

SỰ QUAN TÂM CỦA BÁC HỒ VỀ THỂ DỤC THỂ THAO VÌ SỨC KHỎE THỂ HỆ TRẺ VIỆT NAM

Trương Quốc Uyên*

Sinh thời Bác Hồ tin tưởng rằng, tuổi trẻ là tương lai của nước nhà, do đó quan tâm tới sự phát triển toàn diện về đức, trí, thể, mỹ của tuổi trẻ là trách nhiệm của nhà trường và toàn xã hội, trong đó yếu tố sức khỏe theo Bác Hồ là quý giá nhất. Thể dục thể thao (TDTT) được Người xác định là phương tiện rèn luyện sức khỏe rất tốt đối với con người.

Bác Hồ trực tiếp điều hành, giảng dạy và hướng dẫn tuổi trẻ tập luyện TDTT

Theo các nhà nghiên cứu văn hóa và các nhà sử học nước ta: Nguyễn Tất Thành (tên của Bác Hồ thời thanh niên) vào năm học 1910 - 1911 dạy học tại Trường Dục Thanh ở thị xã Phan Thiết, tỉnh Bình Thuận. Thầy Thành được lãnh đạo nhà trường phân công dạy các môn Sử, Việt Văn cho một số lớp trên của cấp học và môn Thể dục cho tất cả các lớp học đồng thời phụ trách hoạt động ngoại khóa của học sinh toàn trường. Ngoài ra thầy Thành còn được lãnh đạo nhà trường phân công điều hành các hoạt động TDTT của giáo viên nhà trường (hầu hết ở độ tuổi thanh niên).

Trường Dục Thanh là trường tư thực duy nhất ở miền Trung Việt Nam lúc bấy giờ, đưa bài thể dục tay không vào chương trình giáo dục bắt buộc cho học sinh tất cả các lớp. Điều đó là thể hiện sự quan tâm của lãnh đạo nhà trường đối với sức khỏe của tuổi trẻ, tuy vậy, thầy Thành nhận thấy học sinh chỉ tập một bài thể dục tay không như vậy là chưa đủ, cần phải bổ sung thêm một số hình thức tập luyện khác. Thầy Thành đã đề nghị và được sự đồng ý của lãnh đạo nhà trường, cho học sinh tập luyện thêm các nội dung của môn điền kinh như nhảy cao, nhảy xa, chạy nhanh và trò chơi giữa buổi tập trong hai tiết học cuối buổi chiều thứ 5 hàng tuần.

Giờ ngoại khóa của học sinh được xếp vào chiều thứ 7 hàng tuần. Nội dung của hoạt động ngoại khóa do thầy Thành xây dựng và được sự lãnh đạo nhà trường thông qua. Để bồi dưỡng

lòng yêu nước, tinh thần dân tộc, thầy Thành cùng với một số giáo viên nhà trường đảm trách việc tổ chức cho bốn lớp học với 100 học sinh, đi tham quan lần lượt các địa danh như Cồn Chà, động làng Thiềng, đình làng Đức Nghĩa, các di tích lịch sử và danh lam thắng cảnh. Chiều thứ 7 nào cũng vậy, sau hai giờ đi tham quan, thầy Nguyễn Tất Thành cùng các giáo viên đưa học sinh ra bãi biển Thương Chánh rộng thênh thang, không khí trong lành để tiến hành các hoạt động ngoại khóa khác. Nhằm giúp học sinh có kiến thức về môn sử phong phú hơn, thầy Thành kể cho các em nghe về những vị anh hùng của dân tộc trong các thời kỳ dựng nước và giữ nước. Sau đó là sinh hoạt văn nghệ sôi nổi của học sinh. Thầy Thành thường đọc cho học sinh nghe những bài ca đậm đà bản sắc dân tộc, trong đó có bài phản ánh những nét độc đáo về văn hóa nói chung, nói riêng về văn hóa thể chất truyền thống của xứ Nghệ:

“Quê tôi mở hội vui thay

Thi văn thi võ lại bày cờ tiên

Sân đình nhạc múa nổi lên

Dưới sông chèo hát giọng mềm như lau

Bắt dê, bắt vịt leo cầu

Lại đây anh kể trước sau mọi trò

Pháo cầu treo lừng trên bờ

Để cho quân tử bấy lò đốt chơi

Leo dây, múa rối cũng vui

Kể múa, người hát, thuyền bơi thi tài

Quê tôi thể đấy xin mời...”

