

602

期三十四第

日六廿月一十年一廿

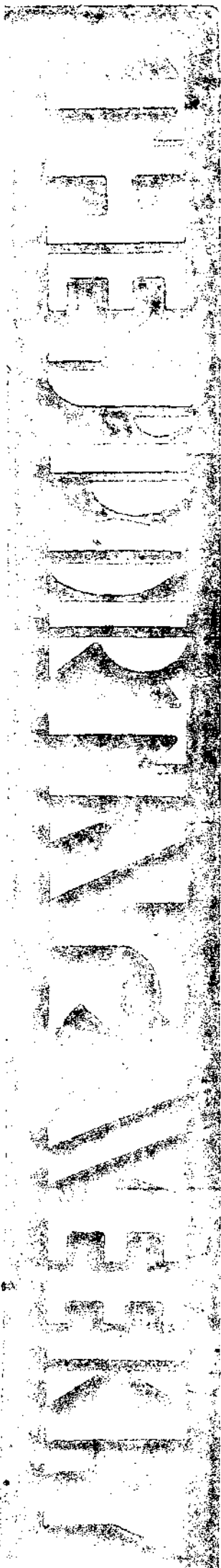


102

新報聞新為記榮堂號掛及部華中

始創日六月二一廿國民華中

號月日有明星每



本報第三十九期目錄

廿一年十月廿九日出版

不必到國外去臥薪嘗膽

記者

短笛

各國的運動狀況(十六)

健美

讀者園地：華北運動會

短評

黃金鰲

體育與國民性

阮蔚村

世界著名體育選手小傳

(十六)

鍾幸茹

體育部委員會在京成立

記者

我國著名運動選手名錄

(二)

阮蔚村

足球裁判員之責任與權力

振民

團體運動比賽法

俞子箴

與君一小時

少壯

湘國術比賽之餘聞

端止

運動界紀事

記者

長篇小說——「野馬」

无隱

體育界人士名錄——梁誠信

无隱

碎錦

體育界人士名錄——「郭實根」

碎錦

本報第四十期目錄

廿一年十一月五日出版

河北省體育的檢討

記者

短笛

各國的運動狀況(完)

健美

五人徒手操的教材

短評

俞子箴

我國著名運動選手名錄

(三)

阮蔚村

韋司摩勒之游泳秘訣

寄吾

四川軍隊的體育

陳昌裕

美國鐵球十傑

阮蔚村

參加世界運動會感言

劉長春

濟一師體育的狀況和展望

馬慶厚

義務裁判員

北平師大

運動界紀事

記者

長篇小說——「野馬」

无隱

體育界人士名錄——「丘紀祥」

仁顯

碎錦

體育界人士名錄——「郭實根」

碎錦

本報第四十一期目錄

廿一年十一月十二日出版

體育界又一污點

記者

短笛

華北運動會之感想

董守義

法國裸體的遺劫

短評

記者

一九三二年田徑紀錄集

評說

阮蔚村

籃球是激烈運動麼？

世界

俞子箴

世界童子軍消息

天津

旭輝

天津雁文體育狀況

LACROSSE

村

法國之體育設施

平

阮蔚村

平書高的體育及軍訓

民衆

宋世濟

民衆運動比賽的方法

運動

俞子箴

運動界紀事

體育

記者

長篇小說——「野馬」

體育

林昭雲

體育界人士名錄——「真慶」

碎錦

體育界人士名錄——「郭實根」

碎錦

本報第四十二期目錄

廿一年十一月十九日出版

給各國真實的認識

張廷助

短笛

體育的目標是甚麼？

水球最新規則

女子籃球新規則

如何組織體委會？

女子體操的原祖

天津新學體育狀況

小學體育行政

運動界紀事

長篇小說——「野馬」

體育界人士名錄——「羅旭和」

體育界人士名錄——「蔡廷庸」

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

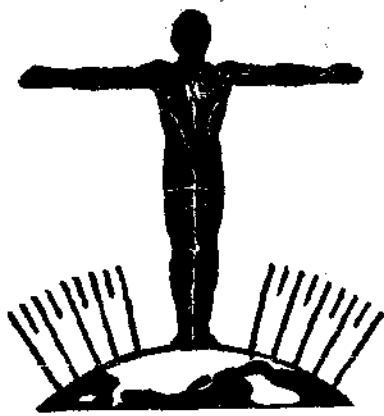
碎錦

碎錦

碎錦

碎錦

「只有一種科目是強迫的，便是體育。在俄國學校，錦標式的個人的競賽並不流行，但對於兒童身體的鍛鍊，却非常重視。每天早晨八點，學生進校時，有二十分鐘的早操；全體學生，必須加入；每天又有三四次的五分鐘徒手操，全體學生必須加入。規定徒手操



，是因為恐怕兒童整日不斷的工作，於身體腦力有妨害，所以每隔二三點鐘，必須作一回徒手操，學生被強迫加入，不像旁的功課，可以由學生自由選擇。」

摘錄胡愈之莫斯科印象記中「一個小學校」



籃球技術轉移點

全國體育協進會於十月中審訂公佈一九三二至三三年男子籃球新規則，本月七日又公佈了女子籃球新規則，其更改的條款已擇要的先後在本報發表了。這兩次新規則公佈，對於今後籃球界技術和興趣的影響，異常的重大。因為男子新規則於增加球術上的速度予以有力的促進；女子新規則則是取消一切不必要的束縛，行動自由的多了。將來籃球技術的進步和興趣的增厚，是不下可知的。所以我們承認這次的新規則，是今後籃球技術進化的轉移點。

足排球的規則，會屢有增刪。不過全是在細微處的更改，對大體的進行沒有劇烈的改革。而看一這這次男女籃球規則的變動，雖然不能說是根本的改革，但於球藝的演進，是日趨完善，而走向藝術之途。

中對籃球新規則根本不注意，雖然比賽會預定採用最新規則，而實際

做起來不得不遷就事實。在過去呢？男子延遲時間比賽，風行一時，但不能見到球藝精彩的表演，興趣方面亦大受打擊，時遭觀眾不滿，然此尚係法內的行動，不過於純正比賽精神上稍有缺陷而已。至於女子方面，更出乎規則以外。最顯著的例子是：天津的女籃球界自從受兩江隊的影響以後，球藝上我們承認是略有進步，但是畸形的發展，竟使天津女籃球界數典忘祖，根本把女子規則忘掉了。所以黑白女隊赴平之議，因為不懂女子規則，不得不做罷。至於各女子隊採用男子規則的用意，除了行動自由一端外，我們不知道還有其他的方便。但是一隊隊的東施效顰，於是我們在天津商兩報的來稿中，雖然是未刊登出來，看到了「黑白隊與月經」

一文。標題雖似輕薄，但是尚不離乎事實。這足證提倡女子採用男子規則的，是根本不明白體育，根本

體育周報

第四十三期節目

籃球技術轉移點

短笛

東西對照之裸體運動 可正

跑雪運動 少壯

速度滑冰規則 本報特輯 戴祖徽譯

本年世界游泳新紀錄 村

體操要義 阮蔚村

濟南冬季球賽之熱鬧 陳嘉震

小學體育行政(續) 俞子箴

運動界紀事

體育界人士名錄——「黃滄」

碎錦

不明白男女規則分訂的原因。在天津女師體育課程標準中有每月例假三日的規定，這對於上述的事實，正是針鋒相對！

最近新規則的頒佈，彌補了上



東西對照之裸體運動

可正

德國的裸運

香港傳來的消息，說最近該埠外人組織了許多日光浴會，內有許多的我國社交明星，狼踴躍的參加；並且在不久將來，還打算旅行上海，作一番提倡的運動。現在他們正在預備攝影和編輯宣傳的文件，這不能不算是國內體育界的一個消息呢。

在最近的幾期本報裏，對於日光浴的真實意義和國外提倡該項運動的遺劫，略有討論和紀述。其中亦提及德國今夏的禁令，可惜語焉不詳，有勞讀者寫信來問的，故再述之：

德國在戰後，對於體育的研究和實習是較比任何國家都來得加緊和有勁。其間日光浴的運動，提倡尤不遺餘力。他們相繼要按着完

述的兩項缺點。我們希望從事籃球運動的人士積極的在規定範圍以內，充分的活動。因為規則的製定和更改不是盲目的是根據生理技術和興趣等各方面實地的研究結果！

整的道德紀律和服從最好運動信條去做的話，這種運動之有益于身體和有利于民族是不言而喻的。但事實的變化，終不易和理想那般的容易和協，於是施行不到幾年，引起一般宗教家，道德家，及守舊派的猛烈攻擊：「傷風敗俗，莫此為甚」。行政當局，覺察這個情形，遂在今夏下了禁令。這個禁令是普魯士聯邦副領柏雷顯鐵(Dr. Bracht Deputy Commissioner for Prussia)簽發的，內容惟限制下列幾種事件：戲院及跳舞場之裸體或半裸體之表現；男女性裸體體育競技；女子輕紗薄綢之肉感遊行；及日光浴。

自從這個禁令發表以後，國內的輿論，顯然的分成兩派：一方是極力擁護的；一方是誓死反對的。在擁護派裏加入的主要份子有舊教

中央派(Catholic Centre Party)，它們老要殲滅日，光，空，等的自然運動。理由是狼明顯的「道德淪亡，人心不古」！此外若該邦有名的日報(Deutsche Zeitung)亦持着擁護的議論，在一次的社評上，它甚至於說「擁着自然浴的美名，德國人民不知在這幾年來幹了好多不要臉的事！星期日柏林郊外所見的醜史，真是難以用筆墨來形容的！」

但許多其他的日報，却持着相反的議論；對於這次的禁令，無不加以冷嘲熱諷。社會黨機關報(Völkische Arbeiterzeitung)就這樣的評說：「政府真是有閒在亂竦一般的國家大事尚未辦理就緒以前，倒有工夫來顧着這一回事。」其他若(Tageblatt)意謂即使柏雷顯鐵用高壓的手段依據了警察的幫忙，把這早先認為不道德的和不要臉的日光浴運動——雖在現今它已被百萬人民認為最自然的運動了——生硬地加以禁止，亦可說是徒勞無功的。

