

年

卷

期

1

11

第

第

# 奮勤

# 體育

## 游泳網球專號



第一卷 第十一期

上海勤奮書局發行



門老上  
口西海

上海大華公司

造製械機  
案圖象形  
有維妙維

章獎術藝  
創首國全  
計設家專



# 體育界好消息

## 自強體育用品社

### 仿製德式手球成功

本埠法租界太平橋自強體育用品社，開幕以來，因出品精良，定價低廉，頗受體育界歡迎。前次南京中央大學體育科向該社定製德式手球一批，刻已製就。原料採用國貨，式樣與德國手球完全相同。第一批曾於上星期運京，經體育專家吳蘊瑞，吳徵，郝更生試用後非常滿意。現在中央大學體育科，決定再添製一批，刻下正在趕製中，不日即可出貨。各埠大中小各校，如需要此項德式手球者，可向該社定製，約期交貨。

#### ▲營業要目

#### ▲運動器具

#### ▲體育書報

#### ▲童軍用品

#### ▲銀盾徽章

#### ▲服裝鞋襪

#### ▲無不齊備

#### ▲承蒙光顧

#### ▲無任歡迎

## 介紹體育新書

浙江朱士方編譯

五版游戲教材

五角

四版柔軟操教學法

四角

三版歌舞游戲

四角

三版球(五十種)戲

四角

再版早操教本

四角

再版米勒氏呼吸運動圖

四角

新編體育實用會話

八角

新譯龐枚氏啞鈴操

四角

新編鄉土游戲

四角

發行所

上海體育書店

批發所

勤奮書局 生活書店 作者

外埠各大書局均有代售



# 初中男生體育教授細目

現已出版  
出版預告

教育部編

▲全部分三冊

▲每冊七角五角

勤奮書局發行

教育部中小學體育課程編訂會編成之初中體育教授細目，凡十三萬四千餘字，將通令全國於下年度起，遵照實施，是項細目之編製，於第一學年時游戲佔百分之三十，球戲佔百分之十六，田徑運動佔百分之二十，器械運動，（包括機巧運動活潑器械運動及木馬雙槓等），佔百分之二十七。第二學年起，游戲漸減，球戲漸增，田徑略有增加，器械運動漸加，第三學年，增加護身活動授各國嫺用之徒手攻守方法，及我國固有之國術，則每學期必須學習，佔全教材六分之一，由中國術館負責編輯，韻律活動，因對男生無大興味，未編入。游泳一項，於有設備或氣候合宜之處實施，北方有溜冰設備之處，得以溜冰代冬季教材，各項運動之排列，按季候之不同分列，每學年內，田徑在夏初兩季，器械在春冬兩季，足球在秋季，籃球在春冬二季，壘球在夏季，游泳則四季皆有。現該項細目全文，已由本局代印發行，共計十萬冊，下月底出版，分發各校應用。

## 初中女生體育教授細目

教育部編

本書亦係教育部編輯由勤奮書局發行  
全書現已脫稿即將付印八月底可出版

## 高中男生體育教授細目

教育部編

八月底出版

本書由教育部編訂內容精良教材豐富為中國空前專書通令各校一體採用

## 高中女生體育教授細目

### 小學

### 體育

### 教授

### 細目

本書教育

部編輯適

於高中女

生之應用

現已脫稿

八月底與

男生體育

教授細目

一同出版

本書由教  
育部編  
全書適於  
小學六年  
之應用八  
月底出版

行銀員會會公業同業行銀市海上

# 行銀貨國國中

節儉儲蓄

是新生活運動標語之一

利息優厚

是本行儲蓄部特點之一

(詳章備索)

號六十八路津天海上  
五至一六一一  
八六一六

行總  
話電  
號掛報電

# 勤奮體育月報

優待讀者全年十二册  
祇收二元正郵費在內

▲本報宗旨提倡體育復興中國。邇因強鄰侵食，國難臨頭；雖復興方法，萬緒千端，但提倡體育，實為要圖。本局有鑒於斯，延請全國體育專家，編著有系統之「體育叢書」外，並自二十二年十月十日全國運動大會開幕日起，每月發行「勤奮體育月報」，藉以對於體育界，作進一步之貢獻。

▲內容豐富切合實用畫文並茂。內容：圖書文字並茂，體育學理，競技訓練兼顧；介紹新體育理論，討論學校社會體育理論，行政，供給中小學體育教師教材，研究運動競技方法；並採訪中外體育界消息，作系統之紀載。此實為大中小學校當局體育教師，及學生必備之刊物。

## ▲全國體育專家輪流擔任著述

本報絕對公開，歡迎投稿，並延請全國體育專家擔任著作，略舉姓名如下：

積民龍	黃麗明	董守義	邵汝幹	高梓	彭禮南	夏翔	楊效讓	杜宇飛	王壯飛	胡壽彭
張伯苓	許明輝	方萬邦	趙文瀾	宋君復	蔣湘青	許禹生	孫和賓	陸翔千	項翔高	龐紫石
沈良	馬約翰	徐紹武	吳邦偉	宋如海	王庚	吳國南	朱了洲	潘伯英	鄒吟虛	郭維森
張信宇	郝更生	劉雪松	俞樹梅	凌希陶	朱君澤	吳德懋	陸佩萱	李繼元	蔣佩英	趙少梅
吳蕙瑞	金兆均	彭文餘	張鍾潘	錢一勤	張匯蘭	陳奎生	王復且	沈明珍	陳慕蘭	夏鑄
袁敦禮	丘紀祥	彭三美	陳伯青	程登科	崔亞蘭	鄭揚新	陸禮華	張恆	顧舜華	張家勤
陳英梅	章輯五	申國權	王健吾	謝似顏	蔡慧一	涂文	秦醒世	斐煦元	張建業	姚時安

## 勤奮體育月報 單定

茲寄上大元 角訂購  
貴報 份(自第 卷第 期至第 卷第 期止)乞  
查收為荷此致

上海法租界勞神父路三九二號

勤奮書局體育月報社發行部收

(通信處)

(注意)報費請由銀行或郵局匯寄如不通匯兌之處可以一分郵票代用

啓

### 本報定價

全年十二册定價二元  
郵費奉送  
國外寄費全年二元  
二角

日本朝鮮照國內  
香港澳門照國外

# 教育部長王世杰

## 對於「體育叢書」之讚美詞

王世杰

我中華民族以文弱召東亞病夫之譏，由來已久。自學制革新，體育始在教育上佔相當地位。惟其設施僅限於學校，迄未普及社會大眾；即在學校，亦往往僅以選手比賽爲目的，殊失體育之真義。

吾人須知教育真正目的，爲整個機體生活之訓練，體育雖係人體大肌肉活動，足以助健全發育而增健康，然其效果必由生理作用引起心理上之變化，對於智育·德育·羣育·美育俱有密切關係。故欲充分發揮教育效能，發展體育實爲主要工具。且以今日國民健康之低劣，與民族精神之萎靡，欲延續民族生命免於自然淘汰，尤非普及國民體育不爲功。是以近來體育科學化與大眾化運動，已漸爲國人所重視。

政府爲推行國民體育，於民國十八年四月公布國民體育法，二十一年八月召開第一次全國體育會議通過實施國民體育具體方案。今更幸得上海勤奮書局諸君熱心提倡，發行體育叢書，舉凡近世中外優良體育教材及方法，均有所貢獻。將來我國國民體育之發展，實多利賴，予此祝其成功。



勤奮書局新課程標準

「小學體育教本」編輯要旨

▲小學教師備此教本走遍全國學校

推究吾國民族體質衰弱的原因，雖有多端，但小學體育的不發達，實為其主因。當在天機活潑遊戲本能次第表現的兒童時代，若不與以適當的體育訓練，忍把他的天機泯滅，本能消失，豈不大謬；待既泯滅既消失後，欲再挽回，恐費千鈞之力，已是無濟。所以，現在全國各省市各縣區的運動會，雖頻年舉行，民衆運動場所，雖次第增設，結果運動依然是少數人的娛樂，健康依然是少數人的專利品。

論外表，小學校中，何嘗不注重體育呢！每週定有正課，按時教學之不足，又有早操及課外運動的補充；因一校單獨運動會之不足，又有分區及全縣聯合運動會的舉行。在教育當局，總算盡教學和鼓勵的能事了。論實際，則小學體育的實施，各自為政，取材教法，漫無標準，運動的種類不全，分量的輕重失當，程度的高下不分，幾乎所在皆是。即兒童對於體育課，既沒有什麼興趣，體育課對於兒童身體，也沒有什麼效益，對教育上的價值，更是談不到了！

二十一年教育部做了一件重要工作。聘請專家，確定小學體育課程標準，十月二十日公佈，並規定自二十二年度第一學期起實施。歷久不能解決的小學體育課程問題，才得統一合理的標準，據此以行，不難打破從前混亂的局面，而漸入於光明之路。

▲最新教材用之不竭包君終身無憂

但是，教部頒布課程標準，是第一步工作，要實現這標準，還須有第二步工作。第二步工作是什麼呢？是教本的編訂。因為沒有切合的教材與教法，標準是決不能夠實現的。舊時出版的體育書籍，陳腐支離，用以實現新標準，正似方枘圓鑿，緣木求魚，所以，這編訂教本的第二步工作，是現時最重要最切實的工作。

本局素以促進民族健康的使命自負，努力編印「體育叢書」，作實際的提倡，對於這件編訂小學體育教本的重要工作的完成，當然責無旁貸。但是，我們知道這件重要工作，不是草率所能了事，所以我們在事前經詳細的規劃，決定三個要旨：（一）質量要精，須與新標準照合無間。（二）分量要多，使教育者應用不盡。（三）富有彈性，適應各地小學校的情形。根據這個要旨，我們便確定下列的辦法：

（一）求質的精 所以，根據小學體育課程標準中作業的類別，分別延請對於小學體育富有研究和經驗的體育專家，擔任著述，出其所長，蔚為巨編。

（二）求量的多 所以先擬定各類材料相當的分量，就這相當的分量，再增加倍數，以成合理的豐富。講到教材的類別，小學體育課程標準中，定有下列的各學年作業要項：

類別	學年	時間
遊	第一、二學年	每週
	第三、四學年	每週
戲	第一、二學年	每週
	第三、四學年	每週
舞蹈	第一、二學年	每週
	第三、四學年	每週
運動	第一、二學年	每週
	第三、四學年	每週
其他	第一、二學年	每週
	第三、四學年	每週
註附		

一、唱歌遊戲 二、故事遊戲 三、追逃遊戲(包括拍人遊戲) 四、摹擬遊戲 五、競技(如跳繩、豆囊等) 六、椰子遊戲	一、追逃遊戲 二、競技(如跳繩等) 三、競爭遊戲 四、摹擬遊戲 五、椰子遊戲	一、競技(如跳繩、豆囊等) 二、競爭遊戲 三、椰子遊戲
七、聽琴動作 八、簡易土風舞 九、模仿運動 十、遠足,登山等	六、歌舞 七、土風舞 八、模仿運動 九、機巧運動 十、簡單的球類運動 十一、田徑運動 (1)短跑 (2)跳遠 (3)擲遠 (4)立定跳遠 (5)跳高 十二、遠足,登山等	四、歌舞分 五、土風舞 六、球類運動 七、田徑運動 八、器械運動 (1)低架高架 (2)墊上運動 九、游泳 十、遠足,登山等
十一、姿勢訓練 十二、準備操	十三、姿勢訓練 十四、準備操	十一、姿勢訓練 十二、準備操

不過對各要項的分量支配，教部現正通令徵集各省市教育廳教局的意見，尚未確定公佈；而新標準實施在即，編訂教本，勢難再延。本局鄭重起見，特邀請專家多人，擬一各類材料分量的百分比列表如下：

材料類別	第一、二學年	第三、四學年	第五、六學年
百分比數			
材料類別			
百分比數			
材料類別			
百分比數			

這百分比數，係根據各類運動性質，與兒童身心發育的狀態而定，配合很為精密，與將來教部所頒布，即有出入，也極微細。分量定了，我們再商請各著述者依據百分比比較，使教授者之於材料，展卷即是，應用裕如。

(三)求富有彈性，所以，全書不取按時定課，程序的編制。而用因材分類，前後一貫的編制。但於年級的高下，程度的淺深，仍井然有緒。例如：遊戲中的唱歌，故事，追逃，摹擬，各種編制，鄉土等類，各分訂成冊，照上表的百分比，順次排列。這級本學期，各校可自為的教材，開始時，照上表的百分比，授實行的依據。這級本學期，各校可自為的教材，開始時，照上表的百分比，宜，不受教本上的拘束，得免削足就履的弊病。因時因人而制，才成我們個上的小學新法，集許多人的精力，積半年餘的工作，民能否發揮無遺？兒童受到這種訓練，將來能否成爲健全的替，我們實驗！並把實驗的結果，告訴我們！

項目	第一、二學年	第三、四學年	第五、六學年
唱歌遊戲	一	一	一
故事遊戲	五	五	五
追逃遊戲	一	一	一
摹擬遊戲	五	五	五
競技	五	五	五
椰子遊戲	五	五	五
聽琴動作	一	一	一
簡易土風舞	五	五	五
模仿運動	一	一	一
遠足登山等	五	五	五
姿勢訓練	五	五	五
準備操	一	一	一

傑專體全  
作家育國

# 體 育 叢 書

專 未 空 中  
書 有 前 國

- |                                       |                                     |                                      |                                    |   |  |   |   |                                   |  |                              |                               |   |                               |                                       |                                       |  |                                     |   |  |  |  |                                      |   |
|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|---|--|---|---|-----------------------------------|--|------------------------------|-------------------------------|---|-------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------------|---|--|--|--|--------------------------------------|---|
| 舞 蹈 新 教 本 一<br>元<br>蘇省立無錫中學教員<br>陳莫蘭著 | 舞 蹈 入 門 九<br>角<br>愛國女學校舞蹈教授<br>沈明珍著 | 中 學 機 巧 運 動 印 刷 中 江 南 體 師 教 授<br>鄒吟編 | 基 本 體 操 九<br>角<br>金陵女子文理學院<br>體育系編 | 德 國 復 興 體 操 五<br>角<br>江蘇省立體育場編輯<br>裴熙元譯 | 童 子 軍 體 操 七<br>角<br>四川成都大學體育<br>主任彭壽南著 | 實 用 按 摩 術 正 與 改 二 元 九 角<br>湘省立一師體育科教授<br>陳奎生譯 | 早 操 與 課 間 操 五<br>角<br>中央大學體育科教授<br>金兆均著 | 運 動 救 急 法 六 角 半<br>大同大學校醫<br>汪子岡校 | 人 體 測 量 學 一 元 九 角<br>前復旦大學體育主任<br>蔣湘青著 | 運 動 衛 生 六 角<br>體育著作家<br>汪子岡校 | 體 育 場 指 南 七 角<br>育場場長<br>王壯飛著 | 體 育 建 築 及 設 備 專 科 通 用 東 北 大 學 體 育 科 專 任 吳 蘊 瑞 著<br>二 元 八 角 教 授<br>師範應用前光華大學體育主任<br>王復旦著 | 體 育 場 指 南 七 角<br>育場場長<br>王壯飛著 | 邱 飛 海 網 球 成 功 史 三 角<br>申報體育記者<br>蔣槐青編 | 林 寶 華 網 球 成 功 史 三 角<br>申報體育記者<br>蔣槐青編 | 遠 東 運 動 會 成 功 史 九 角 半<br>全國體育協進會主幹<br>沈嗣良校 | 世 界 體 育 史 略 六 角<br>南開大學體育主任<br>章韓五著 | 小 學 運 動 會 指 南 六 角 半<br>江蘇省立第八中學體<br>育主任王復旦著 | 標 準 運 動 會 指 南 四 角<br>浙江省立第八中學體<br>育主任孫植編 | 健 康 教 育 實 施 法 一 元 四 角<br>江蘇省立教育學院體<br>育主任王庚編 | 民 衆 體 育 實 施 法 一 元 四 角<br>江蘇省立教育學院體<br>育主任王庚編 | 體 育 行 政 二 元 二 角<br>中央航空校體育主任<br>金兆均著 | 體 育 原 理 精 裝 三 元 二 角<br>平裝 二元六角<br>中央大學體育科主任<br>吳蘊瑞著 |
|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|---|--|---|---|-----------------------------------|--|------------------------------|-------------------------------|---|-------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------------|---|--|--|--|--------------------------------------|---|

- |   |                                    |                              |   |                                |                                  |   |                                |                                   |                                  |                                 |                                    |                                    |                                     |                                      |                                       |                                    |                                     |                                    |                                    |                                    |                                      |                                 |                                    |   |  |
|---|------------------------------------|------------------------------|---|--------------------------------|----------------------------------|---|--------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|---|--|
| 網 球 訓 練 法 五 角<br>遠東運動會中華網球<br>隊指導<br>馬德泰著 | 鐵 爾 登 網 球 術 五 角<br>美國網球名教練<br>波魯斯著 | 網 球 要 訣 七 角<br>美國網球名家<br>白瑞著 | 世 界 網 球 家 秘 訣 四 角 五 分<br>蘇省立鎮江體育場場長<br>吳邦偉譯 | 排 球 訓 練 法 九 角<br>運動著作家<br>阮蔚村著 | 棒 球 訓 練 法 九 角<br>南華體育會幹事<br>蔡慧一著 | 女 子 壘 球 訓 練 法 印 刷 中 山 東 大 學 教 授<br>宋君復著 | 手 球 訓 練 法 四 角<br>體育著作家<br>阮蔚村著 | 兵 球 訓 練 法 四 角<br>上海兵兵聯合會會長<br>俞斌著 | 考 而 夫 訓 練 法 六 角<br>考而夫球家<br>姚蘇鳳著 | 毽 子 比 賽 法 印 刷 中 錫 子 專 家<br>周柱國著 | 歐 美 土 風 舞 一 元<br>愛國女學校舞蹈教授<br>沈明珍著 | 田 徑 賽 訓 練 法 二 元<br>中央大學體育指導<br>張恒編 | 田 徑 賽 裁 判 法 六 角<br>江蘇省立師範校長<br>王復旦著 | 五 項 十 項 訓 練 法 九 角 半<br>體育著作家<br>阮蔚村著 | 女 運 動 員 訓 練 法 四 角<br>山東大學體育主任<br>郝更生校 | 越 野 跑 訓 練 法 四 角<br>世界女運動家<br>人見賴枝著 | 競 走 訓 練 法 六 角<br>江蘇省立師範學校校長<br>王復旦著 | 游 泳 訓 練 法 六 角<br>上海青年會游泳指導<br>錢一勤著 | 游 泳 成 功 術 二 元 四 角<br>英國游泳名家<br>海傑著 | 足 球 訓 練 法 九 角<br>江蘇省立鎮江體育場<br>吳邦偉著 | 足 球 規 則 問 答 三 角<br>揚州省立鎮江體育場<br>吳邦偉著 | 足 球 成 功 術 五 角<br>英國足球名指導<br>亨脫著 | 籃 球 訓 練 法 九 角<br>前暨南大學體育主任<br>吳邦偉著 | 女 子 籃 球 訓 練 法 一 元 四 角<br>東北大學教授<br>宋君復著 | 美 國 籃 球 新 術 四 角 五 分<br>中華運動裁判會會員<br>錢一勤譯 |
|---|------------------------------------|------------------------------|---|--------------------------------|----------------------------------|---|--------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|---|--|

門 部 海 租 四 路 七 號  
市 上 英 界 馬 二 七 號

## 勤 奮 書 局 發 行

總 發 行 所 上 海 租 界 神 路 九 號  
三 二 號



# 新課程標準 小學體育教本

暑期犧牲 五百部

售完為止

全部二十五册  
原價九元一角  
特價六元六角

向本局直接購買為限  
郵費國內奉送  
國外二元一角

## 敬告全國小學體育教師

教育部公布之小學體育新課程標準，規定在二十二年度起實施。要實施這標準，必須有切合標準的教本，始能收實際的效果。本局有鑒於此，所以特請了數十位小學體育專家，編訂新課程標準小學體育教本，計二十五種，以應此急迫的需要。現在各書均已出版，幸請諸君從速採購。

### (一) 遊戲類

唱歌遊戲	編甲	低級	四角	東亞體育專科教授 潘伯英著
唱歌遊戲	編乙	低級	五角	上海市立萬竹教員 胡敬熙著
唱歌遊戲	編	低級	三角八分	滬市一體育場編輯 項翔高著
故事遊戲		低級	二角	江蘇省立教育學院 王庚著
摹仿遊戲		低級	三角	江蘇省立教育學院 王庚著
追逃遊戲		中級	一角五分	江蘇省立教育學院 王庚著
摹擬遊戲		中級	三角五分	江蘇省立教育學院 王庚著
競爭遊戲		高級	四角	江蘇省立教育學院 王庚著
競技遊戲		高級	三角八分	江蘇省立教育學院 王庚著
鄉土遊戲		高級	三角八分	江蘇省立教育學院 王庚著

### (二) 舞蹈類

聽琴動作		低級	四角	上海市立萬竹教員 胡敬熙著
土風舞		低級	五角	中國女子體師校長 杜宇飛著
土風舞		高級	五角	中國女子體師校長 杜宇飛著
歌		中級	五角	中國女子體師校長 杜宇飛著
舞		適用	五角	中國女子體師校長 杜宇飛著

### (三) 運動類

模仿運動		低級	四角五分	上海市教育局體育視察 邵汝幹著
小機巧運動		中級	四角	江南體育師範教員 鄒吟廬著
小田徑運動		中級	三角	體育著作家 孫和賀校
小足球		中級	二角八分	湖南省立第一師範 陳奎生著
小籃球		中級	三角五分	體育著作家 阮蔚村著
小排球		中級	三角二分	兩江女子體師校長 陸禮華校
小遠足登山		高級	二角八分	體育著作家 秦醒世校
小器械運動		高級	二角八分	滬市教局體育指導 邵汝幹校
小游泳		高級	三角	湖南省立第一師範 陳奎生著
小姿勢訓練		低級	三角五分	體育著作家 阮蔚村著
小準備操		高級	三角五分	上海市教育局體育視察 邵汝幹著

### (四) 其他

歌		中級	五角	中國女子體師校長 杜宇飛著
舞		適用	五角	中國女子體師校長 杜宇飛著





# 勤奮體育月報

第十一卷  
第十一期

## 游泳網球專號

中華民國二十三年八月十日出版

### 勤奮體育畫報

- 江西水上運動會.....(八幅)
- 第一屆南京游泳賽.....(五幅)
- 華北游泳賽山東預選.....(三幅)
- 楊秀瓊過滬之表演與酬酢.....(八幅)
- 上海中國網球會之異軍突起.....(六幅)
- 正文插圖.....(九幅)

### 編輯者言

編者(一)

### 勤奮體育評壇

- 勵行游泳運動.....邵汝幹(三)
- 游泳對於教育上之價值及體育上之效果.....阮蔚村(四)
- 勉楊秀瓊女士.....勁華(四)
- 初學游泳法.....俞斌祺(七)
- 王建新(七)
- 游泳初步訓練法.....江良規(一一)
- 游泳的生理觀.....啓高(一五)
- 網球基本練習法.....馬德泰(一八)
- 鐵爾登網球心理學.....阮蔚村(二一)



痙攣之原因與預防……………蔚村(二五)

一。楊秀瓊。江西水上運動會……………一如(二六)

一。楊秀瓊。第一屆南京游泳賽……………大激(二九)

一。楊秀瓊。過滬之表演與酬酢……………煌煌(三一)

調。中國網球會概況……………蔚村(三七)

查。上海網球會概況……………啓高(三七)

上海游泳之啓發時期……………俞斌祺(三八)

特約。第一屆廣州全市運動會……………豪光(三九)

華南區三大學運動會……………大裕(四〇)

通訊。潮汕體育概況……………賴烈銘(四一)

讀者。安徽體育不振的原因……………何錦雲(四四)

園地。運動場上觀衆應有之態度……………梁鼎超(四五)

一月來之體育行政……………編者(四六)

一月來之運動比賽……………編者(四九)

一月來之體育人事……………編者(五二)

一月來之海外體育……………編者(五四)

漫。網球賽之采豐……………蔚村(一八)

畫。網球發球姿勢之四態……………記者(三六)

教育部體育班「暑期體育講習會」特輯……………本會(五七)

同學會消息

西 湖 毛 巾 好 到 極 點

軟！白！香！

是西子湖美麗的縮影！

是毛巾界絢爛的明星！

▲定價每條三角▼

▲每打三元三角▼

三友實業社啓

門市部 郵售部

上海南京路浙江路東首

運動員之良伴

9號 反口運動襪

每雙五角 買一雙再送一雙

註冊商標



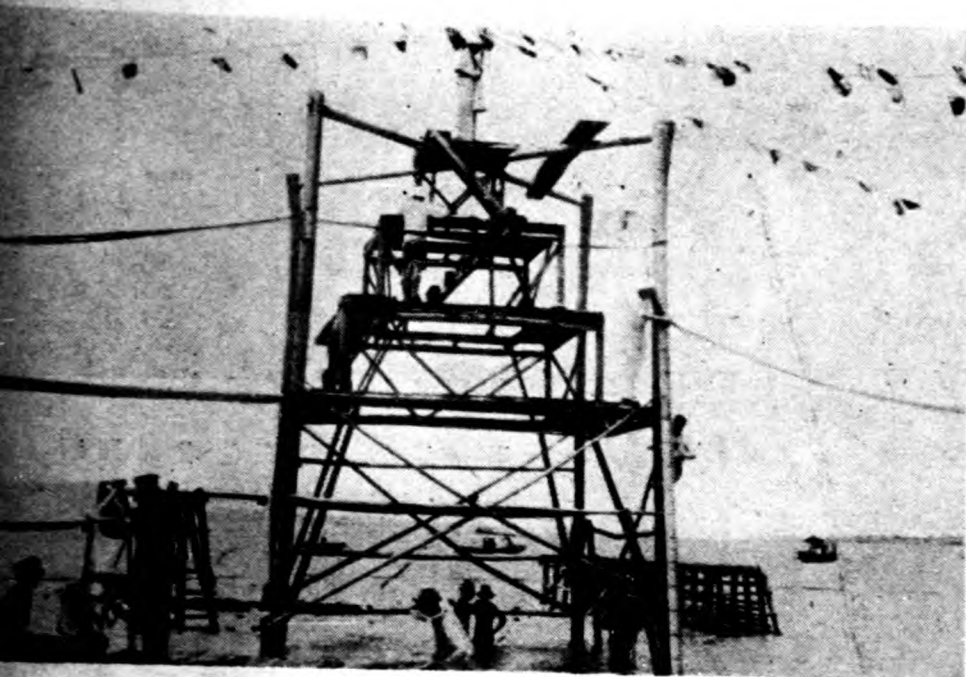
永不退色

三角牌出品精良，人人愛用，惟購買時請注意出品上之，上列三角商標



### 會 動 運 上 水 西 江

員 正 長 軍 事 委 員 蔣 中 正 先 生 倡 導 新 生 活 運 動 於 南 昌 設 立 新 生 活 俱 樂 部 為 提 倡 體 育 以 游 泳 為 樂 之 特 殊 舉 措 大 衆 娛 樂 場 之 興 建 體 育 場 之 興 建 體 育 場 之 興 建 體 育 場 之 興 建



景 全 場 泳 游 部 樂 俱 動 運 活 生 新 西 江

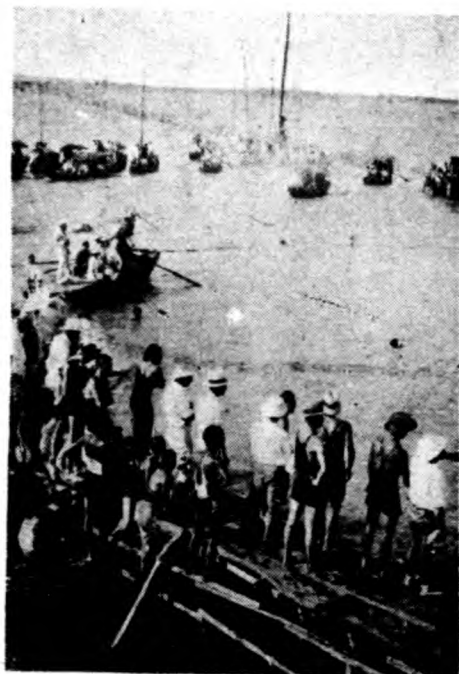


演 表 中 池 泳 游 部 樂 俱 動 運 活 生 新 昌 南 在 妹 姊 氏 楊  
瓊 秀 楊 妹 (左) 珍 秀 楊 姊 (右)



一 第 分 總 子 女  
士 女 秀 湘 劉

游 泳 比 賽 時 正 待 入 水 之 選 手



斑 一 之 衆 觀



楊 秀 瓊 照 像

楊 秀 瓊

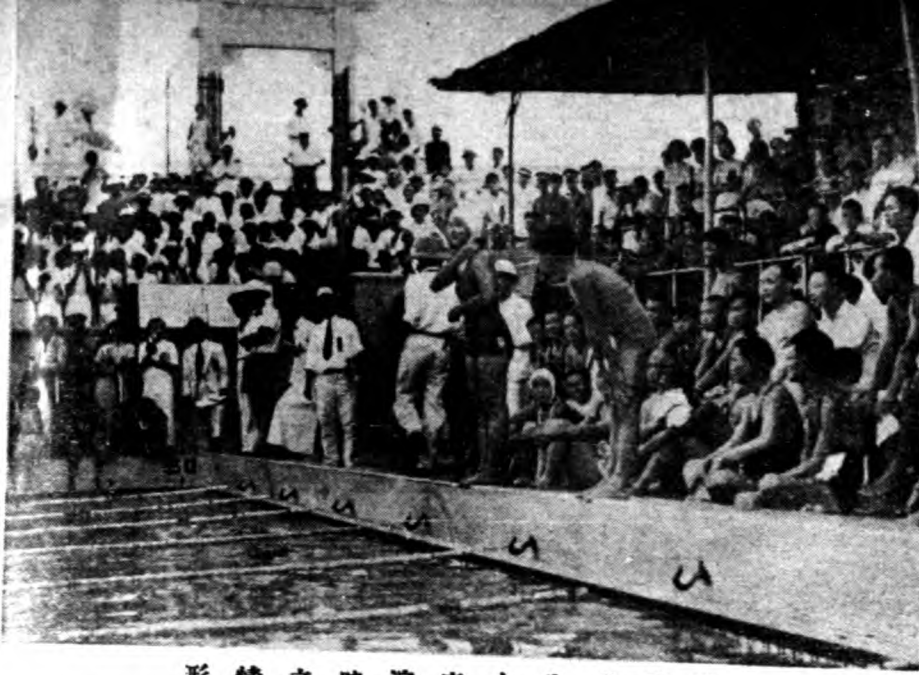
健 康 是 實 行 新 生 活 的 第 一 要 素





# 第一屆 南京游泳賽

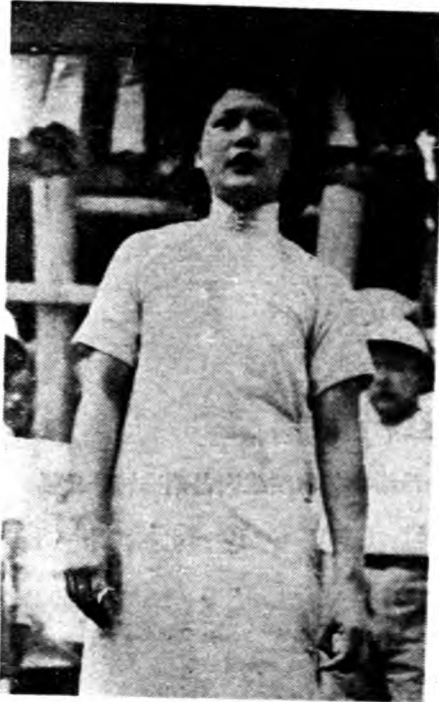
○弟楊爲左，瓊秀楊中，切一料照湯在(右)氏誼民儲



楊秀瓊入水表演時之情形



新聞記者包圍楊氏姊妹攝影



男子百公尺決賽第一王玉生



楊女士演說時之情形

入選之三  
代表(自  
右至左)  
陳香九  
王聘三  
安紫祥



華北游泳賽山東預選

# 傑之三發克矮

無不認為十分滿意



MODERN CAMERA — 摩登鏡箱

初步攝影者之恩物



ISOCHROM FILM — 迅速分色片

(即伊速固)