Cuối cùng ngay sau giờ sinh hoạt văn nghệ thầy Thành dành một giờ đồng hồ hướng dẫn

*Nhà nghiên cứu, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh



Bên cạnh viên luôn chú ý tới việc rèn luyện sức khỏe bản thân, quan tâm tới việc rèn luyện TDTT cho người dân nói chung và cho thế hệ trẻ nói riêng, ngày 31/1/1946, Chủ tịch Hồ Chí Minh ký Sắc lệnh số 14, thành lập Nha Thể dục Trung ương thuộc Bộ Thanh niên, tiền thân của ngành TDTT ngày nay (Ảnh Bác Hồ tập võ tại rừng Thác Dắng, Tuyên Quang)

học sinh chạy dài sức, tức chạy bền trên bãi biển. Thầy Thành còn hướng dẫn học sinh một hình thức tập luyện truyền thống khác của xứ Nghệ, đó là bật nhảy bằng hai chân từ dưới hố cát lên bờ. Học sinh các lớp dưới và nữ sinh ít tuổi, sức yếu thì đào hố nông, học sinh các lớp trên, cao khỏe thì đào hố sâu. Tất cả học sinh đều cố gắng bật nhảy được từ dưới hố cát lên bờ. Hố cát ngày càng đào sâu hơn, học sinh ngày càng cố gắng bật nhảy mạnh hơn, có như vậy đôi chân của các em ngày càng chắc khỏe hơn.

Về các hoạt động TDTT của giáo viên Trường Dục Thanh do thầy Thành điều hành, hướng dẫn thường được tổ chức vào cuối mỗi buổi chiều hàng ngày với các hoạt động như: Tập các môn điền kinh, giao hữu bóng rổ. Hầu hết giáo viên ngoài giờ lên lớp và chuẩn bị bài giảng, họ đều tích cực rèn luyện sức khỏe và gây cảm hứng cho học sinh toàn Trường Dục Thanh noi theo tập luyện.

Theo các nhà nghiên cứu, trong những năm học từ thập niên 10 đến thập niên 30 của thế kỷ XX, rất hiếm có trường học, kể cả các trường Pháp - Việt ở nước ta tiến hành các hoạt động TDTT trong giáo viên và học sinh sôi nổi như Trường Dục Thanh. Đặc biệt Trường Dục Thanh là trường đầu tiên ở nước ta thực hiện TDTT ngoại khóa trong học sinh.

Thầy giáo Nguyễn Tất Thành luôn thực hiện tốt mọi nhiệm vụ được lãnh đạo nhà trường

phân công. Ngoài ra hàng ngày Thầy thức dậy từ rất sớm, khi mà sương mù vẫn còn bao phủ khắp thị xã Phan Thiết, nhìn chưa rõ mặt người để tập bài thể dục tay không và chạy dài sức hàng cây số trên các đường phố của thị xã. Khi đó, chẳng ai biết được thầy Thành đang chuẩn bị hành trang về sức khỏe để đi ra nước ngoài tìm đường cứu nước.

