

# BÁC HỒ VỚI PHONG TRÀO "KHỎE VÌ NƯỚC" Ở CHIẾN KHU VIỆT BẮC TRONG THỜI KỲ DÂN TỘC TA TIẾN HÀNH CUỘC KHÁNG CHIẾN CHỐNG THỰC DÂN PHÁP XÂM LƯỢC

Trương Quốc Uyên<sup>(1)</sup>

Phong trào "Khỏe vì nước" năm 1946 đã đạt tới tầm cỡ nền thể dục thể thao (TDTT) Cách mạng. Cuối tháng 12 năm 1946 cả nước ta tiến hành cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược, do đó tất cả các lĩnh vực, các hoạt động chuyển hướng về hậu phương, vùng "tự do" và lên Chiến khu Việt Bắc, nền TDTT Cách mạng trở lại dạng thức phong trào "Khỏe vì nước".

## Bác Hồ và cán bộ, chiến sĩ rèn luyện thân thể ở Chiến khu Việt Bắc

Rạng sáng ngày 23/9/1945, thực dân Pháp đánh chiếm Nam Bộ, mở đầu cuộc xâm lược của chúng ở nước ta lần thứ hai. Cuối tháng 10 năm 1945 quân Pháp mở rộng đánh chiếm toàn Miền Nam Việt Nam. Đến ngày 18/12/1946, chúng mở rộng chiến tranh xâm lược ra Miền Bắc nước ta và đánh phá Hà Nội. Ngày 19/12/1946, tại làng Vạn Phúc (Hà Đông) Bác Hồ ra lời kêu gọi toàn quốc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược. Từ cuối tháng 12 năm 1946 đến giữa năm 1947, hầu hết các cơ quan Đảng, Chính phủ, các đoàn thể Trung ương, các ngành đã lên ổn định nơi ở và làm việc tại Chiến khu Việt Bắc gồm các tỉnh Thái Nguyên, Tuyên Quang, Bắc Kạn. Lực lượng vũ trang vừa tiến hành xây dựng căn cứ địa kháng chiến tại Việt Bắc vừa bảo vệ an toàn khu (ATK). Bác Hồ và Trung ương Đảng, Chính phủ chỉ thị cho Đảng bộ, chính quyền các cấp ổn định tình hình, tiếp tục xây dựng kinh tế, văn hóa, giữ vững sản xuất, sẵn sàng chống quân địch xâm chiếm, bảo vệ vững chắc hậu phương, các vùng "tự do".

Trong thời kỳ dân tộc ta tiến hành cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược, mục đích của các hoạt động TDTT vẫn là "Khỏe vì nước", khỏe để "kháng chiến, kiến quốc", động viên các đối tượng tích cực tham gia tập luyện như: Thanh thiếu niên, học sinh, sinh viên, nông dân, công nhân, dân quân, du kích, tự vệ, cán bộ dân chính đảng, chiến sĩ lực lượng vũ trang ở hậu phương, các vùng "tự do", bộ đội

