

抗戰叢刊第三十四種

抗
戰
與
體
育

中山文化教育館編印

抗戰叢刊第三十四種

抗戰與體育

歡迎翻印

著者 黃 金 熬

編行者 中山文化教育館

總經理 上海雜誌公司

漢口總店 交通路六十二號

重慶 武庫街九號

廣州 漢民北路 梧州 大馬路

長沙 東長街 武昌 胡林翼路

宜昌 二馬路 西安 南院門

成都 祠堂街 昆明 華山南路

本刊重慶辦事處

重慶新市區中一路四德里廿一號

中華民國二十七年五月渝版

實價五分

抗戰叢刊緣起

野蠻殘暴的日本帝國主義者，又在屠殺我們的同胞侵佔我們的領土了。它的野心，不但在於亡我國家，滅我民族，並欲進而獨霸東亞征服世界。我們為求民族生存，為達世界和平目的，被逼而出以全面抗戰。在這全面抗戰的過程中，每個人及每個團體都要盡它救亡禦侮的責任。本研究部平陸根據地處理遺教，研究國際上種種問題及復興民族各種方策，對於抗戰的問題及抗戰時的各種策略尤為注重。當此全面抗戰發動的時

會，我們不敢後人，是以有抗戰義刊之發刊，我們感覺到要保障最後的勝利，抗戰指導者要多努力于下列幾種工作

(一) 分析敵人的虛實，暴露敵人的弱點，使全人民家喻戶曉，以增強我們民衆抗戰的決心與力量。

(二) 宣佈敵人的陰險，殘暴，和蠻橫，以增強僑胞的同仇敵愾心理，鞏固我們的民族自衛營壘。

(三) 暴露侵略者的罪狀于世界人類之前，使天下人皆知有共滅此人類蝨賊之必要，共棄此瘋狂似的日本帝國主義。

國主義。

(四) 研究及計劃全面抗戰的方案，把偉大的人力和豐富的物力總動員起來，做成精密整個的組織，使我們的抗戰的營壘變成「金城湯池」一般，以達最後的勝利。

本研究部爲了上述幾種逼切的要求編印這種叢刊，供抗日民衆及民衆指導者參考。我們兩月來的抗戰已經證明「最後勝利終歸我們」了。我們能使四萬萬五千萬同胞戮力，慨同，力殺敵，這個最後的勝利當更有把握，民族復興可拭目以待。本館理事長孫胥生先生曾說過「抗戰到底民族必興，」這是代表我

民族的堅強信念。我們更切盼同胞堅守 總理的遺教，「和平，奮鬥，救中國。」區區微忱，望海內外同胞多加贊助，可多加指教！

中山文化教育館研究部啓

二六，六，三十一。

抗戰與體育

目錄

抗戰叢刊緣起

第一章	總論·····	(二)
第二章	抗戰時期體育實施法·····	(八)
第三章	體育理論與實際之檢討·····	(二九)
第四章	推進國民體育四大要素·····	(四二)

抗戰與體育

黃金鯊著

第一章 總論

一 抗戰基本條件

長期抗戰，有三個基本條件，即人力物力財力是也。然對此基本條件，徒有消耗，而無增長，則抗戰前途，已生動搖。故動員之意義，一在如何而使人能盡其力，財能盡其用，物能盡其利，一面對於人力物力財力之資源，尚須加以充實，使之增厚，所謂取之無窮，用之不盡，如此最後之勝利，可操左券矣。

構成人力之要素有三，一曰力二曰智三曰精神，此即此族強弱之問題，亦

卽國家民族興衰所繫。然如何而能促弱爲強，精強爲雄，則唯體育訓練是賴，是以歷屆盧山訓練，蔣委員長對於軍官一再提示，「抗日基本條件一就我們的體格。」由此可證，今日被人忽略之體育，實係抗戰極關重要之問題。

德意志歐戰失敗以後，受凡爾賽條約種種之約束，不一而足，總統興登堡氏當時在國會席上曾作此說：「我們的德國，既將担負國防的重擔完全被解散，但是我們國民的強健身體，和堅固的精神，完全未受何方掣肘，將來爲我德國主人翁的青年，對於身體的鍛練，精神的剛健，在今日被解散軍隊之德國，尤屬緊要。因此我們德國新創設的體育制度，爲德國國民全體平素鍛練身心應有的義務。希望將來對於國事有所供獻。」目前我國上下一致，應付大戰，準備建國，體育訓練，尤爲要圖。

二 體育在戰時之供獻

關於體育在戰時供獻之事實甚多，茲舉例以證之：

英國：一八九九年南非戰爭，國內受體育訓練之青年，當時加入作戰者有三千二百餘人，死者達二千，如前方救護，夜間摸索，趕製沙袋等。一九一四年英德宣戰，關於受體育訓練之青年，加入作戰之事，更有較詳之記載。**牛津劍橋兩校之運動員，犧牲三十人，橄欖球協會死亡球員五十八人。又當新土戰爭當局曾募敢死隊：而應募者共二十人，其中十八人，係運動員。**