全世界軟片之領袖



BROVIRA PAPER — 博羅維那紙

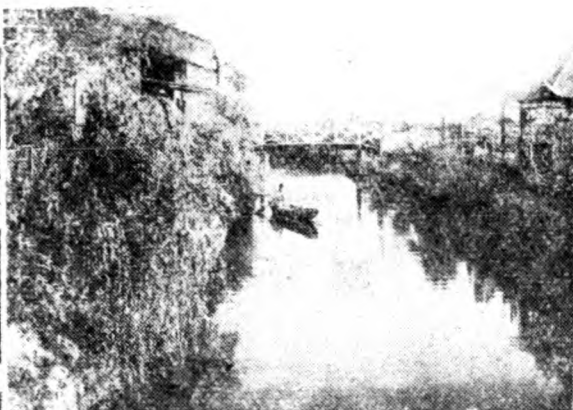
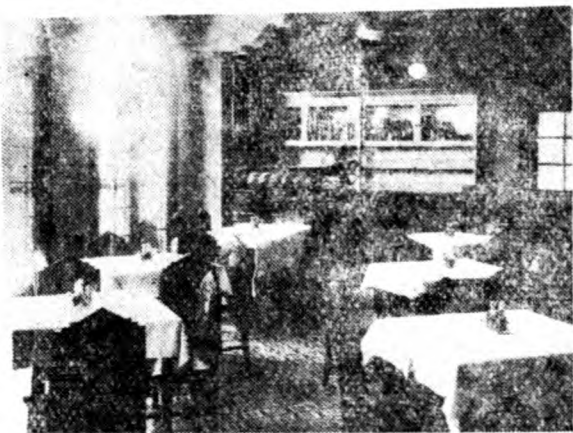
為紙中之翹楚

中國各地照相材料店均有出售

## 矮克發洋行

上海四川路二六一號

海濱飯店大菜間



海濱飯店花園

# 到高橋去 避暑 游泳 是無上的聖地

熱浪襲擊的上海，是何等使人難受，各界的仕女們，請到高橋海濱浴場去！那裏有平坦數十里的沙灘，一望無際的海空，臨流一浴，心曠神怡，倦臥淺灘，消暑却熱。那裏更有海濱花園飯店，有綠蔭的園林，高尙的球場，面臨東海的摩登房間，美味經濟的中西飲食。是郊遊的勝地，避暑的樂園，結伴尋幽，如入仙境。

## 高橋海濱飯店

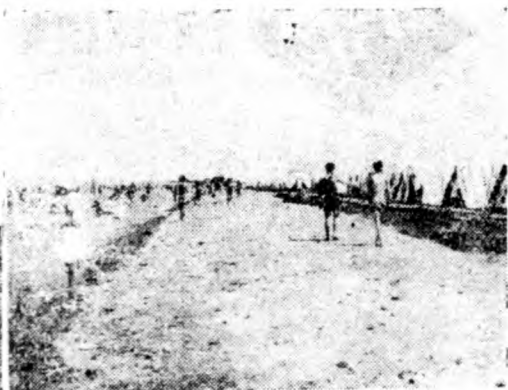
地點

輪渡

海濱風景之二



海濱風景之一



浦東高橋東海灘（由南  
京路外灘銅人碼頭乘市  
輪渡至高橋登岸聯乘公  
共汽車直達門口  
上海逢點開高橋逢三  
分開每點一小時一班十  
車費三角



楊秀瓊  
 過滬之二  
 表演與酬酢



楊秀瓊女士在廣東同鄉會歡迎席上演說之神情



廣東同鄉會歡迎楊女士之時全體來賓



中國游泳會等三團體邀楊女士  
 至高橋表演在海濱飯店留影



(上右) 楊秀瓊參觀兩江女體師與陳榮明合影。  
 (上方) 楊秀瓊至高橋表演，非行至海濱。  
 (下右) 楊秀瓊女士。左高橋海水浴場中游泳。



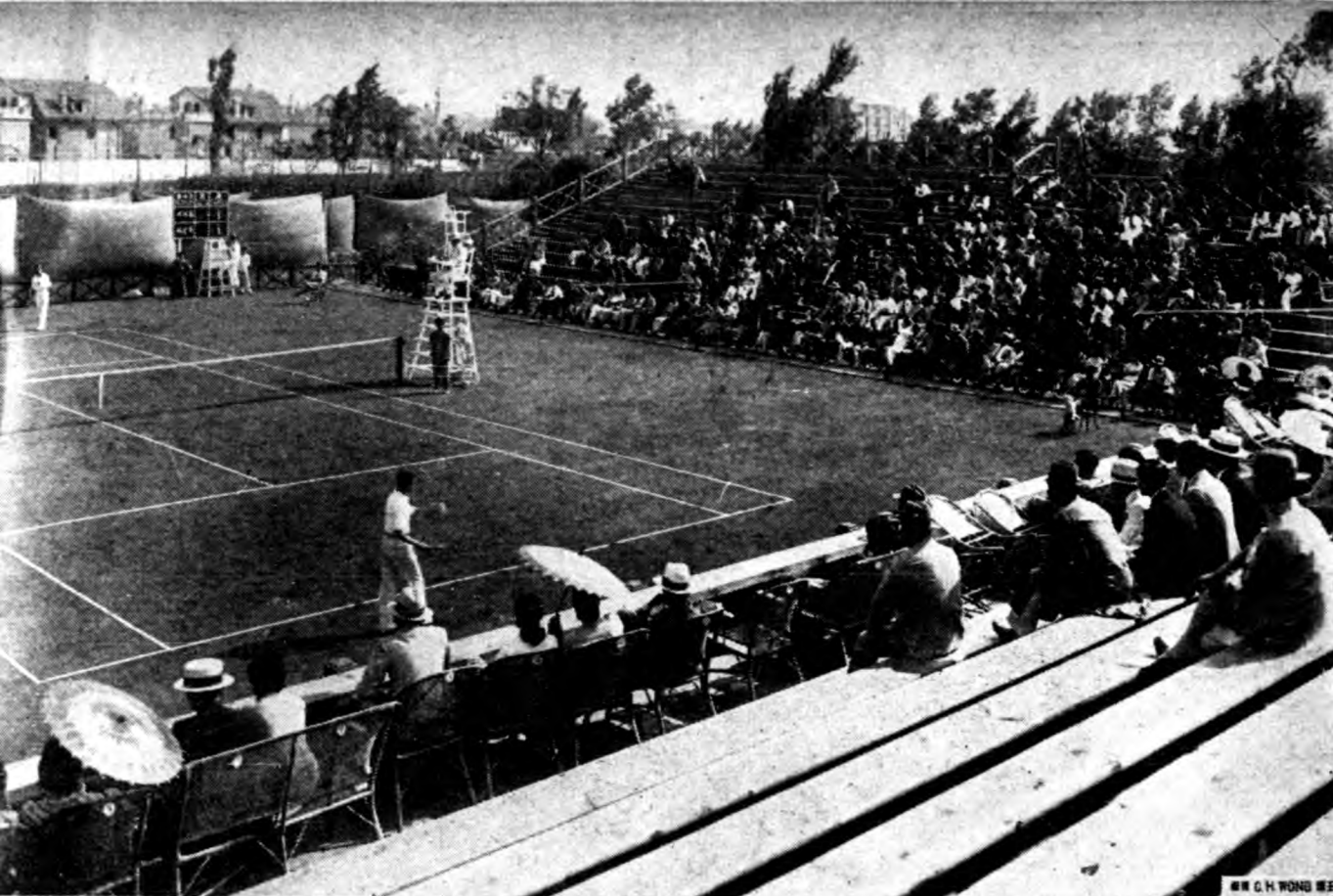
陸軍上將 夏之麟之 公子夏曉 夏君宴楊 氏闔家。 自右至左 : 楊秀珍 , 楊龍箬 , 楊明, 楊秀瓊, 楊昌華, 楊柱南, 夏曉霞。



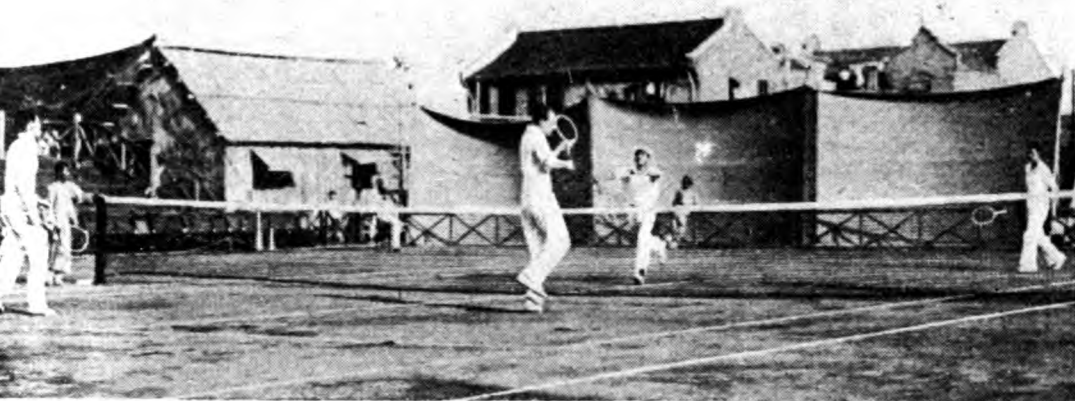


# 海上中國網球會之異軍突起

此外，本敬係中  
表網開年君體國  
演球專夏所育網  
。名時季手名球  
星請開創宿會  
參中幕，譚



(賽演表之(右)華寶林對(左)基承許爲圖)况盛之時幕開會球網國中



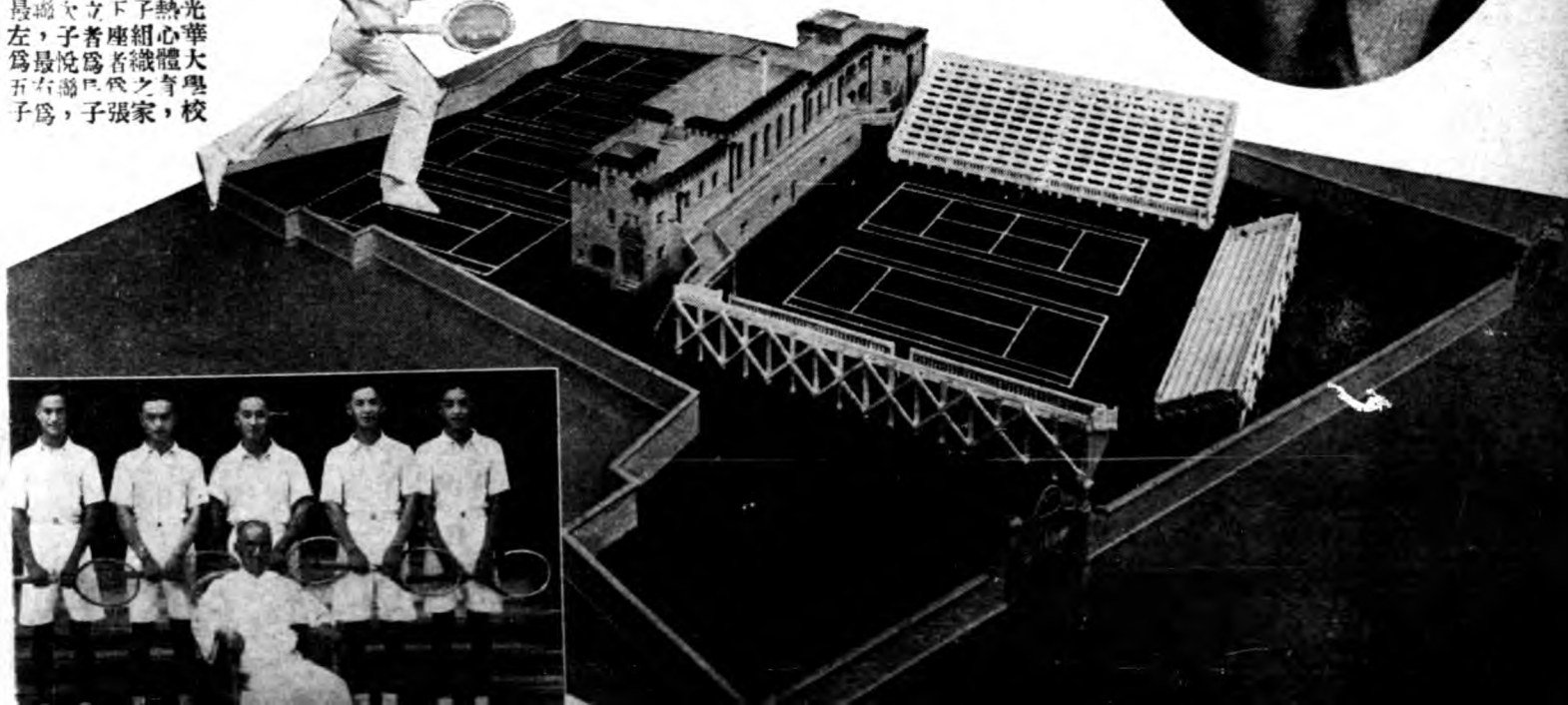
(左)正文王守德對(右)基承許華寶林表打雙(上)



勢姿球擊基承許(左)景全會球網國中(下)

長張  
圖爲  
庭網  
左星  
子爲  
鄂三  
聯子  
，華  
最聯  
左次  
爲最  
子右  
子爲

(左下)光華大學校  
熱心體育  
組織之張  
子悅民  
座者爲  
下子悅  
中公子  
。下子  
中。下  
爲中。下  
華聯次  
最左者  
子悅民  
子悅民



# 編輯者言

烈日當空，暑氣侵人，寒暖計昇至百度以上，人人鼓噪道奇熱！六十年來未有之奇熱！雖云浮瓜沈李，可以解暑，綠蔭深處，可以納涼，但終不如海濱游泳，溪上掠水爲愉快。水上運動，因爲兒童士女所好，而池中泅泳亦爲一般民衆所喜。最近南昌，盛開水上運動大會，各處多有游泳比賽表演，空氣熱烈，確爲暑期中體育運動之好現象。深願廣播此項熱烈空氣，擴充到鄉村民間裏去，造成一個暑時我國的國民體育運動。更願在經濟條件之下，來謀游泳運動普及於民間。本期是本報第十一期，關於游泳網球文字略多，特名爲游泳網球專號，希閱者注意。

本報於本年雙十節，爲一週年紀念，特出專號，上期業已預告。關於中小學校體育上各種實驗研究以及實施報告，希望體育先進，暨實際從事於體育事業者，不吝指教，鴻文見惠本報，不勝歡迎之至。（集稿期九月二十日）。

茲有一事爲閱者告，並希同志們注意：

南昌體育界有組織全國國民體育協會之舉，其主旨不盡採用外國運動方法，要發揚我國固有運動，用科學方法改進，寓軍事訓練精神於體育之中，從學校而致力於各級社會，是項計畫業已擬就，不久擬集全國體育專家，開會討論，訂定實施辦法努力進行。在今民窮財盡國家多難之秋，要順應世界體育思潮發揚我國固有體育精神，共負復興民族責任，以爲衛國禦侮大計，此爲全國體育界應有之認識，亦爲全國體育界應當注意之一件事，記者特表而出之，希閱者注意。

# 編輯者言

烈日當空，暑氣侵人，寒暖計昇至百度以上。人人鼓噪道奇熱！六十年來未有之奇熱！雖云浮瓜沈李，可以解暑，綠蔭深處，可以納涼，但終不如海濱游泳，溪上掠水爲愉快。水上運動，因爲兒童士女所好，而池中泅泳亦爲一般民衆所喜。最近南昌，盛開水上運動大會，各處多有游泳比賽表演，空氣熱烈，確爲暑期中體育運動之好現象。深願廣播此項熱烈空氣，擴充到鄉村民間裏去，造成一個暑時我國的國民體育運動。更願在經濟條件之下，來謀游泳運動普及於民間。本期是本報第十一期，關於游泳網球文字略多，特名爲游泳網球專號，希閱者注意。

本報於本年雙十節，爲一週年紀念，特出專號，上期業已預告。關於中小學校體育上各種實驗研究以及實施報告，希望體育先進，暨實際從事於體育事業者，不吝指教，鴻文見惠本報，不勝歡迎之至。（集稿期九月二十日）。

茲有一事爲閱者告，並希同志們注意：

南昌體育界有組織全國國民體育協會之舉，其主旨不盡採用外國運動方法，要發揚我國固有運動，用科學方法改進，寓軍事訓練精神於體育之中，從學校而致力於各級社會，是項計畫業已擬就，不久擬集全國體育專家，開會討論，訂定實施辦法努力進行。在今民窮財盡國家多難之秋，要順應世界體育思潮發揚我國固有體育精神，共負復興民族責任，以爲衛國禦侮大計，此爲全國體育界應有之認識，亦爲全國體育界應當注意之一件事，記者特表而出之，希閱者注意。

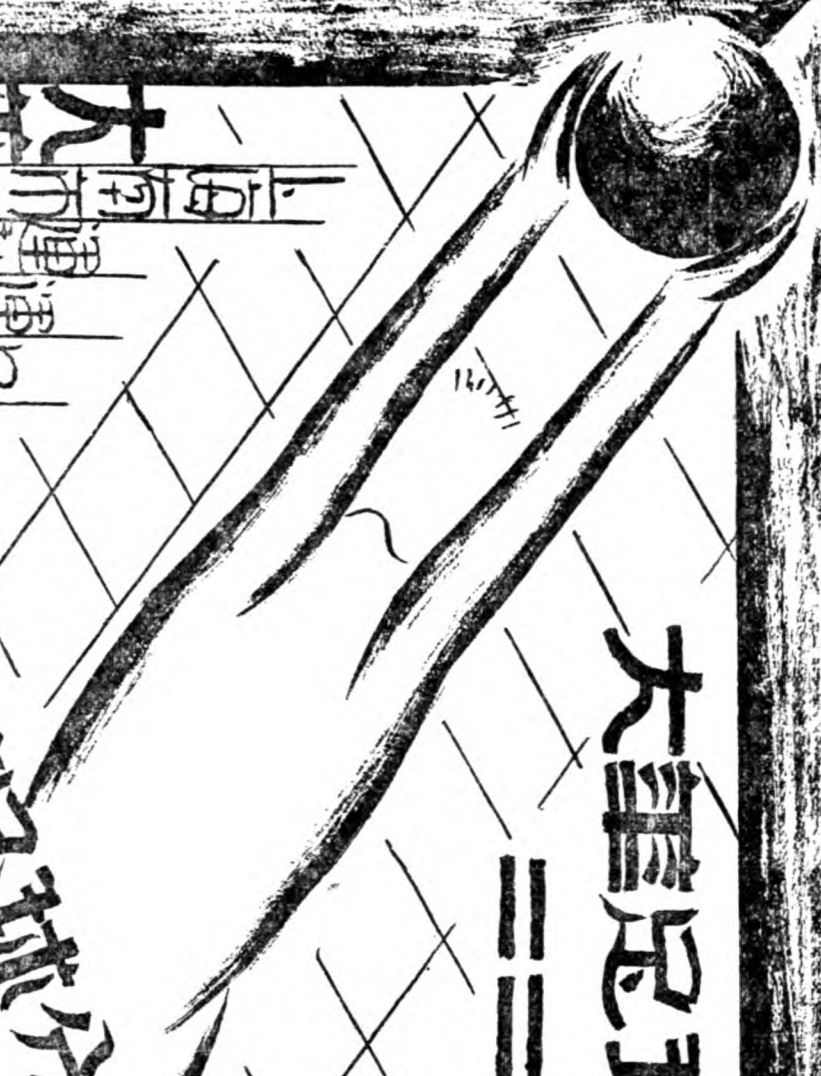


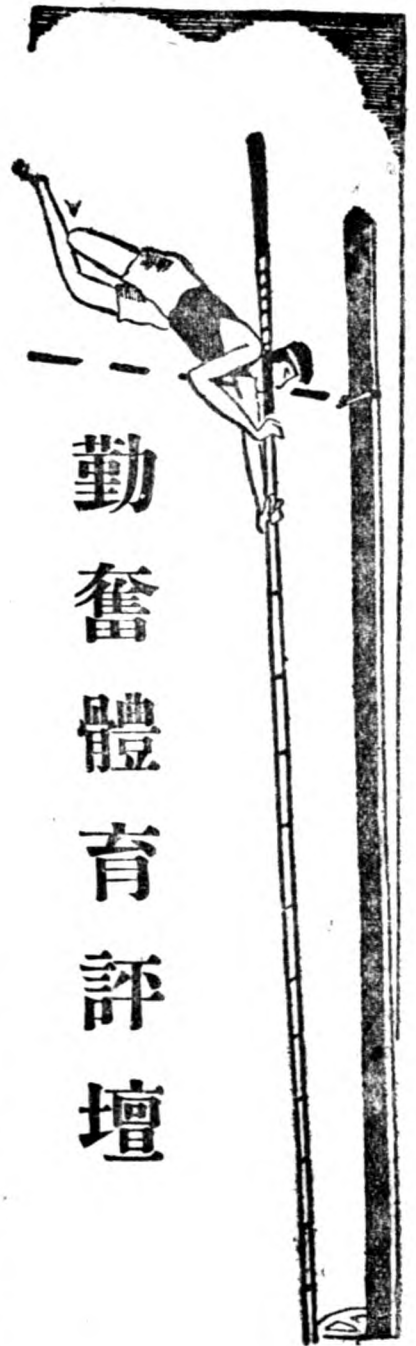
# 大華足球

三二年全運會  
審定採用

量準確  
大華足球牙量準確  
大華足球原料優良

兄弟足球鞋  
運動服技術  
上海大華體育用品





# 勤奮體育評壇

## 勵行游泳運動

邵汝幹

火傘高張，溽暑薰蒸，百度以上之溫度，汗似流珠般的滾動。氣壓悶人，坐立不甯，處在陸上生活的人們，輒生魚躍鸞飛之想。水上活動，士女所好，淺水涉足，兒童喜為。一天生活中，稍變其自然環境，在銀浪雪濤中，作適當之運動，其精神愉快莫可言喻。

海濱水區，是人們練習游泳之良好場所，清溪一曲，宛似天造地設之游泳佳池，到處可以游泳，仕人魚躍逐浪，雖無合試之游泳設備，要亦消暑練身之絕妙佳境。故暑日運動以游泳為最善，各處競開水上運動大會，爭聘名家到會表演，鼓舞游泳興趣，研討游泳技術。此是本年暑期中，民衆們對於游泳運動，倍感興趣之好現也。

游泳是體育中之重要活動不特鍛身體，且免意外危險。致其功效除發達肌肉，增加膽量外，對於內臟刺激尤具特殊功能。孝夫 Aschoff 根據病理學之研究，從事游泳者，其心臟之擴大，約占百分之十四強，心臟隨游泳而改變，則其益於身體可以知矣。

運動中最經濟，範圍最廣，而最易普及者，當推游泳，

海濱湖沼，盡是水運之地，清溪泓泫，便是實習之場。故游泳一項，實可為我國夏季之國民遊戲運動。其目的豈僅自救救人，於軍事上民族健康上有莫大之裨益，體育界同志們快來抱此宏願，此謀民間游泳之普及。

游泳運動，若設備完善，則四季多可舉行，環顧國內設備完善能容多量人數之游泳池，及水上運動場者甚少，深願在上者力行提倡，則下必甚焉，爰將管見所及約述於后：

- 一、大都市至少設置規模宏大，設備完善之游泳池及水上競技場五處。
- 二、各省都會（屬於平原者）至少設備一大規模之游泳池或水上競技場。
- 三、各縣至少設一粗具規模之游泳池。
- 四、各鄉鎮設簡易游泳池。
- 五、鼓勵民衆設置游泳池。
- 六、指導民衆組織游泳比賽會。
- 七、提倡鄉村游泳表演及游泳指導。
- 八、舉行民衆游泳獎牌運動。
- 九、舉行全國水上競技運動大會。

- 十、聘請世界著名游泳家來華表演指導。
- 十一、獎勵與指導，組織游泳研究會。
- 十二、譯著游泳及水上運動研究刊物。

## 游泳于教育上之價值及體育上之效

果

阮蔚村

游泳于教育上之價值至廣，苟一言之，實不勝枚舉。凡舉剛毅，果敢，決斷，豪壯諸重要精神，均可于游泳訓練中養成之。於瞭解水性之後，不但可獲體力之增進，且可為自救救人之工具。今日吾人平日之生活，須常接近或居于水面，故危險頗大，時有需要游泳之知識，或為救自己或為救入生命之用。按近年社會上之統計，每年溺斃者，為數之巨，殊屬驚人。故吾人生於今日，實宜人人學習游泳及救生術。如有適當之設備，及良好之指導，無論在社會上或在學校中，不妨多事提倡，良以游泳為高尚娛樂，男女均可老少咸宜。

游泳為發達身體最良之運動，試舉其最著之效果如次：  
一、平均發育 游泳時需用各部肌肉，故能平均發育，無偏畸之弊；對於姿勢之矯正，尤奏奇效。

二、增進呼吸 游泳運動對於呼吸器管有極大利益，因皮膚受冷水刺激，遂覺心身爽快，此際呼吸自然促迫，空氣交換，迅速而且充足。

三、強健神經 游泳之跳水與潛水，極可養成果敢豪壯之神經系。游泳之後，精神既爽快，並可感運動之功效。于瞭解水性至繼續運動後，更可得體力之增進，與神經系之強壯。

四、發達器官 吾人之內臟器官，非有適當之運動，不

易發達。游泳為最適于發達此種器官運動之一種。

五、促進血液 游泳之際，皮膚受冷水之刺激，血液由表皮而向內臟回流；迨出水後，皮膚之反應性使血液充滿較下水前之皮膚，尤形充足。體內之血液，遂向外奔流；內臟之鬱血，亦乘機凌散。

游泳運動由教育上之價值及體育上之效果觀察，其裨益人生非可言喻。故敢認為此種運動，為夏季最適宜之運動。

## 勉楊秀瓊女士

勁華

楊秀瓊女士的游泳天才和成績，為我國絕無僅有的，並且能在第十屆遠東運動大會中，為祖國吐氣揚眉，的確是難能而可貴的；也可說是中國體育界有史以來的一個新紀元。所以到處對於楊女士的歡迎和擁戴，是應該受的，也是應該有的。因為在中國體育沒有發達的現在，我們正需要，像楊女士這種人才，做我們的模範。最近楊女士應南昌新生活俱樂部之邀請，參加水上表演會，歸來路經京滬，連在兩地表演多日，轟動江南，到處狂熱的歡迎。給予久眠不振的中國體育界，一聲霹靂，啓發了不少的社會人士對於體育的認識。所以楊女士這次北來，的確給予吾國整個所體育界不少的惠祿，因為這一點，我們應當崇拜她，感謝她。不過我國的國家，還是在新舊過渡的時期中，我國的社會，還未脫去封建社會的束縛。所以歡迎楊女士的人們，固然多數是為着提倡體育的目的而歡迎楊女士，但也未免沒有把提倡體育直理弄錯的，而無意識來亂捧楊女士。英雄自然值得我們崇拜的，相信這次楊女士回去，接受了全國人士的愛戴，更當益努力，益加鍛練，不以在遠東運動會中獲勝為滿足，將來進之再與歐美婦女競逐于世界場中，雪我東亞病夫的奇恥大辱，方不愧中華民國的巾幗英雄。



# 教育部案 東亞體育專科學校暨

教育部備案  
上海市教育局立案

附屬體育師範學校

教育部備案  
中國童子軍司令部立案

童子軍教練員訓練班

招男女生

童訓班設有免費學額男女共三十名辦法詳章程

學額	資格	報名	期	章程	校址	招生處
本科第二十一屆男女新生各四十名第三十屆插班生十名	本科 1 新生須高級中學或同等學校畢業者 2 插班生須在大學或其他體育專肄業者	即日起 八月二十八日止	第一次 七月一日至二日 第二次 八月一日至二日 第三次 八月二十八日至二十九日	函索章程附郵五分	男子部 上海盧家灣魯班路 草塘街 女子部 上海西門方斜路慶安里	男女均在男子部
師範科第十五屆男女新生各四十名插班生各屆五名至十名	師範科 1 新生須初中畢業或同等學力者 2 插班生須在其他體育學校或高級中學肄業者					
童訓班第五屆男女新生六十名	童訓班 1 須中等學校畢業或同等學力者 2 曾任童子軍教練者					

上海市教育局備案  
中國童子軍司令部立案

暑期童子軍教練員訓練班招生

七月九日開學  
章程備索



**不有精神，  
豈能成功？**

凡百事業之成功，必須歷盡許多之困難，倘使精神不足，半途遽廢，豈能底於成功。

精神非可強求，全視腦力強弱，倘使血液旺盛，則腦力自然充分，腦力充分，則精神自然飽滿。

**人造自來血**

滋補血液——功力夙著——  
數十年來——仍推獨步——

大瓶二元 各大大藥房  
小瓶一元二角 均有出售

**上海五洲大藥房總發行**



# 初學游泳法

中國游泳會指導

俞斌祺  
王建新

游泳為世界公認最優美之運動，其於人類之裨益及樂趣，均有極大之功效。蓋游泳運動，獨能不分性別。不論貴賤，老幼咸宜。甚致於殘廢者，均能同樣享受。此健魄強身之娛樂於水平線上，富安全愉快健美於嬉戲之中。增進社交純潔思想，故游泳實含許多科學及經濟等意義。

