔を三間位とし、児童の相互の距離を一步位とする。先頭生の前に紅白青等の毬を各組に十個宛渡す。

方法 一番生は毬一個を左手に持ち、体を左に轉じつゝ、足を動かさざる様(二番生に渡す、二番生は毬を右手に取り、体を右方に轉じて三番生に渡す、此要領で總て毬を送り終つたならば轉廻して再び前から毬の來るのを待つ、最終生は全部の毬を受取り轉廻して此度は前と反對の方向に体を轉じて送毬する、毬全部を送り返したものは次第に正面に加へる。斯くしてその毬が一番速く復つた組を勝とする。

(一〇) 友探し(尋二適用)

準備 數人を除いた外の児童を側面向一列圓陣に並べ二人宛對向させ、除外された數人は鬼として圓内に入れ、對向せる二人は伍であることを知らせる。

尙別の排別としては一列圓陣の代りに二列圓陣に並べ、相並びたる二人は伍であることを知らせ、二列の内外圓は反對の方向に向はしめる。

以上に於て前者は女兒に適し、後者は男兒に適する。

方法 唱歌をかしつゝ、圓週を行進せしめ(前者の隊形にあつては連鎖行進をなす)教師の不意の合圖によつて全兒は逸速く己が伍のものと鏈り合ふ、其際鬼は誰彼とかく捕へ、捕へられぬ者かつかつた者は次回に於て鬼となる、鬼が誰をも捕へ得なかつた時は代りの出來まで鬼の役目を務めしめる。

(二) 帽子取り(其二)(尋二適用)

準備 児童を紅白兩組に別け、各々組色の帽子を被らせ一定の距離に對向させる。

方法 教師の合圖と共に互に争つて敵の帽子を奪ひ取らんとする、斯くして數分間競争させて終止の合圖をなし、夫々奪つた帽子の數を調べ、多き方を勝ちとする。

(三) 帽子取り(其二)(尋二適用)

準備 全児童を二組に分け、各組から大將一人宛を選び、各々紅白の帽子を被らせる。特に大將には能く判別し易き帽子を被らすべきである。

方法 教師の合圖によつて兩組は入り亂れて敵軍の大將の帽子を奪はんとする。斯くして速く奪ひたる組を勝ちとする。但し其間に於て互に帽子を奪はれたものは休息して競争(攻撃)することを得ない。若し勝敗の容易に決しい時は教師は終止の合圖をなし、各奪つた帽子の數によつて勝敗を決するものである。

(三) 取換競争 (尋二適用)

準備 全児童を二組に分け、各組を二列横隊に並べ、前列を五間程隔て、對向させ、列の足下と列の中央とに横線を引き、各番に毬一個づつを與へる。

方法 合圖により、各組の一番生は互に對向して中央の個線まで走り、其場に於て相手と毬を交換して歸り、夫れを二番生に渡す。斯くして順次に行つて速く終つた組を勝ちとする。

(四) 對列フットボール (尋三適用)

準備 全体を紅白の二組に分ち、各組を二列横隊に整列させ、互に連手して四間程離れて對向させ、其間にフットボール一個を置く。

方法 教師の合圖によつて開始する。先づ一方よりボールを蹴り出させ、そうしてボールが列間より出たる時は其組は敗とする。之が爲め兩組は手撃ぎのまゝ進退して働くのである。若し頭上を越えて列外に出た時は出した組を敗とする。

(五) 盲目傳令 (尋三適用)

準備 全体を二組に分ち、各組を二列横隊に整列させ、各人は目かくしをわして連手させる。

方法 教師の合圖と共に各組の一番生は手を放して己が伍の各人の間を縫ひて終りにまで至り最終生と手連ぎするや否や手を引きて傳令する。其傳令は次第に傳りて二番生に至る。二番生は一番生と同様の動作をあすかくして速く終つた組を勝ちとする。

(六) 置換競争 (尋三適用)

