

學校體育工作學習資料

多
少
二·三·

中華全國體育總會廣州市分會編

一九五三年一月

編者的話

爲了使學校體育運動進一步普及和經常化，我們特從新體育雜誌中選輯這些文章，提供一九五三年中、小學體育教師寒假進修，和中學生體育幹部寒假學習會作爲學習資料。

榮高棠同志的「發展體育運動，增強人民體質」、夏翔同志的「運動對生理的影響」兩文，說明了體育運動的目的性，並科學的分析了體育運動的價值；「向體育工作中的資產階級思想作堅決鬥爭」、「論體育課教學過程中的教養工作」，幫助我們明確進行體育教育工作時應當批判些什麼，樹立些什麼；「體育課『四段分組輪換教學法』」可以作爲體育教師進行體育課教學的參考；「怎樣使學校同學每天運動堅持下去」、「北京市第四中學試行『準備勞動與衛國』制度」、「北京大學醫學院怎樣進行體育運動的宣傳工作」、「青年團組織與基層體育組織」四文，是一些開展學校體育運動的經驗介紹，可供參考。

一九五三年一月廿五日

目錄

發展體育運動，增強人民體質·····	榮高棠（一）
運動對於生理的影響·····	夏翔（六）
向體育工作中的資產階級思想作堅決鬥爭·····	「新體育」社論（十）
論體育課教學過程中的教養工作·····	柯龍諾甫斯基（十四）
體育課「四段分組輪換教學法」·····	費立特
怎樣使學校同學每天運動堅持下去·····	顧銘鈞（廿二）
北京市第四中學試行「準備勞動與衛國」制度·····	楊正彥（廿七）
北京大學醫學院怎樣進行體育運動的宣傳工作·····	顧銘鈞（廿二）
青年團組織與基層體育組織·····	學生會軍事體育部（卅八）
	烏·荷姆斯柯夫（四二）

發展體育運動，增強人民體質

榮高棠

中華人民共和國成立已經三年了。三年來，中國人民在毛主席和共產黨的英明領導下，進行了大規模的社會改革，取得了國家財政經濟情況的根本好轉，全國人民的政治覺悟普遍提高，生活日益改善。伴隨着國家這些驚人的轉變與進步，體育運動已開始在廣大的工農兵羣衆中得到良好的發展。事實證明體育運動的發展，對增進人民的健康，提高生產和工作效率，活躍日常生活等方面發揮了巨大作用。

但是，應當說我國體育運動的發展還遠遠落後於目前客觀形勢的需要。很多人現在對於體育運動的重要性還認識不夠，因而對體育工作的開展起了一定的影響。毫無疑問，這種情況必須迅速加以改變。體育是新民主主義教育的重要部分。它不僅可以增進人們的身體健康，也可以幫助培養人們的勇敢、堅毅、機敏、樂觀和集體主義的優良品質。

體育運動之所以能够增進人體健康，是因為體育運動是一種發揚人體勞動能力的科學。

人體本來存在着勞動能力，人體各部分都能够進行勞動或支持勞動的活動。但是由於社會的分工，各種勞動者的身體所經常活動的部分往往是固定的，如智力勞動者的體力勞動少，而體力勞動者的身體各部分的活動也是不平衡的。因此，那些活動少的器官便逐漸萎縮，從而影響整個人體的活動能力。過去的老拳師有一句話：「人體血脈似長江，一處不到一處傷」，正是這個道理。而克服人們在勞動中所造成的各種器官發展不平衡的缺陷，體育運動起着決定性的作用。蘇聯伊凡諾夫在「醫療體育」一書中說：「運動是人體底生活必須品，不論由於什麼緣故而停止或限制了運動，都能促使人體以及其中的各個器官開始萎縮。有許多人，由於他們工作上的特殊性，度着極少活動的生活，如果再不從事體育活動，這種人底身體就要趨於慢性的死亡了。」生物學的真理告訴我們，人體的各部分器官只有經常進行有規

