

體 育

每人而悅之
天下莫強焉

提倡體育爲救
國雪恥之政策

吳縣王懷琪著

圓陣遊戲大全

思梅
主

吳縣王懷琪 休甯吳洪興 譯編

兒女強身法

王番
主

上海及各埠中華書局文明書局大東書局均有出售

學遊校操多場困難有授
免陣排編之遊鑒戲於
斯特是陣課餘之暇戲
百集圓陣餘種類新穎
均百餘種與一材暇為
有均經實校之趣遊園
中一小學之遊及幼稚
最冊需之校遊及幼稚
每冊實要之校遊及幼稚
文上海各埠中華書局
有文上海各埠中華書局

諺云「三歲之癆到老勿好
一故兒女身體可忽勿
在昔家庭均輕視可忽勿
歐美兒女無一個不活潑
之地決諸音國大相懸殊
譯此書旨在結實有兒女
諸君不強體育萬弗輕視
護兒女切勿過信藥品與
物足可強身第一福音
書為兒女強身第一福音



室內
八分鐘

健身術

一冊 實洋二角

王懷琪譯編 是術方法簡單練習容易費時八分鐘即能操練一次原書係美國體育家克羅密氏所著全書插圖十餘幅爲楊左弼王一樂二君之手筆每一圖畫法筆路不同健身書籍中實不易多得者

上海及各埠中華書局商務書館
文明書局大東書局均有出售

△吳縣王懷琪編▽



中國
體操

八段錦全圖

一幅定價大洋四角



中國
體操

易筋經二十勢圖

一幅定價大洋二角

△上海及各埠大東書局發售▽

實驗深呼吸練習法

一冊 實洋四角

吳縣王懷琪編 本書先深呼吸生理學上的說明次深呼吸各種方法及效驗後附女子深呼吸法各種動作姿勢均有精圖表示欲謀健全身體者不可不備一冊也

上海商務印書館發行

△吳縣王懷琪編▽

業餘運動法

一冊 實價二角

△上海商務印書館發行▽

影小者編



琪懷王縣吳

懷琪小史

王君懷琪字思梅蘇之吳縣人也。年三十歲一為人忠誠剛
直富憤重義嘗曰寧人負我不願負人幼時身弱多病父輩有
對於君之學業絕不顧問而君得有今日者什九自治力也余
識君在民國紀元前六年時方就硯於滬或衣章小學忽逢伯
假臨余家先祖母最鍾愛君於其去也嘗私語余曰此兒不
凡可友也顧相慮僅年數即分離紀元前二年君赴讀不視伯
氏雖時君伯氏勝之先生方任請省提學使一見君即知其可
造就立為君回上海投中國體操學校未學所當費用由伯氏
擔任卒或畢業直值武昌起義同學沈君佑之乃於錫麟義士
之門人於是君謀於革命軍不問事機不索為家庭所束適慶
陽範遂不如願民國元年任上海商團公九為武工學教職成

績卓著旋以婚姻問題與家庭決裂實行脫離二年兼任中國體操學校湖州旅滬公學及甲種商業四校教職每週授課至三十餘小時之多然君仍好學不倦於晚間赴青年會體育部入領袖班研究各種體操星期日赴精武體育會學習國技被會中推為器械操部主任自是以後君之體魄日見魁梧君之學術日益進步三年上海澄衷學校慕君名聘任教授是年秋業師徐一冰氏由都門飛函速君往京代農商部立農政專門學校教職旋以澄校催促遂辭農校歸四年搜集我國固有之體育參以歐美原理編成中國體操八段錦一書五年出版大為教育家及醫學家所讚許紛紛題序至謂可與歐美體育書相頡頏六年編易筋經十二勢及二十四式二書亦風行一時七年任本省第一中學體育主任八年與歙縣吳志青君合編

雙人潭腿一書又自編手中體操法及女子手中體操二書是
年暑期任青浦縣立小學體育教員補習會主任秋應山西閻
都軍召往任督署參謀處體育教官兼任陸軍教導團中國體
操教官及留日預備學校國民師範學校教員寒假南旋九年
初君在精武體育第一分會操場練習單槓運動偶一不慎跌
折右臂肘骺旋經名醫治愈不幸一波未平一波又起君夫人
適於斯時撒手長眠君伉儷素篤哀痛可知遂函辭山西督署
及浙江第十中學之聘專任精武第一分會幹事及中國公學
培德公學兩校國技教員暑假後以蟄居非計復應本省第四
師範仇校長之聘重遊金陵十年冬君將歷年躬試心得並參
各家呼吸精言成實驗深呼吸練習法一書委余校訂於十年
五月出版是年秋改任浙江第十師範體育主任因鑒甌地社

