



(六) 舊方向に對して新方向を正しく、殊に角度の正確を圖るやうに努むること。

八、半右(左)向

歩兵操典の要領

半右(左)向ヲ爲サシムルニハ左ノ號令ヲ下ス

半右(左)向け 右(左)

左足尖ト右足トヲ少シク上げ、左踵ニテ四十五度右(左)ニ向キ右踵ヲ左踵ニ著ケテ同線上ニ揃フ

實施上の注意

1 右(左)向けの動作に準じて行はる。たゞ轉向する角度が四十五度であることを留意する

2 この動作は斜行進や方向變換の基礎教育をなすものであることに留意する

九、後向

歩兵操典の要領

後向ヲ爲サシムルニハ左ノ號令ヲ下ス

廻はれ 右

右足ヲ其方向ニ引キ足尖ヲ僅ニ左踵ヨリ離シ兩足尖ヲ少シク上げ兩踵ニテ後ロニ廻ハリ次ニ右踵ヲ

左踵ニ引キ著ク

實施上の注意

- 1 初歩者には遅舉動でやり熟練してからは連続してやらせる
- 2 第一動で右足はその方向よりも内側に入りすぎぬやう
- 3 第二動で轉向したならば基準となるべき左足は正しく新方向に向はせる
- 4 右足を引きつくるには左脚の脛の内側へ右脚の脛の内側を引きつけるのがよい。足は地をすることなく活潑に引きつける
- 5 轉向は體勢をくづすことなく、膝を伸ばし手を體側より離さず足尖を殊更に上げざる様

十、行進

歩兵操典の要領

第三十七、行進ハ勇往邁進ノ氣慨アルヲ要ス

第三十八、速歩ノ一步ノ長サハ踵ヨリ踵マデ七十五纏、其速度ハ一分時間百十四歩ヲ基準トス

速步行進ヲ起サシムルニハ左ノ號令ヲ下ス「前へ 進メ」

左股ヲ少シク上ゲ脚ヲ前ニ出シ右足ヨリ七十五纏ノ所ニ脚ヲ伸バシツツ踏ミ著ケ同時ニ概ネ胸ヲ伸



バシ全ク體ノ重ミヲ之ニ移ス左足ヲ蹈ミ著クルト同時ニ右足ヲ地ヨリ離シ左脚ニ就キテ示セル如ク
右脚ヲ前ニ出シテ蹈ミ著ケ行進ヲ續ケ頭ヲ眞直ニ保チ兩臂ヲ自然ニ振ル
實施上の注意

- (一) 足尖方向を歩く方向に眞前にする。
- (二) 股は普通の歩行の時よりも稍々高くあげる。膝以下には力を加へないで垂れるやう。
- (三) 膝を伸ばすことは足の臚面が地につくとき、足の平にふみつけるのであるが先づ足尖よりするやうな氣持でする。
- (四) 體重の移動を圓滑に前足にかゝるやう。
- (五) 體の傾く度は脚が前に出されると共に前に移動する。
- (六) 手の振り方は肩關節で稍々大に左右平等に振り脚の運動の補助となるやう。然して大きくなさしむるやう。
- (七) 頭は頸が前に出る様な事がなく正しく保つのである。
- (八) 前へで精神的準備をなす。
- (九) 發進の第一歩は特に活潑に大きく歩幅も廣くする氣持にて脚を出させるやう。



(一〇) 長い時間連続して歩調をとらせることはさけるやう。

十一、止マレ

歩兵操典の要領

第三十九、停止セシムルニハ左ノ號令ヲ下ス 分隊 止レ

後ノ足ヲ一步前ニ蹈ミ出シ次ノ足ヲ引キ著ケテ止ル

號令 全體——止レ

要領 動令は足の地に着かんとする時下す故に次の足を一步踏み出し直ちにその次の足を之に引

き着けて直立す。

實施上の注意

- 1 方便として最後の足の引きつけをおそくすることは低學年等に適用するも弊を起さぬやう。又反應が鈍いたため更に一步出して止るなどなさしむることもよい方法である。
- 2 止つて直立すれば動かさるやう、従つて手も、體も動かぬやうに努め、更に整頓させるやう。
- 3 一、二で止ることも自然にするやう。尙程度に應じて努めて一で停止する様になさしめる。
- 4 女子等に對し高學年生徒は動令があつてから一、二で踵を上げて停止し三で靜かに踵を下す様



