

健子遊戲 教材

鮑叔良編著



海
勤
奮
書
局
出
版

體育叢書

毬子遊戲教材

編著者

松江亭林小鮑叔良
學體育教員

上海勤奮書局發行

體 育 叢 書

毬子遊戲教材

版權所有 禁止翻印

中華民國廿六年七月初版

全一冊 定價叁角

(外埠加掛號費九分)

編著者 鮑叔良

發行人 馬崇淦

發行所 勤奮書局

上海法租界勞神父路二九二號

門市部 勤奮書局

上海英租界四馬路二七七號

印刷者 華豐印刷鑄字所

上海浙江路五三六號

經售處 全國各省大書局

勤書
奮局

體育叢書

中國唯一之體育叢書——

——教師學生運動員必備

本局爲提倡體育發行體育叢書著作人均係國內外專家貢獻最新體育理論與標準的運動方法歷年以來深蒙政府當局及社會各界之稱許舉凡關於體育原理行政建築歷史體操舞蹈田徑球類游泳以及規則解釋等無不齊備堪稱唯一之體育用書誠如 教育部長王世杰氏之讚美語云『……今幸得上海勤奮書局諸君子熱心提倡發行體育叢書舉凡近世中外優良體育教學方法均有所貢獻將來我國民體育之發展實多利賴……』於此可見本書價值之一斑

原 理

體育原理	中央大學體育科主任 北平師範大學體育系主任 時事新報運動編輯東亞體 專教授	吳蘊瑞合作 袁敦禮	精裝二元二角 平裝一元六角
人體測量學		蔣湘青著	一元九角
小學體育之理論 與方法	湖南省立第一 師範體育主任	陳奎生著	一元三角
民衆體育實施法	江蘇省立教育 學院體育主任	王 庚著	一元四角
健康教育實施法	江蘇省立教育 學院體育主任	王 庚著	一元四角
標準運動實施法	衢州中學體育主任	孫 樞著	四 角
中學體育測驗	新民中學體育主任	龔以恂著	九 角

行 政

體育行政	國立中央大學體育教授	金兆均著	二元二角
中學運動會指南	持志大學體育主任	王復旦著	六 角
怎樣做一個小學體育教師	天柱閣小學體育教員	俞子箴著	七 角
小學運動會指南	小學體育專家	項翔高著	六角半