夏季運動，以游泳為最宜。游泳於涼水之中。決無汗流夾背炎熱炙人之苦。泳時各部肌肉並用，使發育平均，鍛鍊身體，無偏畸之弊。或因衣服不適而姿勢不良者，尤能矯正奏效。水中壓力巨大，使游泳者強行深呼吸，肺部因之特別發達。若能常泳蛙式，即俯泳胸泳，自能減去偻背削眉之醜。又若終日勞形於案牘之間，精神易於衰頹，但一受水之刺激，即與愉快，恢復常態。其他如體內之生命器官，因橫臥運動。較之豎立者易得血液之輸暢，航行遭遇不測之時，非但救己。亦能拯人。諸如此類之功效。不勝枚舉。

無論何人，皆能泗水，惟不諳游泳之方法及技術耳。試觀狗鼠等陸上動物，擲至水中，即能划浮上岸。人為萬物之靈，豈反遜狗鼠乎？只以動作上錯誤，如心慌意亂。身不平衡，失去重心。兩手上伸，反致下沉，拚命掙扎。力量用盡，狂呼求救，將肺中易浮之空氣放出。而飲多量之水，致自取溺斃。吾人留意上述情形，平時切勿見水生畏，須與水為

友，偶遇水難，亦多被救機會。初學者知之，開始練習自易。游泳術之主要凡三。(一)呼吸合拍。從口吸氣，由鼻噴氣。(二)身體平衡能保持正確角度。(三)四肢動作姿勢，須協洽而有力，若三者兼備，聯合純熟，則游泳技術成功矣。

## 游泳初步

初學游泳最好有良善導師，或水中伴侶，從旁因循善誘，按步練習，由淺入深。先詳述姿勢及方法，再做榜樣，然後令學者照樣實習數次。務使學者在水中不覺沉悶，不感恐懼，尤須使學者領略水中興趣，樂與為友。則各方姿勢之練習，不難事半功倍，若無指導及伴侶，或有水侶而同樣不知方法者，亦可按步練習。將各種姿勢動作。先由字裏行間知之，然後多於池中觀察他人，而辨別其姿勢。與書中相合者，揣摩做其一舉一動而仿效之。雖不能如有指導者之快，然亦能成功也。爰將根據心理學原則，及中國游泳研究會各指導之經驗心得方法。計分三節。學者須逐節練習純熟，心領神會，自不難神而明之矣。

由指導率領初學游泳者。從游泳池之淺端入水。至水齊學者之腰部為止。(若水過胸部則心蕩氣促，站立不穩。深感不自在，而易生長水之心理。)或半圓形，面對指導者而



立。部位已定。練習開始。

## 第一步 口吸鼻噴

### (一) 身體下蹲

一、指導者詳述及做樣後，令學者手攜手，由腰膝處彎由下蹲。腳趾站起，上體垂直。水沒雙肩。口出面。

二、再同樣做一次不攜手者。

三、將學者分開兩班，距兩米達左右面對面立水中，左右間隔為一托。先由一班下蹲如前，另一班用雙手隨意擺佈，前後左右鼓動水浪，惟手不准出水，亦不可有水花。犯者停止其動作，兩班交換下蹲，以不為水浪鼓動而起立多者為勝。

### (二) 浸面睜眼

一、步入較深之中水，仍以不過心房為佳。

二、右手將鼻孔緊握，閉眼，保持呼吸，上身向前彎，面部侵入水中。

三、閉眼，不握鼻，保持呼吸，面部侵入水中，將眼睜開，不必性急。看自己手指，水中睜眼可以增加自信心，并可增強眼力。

### (三) 正確呼吸

一、游泳者之呼吸，極像氣油船。由空中將氣吸入，再由水底管子放出。學者可先練習，由口吸氣，自鼻噴氣。此法最適於游泳，須純熟合拍，方免入水窒息。

二、仍於原位，由口吸氣閉緊，面部浸入水中，自鼻孔噴氣，水泡上浮。至噴氣將完時，頭向左(右)轉初出水面時，仍宜用力作短噴出。然後再行吸氣，方免吞水。偶然有水隨空氣入口，並不足慮。惟吸入鼻中，殊感不快。且有危险性，力宜自習之，久之即成。

三、如上述姿勢，身體前彎，保持平衡。須侵水中，向左(右)轉側，由口吸氣，自鼻於水中噴氣，能連續支持最久者為佳。

## 第二步 身體平衡

將第一步各種練習嫻熟後。即宜採用水侶側，或氣囊，以策水中安全。即增互助和競進之精神，所謂水侶制者，即每一游泳者，有一水中之伴侶之意，由同班中之程度相等者為伴。其責任在互相規勉，彼此協助，力求技術猛進。勝過其他各水侶，謀同伴之安全。盡報警及拯救之能事，以下仍由指導者親試一二遍。再由水侶交換練習。可放大胆量行之，練習純熟為止。

### (四) 漂 浮

先深吸氣，蹲伏水中，面侵入水，睜開兩眼，雙手滑下至腳踝即處。身往前斜，四肢無須用勁，仍其漂浮如膠魚然。

### (五) 平衡胸浮

一、如膠魚漂浮時身向前仆。雙肩向前直伸雙臂？筆挺。下頤貼胸，平衡俯臥水面，一取甲魚青蛙向陽取暖狀。

二、雙手握水侶之手，或池漕鐵管。雙臂伸直，肩浸水中，由口深吸氣。然後將頭浸於雙肩之下，雙足舉起，與水面平行。不可隨即立起，能支持平衡愈久，證明身體之浮力愈大。

三、搭住水侶之手，胸浮同上，水侶移開雙手，聽其自浮。見其不能支持時，即幫助其立起，因初學者於浮起水面後。想重行起立，想重行起立，甚感困難也。

### (六) 胸浮起立

一、手握水侶之手，取平衡胸浮姿勢，將雙膝向胸前收

攏頭向後仰。臀部下蹲，脚踏池底，然後將腳伸直，身體立起。

二、手搭水侶之手，取與上同樣動作，惟雙腳收攏頭向後仰時，同時鬆手。雙肩向下往後力划，以幫助身體垂直。待足踏池底，然後起立。

(七) 胸浮推進

一、立池中淺端，背向池旁，身體前彎，雙肩向前平伸於水面，手掌向下，臀部靠岸。舉起一腿，將足底緊貼池旁。由口深吸氣，浸頭於兩臂間，用力伸腿，使身體自池旁推出。雙腿並攏伸直，順勢前進。

二、再如上述式樣。用雙腿平均着力推出，使身體一直浮進，須多練習，於比賽時轉身起步大有用處。

三、比較浮進遠近。

第三步 臂腿動作

每一動作須正確而得力，更當注意姿勢之美觀。手臂不在用力划水推進時，即使肌肉放鬆，不致疲勞，方能持久。敲腳為近代游泳中腳腿動作之基本，身體之浮力。全在於此，是以最為重要，務使專心學習，達到合拍成熟持久為度。其敲度之高低，以腳伸直，腳指向裏，離水面以五英寸。入水中以八英寸，即敲四下以上，八下以下，而手一划。而手足成爲四分之一之速度為宜。

(八) 划水推進

將全身平臥水上。脚已挺直上下敲之。身不下沉。手即划之。以靠腿邊為宜。向上出水時，肌肉放鬆。同時頭向左右轉之，以口露水面，即將氣用口吸之。惟不能以全頭出，以防下沉也。如是調度得法，技術即告成功。(各位如有不懂之處，竟可函問，以便解答也。)

# 運動家注意！



買貨：

用低廉的代價，  
得高尚的貨物，  
於是人人滿意。

請用低廉的代價

可向ABC買得

## 高尚的運動用品！



運動衣著

白條 大反領 一元

白條 領襯衫 一元二角五分

黃白 西裝褲 二元二角五分

黃白 短褲 一元五角

精美，堅牢  
的標準國貨

請注意

上海南京路

ABC商標

### 中國內衣公司

▲全國各埠經售

教育部備案  
教育局立案

# 東南女子體育師範學校 招生

本校招收第十  
八屆新生第十  
六七兩屆插班  
生報名即日起  
所有入學手續  
均詳載校章內  
函索附郵五分  
即寄校址上海  
江灣翔殷路

校長余子玉





# 游泳初步訓練法

江·良·規

近世紀來，游泳練法日新月異。初習者不賴他人之助，即可單獨練習，而得良好之結果。然而於可能範圍之內，能得一合格保護者，是屬最佳。因初習者於單獨練習時，易生畏懼之心理，且於姿勢上發生錯誤時，本人不易發覺而改正之，若有保護者在旁監護，既可改正其姿勢，又可防不測于萬一。其影響於初習者實鉅。初習者姿勢錯誤而無人矯正，日久養成不良習慣，再欲矯正，事倍功半矣。故良好教練員於發現錯誤時，應立刻詳加解釋其動作不合法處，導之入正軌，以除日後進步上之阻礙。

開始學習游泳時，不論其有無保護者在旁，最適宜之課程為爬泳之基本動作，其利益自不待贅言，爬泳於極短時期內，可養成良好之游泳員精神。然後循規導進，以達精通之境。

## (一) 初步練習之適宜地點

初步練習游泳之適宜地點為游泳池。池水之溫度，以較體溫略高為宜，水深約及胸，於十餘碼之周圍內，深淺須一律，關於池水之溫度，初習者不可忽視之。若水溫過低，初習者易生畏懼之心理，同時身體肌肉，易致緊張，動作不自然。若水溫適宜，身心暢快，全體肌肉鬆弛，易於學習。水深適合，則習者可安心練習，養成其自信力及勇氣。游泳池根據上述條件者，為初習最適宜之處。

初習者不能獲得游泳池從事練習，可覓一具有同樣性質之淺灘，位于海，河，湖或池沼中。淺灘上能得一垂直之物體為最佳，如岩石船塢或木樁等物，以作初習時之發腳點。

## (二) 養成面部浸入水中之習慣

爬泳之初步練習，須先養成其面部浸淹水中之習慣。練習之法，人身直立水中，先作一度深吸氣，將首前傾，口鼻全浸入水中，任其停止呼吸片刻，再舉首。依上法重覆練習，待有相當習慣後，面部全浸水中，雙目在水中試行睜開。

## (三) 浮水

習者直立于池邊，(或垂直物體之前)以背向之，舉一腿後屈，以足抵住其上，上體前傾，待將及水面時，作一度深吸氣，雙臂前伸，將面部亦浸入水中，然後以後屈之腿，用力蹬出，全身伸直而向前浮進。浮進之時，全身自踏至踵，須位于一水平線上，以維持身體之平衡。人類多富于自然之浮力，故此項動作，極易學習，然即無絲毫浮力者，藉後蹬之力，亦得安然浮水前進。待呼吸不能繼續停止時，乃恢復站立之姿勢。恢復之法甚易，雙臂向下划水，首上舉，一腿前屈至胸前，向前行走一步，全身即能站立。

## (四) 腿部之打水動作



作 動 水 打 之 足

浮水及面部浸水練習後，乃從事練習腿部之打水動作。先依照上節之法，使身體浮於水面，全體伸直後，雙腿乃作上下交換鼓動，鼓動距離短，即一足入水約六英寸至八英寸，他足上舉達水面。動作須迅速，而肌肉放鬆。雙腿應靠近伸直，足尖微轉向內，活動須全為體關節，減少踝與膝關節之灣曲。初習時雙腿肌肉似甚強硬，而易致疲勞，然習之稍久，即能運用自如矣。

### (五) 手臂之划水動作

上述各項動作練習純熟後，開始手臂划水之練習。身體直立水中，雙臂交換划水，先以一臂(例如左臂)前舉而平放



作 動 水 划 之 臂 手

水面上，手掌向下；他臂(右臂)插向體後，浸于水中，乃開始划動，手臂伸直，

划至大腿時始灣屈。同時右臂自後由水面上移至前方，而達左臂開始時原有之形狀。當是時頭乃轉向左方，右臂向下後方划水，左臂自體後於水面上移至體前，然後依上述動作，交換而行。手臂划動之時，雙腿于水中緩步移前，以求協調。練習時須時顧及其姿勢之是否準確。頭部之旋轉與臂之動作須極合拍而調節，以保持身體之平衡。

待雙臂之划水與首之旋轉動作練習合拍後，試行學習整個之爬泳。先依前述之步驟，後脚用力蹬出，向前浮進，雙腿繼之上下鼓動。雙腿鼓動後，可不再顧及腿部之動作，集全副精神於雙臂之划動，身體隨雙臂之划動而左右逢迎以防下沉，手臂於水面下向後划時須用力，恢復原狀時，動作應輕便，肌肉須鬆弛。

初習者能如法練習，站立時呼臂之划動與首之旋轉合拍，則於初次試泳時，必能達數碼之距離。尚有一點應注意者：即每次試泳時，腿部之鼓動必較手臂之划水為先，如是則易使兩者之動作合乎節拍。

練習者，若全部甚感困難，不妨重行分段練習。以便各單部份之動作完全準確後，再行全部練習。

手臂於恢復原狀時，動作應準確，以保持身體之平衡而易於呼吸。指導員於發現初習者動作不合法時；如划動不合法，肘僵硬，出水過高等情，應立即予以糾正。初習者欲避免上項錯誤之發生，於划水時手掌經過大腿四五寸後，即轉向下，然後上臂提出水面，恢復原狀，而作第二次之划水。划水時，手臂之動作須獨立，雙肩不能隨之而前後擺動。

### (六) 呼吸

爬泳與他種游泳因姿勢之各異，而呼吸方法亦不同。爬泳時，面部全浸於水中，於一臂(右臂)恢復原狀時，面部即

轉向右方，而行吸氣；他臂（左臂）恢復原狀時，面部浸入水中，由鼻空呼氣。（呼氣必須由鼻孔行之）每一整個之划動即行呼吸一次。

呼吸未嘗熟練前，不妨站立於水中，而練習之。身體站穩後，作深吸氣，上體前傾，面部浸入水中，口緊閉。所吸之氣任其緩緩於鼻孔呼出，乃再轉頭，使口部透出水面，張口吸氣，而後依上法呼氣。如是反復練習，待口吸鼻呼之法，運用自如後，游泳時之呼吸，即不生困難。此外尚須注意者，即游泳中之吸氣時，頭部之轉動，可僅向一方面，無須左右轉動。後者僅為初習者採用之。轉首之時間須準確，不然將影響於身體之平衡。合法之轉首時間，為左臂於恢復原狀後，開始划動時，頭轉向右方以吸氣。同理，若傾向於左而吸氣者，則為右臂恢復原狀後，開始划動時，頭轉向左方始吸氣。

(七) 結論

初習時之全部划水動作至此完成，關於腿部之打水動作，於爬泳章內詳述之。因打水動作極為重要，打水之合拍與否，能影響於身體之平衡，與手臂之划動也。

再者初習者須存一深切之觀念。游泳時之任何動作，不宜匆促，肌肉不宜緊張。動作匆促，肌肉緊張，致動作惡劣，易致疲勞而妨礙其進步。反之，動作鬆緩，則姿勢合法，



法 吸 呼 泳 爬

身體平衡易於保持，推進力增加，技能亦易臻完美之境也。改進身體姿勢亦屬重要。正常之姿勢，自手指至脚尖成一直線，手掌向下，手指靠攏，頭正直，背部微呈曲線。初習者流行之通病，即腰部灣曲，練習時應力求糾正，以免影響全部姿勢不良。

最後惟望初習者，能有堅忍之意志，不屈之精神，學習游泳。天賦之游泳學習能力，各個不同，少數人具有游泳天賦之本能，而一部份人則須經長期之訓練始克成功。故無論男女，決無不成功者，要視其努力之程度如何耳。若初習時，略有困難，即心灰志衰，拋棄不練，則永無成功之望。反之，以百折不撓之精神，繼續努力，無慮事之不成也。甚或其成功之程度，駕乎習者本身之所期望者。

(編者按) 本文係江良規譯「女子游泳訓練法」之一部分。插圖係採自阮蔚村著之「小學游泳」。

譯 規 良 江

法 練 訓 泳 游 子 女

校 瑞 蘊 吳 生 更 郝

際茲海暑薰蒸，入水練習游泳，翻騰於銀浪雪濤之中，塵氣頓消，心地涼快，最感興趣。最合衛生，日來水上運動，新興蓬勃，女子游泳，積極提倡，惟向無專書指導研究，殊難大眾化，中央大學體育科，江良規君，素嗜游泳，因鑒及此，特將美國紐約體育會名游泳指導海萊原著，譯成女子游泳訓練法一書，並由教育部體育學部更生中央大學體育系主任吳蘊瑞二君精校，該書內容豐富，譯筆流利，封面刊有楊秀瓊女士游泳圖照，洵為當今指導女士游泳最完美之唯一新書，茲誌其概況如下：該書對游泳之初步上之價值，最有之游泳方法，游泳之初步練習，初練習適宜之地點，游泳陸上練習法，美國式爬泳，仰泳，俯泳，游泳救護，競賽之訓練，競賽員成功要訣，游泳救護術，花式躍水術諸問題，無不詳盡，精詳敘述，切實指導，附游泳問答，更屬扼要，所表演姿勢圖多幀，最為清晰，讀者不難自習，凡屬有志游泳之女青年，誠不可不購讀此書，以資練習也，全書三十二圖，本一厚冊，用上等道林紙精印，定價九角五分。

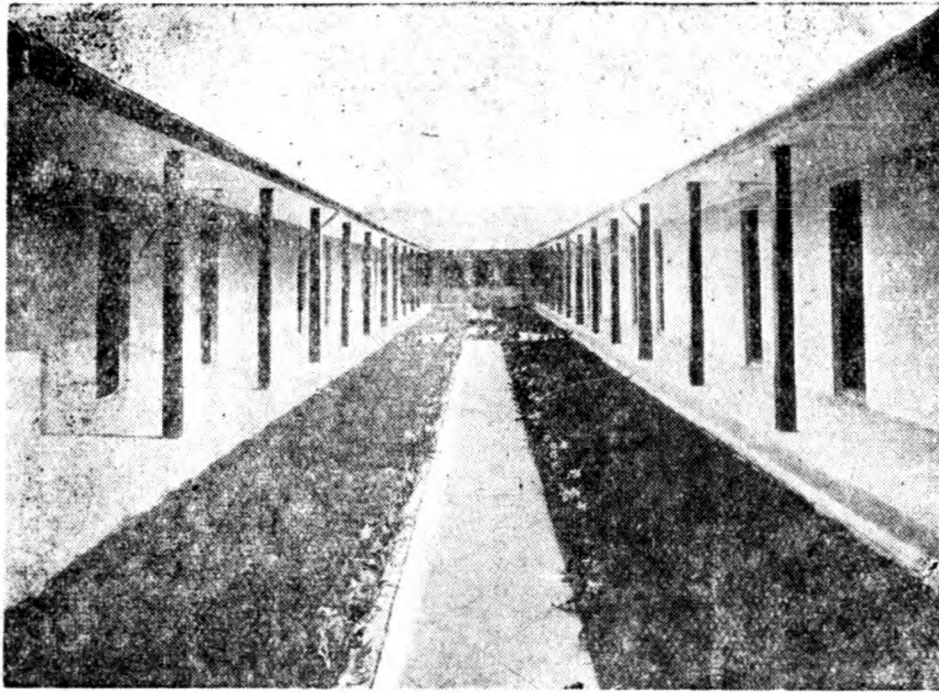
版 出 局 書 奮 勤



教育部備案  
市教育局立案  
中國童子軍  
司令部立案

# 兩江女子體育師範學校暨特設 女童子軍教練員訓練班

## 招生



學 生 新 宿 舍 內 景

### 學額

第十八屆新生六十名  
第十七屆插班生三十名  
童訓班新生四十名

### 資格

新生須初中畢業  
插班生須高中或同等  
學校肄業者

### 報名

……即日起

### 考期

第一次七月十五日至廿日  
第二次八月十五日至廿日  
(遠道得隨到隨考)

### 章程

……函索附郵五分

### 開學

……八月廿日

### 校址

……上海江灣翔殷路



# 游泳的生理觀

記 者

【編者按】本文原名「游泳的醫藥觀」，載上海時報晚報，編者認此篇確能裨益讀者不少，故特轉載於此，並附致謝意。

時令還是赤日當頭炎暑熱的炎夏，在此炎夏時令中，最幽美最適宜的體育運動，要算是游泳。

說到游泳，確是一種最優良的全身運動，他不但對於全身的體力，能獲得極大的利益。對於精神上的修養，也有良好的影響和裨益。許多的陸上運動，無論如何，總不能供全身體各部份的平均活動，平均練習。獨此游泳，不但上肢，須得同時應用，調和運動，他如胸廓，腹腔，肌肉，關節，以及心，肺等等器官，均須運用極大的動力。更如糾正人體的姿態，促進皮膚的抵抗力，亦惟有從事游泳，始能獲得。至於遇到不測的危險時光，還可以自救救人，那更屬於一種美德的技能了。所以游泳運動，的確是值得提倡，值得獎勵，而且應當普及的一種體育運動呢。

我國人對於身體的鍛練運動，素稱幼稚，向少注意，對於游泳，那是更加

忽視，更加幼稚。幼稚的原因，一方面由於缺乏有力的提倡，和練訓教學的場所，他方面亦由於一般人對於游泳這一項運動，無真正的認識，和正確的觀念。一般的人們，對於這夏季游泳運動，多數當他只不過是一種炎夏中尋歡取樂的摩登遊戲，時髦娛樂，很少當他是一種純正的教育，不要說是一般的人們，就是教育機關的各個學校，也多十九缺乏訓練游泳的設備，更談不到編入游泳教育於正式的課程，下合理的教練的了！這不能不說是我國教育上一個極大的缺點呢！

現在記者以醫學的眼光，並個人日常練習的經驗，把游泳對於人體的生理作用，約略的分述一下：使一般的民衆，對於游泳運動，所與人體的種種裨益，有個合理的瞭解和認識。

第一、對於循環器的作用——所謂循環器，即對於心臟與血液的作用，游

泳對於心臟與血液，均有甚大的益效，如對心臟，因在游泳時，須費大量的全身體力，那末心臟的工作力，亦因需要大量的酸素而無形中增加了，同時因體外皮膚受了冷水的刺激和高壓力後，表面的血管，遂呈收縮狀態，而體內的循環系統的血壓，就大大地增高起來。於是心臟的工作力，也須得加工努力，才能應付此特殊的環境呢。至對於血液方面，則因皮膚血管受外界冷水之刺激而起收縮後，遂不得不向體內各臟器中侵入，此等臟器和組織，因經此豐富血液的流洗灌注後，於是平時所有停滯着的廢物，也就可乘機充分的沖洗。由血液循環的運輸，而排送於體外了。他方面，皮膚血管在入水時呈收縮狀態，而血液流入體內，待出水上陸後，體內諸臟器的血液，又往外奔流，而皮膚血管遂呈極度的充血現象，此種皮膚血管之一收一放的反應，即為血液流動活躍

的證明。血液在此緊張收放的活躍狀態之下，赤白血球的數量，也無形的增加了。

## 第二、對於呼吸器的作用——換言之，即對於肺臟的作用，我們曉得，在游泳時，肺部的呼吸無形中迫切而緊張起來，同時吸氣亦加緊而增大，這在每個游泳同志，都能體會得到的事，這究竟是什麼原故呢。第一、因肌膚受了冷水的刺激以後，身心即感覺極大的爽快，同時身體即不由自主地起了反射作用，這反射作用的效果，就是使呼吸急促，空氣交換也就迅速而充分豐富了。

其次，因游泳時耗力愈大，則體內所需的酸素亦愈增加，故游泳時之擴大而加緊吸氣的作用，即因體內需要此大量的酸素的自然現象。又次，因為人與水的比重，相差無幾，（人體比重，因各人體格而略有出入，普通人體之比重為一·〇一八、淡水之比重為一·〇〇〇二·〇，海水之比重為一·〇二〇，故人體比重，比淡水雖重百分之二弱，而之海水，則反輕約百分之二也。原來人體之能浮於水面，即因此人體與水之比重相差無幾的條件故也。故若人體之比重，比水過分大，則學習時，即感困難，而不易上浮。反之，若體之比重，比水過分小，則無容苦練學習，亦易上

浮矣。觀乎鴨之浮於水面，即其體重比水特小故耳。）故在游泳時，如深吸大量空氣於胸腔，使身體面積增大，減輕體重。（空氣之氣重為〇·〇〇〇八八，則輕於人體及水之比重遠甚矣，）即易於上浮。故游泳時，除鼓動四肢，抵抗水力，以免人體之下沉外，同時必須吸入大量的空氣於肺部，使體重減輕，而協助人體的上浮力，即因協助人體上浮力的必然要求，而自然的增大肺部的吸氣量了。因呼吸迫切，吸氣的增大之故，不但能增進肺組織的本身發達，同時對於呼吸筋，亦因呼吸的伸展工作，而得充分的練習，極度的發展了。故凡從事游泳運動的人，其對於肺組織的發達，與呼吸筋的強健，那是一定的效果。此外，如在海濱游泳，則更因海面的空氣清爽，最適宜於行深呼吸，於肺臟的健康，實有莫大的利益。

## 第三、對於新陳代謝的作用——我們只要看游泳者在游泳後消化的良好，食慾的大增，就可證明新陳代謝的增進了，這因為游泳時，一方面心肺全體，都用極大的工作力，而產生多量的熱力，一方面卻因冷水之奪取人體的溫熱。而使物質加速的分解，而達於高度，因物質消耗的急增，則供給物質消耗的材料，也不得不隨而增加了。泳後的食量

大增，食慾亢進，即以補充此所損失的代謝物質也。故因游泳運動而使代謝作用增高，因代謝作用之增高，無形中，使食慾增進，食量增加，而得良好的消化作用。

## 第四、對於肌肉的作用——游泳運動對於全身肌肉的鍛鍊活動，是不消說得的事，游泳時之四肢，全身的各部肌肉，都在努力於伸展屈曲的動作，譬如在俯泳時，上肢的兩臂，交相向前側方運動，兩足之或上下交換擣打，或斜向二側伸展，仰泳時之兩臂向後側方擺動，及兩足的伸屈推動，此時即為練習伸縮肌的最好時機了。同時，骨骼與關節，亦起很大的活動作用。如俯泳或仰泳時，四肢各關節的伸展屈曲，胸泳換氣呼吸時之頸項脊椎的左右活動，更有由練習胸式泳，能矯正及預防幼年者的圓背，而獲糾正身體姿勢的功能，故凡善泳者的肌肉及體姿，多屬堅實，粗大，圓滿，均勻的健康美。

第五、對於皮膚的在用，因游泳時，皮膚直接與水接觸，故舉凡皮膚上由體內排出的所有污物，均可經水的洗滌，而完全清除，沖洗盡淨，皮膚即不易為各種細菌所逗遛，實為皮膚清潔運動的最佳方法。其次如上所說，因皮膚血管受冷水的刺激而增進皮膚之反應活力

的證明。血液在此緊張收放的活躍狀態之下，赤白血球的數量，也無形的增加了。

我們只要看游泳者在游泳後消化的良好，食慾的大增，就可證明新陳代謝的增進了，這因為游泳時，一方面心肺全體，都用極大的工作力，而產生多量的熱力，一方面卻因冷水之奪取人體的溫熱。而使物質加速的分解，而達於高度，因物質消耗的急增，則供給物質消耗的材料，也不得不隨而增加了。泳後的食量

大增，食慾亢進，即以補充此所損失的代謝物質也。故因游泳運動而使代謝作用增高，因代謝作用之增高，無形中，使食慾增進，食量增加，而得良好的消化作用。



，因皮膚入水之血管收縮與上陸時反應充血，即為增進皮膚活力的表現，若在露天游泳或海濱游泳，則因太陽光線的直撲照射，皮膚漸起色素增殖作用，促進皮膚對於外界抵抗力，同時海水中所含的鹽，亦有極大裨益於人體的皮膚的。這種種，都是游泳所特有的利益和效果呢。

末了，對於神經系統及精神上的作

用，亦有很大的補益，游泳很能促進神經系統的健全強壯，神經衰弱者。每可由海水浴療而獲痊愈者。這因游泳時，一方面，置身蒼海，沐浴波濤，一切的煩思雜念，自易拋棄遺忘。他方面，則因海面四周之空氣，日光及海水中本身所含的鹽份，都很有益於神經衰弱者的神經系統，故有神經系統不健全者，對於游泳，均有注意與嘗試的必要。在精

神上，游泳時及游泳後，能感受到無上的爽快，此種精神上的爽快，決非身歷其境者所能筆敘的。同時，由各種游泳技中，還能養成堅忍，果斷，勇敢，豪壯，以及自信，奮鬪等等的優美精神，故其對於精神上的裨益和收獲，實有美不勝收之概哩。

華 商  
屈 臣 氏 汽 水

欲 求 清 潔 衛 生 者  
請 飲



可 口 可 樂  
鮮 橘 露  
朱 古 力 水  
姊 妹 露

發 行 所 上 海 江 西 路 三 二 七 號  
電 話 一 二 七 二 六 號

冠 生 園 杏 花 糖  
香 軟 溫 柔  
功 能 肥 兒 之  
出 品  
每 磅 洋 一 角  
冠 生 園 杏 花 糖  
冠 生 園 杏 花 糖  
冠 生 園 杏 花 糖



# 網球基本練習法

馬德泰

## 一、握拍方法

握拍之方法有三：一曰正手握法 (Forehand Ground Stroke Grip) 二曰反手握法 (Backhand Grip) 三曰發球握法 (Service Grip)。初學者宜先習其一，然後進而及於其他。握拍合法，進步較易；握拍失當，則進步難期。握拍首要之點，在須緊握勿鬆；否則拍出之球，難於準確。茲分論其方法如次：

**A 正手握法** 先執拍對身，手臂與肩相平。拍球時手臂宜直。由背後揮向前方，身體斜立對網。如左手執拍，則左足在後，右足在前。當迎球時，網拍須在肩後，左足全在地上。球與拍接觸時，左臂用力前揮，左足之力運至右足尖。當球拍出時，右臂由前落後，使身體平穩；但於拍球時兩腿宜稍灣。

**B 反手握法** 參由正手握法移動拍柄約四分之一；如用大姆指扶於拍柄亦可。總之，以握柄時覺舒適為主旨。兩腿前後立法，與正手拍法相反。

**C 發球握法** 發球握柄法，即正反手握柄法之中央。

握拍方法，既能準確，當而習擊球之法。初學者可用一牆，或木壁牆，於牆上畫一線，其高低與網相同，以球打之，可習練來球之速度，高低，及其輕重之別。先習下列五種，他如敲球削球等，皆可以由以下五法，練習純熟後自然得之。