美國：一九一六年，歐戰發生，有一百五十萬健兒應募，其中受體育訓練與童子軍訓練者居多。此外戰時團聚團之組織，供獻尤大。年者二萬萬五千萬之糧食儲蓄，耕耘空地三十二萬英畝以上。而領導者，多係體育教師，與童子軍教練。

德國：「第二次大戰再發，全國動員，」此為青年愛國心的測驗結果，而愛

國心之養成，乃體育與青年訓練之功。

法國：歐戰時高小體育會組織勞工同盟，募捐十萬法郎，獻與政府。運動員童子軍，多赴戰地服務。後方兒童組織士兵聖誕節，每一兒童捐一毫令，共得六萬金磅，慰勞前方，凡此種種協助戰爭工作，亦多由體育教練，及童子軍教練發動主持。

意大利：歐戰時成立少年先鋒隊，服務疆場。最近意阿戰爭，除派巴里拉外，並選拔受體育訓練者，赴前線服務。

三 中國體育失敗之證明

「體育救國」素爲國人喜用之詞句，尤以革命北伐成功之後，此種聲浪，日高一日，如報端雜誌所載，運動會中標語之宣揚，比比皆是。抑知抗戰發動以來，體育既多實際之貢獻，尤無精神之援助，而平時振臂急呼，挺身而起，熱

心體育之士，今竟一一縮首不言矣。理論如彼，事實如此，吾不知將來再論體育時，何以自圓其說？國人指責體育乃粉飾昇平的裝飾品，實不爲過。

國家興亡，匹夫有責，在一個爭生存抗強敵的國度內，軍民不分，人人皆應作一員勇敢戰士。體力較優技能較高之人，應是一名更富於熱情，勇於犧牲之擁護祖國者。體育雖非武器，然精神思想未嘗不可武裝，未嘗不能動員。「物競生存，優勝劣敗」，此生物進化之原理。體育不知利用時機，適應環境，與劣敗之理同。

四 中國體育失敗之原因

國人觀念之錯誤：教育者，只曉以體育爲休閒活動，而不知其他之重大意義。例如藉體育以達到調節，遊戲之目的。一般人士，多以體育爲承平時代之表現，例如對於各種比賽，及運動會所持之態度。總此兩因，在今日抗戰中，

體育淪爲百業之末，不屑提及。

因邊外人缺乏國家性：人舍我取，已失效用。削足適履，弊害叢生。數十年來，我國提倡體育，始終未脫離因襲之方法。殊不知體育乃適應社會需要而產生，社會有何種需要，遂發生何種體育。歐戰以後，體育思想變遷甚劇，由人文主義，變爲現實主義，由自由發展，進爲嚴格訓練。故今之強權國家，如德意志蘇聯意大利等，以言體育，莫不有特殊精神在。我國體育，既無獨立之制度，則根本無國家性之可言，故於今日抗戰中，不能發揮實際效果。

徒具形骸，缺乏中心思想：德意志提倡體育，所以能復興，意大利提倡體育，所以能強國，丹麥提倡體育，所以獨立者，良以「救亡建國」之中心思想，有以致之。反觀我國體育方式一向模仿外國，人興亦興，人廢亦廢，知其當然，不知其所以然，盲從附和，缺乏中心思想，故今日僅具一體育形骸，空虛無

用。

五 抗戰體育之意義

(一) 在抗戰過程中，必須確定中國性之體育基礎，集中民族力量，供獻國家。

(二) 抗戰體育，以救亡建國為目標，務使直接間接應用到軍事方面。

(三) 抗戰體育工作，在喚起民衆對於體育之注意，與認識。並努力於基本體育之普及發展，提高國民體格之水準，故抗戰體育必須以數量最大之平民大衆，及抗戰責任繼續者之兒童大衆為中心。

(四) 改善體育方式，充實體育內容，從隔絕民衆之境地，變為民衆易於接受之機會，抗戰體育內容，應特別加強軍事意味，特別注重國術，及軍事體育之訓練。

(五) 抗戰體育之方式，務使理想與實際相符。

第二章 抗戰時期體育實施法

一 民衆體育

(一) 民衆體育在抗戰中之重要性：戰時體育，當以民衆爲首要。民衆體育對象，包括無學籍青年成人職工商人農民：此種民衆，幾佔全民百分之八十。彼等之力量，乃國家最大之力量。彼等體力，彼等之努力，彼等團結精神，彼等集體力量，可以爲國家民族盛衰之轉移。故抗戰體育之要義，不貴縱之進步，而重橫之發展，使人人有鍛鍊之機會、與可能，以發揮整個國家之力量。政府對此問題，若能處理盡善，不特直接加強抗戰之力重，對於建國亦將有絕大之供獻。

國別	平均壽命歲數	調查年份
丹麥	六一・九	一九二一——一九二五
英國	五八・五	一九二〇——一九二二
法國	五五・九	一九二〇——一九二三
日本	四三・二	九二一——一九二五
中國	三〇・〇	係最近估計