正反的輿論，略如前述。現實的情形，祇少表示這新的法令在那些俱樂部或其他團體中是不發生什麼影響的。因為這些組織裏面，會



短笛

南開學校自廢除選手制以來，校內私人組織的體育會，真的，如雨後春筍。大學部與男中部，是非常的熱烈，關於組織上，和精神上，可以說他「不錯」。提到女中部的體育組織，以聽到的傳言和目睹的事實，處處時時在迫着「笛口」不得不向女中部放幾聲響。：「女中現在有幾隊籃球隊的組織，如果她們虛心的去練，或者可以達到好處，可是現在她們最虛心的，是對於服裝的研究；原則上是不怕花錢，只要摩登，球場上表現了『關小姐的風度』，看起來還不是女子注重體育，簡直是女子體育的悲哀！」

巴黎以電報傳來，關於台維斯杯的消息，大意：「巴黎雕刻匠，刻今年台維斯杯優勝人名，於杯上時，發現杯上並無隙地，協會請杯主再捐一隻」看了這個消息以後，才知道台維斯杯的壽命合精神，是不能息滅的了，同時台維斯的名字，也可在世上永垂不朽。中國人是聰明，他們絕不做這種徒有虛名的傻事。

員仍可享受日光浴權利，而且在幾個大的俱樂部裏，有名的人的參加也不是沒有且還很多的。

香港的裸運

唐延自香港

裸體運動的風氣，由歐洲吹到香港來了。在這新舊交替的社會中，自然有人同情，有人毒視。然而裸體運動的人物，已一幕幕地在荒蕪的郊野中，尋求他們的「新生命」去了，雖則詛咒他們的人們，仍在熱烈的反對着。可是，報紙是社會的鏡子，善惡美醜，都是他應反映出來的，那末，我們的責任，要把這個視為神秘的「裸體會」介紹到社會來。這「神秘的裸體會」的提倡者，是歐洲一個小國勒維爾人，在大戰前他本來是一個俄羅斯人，戰後才脫離俄羅斯的。他大約是三十許，中等的身材，清瘦的小臉，鼻樑上架着眼鏡，在香港中環的馬路上，我們可以常見他的踪跡的。他從前又曾在聖佐治英文中學充當過教師，英文，俄文，法文，都有相當的程度，聽說他又是食素食的人物。

據他說：「香港裸體運動的前途，是十分光明的，故現在已經有

百多個會員了，其中西人佔了四分之一。但西人爲了怕羞的緣故，他們還沒有在九龍落壁鄉參加裸體運動。雖然，他們自己是另外有組織的，我也曾接到報告，他們有私人的裸體集會，如裸體游泳之類。但是華人不同，他們對這種運動是很熱烈的，尤其是中國的青年女子，（究竟不知是屬何等女子？）參加得熱烈。照現在的情形觀察，將來華人分開別一個組織是很有可能性的。這或者將來成爲中國裸體運動之首部。可是，這自然要視中國中央政府的态度如何以爲斷，但現在中國政府還是說這是與道德有關呢，若果華人分開了組織，那末西人是必定減少，然而裸體運動並不須乎很多的會員，他全賴會員之有欣賞的能力，曉得他是新式運動的一種。

西人太自私了，西人女子大多數將來是永不會參加運動的。香港西人女子，實在沒生氣了，見解太錯了，太阻壓社會了，生活太機械了，他們祇有狹隘自私，尋金和跳舞的熱望。

說到該會的進展，林氏說：「他立了一個宏願，想在華人報紙將

裸體運動的圖片登載出來。其中二十四幅，已分寄中國各處華人雜誌，給他們刊載，我料在不久，便有活動畫片了，若果會員不反對的話，又若果香港政府檢查員檢准的話，可以在本港戲院公演」。

問他們現在裸體場地怎樣？他說：「爲了要待政府批准，方能建築的緣故，現在還沒有建築物，也沒有把這場地改變，若果認爲是需要的時候，我們可以上稟請求的。然而現在我們對這場地是十分歡喜的，現在參加裸體運動的人也很多了。」我們聽了這番說話，似乎像煞有介事，然而，我們要問林柏氏，日光浴裸體運動，難道必定男女混集才能顯出「奇能」嗎？不然的話，我們是現時代人，還不能脫離現時代而生存呢！

碎錦

北平清華大學已於上星期內動工建築一人工之冰場，地址居體育館之南，著名之場，曾完成法國及英國冰場者，諒此次之成績必爲最善。美。而其預定之規模較之平市諸冰場均大，日內將竣工。安行開幕典禮後，公開溜冰，並不收費云。

JUST SPEND \$2.00 YOU WILL GET THE BEST
PRESENTS FOR YOUR CHRISTMAS & NEW YEAR.

RAFFLE "C"

200 tickets

5 - PRIZES

\$2.00 each

WHAT ARE THEY? COME AND SEE!

American Music House,
26 Council Road.

花旗音樂公司 (蝶蝶旁)



跑 雪 運 動

歐洲名跑雪專家密樂納琴客女士著 (Milana Jack) 少壯譯

跑雪(Ski)這種運動，祇憑了兩根木杖，一雙冰鞋，是冬令最適宜的運動。好像飛機之能橫斷大陸，或超越深洋，跑雪亦能躍重嶺，探絕險，臨奇境！

十二年以前，當我還是個孩提，歐人常說我犯了(跑雪熱)了。他們的話當時說得很對，那時我嗜它若命：祇要想着越過白雪佈滿了山頂的愉快，和有趣，我就覺得像得着無上安慰一樣的。所以人家的竊笑和揶揄，我是管不了這樣多得了。

世界有名的科學大家納森(Fridtjof Nauss)在歐戰剛完，看了經濟的不景氣現象，人民的顛沛流離苦痛，突然的對全世界青年提出了一種生命的新出路，他名這個叫做(Litae)！在德文即謂(回復自然)。他舉出許多方法，使人可以走到這個新的境地。最重要，而也是最興奮的一個，就是去做跑雪的運動。

自納森喊出了(Litae)！的口號後，接着維也納著名的室外運動的領導拉麥教授(Professor Guido Lammer)創設了(青年可愛)的運動。意大利的名雕刻師恩勃斯(Gustinus Amadori)也歌唱着(奔向高處)的妙曲。最後由醫學界，教會中的領袖一致的擁護：極力提倡恢復戰前青年元氣的各種新運動。

跑雪運動，在精神方面，既得上述各界名人的盡力提倡，就此勃興起來了。任它之能達到絕頂成爲國家的一種主要運動，政府方面的援助，所謂物質的和金錢的建設，亦是很少的。政府的敷設鐵路使城市的居民有機會跑到山頂去，這是很顯着的功績。此外一國的教育當局又聘請國外專家來指導一切；開辦專門學校來動事訓練。這樣青年的生命不是又開了一枝新鮮的鮮花了嗎？

再從經驗上來說：在每周的周末，我總可看見三四成羣的青年，荷了滿囊的飲食，在山峯上舉行野餐(Picnic)晨曠甫上，他們就去了；日落那時候才慢慢的滑下：滿臉充滿了生命之火，生活之愉快安適是難以形容的，身心的康健本是應有的報酬了。

雖不像男子的勇敢和粗犷，女子好動的天性，本來也是天賦的，所以見着男的跑雪之興高采烈，女的也真的(附驥以從)了。恐懼的心理，在先前嘗試的女子，皆是不能避免的。後來，因爲同志的增多，興趣的發覺，遂也普遍化了。

憑教師的資格，我發現了跑雪運動又是青年男女社交和談愛的最美方式。這雖然是意想不到的，但它的結果，真是非常的奇妙。我在

愛爾卑斯(Alps)山脈一帶學校教授跑雪一門功課時，理論的研究是很少的，要緊而且還屬有趣的，是同學生們實際的練習。在這時間裏，我也會發現一二青年男女的浪漫故事。因爲飛越的急速和緊張，男女眉目傳情的趣事，亦因此而增多了。他們和她們最初的所有唯一目的，誰也知道是集中於跑雪，可是不久由跑雪的運動，雙方全高唱着戀歌的。這愛的釀成，較之習俗所能從電影院，跳舞場等處得着的，豈不是益外的興奮新穎和偉大；真的，我們進一步不妨說：歐洲青年男子今日唯美的觀念並非在弱不禁風的柳條細腰。現在女性的最足動人點却在她的健康之美，由體力健全得來的美麗。我們都知道跑雪時代的女性，其健康其婀娜，却不至於外表的美觀，實也有原始時代的健壯之美。

過份的發胖之有礙於美觀，是誰也知道的一件事，補救的方法，雖然甚多但終沒有像跑雪的自然和有力。它可使你變瘦而不難看，機械體操已不易引起人們的興趣，正因它的：一，二，三，四：的呆板。我們需要的是活潑的身材和靈敏的心神。跑雪(即溜冰亦如此)能使你身心愉快，身體輕捷，同肌肉強健。它可使女子文雅，健美而不致粗犷，它能使她的腦筋敏捷，自心和協。許多有名的醫家早已認跑雪爲女子。最適宜的運動了。

x
x
x
x
x
x
x



速度滑冰規則

戴祖德譯自 Racing Rules of the Amateur Skating Union of the U. S. A. 本報特輯

溜冰運動，在我國似仍未能普及，比賽之事，除各地曾有化裝溜冰大會外，尤不多見。化裝溜冰不過比賽中之一，雖其中有包含一二項速度比賽，特物比賽者，但正式在一定冰場舉行如徑賽一般之跑圈比賽者，尙未有過，故今特將美國游藝溜冰聯合會跑圈比賽規則輯譯如下，以供國人參考焉。