會體育之不振提倡社會勵志團與各界人士研究國技及各種遊戲運動十一年國旗體操書出版同時著浙江省立第十師範學校西湖風景疊羅漢一書正反遊戲法一書業餘運動法一書復與余譯編徒手疊羅漢器械疊羅漢二書均由商務印書館先後出版是年暑期任浙江平陽縣教育會小學教員暑期體育補習會主任冬成十二路潭腿新教授法一書為中華書局收印十二年春因第十師範校長楊效蘇先生辭職君改就嚴州第九師範之聘最近集其十餘年教授之結晶編成步走體操遊戲三段教材一書行見其出版後又將不脛而走君勤苦好學孜孜不倦又當年富力强之候前途未有艾也

民國十二年孟夏休寧吳洪興草於甌上寓次

民國十七年孟春上海澄衷學校初中三甲學生姚世埏寓

吳縣王懷琪著作年表

著作名稱

著作日期

出版日期

發行者 備註

十分鐘體操

三年十一月

四年十一月

澄衷中學校 非賣品

實驗擬戰遊戲

五年四月

五年八月

澄衷中學校 武進孫棧校閱現已脫版

球術

五年四月

六年八月

瘦人 現已脫版

訂正八段錦

五年五月

五年九月

商務印書館 十五年一月十二版

易筋經廿四式圖說

六年二月

六年九月

商務印書館 十三年五月八版

易筋經十二勢圖說

六年三月

六年十月

商務印書館 十三年九月八版

手巾體操法

七年八月

九年四月

商務印書館 十五年十月六版

女子手巾體操

七年九月

九年一月

商務印書館 十五年九月五版

雙人潭腿圖說

八年三月

八年五月

中華圖書館 吳志青合編黃藝頤校訂

室內八分鏡健身術

九年六月

十五年九月

中國健學社 十四年三月三版

國術體操

九年十二月

十一年七月

商務印書館 十五年六月四版

實驗深呼吸練習法

十年一月

十一年五月

商務印書館 十五年六月三版

八段錦全圖

十年三月

十年十月

大東書局 十五年六月三版

業餘運動法

十一年六月

十二年四月

商務印書館 十五年六月三版

徒手疊羅漢

十一年七月

十一年十一月

商務印書館 休寧吳洪興合譯

器械疊羅漢	十一年八月	十五年十二月	商務印書館	休寧吳洪興合譯
女子美容術手巾體操圖	十一年八月	十年 月	商務印書館	中國女子體操學校學生演式
西湖風景疊羅漢	十一年九月	十二年六月	商務印書館	
正反遊戲法	十一年九月	十一年 月	商務印書館	
易筋經十二勢全圖	十二年二月	十二年七月	大東書局	十五年五月三版
十字戰拳圖	十二年三月	十三年七月	中國健學社	
易筋經廿四式圖	十二年四月	十三年八月	中國健學社	
三段教村正編	十二年六月	十二年十二月	思梅廬主	十六年八月三版
跑冰術	十二年六月	十年 月	大東書局	休寧吳洪興合譯
十二路潭腿新教授法	十二年九月	十三年一月	中華書局	十六年一月四版
女子籃球遊戲	十二年十一月	十三年四月	大東書局	休寧吳洪興合譯
不老健身法	十二年十一月	十三年八月	大東書局	休寧吳洪興合譯
籠球遊戲	十三年三月	十四年三月	大東書局	休寧吳洪興合譯
健康精言	十三年三月	十三年六月	中國健學社	休寧吳洪興合譯
兒女強身法	十三年十月	十六年八月	中國健學社	丹陽王庚合編
健光(體育格言)	十三年十二月	十五年九月	中國健學社	休寧吳洪興合譯
十分鐘簡易強身術	十四年一月	十五年十一月	大東書局	休寧吳洪興合譯

