

# 育體



期四第 卷二第

版出館術國市平北

號四六六局西話電號五街斜西單西平北址館

## 目次

### 言論

國術之科學性……………陳泮嶺

### 專著

太極拳學(十一續)……………沈家楨

國術理論……………許禹生

### 譯述

避生法……………記者

### 調查

山西省國術促進會史略……………芳五

### 文件

呈一件 函五件

### 紀事

北平市第十八屆華運會國術預選記事

## 少林十二式

拳術基本 現正付印

少林嫡傳 不日出版

本館館長許禹生先生。取達摩祖師少林十二式。參加羅漢手中運動之意。兼採拳術之各種樁步。本體操教練之法。每式編作法數節由淺入深。由簡而繁。並注明運動部分。主要骨骼筋肉。以明運動生理。就原有歌訣。闡明其義。以起學者之注意。復本其姿勢動作。以求應用之所在。用作習拳術者之初步。教授中小學體操或國術者。均可採為教材。

## 言 論

### 國術之科學性

陳泮嶺

今天趁着紀念週時間，來講「國術之科學性」這個題目。現在國術正在發展的時候，一般受過教育的人，對國術沒有深刻認識以前，應當使他們知道國術合乎科學的道理。尤其是我們國術人員更應知道。在最近幾年中，一般沒學過國術的人，認為中國的國術不合科學，這是因為他沒有練過國術，沒有學過科學，或者學過科學而沒有練過國術的緣故，如果兩者都學過的人，他才知道國術是合乎科學的。現在我們分開來說：

1. 國術的功效——就是看國術是否合乎生理衛生？如果牠合乎生理衛生，當然可以強健身體。我們看看練國術的人員，個個都有很健全的身體，這不是證明合乎生理衛生嗎？
2. 自衛的技術——那就是看國術合不合力學？因為國術是用力的，所以力學很要緊。現在先從第一點說起：

練拳可以健身，這一點就合乎生理衛生。如果相反的語，當然不合生理衛生，由各種事實都足以證明。我們再進一步說，究竟為甚麼國術牠有這種健身的效果呢？我們一定要

說個道理，才可以使一般人了解。現在先就人身上說：身體中的氣血，與人體之強弱最關重要。假若氣血流動不暢，這種人馬上就病，甚至可演成死亡。所以我們每天要運動，呼吸新鮮空氣，即所以使氣血流通。過去的國術家，要講「精、氣、神」，所以我們練國術的人，更應知道生理學，比生理學家更深一步的講求。我們拿精神來說，精神可以使氣，氣可以使血，這種步驟，恰合生理學。所以我們由這一點，知道國術合乎生理科學。

日本與中國有很多人實行「坐靜」的工夫。所謂坐靜者，是外靜而內動。由尾閭至頂門的動作，完全是一種精神作用。由氣壓而轉動，因氣在空管中，如流水一樣，所謂流水不腐，血也是如此。

還有一種老國術家，因為年紀過大，四肢轉動不靈，有時候自己坐着就能練拳。甚至練過一套二套以後，馬上就出了一身汗。由這可以證明是內部氣血流動的摩擦，由此可知意到神到，神到氣到。古時的國術家都講求精氣神，所以練拳最注重的就是氣。不僅我們研究國術的知道氣的重要，就是普通一般人也知道。因為這種偉大義意，所以練拳要有神，然後氣的運用方能到家。我們要想練好國術，處處要有意思。就是一拳一脚，都要含有意義。如果氣能運用靈敏，血脈必定流通疏暢，足證血的流動與氣有密切關係。

按物理學講；凡液體都是下流，這是因為地心的吸重力的關係。血也是一種液體，但是牠能四面八方的流動。這樣說來，似乎不合道理，因為這又是另外一種力量使然。諸君使看壓水機，牠能使水往上去，完全是氣的一種壓力。血也是因為氣的壓力，牠才能四面八方的流動。中國的醫生常說：「氣滯血凝，」如果我們試驗一下把口閉起，停止呼吸，馬上臉就發紫，這就是很好的一個證明。所以血的流動，完全是氣壓作用。我們要想身體健康，非講氣血不可。由此看來，國術對於身體的強健，是合乎科學的。