準備 全児童と紅白の兩組に分ち、各組を一列横隊に整列させ、凡そ五間位隔つて對向させ、列間の中央位に直徑二尺程の圓を描き、其中に棍棟二個を立て置く。

方法 始めの合圖と共に兩組の一番生が走り出で一個の棍棒を取り、之を任意の場所に立て、次は互に敵の立てた棍棒に向つて走り行き、其棍棒を持つて來て圓内に立て、置く(即棍棒を交換するなり)其遲速によつて一番同志の勝敗を決す。次に二番生が出て同様を行ふ。斯くして最後に得點の多い方を勝ちとする。尙各人に於て勝敗をきめず終りまで連續的になして最後に勝敗を定めるもよし。

(七) デットボール(其二)(尋三適用)

準備 全体を紅白の二組に分ち、一組をして一列圓陣を作らせ、一個又は二個のフットボールを與へ置き他の一組を其中に入らしめる。

方法 教師の合圖と共に圓陣生は圓内生に向つてボールを投げつける、ボールの當りたるものは速に圓外に出て所定の場所に整列する、かくすること一

定時間(一分間位)に達すれば終りの合圖をなし、圓内に残れる人數を調べ、次に圓内生と圓列生と交代し同様を行つて圓内に残れる人數の多き組を勝ちとする。尙他の方法としては圓内生の残りなくなる迄の時間を計つて勝敗をきめる。

(八) デットボール(其二)(尋四適用)

準備 全体を紅白の二組に分ち、紅白を一人置きにして一列に整列せしめ、其半分で圓陣を作らせ他の半分の中央に入らせ、圓陣生には一個又は二個のフットボールを渡し置く。

方法 開始の合圖と共に圓陣生は中央生の適の者に向つてボールを投げる、當つたものは其一と同様になす、若しあやまつて味方のものに當つた時も同様のあつかいをなす。一定時間に終止の合圖をなし中央に残りし人數によつて勝敗を定める尙他の方法としては圓内生の紅白何れかが残りなくなるまで、なして残りし組を勝ちとする。

(九) デットボール(其三)(尋四適用)

持つ者から横奪しがいこと、中央生は必ず圓線に片足を踏み込み居ること等の事項を守つて正確に中央生に毬を渡すことの速い組を勝ちとする。

(三) キャプテンボール (尋五適用)

準備 適宜の距離(人数によりて異なる)に二本の横線を引き、其線より外方一、二間位の所に直徑二尺位の圓二個を描き、其二圓から後方二間位の所に一個の圓を描き。全兒を紅白兩伍に分け、各伍共身長順に三名をとつて三個の圓内に入れ、前方の二圓内のものを傳毬者とし、後方の圓内にあるを大將とし適宜の者三名を敵の傳毬者と大將との前に配布して防害者とし他は中間者として二線内に一列横隊に對向させる。

方法 一中間者、教師の合圖と共に、投げあげたる毬又は自伍の防害者から投げたる毬を取つて自伍の傳毬者に渡す等の役目をする、何れの場合でも(一)界線を越ねざること(二)毬を持てる者から横奪しないこと、等堅く守らなければからない。

二、防害者 敵の中間者から敵の傳毬者に向けて送つた、毬又は敵の傳毬者

が敵の大將に投げた毬を途中で奪ひ取り、自伍の中間者に向つて投毬するの役目をする。何れの場合に於ても(一)傳毬者又は大將の圓内に足を踏み入れ(二)又は手を敵の大將の体に觸れる様なことは堅く禁せなくてはならない。

三、傳毬者 中間者から受取つた毬を大將に投げる役目をする。傳毬者は

(一)毬を受る時は必ず片足は圓内に置かねばからがい、(二)大將に送毬する時は必ず兩足を圓内に置くべきである。

四、大將 自伍の傳毬者から送られた毬を受取る役目をする。毬を受取る時は必ず兩足を圓内に置かねばならない。又毬を地上に落してはいけな、傳毬者が送つた毬でも一度地に觸れた毬、又は大將が片足たりとも圓外に踏み出して受取つた毬及び自伍の中間者から直接に受取つた毬等は何れも無効である。斯くして正確に毬を大將に送ることの速い組を勝ちとする。

(三) フットボール (尋五適用)