律的活動才能健全的發展。

體育運動是鍛鍊身體的一個無可替代的手段，人們如果經常地進行體育鍛鍊，就可以促使肌肉發達、血液循環加速、呼吸等器官機能增強，從而防止疾病，增進身心健康。北京市一九五一年十月開始在各大、中學推行了「冬季體育鍛鍊標準」，百分九十的學生都參加了，兩三個月之後，學生中頭痛、失眠、作惡夢、精神不振等現象就大為減少；天津棉紡四廠女工、青年團員隋寶蘭，以前常因病休工，自一九五一年經常練虎伏、跳箱、籃球等運動後，至今沒有請過病假，並創造了裝棧工作法，在全廠推廣。

體育運動不僅只是消極地防止疾病，而且可以增強人的體力、耐力，迅速和靈敏性。體力與耐久力的增強，為人們進行勞動創造了有利的條件。中國鐵路「滿載、超軸、五百公里作業法」的首創者之一的勞動模範鄭錫坤，是一個藍球隊的副隊長，並且經常練習跳高、跳遠、單槓、雙槓、體操、跑步、排球、低欄等項運動，體育鍛鍊使他有了一副強健的身體，能担负極勞累的工作。有一次，一連跑車四十餘小時，有些同志累倒了，他仍然精神百倍的堅持工作，迅速與靈敏性的鍛鍊，則可使人們的動作變得準確、機敏而有把握，並可使大腦和神經系統得到鍛鍊從而增加工作能力。這樣對於人們學習和掌握操作複雜機器的勞動就有極大幫助，著名的蘇聯科學家克列斯托夫尼科夫教授證明體育活動也是神經活動的體操。大腦神經系統得到了鍛鍊，工作能力強了，反映就快，因此即可正確迅速地指揮四肢和其他器官動作。體育鍛鍊還可幫助人們增強思考和記憶的能力，南京市第一中學一九五一年下學期試行了「準備勞動與保衛祖國」制，學生普遍反映精神飽滿，提高了學習效率，學期終了評選的七個成績最好的學生都是優秀的運動員。

有人懷疑為什麼舊社會有些運動員是「身體健康，頭腦簡單」呢？我們說，體育運動可以鍛鍊人們有一副堅強的體魄，但身體健康，只是給勞動創造了有利條件，如果鍛鍊一副好身體而不去進行任何勞動，就不可能得到豐富的知識。舊社會教育他們為運動而運動，只是為了奪錦標，出風頭，舊社會對於運動員沒有也不可能有任何正確的思想教育，所以有些運動員雖有體力與腦力的勞動能力，但不去在勞動中

發揮與運用它，自然這些人就會變爲頭腦簡單的人。這不是運動的結果，而是教育的錯誤。

也有人說，運動會把身體搞壞。我們說，體育運動永遠是對人體健康有益的。問題在於是否根據科學的原則與方法去進行鍛鍊。如果按照各人身體發育、健康、年齡、性別和運動技術的實際情況以及科學的鍛鍊方法，進行正確適當的運動，勢必獲得良好的效果；相反，有人不顧一切科學的原則和方法，採取蠻幹式的方法去鍛鍊，就會產生運動過度，體力不支等有害健康的現象。這不是運動的結果而是盲目鍛鍊的錯誤。

還有人說，一天勞動太疲勞了，不能運動。應當說疲勞是需要通過休息來消除的，而運動又是最好的休息方法之一。蘇聯生物學家巴甫洛夫認爲沒有靜止的休息。他認爲從事體操和各種運動的活動性的休息，乃是最好的休息方法，是對創造性勞動供給新力量的不竭源泉。巴甫洛夫和他的先驅者謝琴諾夫，科學的證明了甚至在大疲勞後，進行輕微運動，也還是恢復體力的最好方法。謝琴諾夫作了一個有名的光輝的實驗，證明用全身靜止的休息方法恢復一隻完全疲勞的右手，不如在休息期間用左手舉重，使疲勞消除得更爲迅速有效。

