

隼子运动





褚民誼先生著

毬子運動

黃少瑜署於





動 運 子 毬

鍵子見帝系事物略。唐釋道宣高僧傳二集。卷十九。佛陀禪師傳。入後。將度有像。沙門慧光年立十二。在天竺井欄上。及踢踞錯。一連五百。眾人誑玩。異而歎之。佛陀北魏孝女時人。當以中名鍵子。曰踞錯。錯後出生。唐初曰車轄。下篇曰車轄。音即說文轄字。者。譌說文錯字。錯。錯大初平也。方言。軼。軼。關。東西曰館。趙魏之間曰鍊。錯。錯集韻。亦曰平。錯。鍵說文。錯也。一曰車轄。是鍵而錯曰錯。鍵子者。為鍵子。鍵亦長出字。下字。車轄。亦係。帝系。草。如。以。

正立視之、亦一大鏈子。故鏈子既取鍊便之形、並
 取車輪之形、即鏈子為車輪、亦以形似。鏈子一
 本名為鏈鐵、亦謂形如車輪、置於地上也。亦以
 又可推見鏈子所以成為地足一鏈具、其物亦本
 為地上之作品、偶因故舊厚版、踏足成鏈、後有
 意極、遂依式仿為一、獨立為地足一鏈、以行物。
 蹠亦如出之、不見其文。楚辭、其蹠曰、此其從以
 為行兒、據此而足蹠、陽陽一辭、而神賦、羅
 襪、蹠蹠而容、上以蹠蹠、小步、曰、蹠蹠、乃今以
 蹠蹠、後步一鞋也。楚辭、其蹠、立言、眾人相

促而進、以去著小步、一鞋、後、一鞋進也。履、一有飾
 以約、束、其、衣、乃、刊、飾、于、履、頭、跳、舞、一、鞋、必、有、華
 飾、不、得、言、矣。古、一、為、飾、皆、以、珠、玉、金、翠、。其、履、已
 所、習、向、蹀、躞、一、前、身、也、謂、飾、跳、舞、鞋、頭、一、以、金
 圓、板、假、然、絨、鞋、上、略、以、綵、絲、一、物、既、獨、立、而、為
 毬、子、也、先、刻、圓、板、假、然、絨、促、則、假、耳、毛、取、少、矯、捷
 最、長、插、雜、毛、後、進、左、令、裝、只、就、逐、摩、扎、履、也。
 或、於、六、朝、隋、唐、室、一、戶、內、戶、外、皆、可、資、以、進、動
 一、動、具、也。只、為、益、不、小、。凡、諸、元、主、已、詳、言、一、不
 贅、述。因、先、生、命、象、書、卷、說、文、毛、毬、字、因、以、故

為考之。此物初名蹠。便於通候。則稱鏈子。妄
 人因見其毛。改鏈為鏈。故常奉藥物。收亦引誘。
 所云也。其實鏈乃指其底。用金局板。而新已足。
 故並記其說。札走車。以質。博雅君子。未詳其此
 物。一歷史。雅故為古。非候物也。吳越恒志。

鍵子為自來女兒閨中妙戲既巧且美而於體育尤有大益余家三姊皆優為之今讀稚暉先生為民誼先生著鍵子運動所作敘乃知古來男子亦頗善此並不限於女兒也自今以後此技將因兩先生之運動而重光於華夏或且傳布於世界他日青年兒女聯合運動不尤較美於互擁之跳舞也乎

民國二十二年春月

傳賢敬題



張序

嘗觀夫兒童佻健遊戲不遑寧處生機洋溢及其成年而壯而老運動亦依次減少終趨於沉寂以爲少好動而老好靜自然之程序固如是也及從生理心理兩方面研究之始知有不盡然者蓋人之既壯事務縈心戕賊滋多運動則所不暇及身體因以衰弱馴至鬢髮蒼蒼而傷夫遲暮矣流水不腐戶樞不蠹此人所習見者運動之於人體可推而知之邊勒特氏曾本此意自創運動方法身體而力行之其結果由五十歲之衰翁鍛練成爲七十歲之壯士尙與人馳逐運動場而獲首選世人傳爲美談其功用亦可

謂偉矣健全之人常有誠摯感情優美體格高尚思想故運動且爲涵育真美善之要件不寧惟是卽民族文化興衰亦於是卜觀希臘之往事可爲殷鑒讀史者未嘗不致慨於希臘文化之花與體育之花以俱萎也吾國素不注重體育一般民衆尤缺乏運動之常識與機會頽然不振者觸目皆是民族前途之可慮孰有甚於此者褚民誼先生力挽頽風獎勵體育深自鍛練以爲民倡近且以關於體育之常識著爲毬子運動一書將行世迺承賜閱稿本不勝佩慰毬子者兒童之玩物最普遍之運動器具也先生以是名書其將以示提倡民衆運動而返吾民族精神於生機洋溢之兒童時代歟因樂爲之序

凡例

(一) 本書所載各種毬子運動式樣。由著者將本人所能踢的各種普通式樣。加以毬子專家之特別式樣而說明之。各式均有附圖。

(二) 上列各種式樣。其名稱根據於各處通俗流行者。加以更正或創制。以期劃一。

(三) 毬子運動。祇限於腿脚。故過膝以上之各種式樣不列。

毬子運動目次

題簽 吳敬恆 蕭瑜

吳敬恆序

戴傳賢序

張治中序

凡例

引言

第一篇 毬子運動式樣

第一章 平毬

- | | | |
|-----|--------|-------------|
| 第一節 | 右踢左踢 | 第一圖 |
| 第二節 | 左拐右拐 | 第二圖 |
| 第三節 | 右尖左尖 | 第三圖之一 第三圖之二 |
| 第四節 | 右跟左跟 | 第四圖 |
| 第五節 | 右底左底 | 第五圖 |
| 第六節 | 右鞋頭左鞋頭 | 第六圖 |
| 第七節 | 內鞋面外鞋面 | 第七圖 |
| 第八節 | 鞋跟 | 第八圖 |
| 第九節 | 鞋底 | 第九圖之一 第九圖之二 |
| 第十節 | 蹦尖 | 第十圖 |

第十一節 撞膝 第十一圖

第十二節 偷踢 第十二圖

第十三節 轉踠 第十三圖

第十四節 轉尖 第十四圖

第十五節 轉鞋頭 第十五圖

第十六節 轉鞋面 第十六圖

第二章 跳毬

第一節 交 第十七圖

第二節 踠 第十八圖

第三節 提 第十九圖

第四節 內跨 第二十圖

第五節 外跨 第二十一圖

第六節 雀 第二十二圖

第七節 跳尖

第八節 跳踢

第九節 跳拐

第十節 跳跟

第十一節 雙跳尖 第二十三圖

第十二節 雙跳拐 第二十四圖

第十三節 雙跳跟 第二十五圖