構造科學化 拳術的各種構造，都是由淺入深，由簡入繁，先難而易，由慢而快，極合體魄的動作，這是構造上合乎科學。

力學 在中國古代的拳術家，講的力學更妙他說：「千斤不壓稍」這句語，就是說無論什麼物件，都不敢使另一物體放在末稍的意義，這是有力學的道理在裏邊。我們拿鄉人的磨來證明，磨棍愈短愈重，愈長愈輕。美國有一種機器，一邊用很輕的東西放上，那邊可壓幾千斤，由這可以證明是合乎力學的道理。所以練國術的人，要講究化人的力量，以小力化大力，以輕力化重力，所謂分力合力。再拿練拳來講，練拳的人要有根，發動要於根，在力學上叫支點，着力的地方叫力點，無支點力就失去効力，這就是國術家所謂發力無根之謂也。

重心學。練拳要有椅子，椅子要不歪不斜，不偏不倚，才可以穩。不管你穩不穩，只看你椅子正不正。每一個物體，都有一個重心點。若重心點在底盤內就穩，在底外即倒。譬如一張椅子，着地不倒，就是因為重心在底盤內。所以必須放置端正，才能穩固。拳術的弓箭步，有一種秘訣，所謂「胸不過膝，膝不過脚尖」，這樣才可以站穩，就是怕重心移到外邊去。人在站立時，須要端正，因為物體愈高，重心最易移動，這都是保持重心在底盤內的意義。古時的國術家，雖然不是講的重心學，但是自然會合乎重心學的原理。

現在國術裏的式子，如弓箭步，四六步，稍微講求一點的，都要成三角形，方有把握。因為兩腳的步位，絕對不能放在一條線上，總是要把底盤放大，不要重心出了底盤，這自然會站立穩當。否則，非歪即斜。所以形意拳的好處，就是三體式，進能攻，退能守。因為底盤大，所以非常合式。這是拳術非但合於生理衛生，而且合於力學的要點。

力的對消 還有踢腿打拳，不善踢腿的人，把腿踢出後，總是東倒西歪。可是怎樣才可站穩，必須前後左右折合適中。譬如腿踢出後，有一百斤的力量，收回也要有一百斤的力量才行，這樣恰合力學的抵消。不過自己身上的力是對消了，在他人身上的力還沒

有消。由此分析起來，都足以證明國術是極合科學無疑了。

剛才拿氣壓，力學，重心學，力的對消，來證明，更足以相信國術是極合科學化了。我們如果能進一步研究探討，當然還有更多奧妙在裏邊，希望新的國術家更認清國術是合乎科學的，非特要將已有拳法一一要拿科學證明，還要用科學的方法向前推究。必如此國術才可以日新月異的向前進步呢！

## 專 著

### 太極拳學（十一續）

沈家楨

#### 第六章 八門五步之單式發勁

在技擊中最關重要者，爲手之修練，因指掌捶不過手之一端，而根本運用仍在手也，一切擊發，除靠勁內之四靠外，無不賴手之變化，以定高下，否則槍頭式之指掌捶，無論練至何種高深，偷手之運用不靈，則指掌捶終屬徒勞而無益，有如赤子授之以利器在握，而不能擊人，同一理也，若手雖良，仍須助之以腰腿，夫腰腿修練，在第一級運動論內，已說明大概，如合於手之運用，乃爲基本姿勢，現在討論者在手，蓋一切主力攻擊，均以手爲轉移，