運動救急法

勤奮體育月報編輯
東亞體育專門學校教師
醫

阮蔚村著
蔣湘青校
汪于岡

六角半

運動衛生

勤奮體育月報編輯
東亞體育專門學校教師
醫

阮蔚村著
蔣湘青校
汪于岡

六角

建築

體育場之建築
及設備

中央大學體體科主任

吳蘊瑞著

二元八角

運動場建築法

上海市體育場指導

王復旦著

一元四角

體育場指南

上海市立第一公共體育
場場長

王壯飛著

七角

體育館之建築
及設備

勤奮體育月報編輯

阮蔚村譯

四角

田徑場之建築
及設備

勤奮體育月報編輯

阮蔚村譯

四角半

歷史

世界體育史略

南開大學體育主任

章輯五著

六角

遠東運動會歷史與
成績

勤奮體育月報編輯
全國體育協進會主幹

阮蔚村著
沈嗣良校

九角五分

全國足球名將錄

勤奮書局

編輯所編

二角

全國男子田徑
名將錄

勤奮書局

編輯所編

二角

全國女運動員名將錄

勤奮書局

編輯所編

二角

林寶華網球成功史

體育記者

蔣槐青編

三角

邱飛海網球成功史

體育記者

蔣槐青編

三角

劉長春短跑成功史

體育記者
山東大學體育教授

蔣槐青編
宋君復校

三角

第六屆全運會畫報

全運會副總幹事

馬崇淦等

三角

第十一屆世運會畫報

世運中國代表

邵汝幹等

三角半

體操

德國新體操

留美體育家

金兆均等

八角

按摩術與改正操

中央大學體育教授
湖南省立一師體育主任

金兆均
陳奎生合輯

二元九角

早操與課間操	中央大學體育教授 湖南省立師體育主任	金兆均合著 陳奎生	五	角
德國復興早操	江蘇省立體育場編輯 上海中等學校體聯教主席	裴熙元合譯 陸翔千	五	角
晨操教材	成都大學體育主任	彭禮南著	七	角
國花圖案健身 操實驗教材	安慶天柱閣小學	俞子箴編	二	角半
童子軍體操	成都大學體育主任	彭禮南著	七	角
基本體操	金陵女子文理學院體育系		一元二角	
中學機巧運動	江南體專教授	鄒吟廬	七	角
非常時期小學遊戲教材		何品豪	四	角
實用婦女醫療操	蘇州女師體育主任	陳韻蘭譯	七	角
舞 蹈				
和緩運動	中央大學體育科教授	張匯蘭編 孫徵和	一	元
舞蹈入門	愛國女學舞蹈教授	沈明珍著	九	角
舞蹈新教本	愛國女子中學舞蹈教員	蔣佩瑛著 陳慕蘭	一	元
歐美土風舞	愛國女學舞蹈教員	沈明珍編	一元二角	
各國舞蹈新選	金陵女子文理學院	體育系編	一元六角	
田 徑				
田徑新術	奮勤體育月報編輯	阮蔚村著	七	角
田徑賽訓練法	國立中央大學體育教授	張恆編	九	角
田徑訓練圖解	東亞體專教員	江良規譯	八	角
田徑賽裁判法	特志大學體育主任	王復旦著	六	角
五項十項訓練法	勤奮體育月報編輯 教育部體育督學	阮蔚村著 郝更生校	九	角半
女運動員 _{臨陣以前}	世界女運動員著名健將	人見絹枝著	九	角
越野跑訓練法	特志大學體育主任	王復旦著	四	角

競走訓練法	光華大學體育指導	陸翔千著	七角
球類			
足球訓練法	蘇省立鎮江公共體育場長	吳邦偉著	九角
足球規則問答	蘇省立鎮江公共體育場長	吳邦偉著	三角
足球成功術	英國足球家	享脫著	五角
籃球訓練法	江蘇省立鎮江體育場場長	吳邦偉著	九角
籃球裁判法	美國籃球指導 光華大學體育主任	聶克爾著 彭文餘譯	六角
美國籃球新術	美國體育記者 上海中華裁判會會員	白爾凱原著 張國勳合著 錢一勤	四角半
女子籃球訓練法	山東大學體育主任	宋君復	一元四角
網球訓練法	第七八九屆遠東運動會 中華網球隊指導	馬德泰著	五角
鐵爾登網球術	美國網球教授 勤奮月報編輯	波魯斯著 阮蔚村譯	五角
網球要訣	美國女籃球家	白瑯女士著	七角
世界網球家	獲勝秘訣 世界網球家	馬迪夫人 海倫雅各白女士著 鐵爾登	四角半
排球訓練法	勤奮體育月報編輯	阮蔚村著	九角
排球裁判法	江蘇省立公共體育場場長	吳邦偉著	五角五分
女子壘球訓練法	山東大學體育主任	宋君復	九角五分
棒球訓練法	勤奮體育月報編輯	阮蔚村著	八角
乒乓訓練法	上海乒乓聯合會會長	俞斌祺著	四角
考而夫訓練法	考而夫專家	姚蘇鳳著	六角
毬子比賽法	上海市毬子冠軍	周桂國著	五角
手球訓練法	勤奮體育月報編輯	阮蔚村著	四角
小學壘球訓練法	小學體育專家	俞子箴著	三角五分

跳繩遊戲百種	勤奮書局編輯	阮蔚村譯	四角五分
--------	--------	------	------

游 泳

游泳訓練圖解	中國游泳會會長	俞斌祺編	五 角
游泳訓練法	上海青年會游泳指導	錢一勤著	一元七角
游泳成功術	英國游泳會指導 中國游泳會指導	英國海傑著 俞斌祺校	六 角
女子游泳訓練法	游泳專家	江良規譯	七 角
游泳之理論與方法	北平法商學院體育主任	王文麟著	八 角

其 他

童子軍營地佈置術	童軍專家	曹 庸 方	二 角 半
童子軍唱歌集	中國一六三七團長	洪惠濤編	三 角

各種運動最新規則

最新田徑運動記分表	中華全國體育協進會審定	五 角
最新 ^{田徑賽} _{全能運動} 規則	中華全國體育協進會審定	一 角 半
最新男子籃球規則	中華全國體育協進會審定	一 角 半
最新女子籃球規則	中華全國體育協進會審定	一 角 半
最新網球規則	中華全國體育協進會審定	八 分
最新足球規則	中華全國體育協進會審定	八 分
最新戶外女子壘球規則	中華全國體育協進會審定	一 角 半
最新男女排球規則	中華全國體育協進會審定	八 分
最新游泳規則	中華全國體育協進會審定	八 分
最新舉重規則	中華全國體育協進會審定	八 分
最新萬國乒乓規則	中華全國體育協進會審定	八 分
最新業餘運動規則	中華全國體育協進會審定	八 分
中小學體育課程標準	教育部公佈	一 角 半
國民體育實施方案	教育部公佈	一 角
男女籃球記分簿	布面精裝 紙面平裝	六 角 三 角