速度滑冰規則

- 第一條 每一比賽即將開始前，除大會職員外，其他人等，一概不得入場。
- 第二條 比賽人之中，當有以下諸職員：
 - 一、裁判員一人，並得自由指定助手，與之會商一切。但助手至多不得超過二人。
 - 二、終點檢查員四人以上，其中一人被選為檢查長。
 - 三、計時員三人，其中一人被選為計時長。
 - 四、記錄員一人，必要時得酌請助手。
 - 五、場中書記一人，必要時得酌請助手。
 - 六、發令員一人。
 - 七、巡察員四人以上。
 - 八、大會報告員一人。
 - 九、路程測量員二人。

第三條 凡與競賽員中之任何人有關係者不得充以上之職員。

裁判員

第四條 裁判員對比賽有絕支配之權，解決規則上一切糾紛及過犯，視察冰場情形；並有權宣布大會之舉行及延期；其判決為最後之判決，祇「大會管理部（注）」得撤消之。（注大會當指美國溜冰聯合會）

第五條 競賽中如比賽員有用推搡，或阻碍，或其他方法以影響及其他競賽員或故意遲延起碼及穿有商業化廣告衣飾者，裁判員有權取消其與賽資格。

第六條 裁判員有權喚一賽員出場參加比賽，不容其故意遲避，藉以休息，或營其他目的。如該比賽員不聽時，裁判員得取消其與賽資格。

第七條 裁判員如發覺有人合作冀圖休息或避逆風，並其他足以阻碍其他比賽員之機會者，不論在預賽決賽中。得剝奪其三月內加入比賽之資格。

第八條 裁判員亦得取消一全隊之資格，如其隊中隊員有六端不軌舉動者。

第九條 裁判員取消某一比賽員在全會上或某一比賽項目之參加資格，如該比賽員有中

出不遜騷擾大會秩序等等不道德舉動時。

第十條 除三十八條情形外，裁判員不得允許在預賽中失敗之比賽員加入決賽。

第十一條 裁判員得因比賽員有過失發生而宣布該項目無效，亦得仍將該項比賽完畢。

抗議

第十二條 裁判員當規定一時間接見抗議之雙方並解決之。

第十三條 在一比賽前或比賽之當時對某一比賽員須抗議提出後，仍於四十八小時內寫於書面提出

檢查員

第十四條 每一比賽中，檢查員應先規定各人所記之各項，為第一，第二，第三，或第四，以決定比賽員到達終點之名次，如有懷疑不決，當依多數決定，而其報告即根據為最終紀錄，不能更改之。

計時員

第十五條 每一計時員皆當計每一項目之時間，如有兩表所計與其他一表不同，則依此二表為準，如三表均不相同，則以居中時間為紀錄。發令員所放手槍口之火光為出發之準確時間，如在某一項目中祇有二表計時，而此二表所計時間不同時，當以其時間長者為紀錄。

記錄員

第十六條 記錄員司記錄，每次比賽比賽員至終點時之名次並注明計時員所報告之時間

。凡在得到一週以上之比賽中，記錄員應切記每個比賽員已跑之圈數，並當在每一圈時以紙片或口頭通知其尚應繼續跑下之圈數，亦得當最先一人跑至最後一圈時用槍統或鐘鈴報告之。記錄員當妥為管理其助手並分配其任務，如記錄員未報告最後一圈或在記圈上發生錯誤時，裁判員得令重賽。

場中書記

第十七條 比賽員入場時在場中書記處報到，場中書記紀錄之，並發與比賽員在該一比賽中之號碼，並安排預賽，及點查出發線上之比賽號碼，當比賽時之地位。助手協理書記所指定之以上諸事。

發令員

第十八條 發令員完全管理比賽者之起碼。為是否偷步之唯一評判者，無一得否認或反對之。每一項目之出發皆以槍報告之，在令未發前如有比賽員先偷碼出發者該項起碼作為無效，發令員執罰偷碼者如下：第一次，比賽員移後一碼，二次，兩碼，三次，出場。

第十九條 起碼令發前，祇成「各就位站好」，無其他預令。

第二十條 發令員槍鳴兩下為該項起碼無效之表示。

第二十一條 在出發點上。或跑二百二十碼以下短距離賽，在距出發點十五呎內及其他

比賽之在三十呎內摔倒者，發令員得令其再賽。該次賽亦得任發令會之意作為無效。

巡察員

第二十二條 巡察員當位於場之各角，如發現比賽員有不規則之舉者。當在該賽後，立即具實報告裁判員。

報告員

第二十三條 報告員報告由紀錄員處得來每項比賽之結果亦得以布告牌及其他方法公佈之。

路程測驗員

第二十四條 路程之測量必須由兩測量員測量之，其跑道必須離場之內邊二呎，內邊則須極明顯劃出。

第二十五條 在每個轉角處畫定離跑道二呎內當豎有如旗幟等標識，或其他方法明顯指出為轉角處。

第二十六條 跑道至少須過十五呎寬。

第二十七條 戶外錦標賽之跑圈，最小不能越每哩八圈。

第二十八條 凡錦標賽之跑道，最好採用美國溜冰聯合會所定之六圈八圈標準跑道。

報名

第二十九條 報名者當先交全數報名費除非已先在美國游藝溜冰聯合會中任何會社中註冊未註冊者，不得報名加入任何溜冰比賽項目。註冊溜冰人如其對手仍未註冊亦立即中止比賽。

第三十條 報名者應用真名將年歲及住址填入報名單，並須註明隸屬何會社為社員。

第三十一條 未得參加某一項目比賽之允許者，如私自加入，除能有正當理由，說明並非為競賽者外，當場裁判員得與以處罰或並驅逐之。

第三十二條 每一比賽員蒞場，當立即報告場中書記。

第三十三條 每一比賽員皆當載其與賽項目之號碼，如比賽員所配號碼不清，或所着顏色不符時，當即取消其資格。

第三十四條 比賽員當知注意比賽時間，準時至出發點報到，並不另行通知。

第三十五條 比賽員不得在場中帶有助手。

第三十六條 在離更衣室前，比賽者在書記或其助手處招圖定其在場上固定之位置。

第三十七條

(一) 比賽員指定在最左內圈時，則他人僅能自其右方超過，但如大隊皆已不在極內一圈上，左方留有定地時，比賽員如不致防碍他人沿邊之進行時，亦得自左方超過。

比賽員皆當在外部轉灣，如有故意觸動角旗者，取消其資格。

(二) 比賽時除另有規定外皆當互由各人右方越過，

(三) 自始至終，比賽員皆當保持其固定位置取一直線方向進行，於有轉灣之跑

圈中，在最近一人之前至少六呎，始得溜入內圈。

(四)領先者將及終點時，即當一直向前不能忽左忽右。

時間之商榷

第三十八條 如比賽者被判認為遲誤時，原不得有時間之商榷，但在預賽中如有比賽者被敵人牽絆推撲式其他方法因而遲誤，而其對敵及其他比賽者，反能於其時良善完成，亦可為其失敗之時間加以審量。

終線

第三十九條 終線橫劃場上，並在其上橫張以四尺高之絨線，使檢查員易於判決，戰勝者除手及臂外任何部分觸及終線者做可到達終點。如有人在將及終點摔倒，仍能爬行至終點線而先於他人者，亦為得勝。

距離

第四十條(一)在一哩下之短距離賽中，在八圈場上時，比賽者距其「領先」一人應保持一圓以內之距離，如被超過至一圓以上，裁判員當令其出場，除非在場諸人已全得分。

如領先者已在人一圈前，不論其是否真正超過此人，如此人意在有意阻撓其領先者前進時，亦被喚出場。

(二)一哩以上之比賽中，比賽者無需顧及領先者超越之圈數，不過在最末一哩中，如落後一圈，裁判員亦將令其出

場。

時限

第四十一條 所有錦標溜冰賽之大決賽，其時間：限制當依其預賽或預決賽中之平均時間為準，所有之決賽亦當於所規定之時間內溜畢。

第四十二條 乙丙組之少年中年溜冰者，得加入甲組禮讓比賽。

童年少年中年溜冰者

第四十三條 祇溜冰聯合會之報名書，待適用於童年少年中年三種跑冰比賽。

第四十四條 中年及少年溜冰者如得過前三名時得加入高級錦標賽中，同時即不得并加入少年中年組，但得加入其他任何高級組比賽中。

第四十五條 童年溜冰者如已得前三名，即可加入少年組比賽中，並不得再加入童年組比賽。

第四十六條 童年溜冰者為在比賽會第一日未過其第十四個生日者。

第四十七條 少年溜冰者可在比賽會第一日時已過其第十四個生日而未至其第十六個生日者。

第四十八條 中年溜冰者為在比賽會第一日時已過其第十六個生日而未至其第十八個生日者。

落選比賽 NOVICE RACE

第四十九條 為未在公開比賽上名之比賽員而

設。

SCRATCH RACE

第五十條 所有比賽者同時有一平線上出發，先至終點者勝。

禮讓比賽

第五十一條 溜冰慢者得減短時間或縮短路程。

追逐比賽

第五十二條 二人以上比賽員在相隔同距離之地點出發。每人溜同長路程，最快者，或最先過其自己之終點者勝。

ROYAL PURSUIT RACE

第五十三條 比賽者四人以上在同距離處出發，凡被另一人追及者出場，最終所餘一人得勝。

MISS-AND-OUT RACE

第五十四 比賽者皆在一定出發線出發，每一圈之最末一人被喚出場，至祇餘兩人時，紀錄員報告尚餘兩圈。

HANDICAP MISS-AND-OUT RACE

第五十五條 在一定地點禮讓比賽方法做不預賽，再以五十四方法訂之。

記分比賽

第五十六條 每一圈之領先者得一分，依場之形狀，定四圈式之圈為SPRINT比賽在跑完每一SPRINT，所得分數如下。

第一—五分，第二—四分，第三—三分。

第四一二分，第五一分。
末一圈：優勝者得兩倍。前表之分數。
在一全比賽中得分最多者第一，其次，第二，第三，因給分關係比
賽者皆須跑完全部比賽。

紀錄

第五十七條 有三人以上之計時員，並會正式量定，規定長短之路程，
所造成之紀錄，始被承認。承認之紀錄由比賽會職員予以證狀，書
明地點，日期時間天氣，冰狀，風力及風向。