國別	死亡比率	調查年限
德國	一一・一	一
美國	一一・三	九
英國	一一・四	三
法國	一五・六	零
日本	一八・二	年
中國	三〇・〇	年

人之壽夭，與體之強弱，成正比例。壽命較長者，必由強健而成，反之，壽命短促者，亦必因衰弱多病所致。由以上兩種統計之比較，可知我國民族體質之衰，成爲事實，無可否認。惟如何而使轉弱爲強，厥爲今日抗戰中之先決

問題。我國向以地大人衆著稱，（人口四萬萬五千萬佔世界人口四分之一）此固尅敵制勝之主要條件，然就保蓄人力之意義，加以實之分析，則疾病衰弱，屬於分利者，可佔十之六七，此而言協助抗戰，損失如何之多！此而行徵兵制度，則影響於效率者，如何之大！英國前首相路易喬治所云：「以三等體格之國民，不能造成第一等之國家，」一語，可爲我戒。因此擁有最多數人口之中華民族，所需之體育訓練，較任何國家，皆爲切要也！

（二）民衆體育之實施

常備兵役之正役及續役期間，平時在鄉應遵規定之各次演習中，應規定體育程序。

國民兵軍事教育之基本教育，（國民兵初役，）應以體育爲基礎訓練。

中等學校軍事教育期滿之攷試，體育必須及格，方得爲預備軍士或工長。

專科以上學校軍事教育及格後之「備役候補軍官佐」攷試，體育必須及格。

國民工役時，體育精神之應用：如自衛工事，築路工事，水利工事等，以競賽方法，提高工作興趣，無形中促進國家經濟建設，而所謂理想之普羅體育，亦由此而達。

工廠商店勞業者之體育，與保健悠關，應特別鼓勵，提倡之。

官廳公司銀行等，均應有體育設置，以督促勤務者，工餘從事鍛鍊。

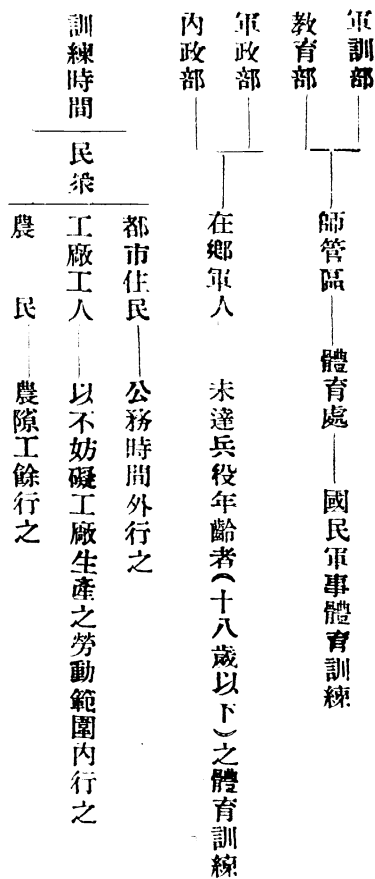
(三)民衆體育組織系統

軍政部
內政部

師管區

體育處

在鄉軍人體育訓練



二 軍事體育

(一) 軍事體育之必要

戰爭之勝負，不僅在武器犀利，尤在於兵士勇敢善戰。故軍事戰鬥力之確定，實根據於人力與武器也，唯武器論者，過於偏見，不切實際。而且無論鬥

智鬥力，人之條件，始終居於首要。人之根本問題，即爲體格，兵士體格之強弱，乃軍事實力之指標。體魄薄弱，精神亦必萎靡，體魄薄弱精神萎靡之士，亦絕無奮勇邁進之雄心，於是因循苟安，得過且過，畏難之心理生，巧取之慾望起，此種軍隊，縱有犀利武器，亦難勝任。我國軍人體格狀況，雖無精確之統計，然就一般國民體格之情形而論，則不如歐美各國軍人體格之強健，是可斷言。軍事體育之目的，即在培養軍人堅強之體魄，而培養堅強之體魄，即所以加強戰鬥力也。關於體育能加強戰鬥力之事實，可以歐戰爲例。歐戰中，美兵與德兵經過幾度接觸之後，美兵之活潑氣概，與自動能力，均勝德兵一籌。於此美軍則歸功於平日之體育訓練，故橄欖球在美國軍隊中，益見發達。德軍則憬然覺悟，過去之體育訓練，失於呆板，故有新體育之革興。

體育不獨在平時重要，即在戰時，亦不可少。其重要之處，可分三點：（

（一）戰事失利之時，必須設法防止軍士之消極，萎靡；失望，氣綏等等現象發生。然防止之有效方法，莫過於體育訓練。（二）勝利之後，因須注意預防軍士之驕傲放肆囂張行爲之發作，尤須繼之以體育訓練，以鼓勵其正氣，再接再厲。（三）戰時後備軍，準備增援之際，更須以體育訓練，振作精神，鼓起奮鬥之氣概。綜觀以上所述，可知體育實能引軍事，到達勝利之路。我國軍隊，由抗戰而促進標準化，若能實行體育訓練，則百尺竿頭，更進一步矣。