勤奮書局體育叢書

新程準小學體育教本全書目錄

(一) 遊 戲 類

書 名	適用級	編 著 者	冊數	價 格
唱歌遊戲 甲編	低	上海東亞體育專門學校教授 潘伯英	一	四 角
唱歌遊戲 乙編	低	小學體育音樂專家 胡敬熙	一	五 角
故事遊戲	低	上海市立第一體育場編輯 項翔高	一	三角八分
摹仿遊戲	低	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	二 角
追逃遊戲	低中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	三 角
摹擬遊戲	中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	一角五分
競爭遊戲	高中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	三角五分
競技遊戲	低高中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	四 角
鄉土遊戲	低高中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	三角八分

(二) 舞 蹈 類

聽琴動作	低	小學體育音樂專家 胡敬熙	一	四 角
小 歌 舞	中	中國女子體師校長 杜 宇 飛 中國女子體師教授 郁 茲 地	一	五 角

小學	歌 舞	高	中國女子體師校長 杜宇飛 中國女子體師教授 郁茲地	一	五 角
小學	土 風 舞	低中	中國女子體育 師範學校校長 杜宇飛	一	五 角
小學	土 風 舞	高	中國女子體育 師範學校校長 杜宇飛	一	五 角

(三) 運 動 類

	模 仿 運 動	低中	上海市教育局 體 育 視 察 邵汝幹	一	四角五分
小學	機巧運動	中	江南體育 師範教授 鄒吟廬	一	四 角
	小 足 球	高中	湖南省立第一師 範學校體育指導 陳奎生	一	二角八分
小學	田徑運動	高中	體育著作家 東亞體專 阮 蔚 村 教務主任 孫和賓校	一	三 角
小學	遠足登山	低中 高	體育體作家 上海市教局 阮 蔚 村 體育視察 邵汝幹校	一	二角八分
小學	器械運動	高	湖南省立第一師 範學校體育指導 陳奎生	一	二角八分
小學	游 泳	高	體育著作家 中國游泳 阮 蔚 村 研究會會長 俞斌祺校	一	三 角
小學	籃 球	高	體育著作家 阮 蔚 村 兩江女子體師校長 陸禮華校	一	三角五分
小學	排 球	高	體育著作家 東南女體專 阮 蔚 村 教務主任 秦醒世校	一	三角二分

(四) 其 他

小學	姿勢訓練	低中 高	上海市立第一 體育場編輯 項翔高	一	三角五分
小學	準 備 操	低中 高	上海教育局 體育視察 邵汝幹	一	三角五分

小學體育教授細目

小學體育教本

以上兩部空前小學體育傑作
爲小學體育教員必備之教本

各有特長 相輔而行

勤奮書局出版之 **小學體育教本**。自發行以來，全國及海外教育團體，均已採用。編輯旨趣，均依照教育部頒佈小學課程標準。作業要項爲目標，各學年體育運動及遊戲教材；所佔分量，亦經專家殫精竭思從長研討之估計，與教育部之小學體育教授細目，相輔而行，確是小學體育課程之善良教本。自小學體育教授細目頒布以外，此項教本，實爲小學體育之善良補充教本，亦是小學體育教師之良友。內容材料豐富，編輯體系，與細目體制極相脗合，有伸縮活動之配當，在採用者可自由選配，以增教學效能。

上海勤奮書局出版

毽子比賽法

周柱國編

周柱國君爲踢毽子國手，本書係就其個人之經驗而編成，內容十分切實，可供初習者及熟練者之參考。

(定價五角)

跳繩

本書爲日人原著，阮蔚村君執筆

遊戲

翻譯。內供有教材百餘種，可供

百種

中學及小學採用。本書精繪各種

插圖。尤爲可貴。

(定價四角五分)

國花圖案體操實驗教材

俞子箴編 定價二角五分

本書採國花之圖案，編成各種團體操，經實驗多次，適合于表演之用。凡爲小學體育教員者，不可不購。

疊羅漢教材

(定價四角)

捷爾滋著 阮蔚村譯 疊羅漢教

材，于運動會中之團體表演，頗

受觀衆之歡迎，本書搜集教材百

餘種。中小學皆可適用。

勤

奮

體

育

月

報

▲體育專家執筆
▲理論教材並重

是中國首創的體育月報！

是體育教師的萬有文庫！

月出一冊定價每冊二角全
年十二冊二元郵費國內不
收國外三元六角

優待

讀者

舉行

特價

本報旨在提倡教育，復興民

族，貢獻最新體育教材，貫

輸中外體育智識，出版以來

風行全國。為體育教師指導

員，不可不讀之刊物。

勤奮體育月報社出版

勤奮書局發行

總發行所 上海勞神父路三九二號

門市部 上海四馬路二七七號

毽子遊戲教材目錄

第一章 引言 (一)