本年世界游泳新紀錄

馬迪孫女士造成九項

國際游泳聯盟會，最近將本年——一九三二——度之世界。游泳新
紀錄公佈，計男女共二十餘項，美國之馬迪孫女士，一人造成九項之多
，茲錄各項紀錄如次：

▲男子部

五百米自由式 六分一秒二 達利斯(法)
千米自由式 一二分五七秒六 全
百米蛙式 一分一三秒六 加頓尼(法)
二百米蛙式 二分四四秒六 亞陸斯濱司(加)

▲女子部

百碼自由式 六〇秒 馬迪孫(美)
百米自由式 一分六秒二 全
二百二十碼自由式 二分三四秒八 全
四百米自由式 五分三一秒 全
四百四十米自由式 五分三一秒 全

五百米自由式 七分一二秒 全
千碼自由式 一三分三三秒六 全
千米自由式 一四分四四秒八 全
千五百米自由式 二二分一七秒二 全
百米蛙式 一分二六秒二 全
全 一分二六秒二 全
二百碼自由式 二分五〇秒四 全
二百碼自由式 三分八秒四 全
二百米自由式 三分八秒二 全
全 三分八秒四 全
全 三分八秒四 全
四百米自由式 六分三八秒四 全
百米仰泳 一分一八秒六 全
全 一分一八秒六 全

▲世界運動會所造成之新紀錄

男子千米自由式 一二分五四秒七 牧野正藏(日)
男子八百米接力 八分五八秒四 日本隊
女子四百米自由式 五分二八秒五 馬迪孫(美)
女子四百米 五分二八秒六 加特(美)
女子百米仰泳 一分一八秒三 郝爾姆(美)
女子四百米接力 四分三八秒 美國隊

碎	錦
<p>美國哥倫比亞大學之足球隊，因有職業化之嫌， 今春該校校務長勃脫(Or Nicholas Butler)嚴厲取締校 隊之職業化，惟聞該報所取六點如下：(一)學校足 球，始有職業化之表示，(二)足球指導員如何終 予，過於狂熱，(三)球員受津貼，(四)當局獎勵學 不無及格而能在校運動，(五)當局獎勵學多予球員 予，及於球員之發展，(六)當局獎勵學多予球員</p>	

告預版出種二第書叢報本

阮蔚村著

中國田徑賽小史

材料豐富—饒有趣味
歷年成績—搜羅詳確
插圖寶貴—印刷優美
體育珍史—不可不閱

目價約預

分五角兩本每約預

天津體育週報社發行

天津法租界巴黎道青年會

電話：三一〇四三號

要 概 容 內

中國田徑賽的起源——法國顧伯丁致牒李鴻章勸誘參加首屆世界運動會（光緒二十年）清末時中國的田徑運動（第一屆南京全國運動會）宣統二年（第一屆上海全市聯合運動會）（民國元年）保定教會運動會的發祥（第二屆北京全國運動會）（民國二年）榮膺二屆遠東大會田徑錦標（民國四年）六個時代的分析——華南、華北、華東、華西、華中、華南史略——民國五年前之中國田徑紀錄——杜榮棠時代之中國田徑紀錄——近二十年來中國田徑之發展——中國田徑界之興盛——四屆遠東運動會——中國田徑界之衰頹——杭州八全運——劉長春參加世運——北季末葉——直述至第十七屆北及對三十二年來之選手，均有詳細之批評與紀載。

注 意

本閱定接直下剪紙此將
扣九目價閱定照可者報

報周育體

單閱定接直待優

逕啟者，茲寄上銀洋 元 角 分整，自第 期起，定閱

貴報共 期，即希照下列地址寄交本人可也。此致

天津體育周報社

郵票按八折計算

啟 月 日

訂閱本報優待辦法

啟者為優待長期
訂戶起見特訂優
待辦法如下惟至
少須訂閱本報半
年方可享受下述
權利

- (一) 訂閱本報照右列之優待券剪下填寫附欸寄可照定價九折計算
- (二) 訂戶欲購本報出版之各種叢書無論預約期滿與否均照預約價目售給惟須聲明訂單號碼且每一訂戶限購各種叢書各一册
- (三) 訂閱本報者凡本報之各種紀念刊特刊皆不另加價
- (四) 凡本報出版之各種叢書畫刊等價值在兩角以下者一律贈閱

天津體育周報社啟
社址：天津法租界巴道青年會內
體育周報社電話三一〇四三



體操要義

阮蔚村

一、體操之特徵

體操之特徵頗多其利：第一為矯正體型姿勢，使軀幹得有優美之態度；第二性質緩和，可避免疲勞過度之危險；第三可調和周身之肌肉，無偏重之處；第四體操之各種動作姿勢，均參配以衛生心得，可令人易於瞭解；第五多數之運動員，可同時在狹窄之場所練習，無感運動場之困難；第六秩序整然，經熟練之後，可收莫大之效果。體操除上述之各項特長外，惟興趣則較薄，故非對體育理解稍有認識者，決難履行之。但體操運動之所短者，為神經系統之訓練，及敏捷動作之調節，亦不及他種運動之富於興趣耳。

二、德國式體操與瑞典式體操

現在世界上所通用之體操形式，計分為二種，一曰德國式，一曰瑞典式，中尤以德國式體操，特別注重肩臂之發達。

A. 德國式體操

1. 注力於臂肩部分之發達
2. 動作迅速
3. 特別注重器械技術之練習
4. 教授之階段簡單
5. 可養成勇敢與敏捷之性能
6. 韻律之興味濃厚

B. 瑞典式體操

1. 注力於軀幹肌肉之發達
2. 努力伸張背頸諸筋
3. 注重真直之姿勢
4. 動作較德國式為遲緩
5. 藉器械之方法，練習一定之羣筋
6. 教授之形式複雜
7. 興味比較淡薄

使用器械之體操，大體分為啞鈴單槓，木馬等數種。他如跳高，跳遠，及下跳，在世界上亦頗為流行。德國式之體操，頗能養成果敢機敏之性質。

瑞典式之體操，特別注力於內臟機關之發達，不似德國式體操之着眼在肌肉方面。瑞典式體操，乃以發達內臟兼行促進肌肉為目的，較之德國式體操，頗為合理。我國所採用者，多半為瑞典式，德國式者，僅占極少部分。

三、體操之長處與短處

體操運動與競技運動相較，可知體操為修練身體之方法，以強健軀幹為唯一目的。競技運動因受形式上之限制，故其對體格之發育，乃屬於局部的。體操則不受外部之傳來，故其對體格之教育，乃屬於普遍的。譬如競技之賽跑，僅能使下體發達，上體則無功效；練習投

擲，則僅能發達上體，而下體則復不能發達矣。然體操可使身體各部平均發達，為一種「一般的調濟訓練」，即體操包括形形色色之運動，可增進一般的器用。體操經熟練之後，可使各關節變為柔軟性。吾人之日常生活，對於各關節，殆不能極運用，故須賴體操以糾補。體操較他種運動有種種之長處，且於指導上較為便利。

關於體操之缺點；第一體操之動作係拘束的，缺乏自由活動，難以養成十分之機敏性。例如作籃球等運動時，各競技員可以自由選擇活動之方法，惟體操則絕對不可能。體操之最大缺點，為無濃厚之趣味，既無趣味，則難能引人入勝矣。茲將體操之長處與短處分析如下：

A. 長處

1. 動作不受外方之縛束
2. 效果為普遍性
3. 矯正的價值頗大
4. 為「一般的調濟力」之訓練
5. 化身體為柔軟性
6. 可利用餘暇與減節時間
7. 指導便利

B. 短處

1. 動作須依規則，缺乏自發的活動
2. 難以發展機敏性
3. 缺乏趣味

四、體操實施之順序

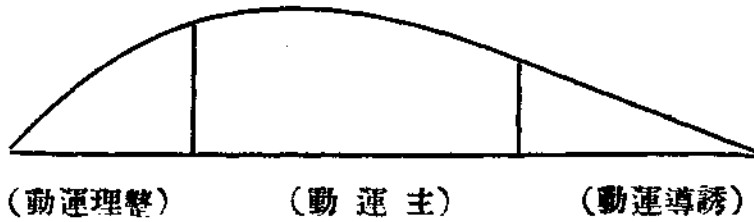
體操實施之順序，正規體操普通可分為三大原則。第一以體操使身體各部得圓滿之發達為目的者，於實施中，須選擇對身體各部之運動材料。第二難將其所選擇之運動材料，妥善為之配置，均派其能率。第三項無需特別說明，想讀者均可易於了解。第二項之理由，乃係為無論作何種運動，於毫無準備之初，不得突然起而作劇烈之努力，依今日之科學理論，運動必須由緩徐而向前推行，其應進行之順序如左列之曲線表相同。(見圖)

最初者稱為誘導運動，中間者稱為主運動，末後者稱為整理運動。

誘導運動，亦稱準備運動，因係主運動前之準備也。主運動以後，須運用整理運動，俾可使身體漸趨於沈靜。

(甲) 正規體操之順序

- A. (誘導運動)
1. 運動秩序
 2. 腳運動(輕度)
 3. 頸運動
 4. 體運動(一二次)
 5. 臂運動
 6. 腳運動(強度)
- B. (主運動)
1. 胸運動
 2. 舉上運動(第一次)



3. 平均運動
4. 側體運動
5. 腹運動
6. 背運動
7. 行與跑
8. 舉上運動(第二次)
9. 跳躍運動
10. 遊技及敏捷運動
- C. (整理運動)
1. 腳運動
 2. 體運動(一二次)
 3. 呼吸運動
- (備考) 體運動係側體，背，腹運動之總稱。
- (乙) 補助體操之順序(即係以他種運動為主，在行正式運動以前之體操)。
- A. (誘導運動)
1. 秩序運動
 2. 腳運動
 3. 臂運動
- B. (主運動)
1. 胸運動
 2. 側體運動
 3. 腹運動
 4. 背運動
 5. 跳躍運動(基本)
 6. 舉上運動
 7. 行與跑
 8. 遊技