にする方法もあるけれども、特殊な練習であることを了知せねばならぬ。

十二、足踏

號令 足踏——進メ

要領 進むことなく兩足を同所に交互に上下す。

實施上の注意

(一) 膝より下の力を抜き足尖より踏み付ける心持ちにて行ふやう。足尖は殊更に下げぬこと暨は殊更に後方に届けぬやう。

(二) 體は振れ動かぬこと。

(三) 足踏より行進に移るには、通常左足まさに着かんとするとき動令を下し。更に右足を踏み、更に左足より行進する。

(四) 足踏よりの停止は二舉動になして行ふ。

十三、行進間右(左)向

歩兵操典の要領

行進間右左向ヲ爲サシムルニハ左ノ號令ヲ下ス

右(左)向け前へ——進メ

左(右)足を約半歩前ニ足尖を内ニシテ蹈ミ著ケ體ヲ右(左)足ニ向ケ右(左)足ヨリ新方向ニ行進ス
實施上の注意

(一) 初歩には歩幅が廣すぎる傾向があるから半歩よりも少し狭くする様な氣持で行ふ。

(二) 初めは停止間に於てなし熟練すれば行進間に於て行ふやう。

(三) 正確に九十度の轉向をなす。

十四、行進間後向

第四十二、行進間後向ヲ爲サシムルニハ左ノ號令ヲ下ス

廻はれ右前へ——進メ

左足ヲ約半歩前ニ足尖ヲ内ニシテ蹈ミ出シ兩足尖ニテ百八十度右方ニ旋回シ續キテ行進ス

實施上の注意

(一) 教授者の立派な模範を示し更に説明を加へ了解出来る様になれば各自に自習を命ずるやうにして行はしむることも効果が多い。

(二) 左足の使へ方、轉向に對する足尖の方向も考へ軽く自然に行ふやう。





(三) 身幹順により上、中、下の三人を選び練習する方法もある。

(四) 新方向に向きたるとき右足を引かぬやう、左足は特に意を用ひ元氣に發進せしむるやう。

(五) 四人一組位として練習することも興味が多い。

(六) 個人で行ふときは方向を正しく、部隊で行ふときは整頓を正しくするやう努むる事。

十五、駈歩

歩兵操典の要領

駈歩ハ一步ノ長サヲ踵ヨリ踵マデ約八十五糎トシ其速度ハ一分時間ニ約百七十歩トス。

歩駈行進ヲ爲サシムルニハ左ノ號令ヲ下ス 駈歩——進メ

豫令ニテ右手ヲ握リ腰ノ高サニ上ゲ肘ヲ後ロニスルト共ニ左手ニテ劍鞘ヲ握ル

動令ニテ左脚ヲ前ニ出ス其法兩脚ヲ少シク屈メテ僅ニ左股ヲ上ゲ右足ヨリ約八十五糎ノ所ニ蹈ミ著

ケ次ニ左脚ト同法ヲ以テ右脚ヲ前ニ出シ常ニ體ノ重ミヲ蹈ミ著ケタル足ニ移シ兩臂ヲ自然ニ振り續

キテ行進ス

「止レ」は止れの動令にて二步前進したる後後の足を一步前に踏み出し次の足を引き著けて止り右手を下ろすとともに劍鞘を放つ。

實施上の注意

(一) 學校教練では帶劍せぬ故これに準じて行ふ。豫令で兩手をにぎり腰の高さにあげ、自然に前後に振る。「止レ」で二步前進したる後後の足を一步前にふみ出し次の足を引きつけて止まり兩足を下ろす。