以足爲附，所以在發勁論中，以手之修練爲最要，手之運動，以纏絲性爲獨一無二之法門，此屬於防禦精神，化他人之勁也，手之發勁，以有彈性爲最高之法門，此屬有攻擊精神，破他人之勁也，觀名家之手，能節節發人，則其手自必曾經節節鍛練也明矣，決無平時此點未經修練發勁，而臨時此點忽能擊人，世界上決無此理也，故練太極拳者，當然根據拳經規定之練習發勁法，以研究之，其研究程序，先將指掌捶練有相當程度，進一步而練單式發勁法，使人身所有手足活動範圍之內者，應使無一不有相當之鍛練，能發能蓄，待蓄發俱能後，方可談到應用也，不但學習發勁之後，可收體育內骨力之功，且因此項鍛練，能使全身成一豐滿之球形，周身不致有所缺陷，成爲洩氣圓形之球也，蓋身有缺陷，則缺陷處即是滯處，身有滯處，則不能貫串如一以發勁矣，視發勁是否得機得勢，即可證明身之有無缺陷也，因有缺陷，則所發之勁，浮搖不定，且不沉實，或且無法使之突出也。

太極拳已昭示於人，其功夫修練，係由八門五步而來，平時走架子，是使此八門之勁，隱藏於內而不發於外，並非不能發也，如未曾鍛練八門發勁者，此可謂真不能矣，可謂內裏空氣說不到隱藏於內也，故練習單式發勁，應以八門爲主，使門門均有發勁經驗，然後其走架子之精神內自有八門之勁隱于內矣，可云與未習發勁者之動作當然不同矣，因是如學習此拳者，徒知八門之運動，未知八門之發勁，可謂爲祇知陰不知陽，祇知柔不知剛也，知半數



太極拳，止合太極兩儀之用，此非太極拳也，茲分別說明八門發勁，成爲入路勁意拳，分路鍛練如下。

## 國術理論（續）

許禹生

### 第四編 教學法

#### 第一章 教學之意義

國術教學者，依習拳術當然之順序，按習他種科學的方法排列之，使教授者本之，易於施教，學者遵之，易求進步，庶可底於成功也，夫拳術一學，爲我國四千餘年之國粹，而學者每感困難，望而生畏，畏而却步，至不敢問津，教者椎魯無文，每守秘密，不肯以進功程序示人，究之自亦不知由何種方法，何種順序，逐漸習成，一傳再傳，每況愈下，較之東西各種科學，體操柔術遞嬗日進者，實不可同日而語，豈拳術真不易學耶，蓋於教授之法，未經研究也，僅學拳術有年，艱辛備嘗，而所獲有限，及以轉授於人時，覺已之十年所學者，使生徒一年可以竟業，問之數十語不能明者，今則一語卒可破的，余豈善於教授哉，殆因曾習各種科學，當講授拳術時，昔之不易說明者，不期然而然，即假他種科學的理解說明之也，加以從學多爲智識界人士，於他種科學均有素養，自能以此例彼，根尋意味，舉一反三，

故能事半功倍耳，至練習順序，則參考體育各書，並加以己意擬定之，自能盡合，尙望同志隨時改正之。

## 第二章 教學方法

國術教學的方法，大別分五種，略述在下面

(一) 示範 教師身心的模範，在教育上極爲重要，在國術上更爲重要，因爲國術是身體的教育，教師身心的模範正，此種良好模範，常印入生徒腦筋中，如己身的態度良姿勢正，生徒的態度姿勢亦良亦正。否則徒憑口談而不能以身作則，生徒的態度姿勢，亦難糾正，可見教師所示之模範，最爲重要，所以應當嚴密正確的去示範，現將示範時教師應注意之點列後。