9. 跳躍運動
- C. (整理運動)
1. 腳運動
 2. 呼吸運動
- (備考)(一)如屬遊技性質，須將第九項除去。(二)如屬於賽跑，須將節目中之跳躍改為「跑」。
- (丁) 兒童體操之順序
- A. (誘導運動)
1. 秩序運動
 2. 腳運動
 3. 臂運動
 4. 體運動
- B. (主運動)
1. 舉上運動
 2. 平均運動
 3. 體運動
 4. 行
 5. 跑
 6. 跳躍運動
 7. 遊技
- C. (整理運動)
1. 腳運動
 2. 呼吸運動
- (備考)(一)本案適用於八歲至十歲之兒童。(二)第七項至少須佔體操全時間二分之一。

(完)



濟南冬季球賽之熱鬧

陳嘉震

山東省立民衆體育場，從去年冬天辦了一個第一次冬季球類比賽大會，成績是非常的好，今年所以又繼續幹第二次了。參加的是很多很多；十九日是開始的第一天，第三場是鄉師對齊中，表演無精彩，第二場是正誼對一職，一職高挑免戰牌，首場是育英對一中，到打得噤哈，一中殺法老到，十二號拋籃有點成竹，育英五號也不劣，趕來趕去頗賣力氣，足球方面齊中對特務，混戰一場，齊中勝了一分，真難得。

第二天記者安步當車，行至體育場，適巧一點半，有兩場男子高級籃球大戰，一師對首強，雙方旗鼓相當，這一場龍爭虎鬥，到非常好看；一師是山東的冠軍隊，首強是武裝同志們，衝鋒交戰你來我往，真好像活龍搶珠。因觀衆太多，記者不堪擁擠，又加女籃球也快開場，有我的職務，於是不得不犧牲了。

女子籃球表演員女師對女中，

老規則銀笛一聲報告三分鐘。雙方升火待發，過一回即互相接觸了；女師方面真不差，像徐淑昕那樣投球萬無一失，不到五分鐘，馬上立了十四分的大功，侯月貞也可對付，個子雖小非常靈便，接派比男子玲瓏；女中方面也較去年進步得多，五號八號也是可造之材。女師真強上半局以二十八比一，殺得女中心驚胆破，棄甲大敗，休息十分鐘，重振旗鼓，易陣再戰，女中力謀反攻，五號八號最賣力氣，一致對敵，誓雪二八之辱，正在千鈞一髮之際。徐女士被罰出場。女中軍氣大振。惜軍力殊差。不能漸步佳境，況球也不走運。結果是四十八比十一女師終歸大勝，金烏收兵，再場是齊中對鄉師，也可以把她叫做城裏姑娘對鄉下大姐，這一場可沒有什麼精彩可述，恕我不描寫了！

籃球場上無戰事，記者不得不改變方針到足球場上去，九經對精誠，踢得不差，很好；都有經驗，九經的犯規，也是一個特長，一共

舉國熱烈歡迎，標準體育器械，

早經行銷全國，遠及英美南洋，

倘蒙諸君採購，保管滿意贊同，

公開萬國足球賽，相繼，諸位足球專家，

如須合法，價廉，足球，足球靴，毛衣，

絨衣，籃球，籃球靴，運動服裝，請致電

話總局 2205 當立送不悞，

各處滑冰場現已籌備就緒，諸位溜冰專家，

爲須堅固，美觀，價廉，國產冰刀，冰鞋

，毛絨手套，請致電話總局

2205 當立送不悞，

電話總局 2205 號，是

天津春合體育用品製造廠啟

南開中學大街

連罰五個十二碼，進去了三個，守門的不壞，賽過周言賢，天晚了賽完了。結果都錄在表上。

還有青年會的室內比賽，記者因爲沒有孫家者行的本領，不能分身，所以把這個沒描寫，祇有結果，結果是三十三比二十四。

山東省立民衆體育場冬季球類比賽會第一週比賽一覽表
記分員 記時員

女子部籃球

女中—女師 二十日 四十八—十一女師勝
齊中—鄉師 二十日 十八比十三齊中勝

男高級籃球

甲組 醫專—高中 二十日 五十二比二十六高中勝
乙組 保聯—齊大 二十日 二十一比十二保聯勝
建中—博愛 二十日 十四—十七博愛勝
甲組 經武—砲團 二十日 六十六比十五砲團勝
乙組 飛雁—精誠 二十日 四十比十八精誠勝
一師—首強 二十日 二六—二三一師勝

男初級籃球

鄉師—齊中 十九日 三十一—九一職業權
正誼—一職 十九日 三十一比十五(一中勝)
一中—育英 十九日 三十三比十七縣勝
一師—縣師 二十日

男高級足球

齊大—飛鴻 二十日 飛鴻棄權
經武—精誠 二十日 四比〇(精勝)
一師—保大 二十日 一一—一平
齊中—特務 十九日 二—一(齊勝)
男初級足球 二十日 十二比〇東魯勝

河 北 保定布雲工廠

體育用品在中國爲本廠首創所出各種運動器械質堅合法早爲中西體育界所共認如標槍鐵餅鐵球球拍排球以及各種球類荷承曆屆華北運動會採用即按標槍一項而言以尺寸過長乃蒙交通部特許郵寄種種優點未便自矜觀以上數端可證所言非謬

通函購貨不勝歡迎

本廠 營業部保定西大街十八號
製造廠 南馬道四號
茂耀胡同廿四五六號

本報招聘各地通信員

啓者：本報近爲調查各地體育狀況起見，擬招聘各地通信員各一人，負責調查，以昭翔實。願應聘者，請惠稿三篇，敘述當地體育特殊情況。合則函約。原稿若非附足郵票，恕不退還。

天津體育周報社啓

社址：天津法租界青年會體育周報社

國聞周報

第九卷第四十四期初版要目

插圖 林主席游閩數幅

自殺？自決！

目下日俄關係論

中國與法治

年詩關於竹書紀書春秋左傳的幾樁公案

漁村的少艾

馬季康

陳菱君譯

梅汝璈

陳振先

子威譯

●天津國聞周報社●

一九三五號掛報電 路號十三界租法

提倡體育普及，必須製造價值低廉的運動用品。現備大批廉價足籃球，網球，拍子，毛衣，背心，足籃球鞋等貨，凡不怕便宜者，務請駕臨一看，當可滿意而歸！

足球二至六號 自一元二角至三元五角

籃球 自三元五角至六元

網球拍子 自一元至三元

天津東馬路 利生工廠營業部謹啟

電話二〇二四二



小學

體育行政

俞子箴 (續)

(十七) 巨人步一具。
(十八) 皮帶呎鐵釘各一個。
(十九) 馬錶一個。

其所應用的器具。

註：前面用具的製造法，可照首都中區實驗小學出版的首都教育叢刊第三種小學最低限度體育設備法。

第八節 課外活動組

織法

(一) 早操——早操與正課一樣的並重，因為是矯正學生姿勢的，在每晨八時以前，齊集操場，由各級任領頭做動作，體育教師指導練習。教材選擇，按氣候寒暖，隨時更換，動作以模仿為主。但是分組的方法，是把年齡做標準，不以班級為單位。譬如：一個學校的學生最大的年齡是十四歲，最小的是七歲，就把七歲的學生分做一組，八歲的學生分做一組，九歲的學生分做一組，十歲的學生分做一組，十一歲的學生分做一組，十二歲的學生分做

一組，十三歲的學生分做一組，十四歲的學生分做一組，這樣可以得法如左：

體育指導

七歲排列處	級任教師
八歲排列處	級任教師
九歲排列處	級任教師
十歲排列處	級任教師
十一歲排列處	級任教師
十二歲排列處	級任教師
十三歲排列處	級任教師
十四歲排列處	級任教師

查法中。但是在暇餘的時候比賽，以求運動成績的進步，作為與他校比賽的準備。至於低年部各級的學生另在一場自由活動，他的種類如：踢毽子，跳繩子，造房子，拍皮球，以及其他器械運動。

(二) 課外運動——由高中年部各級的學生自行組織各種球隊與田徑賽隊，選舉隊長一人，負責管理的責任，由各級體育會向體育部報到，然後由體育部指定地址於每日下午四時至六時的中間練習。在沒有開始以前，先由隊長點地，倘若隊員因事請假，必須得到部長的允許，否則就作缺席論。等到學期終了，還要按着他到次數給分，詳在考本章他比賽的項目，是各種球類，每星期只少比賽兩次，由學校備有獎品，藉資鼓勵。

(四) 團體運動會——每學期只少舉行一次也是拿班級做比賽的單位，每級全體出席比賽，或規定百分之七十以上也可以，所得的成績，拿各級人數去平均；比較學級的優勝。運動項目，詳在本書第三章第一節直進比賽法中。

(二) 課外運動——由高中年部各級的學生自行組織各種球隊與田徑賽隊，選舉隊長一人，負責管理的責任，由各級體育會向體育部報到，然後由體育部指定地址於每日下午四時至六時的中間練習。在沒有開始以前，先由隊長點地，倘若隊員因事請假，必須得到部長的允許，否則就作缺席論。等到學期終了，還要按着他到次數給分，詳在考本章他比賽的項目，是各種球類，每星期只少比賽兩次，由學校備有獎品，藉資鼓勵。

第九節 代表隊指導的法

選手運動是課外運動中成績優良的學生而組織成代表隊，是代表本校與別的學校比賽的，相切磋商，以增進學生運動的興趣。

- 一代表隊組織和規則
- 1. 每隊選舉正副隊長各一人幹事一人由隊員選舉。
- 2. 每隊隊員均需服從隊長的指導，如果隊長有品行不端，學業成績不良的時候，可以隨時取消，另選較優的學生充任。
- 3. 代表隊員除服從隊長指導而外，還要遵守代表隊的信條。