Lãnh đạo, giáo viên và học sinh Trường Dục Thanh có nhiều nhận xét, đánh giá tốt về thầy giáo Nguyễn Tất Thành. Trong đó có những nhận xét và đánh giá của lãnh đạo và giáo viên nhà trường như: “Thầy

Thành trẻ nhất trường, mới hai mươi một tuổi, về mấy tháng mà đã làm cho trường ta vui hẳn lên”, “môn Việt Văn, nhất là kiến thức về Sử ở Trường Dục Thanh không có ai hơn Nguyễn Tất Thành, dù cậu ấy ít tuổi nhất”, “Thầy Thành lên lớp học sinh môn thể dục, các em vui tươi, hăng hái tập luyện, hàng ngũ thẳng tắp, động tác chính xác, nhìn thật đẹp mắt” và “không những thể dục, thể thao mà cả ngoại khóa cậu ấy cũng rất coi trọng”. Còn học sinh thì ca ngợi: “Thầy Thành dạy như có lửa”.

Hoạt động cách mạng ở nước ngoài, Bác Hồ cũng rất quan tâm tới rèn luyện sức khỏe đối với tuổi trẻ trong các lớp bồi dưỡng thanh niên Việt Nam làm cách mạng. Những năm 1928, 1929 ở Thái Lan, Bác Hồ đã tổ chức được 10 lớp bồi dưỡng cho 300 thanh niên Việt Nam làm cách mạng.

Đầu năm 1941, Bác Hồ từ nước ngoài trở về Tổ quốc trực tiếp lãnh đạo cách mạng Việt Nam. Tại núi rừng Cao Bằng, Bác đã tổ chức được một lớp bồi dưỡng cho hàng chục thanh niên các dân tộc thiểu số tham gia hoạt động cách mạng, nội quy tập thể dục hàng sáng cũng được Bác áp dụng như các lớp bồi dưỡng ở Hồng Kông và Thái Lan. Hầu hết học viên của lớp học này chưa từng tập thể dục bao giờ, cho nên Bác Hồ đã hướng dẫn cho họ tập luyện từ đầu chí cuối.

Như vậy, có thể thấy rằng sinh thời Bác Hồ đã từng trực tiếp điều hành, giảng dạy, hướng



Chủ tịch Hồ Chí Minh là tấm gương sáng trong việc nỗ lực giữ gìn sức khỏe bản thân - khỏe để xây dựng và bảo vệ tổ quốc (Ảnh: Bác Hồ đánh bóng chuyền tại Khâu Lấu, Tân Trào, Sơn Dương, Tuyên Quang năm 1949)

dẫn tuổi trẻ tập luyện TDTT. Điều này nói lên sự quan tâm sâu sắc của Người về TDTT vì sức khỏe của tuổi trẻ, vì tương lai của nước nhà.

Những quan điểm của Bác Hồ về TDTT vì sức khỏe thể hệ trẻ Việt Nam

Quan điểm của Bác Hồ về TDTT vì sức khỏe thể hệ trẻ trong trường học

Thời thanh niên, Khi Bác Hồ dạy học tại Trường Dục Thanh và lên lớp môn thể dục cho học sinh toàn trường, Người đã dạy bảo học sinh rằng: “Cái quý nhất của con người là sức khỏe, các em hãy cố gắng tập thể dục để gìn giữ và tăng cường cái quý giá ấy”. Quan điểm này của Bác Hồ nói lên sức khỏe của tuổi trẻ có giá trị không gì sánh bằng và tích cực tập thể dục để bảo trì cái quý giá đó.

Sau khi cách mạng tháng Tám năm 1945 thành công, chế độ mới ra đời, Bác Hồ đã chủ trương đưa TDTT vào trường học ở nước ta. Với cương vị Chủ tịch Chính phủ Liên hiệp lâm thời nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa, Bác Hồ đã giao nhiệm vụ cho Nha Thể dục Trung ương: “Liên lạc mật thiết với Bộ Y tế và Bộ Quốc gia Giáo dục để nghiên cứu phương pháp và thực hành thể dục trong toàn quốc”. Nhiệm vụ này từng bước được thực hiện có kết quả, TDTT trường học được tiến hành bắt đầu từ năm học đầu tiên của chế độ mới.

