

【表紙】

低鉄棒運動 全一卷

【表紙 裏】

【1頁】

写（十六ミリ）

低鉄棒運動

全一卷 六四米

台湾総督府

ル第三二〇七号

検閲済

有効期間

自昭和十三年十二月十五日

至昭和十六年十二月十四日

活動写真「フィルム」検閲規則

第十条第二項ニ依リ手数料ヲ免除ス

本「フィルム」、手数料ヲ納付スルニ非

サレバ営利・性質ニ帯ビル興行

ニ使用スルコトヲ得ス

障害ナシ

【2頁】

【3頁】

低鉄棒運動 全一卷

梗概

低鉄棒運動の実演を普通撮影竝に高速度写真で実写したものです
字幕

1、誰でも出来る低鉄棒運動

昭和九年七月撮影 東京市大久保小学校

2 木登りは人類にとつて保健体育上比類なき運動であります 今日世間に

虚弱者の多いのは一つは現代人が木登りをしない結果だと云はれて居ります

3 木登り代用運動の中で最も万人向のものは此の低鉄棒運動であります
4 特徴

- 1 誰でも出来る―臂力の弱いものでも
- 2 興味がある―自然な運動だから

【4頁】

3 危険性が少い―低いから
4 設備が容易である―経費が掛らない
5 本校は児童体育上主として胸囲発育増進の為低鉄棒運動を施設し山本訓
導これを指導せり

6 本映画はその運動実施一周年記念として製作し監修は体育研究所
嘱託安東熊夫先生之れを□□せり

東京市大久保尋常高等小学校校長 鈴木三右衛門

- 7 倒立
- 8 水平臂立懸垂
- 9 水平懸垂
- 10 背面水平懸垂
- 11 側水平懸垂
- 12 逆上臂立前方廻転 水平臂立懸垂後下
- 13 捻転背面逆上 腰掛前方廻転 転向振蹴（高速度・捻転背面逆上）
- 14 長振蹴上 臂立後方 廻転後下

【5頁】

- 15 短振蹴上 臂立前方廻転下（高速度）
- 16 背面蹴上 落振中脚懸上 転向前下
- 17 一節背面蹴上 落振蹴上 開脚臂立蹴越
- 18 脚懸上 膝懸後方 廻転 前下
- 19 中脚懸上中前後 開脚 前方廻転 転向前下
- 20 外足懸上 膝足背懸 前方廻転転向前下
- 21 股懸上 落振蹴上 仰臥跳越
- 22 中股懸上転向落振 背面蹴上転向後下
- 23 両脚中懸上 両膝懸後方廻転 落振中股懸上後下（高速度
両膝懸後方廻転）
- 24 両膝懸後 方廻転（高速度）
- 25 開脚々懸上開脚膝懸 後方廻転 落振脚懸上側跳越
- 26 両脚外懸上 両膝外懸後方廻転 転向後下

【6頁】

- 27 腰掛上蹴支持前方廻転 前跳下（高速度 蹴支持前方廻転）
- 28 開脚腰掛上 腰掛前方廻転 落振蹴上 側跳越
- 29 浮腰掛上浮腰掛後方廻転 落振蹴上 足背懸後方廻転前跳下
- 30 開脚浮腰掛上開脚腰掛後方廻転 踵掛前方廻転後跳下
- 31 片脚半旋上 落振 背面蹴上中前後開脚前前廻転倒跳越
（高速度中前後開脚前方廻転）
- 32 片脚逆半旋上 落振蹴上 臂立前方廻転浮臂立後方廻転後下
- 33 両脚半旋上 膝懸前方廻転 片脚旋廻転向前（高速度片脚旋廻転向前下）
- 34 臂立跳越転向上 落振蹴上側向脚懸廻転転向後下
- 35 逆手臂上跳越転向上落振蹴上□支持前方廻転転向開脚□支持後方廻転前跳下
- 36、蹴上の練習
- 37、男子
- 38、長振蹴上（高速度）
- 39、背面蹴上（高速度）
- 40、長振蹴上 落振背面蹴上（高速度）
- 41終

—完—

【データ採録者：田島奈保】【校正：森田健嗣】