也不騎。

4. 代表隊的運動員，不要求學校例外的優待。

5. 代表隊的運動員，愛惜公共的服裝，按時交回學校的。

6. 代表隊的運動員，遇着比賽是不乘車子的。

第十節姿勢訓練的秩序

姿勢訓練就是作各種運動姿勢的準備，和矯正缺陷，即是從前的體操。他的秩序，除了準備運動以外，必須根據左列的秩序。（早操同）

- 1 上肢動作
- 2 下肢動作
- 3 四肢動作
- 4 挺胸動作
- 5 轉體動作
- 6 彎體動作
- 7 平均動作
- 8 快速動作
- 9 舒緩動作
- 10 呼吸動作

上面的秩序高年部都可以通用，若用在中年部那末就將四肢除吊，拿轉體和彎體的動作合併作軀幹動作。致於輕器械的操練，如啞鈴，短棒等，除了必要時矯正姿勢外

其餘的同棍棒，花圈，曲竿等類，可以一概不用，因為只徒耗金錢，而對於運動上的功效很少，不過取其美觀而已。

第十節檢查法

一目的

(一) 看他們的體格成績，就知道他們的體格發育之遲早，以及體格之強弱。

(二) 照記錄下來的成績，我們可以考查各級所用體育教材，是否適用。

(三) 用歷年兒童的體格成績，做一種統計表，可以知道一校兒童的體育狀況。

(四) 還可以從他們體格之強弱，推測到他們智力的高下；因為有強健的身才能有高強的智力。

二檢查的步驟

第一步——檢查姿勢是否正確？不正確身體就不會健康，想使身體健康，首先必須矯正姿勢。

第二步——檢查身體各部是否能平均發育？如未平均發育，就身體仍不得健全，必須使其平均發育。

第三步——檢查各部器管有無缺點？

如有缺點，則兒童智能上必受極大的障礙，故應檢出缺點，以便設法補救。

第四步——檢查兒童體格，看他究竟可以練習那一類的運動？

這種辦法，最合乎體育原理譬如甲乙兩個兒童，甲體重而舉動呆板，乙體輕而肺量發達；甲乙兩個人的運動分配，即應使甲練習擲重一類的運動，使乙練習跑跳一類的運動，練習後不但身體可以健康，而且成績更容易進步。

第五步——檢查兒童是否有求成績進步的能力？如兒童體格健全，可以叫他努力求進步；若體格尚未健全，那末就叫他練習簡易體操，迨強健後，方可以再謀進步。

第六步——檢查體格可否與別人比賽？假使成績能與別人比賽，但體格不及別人即行停止出席，須知道比賽劇烈運動的時候，比較練習劇烈運動的時候還要劇烈幾倍，若無健全體格，不但失敗，並且有傷身體。

三檢查的順序

一個學校裏的兒童，若全要體育教師一人去檢查他們的體格，一定是來不及的，所以應當依照左列秩序，每部請學校同事分任辦理，並預先通知兒童到檢查處領取檢查體格表把姓名，籍貫，性別，年齡，級別填好，再叫他將某種檢查到某先生處受檢查，他的順序如左：

- (1) 身長
 - (2) 體重
 - (3) 肩闊
 - (4) 胸圍
 - (5) 肺量
 - (6) 臂圍
 - (7) 臂圍(肌縮)
 - (8) 肘圍
 - (9) 腰圍
 - (10) 腹圍
 - (11) 腿圍
 - (12) 排圍
 - (13) 視力
 - (14) 牙齒
 - (15) 脊柱
 - (16) 體格
 - (17) 加入運動項目
 - (18) 實足年齡
 - (19) 檢查日期
 - (20) 檢查者
 - (21) 備考
- 四檢查的器具
- 體格檢查時，所需要的用具如左：
- (一) 磅秤一具。
 - (二) 皮帶尺三條。(要公尺和英尺的)
 - (三) 肺量器一具。
 - (四) 視力表一幅。
 - (五) 曲尺。(又名直角尺)

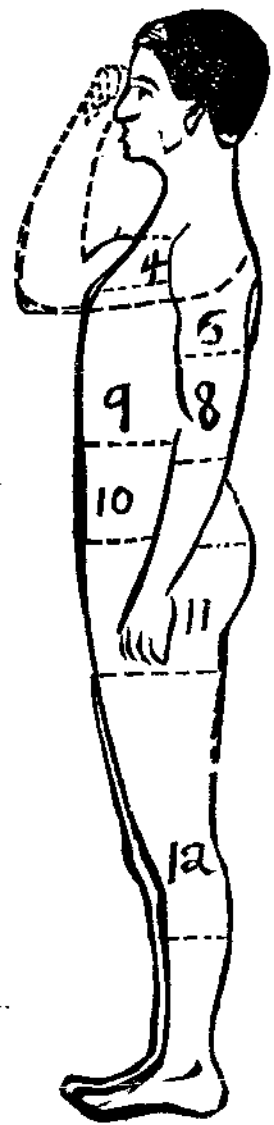
體 格 檢 查 表

校 名			號 數											
姓 名		籍 貫			性 別			年 級						
入 校 時 期		年 月		日		(由 學校轉來的)								
檢 查 項 目	年 級 學 期	一 年 級		二 年 級		三 年 級		四 年 級		五 年 級		六 年 級		
		上	下	上	下	上	下	上	下	上	下	上	下	
1	身 長													
2	體 重													
3	肩 闊													
4	平時 吸 呼 吸 呼 度													
5	肺 量													
6	臂 圍	左	右											
7	臂圍(肌縮)	左	右											
8	肘 圍	左	右											
9	腰 圍													
10	腹 圍													
11	腿 圍	左	右											
12	排 圍	左	右											
13	牙 齒	下 顎	上 顎	齒 數	齒 數									
14	視 力	左	右											
15	脊 柱													
16	體 格													
17	加入運動項目													
18	實 足 年 齡													
19	檢 查 日 期													
20														
21	檢 查 者													
22	備 考													

(六)活尺。
(七)立尺。

(八)體格檢查表。
以上七種器械，應當非常正確，否則，檢得成績必不可靠，但因篇幅所限，未將圖樣繪出，可參看上海奮勤書局出版的人體測量五檢查的表格和部位圖。

檢 查 部 位 圖



六 檢 查 的 方 法

- (一)身長：就是體長，叫兒童脫去鞋襪，在直立立尺底板上，兩踵靠攏，頭部放正，雙臂下垂。頭頂須平，用曲尺置於頭頂上，曲尺其他一端須與立尺相並，由立尺的旁邊，觀察度量的高低。若果沒有立尺同曲尺，也可以用皮帶尺同圖釘按在牆壁上，以大三角板代替曲尺也是一樣。
- (二)體重：叫兒童將全身衣服，鞋帽一齊脫去，立在磅秤正心，由教師計量體重數。若沒有磅秤，也可以用十六兩秤稱，以後再用兩數折成磅數。
- (三)肩闊：叫兒童兩手下垂，不要挺胸，（若挺胸，兩肩就向後傾，）照平時站立的姿勢，用活尺置於兩肩之旁，（活尺不能夾得太緊，須能上下自由，尺之兩端微觸肩的兩旁，）
- (四)胸圍：叫兒童脫下衣服雙手垂在腿側，第一次檢查他的平時吸氣後的胸圍多大，第二次檢查他的呼氣後的胸圍多大，第三次檢查他的呼氣後的胸圍多大。
- (1)什麼叫做平時？乃指平時的自然狀態而言，不要特別注意不自然的呼吸。
- (2)什麼叫做吸氣？吸氣和平時不同，應當注意特別吸氣—深吸。
- (3)什麼叫做呼氣？呼氣和吸氣完全相反應當注意特別呼氣—深呼。
- 檢查過後，還要把所得的吸氣胸圍的呎吋，和呼氣的胸圍的呎吋，比較一下，究竟相差多少？多的肺量就大，少的肺量就小，但是檢查胸圍的時候，應當把皮帶尺須置在二乳頭的水平線上繞周圍而測定之。（注意：挺胸並非肺部擴張。）
- (五)肺量：叫兒童先深吸一口氣，然後再叫他吧嘴接在肺量器的吹管上，竭力吹氣（深呼）就可以知道他的肺量多少。
- (六)臂圍：叫兒童將臂伸直，用皮帶尺擇臂最大的地方圍量。（先左後右）。
- (七)臂圍：叫兒童用力屈臂，將臂部肌肉收縮，用皮帶尺擇其最大的地方圍量。（先左後右）。
- (八)肘圍：叫兒童將臂伸直，用皮帶尺在肘部圍量。（先左後右）
- (九)腰圍：叫兒童立在椅上，或較高的地方，取平時站立的姿勢，用皮帶尺在腰部圍量。
- (十)腹圍：姿勢和地位同上，用皮帶尺在腹部圍量。
- (十一)腿圍：姿勢，和地位同上，用皮帶尺擇腿部最大的地方圍量，（先左後右）
- (十二)排圍：姿勢和地位同上，用皮帶尺擇排部最大的地方圍量，（先左後右）
- (十三)視力：叫兒童站在離視力表六米突的地方：左右兩眼交互關閉，從大號符號，順次看至二十號小符號，若都能看見，就算正視，但是在右兩眼視力往往不同，有左眼正視，右眼近視的，所以非分二次檢查不可。
- (十四)牙齒：叫兒童將嘴張開，檢查上下齒間，有無蛀牙。
- (十五)脊柱：叫兒童脫去衣服，挺胸正立，先由側面診察脊柱究竟彎在前面，還是彎在後面，再由後面診察脊柱究竟彎在左邊，還是彎在右邊，倘若看不出彎曲，可以再用手撫摸一下，如再沒有彎曲方算是正確。
- (十六)體格：這一項檢查，最好請校醫擔任，因為診斷體格的強弱，和醫學很有關係，若我們體育教師擔任，難保沒有差誤的地方，現在且將診斷體格的強弱中三種標準：解說如左：
- (1)凡是骨格強，胸膛闊，並且全身肌肉發達，皮膚脂