trên các nẻo đường, các địa bàn chiến đấu. Điều hình là ở Chiến khu Việt Bắc, nơi Bác Hồ cùng Trung ương Đảng, Chính phủ với cán bộ các ban, ngành, các cơ quan, đoàn thể, đội ngũ trí thức, văn nghệ sĩ và hàng chục ngàn cán bộ, chiến sĩ lực lượng vũ trang sống, làm việc, bảo vệ ATK, sôi nổi rèn luyện thân thể "Khỏe vì nước". Các hình thức tập luyện như bài thể dục phổ thông, đi bộ, chạy, leo núi, bơi lội, võ thuật, bóng chuyền, bóng đá với hào khí "Khỏe vì nước", khỏe để "kháng chiến, kiến quốc", khỏe để chiến thắng giặc Pháp. Bác Hồ là tấm gương sáng tích cực, thường xuyên rèn luyện sức khỏe, Người còn luôn động viên cán bộ, chiến sĩ không được buông bỏ tập luyện TDTT. Ở Chiến khu Việt Bắc, Hội đồng Chính phủ thường tổ chức các cuộc họp quan trọng do Bác Hồ chủ trì. Hầu hết các cuộc họp tiến hành vào buổi tối kéo dài tới khuya. Họp xong, Bác Hồ cùng các thành viên trong Chính phủ ngủ lại tại các phòng, lán của khu vực cuộc họp. Sáng nào cũng vậy, Bác Hồ thức dậy sớm giữa núi rừng tĩnh mịch, sương mù còn bao phủ dày đặc, Người đánh thức tất cả các thành viên ra bãi cỏ tập thể dục, rèn luyện sức khỏe. Điều khiển các thành viên tập bài thể dục phổ thông là Bộ trưởng Bộ Tài chính Lê Văn Hiến. Bác Hồ cùng xếp hàng tập với mọi người và đồng thanh hát bài "Bình minh trên chiến khu" như sau: "Khi bình minh lên vén màn phương Đông/ Ánh dương chiếu ra tung bừng/ Ta cùng vui hát/ Cố gắng luyện rèn thêm sức/ Tấm thân nở nang dẻo mềm/ Đòi ta còn phen chiến đấu/ Sức ta sẽ đem

<sup>(1)</sup>Nhà nghiên cứu, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh



**Trong mọi hoàn cảnh bận rộn, Chủ tịch Hồ Chí Minh vẫn dành thời gian để rèn luyện sức khỏe hàng ngày!**

ra dùng/ Chí hùng vang ca”. Bài hát này do Bộ trưởng Lê Văn Hiến sáng tác, được Bác Hồ cho phổ biến rộng rãi trong phong trào “Khỏe vì nước” ở Chiến khu Việt Bắc.

Từ ngày 11 đến ngày 19/12/1951, Đại hội Đảng lần thứ II được tổ chức tại xã Kim Bình, huyện Chiêm Hóa, tỉnh Tuyên Quang. Dự Đại hội có 158 đại biểu chính thức và 53 đại biểu dự khuyết thay mặt cho 766.349 đảng viên trong toàn Đông Dương. Bác Hồ đã động viên tất cả các đại biểu dự Đại hội mỗi sáng thức dậy hãy ra sân tập thể dục. Nhà báo Thép Mới kể lại câu chuyện rất cảm động về Bác Hồ đôn đốc các đại biểu ra sân tập thể dục như sau: “Về sáng, rét ngọt, thức dậy sớm, trời chưa sáng, mọi người đã thấy Bác đứng ngoài sân gọi các đại biểu ra tập thể dục và còn đi khua từng phòng đại biểu ngủ. Các đại biểu Nam Bộ vốn kém chịu rét, cho nên ngại dậy sớm. Rất tình nghịch, các đồng chí đại biểu Nam Bộ bảo nhau cứ nằm trên giường mà hô “một, hai...” y như đang đứng ngoài sân tập thể dục thật. Bác Hồ khám phá ra trò gian lận nghịch ngợm đó. Thế là “bẻ mảnh”, và sự “bẻ mảnh” đó, tôi được chứng kiến rất khoái cái phong cách độc đáo của các đồng chí Nam Bộ. Chính từ buổi ấy mà tôi kết thân với một vài đồng chí trẻ nhất đoàn. Mười mấy năm sau, đi chiến trường vào B2 gặp lại một vài đồng chí đã quen thân từ Đại hội Đảng lần thứ hai. Gặp nhau lại kể với nhau về kỷ niệm vui, trong đó Bác Hồ vào lật chăn lên của các anh chàng nằm

trên giường tập thể dục bằng mồm ở Chiến khu Việt Bắc” (Nhân dân hàng tháng, số 2, tháng 6 năm 1997).

