

A stylized illustration in a poster-like style. Two dark silhouettes of human figures are shown in profile, running from left to right. The figure in the foreground is in a full running stride, while the second figure is slightly behind and to the left. They are running on a light-colored, wavy ground. In the background, a large, pale yellow sun or moon is partially obscured by the figures. The sky is a warm orange-brown color with several horizontal white lines of varying lengths, suggesting speed or a horizon. The overall composition is dynamic and energetic.

學人

運動會指南

項翔高著

上海勤奮書局出版

著作者

項翔高

書叢育體

小學運動會指南

勤奮書局發行

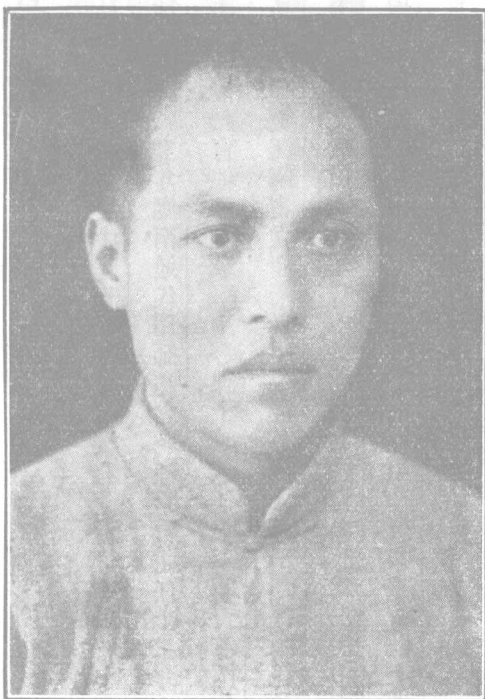
體育叢書

中華全國體育協進會編
第一冊 體育叢書

中國辦體育，久矣！近年國人始知推求吾民族致病之原，與夫其他民族所以強盛之由來，思設法而爲救藥，實一絕好現象。鄙人前此赴日參與第九屆遠東運動會，目睹該族對體育進步，真足驚人，迥非吾族一蹴可能幾及。但自吾國體育，曾不虛冒昧，當爲今後吾國體育改進，擬有治標治本二法。治本即自中學校體育，以進體育教育，養成青年體育之愛好；治標即常與本國或外國隊中，參加各種比賽之比賽，藉增經驗，而免怯陣。二者並進，再益以精良訓練，而體育之進步，亦可言。茲之體育叢書所載，皆本體育叢書中物，治標治本，皆有裨益於體育之發達，之改進，爲益甚大，故樂爲之序，以爲吾國關心體育者之參考。

項翔高先生

(本書著者)



項翔高先生小史

項君翔高，江蘇嘉定人，畢業於中國體操學校。嗜文藝，精體育學理，於小學體育尤有研究。民國四年，任母校教職，翌年應南通代用師範之聘，任體育主任。十二年來滬，任中華體育師範教務主任，兼授體育理論及教學法等課。十四年任華東體育專門學校教務主任，兼任江蘇省立第二師範江蘇省立商業專門學校及兩江女子體育師範教員。民國十六年任中華職業學校國文教員。十七年寶山縣立公共體育場改爲上海市立第二公共體育場，委君爲場長。自民國十八年秋迄今，任上海市立第一公共體育場文書及編輯之職。君之著述，散見於日報雜誌者頗多，單行之本，當以斯爲始。

自序

項翔高

在我以往十幾年任師範學校體育教員期中，對於小學體育問題，也曾下過一番研究的工夫。資質愚魯，業務繁冗，所得的祇是一些淺薄的學理和方法，並無新大陸的發見。

民國十七年秋，我轉變了服務的方向，脫離學校體育，從事社會體育，於今忽忽又五六年了。這五六年内，小學體育問題，幾不復存在於腦海之中，鑽研進益，更談不到了！

大概是爲上海市歷屆小學校聯合運動會中，什麼籌備會評判編配，我都湊上一份，所以勤奮書局便點中我擔任小學運動會指南的撰述。固辭不獲，勉成此編，非敢自譽爲「識途之馬」。

不過我也曾深惜晚近小學運動會措施的不當，表現的成績，不似平日訓練之真，評判的方式，不以全體兒童爲標準；取巧炫奇，務名失實的創痕，斑斑可見。設使沿此方向，進行不已，則小學體育，且入於黑暗之途，怎樣能夠促進呢？

本編頗思力矯上述的弊病，表顯以往的成績，務求真實，啓發將來的途徑，務求普及，各種設施方法，都以此爲目的。倘若小學體育教師和主辦小學運動會的先生們，欲於此中求出奇致勝一鳴驚人的法寶，我不敢決其失望的。