準備 全体を紅白の二組に分ち、入り亂れさせ、ボール一個又は二個を渡す。

方法 教師の合圖によつて開始す即ち紅は白を打ち白は紅を打つ當つたものは其一同様になす、かくして勝敗の方法は其二に同じ。

競技中に於て左の事項に注意せねばならぬ。

味方の球が當つても同様に扱ふ、一度地に落ちたボールが當つたのは有効でない、故に一度に落ちたボールならば受けても差支へかし、此競技中に於ては只逃れる事ばかりを移めず常にボールを拾ふ事を考へなくてはならない。

(三) 綱 引 (尋三適用)

準備 兒童を紅白の二組に分け、各組から一名宛の指揮者を出し已が組よりよく見ゆる位置(即ち適の後方)に置かしめ綱を引く際に指揮せしめる。綱の中央には布片を以て印をなし、其の印から一間位の處に決線を引いて置く紅白は兩方に分れて引く用意をなす。

方法 用意にて兩軍は綱をもち充分に準備をなす、始にて兩組共に指揮者の指

揮によりて、引き合ふのである。斯くして中央の印を決勝線まで引いて來た組を勝ちとする。一回の勝敗を決したる後第二回目には位置を交換して行ふがよい。

(三) センターボール (尋四適用)

準備 前列と後列とによつて二つの圓を作らせ、各圓生に番號を附けさせ、奇數偶數によつて紅白の兩組に分け、前後列は適宜の距離(人數によつて異なる)を隔てつて一列圓陣を作り、其中に直徑三尺位の圓を描き、中央生として一人を置き、紅の陣地の中央生は紅とし、白の中央生は白とする(兩圓の中間に界線を描き、フットボール一個を其線上に置く、而して味方の陣地に居る者は傳毬者と云ひ、敵の陣地に居るものは防害者と云ふ)。

方法 教師の合圖によつて散解し、防害者は毬を拾つて之を味方の傳毬者に送る、傳毬者が之を味方の中央生に渡せば勝ちとするのである。此の際敵の防害者は之を防げて毬をとり味方の傳毬者に渡さんとする。防害者から直接中央生に送つた毬は無効とする、又互に界線を踏み越さざること、毬を

持つ者から横奪しきいこと、中央生は必ず圓線に片足を踏み込み居ること等の事項を守つて正確に中央生に毬を渡すことの速い組を勝ちとする。

(三) キャプテンボール (尋五適用)

準備 適宜の距離(人数によりて異なる)に二本の横線を引き、其線より外方一、二間位の所に直径二尺位の圓二個を描き、其二圓から後方二間位の所に一個の圓を描き。全兒を紅白兩伍に分け、各伍共身長順に三名をとつて三個の圓内に入れ、前方の二圓内のものを傳毬者とし、後方の圓内にあるを大將とし適宜の者三名を敵の傳毬者と大將との前に配布して防害者とし他は中間者として二線内に一列横隊に對向させる。

方法 一 中間者、教師の合圖と共に、投げあげたる毬又は自伍の防害者から投げたる毬を取つて自伍の傳毬者に渡す等の役目をする、何れの場合でも(一)界線を越へざること(二)毬を持てる者から横奪しないこと、等堅く守らなければからない。

二、防害者 敵の中間者から敵の傳毬者に向けて送つた毬又は敵の傳毬者

が敵の大將に投げた毬を途中で奪ひ取り、自伍の中間者に向つて投毬するの役目をする。何れの場合に於ても(一)傳毬者又は大將の圓内に足を踏み入れ(二)又は手を敵の大將の体に觸れる様なことは堅く禁せなくてはならない。

三、傳毬者 中間者から受取つた毬を大將に投げる役目をする。傳毬者は(一)毬を受る時は必ず片足は圓内に置かねばからい、(二)大將に送毬する時は必ず兩足を圓内に置くべきである。

四、大將 自伍の傳毬者から送られた毬を受取る役目をする。毬を受取る時は必ず兩足を圓内に置かねばならない。又毬を地上に落してはいけな、傳毬者が送つた毬でも一度地に觸れた毬、又は大將が片足たりとも圓外に踏み出して受取つた毬及び自伍の中間者から直接に受取つた毬等は何れも無効である。斯くして正確に毬を大將に送ることの速い組を勝ちとする。