（二）軍事體育組織系統

中國軍隊之基本單位爲師，師之基本隊伍爲兩個步兵旅，每旅有兩團，團三營組成，一營四連。關於體育組織系統，列表於左。

司令部

師長

體育處

處長

旅部

旅部

體育總教官

體育總教官

團部

團部

團部

團部

體育教官

體育教官

體育教官

體育教官

3

2

1

3

2

1

(營部)
體育教官

(營部)
體育教官

4

3

2

1

(連部)
體育教官

4

3

2

1

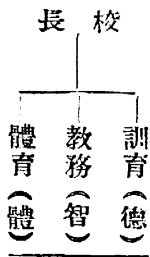
(連部)
體育教官

三 學校體育

教育必須術德并重，文武兼修，偏廢一隅，則教育之效能已失其半。是以學校體育訓練，不應斤斤專注意於個人健康之增進，而必須注重政治及社會目的之達到。堅持狹義主張之校長，不可不改絃更張。

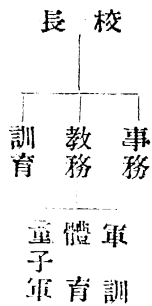
(一) 體育在學校中之地位

三育並重，見解之錯誤：



結果：體育不問教學，教務不問體育，彼此失去聯絡，故無共同之功效。

體育屬於教務，見解之錯誤：



結果：體育與訓育，不能聯合打成一片，對於學生人格方面之認識，出入甚多。

體育屬於訓育，見解之錯誤：



結果：體育與其他學科，失去聯絡效用。

合理化之體育組織系統

校長

訓育處

體育處

教務處

歷史科教員
公民科教員
國文科教員
軍訓科教官

必須共同負責

現發

正副

訓練

體育領袖

可以

協助增進訓練效率

附學生體育領袖之

標準：

- (一) 熱心服務。
- (二) 領導能力。
- (三) 體育成績列甲等者。
- (四) 學業成績列甲等者。
- (五) 操行成績列甲等者。

(二) 體育在學校中之關係

體育與訓育之關係：學生在校，不外動息二事，動時之行爲，固屬發現真實人格之機會，而靜息之舉止，亦爲認識正常修養之時宜。欲求二者相稱，必須相互照應。例如某生在競賽中，善與人合作，然在其他環境下，是否亦富於合作精神？故關於學生人格之評定，完全以靜之環境下之行爲爲標準，固屬偏見，但主張完全以運動場上所表現者爲根據，其過失，殆尤甚焉。

體育與教務之關係：學生在校，身體之強弱問題、較之學業之優劣，尤關重要。因此對於學生身體孱弱，與學業不能及格之問題，應同樣重視！同樣關心！對於好讀書不喜運動，與好運動不喜讀書之學生，更應同樣留意！同樣督促！總之，體育成爲荒廢之原因，或文弱或爲讀書之結果，是同一件憾事，而同是教育者顧此失彼之咎。

體育與其他學科之關係。

體育與國文科發生連繫之證明：例如張騫傳，徐霞客遊記，能引起學生遠足探險，不避艱苦之興趣。司馬遷之李將軍列傳，宋濂之秦士錄，可以勇健豪爽之行爲，振勵學生羸弱之性習。文天祥之指南錄後序，謝翱之西台慟哭記，能喚起學生之民族意識，皆所以協助提倡體育之文字。