A 示範時，教師所站之地位，以教師得見全體生徒，而全體生徒亦得見教師之地位爲標準。

B 示範時，亦須使全體生徒的精神，集注在教師的身上，所以在這時間內，教師的精神，應當特別充足，姿勢應當正確，方能喚起生徒之注意。

C 示範時，教師所站之方向，有由正面示範，亦有由背面示範，總之視所授之教材而異。

(二)說明 示範姿勢以後，應將其要點，簡單說明，蓋示範所以示生徒以姿勢，說明乃說明姿勢之所以然，使生徒明瞭姿勢之意義，目的，與注意之點，但說明之時間不可過久，在嚴寒酷暑時，更應減少。

A 說明意義

B 說明目的

C 說明方法

D 說明應注意之要點

說明的程度與用語，隨生徒之年齡與理解力而區別，對於年幼兒童，其理解力弱，說明當以淺而容易的言語，使生徒易於明白，說明事項，只將生徒不知道者省去，以免空費時間。

(三)模倣 即教師示一姿勢，使生徒倣而行之，模倣為生徒學習國術之捷徑，因國術為實行教科，故欲生徒理解，莫如使生徒實行，較易生效，且模倣教學，是由視覺刺激運動中樞，想用此種科學，生徒易於了解，精神方面亦不覺疲勞，在教學新教材與兒童倦怠之時，用此法行之，效果尤大，又教繁難姿勢時，應先行使生徒由前後左右觀察教師的練習，則其姿勢動作自易正確敏捷。

(四)練習 反復練習，為萬事成功秘訣，國術為實際的學科，所以練習最為重要，例如教學一路拳術，應當再行練習，始能領會其方法，姿勢使能漸漸正確，如無常時間之練習，絕無效果可言，況且教學國術的目的，在修練生徒心身之發達，非僅授與技能而已，但反復練習，雖為切要，然一時練習過多，亦不能奏效，應當時時練習，以達到成功，且練習過度，於身心兩方均易感受疲勞，其結果不特姿勢不正確，反於身體不利，而引起學生之厭情之心，作教師的不可不謹慎。

(五)矯正 教學時發現生徒姿勢有不正確地方，而加以改正者，謂之矯正，此法在教學上最為重要，且與練習有密切關係，蓋運動貴有練習，尤貴有矯正，倘若僅有練習而無矯正，則愈練習而缺點愈大，姿勢絕不能正確，必須有矯正，然後可以改正其缺點，而達到國術之目的。

矯正如果在一次內不問大小錯誤全都矯正，則不易辦到，應先自大錯誤處矯正，而後矯正小錯誤，如矯正全體時，同時須注意矯正，矯正個人時，亦應注意全體，但不可費長久時間，而免生徒活動之精神以誘起其怠惰心。

矯正時有時可使學生相互矯正，或使生徒自己矯正，但在初級小學生仍以教師矯正為主，在高級學生，此三種方法，均為重要，現述其主要方法如下。

A 以言語矯正 此法爲教師者，以言語說出生徒之缺點，使學生自行改正，其言語當親愛誠懇，不可加以戒責與侮辱的語氣，否則易引起生徒之反感，亦不能得矯正之效果也。

B 以動作矯正 此法爲教師以動作表示正確之點，使學生改正，例如對於腹部前突的學生，教師可以己之腹部收回，使學生照自己樣子改正，此種方法，較用言語矯正收效大，但有時亦可兼用言語，使學生耳目同受刺激，則更易矯正學生之缺點矣。