(二) 上體は少しく前方にかけ正しく保つ

(三) 呼吸は自由になして鼻でするやう。

(四) 歩幅速度は兒童相當でよく。

(五) 駢歩では總ての足、脚の關節を發條的に働かせるやうにつとめる。

(六) 足尖の方向を正しくする。

(七) 運動量の大なるものなれば適用を誤らない様にする。

(八) 女子及び幼稚な兒童はその歩幅及び速度を加減して練習するやう。

十六、方向を換へ

歩兵操典の要領

中隊縦隊ノ方向ヲ換ヘシムルニハ左ノ號令ヲ下ス

右(左)に方向を換へ——進メ

停止間ニ在リテハ先頭小隊ノ軸翼ニ在ル分隊長ハ右(左)向ヲ爲シ其他ハ半右(左)向ヲ爲シ捷路ヲ經テ逐次新線ニ到リ停止シ其右(左)隣兵ニ整頓ス後方小隊ハ各自ノ占ムベキ位置ニ到リ右(左)ノ方ニ整頓ス行進間ニ在リテハ先頭小隊ハ方向ヲ換ヘツツ新方向ニ行進シ後方小隊ハ先頭小隊ト同所ニ到リ號令ナクシテ方向ヲ換ヘツツ先頭小隊ニ續行ス中隊長ハ先頭小隊ノ方向ヲ換ヘ終ラントスルトキ要スレバ嚮導ヲ示ス

要領

一 伍の重複分解によりて方向を變へ得

(二) 横隊の方向變換

甲 停止間

整頓軸翼の者は九十度轉向して右(左)向し他は半右(左)向して捷路をへて行進し整頓線の約半歩手前に停止して頭を整頓翼に轉じて新線に整頓す。

乙 行進間

軸翼にあるものは方向を變へて續きて行進し他は駈歩にて新線につき速歩にうつり翼に整頓し

つゝ續きて行進す。

丙 斜の變換

停止間は半右(左)向——進メにて四十五度右(左)に向きかへ行進間は斜に右(左)へ——進メで四十五度右(左)に向をかへ引續き行進す。この動作は停止間と行進間とある。

實施上の注意

- (一) 停止間にありては新線より後方に止まりすり足を以つて整頓線につく。
 - (二) 行進間にありては新線より稍々前方に至つて速歩にうつる。
 - (三) 停止間行進間にせよ、間隔を廣くならない様にする。
 - (四) 指揮者の位置は方向を換へんとする側方に位置し全線を通視することの出来る様にする。
 - (五) 駈歩の場合は疾走にならない様。
 - (六) 小角度の場合は嚮導は斜行進の要領で行ひ部隊の者は方向變換の要領で行ふ。
 - (七) 常に整頓は方向を換へる方に整頓し頭は逐次にもとにかへし終ることとする。
- (三) 側面縦隊の方向變換

歩兵操典の要領



側面縱隊ノ方向ヲ換ヘシムルニハ「伍々左(右)へ——進メ」ノ號令ヲ下ス此號令ニテ先頭伍ハ小ナル環形ヲ歩ミ停止間ニ在リテハ前進ヲ起スト同時ニ以上ノ動作ヲ爲シ旋回軸ニ在ル兵卒ハ最初ノ數歩ヲ縮メ外翼ニ在ル兵卒ハ正規ノ歩長ヲ以テ行進シ常ニ旋回軸ノ方ニ整頓シツツ左(右)ニ方向ヲ換ヘ續キテ行進ス各伍ハ其ノ伍ト同所ニ到リ同法ヲ以テ方向ヲ換ヘ續キテ行進ス各伍ハ其ノ伍ト同所ニ到リ同法ヲ以テ方向ヲ換フ

併立縱隊ノ方向ヲ換ヘシムルニハ「右(左)ニ方向を換へ——進メ」ノ號令ヲ下ス此號令ニテ停止間ニ在リテハ軸翼ニ在ル小隊ハ伍々右(左)ニ方向ヲ換ヘ小隊ノ深サダケ新方向ニ進ミテ停止シ他ノ小隊ハ逐次其齊頭面ニ到リテ停止ス行進間ニ在リテハ軸翼ニ在ル小隊ハ前ト同法ヲ以テ方向ヲ換ヘツツ行進シ其他ノ小隊ハ逐次其齊頭面ニ到リ續キテ行進ス。

少シク方向ヲ換ヘシムルニハ豫メ新目標(方向)ヲ示スベシトアル。

甲 停止間

伍ノ重複分解によりて右又は左に方向を換へ得。

乙 行進間

伍々右(左)へ——進メにて先頭生は小足となりて孤形を踏み外側生は普通の速步行進して廻り



新方向に向きて行進す。その後の者は先頭生の方向を換へし場所に到りて順次先頭の要領に従ひ方向を換へ續きて行進する。

丙 小角度の方向變換

此場合は目標を示して伍々右左の號令にて方向を換ふ。

十七、伍の重複分解

號令 右(左)向け——右(左)