體育與公民科發生連繫之證明：例如公民中之美德：刻苦，耐勞，正可由體育途徑，限期養成習慣，而勇敢敏捷服從公正，亦無一不可賴體育養成之。

體育與生物學發生連繫之證明：例如遺傳之問題，淘汰定律，種族衛生，民族差別，以及動物自衛武器自衛技能之俱備等，皆與注重體育悠關。

體育與歷史發生連繫之證明：例如戰事歷史，外交失敗史，或歷史模範人物皆能喚起學生發憤圖強之心。若再繼之以實際鍛練則足以完成教育之目的。

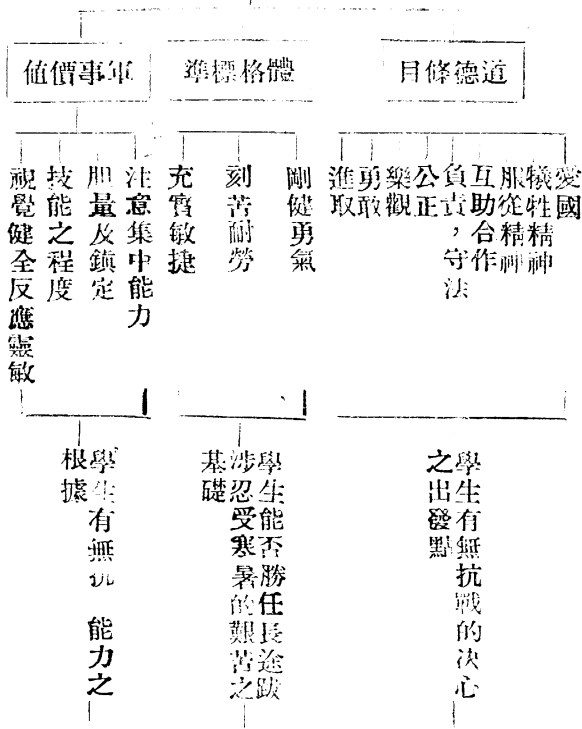
故有規律之比武決鬥，與歷史灌輸愛國心之目的，並無二致。

體育與軍訓發生連繫之證明：體育技能，即軍訓之理想條件。例如衝鋒陷陣時之急速奔馳，天然障礙中之高越遠跳，於戰爭中隨時隨地，皆所必需，然以上種種技能，亦惟有從學習體育而來，軍訓本身，概付缺如，即有，亦不足以言發展。是則體育價值，實即軍事之實效。至於體育精神，尤為軍事不可缺少之要素，舉如體育所發展之機警勇敢冒險自動合作之價值，轉移於軍事上，仍著功效。蘇聯德意志以體育為軍事之基礎者，殆基於此。

(三) 學校體育新目標

目前抗戰問題，高於一切，學生體育訓練，亦應以抗戰為鵠的。如何達到鵠的，列表於左，說明之：

體育訓練
目標



抗戰問題

(四) 學生體育領袖新任務

領導同學活動。

幫助不能參與集團活動之同學。

發現無運動興趣，及不努力者之原因。

組織校內比賽。

協助實施校外活動。

籌劃校工體育。

學校體育場開放之管理，及附近民衆體育之召集。

實行「體育下鄉」工作，「體育入伍」工作。

(五) 學校體育新實施

體育環境之佈置：製定下列各種掛圖，如列強體育之比較，中國固有之體

育，標準之姿勢，強壯與文弱之比較等，藉以促進學生對於體育之注意。

精神訓練之利用：如紀念週，朝會，實施精神訓練時，包括體育問題。

「運動日」之規定：規定每星期日爲「運動日」，實施郊外活動，提倡自然生活，一矯星期日優閒之弊。

集中訓練之舉行：利用假期，實施體育訓練，暑假四週，寒假一週，以收實效。

四 兒童及少年體育

(一) 中國兒童及少年體育之需要性

兒童爲民族之基礎，國家未來之主人翁，社會進化的原動力，世界各國一致如此公認。而且皆在集合全國兒童於一種主義之下，施行體育及精神之訓練

，藉以養成爲民族，國家而奮鬥之生力軍。目前我國抗戰方酣，兒童除負以上之使命外，尙有承繼抗戰，準備建國之責任，故今日我國之兒童所負責任之繁重，十倍於其他國家之兒童。因之關於兒童之培養發展問題，尤應絕對由政府負責。兒童經過政府一番培養功夫，而後乃有以國家爲己任之志願，有以國家爲己任之志願，而後乃收建國之實效。所謂國家把握兒童，既已把握現時與將來，意在於此。而筆者主張特別重視兒童及少年之體育，不混入於民衆體育之列者，亦以此點爲據。

兒童及少年體育不限於學制以內者，學校門外無受教育機會之大衆兒童；無論工廠，作坊之童工，及學徒，農民子弟，流浪街頭之野孩子，以及被收留之難童，一概在內。愈是寄生在惡劣環境中之人，益有訓練之必要，蓋彼等行動浪漫，紀律蕩然，非但不能爲社會有用，甚且成爲擾亂社會之惡劣分子，實

爲復興民族之一大阻力。政府負責兒童訓練問題，務須注意於此。

(二) 兒童及少年體育之實施

抗戰各地所組織之兒童團體，應施以體育訓練。如廣州方面所組織之少年團、武漢長沙方面所組織之兒童營，香港方面所組織之兒童團組，以及其他戰時兒童之救濟協會，保育機關等。

童工教育。工廠作坊之童工，洋行商店之學徒，每日須有一小時以上之體育活動，並強迫童工學習，參加「全國體育日」之組織。

集團旅行。以徒步跋涉爲原則，路程遠近，可依年齡規定之。惟關於路線之計劃，必須經過深山崇嶺，或汪洋大川，兼施野營露宿，或投寓旅館，如此，則不致感覺平凡無味矣。

訓練營。關於訓練營之實施，應絕對避免貴族化。訓練方針不應以「注意

營養」，「鼓勵運動」，爲克盡能事，而必須實行嚴格訓練，與抗戰發生關係，如戰時運輸組織，救護工作，軍事常識，精神訓話，時事報告，亦得列爲主要。此外關於生活方面膳食之烹飪，衣服之洗濯，種種操作，必須自己動手，不必假手於工役，乃符訓練之意義。

