

體育場指南

王壯飛著



上海勤奮書局出版

體 育 叢 書

體
育
場
指
南

著 者 王 壯 飛

勤 奮 書 局 發 行

體 育 叢 書

育 場 指 南

此 書 有 著 作 權 翻 印 必 究

中華民國二十年六月初版

一冊全定價大洋七角正
加五成發售
(外埠酌加運費匯費)

著 者

王 壯 飛

發 行 人

馬 崇 淦

發 行 所

勤 奮 書 局

印 刷 所

華 豐 印 刷 鑄 字 所

代 售 處

中 華 全 國 體 育 協 進 會

上海 (西門)市一公共體育場標準運動器具公司化南書店(中央路)華東
運動器具公司四川路強華運動公司連長記網板號(馬路)世界書局開明書
店泰東書局河南路啓新書局文華發行所南京路文明書局(尙文路)尙文商
店(金神父路底)明華書店北四川路精武體育會儉德儲蓄會徐家匯(蘇新書
店)真茹南新書店(江灣)復新書店

(新)家 坡世界書局南京共和書局(杭州)世界書局古今圖書小說休閑
明書店文藝書店蘇州文怡書局無錫文華書局藝羣書局(常熟)常熟書局
(江陰)四書民社(江)中央書局商務分館(南通)南通日報營業部松江世界
書局(安慶)世界書局特約所(長沙)商務書局天津天津書局世界書局民治書局長沙
書局(重慶)平民書店福州左海書局中華書局世界書局民智書局共和書局華南書
局(吉林)裕興書莊(泰縣)大同書局濟南中山書局及各埠各大書局

體育叢書序言

中華全國體育協進會會長張伯苓

中國稱病夫，久矣！近年國人始知推求吾族致病之原，與夫其他民族所以健全之由來，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事，目覩彼族對體育進步，真足驚人，迥非吾族一蹴可能幾及。但有志者事竟成，故不揣冒昧，當爲今後吾國體育改進，擬有治標治本二法。治本卽自中小學起施行強迫體育教育，養成青年體育之愛好；治標卽常與本國或外國隊作長時間多次數之比賽，藉增經驗，而免怯陣。二者並進，再益以精良訓練，將來自不無成效可言。茲之體育叢書所載，皆不啻吾藥籠中物，治標治本，隨在可以取材者也。有功於體育前途之發達，之改進，爲益甚大，故樂爲之序，一爲吾國關心體育者正告焉！

王壯飛先生

(本書著者)



王壯飛

在本書脫稿之後，我還有些意思，須得提前告訴讀者。中國的體育事業，實在太幼稚太不普及了，尤其是社會體育！全國各省市縣所設的公共體育場共有幾所？所有的公共體育場成績怎樣？一經調查，我們便嗒然若喪了！平心以論，公共體育場數量的不多，辦理公共體育場者固不任其咎；公共體育場成績的不良，辦理公共體育場者也不能盡任其咎。爲什麼呢？（一）經費過少，職員薪俸微薄，另行兼職；辦公費用不敷，因陋就簡。所以，場地荒蕪，器械敝壞，運動之人，裹足不前，幾成公共體育場的通病。（二）民衆多無業餘時間，像舊式商店中的伙計，小工廠中的工友，既無星期假日，又不規定工作時間，白天到晚，忙個不了，還有什麼辦

法呢！他如力田的勞農，作息雖可自主，但迫於生計，利用農隙，做些額外的工作，亦爲普遍的事實。所以，非工商特盛之區，大工廠及新式商店林立之地，公共體育場縱辦理完善，亦難得多數運動之人。要解除第一個難題，教育當局須規定公共體育場職員爲專任職，給予較豐的薪水；辦公費尤不可短絀，至少須與俸給總數相等。要解除第二個難題，行政當局，須頒佈惠工條例，限制工作時間，予農工商各界以業餘運動的便利。要完成這兩個目的，須要使多數人士惕然於社會體育衰落的可危，同抱努力建設的願望，非惟教育行政當局是這樣。本書第一第二章中，反復致意於社會體育的效能，公共體育場的需要，無非爲此。

至於社會體育的實施方法，自愧無深切的研究，作多量的貢獻。自第三章以至編末，只就十數年來，經驗所得，爲忠實之報告而已。但我自信，辦理公共體育場，本無固定的方法，能忠於其事，力謀運動人數的增

進體育功效的完成，怎樣去實現理想，怎樣去銷除障礙，時時留心，刻刻注意，一切很合實用的方法，自會源源而來，狃於成法是不行的。一得之愚，常以此自勉勉人。

研究公共體育場的專書，在中國尚未見過，草創之作，錯誤和掛漏，當然是免不掉的，我很希望讀者多加指正！並希望研究社會體育的同志，各就所得，著成較完美的作品，以餉國人！