第二章 毽子的做法 (三)

鷄毛毽子 (三)

鷄毛毽子的又一做法 (四)

紙毽子 (六)

毛繩毽子 (七)

皮毽子 (八)

第三章 毽子的踢法 (九)

文踢類

正踢 (一〇)

反踢 (一〇)

正拐踢 (一一)

反拐踢 (一一)

正空踢 (一二)

反空踢 (一二)

正撞踢 (一三)

反撞踢 (一三)

正挑踢 (一二)

反挑踢 (一二)

正踩踢 (一三)

反踩踢 (一三)

正空拐踢 (一四)

反空拐踢 (一四)

正空撞踢 (一四)

反空撞踢 (一四)

正空挑踢 (一五)

反空挑踢 (一五)

正空踩踢 (一五)

反空踩踢 (一五)

盤踢 (一五)

正車缸 (一六)

反車缸 (一六)

正搖蕩鼓 (一六)

反搖蕩鼓 (一六)

剝菱殼 (一七)

車水 (一七)

次 目

盤挑踢		(一七)
盤踞踢		(一七)
裏應外合		(一八)
四面埋伏		(一八)
上下一心		(一八)
正堆雪		(一八)
反堆雪		(一九)
正下山		(一九)
反下山		(一九)
正上山		(二〇)
反上山		(二〇)
擺渡		(二〇)
打米		(二一)
正繞雪		(二一)
反繞雪		(二一)
正繞挑		(二一)
反繞挑		(二二)
正鏢刀		(二二)
反鏢刀		(二二)
盤球		(二二)
上手背		(二三)

上酒盅		(二三)
上拳		(二三)
上佛手		(二四)
調手背		(二四)
上大刀		(二五)
移東補西		(二五)
上手臂		(二五)
調手臂		(二六)
上胸		(二六)
上背		(二七)
正上肩		(二七)
反上肩		(二八)
調肩		(二八)
前倨後恭		(二八)
右側面		(二八)
左側面		(二九)
調面		(二九)
上頭		(二九)
上正面		(三〇)
掉獅子		(三〇)
金鷄獨立		(三〇)

狗尾巴		(三一)
盤舊迎新		(三一)
鷄啄米		(三二)
搖棉花		(三二)
吃豆腐		(三三)
走馬燈		(三三)
轉糖		(三三)
鑽大圈		(三四)
鑽小圈		(三四)
鬼推磨		(三五)
鳳還巢		(三五)
老鷹捉小雞		(三五)

武踢類

正矮脚跳		(三六)
反矮脚跳		(三六)
正空矮脚跳		(三六)
反空矮脚跳		(三七)
正跳		(三七)
反跳		(三七)
正提		(三七)

反提		(三八)
正空提		(三八)
反空提		(三八)
正環		(三八)
反環		(三九)
正空環		(三九)
反空環		(三九)
正箭		(四〇)
反箭		(四〇)
正空箭		(四〇)
反空箭		(四〇)
正上馬跳		(四一)
反上馬跳		(四一)
正下馬跳		(四一)
反下馬跳		(四一)
正空下馬跳		(四二)
反空下馬跳		(四二)
正上馬提		(四二)
反上馬提		(四二)
正空上馬提		(四二)
反空上馬提		(四二)

正上馬環	(四三)
反上馬環	(四三)
正空上馬環	(四三)
反空上馬環	(四三)
正上馬箭	(四四)
反上馬箭	(四四)
正空上馬箭	(四四)
反空上馬箭	(四四)
開弓矮腳跳	(四五)
開弓跳	(四五)
開弓提	(四五)
開弓環	(四五)
開弓箭	(四五)
開弓上馬跳	(四六)
開弓下馬跳	(四六)
開弓上馬環	(四六)
開弓上馬提	(四六)
開弓上馬箭	(四七)
前跳	(四七)
右跳	(四七)
左跳	(四八)

第四章 踢毽子遊戲

後跳	(四八)
撞跳	(四八)
開弓跳	(四九)
前後跳	(四九)
上下跳	(四九)
搶一千	(五〇)
奪大王	(五一)
爬扶梯	(五一)
萬里長城	(五二)
九連環	(五三)
七挑八拐九車缸	(五四)
打倒矮子	(五五)
點將	(五五)
獸子	(五六)
打擂台	(五七)