Ngoài việc động viên và cùng rèn luyện thân thể với cán bộ, chiến sĩ ở Chiến khu Việt Bắc, Bác Hồ còn trực tiếp hướng dẫn các Bộ trưởng, Thứ trưởng trong Chính phủ tập Thái cực quyền. Đối với các chiến sĩ cảnh vệ trẻ, Người thị phạm và chỉ dẫn kỹ thuật động tác với phương pháp tấn công, phòng thủ của các thế võ khi đánh địch. Vào một buổi sáng sớm tinh sương, trên đường đi công tác ở Chiến khu Việt Bắc, Bác Hồ thấy một đơn vị bộ đội đang tập bài thể dục trên bãi cỏ ven rừng. Một số chiến sĩ tập động tác không chuẩn xác, Người liền xuống sửa chữa động tác cho họ rồi mới lên đường đi tiếp.

**Bác Hồ cùng với cán bộ, chiến sĩ tập luyện và giao hữu Bóng chuyền ở Chiến khu Việt Bắc**

Trong những năm dân tộc ta tiến hành cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược, các hoạt động văn hóa, vui chơi ở Chiến khu Việt Bắc của cán bộ, chiến sĩ, chủ yếu là tập luyện, giao hữu Bóng chuyền vào những buổi cuối chiều và ngày nghỉ việc. Từ năm 1947 đến giữa năm 1954, tại Chiến khu Việt Bắc có nhiều đội bóng chuyền của các đơn vị lực lượng vũ trang. Cơ quan Phủ Chủ tịch cũng thành lập được một đội Bóng chuyền chín cầu thủ, tức là chín thành viên, trong đó có Bác Hồ. Người tích cực tập



**Chủ tịch Hồ Chí Minh tập luyện Bóng chuyền tại Khâu Lấu, xã Tân Trào, huyện Sơn Dương, tỉnh Tuyên Quang hè năm 1949**

luyện cùng với các thành viên. Trong cuốn nhật ký của ông Bộ trưởng Lê Văn Hiến viết: “*Vừa sáng, sương vừa tan, Hồ Chủ tịch đã cho gọi các cầu thủ ra chơi Volleyball. Cũng như mọi lần trước, mình cùng một số anh em ra sân chơi với Hồ Chủ tịch*”. Những lần Bác Hồ tham gia giao hữu thì không khí trong sân và ngoài sân rất hào hứng, sôi nổi, phấn chấn hẳn lên. Có những trận giao hữu giữa các “đội mạnh” được Bác Hồ làm trọng tài với phong thái nhanh nhẹn, linh hoạt, chính xác. Ông Văn Chấn, nguyên là cán bộ của đơn vị bảo vệ Bác Hồ, bảo vệ lãnh đạo Đảng, Nhà nước và Chính phủ, đã nhớ lại một lần Bác Hồ làm trọng tài cho một trận đấu giao hữu bóng chuyền giữa hai “đội mạnh” như sau: “Trong điều kiện sống và công tác ở Chiến khu Việt Bắc, cán bộ, chiến sĩ nói chung và đơn vị bảo vệ nói riêng gặp muôn vàn khó khăn, thiếu thốn, nhưng cán bộ, chiến sĩ vẫn “vui kháng chiến”, tích cực tăng gia sản xuất, tập văn nghệ và hoạt động TDTT. Tết năm Canh Dần (1950), cơ quan tổ chức thi đấu bóng chuyền để chào mừng xuân. Bác Hồ làm trọng tài và ra điều kiện nếu đội nào thắng sẽ được thưởng mỗi người một điều thuốc lá. Khi kết thúc trận đấu, cả đội thắng lẫn đội thua đều xếp hàng chờ nhận quà của Bác Hồ. Thấy vậy Bác bảo: “*Vậy là năm nay (tức năm Canh Dần) chúng ta đều thắng quân địch*” (Báo An ninh thế giới, số 143, ngày 16/9/1999). Những người đến

xem và cổ vũ cuộc thi đấu Bóng chuyền này cũng được Bác Hồ thưởng mỗi người một điều thuốc lá. Thời kỳ kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược, ở nước ta, nhất là trên Chiến khu Việt Bắc thuốc lá rất khan hiếm.