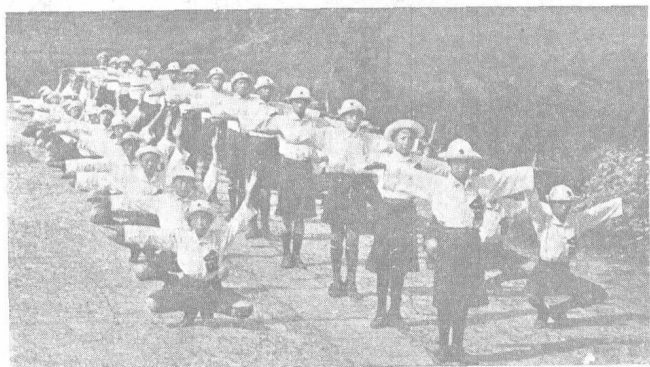
戶內排球術	十四年一月	十六年八月	大東書局	林寧吳洪興合譯
八段錦舞樂刊(中國舞學)	十四年一月	十六年 月	中國健學社	
藥球運動法	十四年二月	十五年九月	大東書局	林寧吳洪興合譯
自然治療法	十四年二月	十五年九月	大東書局	林寧吳洪興合譯
華佗五禽戲	十四年三月	十四年十月	中國健學社	
體育測驗法	十四年五月	十四年十一月	中國健學社	武進鄒法魯合編
三段教材補編	十四年六月	十四年十二月	思梅盧主	
華佗五禽戲全圖	十四年十月	十六年 月	中國健學社	麗水葉元珪繪圖
分級八段錦	十五年六月	十五年九月	中國健學社	愛國女學體育科學生演式
圓陣聯絡體操	十五年七月	十六年 月	中國健學社	愛國女學體育科學生演式
女子八段錦體操圖	十五年八月	十五年十一月	大東書局	十四屆畢業
圓陣遊戲大全	十五年九月	十六年八月	中國健學社	愛國女學體育科學生演式
中國體操	十五年十一月	十六年九月	中國健學社	
鞭打遊戲	十六年七月	十六年 月	中國健學社	武進鄒法魯合編
堆砌圖案(女子機巧運動)	十六年八月	十六年 月	中國健學社	愛國女學體育科學生演式
不眠症治療法	十六年九月	十六年 月	中國健學社	武進鄒法魯合編
按摩體操術	十六年九月	十六年 月	中國健學社	武進鄒法魯合編

第 九 代 中 學 野 外 體 操 第 一 部

(一)

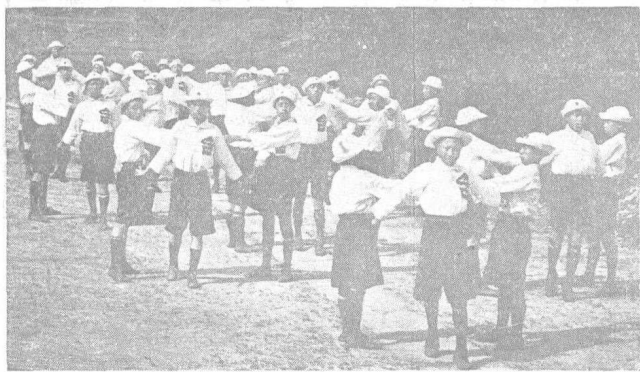
操手徒人三氏梅思

參閱本編徒手體操類



動運一第

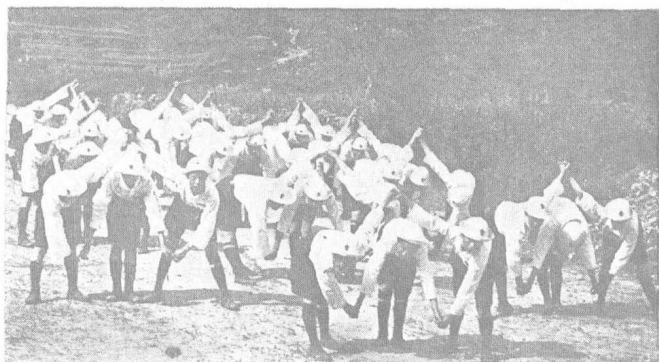
操手徒人三氏梅思



動運二第

(三)