## 11、抽球 (Drive)

抽球為極重要之技術，人人當習正反手抽球之法，乃拍球之基礎也。抽球時，須得相當之地位及球之高度，而後可行。若在膝下，或球離身大近太遠，手臂不易揮發，則不能抽重，僅能求球之拍過而已。來球之高度，最宜於抽球者，當球落地後反彈至最高度時。我國林寶華君，善用此法。當球在最高度時拍出，其利有四：

**A** 在最高度時擊出之球，不易落於場外，或入網中。

## 網球賽之采丰

蔚·村·



入場



稍舒筋肉



第一盤



第二盤



第三盤

B 球回到對方更急。  
C 對手如站在網前，不易還擊。  
D 在最高度時擊出，時間較短，對手頗難防備。

### 111、發球 (Service)

發球當擇容易之法。如左手握拍，右手當持球拋向頭頂，略向前面。其高度約高於頭三尺。發球雖有機會二次，然第一次不可疏忽亂擊，須將一二兩次之機會，視作同等價值。蓋發球時第一次之失誤為過，第二次為罪。球員往或於練習時，足踏線上，場內，跳起，往一足先越場線，此皆犯規，初習者每不留意，於比賽時受公正人之儆戒，始知改正，然因此而失敗於對手方者有之。故練習當慎，免臨時改變發球之法。發球宜先習一法，然後發展他種之技能，如直射，斜射，及反射等。其中一法能準，餘者亦不難而得矣。

### 四、空中球 (Volley)

空中球係球未落地即行還擊者。身體站立地位，與抽球相同。還擊時不可

太急，只求方向準確，不可用作抵抗對方之術。然回空中球太軟，亦對方之利也。上網時，宜用空中球。初學網球者，可先立場後學習，然後再練上網。

### 五、殺球 (Smash)

在球空中，超逾兩肩，即可用網拍擊之。對方來球，須知自己站立前後地位，並須酌量殺出之遠近。吾國吳仕光及刁慶歡二君，皆善用殺球之法。殺球雖為對付高球之術，然高球亦為用於抵禦殺球之一法。

### 六、高球 (Lob)

高球係用球拍向高拍之，其高度約在十五至三十尺之間。此法用於抵抗對方上網時，以高球越其頭頂，逼退對手，然後自己可以向前搶上網攔截。於雙人比賽中應用更多。普通球員如失其地位，可用高球，慢慢落下，能使恢復原有地盤。

馬德泰著

### 網球訓練法

定價每冊大洋五角



圖 四 第

圖 五 第

圖 四 第



# 手球訓練法

(一册四角)

阮蔚村著

手球運動，早已風行歐美，吾國尚未普及。現在教育部編輯中學體育教授細目，由初中三年級起，即開始採用手球之遊戲，本書詳述手球之遊戲方法訓練規程，比賽規則，以及一切關於手球之常識。俾教者學者，均可明瞭，本書在印刷中，不日將可出版。

# 勤奮書局 新書出版

How to play  
Indoor Baseball

## 女子壘球訓練法

(每册九角五分)

國立山東大學體育主任 宋君復著

### 基本體操

金陵女子文理學院體育系編

本書係由金陵女子文理學院體育系所編體操講義之一，書內敘述各種體操之基本動作，並指示實際教學之方法，為最新之體操教本。  
(每册一元二角)

### 中學機巧運動

江蘇南師體育師 鄒頌著

本書內容，係搜羅中等學校各種機巧運動教材，由淺而深，由簡而繁，教材分墊上，單槓，木馬，吊環等。於各項之分類動作，無不詳細解釋，而對於力心之運用，保護之方法，更特別明瞭指示。各項教材，均經作者親自實驗教學，每項之結果，均稱美滿。本書現在印刷中，不日即可出版。

# 標準運動實施法

(一册四角)

孫權著

吾國中小學校之於教授體育課，素無標準之可言。本書係例舉各項田徑運動之測驗標準，俾便教者之試驗研究之取法。孫君前曾任四川體育專教授，並連任浙江第八、第十一中學體育主任，學識經驗，均極豐富。

# 歐美土風舞

——編珍明沈——

編者為吾國著名之舞蹈家，自舞蹈入門一書問世以來，頗受國內體育界之歡迎，現復編此集，以應國內之要求，本書計搜羅教材達數十種，每篇均附有樂譜，可供演奏。  
(每册一元二角)

# 毽子比賽法

周柱國編(五角)

賜毽子為吾國固有之國技，關於各種踢法，似簡實繁，本書為賜毽專家周柱國君所編著，書內凡舉各種踢毽法及表演法，無不應有盡有，本書現在印刷中，不日即可出版。

●寄即索函錄目有備●

法練訓球棒

(角五册每)



# 鐵爾登網球心理學

阮蔚村譯

## 第一章 一般網球心理

運動不僅在手脚和身體的肉體活動，其活動的源本，至少也有點精神上的作用。尤其是作網球運動者，在精神上的活動，與全體的成績有重大的關係。對於這事不加研究者，決難成全一個偉大的網球家。鐵爾登氏說：「網球心理，就是能理解敵手心的動靜，以對手的精神為見界，測定競賽的效果，以外部種種原因，而研究個人心上所起的種種精神上的變化」。對敵手心的動靜既能了解，則在比賽上可以佔先一步。所以應當先對對方的心理有所解釋，對於個人的心理有所分析。於同一事件上，在歧異環境下，對於變形自身上的結果，應加以考究，對於他人心理之研究，應予以可能的推斷。

對於個人的境遇，狀態和精神上的作用和變化，既能熟識，應研究對方的性格，而決定其屬於如何種類，從性格上所起的事件，對於精神上的反作用，

殆相同一，為求適應此點，於策戰計劃的樹立上乃所需要。對於自己自身既能有相當之研究，則遇見類似其人的性格時，則可易於判斷。

人類心理的動靜，是隨着他的思想方向而活動，若對之能得到充足的研究，對個人心的經過能自由支配的人，定可對他人心理的動靜，能得到洞底的觀察。所以對於心理經過的支配，不可不詳加研究。

鐵爾登氏對於網球員從性格上，而致技術所異之點，這樣的申述。

所謂善於底線擊球的網球員，是善於站在底線以後的地方，傾向於此類的人，概可分為其次的兩種。

其一為沒有清晰頭腦和敏捷活動的人，不善費深的考慮，頭腦能十分活動者，決不會常站在底線處。

常保守底線的地置，其活動必鈍笨，結果不便於上網，可知其頭腦的愚笨，對於這樣的對手，不足以為懼。

第二種者，就是屬於鐵爾登氏所怕

的敵手。這種的底線球員，進則止於場的後方，常以積極的計劃，懷念着如何對付我們，是有最銳而且深的考慮的底線球員！這種球員，不可和第一種者混合而觀。他有十分計劃的戰法，球打得很深，方向常有種種的變化；常與對方以莫大的痛苦。他的確是一種可忍的球員！

由此可見屬於第一種者，對於打出的球，並沒有什麼計劃；屬於第於二種者，他雖然也是一個底線擊球員，但是他確有確定的攻擊目的，和可靠的固守方法。

鐵爾登氏尚舉出一種第三類的人，這種人可以叫他做「衝動的人」，他常打出令人莫測的強硬球，常試行奇巧的抽球，並作無方針的上網。此等人對攻擊的意義，是沒有組織的，對敵手在比賽中，不存着真的理解。他只知道一味進攻，他的計劃不十分一貫，徒憑他的本能性作戰而已。

還有一種第四類的人，這種人是最

有思慮的網球家。他持着確實的目的，隨着他那迅速的心理活動，前前後後的亂跑，他那種行動的確是曖昧極了！然而無論人家如何責罵他，他總是強辨着。

照右列的種類，鐵爾登所尊敬的網球家，是像拉斯頓氏和維魯珍氏等代表的選手。這種人是怎樣呢？他們有一定的計劃，無論怎樣，總是死力保守其目的，決不會中途變更，他們是非常有鞏固決心的人。這種人的心理，是極易測知，要想顛覆他們心的立場，是極不容易。但是鐵爾登氏並不讚成那些愚於固守的網球員。

用着微妙的精神活動，在比賽的結果上，影響得很大。譬如二位球員的技藝相等，在比賽的時候，自然是依賴那心的立場了！所謂的勝負命運，就是在心理上所見的效果。

對於所謂的「成功的擊球」，和「失敗的擊球」，也不可忽視。將球打出界外，則失去一分，若用平凡的擊球，將球安全擊到對區，則徒給敵人抽球的機會。關於此點在心理上的效果，事實上非常重要。

在比賽時的心理，常有極有趣味的現象。雙方球員在同樣的機會下而開始競爭，一旦有一人一度導先，則自信力

可以段段增高，反則對手的精神見界，則逐漸貧弱。這時居先者，應當繼續持着他那自信的精神，不要使他的心理轉變。一方面被挫的球員，應當抱着追趕的心，更以大的對照，在心理上奮起反動的作用。這時落後者，應當抱着導先的信念。如果能將前者追上，則可一鼓作氣，反敗為勝。前者變形勢之不利，如斯乃起恐慌，終至於敗北。所以鐵爾登氏奉勸大家說：最初導先者多半不利。而在途中將形勢挽回，而復陷入不利者，應當再求努力挽回作心理上的爭扎。最初導先，而於中途又挽回，恢復其最初導先境况，精神上殆受致命的頓挫。最初不利，而得漸次恢復改善者，鮮受激急精神上一時的打擊。對於我們心理上的變化，從於日常的經驗上，可以易於想像。

差不多要全敗的時候，而能在中途挽回，屢屢可得到勝利。如果一度挽回頹勢，而復一度失守，則所受的打擊和壓迫，便不易脫出。偉大的網球家，多能對自己心的動靜努力修煉，使其能夠十分支配，在其初失利的時候，不為之所困惑，抱着一貫貫徹的決心。

鐵爾登氏更欲一般稍有根底的選手們，對於比賽時的比數不可忽略。對於比數的變化，應當十分注意。

(一)各局中第三四球之失得，可關係勝負的分歧。今假定最初之二球，各得其一，則為一與一之比數，第三球頗為重要，若能取之，而復再取一分，則成三與一之比，則勝利自屬易事。如果得第三球後，而未能連取第四球，且此第四球為敵人奪去，則成二與二之均勢，勝負屬我屬彼，便不易預想了！

鐵爾登氏主張在此第三四球特別重視，尤其是在一比一和二比一的時候，應當注意覓尋機會。

(二)關於局數的比數，以最後一盤的第六七八局最為重要。例如第六局的結果，不為四比二即為三比三，如斯第七局時，非為五比二即為四比三。成二比五之形式時，恢復殆不易；成三比四時，尚有十分的機會。

第八局的結果，不為五比三，即成四比四的成績。以五比三導先者，若連負四局，則陷為功敗垂成，反則若僅努力勝一局，即可獲全勝。然而這最後的一盤，是極不容易取得的，因為這時的疲勞，確實達到極點。無論如何，在此時候非努力導先不可。僅僅以絲微之差，即能關係全盤的勝負。

譬如對手以四比一，或甚至以五比一導先時，這時你却勝了前兩盤，你不應當努力去追他，如果你盡了十二分之



力，最大效果也只可以六比四敗北，最好你將此盤犧牲，留着充足的餘力和精神，一鼓而呵成第四盤。

以三對一的成績，而輪到個人發球的時候，不可安心而以爲自己站在有利的地步。如果你將此第五局疎忽，而見讓於敵人，那麼便成了三比二的形式。再輪到對手發球，便要成三比三了，如果你用心而得到第五局，則成爲四比一，縱令對手發球再追上一局，則成爲四比二，然而他的意氣必十分喪失，你便有勝利的希望。

(三)關於盤數在比賽中的重要，鐵爾登氏這樣的告訴我們：

三賽二勝時，先得二盤者爲勝。其中以第一盤最關重要，比賽中應盡全力而奪取第一盤。

五賽三勝時，第一盤自然不可輕視，然於各得一盤時，於第二第三兩盤，最須努力，以冀恢復。

在垂危的時候，不要失去了繼續努力的精神。鐵爾登說：

『假定連負了兩盤，而第三盤中又連負了五局，這時你不要以爲毫無希望，而將此最後一局放棄。在此風燭的殘境中，也應努力維持一下，以求時機或許能夠轉變』。

一九一六年，在紐波特地方舉行的

雙打比賽，約翰遜和阿姆斯特龍配合一組，斯洛莫魯頓和熊谷配合一組。這時的日人熊谷一彌是最初來到美國。

在這次的比賽中，斯洛莫魯頓和熊谷的一組，以六比〇勝第一盤，第二盤既能發球時，乃造成五比一的優勢，在第七局中的細數復造成三比一。這時斯洛莫魯頓回過頭來向熊谷談話，熊谷似乎沒有了了解他所說的是什麼。他依舊的發着球。發過去的球被阿姆斯龍抽在中央線上，續向約翰遜發球，又被抽中，如斯把熊谷弄得大起狼狽。熊谷和斯洛莫魯頓，乃逐漸不振。熊谷發球屢次兩番誤失，斯洛莫魯頓抽球屢誤失，終至勝利歸於約翰遜和阿姆斯特龍二人了！

因爲一二球之差，恆能挽回大局，上舉的乃是一個實例。更有一次足於嘆惜的事實，令我們記憶不忘。這個實例乃是一九一六年，在全美網球錦標大會的第四週賽中，加利福尼亞省的姆簾，和紐約佐智相遇的經過。

在這次的比賽中，佐智先勝了兩盤，第三盤佐智亦導先於前，十分之九的江山，已歸於佐智的掌握。姆簾在殆已絕望的時候，復力圖恢復。在這將要結束的一盤中，姆簾拚出了他的最後努力。觀衆們一齊爲姆簾喝采，原來他是平

素最受人們歡迎的一位選手！這時的佐智，因爲不得一般人們的同情，以致心起恐慌，錯誤百出，終至勝利歸於姆簾，佐智的功虧一簣。

這次的勝負，的確由於外界事情的直接原因，人人都喜歡援助姆簾，當然也都憎惡攻擊佐智。由此可見在比賽的時候，常要保持沈着的精神，以冷靜的頭腦而應戰，無論外界有何種感動，應當以平靜爲主。

關於此點，鐵爾登氏在他的舊記憶中，曾常以其優秀的技術，在雙打比賽中，以不斷的高球擊與對方。對方終至不能忍耐，勝利遂歸於我方。對方因爲怕高球，所以不敢上網。結果對方因爲失了自信的能力；精神上受了壓迫，以至於失敗。

前美國網球十傑第五位約翰遜和一地方選手畢亞孫，在費拉特龍府市比賽的時候，便產生一個實例的教訓給我們。

最初約翰遜先勝一盤，且復以四一佔先，但此盤終被畢亞孫奪去，乃成一與一之比，第三盤畢亞孫復以五一一佔先，第三盤的第七局，又是三一——畢亞孫前導，再有一球，便解決此盤了。

此時，畢亞孫給了約翰遜一只正手

抽球，使他向那球急追，畢亞孫便立刻上網。約翰孫辛辛苦苦的在邊線處，得把那球用極拙的方法橫切而還擊。畢亞孫將來球，用截擊法，擊在對手的反手深處，約翰孫前此打球以後，急急歸還原位。他歸還原位的時間，恰與畢亞孫將球截擊後同一時間，僥倖又把此球用橫切擊回，乃得一分。畢亞孫的預想，遂根本的顛覆。

畢亞孫完全失却了鎮靜，他驚異對手的努力，反促成了他自己的惱怒，甚至於發球的時候，竟連次雙誤失。續後約翰乃勝了此局，並再接再厲將局數追至五與五之比。每局恆至一七一五比數的大接戰，終至勝利歸於約翰孫。

約翰孫的勝利，可說是由於最後一分的成功，給了對手以精神上的破壞。

關於一般的網球心理，業於以上所述，更有其他各方面的心理，能與比賽上以適當的影響的，有球場觀衆和球員等心理作用。固然得一球可增加自信心，失一球易減少自信心，然球場觀衆和球員等在心理上的變化，却也值得我們去研究。

關於選擇球場的心理，鐵爾登舉一實例如次：

「依我自己看來，適於我的球場，沒有一處像似惠勃爾頓的中央場的那樣

好。但是一般的選手們，多不喜歡到這裏來，因為這裏正當各場的中央，光線很不好，且騷擾的聲音過重，以致不利於心理，所以參加惠勃爾頓網球賽的選手們，多半嫌忌這中央球場。但我却很願到這裏來。」

普通選手們嫌忌這中央球場的原因，不外是原爲這裏是一個高貴的地位，觀衆也盡是名人，皇帝女王和太子們，常常臨席參觀，所以除非老經久練的選手，到這裏來心神必不安定，失却了節制自己鎮靜態度的能力。

在比賽的時候，觀衆的應援，和選手的精確，確不無關係。一九一九年，澳洲網球隊伯力格斯，巴達孫，萊謝特，和託斯瑪四人渡美參加全美網球大會的時候，各人所占得的勝利，蓋世無比。而在這次的比賽中，巴達孫大戰五盤勝了美國的扎斯頓。會場中的空前大觀衆，在罷戰退場時，仍舊向巴達孫大喝采，伯力克斯和富列斯特貝爾在最後一場比賽時，依然受美國人觀衆同樣的讚賞，鐵爾登氏對於這般觀衆的衷心，非常歡喜。因爲周圍情形的刺戟，確能產生最好的網球技術。

鐵爾登氏更說：「凡舉重大的比賽，最動人的地方便是選手本人的人格，人格聲望較佳的人，雖然

到了異國，也如同無國境一樣。」

選手們爲着人格和聲譽計，不僅只求個人能夠享受，並須有共同的目的。試觀台維斯盃的戰史中，維魯庭，伯力斯，帕克，蘭特和瑪古洛甯，都是在歷屆比賽中，名譽最轟動的人。帕克以戰勝了伯力格斯而得到了最高的聲譽。瑪古洛甯以在一九一四年戰勝了伯力格斯和維魯庭，而得聲譽大噪，飾着世界網球史中最光榮的一頁。此均爲台維斯盃過去的戰績，各國的選手，沒有一個不以其視國的聲譽爲條件，盡最善的死亡而奮鬥，以發揮其愛國的精神。

各國網球界的柱石，藉友誼的運動比賽，常川互相往來，在表面上雖無何，然對國民間的隔膜，可藉之互相疎通，並促進體育交通，於溫和國交的力量不少。

——(未完)——

## 鐵爾登網球術

美國波魯斯原著

阮蔚村譯

本書爲指導網球技術之最良專書，內容分十大章，關於各種網球之擊法與戰術無不詳述備載。

(定價五角)



# 痙攣之原因與預防

蔚村

多數運動家，恆苦於「痙攣」。若詢其「症狀」，恆以「痛」為答。蓋多只知「痙攣」之痛苦，而不知發生「痙攣」之原因。

俗云「痙攣」者，乃肌肉纖維之一部分或全部切斷之徵象也。著者前曾向出席大運動會之運動員發備填表調查，結果五五九人中，內有九十五人常苦於痙攣者，計佔全數百分之十七。可見「痙攣」之症，確為現在運動家之最大惡魔。

「痙攣」之原因如下：

一、神經之活動與肌肉之活動，偶因其他原因而致礙其調和時，或收縮之肌肉，偶行超過度之伸展時，則發生「痙攣」。

一、「痙攣」經多數之超過度伸展而發生，唯有時經突然之超過度伸展亦產生。

一、因痙攣纖維間之緊張度不平均，而發生「痙攣」  
一、肌肉於行突然伸展之際，其拮抗筋則突然收縮。例如激急伸展小腿時，則大腿部裏側之肌肉必收縮。「肌肉」於上身向前傾時最易發生，尤甚於跑跳至疲勞而勉強時。此時肌肉經非常之活動而致收縮，因使用該肌肉之彈力已超過其最大限度。特於行大步跑，或行短跑之全力跑時，突然轉變而伸展肌肉，易起「痙攣」。

「痙攣」其次之原因，為肌肉硬直時易於發生。例如：  
(一)「寒冷」肌肉之活動缺乏調和，易於「痙攣」，在陰天

及寒日最多。(二)「疲勞」肌肉中多於疲勞素時，則堅硬，同時肌肉之感受能力低減，不能與神經聯絡。著者實際調查之結果，「痙攣」在寒日較暖日特多，尤甚於疲勞時踢球（足球員），大步跑（長跑員），及在硬跑道上跑時，或有着之釘鞋釘子過長時，及行準備動作不充足時。

既明瞭以上諸端，對於預防之方法，宜常行作伸展肌肉之練習，或作收縮肌肉之練習，並於作準備動作 (Warming up) 時須求十分充足。他如行按摩，及擦松節油之按摩，均為預防「痙攣」之方法。又於寒冷時及疲勞時，特別注意保溫，使疲勞素脫出。此均為「痙攣」之根本預防法。除此而外，無特效之劑。

## 運動衛生

阮蔚村著

每冊定價六角

本書詳述運動衛生之常識，內分十章，為研究體育者，或練習運動者所不可不讀。

## 運動救急法

阮蔚村著

每冊定價六角

運動時，恆易遭受意外之傷患，本書為指示救急之手續，切應體育界之需要。

奮勤書局出版



# 楊秀瓊

## 贛京滬表演記

名震遠東之美人魚楊秀瓊女士，於七月十七日由港乘俄國皇后輪抵滬，下榻新亞酒樓。上海各界震於女士之盛名，咸欲一賭丰采，楊女士以應南昌新生活俱樂部之邀，即於十八晚偕同其家人乘怡和公司之隆和輪赴贛，參加新建游泳池落成典禮。楊女士於抵南昌後，共作五六日之勾留，重返滬上，共留六日，乃行返港。上海粵籍各聞人，以女士為國爭光，特於十八晚八時在廣西路六九〇號覺廬舉行盛大之歡宴會。被邀者有鄭洪年，文鴻恩，唐海安，李敏南，郭順，胡蝶等計百餘人。觥籌交錯，頗極一時之盛。楊于廿六日由贛到京，八月二日參加京市游泳表演，三日來滬，四日至青年會表演，並應廣東同鄉會之歡宴，六日至高橋表演，七日楊父柱國南宴滬各界，並參觀兩江體師，八日楊闔家離滬返港。

# 江西水上運動會

## ▲第一日

蔣委員長復興民族之新生活運動，體育為其重要因素之一，贛省南昌為新運中心，各界在蔣耳提面命之下，衛生規矩等項均在突飛猛進中，尤其與衛生表裏之體育，經當局之銳意提倡，各項鍛鍊魄魄運動，如雨後春筍。騎射，國術，水上運動，一一應運而生，惟水上運動不但在江西設備毫無，即全國亦尚幼稚之中，所以新生活俱樂部為樹立永久基礎計，特於德外城公園騎射運動場下之贛江東邊開一水運場，規模略俱，每日西山啣落日晚霞江澈波心之際，摩登土女，俯仰其中，如春江水暖之鴨，於此可見上有好者，下必有甚焉者矣。

## ▲三萬元建兩游泳池

該場為改進設備計，決以三萬元作大規模之建築，已派人至各游泳池借鏡，同時為喚起社會注意水運起見，特發起水上運動大會，並請遠東載譽中國小姐楊秀瓊來贛表演，鼓舞各界游泳興趣，場建於贛江東岸，分為高級初級兩游泳池

，東背公園，西挹西山，因風景宜人之游泳所也。憑場江岸搭有司令長官記錄來賓臺，下則為普通觀客席，場中則有跳水起點終點臺，岸上有男女更衣及休息室，布置井然。大會名譽會長蔣中正，主席熊式輝，因尚在廬山將回，副會長中委陳慶雲主持，報名參加者極為踴躍。

## ▲赤日當空行開幕禮

新生活俱樂部新建游泳池，於七月二十五日行開幕禮，同時開第一次水上運動大會，赤日當空的正午，汗雖不停的流露着看水上運動會的人，一叢一叢的沿圓丘街向鐵工廠游泳池進發，洋車比行人緩，汽車又比洋車難走，擁擠可以相見。踏入會場大門一瞥，場之瀕江一帶，萬頭鑽動，司令台來賓台記者台，亦擠得水洩不通，約計人數在七八千之譜，汽舟中流，涉水而渡。省却四角大洋門票者，尚不在內，因水運在贛為破題兒第一遭，非陸上運動司空見慣可比，並且有美人魚之先觀為快，所以能惹起一般人之狂熱而怕熱也，以軍樂隊之珊珊來遲，延至二時開會。

## ▲主席陳雲致開幕詞

因台上人多，恐遭危險，主席團臨時遷都沙灘上行禮，由中委陳雲主席，行禮後報告。略為新生活運動之提倡體育是鍛鍊體魄，復興民族之二法門。游泳乃健強身體良好運動，望以自強不息精神，努力前進。繼由行營賀廳長致詞，以體育能醫中國之貧弱，陳教廳長致詞，以人要會四種運動（一）走，（二）跑，（三）跳，（四）游泳。吾贛女子在華中運動吃鴨蛋，今年爭得一分望，大家效楊小姐，雪恥自強。

#### ▲楊秀瓊演說及剪彩

楊秀瓊演說，願將新生活帶回南方，說了許多話後，楊秀瓊衣淡紅色旗袍，於洋樂悠揚中手執剪，拾級登指揮台剪彩，時活動機，手提機，快鏡不下七八十架，集場攝影。如槍砲齊向旗艦集中火力苗準一般。禮畢，競技開始，將比賽與表演情形分誌於後。

#### ▲男女預賽成績良佳

預賽第一幕為男五十公尺自由式，三組中何步良，以三十四秒十分六成績，平華中記錄，男子二百公尺俯泳，最好者為黃文字成績四分三十五秒，較華中差甚。一百公尺自由式萬榮貴，一分三十七秒十分六，幾平華中。四百公尺自由式傅秀香八分三十五秒甚差。女子二十五公尺自由式，亦為視綫集中點，因過去各屆運動會，雖列有女子游泳一項，均無人敢下水，此次雖只五人參加，可算女子公開，顯身手於游泳場之第一次，第一名周慕濂，成績為二十八秒十分之八，總聊勝於無可備一格矣。

#### ▲楊家父子姊妹表演

表演之最為人注重者，為楊家父子姊妹，當指揮台上高揚聲筒報告，請楊氏姊妹表演事，水平人頭如被風鼓動，頓起波濤秀珍秀瓊，均穿遠東征衣「香港」二字游泳衣，二人入水後，最先為美國式之俯泳。姊妹花變為比目魚，俯仰進

退，不差分毫。觀衆固很難辨其誰姊誰妹也。但轉身時，秀瓊之敏捷自然終較姊勝一籌也。繼為蛙式俯泳雙雙破浪前進。速度雖快，水之波浪則不大。其自然一如魚之悠游自得，毫不費力，大有爐火純青之概。轉身時，秀瓊轉身過猛，衝至界外，秀珍前乃妹一二尺，秀瓊赫然加力，終得平行達於終點，亦一破綻也。再後秀瓊表演蛙式仰泳，水上輕飄，如自得之閒鷗，廿五公尺，顧不足以展其長也。

#### ▲楊昌華反勝父一籌

姊妹演後，繼以父子倒車，秀瓊之乃弟昌華，年十三歲，與乃父柱南，同以仰泳前進，形同倒車。昌華以體輕性活，終點將屆時較反勝父一籌，觀者均嘩然大笑。

#### ▲教練反綁手足游泳

楊家外，精彩者為游泳場教練楊元華，經來賓二人，將其手足雙雙反綁後，鼓冬推詬水中，翻身一轉，如屈雙一申一屈。五十公尺瞬達彼岸，觀衆咋舌。

#### ▲廬山游泳隊之跳水

廬山游泳隊之歐陽旭輝等，在十五公尺高台上作各種花式跳水，或如飛鷹撲地，或如鶴子翻身，亦屬頗有可觀。又如兩人之足游泳，是二人為一組，二人各以一足共綁一起，計三組競爭，猖獗而行，不圖水上見之一笑。

#### ▲軍官團游泳亦高興

大會會期凡三天，最後各項節目，完後，楊氏闔家行橫渡贛江壯舉，以作壓坐拿手好戲。行營政訓處，為擴大體育宜，由電影股羅靜予及聯華袁叢美攝取影片，以資放影。

#### ▲第二日

為江西水上運動會第二日，到會觀衆，較諸昨日相差甚遠，舉目中流，小舟如蟻，將水運場，作一半圓形之包圍者

，皆悠哉游哉，省四角錢之觀客也。

### ▲兩項華中新記錄

一時許繼昨次序比賽表演，比賽中，可以值得大書特書者，為男百公尺仰泳，以一分四十四秒破華中一分五十四秒記錄。男百公尺自由式萬榮貴以一分三十二秒十分之一，破中華一分三十六秒十分之一之記錄。此外男五十公尺自由式複賽，黃子超以三十五秒十分亦為最佳，男四百公尺自由式第一名黃文字，成績亦只八分六秒，較華中差得遠。

### ▲女子不堪此炎威

女子方面，只有五十公尺決賽一幕，畢竟女子身弱，且練習機會少，不堪此炎威，此五人中吳小蘊泳至二十五公尺時，即面色蒼白，頭暈腹痛，手足疲軟棄權。由救護抬至救護室。比賽結果劉秀湘榮膺冠軍，成績雖是一分二十一秒，較之以前游泳池比賽無女子敢下水者，不可同日語矣。

### ▲越欄泳最為興奮

以表演性質而言，競爭劇烈，觀衆精神最緊張者，為二百尺越欄接力泳，其泳法亦頗新穎有趣，即以長竹三枝，橫架游泳路綫上，每竹兩頭以二人執住，泳者去時，須越竹而過，返時則由竹裏下鑽過，五十米泳綫計須往返四次，參加者均爲此次報名中之健將，丁組梁卓民，楊秀珍，楊元華，楊秀瓊，乙組萬榮貴，晁志魁，張志祥，何步良，。首爲梁卓民對萬榮貴，一聲槍響，雙雙躍入水中，拚命前進，越竹時如游魚跳躍。第二接楊秀珍對晁志魁，秀珍小姐技術雖然不惡，以氣力不及男子，越竹鑽欄不及晁之敏捷。乙組由梁轉敗爲勝，三接是楊元華張樣志祥，楊爲國內游泳名將。張則有望塵莫及之慨。甲組又經楊爲紐轉乾坤。第四接乃兩組最後生死關頭，又因是楊秀瓊對何步良，觀衆莫不翹首企足，屏息以觀，論理甲組楊秀瓊以遠東怪傑。且承楊既勝局面

，錦標已是囊中之物，乃中間竟大謬不然，當楊到終點，秀瓊接得下水已數尺，何方接張手而下。觀衆料乙組必敗，詎何跳水既過於秀瓊，且力氣亦頗大，用盡氣力，捨命猛追，至五十公尺時即將駕秀瓊而上之。觀衆莫不爲楊捏一把汗，以爲勝名難居，時秀瓊觀此情況，不得不出其平生氣力挽此危局，尤其運用伊最純熟自然敏捷之游法，超過何君，何乃拚命角逐，到達終點時，楊只以一手距離打倒何步良，屏息觀衆，至此方伸一口氣，亦云險矣。