(三) フットボール (尋五適用)

準備 横縦二と二との割合にした長方形の四隅に組色の旗を立て、長方形の横の中央(運動場のせまき時は對角線の方向)に門二個を立て、長方形の中央にフットボール一個又は二個を置く、全兒童をして紅白兩軍に分け、中央と門との中間に横隊に並べ、兩組とも五人位を門下に立たせる。

方法 開始の令と共にボールを蹴り始め、ボールをして敵の門下を潜らせた組を勝ちとする。競技中に於て左の事項に注意せねばならない。
 (一) 球を手にとらないこと、但し門を守り居るものは之を許すこと。
 (二) 毬が長方形の週圍より出た時は其週圍と球との交叉點の場所に立ち直る角の方向に投げ込むこと。

(四) バスケケットボール (尋六適用)

準備 長方形(長さ十五間幅十間位)の長方形の四隅に旗を立て、二本の横線を引いて場所を三分し、中央を中庭と云ふ、而して兩端の場所の中間に籠をつけた柱(籠の高さ九尺位)を一本宛立てる。兒童を三分し一部を守備として己が陣地(籠の下)に並べ、一部を中軍として中庭に置き、一部を攻撃隊として

敵の陣地(籠の下)に並ばせる。

方法

教師は開始の令と共にボールを投げ、兒童は夫々己が役目をなして敵の籠の中に球を投げ込まんことを努め、速く毬を投げ込んだ方を勝ちとする
 一、中間者 教師の投げた毬又は己が組の守備者から送つて來た毬を受取つて己が組の攻撃者に送る役目をする。

二、守備者 敵の攻撃者が投げ込み損じたる毬又は敵の中軍が攻撃者へ送つた毬を取り、又己が組の中軍から送毬せるを受取つて其場から籠の中に投げ込む。

其他 (一) 毬が週圍から出た時は教師は之を拾つて場所に投げ込むこと (二) 各自の活動は範圍外に及ぶべからざること (三) 毬を持つて居るもの横奪しあふこと等に注意する。

(五) 棒押し (尋六適用)

準備 全兒童を二組に分けて一列横隊に並べ、凡そ七、八間隔て、兩組を對向させ、其中間に直徑一間乃至二間の圓を描き、其圓の中央に徑一寸五分位で長

さ五、六尺の棒を置く。

方法 用意の令で兩組の一番生は棒の兩端に近づき點禮をなして各自棒の兩端を右掌で持ち、左手は之から二尺位離れた所を握らせ、右足を一步踏み出し、左膝を屈して体重を其方に注ぎ、開始の令で押合を始める。此の際棒を廻し或は上下に動かし、又は自由に手を放すことは堅く禁せねばならない。競技中に圓線外に踏み出し、又は倒し、膝をついた時は負とする。かくして一番の競技が終らば二番目之ををかし、順次最後生に至り勝者の多き組を勝ちとする。

(三) 騎馬戦闘 (高一二適用)

準備 全体を二組に分ち各組を三人宛に分ち馬と乗馬者とに分けて數組を作る。

方法 開始の合圖と、ともに、互に敵の乗馬者の帽子を取らんとする(大將を定めて置いた時は其大將の帽子を取るを以て勝ちとする)數分後に合圖をなして之を止め、帽子の數に上つて勝敗を決する。

附 録

第一部 行進遊技の解説

第一 圓形行進 (尋一適用)

準備 全兒童を二(一)列側面縱隊に整列せしめる。

方法 兒童のよく記憶して居る唱歌で歩調によく合ふものを歌はしめつゝ、行進せしめる、斯くして行進を續ける間に教師は合圖をなして左(右)に二(一)列の圓陣を作らしめる。

第二 渦巻行進 (尋一適用)

準備 兒童をして一列側面縱隊に整列せしめる。

方法 唱歌に伴つて行進する間に、教師が先頭となつて渦狀に行進を始める、而して渦き終つたならば又漸次に解いて適宜の場所に反對の方向に渦く。此行進は馴れ、ば駈歩でなすも面白い、其際先頭生は少歩に駈けるを要す