C 以手矯正 用言語與動作矯正學生，仍有不知其缺點者，教師可用手矯正之，但不可過於用力耳。

D 以教師身心的模倣矯正 發現多數生徒姿勢不正確時，作教師者，當自反省，振作自己精神，作正確示範，使學生觀看而矯正，則收效頗大。

以上數則不過舉其大綱，欲收教學之效果者，仍賴教師隨時提示注意，以一己之精神，感化生徒，而應其個性之要求也。

## 譯述

### 甦生法

日本尙武會原著  
記者選譯

活法卽死去使甦醒之法也，如縊死或自高跌死，溺死，擊死，或由重傷絕息等類，能令其甦醒，但疾病或刀傷致死，使之甦醒甚難，此外則十之九能令其回生。

無論何種技術，其功效之大小，莫不關於技術之熟否巧拙，故習者不可不盡力研究熟練。

#### 一活法之要訣

活法之巧拙，關於人之生命，宜慎重行之，固矣，但往往有法不嫻熟，逕行施術者，實爲有損活法之價值，憾莫大焉，今就活法施術之要訣，縷述如左：

#### (一)關於記憶之事

活法較柔術中之「投締」動作簡單，容易學會，然初學鮮能見功何也，蓋皆以動作簡單，不加重視，或因少實行機會以致遺忘，要之皆在記憶之不切實，觀夫古之傳此法者必令齋戒沐浴，設誓神前，且戒他人旁觀，其所以鄭重嚴肅若此者，無非使其中心牢記，不致遺忘耳。

，易學者易忘，學者宜注意此點，直接得其心傳後，須熱心學習，且時加復習也。

#### (二)關於初次施術之事

方法錯誤，不僅在記憶之不健全，亦在輕率從事以致之也，初次從事者，每難于心氣和平，思慮淨盡，此時施行活法，往往不易見功，願活法初次實行，最爲要着，初次不利，即起信任技術之感，迨二次爲之，亦必致誤，而終于不會矣，如初次即奏膚功，迨二次即有自信力，終則手術益妙，永無誤時，是故初次須不動心，先調查其致死之因，辨別其死後之形，以定施術之法，而後專心致意以行之。

#### (三)關於自信之事

半信半疑，百事無成，在活法中有心的作用，故自信力最爲緊要，行此活法，無不甦生，換言之，所謂可以使之必能甦生者，非以充分之信念行之不可。

#### (四)關於氣合術之事

施行活法時，須屏絕念慮，專注意于此一事，但初學者，身心一致頗不易作，必拿不能不使甦生之一念，將空氣吸入腹內，用嗚呼之聲，與力并行，斯爲要也。學活法以獨行爲限，必練至準能成功的程度。實際即見死者必自信法子不錯，心中沈靜，熱心施行，即能成功。

以上諸事不僅爲活法之要訣，實爲修業者，必要之條件。

(B)死相鑑識法及施行活法之心得

使死者甦生端賴活法，但死去時間過長者，雖行何等之活法，亦不能奏效，故必在一定之時間前，舉行之乃可，而有不然者，如死後十分鐘，用活法無效時，經過兩點鐘，亦能奏效者，間或有之，故行活法之際，不可不先鑑識死相，以定活法之有功無功。

死相鑑識法，雖有數種，在實驗上，最確實之法，即令死者仰臥，在其左乳下用耳聽得哆哆之聲，則施行活法即有效，此音心臟雖不鼓動，亦有此響，乃爲極細微之音，必閉息沈心，細聽乃可也，以下關於口傳之施術秘訣十二條，揭出以供參考。

(1)防僞死以期施術者，故檢查時不可不十分注意。

(2)死者身重時，術者須氣沉丹田，運力于手，靜緩移之，又必須由背後抱之。

(3)行活法之前，必須靜心，如爲使死者，身體端正時，則術者須騎于仰臥者之上，以兩手由其兩肩旁撫下，經胸腹至于小腹之中央，如摟集物然，輕輕撫之五六次，此爲活法

第一要事，慎勿或忘。

(4)死者之瞳，如能映物，即可望活。

(5)指甲不變色，即可望活。



- (6) 溺死多時，面色帶紅之人，而面色尙紅者，即可望活。
- (7) 自縊死者，眼球上翻，僅見白眼球，被勒死者，眼球下翻。
- (8) 中毒死者，身體膨漲，正澎出時可望治。
- (9) 溺死者肛門閉者可望治。
- (10) 無論如何死的牙關緊閉可望治。
- (11) 縊死者，鼻涕不變色者可望治。
- (12) 手指足趾屈曲者可望治。