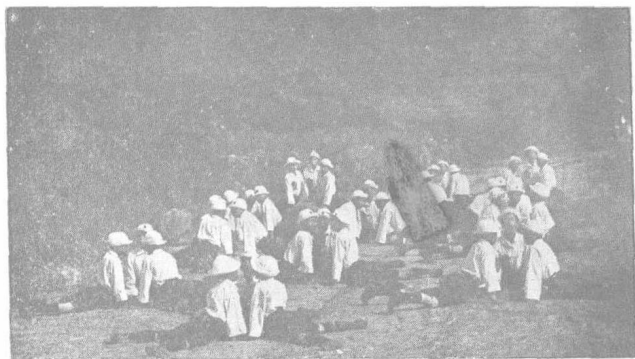
操手徒人三氏梅思



動運三第

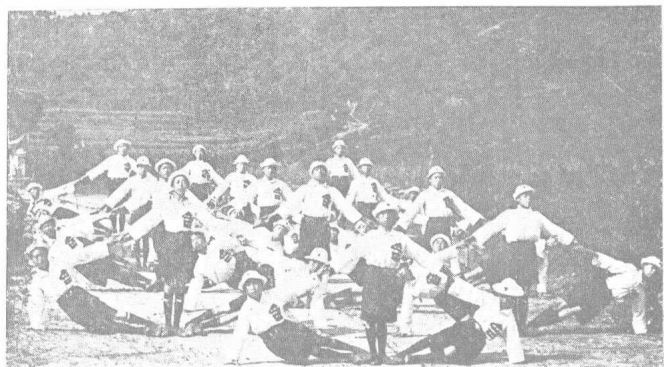
(四)

操手徒人三氏梅思



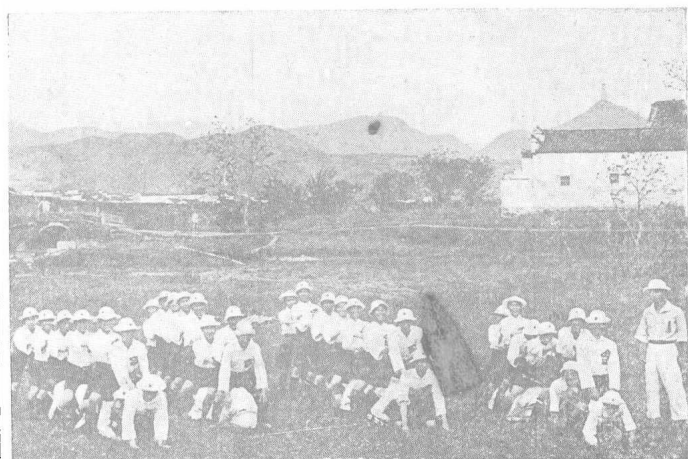
動運四第

操手徒人三氏梅思



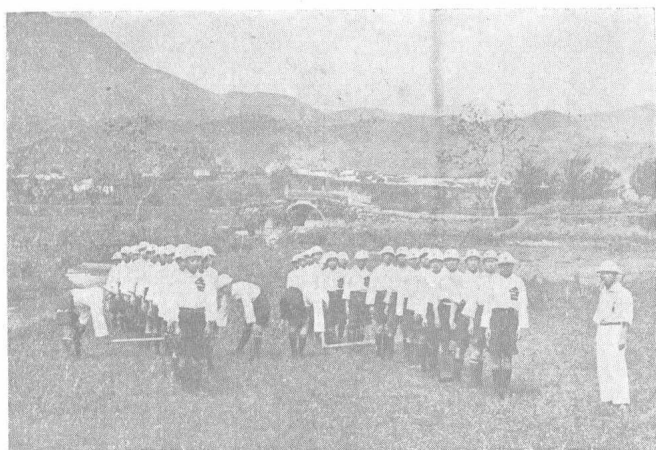
動運七第

戲遊手徒



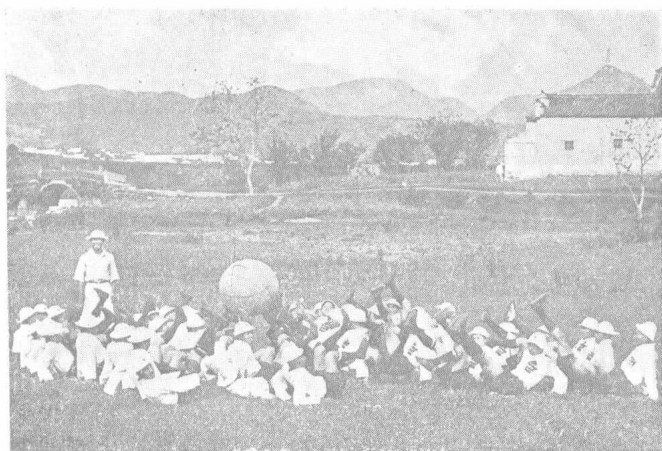
軍將出下勝

— 戲 遊 器 用 —



— 索 馬 綑 —

— 戲 遊 的 球 式 正 非 —



— 球 籠 踢 坐 —