### ▲滑稽與驚險表演

瞎子渡河，滑稽有趣，參加者楊元華及秀瓊小弟楊昌華，各將雙目蔽後，在水中摸索前進，元華畢竟先進，先小朋友十餘尺起水，昌華啓目後，方知殿後，真不脫天真。

驚險表演爲蔴包脫險，由觀衆將楊元華梁卓民，分納蔴布袋內，扎口後，槍聲一響，同擲水中，觀衆咋舌担心中，楊先於河底脫袋出水，數分鐘後仍未見梁，朕兆救護隊動員撈索時，詎梁故意作弄觀衆，已由水底游至終點出現矣。

### ▲姊妹花螺式游泳

楊秀瓊姊妹今日表演，較昨更精彩，演者爲螺式游泳，槍聲響處，雙雙躍入水中，盤轉水面，作螺旋式之前進，姊雙，亦步亦趨，姿式技術，難以軒輊，不過秀瓊較乃姊身體發達，能持久，轉身轉快，技術亦較自然，所以中國小姊屬瓊而不屬珍也。當楊氏上岸時，掌聲如雷中，大呼再來一套，再來一套。

至於黃桂燕小姊之入水表演，在甲板上兩手一伸，頭下足上，撲通聲中，身輕如燕，其躍水姿式則在楊上，不過不若楊之全才耳。此外如李國偉何步良楊昌華表演跳水，均在十餘公尺之指揮台上以鶴子翻身式，一踏入水，有兩手合伸身成直綫者，有跌坐如倒栽蔥者，側傾如蜻蜓掠水者，均大



有可觀。

大會二十七日閉幕時，由楊家表演渡江，參加者將有十餘人，誠屬一番壯舉。

### ▲第二日

#### ▲完成橫渡贛江之壯舉

贛上運動會之最後一天，於下午一時許開始競技。五十公尺女子仰泳，第一劉湘秀，一分七秒十分之四，此為贛女子水運露頭角之第一次。男二百公尺俯泳第一黃文字，成績三分四十三秒十分之七。賽畢為表演，乃二百公尺接力泳，楊秀瓊及其父弟姊四人為甲組，楊德華楊元華熊尚雲梁卓民為乙組，槍聲響後，十四歲小弟昌華對德華，昌華當然失敗，次為美人魚尊人柱南對元華，亦取勝，再次秀珍對尚雲，甲組已居於失敗地位，末了秀瓊對梁卓民，雖賣盡氣力，以圖扭轉乾坤，因相差太多，且梁亦勁敵，終於失敗，其敗因則全基於弱弟也。此外尙表演跳水各種姿式，秀瓊昌華梁卓民何步良均參加，指揮台上三層甲板上，或倒栽葱，或鷓子翻身，鼓冬鼓冬浪花四濺，殺至好看。各項比賽，表演畢乃舉行渡江，贛江河幅，由鐵工廠駁岸以達牛行碼頭，在水大時，約寬千七八百米，現久旱水落，約千米之譜。橫渡游泳，尙無正式記錄，水上運動會為完成此項壯舉計，乃於今日下午五時，作渡江之表演與比賽，報名參加者連同楊秀瓊闔家約十九壯士，時因西南風大作，白浪滔天，自東阻西，逆

## 南京首屆游泳賽

### ▲第一日盛況

首都游泳比賽，一日下午三時在中央體育場游泳池開幕

風破浪乃欲以自西而東，會場作終點，各界以此為創舉，渡河到牛行及泛舟中流參觀者，士女如雲，而救護之汽艇小船蟻集河干，成為一字長蛇陣，以便隨同保護。此十九人中，分為兩組：(甲)組為楊秀瓊及乃姊乃弟乃父暨游泳場長梁卓民五人。乙組則為黃文字等十四人，甲組只作表演，不參加比賽，乙組則為作奪錦標之比賽。蓋楊雖技術純熟，然女子體質，究不及男子，不勝反笑也。甲組先乙組出發一分鐘，秀瓊五人於掌聲雷動中齊躍入水，或俯或仰泳載浮載沈。各鼓其破浪凌風之勇，斷流東進，遠望波濤洶湧，惟見五個如蠶豆般之黑點，於浪花四濺中，自遠而近，近會場游泳池時，軍樂大作，最先到者，梁卓民，次為秀瓊姊妹，如比目魚。到時出水，再次為秀瓊十四歲小弟昌華，秀瓊乃父柱竟屈居殿軍。至於比賽之乙組，槍聲響處，十四健兒，各出平生技能，努力邁進，其角逐不亞於赤壁鏖兵，中流時，前後參差，勝負似乎已見頭面。佔優先者，固是百尺竿頭，落後者亦拚猛進，軍樂大作，掌聲四起中最先登岸者為黃文字，以十六分十二秒獲得冠，二三四五六名為萬榮貴，晁志魁，張景南，何步良，全為破浪隊包辦。完成渡江壯舉後，乃行閉幕禮。蔣初擬來訓話，嗣因事用電話通知中止前來，由中委陳慶雲主席，行禮後，秀瓊給獎，七時方散，楊定明日赴廬山轉南京。均有表演；然後返港云。楊秀瓊闔家念八日晨離省赴滬，轉登帖嶺云云。

### 大 激

；繼舉行各種預賽，楊秀瓊全家均參加表演，雖斯日氣溫在一零三度以上，而首都人士猶不避酷暑，前往參觀，為入夏

以來前所未有之盛況。比賽至下午八時始散。二日繼續決賽，茲紀各情如後。

▲開幕典禮

主席台上陳列全部獎品銀杯銀鼎之類甚多，以次設來賓席，比賽員席，及記者席，秩序井然，三時半奏樂開會，由籌備主任褚民誼主席，領導行禮後，報告開會意義，繼由教長王世杰代表汪院長致詞畢，即宣佈開始比賽。

▲楊等表演

二百公尺俯泳完畢，即請楊氏表演，一時觀衆情緒至爲緊張，均欲觀楊之風采。首由楊柱南作一百五十公尺自由式表演，應用新舊各種游泳姿式，頗爲美觀。次由軍校教官楊元華表演捆手縛足之百公尺游泳，技術高妙。旋楊秀瓊及乃弟楊昌華同作百公尺自由式泳，一時觀衆掌聲不絕，乃弟昌華輕巧自然，是時全場掌聲雷動，楊並得觀衆請求，復與乃弟續作百公尺蛙式表講，姿式更爲自然，尤以轉身方式，迅速而轉巧，頗有獨到之處，表演畢已七時餘，楊等乃離池更衣。

▲晚間歡宴

褚民誼一日夜在公餘聯歡社宴楊全家，秀瓊演說，謂參加大會甚榮幸，但女子祇四人參加，希望當局多提倡，促首都女同胞多作游泳運動，十時散席，褚陪楊等赴更新舞台看二本西遊記。

▲第二日情形

首都游泳比賽會，二日下午四時在中央游泳池續作各項決賽，楊桂南氏父女仍出場作最精采之各種表演，斯日熱度雖較一高，而觀衆則有增無減，褚民誼終日在場照料，汪院長亦到場參觀。晚七時餘方畢，各項節目均已決賽，成績美

滿，定九日下午三時在市府大禮堂由褚民誼給獎，今日各情如次。

▲表演情形

二百公尺俯泳比賽畢，即請楊氏父女表演，首楊秀瓊百公尺仰泳，姿式絕妙，繼楊昌華五十公尺幃眼蛙式游泳，遮目前進，仍作直線，未稍偏斜，頗爲難得，旋楊秀瓊楊昌華同作百公尺雙手仰游，及乃父柱南百公尺游泳，分兩種姿式，首作五十公尺倒泳，繼作順泳，舉動熟嫻，水面平穩，可稱絕技，楊氏全家表演畢，旋又由六十餘歲老人楊价人表演跳水游泳。全場鼓掌，至此表演稍停。至千六百公尺接力比賽完畢後，復續請楊氏父女表演，先由楊秀瓊作螺旋轉式表演，繼楊昌華蛙式，楊秀珍自由式，楊秀瓊仰泳式，楊柱南側式，四人同時作百公尺游泳，花樣翻新，各盡其妙，時已五時餘各比賽員作水表演後，即告完畢。

▲汪氏到場

五時許汪院長偕會仲鳴谷正倫到場參觀，楊氏父女亦登台謁見，汪除面致敬佩外，並將本人所備之銀盃贈送楊柱南楊秀瓊父女，賴璉亦代石瑛親贈銀盾，各比賽員及楊等紛紛請簽名，留作紀念，頗有應接不暇之勢，又王正廷及陳樹人夫婦亦到場參觀。

▲各項比賽成績

- 女子五十公尺自由式 張華徵 馬 華……………一分零秒一
- 男子百公尺自由式 王玉生 張其均 陳博明
- 張其鑾……………一分十八秒
- 二百公尺接力 九龍 九龍乙 長江 中央 二分二五秒二
- 女子百公尺自由式表演 張華徵……………二分十四秒
- 四百公尺自由式 范繼樞 張仁恆 張其均

二百公尺俯泳

應燭堂……………七分四十秒五  
 王玉生 羅四維 張瑞景  
 汪德增……………三分五秒八

一千六百公尺接力 九龍……………三分六秒九  
 千五百公尺自由決賽 張仁恆 應燭堂 張瑞景  
 黃原端……………三分五秒一

百公尺仰泳

易榕 李開訓 文玉麟 陳世維一分十二秒八

△……………第五名區瑞琪 第六名劉見恆

## 楊秀瓊過滬之表演與酬酢

煌煌

美人魚楊秀瓊，此次由贛返港，於八月(三日)偕父母姊弟等一行五人抵滬，下榻新亞酒樓，因旅途身心疲勞，斯日整天留新亞休息未出，然一日間乃父之親朋好友與本市各游泳體育等團體派員前往會晤者甚夥。(四日)下午，應濬浦局之邀，前往表演，繼更赴粵同鄉會之茶會，暨乃父老友楊梅南之夜宴，茲誌各情如次。

### ▲赴濬浦局表演

四日下午一時許，周家嘴島濬浦總局全人體育會，於事前商得楊秀瓊女士之同意，前往茶會并表演，屆時由該體會派車往接，楊女士當偕其父母與姊四人同往，由該會滕主任殷勤招待，并作自由式表演。

### ▲粵同鄉會茶會

八日下午四時許則適返至法租界高乃依路廣東旅滬同鄉會，應該會之茶會，該會於事前略事布置，園門高懸「歡迎楊秀瓊女士」白布橫額一方，園之四週，遍懸歡迎字樣小旗多面，迎風飄展，紅綠相映，別有風趣。茶會即設於園內，來賓到有李大超，郭順，崔聘西，翁子光，馬崇淦及夫人，裴順元，沈鎮潮，葉長烈，阮蔚村，陸錫楨，陸禮華，王瑞竹，李明偉，等百餘人，由該會董事長唐海安主席。

▲唐海安歡迎詞 茶會開始時，首由唐海安介紹楊女士之父，香港南華體育會游泳部主任楊柱南，及楊姊妹，並致歡迎詞，留謂本會歡迎楊女士，以渠為國爭先，在遠東運動會能獲得女子游泳冠軍，此次更冒暑北來，參加贛省游泳表演，其一種大無畏精神，亦令人欽佩，並喚醒國人對體育發生感奮，將來仍盼女士以其勤苦精神努力於體育云云。

▲秀秀瓊之答詞 唐致詞畢，楊即起立答詞，略謂秀瓊之能於遠運會獲得冠軍，實以僥倖得之，承各界鼓勵，今後當益自奮發，同時游泳界後起之健，將來當更多能超於秀瓊云云。

▲各界來賓演說 繼起致祝詞者，尚有崔聘西，翁之光，馬崇淦，裴順元，陸禮華，鄭杏圃等多人。席間並有勤奮書局，分送勤奮體育月報，華安出版社亦分送華美月刊，楊女士對勤奮體育月報，頗加贊揚，會後並攝影留誌紀念。

### ▲在青年會表演

▲參觀擁擠 上海青年會體育部於楊秀瓊父女等離贛時，即會拍市商請過滬時，蒞臨表演，當楊女士等抵滬後，四晚又復由體育部幹事錢一勤君往洽。當蒙允諾，於五午後三時前往表演。該會以游泳室地位有限，只規定入場券三百張



，以限人數，詎屆時震揚名而往索券者，驟逾千人。該會復增發二百張，故五日到室作壁上觀者，足有五百餘人，肩摩踵接，擠滿一室。後至者都無立足地。

▲游泳池畔 青年會游泳室，係位於禮堂下面最低層，室週設有觀衆臺凳，地位中央，縱可四十公尺，橫可十五公尺，池水係特別新換，故電炬下水底磁磚晰白，纖微可見。三時半楊秀瓊偕父母姊弟等至，除老母不諳游泳外，父子四人，均易黑色游泳衣，尤以楊秀瓊頭戴白色泳帽，態度從容，姿態甚美。楊家父女等至池邊，由青年會幹事楊益惠演述游泳爲健身之重要體育，並申謝楊女士等惠臨表演，繼更由該會幹事陸幹臣介紹楊氏父子母女與觀衆認識，晨後由楊女士乃父楊柱南報告今日表演之節目。

▲父女表演 首先下水者：(一)楊柱南游泳姿勢爲側泳式，繼乃父下水者。(二)秀瓊，秀珍，昌華姊弟三人，姿勢爲爬游式。(三)柱南秀珍改作美國爬游式。(往後四次)。(四)秀瓊昌華作蛙式，(往復四次)。(五)柱南車仰游式。(六)秀瓊背游式與爬游式。(往復四次)，(七)秀珍昌華舊法背游式(往復四次)。(八)全體柱南秀瓊居中，昌華右列，秀珍左列，兼作爬，蛙，側，背，諸游式。繼更循觀衆之請，重複表演一次，最後由小弟昌華於跳板之頂，作插花灌頂游戲三次，每次四週。掌聲雷動，聲聞室外。

▲斯日酬酢 游泳表演畢，時已四時一刻，當由青年會幹事楊益惠陸幹臣等，招待茶點，新聲社記者於室內晤楊柱南。據談，(五日)上午十時半早點後，赴哈同花園，十二時應津浦鐵路局午宴，晚五時應霞飛路潘澄波晚宴，並赴楊梅南處。

## ▲夏曉霞之歡宴

陸軍上將夏之麒烈士之公子曉霞，五日午在呂班路萬宜坊二十七號本宅，設宴歡迎女游泳健將楊秀瓊，夏君於正午十二時派車往新亞大酒店迎接，同時邀請楊父柱南，母楊龍慧明，姊秀珍，弟昌華，席間賓主談笑，甚爲歡樂。至三時許因須往青年會表演，故即興辭去。

## ▲高橋表演紀詳

本市中國游泳會，高橋海濱浴場，聯華毛織廠等三團體，六日聯合敦請由贛過滬返港之美人魚楊秀瓊女士，前往高橋海濱浴場表演游泳技術，并舉行公宴，爲滬上空前所未有之游泳界盛會，茲將詳情彙誌於后：

▲專輪啓行 六日上午楊秀瓊偕父母姊弟往應蒸廠之筵，十二時歸來新亞。即由中國游泳研究會等團體，派車往接，楊秀瓊當偕父柱南，弟昌華與來員驅車至楊樹浦定海橋登專輪，輪抵高橋。楊等一行，即捨輪轉乘汽車，駛海濱飯店，來賓等則仍由原輪駛放高橋碼頭轉往。

▲沿途保護 事前，爲招待歡迎周到起見，曾派定職司，計主席團楊鴻奎俞斌祺。招待趙馨石陳佐乾。幹事蔡鈞徒，黎日新，金淑青，胡鐵吾，王鍵新等。當楊女士赴高橋時，公安局方面，特派偵緝隊盧隊長偵緝員汪壽之楊記生等隨途保護，市輪渡管理處亦派代表麥金隨行招待。

▲觀衆包圍 楊女士等抵高橋海濱飯店後，即入歡迎團體預定之該飯店二零二與二零四號兩房間，而斯時本市各報攝影記者，亦追跡而至，同時觀衆中，亦都携攝影機，擠于記者之列，三時半楊女士循記者之請，在樓上陽台及樓下正門前攝影，均因人衆擁擠，無法攝拍，最後在庭園中讓各記者拍成。

▲擁擠難前 四時半由主席團引楊女士及父弟易游泳衣

出，衣均黑色，唯揚則披藍條浴衣，着蒲草拖鞋，態度風姿，極爲娟美，無奈海濱歡衆萬人，行道行狹，且兩旁荒草沒脛，故秩序稍欠整肅，楊女士等紆抵海邊。以人衆難前，乃折回海濱飯店，當楊女士折回海濱飯店時，觀衆亦都接踵尾至海濱飯店，門前樓上，不一時集衆達千餘，人聲鼎沸，堅請楊女士出而表演。當時秩序幾至大亂，由蔡鈞徒君人內與楊父女情商，並出立於陽台梯層上，向衆演說。謂諸來賓，應絕守秩序，可先集海濱，並寬讓行道，楊女士當蹈海表演，不負諸位遠來盛意云云。觀衆聞言，始鼓掌退去，然幾經轉折，是時已六時三刻矣。

▲入海表演 楊女士偕父弟等繼出，由高橋三區四分所詹純所長率警四名前後護衛，兩傍則以竹竿作圍欄，始得通行無阻，直達海邊，首先入水者爲小弟弟昌華，秀瓊居中，父柱南殿後。由該會俞斌祺黎日新張雲起鮑冷雪劉祖信張嘉箴徐信基等百餘游泳將伴游，直向洪濤巨浪中奔去，楊女士當先，各游泳名將尾後，如龍翻蛟瀉，海濱浪脚，衝激極烈，游泳表演，以日已西沉，不能盡情，僅由南至北，環游一周登岸。

▲招待席上 楊女士等暨游泳諸將登岸後，即相偕赴海濱飯店，時已對近八點鐘，當由招待主任趙磐石等殷勤招待來賓，憑東入座，楊女士父弟等則設席樓上，該團體等主席原爲王曉籟氏，因王赴青，乃由俞斌祺主席。（報告詞長略）席散後，并由中華口琴會奏杯酒高歌，龍翔鳳舞，卡門，勇往直前，阿彌陀佛諸名曲，聲調抑揚，鏗鏘動聽，楊女士極端贊譽。

## ▲楊父招待各界

美人魚楊秀瓊，上月應贛新生活運動會俱樂部函請，參

加該部揭幕典禮，事畢後啓程返港，於三日經滬，循本市體育游泳等團體之請，留滬數日，表演游泳技術，計滄浦局同人體育會青年會，高橋海濱浴場三處，並備受各團體之歡宴。七日楊父柱南特於南京路冠生園，招待各界茶敘，會後並赴兩江女子體專參觀，及至市政府謁吳市長辭行。茲誌各情如次：

▲自述抱負 女士於七日在旅次接見記者，與談其學習游泳經過及感想，女士首謂：余之游泳術，係受余父之家庭教育，自十二歲起練習，迄今爲期尚僅四年，故技術猶甚幼稚，當余開始學習之翌年夏，即冒昧參加香港之渡港賽，幸獲冠軍。世界游泳名將斯密士先生，去年過港觀余練習，蒙贊有游泳天才，囑吾父時予訓練，謂余將來頗有希望，未嘗不能比美世界游泳名將，女士旋謂，關於澳大利亞體育會邀余參加其維多利亞賽會事，是否將應邀前往，待返港後始能決定。當記者叩及其婚姻問題，女士頗爲大方，直率答曰，余以年事尚輕，正在求學時期，對此目前尚談不到。嗣女士又談，余在港時，幾每日必練習游泳一次，每次約越一二小時，今而後當益加努力，以期達到余理想之目的。最後記者叩以去年世界運動會舉行時，女士其將代表吾國參加游泳賽乎？答曰，此非吾個人之參加與否問題，要在政府方面之決定，如政府將遣余前往參加，殆不容辭云云。

▲楊父招待 七日午後二時楊父柱南招待各界之茶會，准時到有上海青年會廣東同鄉會中國游泳研究會高橋海濱浴場聯華毛織廠等各團體代表，暨各報社記者達七十餘人，楊秀瓊女士闔家陪席，茶會開始時，由楊父起立向來賓致謝詞，略謂小女秀瓊此次奉贛新生活運動會俱樂部之邀，參加該會，在南昌舉行揭幕禮，事畢返港過滬，承各界熱烈歡迎，厚愛情深，何以爲報。茲以行裝匆促，八日亟須返港，故今



日敢煩諸君駕臨此地茶敘，藉表微忱，然返後，當親率小女秀瓊努力造進，以副諸君今日獎掖之期望云云。

▲秀瓊謝詞 楊父致詞畢，秀瓊當亦繼起致詞，謂秀瓊此次由贛返港過滬，承各界盛意款留，恨泳技不精，雖嘗數度表演，並無可稱之處，而各界諸君，尤以新聞界同志鼓勵勉勵，敢不努力前進，以符殷望，且行期在即，今日之招待，恐有未週，且不能一一走辭，歉仄之餘，實深感謝云云。

▲來賓演說 楊女士致詞畢，來賓中由市府科長李大超演說，大意謂今日之中國，外人嘗以病夫目之，實則我民族之所以羸弱者，平時對於健益身心之術，多忽略不加重視，如今日秀瓊女士在其父柱南先生引教之下，素日對於健益身心之道，頗為講究，故遠運會之能獲得中華隊女子游泳冠軍，實收效於平時之健康生活，體育一項，如全國人能如柱南先生施之于家庭，則全民族之健強，勢必然也云云。繼李科長起立致詞，有報界代表管久安胡宗藩等，席間並由華安出版社分贈華美遠軍專刊，賓主萬歡而散。

### ▲參觀兩江體師

楊女士於茶會散後，即偕父母姊弟等乘車返新亞，比由江灣兩江體專派汽車往接，楊女士乃重偕老母楊龍氏小弟弟昌華，登車直駛江灣，抵兩江後，由該校校長陸禮華，預約有教局代表邵汝幹及王瑞竹蔡恩普等陪進茶點。旋應攝影記者之請，於該校辦公室門前與陪伴衆賓合攝一影，旋由陸校長導往禮堂，教室圖書館，田徑賽場，網球場，以及興建中之游泳池等地參觀，斯時天一公司亦派員攝製影片。五時半由兩江校長陸禮華陪同驅車赴市政府請謁吳市長，適吳市長赴本市德領署舉行之興登堡故總統追悼會，未遇。楊當親踵傳達室，親筆留呈一書。文曰：「專誠拜謁，未遇甚悵，

明晨返港，行裝急速，不便拜辭，此上吳市長。楊秀瓊家人等，八月七日。」當仍乘原車由陸校長送返新亞，記者當叩其平日游泳練習時間，據答，秀瓊平日練習時間，係在每日放學後，約下午四時至九時，星期日則上午共約四小時時間不定。

### ▲劉百川餞別宴

新生活俱樂部籌備主任劉百川及夫人韓文美女士陪同楊女士闔家來滬，七日晚七時，劉氏復在東亞酒樓設筵，為楊女士餞行，計到四十餘人，由劉百川氏夫婦及劉尙均等招待。至十時許始散，並由汗血社分贈來賓汗血月刊汗血週刊各一冊。（劉百川氏兼任汗血社長）茲紀各情如次，席間首由劉百川氏致歡迎詞。對楊女士闔家不憚炎暑，赴贛表演，提倡體育之熱心，代表新生活俱樂部表示謝忱，並希望楊女士技術日進。將來在世界運動場中為我國家民族爭光。次由中委馬超俊致詞，略謂提倡體育，為今日之急務，游泳一道，尤應特別注重，楊女士馳譽遠東，使國內各界均注意學習游泳，其功誠不謂小。本人現亦每日游泳，深覺游泳有強健體格之功效，胃病肺病，如能練習游泳，必能收藥物所不及之效。本人希望楊柱南先生及楊小姐，將其關於游泳技術之心得，著為書籍，使此項運動能普及全國；則我國家民族所得之利益，當非淺鮮云。次由僑務委員會副委員長周啓剛，吳市長代表李大超，市教育局科長曾繩點，新聞界代表錢滄碩，體育界宿將吳求哲。次第致詞，均對楊女士致其欽佩勵勉之意，吳求哲氏素嫻運動，參詞加遠東運動會，為排球健將，其演詞，對楊女士尤致殷望，略謂運動員如具有至大之決心，其成功自可預卜，否則即稍有成就，亦恐貽半途而廢之譏。楊女士既在遠東獲得無上榮譽，此後再勤加練習，後



年參加世界運動會，亦必能為我中華民族爭光，且我中華運動員向注重體育道德，吾人觀於楊女士在國內外所表現者，深足代表我中華體育界之精神云。後由楊女士之父柱南及姊秀珍致詞，對新生活俱樂部及全國新聞界提倡獎掖之熱心，表示感謝。最後秀瓊女士致答詞，備極謙遜，除表示謝意外，並自矢將勤加練習，期能為國家民族爭更大之榮譽，不負諸先生獎進之意云云。最後楊女士之母亦起立致謝詞。

### ▲楊氏闔家返港

美人魚楊秀瓊女士，此次赴贛參加新生活運動俱樂部水上運動開幕典禮，道經上海，連日備受各界熱烈歡迎，酬酢甚忙。八日乘格蘭脫總統號離滬返港，茲將各情分誌於後。

▲各界贈詞 各界題贈與楊秀瓊女士，獎勵詞句頗多，如新亞大酒店主人之「為國爭光」，夏曉霞之「體育強國游泳強種」等贈詞，實為提倡體育之勉勵。

▲離滬情形 八日晨八時，將行李十餘件，交給茶役代運輪上，楊柱南闔家亦於是時離開新亞大酒店，送行者有陳到乾劉百川夏曉霞劉向均劉潤鈞歐作新等，分乘汽車數輛，佐新關碼頭，改乘小輪渡江。

▲渡江登輪 九時到達浦果，就登格蘭總統號輪上，預定之三十八號及四十號房間休息，該輪於十二時離滬南行，據洋船員云，預測今天行船，遇有風浪。

▲臨別談話 楊秀瓊女士，今年祇有十六歲，所以行動和態度，都是小孩性成，一言一笑，頗具天真，據楊秀瓊女士談，上海社會感覺比任何地方複雜，此次北來，多承各報予以良好之批評，尤為感謝。

▲闔家抵港 楊氏闔家，計父柱南，母龍氏，姊秀珍，妹秀瓊，弟昌華，于八月十二日平安抵港。

案 備 部 育 教 ◎ 案 立 局 育 教 市

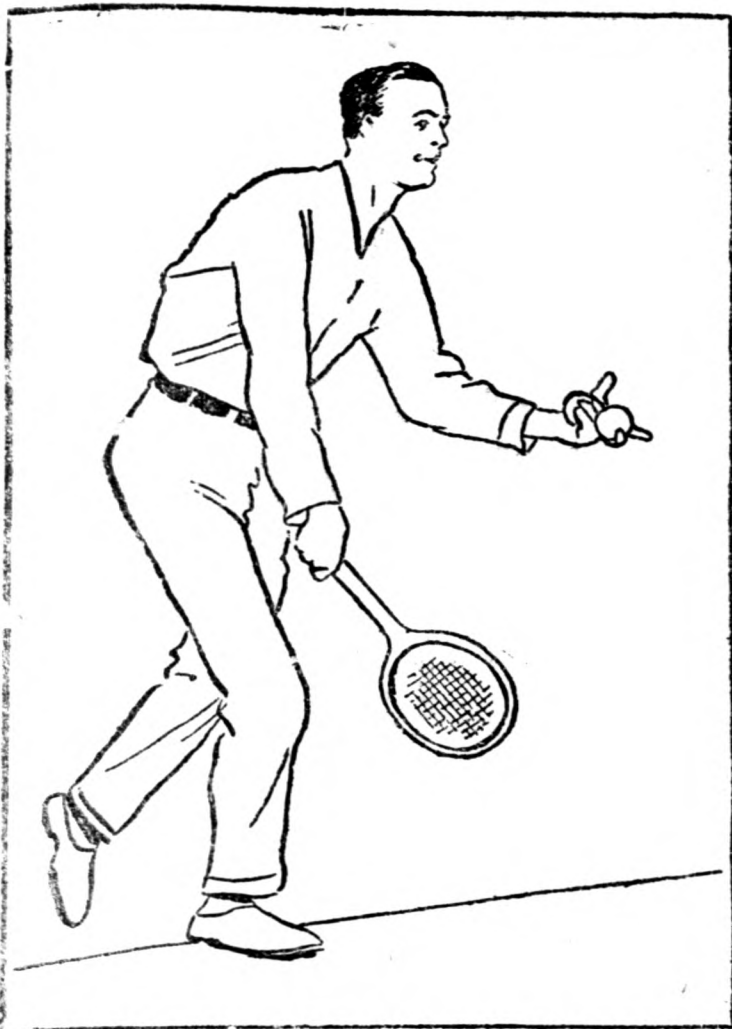
班 插 暨 收 招 範 師 子 女 國 中  
生 生 新 範 師 育 體

號 七 十 百 五 路 達 贛 巨 海 上 : 址 地

考 隨 到 隨 道 遠 止 日 十 二 至 起 日 五 十 月 八 : 期 考

飛 宇 杜 : 長 校

# 網球發球姿之四態



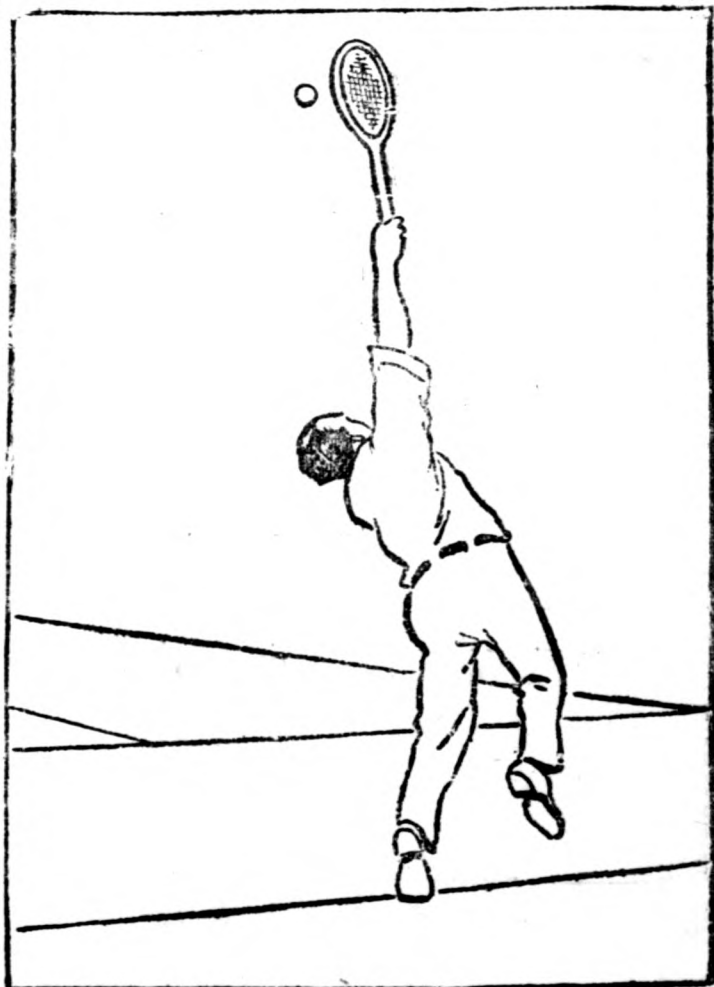
鐵爾登



維廉斯登



馬連夫人



麥克洛克

# 調查 中國網球會概況

蔚村

上海中國網球會，創于今年七月，開幕之時，邀請中外網球名星參加表演。如林寶華，王文正，許承基，余田光，德孚等，均在被邀參加，致轟動一時，為全國體育界所矚目。

中國網球會之創設與經營，係由體育界名宿譚敬氏個人所舉辦。譚為一青年體育家，平素于公餘之暇，輒以網球運動為健身之戲，故乃蓄志創設網球會，藉資提倡，並圖有惠于海上之嗜網球運動者。