體育標準考試。關於考試項目之規定，應盡量採用中國固有之體育，不可偏於慣例，或抄襲西洋。茲就管見所及，規定項目於左：

兒童考試事項：踢毬，拍球，跳繩賽跑，落蓆賽跑，滾鐵環賽跑。

少年考試事項：百公尺，擲手溜彈，跳遠，跳高，自行車。

兒童及少年運動會，年來國內各地運動會，雖甚風行，然皆限於校內，致使一般兒童徒作壁上觀，而無參預之機會。兒童及少年運動會之組織，則係社會性質，或以村（街）爲單位，或以鄉（鎮）爲單位，俾一般兒童公開加入。

(三) 擴充兒童體育設備

旅館。設於海濱山林之間，或風景優美之地。驛舍以堡壘，及村舍充之，或從新建設。旅館設置普遍，集團旅行自然而興。

都市近郊遊息所。就都市四郊附近，皆植廣大森林，供工餘課後散步其間。而一般初小兒童，不能參加遠足旅行之組織者，亦有接觸自然之機會。

浴場。就海濱湖邊，多設浴場，以供夏季鍛鍊之需。

農村簡易體育場。每鄉設一體育場，由鄉鎮公所管理之。

兒童競技場。每縣設一兒童競技場，以備舉行運動會，及體育考試之用。
(但須獨立，不得附設成人體育場之內。)

公園附設體育場。利用公園之便利，增設體育器械，如軒板，天橋，跳戲板，巨人步球場，沙坑等。

民衆教育館附設兒童健身房。供一般日內無暇鍛鍊之童工及學徒等，晚間入館運動。

第三章 體育理論與實際之檢討

一 「體育」與「國民體育」意義之區分

(一) 體育意義

美國體育博士赫壽林頓 (Hetherington D.G.W.) 解釋：

「體育就是教育，它以活動為基本，而發達整個身心，並適應環境。」

在此種認識下之體育訓練，偏重於個人智德體平均發展。既非軍事，亦不含政治及國防之意味，無關於民族意識之發展。用於一種學說之詮釋，自無不可，若圖有裨於國，則如隔靴搔癢，無濟於事。我國體育學者，尙多堅信此

說。

(二)國民體育意義

體育之用於本國乃有目的之一種陶鑄與鍛練，應依照社會需要訓練民衆。目前中國所需要者，係爲民族解放而鬥爭之戰士，故國民體育之意義，在助長民族國家之組織，及民族運動之發展，以建立獨立自由之民族國家。此體育與國民體育二者之意義，不可混而爲一也。

二 體育目的及目標問題

赫壽林頓之主張：

「體育的目的爲培養領袖才能，發達體格和人格，適應一切的環境，而養成理想的公民。」

韋廉 (Williams J.F.) 之主張：

注重全人發展之體育，其目標如下：

「(一)體育活動中發達個人之機體組織，

(二)發達神經肌肉組織技能，

業餘休閒活動的技能，

安全教育的技能，

發揚美感愉快的技能。

(三)良好遊戲態度的發展。

(四)社會道德行為標準的發達。」

以上主張，係根據美國政治理想，教育趨勢而定，我國則亦盲從附合。如我國政府所公佈之國民體育目的，「務使循序發達，得有應具之健康與體力，及抵抗力，並其身體各官能之發育，能使耐各種職業上特別勞苦，為必要

效用。」

我國體育會議所訂之體育目標：（一）供給國民機體充分發育的機會，（二）訓練國民隨機運用身體以適應環境之能力，（三）培養國民合作團結之精神，（四）養成國民俠義勇敢之風尚，（五）養成國民以運動及遊戲爲娛樂之良好習慣。

綜觀以上所述，我國體育最高之目的，僅在求個人之健康，及職業之適合，與現時之環境，誠有風馬牛不相及之感。體育目標，雖有俠義勇敢合作團結，然究與抗戰建國之理想條件，相去甚遠。

（二）中國體育應有之目的

陶鑄剛健之意志

有堅貞純固不掘不撓之民族性

鍛鍊堅強之體魄

有充實雄健之國民體魄

培養禦侮之能力

國民皆兵之實效

達
到 復興民族之目的

三 體育教學法問題

羣性發展，代替個性發展。個性發展之目的，在養成自由人，創造自律，自由的文化之社會，其以個人人格自由為首要，以社會國家為次要。羣性發展之目的，在謀團體以及國家民族之發展，造成有秩序之人類社會，其以民族及國家為首要，個人自由為次要。

嚴格訓練，代替自然發展。自然發展之結果，在於養成解放之人生，發展個性之人生，貫徹人格自覺之人生，自由精神盛旺之人生，流弊所至，往往使人減弱國家義務觀念，而團結力鬆弛，犧牲獻身之觀念，尤為薄弱。嚴格訓練

，乃使個人充分受到國家社會之獨特意識之浸潤，在形式上，使民族有整齊結合；在意義上，則以造成具有本國典型之人。

集團主義，代替個人主義。個人爲集團一分子，不重在具有個別性，及特點，而貴乎有團體意識，民族歷史之觀念。務使個人之精神與力量，統括於整個的團體之下，注重訓練個人服從國家之意志，形成共同之信仰。