第三 兩圓行進 (尋一適用)

準備 二列側面縱隊に整列せしめる。

方法 唱歌又はマーチに合せ、二列側面縱隊にて行進をかしつゝある間に、教師は合圖をかし、前後列で左右に各々圓を作らしめる。

第四 半圓行進 (尋一適用)

準備 二列側面縱隊に整列せしめる。

方法 唱歌又はマーチに合せ二列側面縱隊で行進中、教師の合圖によつて前後列左右に別れ、半圓行進に移り、反對の位置で合しさせる、而して左列と右列との別るゝ所と合ふ所とは目標を立てゝ置く。

第五 プロネード (尋二適用)

準備 一列側面縱隊に整列せしめる。

方法 一列側面縱隊で行進し、或一定の場所に至り教師の指圖によつて右、左列相別れ、長方形に進んで反對の位置で二人相合する。此時二人は体前に手

をとり相並んで進み、長方形を縦断して、前別れた所に至らば二人一組となつて、教師の指圖により左右に別れ、又長方形に進む。かくして再び反對の位置で相會したる時には、教師の指圖によつて一方の組は他の組の中を通り、長方形の外廓を進み、再び相會する時は外組が中央を通つて尙進み、次に相會したる場所で四列を作り、四人相普んで長方形を縦断して進む。

第六 圓形旋廻行進 (尋二適用)

準備 四人宛對向せる二列側面圓陣を作らせる。

方法 相對向せる各團の四人は互に手をとつて圓形を作り、左方へ八呼間廻り又右方へ八呼間廻つて舊位置にかへり、手を解き、各伍は互に左方へよけて前に進み、新なる伍と會して足踏する。

以上二十四呼間の動作を對手を替へて舊位置に復するまで續行する。

第七 十字旋廻行進 (尋二適用)

準備 四人對向せる二列側面圓陣を作らせる。

方法 相手の四人は互に右手を四人の中央に進め、左生の手を上じ八呼間は左

方に旋廻し、最終の七八で右手を放して左手に執りかへ次の八呼間は右廻する。但し最終の七八で手を放して前方に進み(互に左に避けつつ)新ある伍と對向して足踏をする。而して此動作を所要數だけ繰り返す。

第八 圓形十字旋廻行進 (尋三適用)

準備 四人對向せる二列側面圓形を作らせる。

方法 圓形旋廻行進と十字旋廻行進とを交々に行はせる。

第九 方形行進(其の二)(尋二適用)

準備 全兒童を二組に分けて對向せしめ、兩組に四の番號を呼ばせ、四列正面横隊に並ばせて對向させる。この際右翼に身長者を置きたる組を甲組とし其反對の組を乙組とする。

方法第一

- 一、兩組前進して各自對列の間を通過する(互に左方に避ける)。八呼間
- 二、各自足踏をなしつゝ徐々に左方へ向を換へる。八呼間
- 三、兩組は新方向に進む。八呼間

四、各自足踏をなす間に左方へ向を換へる。八呼間

五、兩組は新方向へ行進する。八呼間

六、各自足踏をなしつゝ左方へ向く。八呼間

七、兩組は新方向へ進行する。八呼間

八、各自足踏をなす間に左方へ向を換へ、舊位置に復へる。八呼間

方法第二

第一の要領で行進したる後、各自足踏をなしつゝ徐々に右方へ向くこと六十四呼間で、舊位置に復へる。

方法第三

兩組相向つて行進する。此際甲組は隣生と連手し、其對向せる組をして己が手繋ぎの下を通らせ。次に足踏をなしつゝ徐々に左方へ向を換へ同様を四回行つて舊位置にかへる。

方法第四

第三と同様だけれど、只右方へ向を換へる所のみが異なる。

方法第五

第三と同様だけれども、甲組のした事を本段に於ては乙組之をなし乙組のした事を甲組かなす様にする。

方法第六

第五に同じ但し左へ方向を換へる所を右へ換へる。

第十 方形行進 (其の二(尋二適用))