(中國) 中華全國體育協進會會長 張伯苓先生為大讚美

(空前)

(專書) 運動員體育教師不可不備 看球者各種學校

體育叢書

體育專家 吳邦偉先生精心傑作

足球訓練法 定價九角 特價八角一分 郵費一角 國外郵費四角

足球規則問答 定價四角 特價二角八分 郵費四角 國外郵費二角

籃球訓練法 定價九角 特價八角一分 郵費一角 國外郵費四角

(本局) 吳君根據學理經驗。精心著成三書。除文字外。有圖表百餘種。詳述科學的訓練方法。並示遊戲姿勢。各書印刷十分精良。

(已出) 郵寄掛號加六分

(版者) 郵票購書十足計算

學生指南

卅餘專家合著 全國學生必讀

- 本書六大特點——
- 一、詳述研究學問方法
 - 二、指導修養謀生途徑
 - 三、卅餘教育家之結晶
 - 四、三十萬言字字珠玉
 - 五、排法新穎裝訂優美
 - 六、並載著者肖像小史

定價每冊二元 特價一元二角 郵購另加郵費一角二分

男女結婚指導

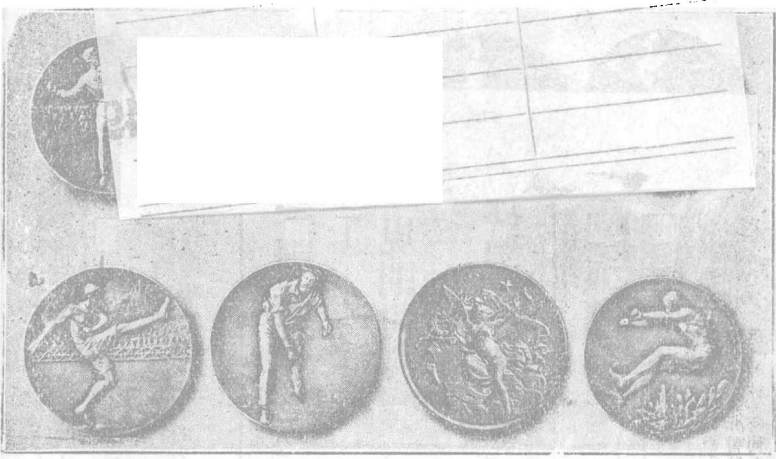
是書係各專家之傑作。分作倫理方面結婚指導(劉麟生)。教育方面結婚指導(廖茂如)。法律方面結婚指導(羅紹伊)。經濟方面結婚指導(唐慶增)。心理方面結婚指導(艾偉)。生理方面結婚指導(中國賓)。美育方面結婚指導(徐慶譽)等七篇。極有價值。上海市社會局潘公展局長亦著有「序」。尤為特色。手此一冊。即不難獲得美滿婚姻之總解決。凡在物色配偶中之士女。戀愛進程中之青年。婚姻進行中之男女。以及已結婚或失戀者。均宜一觀此書。

定價每冊七角 特價五角 郵費六分 掛號外六分 加號分

勤奮書局新出版

門部三路平謝益所 市在馬望街印

上海法界新界路卅九號



美術獎章

武樣新奇
藝術彫刻

是

運動家的結晶
提倡體育的工具

獨家專售
空前創作

承接

團體證章
紀念指戒
軍政勳章

鉤心鬥角
燦爛光耀

形象圖案

惟妙惟肖

專家設計

機械製造

倣古求新

八百餘種

工商獎章

人物紀念

標準運動器具公司

上海老西門口中華路一四三〇號(電話南市一四七)

體育場指南目錄

第一章	學校體育與社會體育	一——七
第二章	公共體育場與社會問題	八——一八
第三章	辦理公共體育場的方畧	一九——二五
第四章	公共體育場的組織	二六——三七
第五章	公共體育場的建築及設備	三八——六四
第六章	公共體育場的開放	六五——六九
第七章	公共體育場的管理	七〇——七八
第八章	公共體育場的工作	七九——一二〇

體育場指南

王壯飛著

第一章 學校體育與社會體育

體育是以身體活動爲徑路的一種教育。不論智德體羣美那方面，都有相當的貢獻；施之於體，而其效實不限於體。觀於體育目的的包含，就可以知道了：

- (一) 發達軀體。
- (二) 改良姿勢。
- (三) 發展合用的體力。
- (四) 增進各官體的生活機能。
- (五) 儲蓄豐厚的元氣。

- (六)發達全神經適當的感應。
- (七)養成正當的運動精神及習慣。
- (八)習有衛生及運動的知識。
- (九)啓發奮鬥、發明、勇往、專注、熱情、鎮定等主動性。
- (十)陶鑄服從、注意、忍耐、模仿等被動性。
- (十一)滋長自尊、自信、自制的力量。
- (十二)獲得交誼、合羣、效忠團體、犧牲一己等良好的社會性。
- (十三)培成誠實、公平、正直、大量和藹等君子的態度。
- (十四)養成愉快、活潑的精神。
- (十五)造就領袖的才幹及責任心。
- (十六)能遵守一切規則及法理，尊重裁判員及長官。
- (十七)消除私心、妒忌、欺詐、暴戾、貪得、仇視、驕慢、羞怯等不良的意