後天訓練代替「天賦本能」說。盧騷主張兒童天賦本能說，謂教育職能，只宜聽其自然生長，自由發展，不必加以任何人工，美國體育尙「自然活動」，根源於此。後天訓練可以改變先天之遺傳，用教育手段，改變人民之心理，更以人爲之力量，改變天然之環境，世界強權國家，德意志意大利蘇聯皆堅信此說

強制學習，代替以「興趣感情爲中心」之體育主張。主張以興趣爲中心者

，使兒童綜合的自由學習生活上所必需之經驗，並竭力解除兒童一切之束縛，取消教師對於兒童一切之干涉，而努力發展學生之興趣。克伯屈之設計教學法，杜威之從做中學，皆以順應兒童興趣為原則。強制學習，係以理智為根據，如對於民族國家有利之事，不問是否富於興趣，而強制學習，勢在必行。國家利益高於一切，個人必須犧牲小我，以團體之意志為意志，故忍耐服從之道德，今日益有發展之必要。

體育場乃嚴格訓練之場所，不可視為尋樂之處。故必須以生動，緊張，紀律，正重，之表現，抑制嘲笑，浪漫，輕浮，無秩序之狀態。

四 體育教材問題

(一) 體育教材選擇之三大原則

重視社會一般的歷史的文化，對於教材之選擇，應以適應本國社會共同要

求爲原則。

重視民族國家的集團之發展，對於教材之選擇，應以劃一及有陶鑄性者爲原則。

着重現實主義，對於教材之選擇，應以軍事價值，及實用爲原則。

(二) 體育教材之分類

中國固有之體育，應發揚廣大之。

國術。包括，拳，棍，刀，劍，四種，

秦時拳術，已進至顯著之地位，當時武士用爲鍛練，文人用以修養。唐時拳術，則與佛教及俠義主義，發生密切關係。宋時拳術，更加擴充，因有方法規則之規定，遂能風行民間。元時拳術，未見發展，然一般僧道，多精習此技。

棍術爲諸藝之宗，古時戰爭，不外持棍相抵，如孫子魏武出奇制勝，陳涉亡秦，皆以棍爲器，故棍術實爲我國前代之武器。

刀術。石器時代，卽有刀術，惟以古人好習劍術之故，刀乃不如劍術之精，然就軍事價值而言，則刀之銳利，反勝劍一籌，如此次抗戰中我軍衝鋒陷陣時之白刃肉搏，實得助於大刀之威力。

劍術。劍爲輕利之武器，古時紳士多佩於腰間，用以防身。秦時劍術已入民間，儒者尤多習之。唐時劍術，益形發展，方法格式，均甚完善，故能流行民間。元時，民間對於劍術，亦甚感興趣。

舉重。設備簡便、適於民間，爲我國固有之普羅運動，今之世界運動會，亦採舉重爲錦標一項。

拔河。周時，拔河定爲軍事必習之術。唐時，拔河尤爲普遍。

角力。秦時，定角力爲軍中主要訓練。漢時，角力則已風行民間。晉隋之際，每年規定春秋二季，舉行角力比賽，人民參加者甚爲踴躍。唐朝初年，規定每年正月十五日，爲民間舉行角力比賽之期。高祖時，更定七月十五日，爲官方舉行角力比賽之期。元時，角力多由西藏蒙古而來，方法略有改變。清時，對於角力，提倡亦力。

弓箭。弓箭爲我國古代戰爭利器，黃帝時，旣已發明，據創弓，夷牟造箭。后習善射，在位八年，常事遊獵，周時，射術更爲發達，每年分期舉行射術大會。如諸侯之集會，學生之集會，民間之集會。漢時，弓箭則已普遍於軍事中。晉時，學校有學習弓箭之規定。唐初年，弓箭改爲騎射，高祖甚嗜之，定爲軍中訓練主科。太宗時，更加提倡，軍事考試，以射爲主，當時有百步穿楊之說，箭術之精，可以想象。

由元至清，箭仍爲軍事中之主科。自槍砲輸入，弓箭遂被廢弛，而今日歐美諸邦，對於弓箭之興趣，反較我國爲濃厚也。

馬術。我國弓矢時代，騎馬戰爭，諸侯狩獵，亦多騎馬，故藝術特別精練純熟。元時、蒙古養馬之風，傳入內地，尤極一時之盛。今之世界運動會，亦有騎術比賽一項。

毬毽。爲我國特有之機巧運動，可以發達敏捷正確之技能，設備簡便，易於實行。

民間各種遊戲；如龍燈會，羅漢會，少林會，獅子會，高蹠會，漢船會等，對於組織，稍加改善，即可變爲有價值之活動。

基礎教材綱要

種類	國術	田徑	游泳	器械	弓箭	角力	舉重	球類	運動
種類	拳	百米 四百公尺 八百公尺 一千五百公尺 障礙 越野	短程 長程 入水 潛水 救人術	單槓 雙槓 跳箱 木馬	坐 財 跪 財 立 財	倒法之練習 身體之運用	推舉 抓舉 挺舉	籃球 足球 排球 棒球	個人 團體
器材	棍								
網	刀								
要	劍								
價值	自衛 技能 價值	生活 技能 價值	自衛 技能 價值	技術 訓練 價值	精細 準確 價值	加強 體力 價值	加強 體力 價值	發達 自衛 能力 價值	技術 訓練 價值