我對於這種失望者，並不感到什麼不安與抱歉。我所不安與抱歉的，在學識淺陋，不能用更科學的方法，發揮我的主張，以達於盡善盡美之域。這須得先向讀者聲明而進求指教的！

張君畢業於南京東南大學體育科，我國田徑界之名宿，爲八百八十碼全國紀錄保持者，曾出席第三屆全國運動會及第六屆遠東運動會，歷任中國公學廈門大學浙江大學等體育主任，江蘇省立鎮江體育場指導部主任，今以經驗所得，編成是書。

田徑賽訓練法

蘇省立鎮江體育場指導
張恆編

布面精裝一冊定價二元
函購掛號郵費一角六分

本書乃採用美國米希根大學體育指導亞爾斯之指導方法，對於運動員之飲食衛生，訓練要點，如短距離，中長距離，跳欄，擲重，跳躍等，根據科學方法，作詳細之指導，並附各種運動姿勢之銅版數十幅，印刷殊爲精美，爲體育指導及田徑賽選手之南針。

辦理田徑賽者不可不讀

江南體育師範
學校校長 王復旦 著

定價六角

郵購掛號寄費一角一分

田

徑

賽

裁

判

法

本書詳述田徑賽運動學中各項裁判員之須知，以及各項運動裁判方法，各種紀錄之表格，並附田徑賽運動會之組織法。凡辦理田徑賽者，不可不讀！

五項十項訓練法

阮蔚村編 郝更生校

本書係根據最新之科學方法，詳述五項與十項運動之分別及混合練習方法。全書分上下兩篇，上篇爲五項運動，內分跳遠，二百米，投標槍，擲鐵餅，千五百米諸節。下篇爲十項運動，內分百米，跳遠，跳高，鉛球，四百米，撐竿跳，擲鐵餅，高欄，投標槍，千五百米諸節。指示各種練習方法頗詳。

總發行所 上海法租界勞神父路三九二號

勤奮書局出版

門市部 上海英租界四馬路五五四號

女運動員臨陣以前

世界女子運動健將人見絹枝著

一冊全定價九角

郵購掛號寄費一角一分

原著者人見絹枝女士，爲日本女子田徑紀錄之保持者，並爲五十米，二百米，四百米，三級跳世界紀錄之保持者，歷次赴歐美參加國際女子競技，爲世界女運動界第一奇女子，憑其個人經驗，著成是書。劉家壩譯筆，亦殊暢達信美。

全書分上下兩篇，上篇爲「運動場戰」篇，下篇爲「技術篇」，均足資吾國女運動員之借鏡。

中學運動會指南

江南體育師範校長王復旦著

辦理運動會
必備參考書

本書係江南體育師範校長王復旦先生，本其歷年辦理運動會之經驗與心得而著成。書中凡舉運動會之組織，籌備，裁判，而甚至於經濟之籌集方法，亦均無不詳加指示。凡欲辦理運動會者，均不可不閱。（定價六角）（郵購掛號寄費一角一分）

總發行所 上海法租界勞神父路三九二號
勤奮書局發行
門市部 上海英租界四馬路五五四號

項翔高著

小學運動會指南

本書著者，為小學體育專家，曾服務於各地之小學及師範學校十餘年，本書係本其個人之經驗及見聞而寫成。對於辦理小學運動會，應有之一切常識。詳述無不盡載無遺。（定價六角半）（郵購掛號寄費一角一分）