要領 (一) 横隊から縦隊になり方向も變化し縦隊より横隊となり隊形も方向も變換することゝなる。

(二) 重複。

二列横隊を右(左)向け——右(左)の號令にて奇數番號のものは偶數番號生の右(左)に右(左)脚より踏み出して四列側面縦隊となり四生並び側面向となる。

(三) 分解

左(右)向け左(右)の號令によりて元の横隊に復し重複せる者が元位に復する。

實施上の注意

要するに横隊より側面縦隊、側面縦隊より横隊への場合には停止間行進間に於ける右(左)向の動作並びに伍の重複分解の動作を全體として確實に實施せられる事になり効果を治める事が出来るのであるから従つて實施上の注意についても亦同様である。

十八、側面縦隊より横隊

歩兵操典によれば

小隊の側面縦隊ヨリ同方向ニ横隊ヲ作ラシムルニハ「左(右)へ並ひ——進メ」ノ號令ヲ下ス

要領

- (一) 之は隊形變換にして方向は變らず。
- (二) 軸翼先頭生はそのまゝ停止するか或は續きて行進し伍を組み重複するため出た者が一步退き二列横隊を右或は左につくり。
- (三) 他のは停止間は速步行進間は駈歩を以て半右(左)向きて新線に至り軸翼に整頓して二列横隊となり停止するか或は引續き新方向に行進する。

實施上の注意

- (一) 停止間にあつては新線の稍後方に停止して整頓線につく行進間に於ては新線よりも一二歩前



に至つて速歩行進に移る。

(二) 行進間の駐歩は早駐にならぬ様注意する。

(三) 教育の順序としては停止間のもが十分よく出来た上で行進間の動作に移るべきである。

十九、間隔距離の開閉

前後の隔りを距離といひ左右の隔りを間隔といふのであつて、その方法は仲々多い。

(一) 横隊から行ふ場合

(一) 前列五歩 奇數三步前へ——進メ

(二) 前列三步前へ——進メ

片(兩)手間隔右(左)へ——準へ

(三) 第一列六歩第二列四歩第三列二歩

開け——進メ

六番基準片(兩)手間隔右(左)へ——準へ

又は單に片(兩)手間隔右(左)へ——準へ

(二) 側面縦隊から行ふもの



(一) 基準を示し片(兩)手(又は三步間隔)側ニ——開ケ

(二) 二步側へ——進メ

奇數一步、右偶數一步、左へ——進メ

(三) 閉づる場合

開いたものは元の隊形にするには、その逆にする。又基準を示して閉ず。」

例へば何番基準——集レ。又は右翼基準集レ。等である。

第四節 教練實施上の注意

一、着眼點正しくすることは極めて重要である。

二、胸を特に張る姿勢はよろしくない。

三、頭。肩。胸。腰。脚。及足の位置を正確にするやう。

四、二列横隊の隊形より直ちに右向けをなし、そのままの二列縦隊となして行進せしむるは必要なことであるが、前方整頓をなし距離をとるか、順次距離をとつて行進せしむるやう。