特種教材

跳布袋 (救生網)	拔河	爬山	爬山	遠足	划船	自由車	騎馬	事項
方法 姿勢	速決 持久	規定斜度大小 注重速率	規定高低距離 注重速率	測量 露營	速度 持久	速度 越野	速度 障礙 越野	着眼點
應用價值	應用價值	軍事價值	軍事價值	軍事價值	應用價值	應用價值	軍事價值	價值

降落傘

特殊訓練之

軍事價值

應用教材之實例

種類	內容	容
武裝賽跑	全程包括負重(全副武裝)越野爬山過河	距離自行規定
障礙賽跑	全程包括快跑跳溝越牆匍匐爬城跳布袋	距離自行規定
運輸比賽	運沙袋負行比快連子彈搬運或肩挑比快 運傷兵担架比快	重量及距離自行規定
勞動比賽	搖船挑担屏水除草割麥各種比賽	距離自行規定

第四章 推進國民體育四大要素

一 有賴於政治之力量者

政府應頒布軍事體育組織，及設備法令。

規定各級軍警體育標準考試，及獎勵條例。

體育訓練，應列入國民軍事教育綱領。

規定人民效率測驗標準，及獎勵條例。

頒布公務員，公餘鍛練之法令。

規定「全國體育日」，及實施辦法。

鼓勵各種團體，切實幫助兒童及青年，各種組織，並給予實際之便利。

各鄉保甲長集中訓練時，增加體育程序，以利推廣民衆體育。

添設體育場，提倡民衆體育。

普設旅驛，提倡自然生活。

浪漫小說，無聊文字，神怪書籍，能使兒童潛移默化，想入非非，影響民

族精神之發展甚大，應加取締。

淫靡頹廢之歌曲，甚爲流行，對於尙武精神之提倡，不無阻礙，應加取締。

跳舞場，電影院，劇院，最能使人陶醉沉迷於享樂觀念中，養成奢侈驕惰之風，莫此爲甚，應限制兒童及青年入內，並須嚴勵執行。

賽馬，跑狗，回力球，以及其他含有賭博性之事業，均非娛樂正當途徑，尤應竭力蠲除。

二 有賴於教育之力量者

民衆體育，爲民衆自衛力量之先決問題，「掃除病夫」比「掃除文盲」，更加重要，更爲迫切。故體育問題，實卽民衆教育中最主要之問題。而民衆體育實際之推廣，亦民衆教育分內義務，不能因事分權，自居局

外。

電化教育，應重視體育問題。如播音教育，放送體育節目。電影教育，增加體育影片，巡迴映放，並督促電影院，設置兒童日，專映體育新聞。

學校校長重視體育成績，並認真督率學生從事鍛練，免為身體羸弱之書蟲。

全部教師通力合作，共同顧到學生之健康。

學校體育場，務使定期開放，以供民衆利用。

學校體育教師，得應聘担任民衆體育義務之流行指導。

學族體育領袖，利用假期回鄉提倡體育，或深入民間、從事宣傳工作。

三 有賴於家庭之力量者

父母應本「愛之能無勞乎」之意，愛惜子女，可參照斯巴達「母養時代」之兒童教育法：（1）注意養護與體育，（2）使其慣於粗食，（3）爲之講解勇敢故事，（4）鍛練膽力。

家庭正當遊戲，及娛樂之計劃。

充分利用社會各種組織，訓練自己兒童。

兒童飲食睡眠運動之控制。

信任學校，舉辦遠足露營之組織，並鼓勵參加。

重視學校體育成績報告書。

協助學校以外一切之學習。

四 有賴於文化之力量者

音樂・提倡慷慨悲壯，激發軍民之音樂，創作尙武愛國之民謠俗歌時調小

曲等。

文藝・提倡於民族發展有益之文藝部門，及作風・如勇健豪俠的行爲之故事，民族英雄傳記，情緒熱烈愛國之詩歌，名勝遊記。

戲劇・戲劇爲最有力之教育工具，最具象之藝術方式，尤以中國無論都市農村，對於舊劇，均極親切，均極愛好，以之移風易俗，最易收效。

故一國之戲劇趨向，可直接影響民族精神之發展；悲觀迷信淫蕩之劇戲，能使人愚弱，庸俗以至墜落。仁俠勇武節義廉明犧牲愛國之戲劇，能使人振作，圖強自尊向上。

新聞界・以公正態度，提倡體育風氣。

封 底