體育運動還可以幫助培養人們的優良品質。

運動項目中，很多是集體的活動，比如打籃球、踢足球，一個好的球隊除了體力、技術、速度等項鍛鍊外，最需要的是團結合作。一個好球隊像一個好的合唱隊一樣，必須是和諧的。個人突出不但不能取勝，常易招致失敗。好的球隊是深知協同動作與集體力量的重要性的。而且在每項運動的鍛鍊和比賽中，運動員是習慣於服從指導員的指導和裁判員的裁判的。因此，體育運動鍛鍊了人們的組織性與紀律性。

體育鍛鍊還培養人的勇敢、堅毅、不怕困難和戰勝困難的精神。在運動比賽中堅持最後勝利，在經常鍛鍊中堅持每日刻苦的練習，沒有這種精神是不行的。所以加里寧說：「在人民中廣泛發展體育和運動是特別有益的。因爲這可以使人們紀律化，增強人們的體質，可以激發自動精神和主動性，教會人們

去協同動作。一言以蔽之，若要培養出健康、強壯、機智、勇敢、既善於克服困難，又卓有信心正視前面的人，則體育和運動乃是很重要的因素。」

新民主主義教育，正是要在我們的國家裏培養出千千萬萬的德才兼備、智勇雙全、體魄堅強的人材，使他們為祖國的優秀兒女。強健的身體是完成國家建設任務和創造自己幸福生活的重要條件與物質基礎。而體育運動則是健康與力量的源泉。因此，毛主席在今年六月給中華全國體育總會成立大會上的題辭寫道：「發展體育運動，增強人民體質。」毛主席的指示，明確地告訴我們，在國家即將進入更偉大的國防建設和大規模的經濟建設時，廣大人民要有高度愛國的勞動熱情，豐富的科學文化知識與技術，也要具有強健的體魄來勝任愉快地担负祖國的各種的光榮任務。

根據毛主席的指示，青年團三中全会提出要「積極倡導體育活動」。青年團員應該首先成為體育運動的積極參加者，宣傳者與組織，並且要協助政府把體育運動在工廠、部隊、學校、機關普遍開展起來，然後逐漸地推向廣大農村，發動廣大羣衆積極參加體育鍛鍊，增強人民體質，為祖國的建設事業貢獻無窮的力量。

運動對於生理的影響

夏 翔

自新中國誕生以來，一切人民建設事業，都正在有計劃的穩步前進，而這種艱鉅的建國工作，必須全國人民在共同目標下積極發揮各人最大能力，盡心盡力，去做好各人的工作。這樣，建國計劃，才能具體實現出來。但是我們要作好工作，勝任建國艱巨的任務，一定要有健康的身體，因此我們鍛鍊身體，便成爲一件極重要的事。

什麼是健康的身體呢？概括的說起來，就是一個人的身體，是正常發展的，沒有疾病，同時還須有充沛的精力、耐久力、神經肌肉的合作力、各部器官的協調力，以及基本的技能，良好的精神和堅強的意志，能發揮他的最大工作效率。

欲使身體達到健康的地步，條件固多，而運動實爲其中極重要的一條，運動對於身體生理的影響，有下面幾點：

一、運動對於肌肉的影響

1. 肌肉發達：這是因爲常運動的肌肉，其肌組織中可通透的毛細血管增多，血液循環充進，肌肉得到充分的養料，肌纖維因此變粗，以致肌肉變大，但並非肌纖維數目增多。

2. 肌肉堅實：這是因爲肌組織內的固體物質增多，水分及脂肪相對的減少，加上結締組織的繁殖所致。

3. 肌肉的收縮力增強：這是因爲神經與肌肉的合作力增高，能在同一時間，使運動肌肉的多數肌纖維，同時收縮。再加交互神經支配的協調，使運動所用的肌肉收縮，同時使運動的對抗肌放鬆，例如臂