準備 其の一に同じ。

方法第一

- 一、兩組前進し、各自對列の間を通過する(互に左に避ける) 八呼間
- 二、足踏をする間に第一列と第二列とは左方へ、又第二列と第四列とは右方へ方向を換へる。 八呼間
- 三、兩組は新方向へ進む。 八呼間
- 四、各自足踏をなしつゝ、第一列と第三列とは左へ、第二列と第四列とは右方へ向を換へ。 八呼間

五、兩組新方向へ前進する。 八呼間

六、足踏をなしつゝある間に第一列と第三列とは左方へ第二列と第四列とは右方へ方向を換へる。 八呼間

七、兩組新方向へ進む。 八呼間

八、足踏をす間に第一列と第三列とは左方へ、又第二列と第四列とは右方へ向を換へ、舊位置に復へる。 八呼間

方法第二

第一と大体同様だけれども、其異なる所は第一列と第三列とは右方へ、第二列と第四列とは左方へ方向を換へる。

方法第三

第一と同様であるが、只違ふ所は甲組が手繋ぎをなして乙組を潜らせるにある。

方法第四

第三と同様である。但し第一列と第三列とは右へ第二列と第四列とは左

へ向を換へる。

方法第五

第三に同じ。ただ異なるは乙組が手繋ぎをなして甲組を通らしむる所にあ
る。

方法第六

第五と同様だけれども只第一列と第三列とは右方へ、第二列と第四列とは
左方へ向を換へる所のみ異なる。

第十一 十字行進 (尋二適用)

準備 全児童を四組に別ち、各組を二列に十字形に整列させ、各組ともに十字の
交叉點に向はしめる。

方法第一

- 一、四組對向して三步前進す。 四呼間
- 二、二步退却し(七)(八)にて左方へ向く。 四呼間
- 三、各組新方向へ三步前進す。 四呼間

四、二步退きて(七)(八)にて左方へ向く。 四呼間

五、各組新方向へ三步進む。 四呼間

六、二步退きて(七)(八)にて左方へ向く。 四呼間

七、各組新方向へ三步前進す。 四呼間

八、二步退却して(七)(八)にて左方へ向く、即舊方向に復へる。 四呼間

九、舊位置にありて足踏をする。 十六呼間

方法第二

第一と同様だけれども只右方へ方向を換へる所だけ異なる。

第十二 パーリンドンヌ (尋三適用)

準備 二列側面圓陣に整列させる。

方法

一、右左生中央の手をとり外足(列の)よりライン歩 八呼間

二、左右生互に右手をとり跳歩(一回轉) 八呼間

三、左右中央生の手をとり通常歩 八呼間

以上二十四呼間を繰り返す。

第十三 ペビーダンス (尋三適用)

準備 二列圓形を作らしめ内外圓對向させる。
方法

- 一
- 1、兩手にて外股を打つ。
- 2、体前にて拍手をなす。
- 3、4、相對向せる者と体前にて互に三回合掌する。
- 5、6、7、8、は以上の動作を繰り返す。

八呼間

- 二
- 1、跳躍をかしして兩脚を交叉し(右脚を前に)同時に臂も体前にて交叉する(右臂を上にし且つ肩の高さより少し下方で交叉する)そして、食指を伸し(他の指を屈し)之を動かす、夫と同時に体を少しく左方へ傾ける。
- 2、同上の姿勢で食指を動かす。
- 3、(1)と同様だけれども、只脚及び臂の交叉を反對にする、体の傾け方も從つて反對である。
- 4、同上の姿勢で食指を振動せしむる。
- 5、6、7、8、は同様のことを繰り返す。

八呼間

各々圓側の手をとり圓の内側は左方へ、外側は右方へ向き、列の外足から圓列に行進し、終りに對向して停止する。
以上二十四呼間を繰り返す。
八呼間

第十四 連鎖行進 (グランドチェーン) (尋三適用)

準備 二人宛對向せる一列側面圓陣を作らせる。
方法

對向せる二人互に右手を執り、各自左足から行進を始め、其向きへ進み往き、次に相會せるものと左手をとり、又次に會せるものと右手、次は左手、次は右手といふ風に交互に執りつゝ進み、舊位置に至つて停止する。
以上を繰り返す。