Bóng đá cũng được phát triển ở Chiến khu Việt Bắc. Nhiều danh thủ bóng đá của nước ta vào năm 1947 hầu hết lên ATK hoạt động, tập luyện, vui chơi thể thao, giao hữu bóng đá cùng với cán bộ, chiến sĩ lực lượng vũ trang. Cuối năm 1947, trên Chiến khu Việt Bắc tổ chức một trận thi đấu bóng đá mừng xuân. Đông đảo cán bộ và chiến sĩ đến xem và cổ vũ sôi nổi với tinh thần “*Khỏe vì nước*”. Sau trận thi đấu bóng đá mừng xuân này, những mùa xuân tiếp theo, các trận thi đấu bóng đá của các đội tuyển các đơn vị lực lượng vũ trang diễn ra sôi nổi, gây không khí tung bừng trong phong trào “*Khỏe vì nước*” ở Chiến khu Việt Bắc.

Được sự quan tâm của Bác Hồ và tấm gương rèn luyện thân thể của Người, phong trào “*Khỏe vì nước*” ở Chiến khu Việt Bắc trong những năm dân tộc ta tiến hành cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược đã thu hút hầu hết lãnh đạo, cán bộ của các cơ quan Đảng, Nhà nước, Chính phủ, đoàn thể, các ngành, chiến sĩ lực lượng vũ trang tích cực rèn luyện sức khỏe, tập luyện và giao hữu bóng chuyền, thi đấu bóng đá. Nhờ đó dù “*gặp muôn vàn khó khăn, thiếu thốn*” về cuộc sống mọi người vẫn đảm bảo sức khỏe, tăng cường sức bền bỉ, dẻo dai, ý chí, nghị lực đáp ứng với mọi hoạt động bảo vệ ATK, tiến hành công cuộc “*Kháng chiến, kiến quốc*” đi tới thành công.

**LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO****4. Trương Quốc Uyên**

Bác Hồ với phong trào “Khỏe vì nước” ở Chiến khu Việt Bắc trong thời kỳ dân tộc ta tiến hành cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp xâm lược

**7. Trương Anh Tuấn**

Quan tâm phát triển Thể dục thể thao Người khuyết tật

**BÀI BÁO KHOA HỌC****10. Đặng Văn Dũng**

Dự báo tác động của sự phát triển, hoàn thiện hạ tầng và các dịch vụ đến khả năng tham gia thể dục thể thao của người khuyết tật ở các trung tâm văn hóa đô thị đến 2030

**13. Mai Thị Bích Ngọc; Trần Trung Khánh; Dương Văn Phương**

Nhận thức, đánh giá của người dân khu vực miền núi về hoạt động thể dục thể thao Quần chúng

**18. Nguyễn Hoàng Minh Thuận; Nguyễn Anh Trí; Nguyễn Thị Kim Phượng**

Thực trạng nhu cầu và sự hài lòng của người tham gia tại giải Marathon quốc tế Đà Lạt Ultra Trail

**25. Nguyễn Thành Long**

Nguyên nhân những sai lầm thường mắc trong giảng dạy kỹ thuật nhảy xa ưỡn thân cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh Ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**30. Lê Thị Uyên Phương; Nguyễn Lê Nghĩa**

Lựa chọn bài tập Vũ đạo thể thao giải trí (Breakin) nâng cao thể lực cho nam sinh viên năm 2 Đại học Huế trong chương trình chính khóa tự chọn

**34. Nguyễn Thị Thu Quyết; Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Tất Dũng**

Xác định nguyên nhân hạn chế mức độ đáp ứng việc làm của cử nhân Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**42. Nguyễn Văn Phúc; Nguyễn Văn Cường**

Thực trạng công tác phát triển thể lực cho học viên sĩ quan chỉ huy tham mưu lục quân cấp phân đội chuyên ngành trinh sát đặc nhiệm, Trường Sĩ quan Lục quân 1

**48. Vũ Chung Thủy; Phạm Đức Viễn**

Thực trạng hiệu quả nội dung chương trình đào tạo cử nhân ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Tây Bắc