上的二頭肌收縮，則三頭肌同時放鬆等。

4. 肌肉的持久力增加：這是因為各肌肉的合作增進，可以節省力量。又因肌組織中，藏有較多的燃料，如動物澱粉，磷酸等，還藏有較多的緩衝物質，如重碳酸鈉、鹼性磷酸、血漿蛋白、及血紅素等，加以氧氣供給充分，血液循環充進，因此肌肉所產生的乳酸，及二氧化碳等，又易於氧化或排除。

5. 氧債負擔量增大：所謂氧債，即在運動時，身體所需的氧氣超過所吸進的氧氣因此身體就欠了氧債，這個氧債，是在運動停止後來償還的。所以一個人的身體，如能負擔較多的氧債，他的工作能力，就可增加了，例如常跑百米的人，往往在跑的時候，只呼吸一二次，甚而有的人，跑畢全程，而無需呼吸，又如長距離賽跑的人，他的速度，常須依賴他的氧債負擔量，及他所能吸進的氧氣來決定，至於氧債負擔量增加的原因，是肌肉的緩衝能力增加，及呼吸、循環機能增進。

6. 肌肉疲勞恢復較快：這是因為運動時，所負的氧債較少，氧吸收充分，乳酸入到血液，及肌組織的較少。又以血流迅速，疲勞數如乳酸等，易以消除。

二、運動對於呼吸機能的影响

1. 肺活量增加：原因是肋骨易於提高，膈肌收縮力增強，擴大了胸腔。加以肺胞的彈力增加，及肺胞的面積增大。

2. 呼吸率減少：這是因為呼吸、循環機能的協調，肺活量大，及血液中的緩衝物質增多，可使氫游子濃度較易保持正常，而不致過分刺激呼吸中樞。

3. 呼吸功能增進：常做劇烈運動的人，除呼吸率減少外，能停止呼吸的時間也較長，如在運動停止後，立即做一個停止呼吸的測驗，他停止呼吸的時間，能較不常做劇烈運動的人為長。而在運動停止後，能停止呼吸的久暫，對於運動成績的優劣很有關係，根據測驗，加游泳有較好成績的人，在游泳停止後，他的停止呼吸時間，較游泳成績差的人為長。這是因為肺活量大，在運動停止後，其肺活量減少

亦小，加以呼吸循環機能協調，所負的氧債亦較少。

三、運動對於循環機能的影响

1. 血液中的紅血球及血紅素增多：因此能增進氧氣的運輸，及二碳化碳的排除。至於紅血球增加的原因，一則由於常做劇烈運動的人，不免有氧缺的現象，因氧缺可以刺激紅骨髓，產生較多的紅血球。一則由於脾臟儲藏的紅血球，因運動而被擠入血液，再加運動時血液中的水分減少。

2. 血液中性反應較易維持：血液中性反應的維持，是很重要的，因為血液過酸，或過鹼，對於細胞的活動，都有妨害的。至於常運動者，易於維持血液中性反應的原因，一則由於血液中含有較多的緩衝物質，中和運動時肌肉所產生的酸性物質。二則由於呼吸、循環中樞的靈敏反應，使酸性物質易於排除。

3. 心臟長大：常做劇烈運動的人，他的心肌發達，心壁增厚，心臟增大，尤其是心臟長度增長。這是因為他在運動時的血壓增高，及血液循環增快，心臟工作緊張所致。

4. 心縮輸出血量增多：這是因為心臟增大，心肌發達，心肌的彈力、及收縮力增強。

5. 脈搏頻率減慢：常做劇烈運動的人，他的脈搏在平時較普通人為慢，在運動時，脈搏的增加亦較少，在運動後脈搏的恢復又較快，這是因為他的呼吸、循環機能的增進，氧氣吸收充分，心縮輸出血量增多，以及血液中的緩衝物質增多。