會址設于滬西星加坡路，計有網球場五場，均屬硬地，然其建造遠，非各地硬地球場所能與之媲美者。尤以看台之建築，為全國之蒿矢，計木造大看台三座，左右對面兩座各

## 上海網球會概況

啓高

網球運動在上海，頗為一般上流紳士淑女所欣喜。惟華人于網球會之經營，則寥寥若晨星，屈指可數。蓋以場地之難得，物質之昂重，故一切頗為不易。中華全國體育協進會，于勞神父路捧球場之後，曾開闢網球場，附設中華網球會，以供會員之用。惟協進會場地，係無條件向美國洛氏基金團借得，今該團已將場地收回，另行捐贈于國立上海醫學院顏福卿氏，建築校舍及醫院之用。

上海網球會之創立，係由網球國手邱飛海氏所發起。得顏福卿氏之贊助，將協進會舊有之網球場，轉租于邱氏。而上海網球會，乃于本年夏正式肇生矣。

邱氏于得會址之後，對於會務，積極發展，並將場地，

十二層，中央正面一座八層，偉大而壯觀，可容觀衆數千。即全運會之網球場，及上海各西人網球場亦較之遠遜矣。

場地五片，前部二片為供比賽之用，繞以看台。附近有休息室，更衣室，雨浴室。後三片為供給會員練習之用。現在加入該會之會員日衆。網球運動之勃興，可見一斑矣。

更衣室，休息室及雨浴室之設備，尤為各網球會所不及。男女各有定所。清潔而美觀，會員于運動完畢，可享受種種之便利，而令人發生不少之美感。其設備之完密，用意之周到，不得不歸功于熱心提倡體育之譚敬君。（請閱本期畫報照片）

儘量擴充。現該會共有草地場六片，硬地場四片。每屆夕陽將下之時，可見多數嗜網球運動者躍躍其中。現該會共有會員九十餘人，除對外參加錦標賽及友誼賽外。會中會員，亦常舉行比賽，藉資提高會員對於網球運動之興趣也。

該會之成立，頗得各界聞人之贊助。該會會董，計有孔祥熙，宋子文，吳鐵城，王正廷，宋子良，俞鴻鈞，沈嗣良，格拉姆修，陳炳璋，惠特，德孚，潘禮費區卡生，黎寶駿，余田光，劉兆佳。會長為厲樹雄，副會長為張傑成。重要職員為江一平，唐士箴，邱飛海，唐士璋，陶延耀，張葱玉，程貽澤，黃錦清等。



# 上海游泳之啓發時期

俞斌祺

民國七年，郝伯陽君担任中國青年會體育指導時，青年會與聖約翰大學首創對抗游泳比賽。時勝時敗，不分軒輊。繼則有滬江大學，南洋大學，清心中學等等，終因指導乏人，成績平常。民國十八年間，上海市工部局露天及戶內二游泳池，於五月十五日開放。國人可購票享受，又加第八屆遠東運動大會游泳比賽之鼓吹，使滬人游泳興味增濃，使泳者有練習之機會。是年市黨部葉爲怡，兩江女子體育師範學校陸禮華，俞斌祺等，發起組中國游泳會。免費義務指導，使學者一二次學會，興味增高，使會務發達。民國十九年。全國運動大會在杭舉行，上海市舉行預賽，參加者達一〇八人。中國游泳研究會俞斌祺獲得個人總錦標，史與隆獲全國總錦標。滬上得其提倡，又加報紙宣傳，滬上游泳之發動，就此告捷。民國廿年西僑青年會體育指導托平，日本體育協會山本，中國俞斌祺等組織萬國游泳比賽。當時因參加者僅美中，日本，作三角比賽。今年爲擴廣範圍。決邀滬上各國參加。中華隊亦加整理，由全國體育協進會主辦，聘請凌希陶。錢一勤，俞斌祺，李榮耀等爲委員。精密進行，茲查萬國游泳比賽於八月中旬在西青舉行，上海市高橋海濱浴場第二屆二千米渡海比賽亦於八月廿二日舉行，海上游泳者即可嘗該海水之滋味矣。

## 私立愛國女子中學招生

一 考期：

第一次七月九日十日。第二次八月二十日廿一日。第三次九月三日四日。(時間均自上午九時起，下午四時止)

二 地點：

上海江灣路塵園本校。——北火車站東，寶山路口，一路四路公共汽車，直達愛國女學站。過鐵路就到。每次計銅元十七枚。

三 年級：

- 1 體育科一年級新生五十名，二三年級轉學生各二十名。
- 2 高中師範科三年級轉學生二十名。
- 3 高中普通科一年級新生五十名，二三年級轉學生各二十名。
- 4 初中一年級新生五十名，二三年級轉學生各三十名。

四 報名手續：

向本校招生委員會索取報名單，報名時親自填寫，報名時，繳報名費兩元，本人最近二寸半身相片兩張

五 章程：

函索即寄(來信請附郵票二分)  
本校本屆招收免費生一百二十名，辦法業已訂定，查閱簡章便知。

主席校董 蔡元培 啓  
校長 季達

特約  
通訊

# 第一屆廣州全市運動會

豪光

編者：按廣州全市運動會及華南區三大學聯運動會，因與當地新聞記者發生糾紛，各報一律停登消息，本報不厭求詳，特百方奔走，乃得將兩會之成績，蒐羅完美，公開于讀者之前，幸諸君勿以明日黃花視之。

廣州全市第一次運動大會，於四月八日在廣州省公共運動場舉行，是日九時行開幕禮。劉紀文主席，各機關各團體各界民衆參觀者數千人。行禮如儀後，主席團及全體運動員繞場一週，旋表演千人操，即開始運動。查此次運動員參加者分兩組，一爲市民組，凡屬本市市民具有業餘運動資格者，無論團體，或個人均得參加。一爲市校組，凡屬廣州市轄學校學生均得參加，計報名參加大會各種競賽者，市民組男子有七十二團體，個人六十五人，運動員共六百五十一人。女子有團體十三個運動員共一百二十二。市校組男子報名團體一百二十個，運動員共一千三百七十人，女子報名團體七十六個，運動員共六百三十一人。市校組男女共二千零一人，合計二千八百零四人。運動種類分爲競賽與表演兩大項，競賽項目有田徑賽，全能，及球類等，表演項目有千人操，千人舞，國旗操及國術等，八日行開幕禮後，即開始各項運動，大會期由八日起，一連七天，至十四日舉行閉幕禮，廿一日在市府合署禮堂須獎。成績列下：

## ▲市民組

### 男甲 徑賽

- 高欄 黃英傑 梁江瑄 蘇耀燦
- 中欄 李金全 李逸憲 伍家旺 張羽平

- 一百米 趙秉衡 朱仲濠 李文甫 凌民傑 十一秒一
- 二百米 李萬英 凌傑民 梁蘊明 黃玉南 廿九秒八
- 四百米 丘銘 陳福添 梁蘊明 詹貽基 五十五秒九
- 八百米 丘銘 林楷 陳榕根 黎耀新 二分八秒一
- 一千五百米 趙輝 陳榕根 丘銘 葉際明 四分卅八秒
- 一萬米 陳榕根 劉標 徐阿坪 劉福利 三十五分四十秒

### 男甲 田賽

- 持竿跳高 譚亞 張啓鈞 馮兆和 三米〇六
- 徒手跳高 凌鴻照 曹紹輝 劉德修 李耀裳 一米六五
- 徒手跳遠 李文甫 李添 林澤三 黃鎮奎 五米六九
- 三級跳遠 黃鎮奎 楊文虎 馬德光 霍起宗 十二米零七
- 擲鐵球 黃天宇 梁喜輪 黃德誠 黃庭錄 十米一七
- 擲鐵餅 黃英傑 黃德誠 李景賢 黃庭錄 三二米六〇(破省紀錄)
- 擲標槍 敖華明 黃德誠 陳汝相 楊喜倫 四十七米六五

### 男甲 全能

- 四百米接力 中山大學 體育專門學校 憲兵 四十七秒五
- 一千六百米接力 中山大學 體育專門學校 勤勤大學 憲兵 三分半一秒五分四
- 五項 黃英傑 陳汝湘 梅迺賢 源則儉 二七六四·六七
- 十項 黃德誠 黃超常 譚文彪 一九八七·一九

### 女甲 徑賽

- 八十米低欄 李玉蘭 高合宜 繆景媚 梁妙曉 十六秒一
- 五十米 趙雲珊 李媛芬 李學華 區靜婉 七秒一
- 一百米 趙雲珊 鄒玉珍 李媛芬 李學華 十三秒七
- 二百米 俞孝英 李學華 黃惠文 陳理 三十二秒五分三
- 四百米 華毓新 江妙容 關惠儀 李學華 一分十九秒一

### 女甲 田賽

- 跳高 鄒玉珍 鄒體端 沈原棠 尹燕娜 一米二八
- 三級跳遠 高紹英 黃惠民 陳秉癩 梁靈嬌 八米四一

跳遠 李媛芬 鄒玉珍 李玉蘭 白愛珍 四米五四  
 擲鐵餅 藍倩瑛 高紹英 王祖瑜 江國海 二十一米三二  
 擲標槍 陳景媛 王祖瑜 陳惠儀 黎少強 六米九七  
 擲壘球 藍倩瑛 陳景媛 李媛芬 顧秀容 三十三米五  
 四百米接力 藍倩瑛 蕭惠靈 顧秀容 陳景媛 四十七米三〇(新)  
 中山大學 女子師範 體育專門學校 市立第三中學 六十秒二

### 市校組

#### 男甲 徑賽

高欄 伍書光 伍英生 王應杰 莫啓歡 十九秒七  
 中欄 許英生 陳承編 陳永阻 一分九秒五  
 一百米 黃啓瑞 伍書光 黃潔 謝潤昇 一二秒二  
 二百米 伍書光 黃啓瑞 黃潔 林福年 廿六秒  
 四百米 廖煥文 林漢中 甘樹棠 譚秉勤 六十秒  
 八百米 廖煥文 羅松業 潘慶祖 劉秉順 二分十六秒  
 一千五百米 羅松華 廖煥文 賴永英 黃緯賢 四分四三秒  
 一萬米 羅松華 曾宰良 賴永英 卓嘯雄 廿六分五七秒

#### 男甲 田賽

持竿跳高 孫繁萍 廖達材 黃勝芬 高展程 二米八四  
 徒手跳高 何煒輝 張志剛 黃騰芬 楊應湛 一米五十八  
 徒手跳遠 黃啓瑞 岑士聰 謝潤昇 林福年 五米二七  
 三級跳遠 廖君杰 鄭福康 賴永英 謝潤昇 十一米二〇  
 擲鐵球(十六磅) 蘇爾堂 黃傑 王佐湖 陳其棠 八米六七  
 擲鐵餅 孫繁萍 蘇爾堂 岑士聰 王佐湖 二五米零六  
 擲標槍 岑士聰 孫繁萍 王佐湖 梅哀華 卅九米八九

#### 男甲 全能

四百米 市一中 市二中 勤大 市三中 四十九秒八  
 一千六百米 市三中 勤師 市二中 市一中 四分一三秒五  
 十項合計 (無) 孫繁萍 廖君球 王應傑 一八二四·九二

#### 女甲 徑賽

八十米低欄 關其貞 鍾瑞華 曾乃德 杜麗卿 十七秒  
 五十米 張潔球 黃美珍 朱未琮 梁性慈 七秒四  
 二百米 張潔球 易夢霞 鍾瑞華 英淑儀 十四秒  
 四百米 曹惠貞 郭宵芬 陳惠貞 陳夢蘭 三十秒二  
 一百米 曹惠貞 郭宵芬 陳惠貞 江妙瑛 一分十二秒二

#### 女甲 田賽

跳高 演銀桃 馮妙頤 關女貞 何淑芬 一米二五  
 跳遠 曹慧貞 易夢霞 關孩智 黃美珍 四米二二  
 三級跳遠 黃美珍 陳寶珊 關其與 朱秀珍 八米三二

## 華南區三大學聯合運動會大裕

華南三大學聯合運動會，參本年五月十九二十一日連兩日，在香港加路連山南華運動場舉行，結果港大獲冠軍，中亞獲亞軍。茲將成績分列於後，西人名氏悉按無語譯音。

### 甲子組

一百米 陳永年(港大) 鍾連基(中大) 黃須宜(嶺大) 十一秒一  
 二百米 陳永年(港大) 鍾連基(中大) 凌傑民(中大) 二三秒六  
 四百米 陳福添(中大) 雲梳(港大) 詹貽基(中大) 五五秒六  
 八百米 陳福添(中大) 布力(港大) 雲梳(港大) 二分十一秒八  
 一千五百米 布力(港大) 趙輝(中大) 曾廣球(港大) 四分四四秒二  
 萬米 趙輝(中大) 葉際明(中大) 曾廣球(港大) 四分四四秒二  
 高欄 陳永年(港大) 盧觀怡(嶺大) 黃光盛(嶺大) 十七秒五  
 二百米低欄 鍾連基(中大) 盧觀怡(嶺大) 黃志民(嶺大) 二七秒七  
 跳遠 鍾連基(中大) 盧觀怡(嶺大) 黃志民(嶺大) 六米六一  
 跳高 陳永年(港大) 曹銀輝(中大) 陳永年(港大) 一米七〇  
 三級跳 陳耀熾(嶺大) 陳永年(港大) 蘇沙(港大) 十三米二四  
 撐竿跳 盧觀怡(嶺大) 張啓均(中大) 曹紹輝(中大) 三米一七  
 鐵餅 華加梳夫(港大) 蘇老堅(港大) 張英倫(中大) 十米一九  
 鐵餅 郭澤民(嶺大) 華加梳夫(港大) 蘇老堅(港大) 三米二二  
 標槍 告山奴(港大) 華加梳夫(港大) 鍾連基(中大) 四三米七十  
 四百米接力 嶺大 中大 港大 嶺大 四八秒二  
 千六百米接力 港大 中大 嶺大 未詳

### 女子組

五十米 金秀珍(中大) 張懿歎(中大) 林雅麗(港大) 七秒六  
 一百米 梁倩華(中大) 郭琪璋(中大) 林雅麗(港大) 十五秒二  
 二百米 梁倩華(中大) 郭琪璋(中大) 林雅麗(港大) 三十一秒五  
 四百米 金秀珍(中大) 士摩利(港大) 林雅麗(港大) 四米三〇  
 八百米 梁倩華(中大) 馬慶新(中大) 刁蘭清(嶺大) 九米〇八  
 一千二百米 刁蘭清(嶺大) 梁倩華(中大) 馬慶新(中大) 四〇米七五  
 四百米接力 中大 港大 嶺大 六二秒五





# 潮汕體育概況

汕頭瀛寰  
專體育主任

賴烈銘

學淺才庸的我，本配不上這裏說話；不過旨意爲着提倡體育之使命，故敢冒昧將潮汕體育概況。來佔本報的篇幅，深望讀者和國內體育專家，加以儘量指示，俾使潮汕的體育于實施上，得以借鏡！

## (一) 經過概要

潮汕的體育，首倡起于西僑，民國之初在學校方面，只有美國人創辦之舉石中學，(今改名爲舉光)與英國人創辦之華英中學(國民革命軍北伐時收回教育權，即改爲南強中學，今復改爲市立第一中學)。對於體育，才較有相當之設備與提倡；而運動則以足球最爲熱烈，兩校時常互相比賽，奈當時一般運動者多不明瞭體育之真理與道德，視勝負爲榮辱間事，時起鬥罵，致兩校之情感上，呈現着異常惡劣的空氣；幸無惹起重大風波，實不幸中之幸也，由此其他各校遂目體育爲荒廢學業之玩戲，傷害身體之魔物，不知體育爲助長教育成功之工具，一般學子之家長，自己不喜歡運動，還要禁止他的兒女，不得參加，於茲仍有餘毒在焉？至是時喜歡運動者，僅有少數西僑，及一般吃洋行飯的人們，每作友誼之足球運動比賽，時或華人對西人比賽，或中西聯合隊對於外埠遠征隊及兵艦之足球隊比賽，此種現象，今猶有之。潮汕足球，簡接實由省港之影響；直接是受足球名將李惠官君等之努力提倡。民國九年，他即發起組織汕頭體育會，當

時該會之情境，大有蒸蒸日上之勢，清黨以後，會址常被各團體借爲集會之所，(因其場地遼闊適中)一般提倡者，咸驚大禍之來臨；故將會址及運動場圍牆等，概行毀去，至今不能恢復，會務進行尤無起色，殊爲可惜？

民國十一年，破天荒在汕市開了一個嶺東運動會，當時參加運動者，不外一二中學之學生，及其他少數學者而已。簡而言之，汕市學者之體育運動會，能毅力提倡者，亦舉石中學校長美國人賈斌氏及我國一般對於體育具有經驗的人們所發起。民國十四年，距離汕不遠之揭陽縣教育局，居然發起開全縣第一次中小學聯合運動會；其時成績頗有可觀，惜一般人對於運動規則，不甚詳悉，所以馬虎從事，糊混之至。但此會之實現，足以醒一般舊腦袋之人不少，該會可值得我們之紀念。自此曇花幻影，不見有第二次之全嶺東運動會與揭陽全縣運動會，(去年籌備要舉行，因經濟無着，未能實現，現仍繼續籌備，擬在今年實行)，民國十七年就發見汕頭全市第一屆運動大會，於今已開過六次矣。

潮城，(前潮州故郡，今改爲潮安縣治。)在民國十四年開了第一屆全縣中小學校聯合運動會後，(至民國十六年，繼開)第二屆(這屆只有小學參加，中學因當時金山中學與韓山師範兩校，因比賽籃球，致起爭鬥，惡感過甚，遂未加入，一般新辦者，恐發生糾紛，亦不敢參加，故定爲全縣小學聯合運動會)。等到去年再續開第三屆全縣小學聯合運動會，

其成績稍獲進步！聞今年撥再舉行第四屆，未審將來之政局與地方官如何為轉定。

蓋各地舉行之運動會，其時期不能規定者。多因經濟問題之轉移故耳。

## (二)現在概要

體育救國，在潮汕人前看起來，有如雨後春筍，以現在情況比較從前，更形踴躍，一般人們對於體育，已具有相當之認識，現在受人最喜玩之運動，厥惟籃球足球，今將潮汕體育近况概列於下：

### 1 汕市近况

汕市中學統計共有十餘所，小學廿餘所。其中體育建設最完備之學校，首推汕市隔岸之舉光中學校，中有用灰土築成之戶外籃球場三，網球場四，排球場一，游泳池一，長約二十五呎，並設有男女更衣室，田徑賽場一，(道跑周圍四百米係原有平地，不過稍有範圍些，實亦未可稱為跑道)。足球場一，位居跑道之中。市立一中大中聿懷三中學，建設頗整齊，其他各中小學，只有一二籃球場，與排球場而已。

汕市中學體育之課授，大部份偏重球類之練習，小學則多重於團體操。

公共體育場：汕市中山公園內設有廣大之公共體育場，兒童娛樂場，計中設有灰土造成之籃球場二，(前後兩面並圍有鐵絲網)網球場一，排球場一，草地足球場一，煤屑造成之四百呎跑道一，該道周圍成一四方圓形。惜當時廣大之場地。被主事者，不合法措施。於今難以測量之現狀！該場以兒童娛樂場建設頗為齊備，每日到場運動者頗多。而以網球為最，足球籃球之，場中惜無人專理及指導一切，只由公

園管理委員會中一位委員，(體育股)負完全之職責。可是，這位委員，對於體育很熱心提倡，對於建築方面，却不十分熟悉，實為憾事，游泳池之建設，苦未實現，去年市政府為應市民之急需，暫時劃在海邊僻陋地方，併公幣餘裕，諒有大規模之宏施可知。

體育會之組織，汕市現有體育會三個，一為最早之汕頭體育會，該會近幾年來，較有進步些，因執事者積極提倡，苦心經營；况其經濟已有着落，將來前途未可限量。該會現建有戶外籃球場一，(排球共用)擴地一片，擬築為網球場，以及其他一切，現在積極建設中今有會員百餘名，多數是在洋行辦事，一為商界體育會，其會員實多係學界之學子，兩三年來，該會之主事者，鑒該會之聲譽不振，故努力宣傳。毅然提倡，甚得商人之愛。護近加入該者，極為踴躍，經濟問題，亦得相當補助，該會近亦建有籃球場一，(排球網球可共用現夜間點有電燈，故亦可夜習。)其足球隊員近遠證於香港羊城，聲譽遠播遐邇，一為汕江體育會，該會會員，多係現在之中學生，他們奮鬥之精神，極可欽佩，前為小小隊伍，(隸屬汕體育會)近起而組織或為有系統，有組織之體育會。該會亦建有足球場一，至會中各種進行，甚形積極，將來前途，定可樂觀。

體育委員會：前名為體育協進會，依照教育部之規定，去年復改為體育委員會。該會成立已七年有奇因；經常費關係，隸屬於汕市市政府教育科，是會主管汕市中一切運動事宜，會中組織分常務三人，幹事一人，委員五人，為主持該會會務，該會擬定每年於冬季時候，應舉行全市中學聯合運動會一次，全市小學則規定兩年一次外，並規定各季運動比賽之事項，茲將該會工作大綱概列如下：

汕市體育委員會之工作大綱：

(一) 本大綱按氣節變遷，市民的需要，製訂各項運動比賽大綱。

(二) 本大綱舉行各項運動比賽暫分公開中學小學等組比賽之。

(三) 本大綱內各項運動，比賽細則，得另組委員公審訂宣佈之。

## 2 潮城近況

潮城學校，體育設施，比較完全的，首推金山中學（廣東省立四中）其他三校，運動場缺欠體育課之教授法，與汕市中小學課教無異。惟韓山師範（廣東督立二師）則與他校不同，而偏重於團體操。該校學生四百餘員，運動場祇有籃排（網球共用）及小足球場各一，及一百六十米圓周之平地跑道，及一重器械之器具，其運動之場所，且皆靠近於課室，上課時致不能運動。但該校精神鏗鏘，每年冬季必舉行一二運動會，及團體操之表演，近二年來春季亦定舉行越野賽跑，致該校之體育教師忙於處理與設施。

潮城公共體育場，在於西湖之中山公園，其中之建設，只有足球場一籃球場二，而皆係泥土質的，還有一二重器械之器具，其他毫無所有。亦沒有人專司，較於汕市更糟百倍，還有一游泳池，即西湖是也，該湖之水，為潮城溝渠流注之所，池中設有跳台，跳板，水上單槓各一，及更衣室數間而已，餘不有若何佈置，在該池游泳者，多易生皮膚病，因其水池污濁，難堪，此亦可想而知矣。

前有一體育協進會去年改為體育委員會，設於縣教育局之內其中組織：委員七人，幹事一人每月經費，皆由縣政府津貼，其數微薄，致進行各事難於實現，演成潮城之體育陷於死氣沉沉之形態，誠可惜矣哉！

## 縣市及鄉村近況

內地縣市中小學，與汕市潮安，略同小異，在建築與提倡方面，比較相差天壤。若以鄉村而論，更不待言，一般農夫工人，只管作工，商人只管做生意。對於體育絲毫莫明其底蘊，在客籍之梅縣五華方面，教育較普及，運動尤熱烈，訓練則以足球為最。其足球隊組織甚多，時時作友誼比賽。我國之足球名將。素產是地，如李惠堂李甯等是也。

潮汕之體育，現多為學生之活動，關於民衆之體育，及公共體育場等建設，尙未能談及，各縣市之體育，視察，於今亦仍未見到，要潮汕之民衆體育怎樣普及，怎麼樣發展，當局政府，苟無經濟之補助與提倡，若從呼喊，不知等到何時才得見實現！報紙方面，從前不見有體育消息，近已較有點注意，但不及上海廣州香港各報之熱烈提倡。

潮汕體育教師之待遇，在中學方面，每月大洋四五十元，至八九十元不等，在小學方面，每月二三十元，至四五十元為限度。潮汕體育較昔進步好多對於其他種種，一時未能述詳下去，就此結束，祈讀者見諒！

## 國貨網球拍大廉價

秋風涼爽，練習網球，此其時也，春生體用品公司，為供給愛用國貨諸君之需要，新由天津本廠運到大批網球拍，定價非常便宜，聞起碼之球拍，每柄一元八角，且足能使用一季，其堅牢可知矣，並有新到之一九三四網球，零售每個六角，地址在北四川路橫浜橋士慶路九十三號。



# 讀者園地

## 安徽體育不振的原因

何錦雲

體育本為鍛鍊身體，強健體魄之工具也。視一個民族的強弱，國家之興衰盛亡，但看一個民族國民身體弱否以為斷。因國民身體之弱否，泰係於國民體育是否普及，國民體育之強壯，間接為強國之源泉。我們貧弱，外人皆稱為東亞病夫，實因國人不注重體育所致也。

現在政府當局，大聲疾呼，提倡體育，以救危亡。自廿一年教育部召集各省市，體育專家討論國民體育實施方案，舉後，即通令各省市遵照施行，並舉行全國運動大會於首都。政府提倡體育用心良多矣，現在有幾個地方，努力提倡的結果，對於體育大有竿頭日上之勢。但與金髮碧眼兒相較，差得遠矣。至于吾皖現在對於體育，現在還是無生氣的沉默的落伍，未有絲毫的進步。至于皖省體育不振的原因，不過以下幾點。

(一) 教育當局對於體育抱着敷衍心，吾皖辦教育當局多輕視體育，抱着敷衍心，每逢全省運動會時，使其拉夫

手段，東拉西拉，拉幾位運動成績較好的運動員，特別的優待，充當該校選手，天天督率練習，以欲出席全省運動會奪錦標。但是若得到錦標以為是很光榮的，自覺得自己校中體育很發達，不問校中體育是否普及，只要應付而已。以後也不督率，運動員繼續練習，得了錦標後，把運動員就可丟在一邊了。等下屆再開全省運動會時，再使其拉夫手段。政府當局，雖大聲疾呼，提倡體育，而吾皖省這些辦教育的敗類，照這樣做去，體育是如何能普及呢？實為阻礙吾皖體育發展之一因。

### (二) 缺乏優良的體育指導

吾皖省學校也很多，對於各校體育指導，學術兩科優良的很缺乏，學術兩科優良的體育指導也有，不過在十人中只能找到一二罷了。因為吾皖對於體育指導待遇很輕，優良的體育指導多不願就任。現在皖省體育指導，多半為一些體專畢業或肄業，求學期短，訓練不足，故有無數體育指導，不為他人重視。有何議論；有何主張，不為他人贊同。辦事困難，事業難謀發展，多因資格稍差，敷衍學生，遷就校長，不謀皖省體育之發展，實是阻止吾皖體育發達之障礙。

### (三) 經濟困難

欲體育發達，亦首須有大運動場，次須有設備，學校無運動場無充分之設備，談不到學校體育，城市無運動場談不到民衆體育。吾皖省各校體育經費不獨立，學生所徵之體育費而校長還大措其油，以致皖省各校無完備之運動場，城市中因經濟困難，有運動場者，廖若晨星，莫說有完備之運動場。亦是皖省體育不振之主因。

### (四) 運動員臨時抱佛脚

吾皖青年身體健強，與他省青年相較無什差別。而皖省運動成績與他省相較，則差得太遠，是研其故，實因皖省運動青年每逢要開什麼運動會時，臨時抱佛脚，才練習跑跑，跳跳，若能僥倖拿幾個第一，出出風頭就算了。等閉會後，又不繼續的努力，以求成績進步，這樣又何能得到優良的成績呢？這亦是吾皖體育不振之一因。

以上所述的，均是吾皖現在體育不振現象，信筆所至未免有點不知輕重的說話，作者寫這篇稿的意思，希望吾皖對於體育應負責任的當局，應速醒悟，從新改進一下，吾皖體育才能走入振興之道。

(南京安徽中學)

## 運動場上觀衆應有的態度

梁鼎超

運動非僅鍛練體魄，修養人格也佔重要地位，所以賽員是要達到運動的目的，觀衆也是盡着提倡的責任。

可是盡着提倡義務的觀衆們究有幾許，同時運動上評判的糾紛外，很多也是由觀衆所造成的，在你參觀到勢均力敵的球隊比賽，或是錦標賽要喝打評判員和叫着『要人不要Ball』這種口吻，是常出自觀衆們的，廣東籃球公開比賽於青年會，法科學院與培英中學比賽，因為裁判上爭執，觀衆竟有用銅板擲向裁判員，繼着有大竹竿從頭擲下，幸得身體略爲避開，要不是會送了性命，永留運動上的污點，這都是觀衆不曉得體育的本旨所致，毆打裁判，近數年漸少發現，以前真真的了不得，弄到沒人敢担任該職，視負裁判責爲畏途啊。

這種舉動觀衆固不應有，就是比賽時鼓掌的意思也要明白，很多觀衆的鼓掌，多含惡意或祇同情於一方面，別方面則力爲揶揄，譏諷，弄到人家氣餒至不知所措而以爲快。

我們要曉得掌是贊勉技術的精彩，和鼓勵賽員的勇氣，

而求得更精彩的表現，所以不論那一方面都要勉勵他，就是與自己有關係的球隊，對隊遇有精彩發現的時候，我們也應該同情而鼓掌。

中國體育不能發展，原因雖多，觀衆是熱心提倡者，要把這種心理矯正過來，庶幾體育才不致陷入畸形狀態。

(廣東從化縣中)

使君腎力強健

背痛腰痠精神不振即為腎虧現象速服兜安氏保腎丸便可病去身健重使生活愉快此丸專治腎虧諸症素稱效驗患者速服之試看其恢復康健之如何迅速患者除服兜安氏保腎丸以治其腎病更宜兼服兜安氏小粒通便丸以清腸胃