肪充實的，就叫做「強健體格」。

(2) 凡是體格狹胸腔窄，筋肉脂肪都不能充實的，就叫做「薄弱體格」。

(3) 合乎強弱之間的，就叫做「中等體格」。

強健體格的抵抗力很大的，稍受外感不會生病，薄弱體格的抵抗力很小的，稍受外感就要生病，中等體格的抵抗力是可大可小的，若多練習運動，則必加強，以上幾種診斷標準，只是表面的，倘有暗病，非請醫生診斷不可。

(十七) 加入運動項目：將兒童所選擇加入運動項目——如田徑，球類等，紀錄在體檢表上，以備考查。因為有時兒童對於某項運動的興趣非常濃厚，但於體格上不克勝任或者兒童對於該項運動雖經日久的練習，而毫無進步，教師可以代兒童選擇較為適宜的運動，然而須先由兒童選擇。

(十八) 實足年齡：這一項同智力測驗時，所計的兒童實足年齡法一樣，今將其計算法如後：
(1) 將兒童陰歷年齡減去一歲

即得應有的年齡。

(2) 從測量那天的陰歷月日減去兒童陰歷生日。

(3) 減後所得的數目是正的。即是加於應有年齡上，如是負的，那從應有年齡中減去此數。

(十九) 檢查日期：兒童在何日檢查體格，填在表上。

(二十) 凡有眼病，耳病，貧血，腺病，營養不足，腳氣，肺結核

神經衰弱等，並曾否稱過午症，都可以記入這一格內。

(廿一) 檢查者：就是體格檢查的體育教師簽名蓋章。

(廿二) 倘有特殊情形，可填入「備考」格內。

(一) 特設體格檢查室，或附設在衛生教室。

(二) 冬季檢查體格的時候，要裝火爐，以免受凍。

(三) 檢查時，最好預備特定的制服，先將重量秤定，以便照除，可多備一兩套，給受檢查者換着。

(四) 測驗胸圍時如果高舉兩手，則胸圍呎吋增大，結果不會正確。

(五) 檢查脊柱的時候應當注意深曲或淺曲——脊柱的深曲很容易看得出來，淺曲是不容易看出的，現在把兩種簡單的方法，寫

體育出席考核表

學年	學期	授課時分	姓名		數目		缺課或到班	
			姓名	數目	缺課次數	到班次數		
一	上				缺課次數	到班次數		
	下				缺課次數	到班次數		
二	上				缺課次數	到班次數		
	下				缺課次數	到班次數		
三	上				缺課次數	到班次數		
	下				缺課次數	到班次數		
四	上				缺課次數	到班次數		
	下				缺課次數	到班次數		
五	上				缺課次數	到班次數		
	下				缺課次數	到班次數		
六	上				缺課次數	到班次數		
	下				缺課次數	到班次數		
各生缺課總次數								
各生到班總次數								
各生到班總分數								
本學期授課總時數								

小學女生運動類考查標準表

季	比	及格分數	組別				項目	類別
			丙	丁	乙	甲		
分二加	$\frac{1}{10}$ 快每	60	75''				米 十 三	跑
分二加	$\frac{1}{10}$ 快每	60	12'' $\frac{5}{10}$	12''	11'' $\frac{5}{10}$	11''	米 十 五	
分二加	$\frac{1}{10}$ 快每	60	16''	15''			米 五 七	
分一加	$\frac{1}{10}$ 快每	60		22''	21''	20''	米 百	
分一加	$\frac{1}{10}$ 快每	60			47''	46''	米 百 二	
分一加吋一遠每		60	4.2呎	4.4呎	4.6呎	4.8呎	遠 跳 定 立	跳
分一加吋一遠每		60	7呎	4.4呎	7.8呎	8呎	遠 跳 行 急	
分一加吋二遠每		60			18呎	8.9呎	遠 跳 級 三	
分二加吋一高每		60	2.2呎	2.4呎	2.6呎	2.8呎	高 跳 行 急	
分一加吋一遠每		60				15呎	球 鉛 磅 六 推	擲
分一加吋一遠每		60			17.6呎		球 鉛 磅 四 推	
分一加吋一遠每		60		17.6呎			球 鉛 磅 三 推	
分一加吋四遠每		60		30呎	40呎	50呎	遠 比 球 棒	
分一加吋一遠每		60			28呎	32呎	遠 比 球 籃 手 單	
分一加吋一遠每		60	17呎	20呎			遠 比 賽 籃 手 雙	
分一加吋四遠每		60	40呎				遠 比 球 網	

1. 全前表。
2. 全前表。
3. 乙甲組十八米低欄實在驗中故未列入。

備註

是以百分制，以六十分為及格，所以作者本看這個原則，編輯後面的考查法，已經試用過好幾年，結果尚能圓滿。

一考查的項目。
成績考查是促進體育的普及，

和增進兒童對於運動上的趣味，所以成績考查是很重要的，他的考查項目，分為「正課」「早操」「課外運動」「運動成績」「運動品性」等五種，以便給與正確的分數，比較那一種一任肉眼觀察判斷，沒有標準

的給分為妥。
二考查分數的支配
1. 正課佔體育總分數，百分之二十五。
2. 早操及課外運動佔體育總分數，百分之二十五。

3. 運動成績，佔體育總分數，百分之二十五。
4. 運動品性，佔體育總分數，百分之二十五。

三考查的分組

在運動比賽的時候，必須要按着兒童體重分為若干組，以求他的體力平均，而不致於偏弊。但是在成績考查當中，也必須要分組的，今將以體重分組的標準，（男女同）分述如左：

- (1) 九十磅以上的分為甲組。
- (2) 八十磅與九十磅之間的分為乙組。
- (3) 七十磅與八十磅之間的分為丙組。
- (4) 七十以下的分為丁組。

註：倘若拿學級，年齡，體重，身長為分組的標準可參看金兆均先生著的體育行政故從略。

四考查的方法

考查的方法，是以本規定的項目為原則，茲將考查的方法，詳述如左：

A 正課——規定六十分作及格標準，每一個學生出席一次，在六十分以外加一分，缺席

B 早操——每日上早操以前(集合時)

由各級任或各級體育會的主席點名。如出席一次，就給一分，缺席一次扣兩分，病假或遲到早退，就扣一分，到學期終了的時候，不缺課的學生亦可以得一百分。「課外運動」計分的方法，同早操一樣，不過由隊長點名，到學期終了的時候，拿這兩項的分數。總將起來以後，再拿二除。但是「早操」計分的方法與「正課」不同，因為「早操」是每天須有的事情，而出席的學生每天可以得一分的希。望

表準標查考類動運生男學小

率 比	及格分數	組 別				項 目	類 別
		丁	丙	乙	甲		
分二加 $\frac{1}{10}$ 快每	60	10 $\frac{5}{10}$	10"	9 $\frac{5}{10}$ "	8"	米 十 五	跑
分二加 $\frac{1}{10}$ 快每	60	20"	19"	18"	17"	米 百	
分一加 $\frac{1}{10}$ 快每	60		36"	35"	34"	米 百 二	
分一加 $\frac{1}{10}$ 快每	60			1,7"	1'16	米 百 四	
分一加 $\frac{1}{10}$ 快每	60				3'16	米 百 八	
分三加 $\frac{1}{10}$ 快每	60				23"	欄 低 米 十 百	
分一加吋一遠每	60	5呎	5.3呎	5.6呎	5.9呎	遠 跳 定 立	跳
分一加吋一遠每	60	9.8呎	10.8呎	10.8呎	12.8呎	遠 跳 行 急	
分一加吋三遠每	60			23呎	24呎	遠 跳 級 三	
分二加吋一高每	60	3呎	3.2呎	3.4呎	3.6呎	高 跳	
分一加吋二遠每	60				18呎	球 鉛 磅 八 推	擲
分一加吋二遠每	60			18呎		球 鉛 磅 六 推	
分一加吋二遠每	60		20呎			球 鉛 磅 四 推	
分一加吋二遠每	60	20呎				球 鉛 磅 三 推	
分一加吋六遠每	60	46呎	52呎	60呎	70呎	遠 比 球 棒	
分一加吋二遠每	60		49呎			遠 比 球 籃 手 單	
分一加吋一遠每	60	20呎				遠 比 球 籃 手 雙	

。查考項一選任各中額三擲跳跑在須人每1。
。分百給多至2。
。入列未故中驗實在均槍標擲餅鐵擲高跳竿撐組乙甲3。

註 備

至於「正課」有六十分及格標準的規定，原來是為着每星期只有三兩小時，分數不致超過百分以外，若每天有體育課的學校，他的計分法。當然與「早操

一樣。參閱早操出席考查表如左：
C 運動成績——這一項是根據後面「運動類考查標準表」去考查學生成績的優劣；考查的時候，還要依着各種運

動規則的辦法，如有違規，即行取消考試的資格。他的計分法按照後面裏的「比率」給分，並將兒童選擇三項考查運動的結果統計一下，再將所得的分數

三除之，這就是運動成績項分數。參閱標準運動表：

註：照標準運動表，如有學生運動成績不及格的，也可以給他分數。譬如跑一額中有一個某學生，是男生甲組的，跑五十米是十秒，照標準是不及格的，那末將他的分數扣除十分，是五十分，因為中間缺少了，十個十分之一秒，每快十分之一秒加二分，而每退步的每個十分之一秒，扣除一分，其餘以此類推，若果在跳擲額中有每遠二吋加一分的，退步二吋就扣除半分。

D 運動品性——往往有多數的運動員，他的品性太壞，舉手就是打，開口就是罵，以致于弄成社會一般的人視學體育的，或體育教師是個「武夫」，一個錢不值的。如此的情形，體育前途未可樂觀。所以我們當小學體育教師的應該訓練兒童遵守運動道德，使他們不致踏到以前的覆轍，但是訓練兒童運動的品性有左列十點：