6. 血壓變化：血壓升高的快慢，及升高的程度，常因運動的性質而不同，例如拉重時，血壓上升極快，而且很高，但其恢復亦快，又如長距離賽跑時則血壓上升較慢，升高較少，而恢復亦較慢等。不過常做劇烈運動的人，在運動時，他的血壓升高較不常運動的人為慢，而升高的程度亦較少，這是因為呼吸，心臟內分泌，以及各部分的血管舒縮機能，均有迅速的調整能力。

7. 心臟的儲備力增高：所謂心臟儲備力增高，就是常做劇烈運動的人，他的心臟能够担負增加工作的能力，較不常運動的人為大，所以常做劇烈運動的人，能做較久的劇烈運動，而不覺得不舒服，這是

因為心臟的功能增高，以及其他各部分機能的協調。

四、運動對於生理其他部分的影響

1. 腎上腺皮部的血管分佈增多：因此有可能參加皮素的分泌，而延緩肌肉疲勞的發生，因皮素能促進動物澱粉的新生，並增加血糖及肝內動物澱粉的分量。

2. 骨質密度增加：這可由於運動的刺激，及身體常晒日光，維他命丁充足，因而促進鈣的吸收，及維持血漿鈣和磷的正常比例，加以肌肉對於骨骼的張力，及壓力的增加。

3. 體溫調節靈敏：這是因為神經中樞的反應，皮膚血管的舒縮，毛孔的放大縮小，以及汗腺的分泌多少，均有迅速的調節能力。

4. 消化力及吸收力增強：這是因為消化液分泌增多，新陳代謝旺盛，血流通暢，所以吸收增快。又因腸內絨毛的運動增加，腸內乳糜質，得藉滲透作用，而加速進入乳糜管。

5. 免除便秘：這是因為腸部蠕動增加，及腹肌緊張，腹內壓增高。

6. 促進熟睡：這是因為神經及肌肉，因常運動的緣故，而易放鬆。

7. 增進動作的敏捷準確：這是因為感官敏銳，和神經、肌肉的合作力增強。

8. 調劑精神苦悶：這是因為體育運動，一面促進身體各部分的生理功能，而一面在運動時胸膈開擴，奔跑自如，有很多的樂趣。

結 論

運動對於生理的功能，已如上述，所以我們每人均應有參加體育運動的機會，無論男女老幼，均須有適當的領導和組織，按年齡、性別、職業、個人身體發育狀況，以及運動習慣等，分別參加各種的體育運動，使身體達到健康的水準，能够勝任我們新民主主義的偉大建設事業。

向體育工作中的資產階級思想作堅決鬥爭

大張旗鼓，雷厲風行的反貪污、反浪費、反官僚主義的鬥爭已經在全國範圍內展開。我們體育工作者不僅應當毫無例外地和人民一道積極參加這個鬥爭，來肅清體育界的貪污、浪費和官僚主義，而且還應向體育工作中的資產階級思想作一次認真的清算。

過去，中國的體育基本上是資產階級的體育，是從資本主義國家特別是美國輸入進來的。體育是美帝國主義的一種文化侵略，體育為反動統治者、少數人服務，供少數人玩賞，新中國誕生後，在共產黨和人民政府領導下，在馬列主義毛澤東思想的指導下，體育與新民主主義的建設和勞動人民的利益相結合，成為國家建設事業的一部份。正如馮文彬同志在中華全國體育總會籌備會議上所指出的：「我們的口號是：為人民的健康、新民主主義的建設和人民的國防而發展體育。」中國體育運動的面貌因而煥然一新，在很短時期內得到了極大的發展。但是，還有很多體育工作者的工作仍舊承襲和沿用着從舊中國帶來的一套，原封未動，不肯放棄。他們把「體育為人民的健康、國防和生產建設服務」當作一句空洞的口號，與實際工作毫無聯系。他們對於體育工作不能進行大膽的改革，而創造和建立新的體育工作的內容和方法。資產階級體育仍然保留着深厚的影響。很多體育工作者的思想沒有經過徹底的改造。因此體育工作中存在的資產階級思想是極其嚴重的，不僅表現在體育方針的貫徹上，以及工作態度、方法和作風上，也表現在對體育原理、技術的認識和實踐上，使人民體育事業的發展受到很大的阻礙。

