

PHÁT HUY NHỮNG GIÁ TRỊ CỦA PHONG TRÀO TOÀN DÂN RÈN LUYỆN THÂN THỂ THEO GƯƠNG BÁC HỒ VĨ ĐẠI

Trương Quốc Uyên*

Phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” được Ủy ban Thể dục thể thao phát động nhân Ngày Thể thao Việt Nam 27 tháng 3 năm 2000. Đến ngày 24 tháng 3 năm 2012, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch phát động phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” giai đoạn 2012-2020. Phong trào này hàm chứa những giá trị quý báu cần được phát huy không ngừng. Muốn vậy phải có những giải pháp khả thi.

1. Những giá trị nổi bật của phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”

1.1. Phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” là một phong trào thể dục, thể thao vì dân vì nước

Bác Hồ rèn luyện thân thể vì dân vì nước. Người tích cực rèn luyện thân thể từ thời thanh niên để có sức khỏe, nhanh nhẹn, bền bỉ, dẻo dai đi ra nước ngoài hoạt động cách mạng cứu dân, cứu nước thoát khỏi xiềng xích nô lệ của thực dân Pháp. Ở nước ngoài, Bác Hồ thường xuyên rèn luyện thân thể để có sức khỏe, tinh thần vững mạnh trong hoạt động cách mạng. Từ sau ngày trở về Tổ quốc, Bác Hồ khắc phục nhiều khó khăn về điều kiện và phương tiện tập luyện, quyết chí rèn luyện thân thể bằng nhiều hình thức vận động nhằm tăng cường thể lực để lãnh đạo cuộc tổng khởi nghĩa lật đổ nền thống trị của thực dân Pháp ở nước ta. Trong những năm kháng chiến chống thực dân Pháp, Bác Hồ ngày càng tăng cường rèn luyện thân thể đảm bảo sức khỏe tốt để lãnh đạo cuộc kháng chiến của dân tộc ta chống thực dân Pháp đi tới thành công. Những năm tuổi cao, Bác Hồ vẫn cố gắng rèn luyện thân thể để gìn giữ sức khỏe phục vụ nhân dân, phục vụ đất nước được nhiều hơn, lâu hơn.

Như vậy toàn dân noi gương Bác Hồ rèn luyện thân thể trong đó học tập Người về tinh thần rèn luyện thân thể vì dân, vì nước. Ngoài

ra phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” kế thừa tinh thần vì dân vì nước của các phong trào TDTT trong những giai đoạn cụ thể xây dựng và bảo vệ Tổ quốc như: Phong trào “Khỏe vì nước” được Bác Hồ châm “ngọn lửa thiêng” phát động vào tối ngày 26 tháng 5 năm 1946; phong trào TDTT yêu nước “Thu – Đông – Xuân 1958-1959” do Ban TDTT Trung ương phát động vào đầu mùa thu 1958; phong trào “thể dục, vệ sinh yêu nước” do Ban TDTT Trung ương phối hợp với Bộ y tế phát động vào đầu năm 1960; phong trào “TDTT yêu nước” được Ủy ban TDTT phát động vào đầu năm 1961; phong trào “TDTT yêu nước, chống mỹ” do Ủy ban TDTT phối hợp với Trung ương Đoàn Thanh niên và Cục động viên dân quân phát động vào đầu tháng 1 năm 1966; và các phong trào “Rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ” ở xã Kim Sơn và xã Hưng Khánh (tỉnh Yên Bái) do Ban TDTT tỉnh Yên Bái phối hợp với Ban Chấp hành Đoàn thanh niên xã Kim Sơn, xã Hưng Khánh phát động vào Mùa xuân năm 1962; “phong trào rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ” do các cụ ông, cụ bà ở Hà Đông (Hà Nội) khởi xướng vào cuối năm 1991; phong trào “rèn luyện thân thể theo tám gương sáng ngời của Bác Hồ” do Tổng Liên đoàn lao động Việt Nam phát động vào đầu năm 1970. Tất cả những phong trào rèn luyện thân thể đó đều phản ánh tinh thần vì dân vì nước của đông đảo quần chúng và được quần chúng nhiệt tình hưởng ứng.