體育報告單第 號

姓名	性別	級別	組別	實足年齡		
身長	體重					
標準	米	速度分數	秒分吋分	正課	本學期授課總時數	時
	跳	度分數	呎吋分		出席次數	得分
	擲	遠度分數	呎吋分		缺席次數	扣分
運動	總分			早操及課外運動	占體育分數百分之二十五	
	平均				本學期早操總時數	時
	占體育分數百分之二十五		出席次數		得分	缺席次數
運動品性	他的特優：1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.				占體育分數百分之二十五	
	應得的分數		分			
體育分數	總分					
	平均					
體育分數有無缺陷						
備註						

1. 誠實不欺。
2. 服從命令。
3. 熱心運動。
4. 忠於服務。
5. 富有公德。
6. 謙讓有節。
7. 禮貌不忽。
8. 勇謀兼備。
9. 服裝整潔。
10. 遵守秩序。

右列十項，由教師在平時視察

有三項特優的學生，就給八十分，六項以上特優的學生，就給百分，記在表上。參閱運動品性表：

五考查成績統計

拿表中的 A B C D 四種體育分

在報告單上，報告他的家長。參閱

運動品性自評記錄表

月 份 每 月 等 列 名 目	學 年													
	上							下						
	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7		
誠實不欺														
服從命令														
熱心運動														
忠於服務														
富有公德														
謙讓有節														
禮貌不忽														
勇謀兼備														
服裝整潔														
遵守秩序														
總平均等列														

(註)一月內確實遵守者，在空格內填寫一「A」字，次寫一「B」字，又次寫一「C」字。

滿足的；有的時候也可以滿足少數人的運動慾，武斷的管理法，首先要考查學生對於最高興的是那幾項運動？和學校設備的情形，作為管理的方針。有大部分學校的學生運動慾，隨着學校的設備而轉移，那末我們利用他的特長，分成若干組。(分組的標準，有的按着技術程度的分配，或者用年齡也可以。)比如學校有足球場，我們就教學生

分組踢足球；教材統由教師支配，不過暗中容納他們的要求。今將其注意各點如左：

(一)先行調查學生的運動慾。

(二)必須臨時分組，和舉出組長。

(三)多多預備教材，使學生增加興趣。

(四)作各團體分組比賽，利用好勝的本能，引起運動的習慣。

四點名的方法

設若一班人數不多，可以用唱名的方法，否則非用唱號的方法不可，但是唱號的方法，

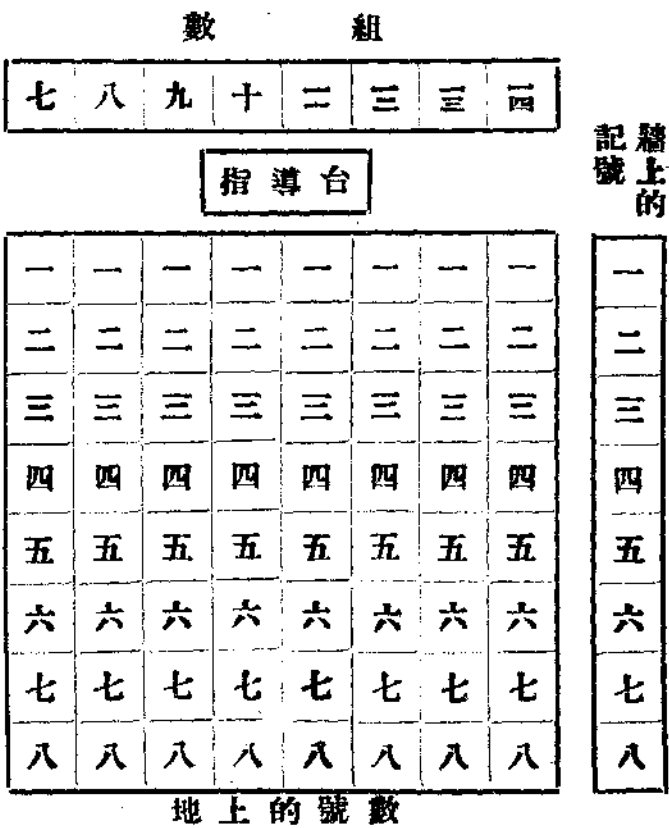
錦 碎

一九三三年台維斯杯賽期，已由法國網球協會發表，帶際決賽定七月念一，念二及念三日，却令治賽，定七月念八，念九及三十日舉行，報名於明年一昨三十一日截止。

將每班從矮到高，每人給一個號數，到點名的時候，只叫學生將自己的號數報出。如果早操和課間操用這個方法，那末就在地上或牆上，劃出號數，叫學生每人站在自己的號數上，空格就是缺席，他的排列的方法如右圖：

點名須由各班體育會主席辦理，教師從旁監督，如有作弊，即行嚴格的處罰。

(完)





運動界紀事

十一月九日 星期三

▼：教部體委會常會藉民誼因事赴濟改開談話會。

▼：平青年會，室內籃球賽廿三日開幕。

▼：津青年會組辦男女室內籃球賽

▼：法網球會發表一九三三年台盃賽秩序：帶際決賽期七月廿一

期七月廿八，廿九，三十，三日。報名明年一月三十一日截止。

▼：并籃球第二次賽，甲等七校起始比賽。

十一月十日 星期四

▼：京第五屆公開足球賽十二月一日起賽。

▼：段錫朋說中央體育開辦費將三十萬元已請財部分期撥付，預計明年暑假可正式成立。

▼：第一屆津東足籃球賽在昌黎開幕，足籃球別高初級，軍政當局均蒞會並贈獎，情形甚佳。

▼：青體協臨時執委會通過冬賽章程

，向市府接洽會所。

▼：并籃球賽第三日。

十一月十一日 星期五

▼：港埠際足球隊於表演中以二比一敗於中西隊。

▼：津東足籃球賽第二日。

▼：并籃球賽第四日。

▼：張信孚談：教部體委會接收中央運動場進行修葺須三萬元，全運籌委會即成立。

▼：桂教廳發起明年舉行兩廣聯合運動會。

十一月十二日 星期六

▼：津學校女子籃球賽起始籌備，定二十六日起賽。

▼：濟足籃球賽報名截止，計二十六團體，男女四百七十五人。

▼：粵港埠際足球賽定二十日至二十二日舉行三日。

▼：京軍校足球隊以五比一勝英艦弗克斯頓。

▼：日網球人才輩出，布井以五七六二，二六，六四，六一，三與二之比勝台盃代表佐藤。

▼：江蘇省立民衆教育學院發起之無錫縣公開越野賽跑，路程長七千米，結果取四名：

名次 優勝者 成績 備註

第一名 星 吳煥初 二六秒二 紅星隊爲所組織

第二名 錫 華金祥 二六秒八 省立無錫師範之田徑賽隊

第三名 青 黃以任 二七秒 紗廠廠工

第四名 獅 張祿瑜 二七秒四 業餘團體

▼：平市體委會日前成立，本日會議通過組織規程及廿一年度平市體育設施計劃。

▼：平私中足籃球賽開幕。

▼：平冬季女籃球賽，定十九日開幕。

▼：平滙文舉行運動會。

▼：津小學籃球賽開幕。

▼：津東足籃球賽閉幕，高級籃球，唐豐濼中學冠軍，山海關田氏中學亞軍，初級籃球，臨榆冠軍，昌滙亞軍；高級足球，田中冠軍，昌滙亞軍；初級足球，田中冠軍，昌滙亞軍，何警備司令給獎並致詞。

十一月十三日 星期日

▼：杭藝專排球隊一行由王福熙率領到滬。

▼：北平馮庸足籃球隊擬於寒假赴滬比賽。

▼：蘇州東吳排球隊到滬，當日對光華比賽，以廿一比十，廿一比十三，廿一比十九得勝。

▼：港中華足球隊以三比三和聖約瑟；南華以九比〇勝西洋會；港埠際隊定廿二日赴滬。

▼：滬華人公開十三英里短走及破天荒之女子一英里競走，於觀衆擁擠，萬分熱烈中舉行。男子呂文俠以一時五三分五秒

廣冠軍，葛錦文亞軍，徐露臣

第三；團體滬西甲隊以十六分

第一，健恩隊第二，晨光甲第

三。女子一英里競走劉文靜與

成先之在終點並肩而來，劉先

二吋，以慌急取跑勢，被取消

資格，結果成先之以十一分零

秒四第一，張寶瑾第二，黃鎮

琦第三。賽畢，沈嗣良給獎散

會。沈致詞謂一九三六年送競

走選手赴柏林參加世界運動會

，希望各地奮起，努力練習。

體育界人士名錄

(三四)



黃滄一君，為發展桂省體育之第一人。君性和善，喜交遊，天穎聰明，中學時代，同學咸以『小秀才』稱之。對於運動，莫不嫺熟。畢業後負笈上海東亞體育專，既又畢業於國立東大教育系。返桂任事，目睹省中之體育，無人注意，君則提倡不遺餘力，遂建議於教廳，籌開全省運動會，因是桂省首屆全省運動大會遂於十五年五月二十八呱呱墮地矣。十七年春，廣西省立第二高級中學愛慕其才，聘為體育師範科主任。十七年夏，適全省教育會議之期，君對於體育行政之提案頗多，於是桂省之體育，又刷然一新。十八年一月繼籌開二次運動會於梧州，二高中之成績，甚得社會人士贊許。是年夏，君奉命調長貴縣縣中縣師校長，課餘

滄

之暇，時與學生運動。十九年夏，受勸廣東體育專教授。二十年該校當局，以主任一職，責重事繁，非請學博識宏及深精各項運動者，不克應斯重責，爰商懇担任。蓋君之在廣州體育助力，亦屬不少，經濟杯，市長杯，元培杯等之籃球比賽，均為君任裁判部長；同時廣州女子籃球，向用男子規則，舉行市長杯時，君力主改用女子規則，以符生理也。今年夏，教廳開辦暑期體育訓練班，君受授為學科教授之一。然君於平日公餘。常手執一卷，寒暑不輟。對於中外運動書籍瀏覽外，尚從事研究教育，不遺餘力。體育言論，時有發表。最近著作，有『體育建築學』『西洋體育史』『體育哲學』『優美拍掌操』諸書出版；以供諸同志云。