上海江西路四八九號兜安氏西藥公司均有出售



兜安氏秘製保腎丸

教部規定

小學高級生習游泳  
體育教師從速購閱

小學游泳

▲阮蔚村篇 ▲定三角  
上海勤奮書局出版



# 一月來之體育行政

## 教育部體育委員會常會記錄

教育部體育委員會，於七月四日下午在教部開第十二次常會。出席委員褚氏誼，張之江，郝更生，袁敦禮，程登科，吳蘊瑞，沈嗣良，及列席張信孚，張燭，郭蓮峯，黃麗明，張東屏，吳激等，由褚氏誼出席報告及議決事件如下：

### ▲報告事件

(一)請教部令飭各省市遵照司令設立體育委員會，暨主管體育之督學或指導員已由本部通令飭遵。(二)本年續辦暑期體育補習班案，奉部長批本年暫不辦理。(三)本年召集各省市主管體育人員來京開會案，奉部長批暫不召集。(四)福建教育廳暨河南教育廳函報飭屬舉行踢毽子每賽情形。(五)江西鴻聲中學體育主任盧遜學提出體育問題，請示辦法。(六)蕪湖業餘鐵隊籃球為裁判失當請求解釋，是否違犯規則。(七)浙江省教育廳請檢寄會議細則及辦事細則。(以上教部郭蓮峯報告)(八)吳蘊瑞報告初中體育教授細目已編就付印。(九)程登科報名修改國民體育法案，已由內教及訓練總監部會同修正。(十)沈嗣良報告參加遠東運動會經過。

### ▲議決事件

(一)全國各級學校應有一律之運動選手規程案。(吳委員蘊瑞提)議決由原提案人再行整理印刷，提下次會議決，定後再請教部公布施行。(二)通令各省市擇一師範學校設立

體育科案。(程委員原案)議決請教部通令辦理，並請將師範課程早日公布。(三)規定國術課程實驗區辦法案。(褚委員原案)，議決指定北平，濟南，青島，開封，漢口，長沙，南京，杭州，上海，廣州，南寧，桂林等處，請各該地教育行政機關指定學校實驗。(四)通令普設規模較小之體育場案。(部教交議)，議決：(甲)各地方應普設兒童遊樂園，以簡單普遍為原則，詳細辦法推張東屏吳激兩君起草送會。(乙)利用軍警輔助進行民間體育詳細辦法，請程登科起草送會。(丙)改善現有之體育場，其辦法併入第五案討論。(五)擬訂公共體育場規程案。(郝委員提)，議決體育場暫行規程草案通過，送教育部核定公布。(六)用本會名義電新疆教育廳請查明新疆參加中亞運動會情形，迅予電復案，(郭蓮峯提)，議決通過。(七)德國請我國參加第十一屆世界運動會案，議決準備參加，委託中華全國體育協會辦理。

## 吾國準備出席世界運動大會

教部體育委員會五日晨開常會，決議參加十一屆世界運動大會，委託體協會辦理，體協會將付八月三日董事會詳細討論，大約將派送二十人，足球隊在內，經費預算約十六七萬元。

中華全國體育協進會總幹事兼教部體育會委員沈嗣良，因出席教部召開之體育委員會會議，特由莫十山自駕汽車經京



杭國道抵京，當即訪晤在京各體育家，記者訪沈氏於寓所，叩詢各點，承答如次：

本年遠東運動會，吾國為維持信譽精神計，故各項運動不因某方搗亂而中止，使大會得圓滿完竣，堪以告慰國內外人士，至日人破壞遠東會，王儒堂先生在菲已發表宣言，昭示國際。體協會原擬發表宣言，嗣因是非曲直，早已昭然若揭，毋庸多所曉舌，故即作罷。但將來或將經過情形，詳告國際亞林匹克大會，至於下屆遠東運動會將於民國二十七年在我國舉行，屆時我國仍當籌備。

下屆亞林匹克大會，已決定一九三六年在德京柏林舉行，我國亦被邀參加，我國為提高體育國際地位計，決定多派代表參加，且是屆增添足球一項，故我國屆時決選一隊參加，全部經費，預算以所派代表選手三十人計算，需款約十六萬元。

中華體育協會擬定於八月三日在京召開董事會，討論要案，約有兩點：(一)決定吾國如何處理遠東運動會事。(二)決定參加下屆亞林匹克大會辦法經費及預選事宜，其他關於會務進行，亦有提案討論。會長王儒堂先生，現因事在平，于十五日南下籌備一切云。

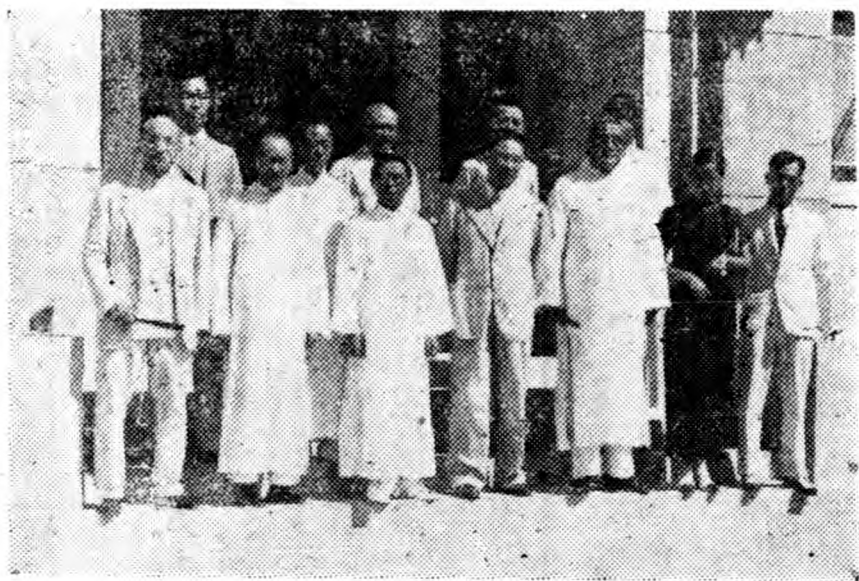
中華體育協進會成立以來，已十餘年，惟因經費一項，多由上海各方籌助，故甚困難，致各項工作，不能積極計劃，現本會為使發展體育計，擬與教育部合作，由政府撥助一部份經費，俾事業日有進展。

普及體育須從民衆着手，蓋我國人民對於體育素鮮注意，而民衆體育，尤少提倡，故普及民衆體育，確為當務之急，且民衆體育普及後，其中不難拔選特殊人才，但辦理民衆體育，須用政府力量，使全國至少每縣有一體育場，予民衆以練習機會，同時多開運動會，使人民重視體育。故今後

全國運動會，亦須在各地輪流舉行云。

### 全國體育協進會臨時董事會

全國體育協進會三日開臨時董事會，主席王正廷，報告參加第十屆遠東運動會經過，及準備參加第十一屆世界運動會之需要。繼由汪院長王教長致訓詞，大意對協進會過去工



會事董會進協育體國全

- |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|
| 周家 | 瑞蘊 | 翰約 | 生更 | 禮敦 |
| 廷正 | 杰世 | 衛精 | 荅伯 | 明麗 |
| 館民 | 廷正 | 杰世 | 衛精 | 荅伯 |
|    |    |    |    | 良嗣 |

作之努力，暨此後進行計劃，均表贊許，並願盡力轉請政府於能力上經濟上，予以相當援助，次王正廷褚氏誼報告會務及經濟狀況，旋議決：  
(一)認代表團在遠運會代表會議席上所持態度為適當。

(二)認日菲之解散遠東運會為非法行動，遠東會之組織，仍當存在。

(三)第十一屆遠運會之準備事宜，俟下次開會時再行討論。

(四)電請丹麥公使羅忠詒代表本會出席八月二十八日在瑞典舉行之國際業餘體育代表會議。

(五)決定選派優良運動選手於一九三六年赴德參加世界運動會。

(六)推請馬約翰(主席)沈嗣良袁敦禮組織訓練選手方法委員會，推進訓練事宜。

(七)決定參加一九三五台維斯杯國際網球賽，交常務董事會籌募經費，不足由會撥助。

(八)推請沈嗣良(主席)郝更生吳蘊瑞組織會務計劃委員會，計劃會務進行事宜。

### 全國體育協進會建築田徑場

全國體育協進會，自遷入申園辦公後，對於內部設施，大加擴充，力臻完善。除建築三網球場外，最近並將足球場看臺退後三尺闢為跑道。據該負責人談，天氣方旱，若再下雨，草地網球場將不能適用，跑道現極積建築，預計下月可以完成，本年萬國運動會即在此舉行，自流井水現不敷應用，故決定擬建設自來水，至籃球房俟天涼後，或可動工云。

### 華北運動會用新法計時丈量

第十八屆華北運動會競賽股全部經費預算，月前業經製訂，關於田徑賽各項用品共計二千五百餘元，現已計劃設置。除一切跳欄，跳高架發令槍計時等表外。對男女標槍，鉛

球，鐵餅，以及各項球類之設備已均有概算，會方為徑賽進行便捷計，擬裝設電氣計時，現正由北平師大電學系師生試驗中。又跳遠沙坑兩旁擬預置地平尺度，可免丈量之繁複且成績不差分釐，其他裝置亦在設計，又關於月前接收之修械場。將於本月內招標拆置，領標費預收洋一元，至二十一日截止領標云。

### 全國田徑界將有擴大新組織

白虹田徑隊促成全國田徑競技聯盟之實現計，特聯合平中華，津中華，京鷄鳴等，組織田徑聯盟，自將盟約等發出後，各隊均深表同情，如平中華隊等已先後正式覆函入盟，刻為擴大聯盟計，更函請粵光南隊參加，倘此舉能實現，則成五隊聯盟矣。

### 網球要訣

美國女子網球專家 白瑯女士 著  
江鎮女士 譯

本書原着人為白瑯女士，白女士屢膺美國女子單打錦標之榮譽，且曾任韋得門杯美國隊長，彼於世界各著名網球家之優點，均有深切之觀察與研究，以是在本書中乃集各大家之大成，而成一最完整研究網球術之巨著。

全書計分二十二章，凡舉握拍，抽球，發球，接球，殺球，反球，正手，壓球，攔網，空中球高球，截擊，躍擊，及足部動作，作戰略訣，無不詳細備載，每種擊法，均附明晰之插圖，可使讀者一目了然。



# 一月來之運動比賽

## 華南男女籃球隊南征

(廣州特約通訊)廣州華南體育會之男女排籃籃球，現乘暑期之便，特重組雄師，作第三度南遊。事前經派專使前赴南洋羣島一帶，(爪哇。泗水。星加坡)與體育當局接洽一切，大軍啓行，於七月廿四日，過港轉乘荷國郵船公司，「萬福士」號輪前往。查華南此行南征人物，軍容甚整。今年兵馬，此前尤佳，男子籃球戰將，除原有基本隊員梁杰堂。胡紹屏，黃鼎芬，黃樹邦，鄭毓坤等外，並去電平津，邀請國手王玉增，唐寶堃兩人，加入前線作戰。但王唐因事不克加入。女隊員中，亦得海上健兒劉馬利，陳瑞屏，趕回助陣。至男女排球隊員，幾全部為廣東代表隊。該會總教練朱寮生語記者，此行實力，雄厚異常，相信必有較佳之收穫。並暢談該會男女排籃球隊中之雄姿。

## 陳寶球創鐵球新紀錄

白虹蘇州梁溪三角運動會於六月卅日舉行，白虹冠軍，蘇州第二，梁溪第三。表演賽陳寶球之十六磅鉛球，又創全國新紀錄，進至十二米九十，極為名貴。程金冠百米十一秒一，蕭鼎華高欄十六秒八。餘均平平，三角田徑成績如下：

項目	第一名	第二名	第三名	第四名	成績
百米	傅佳桂(白)	陳寶琳(白)	衛大煜(蘇)	嚴壽梓(蘇)	十二秒
二百米	朱洪祺(白)	傅佳桂(白)	王仁生(蘇)	衛大煜(蘇)	二四秒七
四百米	陳同佑(蘇)	蕭光漢(白)	王健吾(白)	章文治(白)	五七秒七
八百米	傅元祥(白)	陳同祐(蘇)	顧惠元(白)	孫菊英(蘇)	二分廿七秒七
一千五百米	鮑毅弼(白)	徐彥博(白)	孫華英(蘇)	周家興(蘇)	四分四秒四
三千米	林權波(白)	鮑毅弼(白)	沈振寰(蘇)	孫菊英(蘇)	七分三秒七
高欄	章文元(白)	姚良(白)	嚴壽梓(蘇)		缺
低欄	章文元(白)	姚良(白)	俞仁博(梁)		三十秒四
鉛球	鮑家傑(白)	王榮季(蘇)	馮堅(梁)	王元仁(蘇)	十米〇四
鐵餅	章宮強(蘇)	玉元仁(蘇)	詹道生(蘇)	姚良(白)	二六米二二
標槍	顧德奎(白)	俞仁博(梁)	周桂白(蘇)	王榮季(蘇)	三八米四四
跳高	張甲如(白)	陳天和(白)	徐立蘇	章文元(白)	一米六九
三級跳	張嘉慶(梁)	王世常(梁)	郭迪元(白)	周本毅(蘇)	十三米三四
跳遠	張嘉慶(梁)	程世豪(蘇)	王世常(梁)	馮元昌(白)	六米四一
撐竿	蔡演慶(白)	施正杰(蘇)	姚良(白)	姚文光(蘇)	三米十四
四百接力	白虹隊	蘇州隊	梁溪隊		缺

## 復旦藍排球隊征青紀

(青島訊)上海復旦大學籃排球隊挾其江南八大學錦標之



雄威，出師來青，出席遠東之排球健將丘廣燮，鄒秉新，亦隨隊搭來。六日下午四時半，籃球首戰對禮賢中學隊，會師於體育場之籃球場，參觀者充滿看台。因復旦隊多粵籍，故在青廣東同鄉到場助興者特多，而復旦校友亦均前往搖旗吶喊，裁判楊鐘秀。

### ▲籃球

鳴金開賽後，雙方各逞剛強，以禮賢之中學球隊，與江南八大學錦標隊相抗，勝負早在意料中，惟開賽未幾，禮賢竟以六比二領導在前。使復旦隊吃驚不小，在場指導領隊陳炳德君，亦感不安，後復旦左鋒周雲達，大施神威，衝鋒陷陣，迭建奇功，禮賢望風披靡。上半時終了，復旦以三十三比十佔先，休息時過，雙方互易生力軍，時市長沈鴻烈亦蒞場觀戰，二次對壘，禮賢隊戰略變更，以靈巧之傳遞，更加以張文成，王羣之兩員生力軍，並駕齊驅，左鋒石逢源，右鋒楊為周，更孤軍深入，數搗黃龍。復旦雖勇亦失於聯絡，後半時，結果乃為十四比十，禮賢佔先，但總結果為四三比廿八。復旦隊得立首功。

### ▲排球

對膠濟繼籃球而開始，於大霧迷濛中，連賽三局，復旦陣中為鐵壁銅牆，三中鋒左竄右跳，如生龍活虎，鄒秉新，獨霸後方，故三戰三勝，以復旦兩隊比較，排球似較優於籃球，但膠濟隊於第一局十三比二十一，第二局十四比二十一，第三局十七比二十一，有此比數，亦出意外。

### ▲籃球

續訊，上海復旦籃球隊，八日下午二次出馬，籃球對黑鷹，裁判宋君復，是日適值星期日，前往參觀者層層圍住，水洩不通，雖炎日蒸人，而觀衆仍極感興奮，黑鷹為島上勁旅，戰來較第一次激烈多多，惟黑鷹疏於練習，而復旦

不慣戶外比賽，故雙方失機頗多，而觀衆亦迭感失望，前半時結果為十七比十三，復旦佔先，休息十分之後，易地再戰，雙方戰略迭更，紀錄互有增進，惟黑鷹隊員每多操之過急，手不應心，球不入網，觀衆雖一再加油，亦祇有望球興嘆，故後半時又為十三與七之比，黑鷹隊再失利。總結果為三十比廿，復旦隊又告凱旋。

### ▲排球

復旦對中華，仍繼籃球而開賽，觀衆原數移往排球場看台，裁判修復然，登台點將後，雙方開始炮火。復旦隊威風不減，中華隊亦因疏於練習，乏團結之力，屢示復旦以可乘之機，復旦中鋒左擊右壓，球力之硬，如泰山蓋頂，勢不可當，故結果為直落三，再勝中華。

## 項蓮蓀得滬帆船賽錦標

上海西人向有遊艇總會之組織，每年規定時期在浦江中舉行比賽，華人會員祇合肥李經楮，郵務匯業局長唐寶書，匯理銀行顧仲卿，合昌篷行項蓮蔭等數人。七月十日在吳淞口外作飛爾杯奪標賽，計繞行吳淞口外之最遠浮筒，適有極猛烈之季候風，與賽之船雖極危險，而與綴頗豪。九時由吳淞起賽，各船帆檣高懸，乘風破浪，疾若穿梭，出淞口後，波浪驚險，船身常在水中，第見片片白帆，飄揚海面，誠壯舉也。競賽結果，項君蓮蓀所駕駛之五號游艇，獲得錦標（按是日華會員出席者祇項君一人），各西人會員羣相致賀，光榮不淺。

## 楊秀瓊再創遠東新紀錄

美人魚楊秀瓊，自遠連弋譽歸來，仍孜孜習泳不倦，每當夕陽西下，恆見其泳於南華場中，一般觀者咸稱其技又已

進展，然未經正式角逐，仍不知技之果進及進之程度奚若也，六月廿一夕 全港學界運動會之水上運動開於中華會場，美人魚於五十公尺自由式中，果更新其本，在遠東所創之紀錄焉。遠東紀錄為三六秒九，當夕之紀錄則為三六秒八，努力將來，百尺竿頭，當再有更進一步也。

### 約翰網球隊赴港粵遠征

擁有郭予杰，馬安權，唐永純，等健將之聖約翰大學網球隊，在華東各大學中，素稱無敵。今夏又奪得四大學（交通滬江震旦約翰）網球錦標，茲為增進球藝起見，該隊於已六月三十日由領隊倪源卿，率領隊員郭予杰（隊長）馬安權，唐永純，陳亦黃錦熙卍世元（兼輝事）六人南征香港廣州等地。至於在港比賽，已由該校舊同學何家濠君代為接洽一切。又該隊此行承熱心體育諸君如程貽澤，葉球堂，史量才，吳鐵城等捐助旅費洋一千一百元，該校已另函表謝矣。

### 魯省參加華北游泳預選

本屆華北游泳比賽定於八月十日，在北平南海舉行，各省市除因特殊情形先期聲明不能參加者外，皆已舉行預選，山東省前曾有因無人練習將不參加之傳說，惟當局抱定提倡宗旨，決意派遣選手，乃於八月一日舉行預選。男子報省者卅三人，女子則無人問津。斯日天公作美，日光煦和，市民前往參觀者頗為踴躍，省立體育場場長尙樹梅之新夫人祁雪琴女士亦到場服務引，入注目。大會於上午九時開幕，并未舉行儀式，僅由總幹事尙樹梅報告預選意義，比賽規則及選拔方法等，旋即開始比奮，十二時休息，下午二時繼續比賽，至四時全部束，各項成績平平，但運動員皆精神奮發，各盡其能，不少打破標準者。會後由競賽會按照成績標準

選定：陳香九，王聘三，安紫萍，曲川裏，唐振權，陸吉綸，陳興烈，胡友三，盧笑萍，董金榮等十人為代表。於八月七，八日到平比賽。茲將各項決賽結果及成績如下：

百公尺自由式	(一)陳香九 (二)王聘三 (三)安紫萍	一分六秒
百公尺蛙式	(一)曲川裏 (二)唐振權 (三)陸吉綸 (四)丁日華	一分二七秒
百公尺仰泳	(一)胡友三 (二)盧笑萍 (三)劉德華	一分卅九秒
二百公尺自由式	(一)王聘三 (二)李崇河 (三)唐振權 (四)曲川裏	三分廿八秒
二百公尺蛙式	(一)胡友三 (二)盧笑萍 (三)丁日華 (四)陸德華	四分五秒
二百公尺仰泳	(一)陳興烈 (二)陳香九 (二)陳興烈 (二)鍾水牛	七分四十秒
四百公尺自由式	(一)陳興烈 (二)鍾水牛 (二)陳興烈 (二)鍾水牛	十七分十五秒
八百公尺自由式	(一)陳興烈 (二)鍾水牛	卅二分六秒五
千五百公尺自由式	(一)陳興烈 (二)鍾水牛	卅二分六秒五
入水比賽	黃金榮	

### 游泳界空前專書

### 游泳訓練法

上海青年會 錢一勤著

精裝布面定價二元四角  
函購掛號郵費一角六分

### 游泳成功術

本書係英國名游泳指導家海傑所著，內容圖文豐富，頗為適用，定價每冊大洋五角。

本書係體育專家錢一勤君根據歷年教授游泳之經驗，及參考歐美之名著而成，對於教授之程序，由淺而深，由易而難，演化而進，以後完善。為游泳指導必備之書。  
全書中每一游式，必先述其正確之姿勢，俾初學者易獲相當之印像，然後更詳細分析游泳之各部動作，由臂而腿與臂腿聯合，先陸上而後水際。並插入照片百數十幅，益臻美備。

勤奮書局發行



# 一月來之體育人事

## 符保盧由青返滬服務本社

撐竿高跳名將符保盧，於七月初赴青島練習，業已於八月十三日返滬，繼續到勤奮體育月社服務，如白虹田徑隊赴北平比賽，符君或前往，秋季開學，將入暨南附中求學。

## 軍需校生陳惠民泅泳長江

軍需學校學生陳惠民，去冬曾兩次橫渡長江，近技益猛，七月九日約友人雇舟作伴，十一時由八卦洲對面江心下水，以棲霞山爲目的地，作長江馬拉松長泳，十一時五十二分至燕子磯登舟，略進汽水蛋糕，正午復下水前進，一時四十分出裏河，與老河道交叉處在漩渦中四次變換方向奮力前進，至老江中心又遇大風激浪，三時正抵棲霞山麓，共費四時點六十分七秒，堪稱空前壯舉。陳擬於暑假後，約其老友泳至鎮江。

## 白虹隊總幹事孫多頤作古

白虹田徑隊總幹事孫多頤，字頤人，年三十六，原籍安徽壽州，曾畢業於前江蘇省立第八中學（即今之揚中）。在上海郵政局服務已達十二年，平日爲人和藹，忠於職守。故上峯與同事均極器重之。孫本患心臟病，近數年來，對體育事業甚爲努力提倡，爲白虹隊盡力尤多，六月初，孫君忽患肋

膜炎，在家醫治三星期，毫無見效，乃入海格路紅十字會醫院醫治，未十日忽心臟病復發，益加劇烈，竟於六月廿九日晚八時逝世，遺下其夫人楊氏及子女各一人，均在幼年，身後極爲蕭條。

## 郭大斧泳渡長江告成功

中央黨部職員郭大斧，七月五日早由浦口華利蛋廠起再橫泅長江，至海軍魚雷水營登岸，費時二十八分。郭下水時，有土人李阿紅同泳，但中途力竭登舟，郭有友數人，將來京合作大規模橫泅壯舉。

## 黃美順在粵被毆受重傷

南華足球隊八月一日下午五時，應蠶絲展覽會之請，在廣州與省聯比賽，省聯陳鎮和與黃美順，因搶球衝突，而在場空軍紛起援陳，致黃受重傷。後由兵憲保護離場，比賽遂無結果而散，南華乃於二日返港。

## 楊效讓女士赴美攻體育

女士體育專家楊效讓女士，任職金陵女子文理學院體育系，成績卓著。編譯「基本體操」及「各國土風舞」等書，風行全國。並受教部之聘，編輯「初中女生體育教受細目」。近楊女士爲再求深造起見，於七月中旬，乘柯立芝總統號，



赴美，進加州大學，研究體育衛生云。

## 蕭美貞與梁矩章訂婚記

北平訊，蜚聲體育界之蕭美貞女士，于六月廿六日下午四時與梁宓之長公子矩章，假北平飯店訂婚，到蔣夢麟夫婦及男女來賓二百餘人，由蔣君致詞，行禮如儀後，賓主即赴跳舞廳跳舞。聞結婚嘉禮，擬趕於暑假中舉行，現正由雙方家屬接洽籌備中。

## 津三籃球健將來滬攻談

曾代表我國參加遠東籃球代表李震中，尹鴻祥，劉振元等，自馬尼拉返國後，李即留滬上。曾數度參加大夏大學出征，所向皆捷。劉李業於上週返津省親，約勾留一月後，仍即南返，入大夏攻讀云。又關於尹鴻祥劉振元，前亦有赴滬入大夏就讀之說。惟此種消息近來頗為沉寂。經記者向尹劉二君探詢，確有實事，尹劉現已會晤李震中，三人同意，定於下月三日離津南下，同入大夏，尹入大學李劉入高中。按李尹劉等三人，均係天津籃球界名將，津方不幸，失此三將，實力大減。第十八屆華北運動會冠軍，尙難料誰屬云。

## 體育界小消息

▲暨南大學體育主任俞杰，七月十五日下午二時在崑山路景林堂，與南京女中體育教授宋毓榮舉行結婚典禮。

▲劉雲松於月前借邵錦英赴粵任教於暑期體育學校，秋涼返滬供職於滬江大學，二人於八月二十二日結婚。

▲史興隆現任中央軍校教官，近奉校部令，赴廬山軍官教練團游泳教授，七月七日啓程，八月底返校。

▲香港訊，以飛將軍號馳譽於人之曹桂成，自與球王李惠堂由南島歸港後，即出而效力南華，遠運歸來又再南渡矣。

。一般球迷以曹氏南渡，從此綠茵場上，將不見有將軍之踪跡，咸呈失意之狀，然而將軍則否認有回爪哇之意，且謂仍爲南華效力出戰來屆足球季，是則曹氏南渡之意，或已打銷矣。

▲本屆代表我國出席遠運會三次之排·壘·網球好手盧惠卿女士，現由平來滬小住，九月初旬自滬搭輪赴美求學。

▲上海兩江女子體育專門學校之籃球健將楊治女士，近由滬至平，每日與本屆遠運會我國籃球選手張育才男士，出沒於運動場上，頗爲不錯。

▲畢業於北平美國學校之田徑健將王淵女士，現在哈居住，八月初旬赴浙江大學校，投考法律學系。

▲燕爾新婚之山東省立公共體育場場長尙樹梅氏，請假期滿，定於本月內，携其夫人邢雪琴女士由平返魯。

▲代表河北省出席本屆全運之撐竿跳高健將黃毅君，近與翊教女中之王志敏姑娘，往來甚密，每日午後，常在師大場練習網球。

▲清華大學體育助教黃牛(中孚)，否認與翊教女中體育主任席均女士，明春結婚。

▲短跑怪傑劉長春，返平以還，身體較前肥胖，每日在東大南校場，鍛練甚勤。

▲號稱西班牙女王之牟作雲，(本屆遠運我國籃球選手)，近與大同中學高材生張瑞珍女士，尺素相通，魚雁往還，大有相見恨晚之概。

▲標槍名將彭永馨，自吉返平後，每日在清華場練習，成績達五十二、三米。

▲本屆遠運我國網球選手黃淑懿女士，在平每日上午與其妹淑清赴中海游泳池游泳，下午赴青年會練習網球。

▲清華大學中距羅慶隆，短跑張光世，日來成績猛進。



## 一月來之海外體育

### 美國田徑隊定期征日

美國派全國田徑明星十四人，於本年秋季間至日比賽。預定八月可抵橫濱，選手大致為：(短跑)墨卡爾夫，派森斯，(中長跑)格林，克銀漢，霍巴斯坦爾，克勞萊，(跳欄)谷德，(跳高)馬丹，(跳遠)克拉克，(撐竿跳)格拉勃，(三級跳)衛金斯，(擲重)番浮，斯瓊，鄧。

### 德選手創十項新紀錄

(漢堡七月八日路透電)德國優秀選手雪佛脫，今日在此間舉行之運動會中，創造十項運動世界新紀錄，共得八七九〇·四六分。按十項運動世界紀錄，為美國選手鮑許，一九三二年在洛杉磯世界亞林比克大會中所創，其紀錄為八四六二·二三分。

### 棒球王將來遠東遊歷

(紐約七月五日)世界棒球大王倍倍路斯，將參加美國棒球聯賽之世界週游團，於今秋啟程來東方，將於日本澳洲等處比賽，或者中國亦在內。

### 鐵爾登忽被停止資格

(紐約七月十四日路透電)今日紐約網球界有一驚人消息

，美國職業網球今將世界著名老將鐵爾登，停止比賽資格，其原因為鐵爾登拒絕將某次比賽進入之賬目發表，在未取消停止資格前，鐵如若參加比賽，每次將罰一百元云。

### 奧網球會長過滬談話

澳大利亞草地網球會長勃羅克斯(Norman Brookes)，乃前溫布爾盾錦標選手及前澳大利亞台杯選手。月前乘柯立芝總統號過滬，同行者有其夫人與兩女。泰晤士報記者與談，勃氏對上海網球會之多，印象極佳，希望明年正月在海爾彭耐舉行網球賽，(慶祝維多利亞百年紀念)歡迎中國選手參加。勃氏並謂，本人匆匆過滬，未能一觀上海中國選手之表演，殊為遺憾。關於本屆台杯賽，渠謂澳洲之希望尚濃，並謂澳洲出席帶決賽之陣線，殊不畏美之強悍，當勃氏過港時，曾向該地建議組織台杯遠東帶。港地主張遠東帶，附屬於美洲帶中。勃氏之意，擬與美洲帶並立云。

### 馬迪夫人之比賽問題

(路透倫敦電訊)美加利福尼亞州草地網球會前曾宣布馬迪夫人此後將不參加第一流比賽，擬致畢生精力於繪畫云，蓋馬迪已訓練成專家矣。此消息自巴黎而轉播至歐洲後，一時傳為美談，但馬迪夫人加以否認。並云加州網球會散放此流言，未明究懷何意，渠一俟身體恢復後，將仍從事網球運

動云，北加洲網球會會長那普爾氏亦以辯正證明此訊不確。

### 愛斯高巴得拳擊錦標

(哈瓦斯二十七日加拿大蒙垂城電)美屬波多利哥島拳擊選手愛手高巴，頃在此間與墨西哥選手加薩諾伐，作世界較輕量拳擊錦標比賽。預定共關十五回，愛斯高巴於第九回中，即將加薩諾伐擊敗，乃獲得世界較輕量拳擊錦標。加氏體重為一百七十磅半，愛氏則為一百十六磅半，比賽前，觀衆預測加氏得勝者，較愛氏為多，約為八與五之比云。