體育工作中資產階級思想的表現是多方面的，我們只就下面這幾方面來談：

首先，體育工作中資產階級思想表現在忽視體育運動的羣衆化。體育為人民的健康、祖國的國防和生產建設服務主要是通過體育的羣衆化來達到的。因為只有廣大的人民參加了而且是經常不懈地參加了體育運動，才是真正得到體育鍛鍊的收穫，增進健康，在國防和生產建設中產生巨大的力量。如果我們

的體育運動還是少數人偶而的活動，那麼，體育爲人民健康、國防和生產建設服務就成爲一句空談。體育工作必須是一種經常的羣衆工作，這乃是與資產階級體育根本區別的標誌。可是現在有些人卻仍然醉心於訓練少數球隊和選手。有些地方習慣單純舉行熱熱鬧鬧但「曇花一現」的運動會滿足於運動會的人多，有幾個工農運動員。他們對於各基層單位廣大羣衆經常的體育運動的發展和鞏固很少注意，從來不肯深入地想辦法去發動、組織和指導羣衆。也有些人對提倡籃球、田徑等近代化的體育形式不遺餘力，但卻不願發展廣大羣衆所熟悉而易於接受與推廣的多樣化的民間體育形式，甚至加以輕視。這種體育脫離羣衆的現象難道是可以容忍而任其繼續發展下去嗎！

體育工作中的資產階級思想也表現在忽視政治思想教育。體育是在人民中進行共產主義教育的重要手段，培養人民和青年成爲身心俱健的祖國保衛者和建設者。體育不僅鍛鍊人民堅強的體格和體力，而且培養人民革命的意志和性格。廣大羣衆和運動員參加體育運動鍛鍊身體，提高運動技術必須建築在高度的政治思想覺悟基礎上。離開了政治思想教育更不可能培養任何革命的意志和性格。政治思想教育不但不是體育工作中額外的附加的東西，而是貫穿在體育工作中不可缺少的內容。但是，相反的，有很多人在體育教學和運動員的訓練中，只是庸俗地單純教技術。或者形式地去尋求如何「結合政治」，缺乏從體育運動的目的和運動的道德作風出發，聯系羣衆和運動員的思想進行具體而深刻的愛國主義集體主義教育。有的甚至用個人主義的奪錦標、出風頭等引誘羣衆和運動員。很多羣衆不能把體育運動與人民革命和國家建設相聯系起來，不能深刻地認識經常參加體育運動是愛國主義的具體表現，而把體育運動仍看作是可有可無的消遣，不願參加或參加了不能堅持。很多單純從興趣出發的運動員則沉溺於運動之中，荒廢學習和生產。很多運動選手追求過高的物質享受和個人名譽，技術不求進步，並發生嚴重的違反運動紀律、傷害別人的惡劣行爲。這些，不都是體育中放棄了政治思想教育的惡果嗎？

體育工作中的資產階級思想也表現在好求表面、鋪張浪費、不從實際出發。有些地方的運動會不考慮怎樣節省和愛護國家財產，不注意工作的實質效果，開必大肆鋪張，講「排場」、廣徵錦旗，大吃大

喝、印紀念冊、紀念章。好像不這樣表現不出運動會的成就。廣州去年六月「體育號」飛機捐獻義賽，支出竟佔收入的五分之三。很多學校的體育經費用得當，大半都給運動員買了漂亮的運動服裝。很多運動員在技術上注重外表，要弄花巧，華而不實的作風絲毫沒有改掉。很多人不顧國家目前的經濟情況，要求「體育正規化」，認為「沒有完善的運動場體育館就不能搞體育」，他們的這種願望不能達到時，則埋怨領導上不重視而消極等待。不了解不化錢少化錢同樣可以作好體育工作。不肯因陋就簡，因地制宜在現有條件下發揮主動性創造性，用革命的辦法作艱苦的努力來積極克服困難。

