



學校體操教授指針

目次

第一編 總論……………一

第一章 學校體操教授要目の本旨……………一

第二章 學校體操の教材……………二

體操……………一四

教練……………一五

遊戲及競技……………一五

劍道及柔道……………一七

弓道及薙刀……………一八

水泳、スキー、スケート……………一九

目次



目次

第三章 各教材の目的及特徴……………二〇

體操……………二〇

教練……………二三

遊戯及競技……………二三

唱歌遊戯及行進遊戯……………二四

劍道及柔道……………二五

第四章 教授上の注意……………二九

第五章 教材の配當に關する注意……………四八

第六章 體操科教授時間外に於て行ふ諸運動(課外運動)……………五三

擊劍柔道ニ關シ學校衛生會答申ノ件……………五八

第七章 要目改正の要點……………六三

第二編 各論……………七九



第一章 體操……………七九

一 下肢の運動……………七九

二 頸の運動……………八八

三 上肢の運動……………九〇

四 胸の運動……………九六

五 懸垂運動……………九九

六 平均運動……………一八

七 體側の運動……………三一

八 腹の運動……………二九

九 背の運動……………三五

十 歩及走……………四〇

十一 跳躍運動……………四四

十二 倒立及轉廻運動……………五六

目次



目次

十三 呼吸運動……………一六〇

十四 卒業後にも適する一聯の體操……………一六三

十五 器械器具の設計……………一六四

第二章 教 練……………一七三

一 氣ヲ著ケ……………一七四

二 休 ム……………一七五

三 集 合……………一七六

四 解 散……………一七六

五 整 頓……………一七九

六 開 列……………一八一

七 停止間に於ける轉向……………一八四

八 速步行進……………一八五

九 足 踏……………一八七



十	停 止	一八七
十一	速歩行進間轉向	一八八
十二	駈歩行進	一九〇
十三	駈歩足踏	一九二
十四	駈歩より停止	一九二
十五	駈歩行進より速歩行進	一九三
十六	伍の重複及分解	一九四
十七	方向を換へ	一九六
十八	隊形變換	一九八
十九	徒手分隊教練	二〇〇
二十	徒手小隊教練	二〇一
第三章 遊戲及競技		
一	走	二〇二

目 次



目次

二	跳	二九
三	投	三九
四	各種遊戯	三三八
五	球技	二六五
六	遊戯及競技指導の順序	二八八
第四章 唱歌遊戯及行進遊戯		
一	基本練習	二九〇
	基本歩法	二九三
	基本態勢	二九六
	一 臂の態勢	二九六
	二 足の態勢	二九六
	三 應用態勢	二九七
二	唱歌遊戯	二九九



三 行進遊戲……………二四六

第五章 劍道……………四三一

一 基本動作……………四三一

二 應用動作……………四四四

三 形……………四七五

四 講話……………四七九

五 稽古……………四八〇

六 試合……………四八二

第六章 柔道……………四八五

一 基本動作……………四八五

二 亂取技……………四九一

三 形……………五〇七



目次

四 講 話 五三四

附錄 行進遊戲曲譜 一—四七

目次終