1.2. Phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” có giá trị quyết định xu thế phát triển Thể dục thể thao cho mọi người

Phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” ngày càng thu hút đông đảo dân chúng, phát triển tới mọi người trẻ, già, trai, gái, khuyết tật tham gia tập luyện thể dục,

*Nhà nghiên cứu, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh



Dù bận rộn trăm công nghìn việc, Bác vẫn giành thời gian rèn luyện thân thể mỗi ngày

thể thao bằng các hình thức khác nhau, phù hợp với độ tuổi, giới tính, trạng thái thể chất. Phong trào này có sức lan tỏa sâu rộng tới các địa bàn: Thành thị, nông thôn, đồng bằng, trung du tới miền núi, vùng sâu, vùng xa và hải đảo. Mọi người dân tập TDTT trong phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” trở thành thói quen hàng ngày vào sáng sớm sau khi ngủ dậy hoặc cuối buổi chiều. Thói quen đó là nếp sống lành mạnh, nếp sống văn hóa thể chất của các thành viên trong xã hội. Đồng thời tiến tới đó cũng là nhu cầu của mọi người dân, của các thế hệ con người nối tiếp nhau rèn luyện thân thể vì “*Dân cường thì quốc thịnh*”. Đó là xu thế tất yếu phát triển TDTT cho mọi người.

1.3. Phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” làm phong phú đời sống văn hóa ở tất cả các khu dân cư trong toàn xã hội Việt Nam

Đời sống văn hóa trong toàn xã hội Việt Nam được xây dựng và phát triển từ hầu hết các khu dân cư như: Thôn, ấp, bản, khu phố. Đời sống văn hóa ở khu dân cư, trong đó dân chúng tập luyện, tổ chức vui chơi, giao hữu TDTT các loại hình thể dục, đi bộ, chạy bền, các môn thể thao dân tộc, hiện đại trong phong trào “*Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*”. Văn hóa thể chất hàm chứa yếu tố tinh thần còn có tác dụng làm phong phú đời sống văn hóa cộng đồng, từ đó góp phần loại bỏ các tệ nạn, phong tục lạc hậu, gia tăng sự tiến bộ xã hội.

Những giá trị nổi bật của phong trào “*Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*” trên đây cần được phát huy mạnh mẽ, bền vững vì dân vì nước. Điều này chỉ có thể thực hiện được tốt phải có các giải pháp khả thi.

2. Các giải pháp khả thi nhằm phát huy mạnh mẽ, bền vững những giá trị nổi bật của phong

trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”

2.1. Tăng cường sự lãnh đạo, chỉ đạo của các cấp ủy Đảng, Chính quyền, Mặt trận Tổ quốc và các tổ chức chính trị - xã hội đối với công tác thể dục thể thao, trong đó chú trọng tới phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”

Các hoạt động thể dục thể thao ở nước ta, trong đó phát triển thể dục thể thao cho mọi người là cơ sở. Phong trào “*Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*” tạo nên xu thế tất yếu phát triển thể dục thể thao cho mọi người, bởi vậy cần được chú trọng tới phong trào này trong công tác thể dục thể thao.

Trên cơ sở quán triệt Tư tưởng Hồ Chí Minh và quan điểm, chủ trương của Đảng về thể dục thể thao cho mọi người, các cấp ủy Đảng, Chính quyền, Mặt trận tổ quốc và các tổ chức chính trị - xã hội quan tâm lãnh đạo, chỉ đạo, động viên thường xuyên, sâu sát đối với hoạt động thực tiễn phát triển phong trào “*Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*” ở các cơ sở tới khu dân cư. Sự lãnh đạo, chỉ đạo, động viên của các cấp ủy Đảng, Chính quyền, Mặt trận Tổ quốc và các tổ chức chính trị - xã hội, sẽ thúc đẩy mạnh mẽ Đoàn thanh niên, Hội phụ nữ, Hội người cao tuổi, Hội cựu chiến binh động viên, khuyến khích ngày càng đông đảo dân chúng trong các đoàn thể tích cực tham gia rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại với tinh thần vì dân vì nước.

2.2. Gắn phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” với các cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hóa” và “Toàn dân đoàn kết xây dựng nông thôn mới, đô thị văn minh”

Trong lãnh đạo, chỉ đạo cần có phương pháp gắn phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” với các cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hóa” và “Toàn dân đoàn kết xây dựng nông thôn mới, đô thị văn minh” sẽ tạo nên sự phát triển đồng bộ của phong trào và các cuộc vận động này ở cơ sở.

2.2.1. Gắn phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” với cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hóa”

Phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” được tiến hành và phát triển ở khu dân cư như thôn, ấp, bản, khu phố, thực chất là một bộ phận văn hóa trong đời sống văn hóa cộng đồng. Từ đó thường xuyên động viên, khuyến khích mọi người dân ở mỗi khu dân cư tích cực rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại nhằm xây dựng đời sống văn hóa cộng đồng ngày càng phong phú.