體育工作中的資產階級思想還表現在體育教學工作的粗製濫造，不負責任。有些學校的體育課無目標無計劃，體育教學的效果沒有任何具體表現。少數學校上體育課簡直就變成毫無意義的遊戲。有些人不教學生進行全面的體育鍛鍊，只是教自己所擅長的一項或幾項運動。有些人不注意生理衛生知識的教育，不了解學生健康情況，不作準備運動和整理運動，不注意危險動作時的保護工作，結果嚴重地損害了學生的健康。像天津市聖功女中因為體育教師不負責任，五個女生在體育鍛鍊中受重傷的事件，很多地方都會發生。體育教學是一種嚴肅、科學的教育工作，不負責任的現象必須堅決改正。

所有體育工作中的資產階級思想都必須批判和改革。否則，我們的體育事業就不能保證工人階級思想的領導，就不能作到真正為人民服務，而陷入脫離人民脫離政治的資產階級體育的泥淖，這是非常危險的。我們向體育工作中的資產階級思想作鬥爭一定要取得勝利。

肅清體育工作中的資產階級思想，體育教師的思想改造有很重要的意義。現在的體育教師們不僅從事着學校的體育教育工作，很多社會的體育工作也都是在他們的直接參加或影響下進行的。他們在舊社會受過長期的資產階級體育的薰染，雖然一般說來在解放後政治覺悟有一定的提高，積極要求進步，但是思想並沒有經過徹底的改造。很多體育教師從事體育工作的立場、觀點、方法還很少改變。他們不問政治，厭煩政治學習；盲目地崇拜美國體育；不肯學習體育運動的方針任務和先進的蘇聯體育的理論和經驗；他們有濃厚的「單純技術觀點」和「僱傭觀點」，錯誤地認為「體育就是技術」，「憑一身技術

到哪兒都能吃飯」，有些最近看到體育教師很缺乏，竟感覺「奇貨可居」，態度驕橫；他們互相輕視，鬧小宗派；少數則根本不好好工作。他們還沒有清醒地了解作爲一個新中國的人民體育教師是不能允許這樣的。人民的體育教師担负着光榮的重大任務和責任，要培養青年和兒童一代成爲壯健、勇敢、剛毅、機敏、朝氣蓬勃，有高度愛國主義集體主義精神的新的祖國優秀的兒女。人民的體育教師應是有先進的政治思想和豐富的學識修養的人，是對於馬列主義毛澤東思想、教育學、生物學都有深刻研究的人。體育教師們要使自己真正成爲人民的體育教師，首先必須進行思想改造，這是決定一切問題的關鍵。毛主席說：「思想改造，首先是各種知識分子的思想改造，是我國各方面徹底實現民主改革和逐步實行工業化的重要條件之一。」思想改造是全國人民當前的一個中心任務。體育教師們應當積極主動地參加思想改造運動，來切實改造自己的思想。要求能够用批評與自我批評的方法，聯系實際，肅清帝國主義、封建主義官僚資本主義的思想，批判資產階級小資產階級思想，樹立爲人民服務的革命人產觀。並在這個基礎上，進一步掌握體育運動新方針和原則，批判資產階級體育，在體育教學上作出明顯的改革。運動員選手們也應當進行對資產階級思想的批判，去掉舊習氣壞作風。深刻地認識參加運動比賽的目的和人民的運動員的任務，建立新的運動態度和作風。

各級的體育組織在檢查了貪污浪費、官僚主義之後，應當轉向批判體育工作中的資產階級思想，加強對於體育教師的思想改造工作。可與教育行政機關協商，組織學習文件、報告會，討論會等。