第十五 蛇行進 (尋三適用)

準備 連鎖行進に同じ。

方法 連鎖行進と同様だけれども、只手を執らずして右左に避けて進む。

第十六 燕 (尋三適用)

準備 正面一列圓陣にて二の番號を附し、互に連手する。

方法

- 一、左(右)側方水鶏歩(四呼間)膝の半屈伸、二回(四呼間)をなす(1 舉踵、2 3 膝の半屈二回、4 踵を下ろす)。 八呼間
- 二、互に右手を執つて自伍及隣伍と交互に黙禮をなす。 八呼間
- 三、側方後置歩(左方へ八呼間、左方へ八呼間、1 3 5 7 拍手、2 4 6 8 手腰)をなす。 十六呼間
- 四、一番生水鶏歩を以て二番生の前方より旋廻する。 八呼間
(其間一番は拍手をなす)。
- 五、二番生水鶏歩を以て一番生の前より旋廻する(其間一番生は拍手をなす 八呼間)
- 六、一番生水鶏歩を以て左方より蛇行進をなす。 八呼間
- 七、二番生水鶏歩をなして左方から蛇行進をする。 八呼間
- 八、一番生は圓内に水鶏歩で三步進み(7 8 は足踏)終りに連手して手を高くあげる。

- 九、二番生は水鶏歩で三步進む(7 8 は足踏、一番は7 8 で手をおろし二番と觸手する)。 八呼間
- 十、自伍及び隣伍と交々に黙禮を行ふ(7 8 頭正面)。 八呼間
- 十一、互に連手して後方水鶏歩をなし、舊位置にかへる。 八呼間
以上を繰り返す。

第十七 ロツチエスターショツテシユ (尋四適用)

準備 一列側面圓陣を作り、二番生對向して手を執る。

方法

- 一、内側の足からヒールエンドト一をなす。 八呼間
- 二、圓心に向つてガロツプを六呼間行ひ、終りの二呼間は休止する。 八呼間
- 三、其場で外足からヒールエンドト一。 八呼間
- 四、圓の外方に向つてガロツプを行ひ、終りの二呼間は休止する。 八呼間
- 五、對向せる二人互に右手をとり、右足からバランスを行ふ。 八呼間
- 六、右手をとり旋廻する。 八呼間

七、左手をとり旋廻する。

八呼間

八、水鶏歩で右斜に一步進み、次に左斜に一步進み、新相手と對向し終りの三

呼間は休止する。

八呼間

以上を繰り返す。

第十八 田 毎の月 (其二) (尋四適用)

準備 兒童を四分して方形に並べ、一列、二列、三列、四列と命名し、各列互に連手し

一列と二列、三列と四列は對向する。一列の右手を三列とする。

第二部 行進遊技歩法の説明

一、後置歩

(一)左(右)足を前に出し、(二)右(左)足を左(右)足の踵の處に引きつけ、(三)更に左(右)を前に出し、(四)又右(左)足を左(右)足の踵の處に引きつける、かくして之を連續する。通常は左(右)足にて二歩宛連續して進み左右交換して行ふ。

二、側方後置歩

側方後置歩は後置歩と同様だけれども、其異なる處は後置歩に於て前方へ出す足を側方へ出すのみ、普通側方後置歩は右(左)へ後置歩何歩と云ふ。

三、水鶏歩

三拍子では(一)左(右)足を前に出し、(二)右(左)足を左(右)足の踵の後に引き付け、(三)左(右)足を再び前に出す、(四)(五)(六)は反對の足で行ふ。

二拍子では(一)左(右)足を一步前出すると同時に、右(左)足を左(右)足の踵に引き付け、(二)左(右)足を一步前方に出す、(三)(四)は反對の足で行ふ。

四、後方水鶏歩

水鶏歩と同様だけれども、異なる點は足を前に出して前進する代りに、足を後方に出して後進するにあるのみ。

五、跳 躍

二拍子にあつては(一)左(右)足を前に出し、(二)其足で一回跳躍する、其際右(左)脚は膝を屈して擧げ、(三)右(左)膝を伸ばして前方に踏み出し、其足で一回跳躍する。其際左(右)脚は膝を屈して擧げる。