Trong thư gửi học sinh nhân ngày khai trường năm học 1945 - 1946, Bác Hồ viết: Ngày nay các em được cái may mắn hơn cha anh là

được hấp thụ một nền giáo dục đào tạo các em nên những người công dân hữu ích cho nước Việt Nam, một nền giáo dục làm phát triển hoàn toàn những năng lực sẵn có của các em”. Theo Bác Hồ, để đào tạo thế hệ trẻ trở thành những lớp người vì nước vì dân phải có một nền giáo dục làm phát triển toàn diện những phẩm chất tồn tại dưới dạng tiềm năng, bao hàm thể chất, trí tuệ, tinh thần của tuổi trẻ.

Quan điểm về “một nền giáo dục làm phát triển hoàn toàn những năng lực sẵn có của các em” được Bác Hồ cụ thể hóa

bằng quan điểm sau đây:

“Việc giáo dục gồm có:

- Thể dục: Để làm cho thân thể mạnh khỏe, đồng thời cần giữ vệ sinh riêng và vệ sinh chung

- Trí dục: Ôn lại những điều đã học, học thêm những tri thức mới

- Mỹ dục: Để phân biệt cái gì là đẹp, cái gì là không đẹp

- Đức dục: Là yêu Tổ quốc, yêu nhân dân, yêu lao động, yêu khoa học, yêu trọng của công”.

Bác Hồ đề cập thể dục với giữ vệ sinh trước hết là nhằm nhấn mạnh tới sự quan tâm yếu tố sức khỏe của học sinh, sinh viên để các em học tập và rèn luyện tốt những mặt khác như đức dục, trí dục, mỹ dục. Người từng chỉ rõ: “*Muốn học tập tốt thì cần có sức khỏe*” và “*Việc gì cũng cần có sức khỏe mới thành công*”. Đối với trường quân đội, Bác Hồ cũng dạy bảo học viên tích cực rèn luyện sức khỏe lên trước hết.

“Các cháu hãy ra sức thi đua:

Luyện tập thân thể cho mạnh mẽ

Nghiên cứu kỹ thuật cho thông thạo

Trau dồi tinh thần cho vững chắc

Hun đúc đạo đức của người quân nhân cách mạng cho vững vàng”.

Cuối tháng 4 năm 1955, sau gần một năm cuộc kháng chiến chống thực dân Pháp của nhân dân ta giành được thắng lợi, hòa bình được lập lại ở miền Bắc Việt Nam, Bác Hồ đã tiến cử một đoàn Thanh niên và Giáo dục sang các nước Đông Âu tìm hiểu việc tổ chức Ngành TDTT và hoạt động

TDTT trong trường học để về nước vận dụng thực hiện. Chủ trương này của Bác được thực thi từ tháng 5 năm 1955. Về TDTT trường học, năm học 1955 - 1956 bắt đầu được khôi phục và phát triển cả nội khóa và ngoại khóa.

Những quan điểm và chủ trương của Bác Hồ như trên đây về giáo dục toàn diện thể hệ trẻ học sinh, sinh viên, trong đó có thể dục đều thuộc chương trình nội khóa, nghĩa là thể dục là một môn học (Giáo dục thể chất) bắt buộc. Về TDTT ngoại khóa trong trường học, Bác Hồ cũng đã đề cập cần được thực hiện trong học sinh, sinh viên vì không chỉ tăng cường sự rèn luyện sức khỏe mà còn có ý nghĩa về giáo dục nhân cách cho các em. Người chỉ rõ rằng: *“Các cháu cần phải chuyên tâm học tập nhưng cũng cần có vui chơi. Trong vui chơi cũng có giáo dục. Cần có những thứ vui chơi văn hóa, Thể dục có tính tập thể và quần chúng”*. Như vậy TDTT ngoại khóa trong trường học phải lựa chọn những hình thức tập luyện, vui chơi tập thể, đồng đội.