### 潘萊獲世男網球冠軍

(倫敦七月六日電)英國潘萊今日以直落三擊收澳洲克勞福，奪得惠勃爾登網球大會男子單打冠軍，比數為六比三，六比〇，七比五。英人之得惠勃爾登冠軍，尙遠在一九〇七年，今相隔二十五載，潘萊再得錦標，連已得之全美及澳洲兩錦標在內，潘萊為目下全世界業餘網球之冠軍，毫無疑問。最可奇異者，此三項錦標，決賽中，皆擊敗克勞福也。

### 世界網球瑣聞

▲澳洲發表網球十傑 (路透社二十六日倫敦電)克勞福再居澳洲網球等級之首席，頃澳洲草地網球協會發表之前十名選手如下，(一)克勞福，(二)麥格拉斯，(三)奎斯脫，(四)霍布曼，(五)透培爾，(六)蒙氏，(七)依文，(八)鄧祿浦，(九)華爾溝，(十)許華士。

▲美國女網球員年齡 本年惠德門盃錦標美國隊五選手之年齡，平均為二十二歲，隊長傑谷勃女士為年齡最長者，

計傑谷勃女士二十五歲，(一九〇八年八月六日生)，克魯香克女士二十五歲，(一九〇九年一月十八日生)，培柯克女士二十一歲，(一九一二年五月二十六日生)，派弗萊女士二十一歲，(一九一二年生)，馬勃爾二十歲，(一九一三年九月十八日生)。

▲惠德門杯歷年戰績 英美國際女子網球惠德門杯比賽，始於一九二三年，迄今為十二年，計美國勝八次，英國僅四次歷年成績如下：

年份	結果	勝者	舉行地點
一九二二	七比〇	美國	美國林山
一九二四	六比一	英國	英國惠勃爾登
一九二五	四比三	英國	美國林山
一九二六	四比三	美國	英國惠勃爾登
一九二七	五比二	美國	美國林山
一九二八	四比三	英國	英國惠勃爾登
一九二九	四比三	美國	美國林山
一九三〇	四比三	英國	英國惠勃爾登
一九三一	五比二	美國	美國林山
一九三二	四比三	美國	英國惠勃爾登
一九三三	四比三	美國	美國林山
一九三四	五比二	美國	英國惠勃爾登

按此項比賽單打四組，雙打三組。

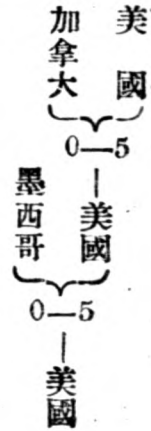
### 萬國保持台維斯盃

本年之台維斯盃網球賽，經數月之搏戰，結果澳洲得歐洲帶冠軍，美國得美洲帶冠軍，却令治賽，美國勝澳洲，美國再反英國挑戰，結果英以三比一勝，錦標仍歸去年之盟主



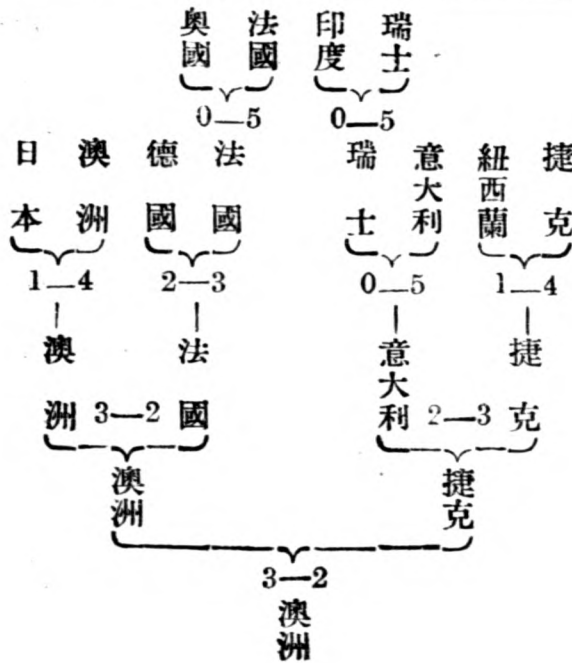
英國保持。

▲美洲帶成績



南北美決賽巴西棄權於美國。

▲歐洲帶成績



▲却令治賽成績



# 闡揚中國名勝

## 提倡旅行事業

# 旅行雜誌

▲每月發行一册 ▲全年計十二册

▲每册零售三角 ▲預訂全年三元

本誌自民國十六年創刊迄今，已屆八年，內容外觀，素極精美，在國內為第一流雜誌，凡各地名勝風景，鄉土習俗，無不詳為說明，旅行者備此讀物，既可作為旅途消遣，又可作為旅行指南，誠一舉而兩得者也。

總發行所  
 上海四川路  
**中國旅行社總社**



## 教育部體育班同學會消息

# 「暑期體育講習會」特輯

### 緣起

本班同學會，成立於去夏八月，除總會設南京外，復於各省市中設分會。而各分會中之會務，除上海一處最為發達外，其他各地，均無形停頓。而總會會務，亦於今年四月起，移交上海市分會辦理。滬市同學會之會務，除每月舉行常會一次。並於去年九月發起太極操研究會，苦於會務不能發展，遂於今年三月，由本班同學會遣阮蔚村同學，商之中華體育會，將太極操研究會，附設於中華體育會內，蓋因該會會長，即吾輩之老夫子褚民誼博士也。

本年五月，本會與中華體育會合辦太極操講習會，每逢星期日上課，為時一月，來習之學員，完全免費，由褚民誼親任教授，本班同學任助教，計畢業者百餘人。五月廿日，本會在上海八仙橋青年會舉行年會，並公宴褚民誼先生，當時阮蔚村於報告會務時，即提議倡辦暑期體育講習會。復由本會遣派代表謁褚老師，條陳意見，遂得褚老師之讚許，允許在上海開辦「暑期體育講習會」。

### 籌備經過

本會因恐能力薄弱，故邀中華體育會合作，該會乃由總幹事章啓東先生，參與本會之組織，講習會之事務，遂成雛形。籌委員僅三人，即章啓東，顧舜華，阮蔚村是也。七月九日始開始籌備，於百零四度酷暑之下，各委竟日分頭奔走

。並由褚老師託上海市教育局設法協助，並由潘局長為接洽商借交通大學之健身房，游泳池，及田徑場，並由本會借得正風中學全部校舍為宿舍及教室。但因籌備匆促，報紙僅發表新聞，未登廣告，故遠地學員均未及趕來。總計學員四十餘人，本埠及外埠來參半。

### 職員

名譽會長：吳鐵城（上海市市長）

黎照寰（交通大學校長）

會長：褚民誼

名譽顧問：

郝更生 沈嗣良 許禹生 吳蘊瑞 袁敦禮

馬約翰 吳邦偉 程登科 馬崇淦 邵汝幹

陸禮華 薛學海 申國權 彭文餘 黃警頑

杜宇飛

事務主任：阮蔚村

教務主任：顧聘陳

國術主任：章啓東

幹事：文起高 周邦哲 葉玉書 周鼎昌 任勁華

陳如松 楊孝文 李實 楊士鑒 薛義宏

### 教授

褚民誼（健康教育太極操）邵汝幹（體育原理）陸禮華（體育教學法）阮蔚村（體育行政，運動指導及裁判，體育



暑 期 體 育 講 習 會 開 學 紀 念

史) 章啓東(國術要義) 杜宇飛(丹麥操) 楊士鑒(團體操) 陳如松(軍事體育) 顧舜華(太極操) 楊孝文(太極拳) 葉玉書(太極拳) 鄭懷賢(形意, 八卦) 鄒茲地(舞蹈) 任勁華(唱遊, 女籃球) 薛學海(田徑) 黃勝白(田徑) 吳渭水(田徑) 余榮邦(游泳) 張嘉箴(女游泳) 文啓高(籃球排球) 章文元(籃球裁判法) 楊介人(彈弓, 踢毽, 射箭) 徐家增(機巧運動)。

### 學 員

#### 1. 本科生

(一) 應敏君 (女) 二十歲, 浙江金華人, 常州芳暉女中教員。(二) 葉幟英 (女) 二十歲,

江蘇常熟人, 武進女西校教員。(三) 劉祖信(女) 二十一歲, 湖南甯鄉人, 安徽省立五女中體育教員。(四) 丁克貞(男) 二十一歲, 江蘇金山人, 金山縣教育局。(五) 張友蘭(男) 二十四歲, 上海人, 靜安寺小學教員。(六) 劉荷生(男) 二十二歲, 江蘇南匯人, 上海民強中學教員。(七) 王魏媛(女) 湖南人, 江蘇省立鎮江師範體育教員。(八) 金元庠(男) 江蘇吳縣人, 吳縣許關民教館。(九) 李雪鳳(女) 二十三歲, 廣東汕頭人, 兩江體育學生。(十) 王善榴(女) 浙江平湖人, 嘉善縣立四賢祠小學教員。(十一) 蔡鈴(男) 二十二歲, 江蘇南匯人, 復旦附中學生。(十二) 陳濟民(男) 二十三歲, 武進人, 武進公立孫家宕小學。(十三) 過曾望(男) 無錫人, 無錫中學體育教員。(十四) 沈健(男) 廿六歲, 江蘇奉賢人, 中華體育會幹事。(十五) 薛義宏(男) 廿七歲, 六合人, 六合公共體育場指導。

#### 2. 選科生

(一) 富羣(男) 廿歲, 江蘇人(金山教育局保送) (二) 奚肖秀(男) 二十二歲, 金山體育場場長。(金山教育局保送)。(三) 黎能柔(男) 廿四歲, 廣東人, 浙江之江大學學生。(四) 王志成(男) 二十歲, 吳縣人, (中華體育會保送) (五) 孫志獅(男) 廿歲, 上海人, (全上) (六) 胡國城(男) 二十一歲, 浙江鎮海人, (全上) (七) 王菊(男) 十六歲, 浙江大台人, (全上) (八) 宋暉(男) 廿三歲, 浙江慈谿人, (全上) (九) 徐維周(男) 十九歲, 江蘇海門人, (全上) (十) 朱愛賢(男) 十八歲, 上海人, (全上) (十一) 鄭仁安(男) 二十歲, 浙江寧波人, (全上) (十二) 陳景惠(男) 上海人, (全上) (十三) 姚載甯(男) 二十歲, 吳縣人, (全上) (十四) 張進才(男) 二十歲, 上海人, (全上) (十五) 孫其興(男) 三十四歲, 浙江餘姚人, (十七) 公民信(男) 四十歲, 河南人, (本班同學會保送) (十七) 沈說存(女) 卅歲, 浙江人, (全上) (十八) 鄭駿文(女)



廿四歲，嘉興人，(全上) (十九)吳逸仙(女)廿歲，(全上)  
(二十)楊級秋(女)十七歲，浙江溫州人，(全上) (二十一)葉  
勁風(男)卅七歲，武昌人，編輯，(全上) (二十二)李滿豪  
(男)廣東人，(全上) (二十三)楊若筠(女)廿二歲，武昌人，  
(全上) (二十四)曹岱(女)中國女子體育師範學校保送。(二  
十五)劉南(女)(全上) (二十六)曹敬覺(男)二十九歲，吳縣  
人，(上海市)

朱文偉(男)廿四歲，浙  
西四川人(二十九)羅大  
八，(中國女體師保送)

(三)

體育會，為推行國民體育  
程標準，特合辦暑期體育  
在正風中學舉行開學典禮，

長褚氏誼，市府吳市長代表李大  
督學邵汝幹，督學馬崇淦，市保安  
陸禮華，黃勝白，阮蔚村，文高起  
警頑，翁國勳等暨全體講習會學員共

，甚為感謝云。

代表訓詞 名譽會長吳市長代表李大超訓詞，略謂  
暑期體育講習會與普通講習會不同，蓋集中小學體育教員於  
一堂，以研究各種體育學識，其目的不但求自身之健康，且  
將來負起復興民族之大任也云云。楊虎代表溫一如訓詞，略  
謂，體格強健，一切事業均可無阻做去，故人類與體育關係  
至為重大，但研究體育方法甚多，欲求經濟，方便，適宜，  
則莫如國術云云。市教育局馬崇淦訓詞，略謂，中國人到四  
五十歲，往往自認為老了，落伍了，其實四五十歲，正是經  
驗宏富，全力辦事的時候。所謂老了，落伍了，實則即是體  
格之衰弱，不能時時進修，諸君不忘進修，只有日新，決不  
落伍云云。市教育局邵汝幹訓詞，略謂，教育部體育班同學  
會與中華體育會，在褚先生獎勵指導之下，組織體育講習會  
，不惜金錢精神來服務，欽佩者一。諸位在坐學員，自動前  
來研究，這種進修精神，應佩服者二，至於講習會之課目，  
均切合全國體育界及中小學應走之路，時期雖短，其獲益當  
非淺鮮云云。以下尚有來賓翁國勳陸禮華等演講。末由章啓  
東報告。

### ▲上課經過

課程共分四週計一百六十餘小時，自七月廿三日上課，  
八月十九日正式休業，茲將各週中上課經過略誌于後：

▲第一週 有體育行政三小時，體育原理二小時，國術  
十二小時，太極操三小時，男女籃球六小時，田徑三小時  
，男女游泳六小時，器械操二小時，裁判法一小時，丹麥操  
四小時，舞蹈四小時，國術要義一小時。

▲第二週 課程與第一週同，惟楊士鑒之團體操二小時  
，陳如松之軍事體育一小時，劍術二小時。八月五日(星期

主席會長褚氏誼報告云：今天為暑期體育  
典禮，承各機關代表及各來賓蒞臨參加，非  
於體育，素極重視，蓋人類生存先決條件，  
。有了健全的體格，方能為社會國家服務，  
自非提倡體育不為功。教育部體育班同學會  
鑒於此，特發起組織暑期體育講習會，得本  
界之贊助，終於成立。復承正風中學允借講  
學允借游泳池健身房，使我們得到許多便利

，講演健康教育，聽者八十餘人。  
國術，游泳，田徑，器械之鐘點與前相同。  
人先生教授弓箭，及毬子，陸禮華講授體育  
日(十二日)聘請徐致一講習國術理論。  
添體育史(阮)及壘球(申國權)，國術，游泳  
期三(八月十五日)上午參觀滬市政府，下午  
田徑，及符保廬陳寶球表演撐竿跳及推鉛球  
期六(十八日)下午舉行茶會。褚會長親臨致  
日)舉行休業式，乃正式結束。

### 典禮

時行畢業典禮，褚會長因赴高橋參與  
於十八日下午先行召集全體學員訓  
長吳鐵城，黎照寰，潘公展，及顧  
華，葉良，翁國助，暨該會教職員  
。行禮如儀後，首由會長吳市長  
長相繼訓話，教育局督學邵汝  
情形。末由名譽會長黎照寰  
謝詞，攝影茶點而散。

### 經過

選，並召開全國同學大  
同學大會，會期在八月  
，除上海市全體者外，  
奎，南京之薛義宏，蘇  
改爲談話會。議決會務  
仍維持現狀。

### 旅京同學歡宴褚民誼

本年教育部主辦童子軍訓練班，本班同學至京執教者或  
研究者，凡二十餘人。八月一日，本會旅京全體同學，假公  
餘聯歡社歡宴褚老師，計到董梅，周邦哲，李實，張信鴻，  
王健吾，仲達，趙希，吳增起，郭維森，孟壽彭，呂虞生，

陳俊，羅价如，柳靜，蔣宗武，盧政清，林郎，張定，邊固  
等多人。

### ▲方萬邦任教滬大夏

本班教師方萬邦先生，學術淵博，去歲執教本班時，因  
一般同學不識方君之深高學術，破壞課堂秩序，殊引爲遺憾  
。本季方君來滬，任滬大夏大學體育主任，並聘本班同學文  
起高君任助教。滬市同學近水樓閣，將來藉重方君之學術處  
尙多。

### ▲彭百川任崑山縣長

本班前總務主任彭百川先生，現已辭去教育部社會教育  
司司長職，就任江蘇崑山縣縣長，彭自就任以來，彭公之善  
政，蜚聲全邑。

### ▲阮蔚村臂傷復原狀

本會中堅阮蔚村君，自五月以來，因折斷左臂撓尺骨，  
療養在院，承各地同學紛紛慰問，現阮君於七月廿日正式停  
止療養，業漸恢復康健，致力于服務，聞阮君之矯健，仍不  
減往昔。

### 零 訊

▲無錫呂一舟君，下學期就聘於浙江海寧縣立初級中  
學。

▲水產周鼎昌君，下學期離滬，就任寧波浙江省立工業  
學校體育主任。

▲江西梁爵莊君來函，現任陸軍第四師第十團體育教官  
，駐節贛州中山公園。

▲天津陳郁波，張文浩君，暑假赴北戴河遊覽，田永慶  
君下學期仍在天津河北中學。

▲湖北楊文采君，現已辭去一中教職，就任漢口市體育  
視察員。

勤奮體育月報 創刊號

第一期目錄 每册大洋二角

勤奮體育書報.....(六十八幅)

本報趣旨.....(馬崇淦)

勤奮體育評壇.....(邵汝幹)

吾國體育不振之原因.....(吳縉瑞)

歷屆全運動之追溯及本屆希望(郝更生)

全國體育協進會之前途.....(沈嗣良)

對於體育上的認識.....(尙樹梅)

美國社會體育概況.....(劉雪松)

原始舞蹈遊戲.....(陳伯青)

體育師範之使命.....(王復旦)

小學體育教師應有的修養.....(孫和賓)

怎樣辦理學校體育聯合會.....(陸翔千)

國術之意義.....(吳圖南)

歷屆全國運動會歷史與成績.....(阮蔚村)

德國小學體育與衛生教材.....(程登科)

足球訓練的幾個問題.....(王庚)

田徑新術(一).....(阮蔚村)

小學航空救國中心教學.....(邵汝幹)

唱歌遊戲(一).....(胡教熙)

體育息消.....(編者)

目錄繁多 不克備載

勤奮體育月報 全國運動會特大號

第二期目錄 每册大洋三角

勤奮體育書報.....(五十五幅)

編輯者言.....(編者)

勤奮體育評壇

——全國運動會雜感.....(王復旦)

——男子田徑技術之批評.....(王復旦)

——評第五屆全國運動會之女子田徑賽.....(孫和賓)

——中國女子籃球在全運會給予我們的印象(陸禮華)

——關於女子排球的幾句話.....(李飛雲)

——所見的全運會女子壘球.....(溫懷玉)

——對於全運會女子游泳比賽之觀感.....(劉雪松)

——本屆全運會的萬米決賽和表演.....(蘇人)

——談談本屆全運會.....(邵汝幹)

——全國運動會籌備經過.....(褚氏誼)

——大會各項錦標比賽一覽.....(阮蔚村)

——開幕典禮.....(編者)

——男子田徑賽.....(編者)

——男子田徑.....(編者)

——女子田徑.....(編者)

——足球.....(編者)

——男子籃球.....(編者)

——女子籃球.....(編者)

——男子排球.....(編者)

——女子排球.....(編者)

——男子網球.....(編者)

——女子網球.....(編者)

——男子棒球.....(編者)

——女子棒球.....(編者)

——國術.....(編者)

——閉幕典禮.....(編者)

——大會十日誌.....(編者)

勤奮體育月報 小學體育專號

第三期目錄 每册大洋二角

勤奮體育書報.....(四十幅)

勤奮體育評壇

——小學體育教師修養問題.....(傅駿銘)

——提倡體育聲中之小學體育.....(黃孝南)

——我國小學體育目標改革問題(陳奎生)

——兒童與遊戲.....(許少甫)

——怎樣提倡小學體育.....(邵汝幹)

——小學課外運動指導法.....(俞子箴)

——體育運動實施大綱.....(李實)

——個人運動與團體運動.....(郭效汾)

——舞蹈教材.....(阮蔚村)

——小學適用韻律操.....(王秋如)

——十個小學遊戲教材.....(俞子箴)

——低年級遊戲教材.....(阮蔚村)

——小學歌舞.....(潘伯英)

——唱歌遊戲.....(胡敬熙)

——滬津濟鄂小學運動會成績.....(編者)

——一月來之體育行政.....(編者)

——一月來之體育比賽.....(編者)

——一月來之體育界.....(編者)

——一月來之海外體育.....(編者)

——台維斯盃形勢之轉變.....(蔣槐青)



# 勤奮體育月報

小學體育  
專號下冊

## 第四期目錄

每冊大洋二角

### 勤奮體育書報

勤奮體育評壇

敬獻於教育部體育督學之前……邵汝幹

打倒不忠實及腐化的體育同志……程登科

發展小學體育之我見……俞子箴

今後小學體育的新建設……吳激

小學體育中心訓練……程登科

小學體育今後應取的徑途……王秋如

日本小學體育教學原則……阮蔚村

小學體育教學的研究……王振堯

小學體育與兒童生理……丁嘉福

小學體育行政問題……王庚

體育怎樣會考……孫樞

姿勢訓練的價值和方法……項翔高

快樂的回憶(舞蹈教材)……阮蔚村

拍掌操……陳芬

小學愛國遊戲教材……胡通

聽琴動作和唱歌遊戲……胡敬熙

一月來之體育行政……編者

一月來之運動比賽……編者

一月來之體育人事……編者

一月來之海外體育……編者

四川萬縣的體育(特約通訊)……李鵬

復興中之愛國體育科(特載)……李繼元

# 勤奮體育月報

中學體育  
專號

## 第五期目錄

每冊大洋二角

### 勤奮體育書報

勤奮體育評壇

編輯中小學體育教授細目我見……邵汝幹

中學體育與軍事訓練……陳如松

中學體育之改進問題……鄭揚新

今後中學體育應有之動向……程登科

對於編輯中學體育教授細目管見……吳激

中學體育(一)……王健吾

中學課外運動管理法……沙仲篋

中等學校女子田徑問題……朱士方

中國體育應有之趨勢……孫寒華

女子月經與運動之關係……蔚岑

關於走步的姿勢……陶冶

足球基本訓練……吳邦偉

籃球之技術犯規……張國勳

歸去來兮(中學舞蹈教材)……阮蔚村

中學適用體操走步教材……周邦哲

體育教員之難……陳慶銅

怎樣求深造……李為芝

遊戲之理論……蔣琪

一月來之體育行政……編者

一月來之運動比賽……編者

一月來之體育人事……編者

一月來之海外體育……編者

世界田徑總決賽……星星

# 勤奮體育月報

每冊大洋二角

## 第六期目錄

### 勤奮體育書報

勤奮體育評壇

吾國對於遠東運動會應取之態度……阮蔚村

中國體育缺少進步的幾個大原因……朱曉初

辦理民衆體育實驗經之我見……邵汝幹

民衆體育理論方面的研究……尚樹梅

對於編輯中學體育教授細目管見(續)……吳激

中學體育(二)……王健吾

軍人體育之理論與實施……俞杰

小學體育的行政問題(完)……王庚

新編八段景訓練圖說……金一明

收割舞(舞蹈教材)……杜宇飛

田徑新術(二)……阮蔚村

籃球基本訓練……邵振華

春花(故事遊戲)……項翔高

鄉土遊戲教材……蔡雁賓

讀者園地……編者

一月來之體育行政……編者

一月來之運動比賽……編者

一月來之體育人事……編者

一月來之海外體育……編者

交通大學之體育建築及設備……顧舜華

教育部體育班消息……編者

# 勤奮體育月報

第七期目錄 每册大洋二角

勤奮體育畫報……………(三十二幅)

## 勤奮體育評壇

遠運會之瞻望……………邵汝幹  
我國籌備遠東之遲緩……………葛池  
對於郵督學視察各體校之感想……………蘇民  
體育界應共同合作……………顧舜華

中學體育……………王健吾

中國體育應有之趨勢……………孫寒華

女子體育與生理變化……………蕨 岑

高跟鞋鞋有礙婦女姿勢……………陶 冶

易筋經新解(國術)……………金一明

視察上海各體育學校報告……………郝更生

有望于出席遠東諸同志……………劉長春

田徑新術……………阮蔚村

兒童田徑指導法……………俞子箴

匈牙利舞……………阮蔚村

鄉土遊戲教材……………蔡晉鴻

讀者園地……………編 者

一月來之體育行政……………編 者

一月來之運動比賽……………編 者

一月來之體育人事……………編 者

一月來之海外體育……………編 者

全國田徑游泳最高紀錄……………編 者

教育部體育班消息……………編 者

# 勤奮體育月報

第八期目錄 每册大洋二角

勤奮畫報……………(二十九幅)

編輯者言……………編 者

遠運會過去波折與前途……………阮蔚村

第十屆遠運節目與日程……………編 者

第十屆遠運概況……………田永慶

遠運會中日非常會……………周鼎昌

談吾國籃球……………董守義

遠運會全國預選紀……………郭允恭

田徑……………金月齡

游泳……………陳如松

足球……………丁 彪

日本全國預選紀……………陶 冶

菲島全國預選紀……………秦 晉

歷屆遠運田徑一覽……………阮蔚村

我國遠東田徑隊對上海西聯……………聘 磨

第七屆江大運會紀……………賴烈銘

一月來之體育行政……………編 者

一月來之運動比賽……………編 者

一月來之體育人事……………編 者

一月來之海外體育……………編 者

# 勤奮體育月報

第九期目錄 每册大洋二角

勤奮畫報……………(三十二幅)

編輯者言……………編 者

解散遠運會之嚴重性……………馬崇淦

遠東體協非法解散及今後我國體育的努力……………邵汝幹

迎我國選手團歸國……………潘公弼

出席遠運會代表談話……………王正廷等

遠東運動會之糾紛……………李浩然

遠運的解散是中國的奇耻大辱……………莊澤宣

第十屆遠運會回顧……………蔣愧青

我國選手實力概評……………金兆均

第十屆遠運會開幕誌盛……………顏文初

足球錦標……………顏文初

排球錦標……………顏文初

籃球錦標……………顏文初

棒球錦標……………顏文初

網球錦標……………顏文初

田賽錦標……………顏文初

徑賽錦標……………顏文初

全能錦標……………顏文初

游泳錦標……………顏文初

女子游泳表演……………顏文初

女子排球表演……………顏文初

女子網球表演……………顏文初

拳門表演……………顏文初

射擊表演……………顏文初

遠東體協會章程……………顏文初

遠東體協會非法解散之經過……………顏文初

我國職員選手全體名單……………顏文初

遠運會中三大議會記……………顏文初

中國創造體育用品第一家

# 保定布雲工廠

本廠成立已廿餘年體育用品在中國為  
本廠首創所出各種網球拍及鐵餅標鎗  
籃球足球等一切運動物品製造合法質  
料優良迭經國內各大運動會正式採用  
咸一致認為係國貨中之上品

總發行所 保定唐家胡同  
分發行所 重慶白菓巷馬路



出品超羣 鐵證

二十二年全國運動大會  
贈保定布雲工廠

有功體育

王三志

---

重慶中華體育會年會贈用

見特假令本會中級以上學校舉行比賽  
籃球比賽籃球一不用此實二名優  
貴廠出品之籃球其質料精良誠他廠所  
望球者固正如此不亦足為見  
貴廠製造得法實材精良誠他廠所  
品所難望焉新製也謹此特誌此為函  
奉達以鳴謝悃即希  
朗題為幸此致  
重慶布雲工廠 公鑒  
禮誌  
民國二十二年六月廿六日



# The Chin Fen Sports Monthly

## General Sales Agents: CHIN FEN BOOK STORE

392 Route Pere Froc, Shanghai, China.

All rights reserved

### 投 稿 簡 章

- 一 本報絕對公開，歡迎全國體育界熱烈投稿。
- 二 本報歡迎關於體育之專著、譯述、批評、研究、教材、調查、記載、及圖照等，文言語體皆可，惟以清順為主。
- 三 投寄譯稿，請附原本，如原文不便附寄，請將原文題目原著姓名，出版日期，及地點等註明。
- 四 本報將來稿得酌量增刪，預先聲明者，不在此例。
- 五 稿末請註明姓名，地址，以便通信，揭載署名，得由投稿人自定。
- 六 投寄之稿，俟揭載後，酌致薄酬如下：
  - 甲、現金——每千字二元至五元。
  - 乙、本刊——贈閱半年至全年。
  - 丙、特優巨作，報酬從豐。
- 七 來稿請照寄上海法租界勞神父路三九二號勤奮書局體育月報社編輯部。

### 不 許 轉 載

勤奮體育月報第一卷第十一期  
中華民國二十三年八月十日出版

游泳網球專號  
本期零售大洋兩角

編輯人 阮邵 蔚汝 村幹  
發行人 馬 崇 淦  
發行所 勤奮體育月報社  
上海法租界勞神父路三九二號  
上海四馬路二七七號

印刷所 華美術印刷公司

### 廣 告 定 價 表

普通	上等	頭 等	優 等	等 第	
				特 等	第 一 等
其餘地位	首篇以外	(一)封面裏頁對面 (二)底面裏頁對面 (三)目錄後 (四)圖畫前後 (五)正文首篇前	(一)封面裏頁 (二)底面裏頁 (三)圖畫內 (四)文字中	底封面外面	地位
	正文前後			全頁	半頁
三十元	四十元	五十元	六十元	八十元	
二十元	二十五元	三十元	四十元		

廣告概用白紙黑字 如用色紙或彩印 價目另議 繪畫刊圖 工價另議 連登多期 價目從廉 詳細廣告刊例 函索即寄

### 定 價 表

目 價	預 定		零售每冊實價大洋二角 郵費 國外及香港澳門一角半
	全 年	時 期	
冊二十	二 元	國內	一月一冊 全年十二冊
		國外	
四元二角			

國內預定全年郵費不收  
日本照國內郵票代價一律作九五折計算

定閱諸君如詢問事件或更改地址務請將定單號數姓名定在何處寄何處四項詳細開明方可遵辦實緣定戶太多簿冊繁重非此四項不易檢查難免仍有誤寄特先聲明

# 最光榮之國產

## 六大部出品內容：

(一) 製革部；籃球足球排球棒球用皮，各類料鞋皮，各種帶皮，手套皮，大衣皮，光皮，反皮，

(二) 製球部；足球，籃球，排球，棒球，藥球，拳球，橄欖球，

(三) 網拍部；國產木料各式網球拍，網球拍夾，兼製男女鐵餅，籐標槍，木標槍，竹標槍，乒乓球板，

(四) 靴鞋部；足球鞋，棒球鞋，跑鞋，跳鞋，軍用操鞋，

(五) 鐵木部；籃球，排球，網球木架木柱，跳欄，乒乓球檯案，銅球，鉛球，鐵球，籃球鐵筐，及運動場一切設備，

(六) 針織部；各種球衣，長褲短褲，田徑賽衫，運動長襪短襪，背心，絨衫，棉毛游泳衣，校旗，錦標，絨字。

天津 **春合體育用品製造廠** 謹啓

營業部；南開學校大街 電報掛號 三三〇五

駐滬代表

# 春生體育用品公司

批發零售

上海北四川路  
士慶路九三號

內政部註冊證警字第三〇二四號  
中華郵政特准掛號認爲新聞紙類

游泳網球專號

每册零售大洋貳角