勤奮體育叢書

中國唯一之專書 體育專家之結晶
強身救國之利器 國民人人所必讀

(一) 體育學理

體育原理

東北大學體育科專任教授
北平師範大學體育系主任

吳蘊瑞 合著
袁敦禮

在印刷中

體育行政

國立中央大學體育教授

金兆均著

定價二元二角

人體測量學

復旦大學體育主任時事新報運動編輯東亞體育專門學校教授

蔣湘青著

定價一元九角

運動場建築法

江南體育學校校長

王復旦著

定價一元四角

體育之建築及設備

東北大學體育科教授

吳蘊瑞著

六月底出版

世界體育史略

南開大學體育主任

章輯五著

定價六角

遠東運動會歷史與成績

體育著作家
全國體育協進會主幹

阮蔚村著
沈嗣良校

在印刷中

小學體育之理論與方法

湖南省立第一師範體育指導

陳奎生著

定價一元七角

按摩術與改正操

中央大學體育教授
湖南省立一師體育指導

金兆均 合著
陳奎生

定價二元九角

早操與課間操

中央大學體育教授
湖南省立一師體育指導

金兆均 合著
陳奎生

定價五角

德國復興早操

江蘇省立體育場編輯
上海中等學校體育聯會主席

斐熙元 合譯
陸翔千

定價五角

中學運動會指南

江南體師校長

王復旦著

定價六角

小學運動會指南

小學體育家

項翔高著

定價六角半

晨操教材

童子軍體操

運動救急法

運動衛生

體育場指南

舞蹈入門

(二) 運動訓練

田徑賽訓練法

田徑賽裁判法

五項十項訓練法

足球訓練法

足球規則問答

足球成功術

籃球訓練法

女子籃球訓練法

成都大學體育主任

成都大學體育主任

運動 著 作 家 師

東亞體育專門學校教授

運動 著 作 家 師

東亞體育專門學校教授

上海市立第一公共體育場場長

愛國女學舞蹈教授

國立中央大學體育教授

江南體育師範學校校長

運動 著 作 家

國立青島大學體育主任

中央大學體育教授

江蘇省立鎮江公共體育場場長

江蘇省立鎮江公共體育場場長

中央大學體育教授

江蘇省立鎮江公共體育場場長

彭禮南著

彭禮南著

阮蔚村著

汪子岡著

阮蔚村著

汪子岡著

王壯飛著

沈明珍著

張恆著

王復旦著

阮蔚村著

郝更生著

吳邦偉著

吳邦偉著

亨脫著

吳邦偉著

宋君復著

定價七角

五月底出版

定價六角半

定價六角

定價六角

定價七角

定價九角

定價二元

定價六角

在印刷中

定價九角

定價三角

定價五角

定價九角

定價一元四角

美國籃球新術

美國體育記者
上海中華裁判會會員

白爾泰 原著
張國勳 合譯

定價四角半

籃球裁判法

美國籃球指導
光華大學體育主任

錢一勤 著
彭文餘 譯

定價六角

游泳訓練法

上海青年會游泳指導

俞斌 著

定價二元四角

游泳成功術

英國游泳名教練
中國游泳會指導

馬德泰 著

定價五角

網球訓練法

第七八九屆遠東運動會
中華隊網球指導

白耶女士 著

定價七角

網球要訣

美國網球教練
鎮江體育場場長

吳邦偉 著

定價五角

鐵爾登網球術

運動著作家

波魯斯 著

定價五角

世界網球家獲勝祕訣

世界網球大家 馬迪夫人
海倫雅爾 著

阮蔚村 著

定價四角半

排球訓練法

運動著作家

蔡慧一 著

定價九角

棒球訓練法

南華體育會幹事棒球專家

人見絹枝 著

定價九角

女運動員臨陣以前

世界女運動著名健將

王復旦 著

定價四角

越野跑訓練法

江南體育師範學校校長

陸翔千 著

定價六角

競走訓練法

光華大學體育指導

俞斌 著

定價六角

乒乓訓練法

上海乒乓聯合會會長

姚蘇鳳 著

定價六角

考而夫訓練法

考而夫專家

姚蘇鳳 著

定價六角

中小學體育課程標準

.....

一角五分

國民體育實施方案

.....

一角

小學體育之理論與方法

分六角一號掛費寄購郵 角七元一價定 著生奎陳導指育體範師一第立省南湖

【容 內】

第一章	小學體育之重要	第十章	柔軟體操
第二章	體育在教育中所佔之位置	第十一章	器械體操
第三章	小學時代兒童體格及天性	第十二章	跳舞
第四章	小學體育之目的	第十三章	武術
第五章	體育運動之分類及其功效與缺點	第十四章	考驗姿勢
第六章	小學校應施之體育訓練	第十五章	小學衛生課程標準及考查方法
第七章	遊戲	第十六章	小學體育運動課程標準及教學時間支配之研究
第八章	田徑賽	第十七章	小學體育成績考查之討論
第九章	走步	第十八章	小學運動會之組織法

中華全國體育協進會審定

各種運動最新規則

最新田徑賽規則
全能運動規則
.....
實洋二角

最新男子籃球規則
.....
實洋二角

最新女子籃球規則
.....
實洋二角

最新足球規則
.....
實洋一角

最新網球規則
.....
實洋一角

最新男女排球規則
.....
實洋一角

最新游泳規則
.....
實洋一角

最新業餘運動規則
.....
實洋一角

(郵購每冊加寄費二分掛號費八分)

總發行所

上海法租界勞神父路三九二號

勤奮書局印行

門市部

上海四馬路五五四號