反對體育工作中的資產階級思想是今後相當長期的任務。目前我們展開這個鬥爭，雖然在理論上、組織上以及各方面都有困難，但是，在黨中央和毛主席的領導下，全國正處於猛烈打擊資產階級猖狂進攻的高潮，這是極爲有利的條件。只要我們緊緊掌握正確的體育運動方針，依靠羣衆，從實際出發，認真地展開批評與自我批評，就可以確保勝利。體育工作中資產階級思想的批判和肅清，體育教師思想的徹底改造，必然會加強體育事業更有計劃地迅速地在全國發展，更有效地爲祖國日益偉大和艱鉅的國防和經濟建設服務。

論體育課教學過程中的教養工作

柯龍諾甫斯基
費立特 著

編者按：這篇文章論述了蘇聯體育教師在體育教學過程中如何具體地貫徹共黨主義道德的教育，並着重指出在貫徹這些教育中體育教師所起的重要作用。這是很值得我國體育教師用心學習的。

教學的教養性

教學的教養性具有特別的意義。

兒童是在學校裏學習的（受到教學），他們一面在學習，一面在共產主義道德的精神裏受到教養。兒童的教養與教學相密切聯系着的：我們在教養着學生，同時也在對他們進行教學。

列寧說：『應當做到使教養、教育和教學現代青年的全部事業，都成為在青年中養成共產主義道德的事業。』註：列寧全集，俄文版，第三〇卷，四〇九——四一〇頁。

列寧和斯大林在關於青年底共產主義教育的論著中特別着重地強調：爭取建設共產主義的鬥爭是共產主義道德的基礎。

『鞏固和完成共產主義的鬥爭，是共產主義道德的基礎。這也就是共產主義教養、教育和教學的基礎。這也就是對於應該如何學習共產主義這一問題的回答了。』註：列寧全集，俄文版，第三〇卷，第四一三頁。

斯大林在一九二五年答覆共青真理報編輯室所提出的問題時說過：

『每一個共青團員積極份子都要把他在任何建設部門的日常工作與社會主義建設的遠景相聯系起來。他要能够在實現這一遠景的精神和方向裏進行自己的日常工作。』註：斯大林全集，俄文版，第七卷，第二一二頁。

因此，共產主義道德的本質就是積極地參加爭取實現共產主義的鬥爭。

共產主義的世界觀是共產主義道德的基礎。學校應當使學生在學校時期內養成共產主義的世界觀，作爲共產主義教育的一部份的體育，應當服從學校的這一責任重大的教養工作。

教師人格的重要性

關於教師的人格在教養事業中所起的作用，烏辛斯基已經寫得很明白了：

『毫無疑問地，學校裏的一般章則是很重要的，但是，最主要的却還是那面對着受教育者的直接教養者的人格：教養者的人格對於青年的精神上的影響，是一種絕不能用教科書、道德檢查或者任何獎懲制度來代替的教養力量。當然，學校的精神是很有意義的；但是，這一精神却不存在於房舍內，也不存在於紙面上，却存在於大多數教養者的性格，而且已經從這裏轉移到教育者的性格裏去了。』註：烏辛斯基教育論文集，一八五七年俄文版，第一三——一四頁。

體育教師是學校的教養工作的直接執行者。他與全校的教員一同担负着責任重大的兒童中進行共產主義道德教育的工作。體育教師工作任務，不僅是以體育活動來對學生們進行教學，却還要關心他們的健康。教師們同時還應在共產主義道德的精神裏培養兒童。祇有在教師們自己掌握了共產主義世界觀和必要的共產主義道德品格時，這一任務才可能順利地完成。

如果自己不是一個堅定而熱誠的愛國者，就不可能在兒童之中養成對於社會主義祖國的熱愛，不能養成蘇維埃愛國主義。如果不能在一切事情中以身作則，就決不能教會兒童在彼此之間、對於學習工作、對教師、對社會主義社會採取正當的態度。每一小時，教師身上都有成百隻明亮的兒童的眼睛在看