一拍子では前に出した足で直ちに跳躍するのである。

六、ライン歩

後置歩と二拍子の跳歩(二呼間)を組み合わせた歩法である。

七、手衡歩(バランス)

(一)右(左)足を一步側に出して、体重を其方に移し(三)右(左)足を左右足の後方に引き附ける(三)(四)は反対の足で行ふ。普通は同側方へ二歩連続して行ふ。

八、摺歩

(一)右(左)膝を屈げて足を摺りつゝ前方(斜前方)に出し(二)左右膝を伸しつゝ後なる足を引き寄せる(三)(四)は反対の足で行ふ。

九、踏替駆歩(ガロツブ)

(一)左(右)足を一步左(右)側方に踏み出し、直に右(左)足を左右足の傍まで引きつけ同時に左(右)足を挙げる。(二)(三)(四)……と夫れを繰り返す。

十、踵趾歩(ヒールエンドト)

(一)左右足を足尖の方向に出し右(左)膝を僅に屈す踵を以て足尖を挙げ軽く地

を打つ(二)右(左)膝を伸すと同時に左(右)足を右(左)足尖の處に引き、足尖を以て踵を挙げ地を軽く打つ(三)(四)左右足からガロツブで軽く前進する(五)(六)(七)(八)は右(左)足を出して行ふ。

十一、観鳥歩

屈膝擧股行進のことである。即ち(一)左右膝を屈げ股を挙げ(二)左(右)脚を前に伸し(三)左(右)足を踏みつける(四)(五)(六)は右(左)脚で行ふ。

十二、搖籃歩(動搖歩)

A、側方搖籃歩

(一)左(右)足を側出し、(二)右(左)踵を左右足尖に近く出し踵をあげ、同時に左右足尖を僅に地から離し(三)左(右)足を踏み付ける(四)(五)(六)は右(左)足を出して行ふ。

B、前方搖籃歩

前方搖籃歩は側方搖籃歩と同様だけれども、只足を出す方向を異にするのみ。
十三、交叉回轉

A、交叉四分の一回轉

(一)左(右)足を側方に出し、(二)右(左)足を左(右)前に交叉すると同時に兩足尖で左(右)に四分の一回轉をなし、(側面し)(三)兩踵を下ろす。

B、交叉二分の一回轉

交叉四分の一回轉と同様で只異なる所は四分の一回轉する處を二分の一回轉(背面)するにあるのみ。

C、交叉全回轉

交叉二分の一回轉と同様だけれども、回轉する時に全回轉して左(右)足は右(左)足尖と交叉するを以て、(四)で左(右)足を右(左)足に引きつける所にある。

十四、振脚跳歩

A、前方振脚跳歩

四拍子のもものでは、(一)左(右)足を膝を少し屈して前に出し、(二)又右(左)足を一步前に出し、(三)右(左)足を以て其場で跳躍し、左(右)足を前方に振る、(四)右(左)足で更に一回跳躍し、左(右)足を後方に振る。反對の足で同様を行ふ。

三拍子のもものでは、(一)左(右)足を膝を少し屈して前に出し、(二)右(左)足を下跳躍を

以て左(右)足の位置を奪ふが如く踏みつける同時に、左(右)脚を前方に振り出せる脚を後に振り返す。反對の脚で同様をふ。

B、側方振脚跳歩

四拍子の側方振脚跳歩は四拍子の前方振脚跳歩と同様だけれども、其足を側方に出す所のみが違ふ。

三拍子の側方振脚跳歩も亦三拍子の前方振脚跳歩と同様で只前方に出す足を側方に出す所のみが異なる。

小學校体操教授資料

終

大正九年七月十日印刷
大正九年七月卅一日發行

【非賣品】

大分縣師範學校

著者 田邊平三郎

大分縣女子師範學校

著者 石原十ヲ

大分市大字大分四四九番地

印刷者 野崎太郎

大分市大字大分四四九番地

印刷所 大分印刷株式會社

276
273

終