Quan điểm của Bác Hồ về TDTT vì sức khỏe thể hệ trẻ trong các hoạt động xây dựng và bảo vệ Tổ quốc

Đối với thể hệ trẻ trong các hoạt động xây dựng và bảo vệ đất nước ở độ tuổi thanh niên. Bác Hồ chỉ ra rằng: *“Thanh niên là một bộ phận quan trọng của dân tộc”*. Và *“Thanh niên là người chủ tương lai của nước nhà. Thật vậy nước nhà thịnh hay suy, yếu hay mạnh, một phần lớn là do các thanh niên”*. Cho nên Người khuyên bảo: *“Thanh niên phải rèn luyện thể dục, thể thao vì thanh niên là tương lai của đất nước”*. Sức khỏe là một nguồn lực tạo nên sức mạnh tổng thể của thanh niên trong công cuộc xây dựng và bảo vệ Tổ quốc với sự nghiệp dân giàu, nước mạnh.

Lực lượng thanh niên đa phần đã có trình độ nhất định về khoa học, công nghệ, có chuyên môn nghiệp vụ vững, tay nghề giỏi, đầy nhiệt huyết, sung sức, năng động. Họ đã được đào tạo và tiếp tục học tập, trau dồi về mọi mặt, tích cực rèn luyện sức khỏe để phát huy hơn nữa mọi năng lực phụng sự Tổ quốc, nhân dân. Bác Hồ dạy: *“Thanh niên phải giữ vững đạo đức cách mạng. Phải xung phong trong mọi công tác. Phải học tập chính trị, văn hóa, nghề nghiệp để tiến bộ mãi. Phải rèn luyện thân thể cho khỏe*

mạnh. Khỏe mạnh thì mới đủ sức tham gia một cách dẻo dai, bền bỉ những công việc ích nước lợi dân”. Trong quân đội, Bác Hồ rất quan tâm tới sức khỏe của cán bộ, chiến sĩ, lực lượng này đông đảo nhất là độ tuổi thanh niên. Người chủ trương: *“Đẩy mạnh phong trào thể dục, thể thao trong quân đội, làm cho quân đội chúng ta có thể chất khỏe, tinh thần khỏe để làm tròn mọi nhiệm vụ”*. Thanh niên vừa là nguồn nhân lực chủ yếu trong công cuộc xây dựng và bảo vệ đất nước, vừa là lực lượng đông đảo nhất hoạt động trong phong trào TDTT quần chúng và TDTT lực lượng vũ trang. Đồng thời thanh niên có sự ảnh hưởng quan trọng trong quá trình phát triển thể chất giống nòi, nâng cao tầm vóc và thể trạng con người Việt Nam. Thế hệ thanh niên trước khỏe mạnh sẽ sản sinh ra thế hệ thanh niên sau khỏe mạnh, Khang kiện, cao lớn hơn. Sự nối tiếp giữa các thế hệ thanh niên như vậy thì sự tăng tiến về thể chất, thể trạng tầm vóc con người Việt Nam, nòi giống Việt Nam là điều tất yếu. Bác Hồ đã từng chủ trương: *“Khuyến khích nền thể dục quốc dân làm cho nòi giống ngày càng thêm mạnh”*.

Sự quan tâm của Bác Hồ về TDTT vì sức khỏe thể hệ trẻ Việt Nam có ý nghĩa rất sâu xa. Đảng, Nhà nước và nhân dân ta càng coi trọng sức khỏe của thể hệ trẻ, càng phải quan tâm tới các hoạt động TDTT trong thanh niên, thiếu nhi. Sự phát triển của dân tộc ta phụ thuộc vào thể hệ trẻ Việt Nam trong hiện tại và tương lai.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hồ Chí Minh, *Toàn tập*, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội, 1996, tập 8.
2. Trương Quốc Uyên, *Tư tưởng Hồ Chí Minh về TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội 2005, tái bản 2009.
3. Trương Quốc Uyên, *Văn hóa thể chất Hồ Chí Minh*, Nxb TDTT, Hà Nội 2012.