Việc xây dựng gia đình văn hóa ở khu dân cư cũng như các tiêu chí đạt chuẩn gia đình văn hóa, trong đó có một nội dung là hầu hết các thành viên của mỗi gia đình thường xuyên tập luyện thể dục thể thao. Như vậy cần được khuyến khích các thành viên trong mỗi gia đình tập luyện TDTT thường xuyên, chính là rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại.

Xây dựng khu dân cư văn hóa cũng như các tiêu chí đạt chuẩn khu dân cư văn hóa phải từ 2/3 trở lên số gia đình được công nhận là gia đình văn hóa ba năm liên tục trở lên. Như vậy trong nội dung đạt chuẩn khu dân cư văn hóa phải có từ 2/3 trở lên số dân ở khu dân cư thường xuyên rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại liên tục từ ba năm trở lên. Từ đó thống nhất trong nhận thức và hành động về việc phát triển phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” ở khu dân cư đồng thời và cũng có ý nghĩa phát triển thể dục thể thao trong cuộc vận động “toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hóa ở khu dân cư” và ngược lại.

2.2.2. Gắn phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” với cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng nông thôn mới, đô thị văn minh”

Gắn phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” với cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng nông thôn mới”:

Trong cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng nông thôn mới” có 19 tiêu chí đạt chuẩn xã nông thôn mới thì có một tiêu chí là cơ sở vật chất văn hóa với những nội dung như sau: Xã có nhà văn hóa hoặc hội trường đa năng và sân thể thao phục vụ sinh hoạt văn hóa, thể thao của toàn xã; xã có điểm vui chơi, giải trí và thể thao cho trẻ em và người cao tuổi; thôn, bản, ấp có nhà văn hóa hoặc nơi sinh hoạt văn hóa, thể thao phục vụ cộng đồng. Cơ sở vật chất đó tạo điều kiện cho các hoạt động thể dục, thể thao trong phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”. Ngược lại, phát triển mạnh mẽ phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” ở khu dân cư sẽ có sự tác động lớn tăng cường cơ sở vật chất văn hóa, thể thao ở cơ sở, ở thôn, bản, ấp và khu phố.

Gắn phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” với cuộc vận động toàn dân đoàn kết xây dựng đô thị văn minh:

Cuộc vận động toàn dân đoàn kết xây dựng đô thị văn minh có 54 tiêu chí đạt chuẩn phường, thị trấn văn minh đô thị trong đó có một tiêu chí về phong trào văn hóa, thể thao với những nội dung như sau: Có trung tâm văn hóa thể thao phường, thị trấn cơ sở vật chất, trang thiết bị bảo đảm, ổn định về tổ chức hoạt động thường xuyên, hiệu quả các hoạt động văn hóa, thể thao; 80% trở lên tổ dân phố có điểm sinh hoạt văn hóa, thể thao hoạt động thường xuyên, thu hút đông đảo các tầng lớp nhân dân tham gia, duy trì thường xuyên các hoạt động câu lạc bộ thể dục, thể thao, bảo tồn di tích lịch sử, các hình thức sinh hoạt văn hóa, thể thao dân gian truyền thống ở địa phương, thực hiện tốt phong trào toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hóa. Như vậy tiêu chí về văn hóa thể thao trong cuộc vận động toàn dân đoàn kết xây dựng phường, thị trấn đạt chuẩn văn minh đô thị bao hàm cả tập luyện thể dục thể thao của các tầng lớp nhân dân, với cơ sở vật chất, trang thiết bị

đảm bảo, đáp ứng cho việc tập luyện, vui chơi, giao lưu thể dục, thể thao của đông đảo dân chúng ở cơ sở.

Gần phong trào *“Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”* với tiêu chí về văn hóa, thể thao của cuộc vận động toàn dân đoàn kết xây dựng phường, thị trấn văn minh sẽ tạo nên động lực mạnh mẽ phát triển thể dục, thể thao trong tiến trình xây dựng đạt chuẩn văn minh đô thị ở cơ sở.

Giải pháp gần phong trào *“Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”* với các cuộc vận động *“toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hóa”* và *“Toàn dân đoàn kết xây dựng nông thôn mới, đô thị văn minh”* như trên đây, nếu được triển khai trong thực tiễn sẽ ngày càng gia tăng phát triển thể dục thể thao cho mọi người, ngày càng làm phong phú đời sống văn hóa nông thôn mới và đô thị văn minh. Từ đó phong trào *“Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”* càng nâng cao giá trị.