五、指揮者の言語服装は率先躬行、生徒、兒童の儀表たるべきものでほしい。

六、その態度は嚴正にして活潑なるを要する。

七、明瞭平易なる言語を用ひ號令は威嚴に滿ち勇壯なるべきもの。

八、指揮者の位置は隊を底邊とせる三角形の頂點に占むるやうするがよいが便宜變更するもよい。

九、行進中の隊形に於ては斜側方に位置する方よい。

十、番號は高聲に短かく、明瞭に、呼ばしめ時々後列にも之を行はしむるやう。

一一、解散集合は敏速正確が生命であることを知らしめたい。

一二、行進の要領には自然の歩み方をなさしめ股高き歩み方も時々せられて其要領を得さしめたい。
足尖、膝の上げ方を正しく前方になすやう。

一三、駈歩より速歩、駈歩間後向等は特に意を用ひ氣分の發揚につとめ整齊統一するやう。

一四、踏替の練習は步調を合せるに必要なれば時々練習して完全になさしめられたい。

一五、凡て團體行動にありては左右の整頓は勿論、前後に整頓することを忘るべからず。

一六、方向及隊形の變換は混雜し易きにより之が實施に當りては整然たらしむやう。

一七、女子の教練は氣分の發揮につとめ特に意を用ふるやう。

一八、兒童の行進、駈足は各學年の標準を定め「氣をつけ」の姿勢と共に特に徹底を期するやう。



第三編 體操の教授

第一章 教授の根本精神

第一節 體操科の教授は生徒・兒童

そのものを忘れてはならぬ

體操科に於ける種々の材料に依つて行ふ身體修練は、生徒・兒童そのものために行ふものであつて、教師の計劃も、努力も、調査も、研究も凡てが指導の主體である生徒・兒童の身體及び精神を本位としての教育でなければならぬ。然るに稍々もすれば、指導者のための競技運動や、指導者のための器械の使用となつたり、指導者本位の材料配列となつたりする事が起り易いのであるが戒めなければならぬことである。教授時間の多寡も、教材の選擇配列も、各生徒・兒童の環境を基礎として計劃もし實施もせねばならぬ。學校に於ける生徒・兒童は最も旺盛な發育期であるけれども、身體・精神

發達の道程には非常な差異のある時であつて、徒らに健康者のみの教育を考へたり、男女の差を認めなかつたりすることがあつてはならぬ。よく生徒・兒童の身心の發育の状態を調査・深究し而して各人の健康生活を増進することにつとめ、體質及び體格に應ずるやうに保護もし訓練もし、鍛練もすると共に常に品性の陶冶につとめなければならぬ。

第二節 體操科の教授は完全なる人と

しての教養を忘れてはならぬ

我が國現時の體操科の教授は、他の教科目と同様に多數の生徒・兒童の團體的な指導に依るもので、體育的生活に對する良習慣を養はんとする體操科の實際に於ては、他教科よりも一層個人的指導を全かならしめねばならぬ。最近各個人の人格を尊重し、團體としての個人の完成を期せんとつとめ、多數教授の弊をさけ出來得るだけ小數に教授力を及ぼさんとつとむることは、教育の徹底の上からまことに喜ばしいことでこの傾向が他の教科にも濃厚になつて來たことは、人を完全に指導する立場から見て當然の歸結であると考へられるのである。體操科に於ける身體・精神の教養は、その人にふさはしくあつてこそ、均齊な發育も、品性の陶冶も、健康な生活も、出來得るのである。よく身體精神の

二方面から、個人の觀察を十分にとけ、而して指導の目的を遂行せねばならぬ。

第二節 體操科の教授の本末を誤らぬ

やう努めなければならぬ

體操科に於ける身體修練は決して運動に對する技術の練磨ではない。鍛練され訓練されたる身體・陶冶せられたる精神が、各人の全生活の上に完全に進展さるる事が究極の目的である。

運動を通して、技術を通して身體を修練せしめ、精神を練成せしむるものであつて、體操・競技・遊戲・教練の各材料の技術を修練せしむると共に、上達は勿論希ふものではあるけれども、技術の進歩に伴ふ體驗の尊さと、修練された身體及び訓練された品性が永遠に残さるべきであることを忘れてはならぬ。決して流行的な虚飾的な弊に陥り、技術の末に走り、本末を誤らぬやう努めなければならぬ。

第四節 體操科の教授は體育的生活の

根底を培養するものである

體操科にて行ふところの諸運動は、悉く兒童・生徒の爲めに行ふべきものであつて、決して受動的

な客觀的なものではない。各々の生活の中に積極的な身體練習が最も必要であつて、體操・遊戯・競技の各材料の特質を眞に體驗し、發動的に、しかも能動的に、眞に自己の身體精神のために行はるるものであるといふことを自覺せしめねばならぬ。

眞に自覺したところの運動への實行が生活の中に採り入れられ、恒久・不斷の良習慣こそ個人として我が國民として最も大切なことでやがて健康な生活を造り得ることになる。殊に修養期にある生徒兒童の生活に、この良き習慣を造ることは國民生活改善の上に重要な事のみならず、一般國民の保健を向上せしむる上にも建康生活を増進せしむるにも最も緊要な事である。

第二章 材料の考察と教授の要諦

第一節 姿勢

(一) 運動と姿勢

姿勢とは、身體が空間に占有してゐる状態を指して言ふのであつて、身體教育の表に現るる効果價値は最良なる然かも高尚なる姿勢をとり得ることである。上品な堂々たる姿勢が運動教育を通して造