無論施上列何種活法，在施行時之心得卽活法，施術應如何如何也。

當場絕息者，無鑑定死相之必要，可直施行活法，甦生後，欲使其速復常態，不生何等障礙者，一直續行運動可也，經少時間後，施行活法，使之甦生，卽令安靜，仰臥於新鮮空氣流通處，若元氣不易恢復，置足尖於溫水中，頭蓋濕布，飲以少量葡萄酒及白蘭地酒亦可，茲有一最要之事，不可不注意者，以冷水噴絕息者之面部胸部等，其害最大，萬不可行，然用爪輕撥其頰，是爲最有功效之方法，或在耳際頻呼其名及使聞氣合之聲。

### (三) 活法各技解說

向來活法施術不同，名稱各異，今就普通所稱之活法，述之於左。

A 序活呼吸法

B 脊活誘動法

C 襟活發心法

D 肺活吸氣法

E 總活氣海法

F 畢活下鐘法

G 水活吐水法

H 縊活靜卸法

以上八項爲柔術家必具之知識

A 序活呼吸法 (人工呼吸術)

(解說)以二人行之，使死者仰臥，自頭至足，使成真直，一人在死者之頭前，以左右手握死者之左右手，其他一人，跨死者之兩股邊，而不得觸死者之體，單腿跪地，以左右手之手掌，壓死者腹部，(肋骨下無骨之處)之左右，握死者兩手之人，徐引其手於頭前，同時他一人之兩手掌向上輕壓其腹，(指端勿觸其體)舉手後稍停，徐屈死者之兩手，如此反復行之，至死者能呼吸而止。

(附言)此法用於假死者(鑑識死者相凡可能蘇生者，謂之假死)其要點壓腹時伸死者之手，壓者停手時，屈死者之手二人手續不得有誤，一分間須行十五次以至二十次，至死者始能呼吸，仍宜徐徐續行。

同上別法

(解說)以二人行之要領同前，一人不壓死者之腹部，以左右手握死者左右之足踝，二人手續相合，使死者之手足，同時伸縮。

(附言)視手足同時伸縮之狀態，伸其手足時，爲前圖所示，行此法一分間須十五次以至二十次其功效與前同。

(注意)序活者，乃開張壓縮胸廓及腹部，使新鮮空氣進入肺中，以促肺之呼吸運動而甦生，故假死者，各閉其口，則用布掛其下額，結於頸後，以開其口，慎勿忘之，若一人行此法時，則墊柔軟之物於死者之脊，使胸腹部高起，行術者，在死者之頭前，持死者之兩前腕，(肘之略下端)依前法伸縮之序活法無論何人，皆能行之，其他種活法，非經熟練，不可輕用，惟序活法不及他種活法甦生之速，須在一時間以上，故行術者，不可不耐心守之。

#### 脊活誘動法(誘活)

(解說)行術者，在假死者之頭前，以兩手插入死者之兩腋下引起之，假死者之上體時，行術者，兩足密接假死者之脊支其體，不致傾倒，左手自腋下拔出，自左肩上向前回轉至顯下，使假死之面，歸於正面，右手亦自腋下拔出，自假死者右肩上向前伸之，再插入假死者之右腋，至能呼吸而止，右足之膝蓋當脊椎七八節邊，右足後退一步，然後以兩手引假死者之體使起。

(附言)動轉假死者時，自前行之，不如自後行之，兩手必挿於腋下，絕不可壓迫胸腹部自後方腋下挿入引起之，則可整頓假死者之內臟，與上述自腹擦下之功效同，而自應注意者，即