**53. Lê Trí Trường; Đinh Quang Ngọc; Nguyễn Ngọc Sự**

Đánh giá chương trình đào tạo vận động viên Cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam thông qua các chỉ số, thông số về đào tạo và hoạt động thi đấu

**58. Lê Anh Dũng; Hồ Đăng Quốc Hùng; Trần Thị Thùy Linh**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá năng lực ở vị trí tiền đạo cho vận động viên Bóng đá nam U17 Việt Nam

**63. Nguyễn Ngọc Tuấn; Trần Trung; Nguyễn Thị Lan Anh**

Đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể học sinh lứa tuổi 7 – 8, Trường Tiểu học Đình Bảng 1, Thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh

**67. Đỗ Văn Thật**

Thực trạng hình thái và chức năng của nam học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I thời điểm nhập trường

**TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT****71. Vũ Trọng Lợi**

Du lịch với thể thao và Yoga

**75. Nhật Minh; Dương Thái Bình**

Khung trình độ Quốc gia Việt Nam đối với các trình độ Thạc sĩ và Tiến sĩ

**78. Trương Thị Hồng Tuyên**

Bài tập nâng cao thể lực với bóng

**80. Thẻ lệ viết và gửi bài.**

## **THEORY AND PRACTICE OF SPORTS**

### **4. Truong Quoc Uyen**

Uncle Ho with the movement "Stay strong for the country" in the Viet Bac War Zone during the French colonial invasion defending periods

### **7. Truong Anh Tuan**

Paying attention to the development of sports and physical training for People with Disabilities

## **ARTICLES**

### **10. Dang Van Dung**

Forecast the impact of the development and improvement of infrastructure and services on the ability of people with disabilities (PWDs)' participation in physical training and sports in urban centers by 2030

### **13. Mai Thi Bich Ngoc; Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong**

Awareness and assessment of people living in mountainous areas about public sports activities

### **18. Nguyen Hoang Minh Thuan; Nguyen Anh Tri; Nguyen Thi Kim Phuong**

Current status of requirements and satisfaction of participants at the Da Lat Ultra Trail International Marathon Race

### **25. Nguyen Thanh Long**

Causes of regular mistakes in teaching the hang style technique of long jumping for athlete-majoring students at Bacninh sports university

### **30. Le Thi Uyen Phuong; Nguyen Le Nghia**

Choosing the recreational sport dance exercise "Breakin" to improve fitness for junior male students at Hue University in the elective course program

### **34. Nguyen Thi Thu Quyet; Pham Tuan Dung; Nguyen Tat Dung**

Determining the causes that limit the job's requirement satisfaction level of bachelor's degree owner in Physical Education major at Bac Ninh Sports University

### **42. Nguyen Van Phuc; Nguyen Van Cuong**

Actual situation of fitness development for Military-dividing-level Army staff commanding officers majoring in Special Police at Army Officer School 1

### **48. Vu Chung Thuy; Pham Duc Vien**

Actual situation of content effectiveness in Physical Education Bachelor's training program at Tay Bac University

### **53. Le Tri Truong, Dinh Quang Ngoc, Nguyen Ngoc Su**

Evaluating the volleyball training program for high-level athletes in Vietnam through indicators and parameters in training and competition

### **58. Lê Anh Dũng; Ho Dang Quoc Hung; Tran Thi Thuy Linh**

Developing standards for assessing performance proficiency in the striker position for Vietnam U17 men's football players

### **63. Nguyen Ngoc Tuan; Tran Trung; Nguyen Thi Lan Anh**

Morphological characteristics and body composition structure of students aged 7 - 8 at the Dinh Bang 1 Primary School, Tu Son town, Bac Ninh province

### **67. Do Van That**

Current morphological and functional state of male students of People's Police College I at the time of admission

## **NEWS - EVENTS AND PEOPLE**

### **71. Vu Trong Loi**

Tourism associated with sports and yoga

### **75. Nhat Minh; Duong Thai Binh**

Vietnam National Qualifications Framework for Master and Doctor degrees

### **78. Truong Thi Hong Tuyen**

Strength training exercises with the ball

### **80. Rules of writing and posting.**