2.2.3. Tuyên truyền sâu rộng trong nhân dân ở tất cả khu dân cư về tấm gương rèn luyện thân thể của Bác Hồ

Tiến hành động viên, khuyến khích *“Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”*. Nhưng tấm gương rèn luyện thân thể của Bác Hồ như thế nào, dân chúng có nguyện vọng được biết để noi gương Người về tấm gương mẫu mực đó. Tuyên truyền trong dân chúng về tấm gương rèn luyện thân thể của Bác Hồ bằng hình thức nói chuyện tại các cuộc họp cộng đồng với nội dung khái quát như sau:

- Mục đích rèn luyện thân thể của Bác Hồ:

Mục đích rèn luyện thân thể của Bác Hồ là nhằm gìn giữ, tăng cường sức khỏe cho bản thân Người để làm cách mạng, phục vụ nhân dân, phục vụ đất nước có hiệu quả hơn, lâu hơn. Bác Hồ từng khẳng định rằng: *“Việc gì cũng cần có sức khỏe mới làm thành công”*. Thời thanh niên, Bác Hồ rất tích cực rèn luyện thân thể để ra nước ngoài tìm đường cứu dân, cứu nước thoát khỏi xiềng xích nô lệ của thực dân Pháp. Ba mươi năm hoạt động cách mạng ở nước ngoài, Bác Hồ tích cực rèn luyện thân thể để đảm bảo sức khỏe hoàn thành tốt mọi công việc cách mạng. Gần một phần tư thế kỷ lãnh đạo cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp với công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc, Bác Hồ rất tích cực

và cố gắng rèn luyện thân thể nhằm giữ gìn sức khỏe để làm tốt sứ mệnh quan trọng đó.

- Bác Hồ rèn luyện thân thể thường xuyên trong mọi hoàn cảnh, điều kiện:

Bác Hồ rèn luyện thân thể thường xuyên trong mọi hoàn cảnh dù điều kiện khó khăn hay thuận lợi. Bất luận sống, hoạt động, làm việc ở thành phố, nông thôn, miền núi, trời lạnh giá, trong nước cũng như nước ngoài. Người thường thức dậy trước 5 giờ sáng để rèn luyện thân thể. Vào mỗi buổi cuối chiều dù công việc rất bận rộn, nhưng Bác Hồ vẫn dành thời gian để rèn luyện sức khỏe. Trên đường đi công tác Người cũng tận dụng thời gian để rèn luyện thân thể.

- Bác Hồ rèn luyện thân thể rất kiên định:

Bác Hồ rèn luyện thân thể rất kiên định, sự kiên định trong hoạt động hoặc tập luyện của con người do yếu tố tinh thần chủ đạo. Bác Hồ rèn luyện thân thể rất kiên định như tập quyền thuật, bơi lội, luyện tạ tay, ném bóng, quần vợt, tróng đích, bắt chíp cả một đời. Kiên định nhất là Bác Hồ rèn luyện đôi chân nhanh nhẹn, bền bỉ, dẻo dai bằng những hình thức như đi bộ nhanh, đi bộ đường xa và leo núi, leo dốc.

- Bác Hồ rèn luyện thân thể từ tuổi thiếu niên cho đến cuối đời với nhiều hình thức phong phú:

Tuổi niên thiếu, Bác Hồ siêng tập thể dục, đi bộ, bơi và sở thích chơi cờ tướng. Tuổi thanh niên, Bác Hồ thường xuyên tập thể dục, đi bộ, chạy bền. Tuổi thanh niên và trung niên hoạt động cách mạng ở nước ngoài, Bác Hồ rất tích cực tập thể dục, đi bộ, luyện tập quyền thuật. Từ sau ngày về nước lãnh đạo cách mạng Việt Nam và công cuộc xây dựng, bảo vệ Tổ quốc, tuổi ngày càng cao, Bác Hồ tập luyện rất cố gắng và đều đặn như thể dục, đi bộ, chạy bền, luyện quyền thuật, leo núi, bơi lội, chơi bóng chuyền. Những năm cuối đời Bác Hồ rất cố gắng luyện tập đều đặn thể dục, đi bộ, leo dốc.

Tóm lại, Bác Hồ rèn luyện thân thể được trình bày khái quát trên đây là hiếm ai sánh được. Điều đó thể hiện tấm gương sáng về rèn luyện thân thể của Bác Hồ, cần được trân trọng. Toàn dân ta hãy noi gương Người rèn luyện thân thể.