念及習慣。

上述諸目的，在天眞爛漫的兒童時代，欣欣向榮的青年時代，功效最著。在發育已全的壯年時代，也還有改造進展的力量。到了齒髮凋謝的老年時代，雖不能逆生理上的順序，發榮滋長，萬象回春；但保持身心固有的健康，展緩衰頹的時期，是可能的。統觀縱橫，論功考實，我們才敢說體育是人生必要的教育，也是人生不可一日間缺的教育。人類縱有性別、年歲、智愚、強弱、貧富……的差分，需要體育是一樣的，至多不過分量方式的變換而已。因爲，健全的體魄，明敏的腦筋，快活的精神，合用的技術，適應環境的心性習慣，不論你是男是女，是少是老，是智是愚，是強是弱，是貧是富……於現在或將來，一律急切的需要，即一律繼續不斷的企求。其關連的程度，與魚之於水，花木之於陽光雨露，相差無幾。所以，學校之內有體育，學校之外無體育，根本上不能成立這種說素。學校體

育更重於社會體育，完成了學校體育之後，再講社會體育，也是一種不通的主張。除非學生是人，非學生不是人，學生時代，有改善個人增進幸福的願望，非學生時代，沒有改善個人增進幸福的願望，才能否認我這個論斷。求其明澈，再分析言之：

在義務教育尚未普及的中國學齡兒童，不能享有入學權利的，當然不少。即以教育事業素稱發達的上海而論，全市人口二百七十餘萬，學齡兒童至少該佔七分之一，在三十八萬五千以上。據上海市教育局最近調查，全市小學生數共三萬一千人，那末，失學兒童就有三十五萬以上之譜。這大批的失學兒童，既無緣承受應得的教育，又無由完成體育諸目的，將此很寶貴的黃金時期，蹉跎過去，鑄成終生的大錯，人世間悲慘殘酷之事，孰有甚於此者！論理，失學兒童的需要體育，更甚於入學兒童。我們雖不敢誇大其詞，以社會體育代學校教育爲口號；但在兒童

時代，予以適切的體育方法，把他的身體組織，心思才力，慢慢地從另一方面發展起來，也未始非失之東隅，收之桑榆的辦法。否則，既無雨露之露，又缺灌溉之功，怎能免於枯槁絕滅呢！這是急需社會體育的第一點。

自幼而少，自少而壯，自壯而老，永遠沈浸於學生生活中，遂追求知識之慾，脫社會塵濁之氣，固然是人生無上的幸福。可惜天不從人，事與願違，在個人的遭際上，不許你這樣幹；在人羣的組合上，也不許你這樣幹。所以，不論你向學之心，如何的熱烈，遲早總有脫離學校生活的一日，即遲早總有脫離學校體育的一日。假使，沒有社會體育爲之接替，那就糟了！第一層，組成我人身體的細胞，時時刻刻的崩裂生長，新陳代謝，故昨日之我，不盡是今日之我，今日之我，不盡是明日之我，昔日造成的好身手，不能完全遺之於今日，今日自病其羸弱，何難改造於來日，不斷的鍛鍊，才得不斷的健全。第二層，在身體上長時期的習於體育訓練，在心

意上長時期的飽嘗體育興趣，一旦斷了這種訓練，絕了這種興趣，其困頓無聊，正和飛翔長空，歌唱高枝的好鳥，閉鎖在樊籠裏一樣，縱不抑塞以死，亦必萎靡不振。總合言之：跨出校門，便與體育絕緣，顯見是不妥當的。這是急需社會體育的第二點。

夏蟲不知冬冰，未歷體育訓練的人，那裏會認識體育。小學生的家屬，慣鄭重其事的向校長或級任教師，提出意見道：「小兒體質柔弱，經不得勞苦，能免上體育課最好；否則，萬萬不要使他做賽跑踢球等遊戲。」這是一種表示。小學校長及級任教師，每多在週會時，諄諄不倦的演述體魄越練越强，精神越用越出等類的至理名言。但證之事實，他們動息之地，只限於課堂、寢室、教員預備室……從未涉足操場，參加兒童遊戲。這又是一種表示。當盛大的運動會開幕時，例須有提倡體育的先生們，彎腰駝背，袖手雍容的高談病夫的可恥，體育的效益。這又是一種表