假死者之體，不可傾倒，亦不可動搖，右足後退與兩手上引，必須一致，若一次不能甦生，宜繼續行之。

（注意）秘傳載：脊活者，刺擊脊髓，彈撥肋骨，以誘起呼吸運動，故不得不小心爲之，此活法雖宜於絞死，掐死，電擊死，而用於其他之假死者，亦能奏效。

#### 襟活發心法（脊活）

（解說）施術者，按脊活之法，將假死者提起，以己身密接假死者之脊，右膝跪在地上，左膝頂假死者之左肋提其左手由腋下支之，不令倒，右手以手掌向假死者以指端向脊椎骨之第一節。

## 調 查

### 山西省國術促進會史略

芳 五

考山西爲國術發源之地，相傳太極拳形意拳皆由晉傳出，代有名人，苦無紀述，而提倡發展之功，在表面亦似較他省落後，至於今，國術館尙未成立，國術團體，亦寥若晨星，三晉人士，凡謀以國術救弱圖存以強我晉民者，胥引領而望於山西省國術促進會，則是後本會所負

之使命，其重且大，可想見矣，爰將本會沿革，簡略編述，以介紹於社會，並望本會同人，努力邁進，以饜三晉人士之期許云。

太原爲三晉省會，人口繁雜，練國術者，在昔卽甚多，門派亦夥，惜無統計與組織，殊爲憾事，當民國十三年之冬，有習太極拳同人，王新午，許彭久，劉玉明，楊博生，戈怡如，令狐舜卿，趙吉甫，張光三，諸君子以國術爲吾國數千年之國粹，有健身禦侮之效能，自歐風東漸，國內體育界，競倡西洋運動，反置國術於不顧，國術之命脈，遂沉淪九淵，莫之或挽，於是結合同志，假海子邊自省堂內之空場，朝夕從事鍛鍊，覺世屬民，初不計及，實本會所由興，亦三晉最初之國術團體也。

十五年秋，曹子仙，王新午，馬立伯，章介眉，劉琢之，戈怡如，楊博生，張子壽，葛敬道，張光三，趙吉甫，許彭久，諸先生發起組織太極學會，假地址於西肖牆，會員三十餘人，由王新午先生擔任教授，經費由同人釀資分擔，以曹子仙先生捐助特多，教練時間，晨起練習盤架及推手兩時，午後互相實習應用兩時，晚研究學理兩時，日常有六小時之鍛鍊，迺將研究所得，集成太極拳各種手法草錄一巨帙，成爲科學化之國術，並將王新午先生練習太極拳路之姿式，攝成照片二百餘幅，備製銅版，尙未付諸剞劂也。

迨民十七八之間，同人日常蒞會鍛鍊者，達百餘人，會務日形發達，經王新午曹子仙兩先生

，捐廉購置器械書籍多種，以備應用，時以華北政局變化，不數月之間，同人離省就事者大半，曹子仙先生赴魯，王新午先生亦隨 閻總司令出省在行營襄贊軍事，會務遂無形中輟，停頓至半年之久，於十九年秋季，王新午先生慨負中興之責，商諸太原青年會總幹事姚石庵先生，聯絡本市各國術名家，成立太原市國術促進會，攝影於美人艾克沛家，以作紀念，并呈經中央國術館，及軍省兩署民政廳備案，當推選王新午、劉玉明、甯任卿、閻德生、張成之、等五人為執行委員，王新午為常務，熊玉裁、孫亞球、姚石菴、等三人為監察委員，姚石庵為常務，內分總務教務兩部，總務主任為張成之、劉子毅副之，幹事為孫亞球、李尉如、白棣華、曾國忠、胡廷璽、等，教務主任為王新午兼，劉琢之副之，幹事為許延壽、梁正方、夏桐元、解繼明、閻德生、等，教師除由王新午、劉琢之、兼任外，復有張鳴岐、穆修易、脫來賓、于鏡堂、張子壽、馮少五、任木林、等諸人，唯時經費支絀，除會員少數會費外，悉由王新午先生個人捐助，以故教師職員，都為義務職，當時只在青年會內闢一斗室為辦公室，藉該會之運動場為操練場，慘澹經營，極為社會人士所贊佩。

(未完)

# 文件

## 袁館長致許副館長函

禹生我兄閣下 大函誦悉，踴躍組月終比賽，可由館自行擇優酌獎，每六個月，舉行大比賽一次，由府校閱給獎，似此辦理，益示鄭重，用特函復，即希 查照爲荷，並頌

時綏

## 河南省國術館陳館長致許副館長函

禹生學長吾兄大鑒，展奉，惠書，如展良規，甚期因特殊情形，未得如願赴平，致負宿約，猥承 企矜，益令人增慚感耳，華北運動會，爲期匪遙，屆時如無特殊事故，定當抽身前往，藉領積愆也，本省定於本年九月二十日，舉行第五屆國術省考，暨騎射比賽大會，爾時尙祈

台旌撥冗蒞汴，主持月旦，不知能邀 金諾否，再弟前對敵館訓練班學員，講演「學術之科學性」意在打破一般體育

家，國術不科學化之謬言，惟以時間倉卒，疏漏之處，自覺尙多，擬俟整理充實後，再爲發表，茲將該稿及告國術人員書奉上，敬希察閱郵政爲荷，尚復順頌

鐸祺

## 河南省國術館陳館長致本館函

敬啟者，講武教戰，先典攸高，考績掄才，芳型斯在，本省爲提倡國術，增進民族尙武精神起見，定於本年九月二十日起，按章舉行第五屆國術省考暨騎射比賽大會，惟旌善崇能，端賴異數，不有褒獎，何資甄揚，素仰敦崇武化，獎掖健兒，倘蒙寵錫獎品，俾資鼓勵，曷勝感禱，此致

北平市國術館

## 第十八屆華北運動會函

敬啟者第十八屆華北運動會，定于十月十日起，在天

津舉行，所有各項籌備事宜，業由本會積極辦理，惟大會各種競賽，允宜分定獎品，藉勵優勝，素仰 貴館宏獎體育，特函請 寵錫獎品，俾資提倡，倘蒙 惠賜，曷勝榮幸，此致

北平市國術館

呈北平市政府 請令行社會局通令各中等學校教授國術以重體育由令行本市各

中等學校教授國術以重體育由

案查國術一項，前由全國體育會議議決，列為各學校必修課程，二十一年十一月教育部頒行課程標準，由小學以至高中，亦均將國術列入，嗣教育部體育委員結，通過國術課程標準案，復議決指定國術教授實驗區域，從事實

## 紀事

### 北平市第十八屆華運會國術選預記事

查本年第十八屆華北運動會在津舉行北平市國術預選仍由社會局會同本館合辦函聘本館許館長禹生沈維周許幼芝李靜澄樂永年許偉伊見思南煥璣石子壽楊季子李劍華等為選拔委員乃組織選拔委員會籌備一切決定(一)規定各項規則(拳械表演蹟跋比賽)(二)徵求選手辦法(1)通

驗，北平市亦為實驗區域之一，足徵教育部對於各學校教授國術之注意，學生校中已授國術者更宜努力，未授國術者，應即添授。近聞北平市立中等學校中，如市立師範及市立中學等校原授有國術一項者，自本學期起，乃竟停止，似於政府提倡實驗國術之意，未能了解。理合呈請 相應函達 鈞貴府鑒察局查照，令行社會局轉令全市中等學校，令行全市中等學校，對於國術一項，仍舊教授，其未授各校，並應一律添授，體育前途，裨益匪淺。謹呈此致北平市政府

按此項公文已由社會局通令本市公私立各學校遵照奉行矣

函各國術團體(2)市內國術專家(3)國術登記人員(3)體育社員(5)國術館職教員(三)刊登廣告(四)發布新聞(五)張貼通告(六)經費預算(七)選拔日期九月十六日(八)選拔地點假太平湖民國學院操場(九)報名處所西斜街本館(十)推定職員聘請正副評判長評判員等參加報名者七十餘人云