

金正日

实现体育大众化，迅速
发展体育技术

朝鲜·平壤

1989

全世界工人团结起来！

金 正 日

实现体育大众化，迅速
发展体育技术

1986年5月19日同体育工作者的谈话

朝鲜·外文出版社·平壤

1989

最近，我国人民对体育的关心越来越大，体育工作十分活跃，我认为这是很好的事情。

伟大领袖金日成同志很早就考虑到体育事业的重要性，提出了主体的人民性的体育方针，一向对发展体育事业予以深切的关注。

由于我们党正确的体育方针和体育工作者的积极努力，体育事业取得了巨大的成就。通过贯彻党的体育方针的斗争，在体育领域克服了事大主义和教条主义，切实树立了主体，体育的大众化，也有了很大的进展。同时，运动员队伍得到扩大和加强，体育部门的物质技术基础得到巩固和加强，体育技术得到提高，我们的运动员在国际比赛中获得了优异的成绩。特别是最近，我们的运动员参加国际比赛，在足球、乒乓球、国际摔跤等许多项目中获得了优良的成绩，为主体朝鲜增了光，显示了我国人民的气概。

解放后，我们从零开始把体育事业发展到今天这样的水平，我们可以为此而感到自豪，但是，我们没有任何理由可以自满。我们应当在已取得的成就的基础上迅速发展体育事业。

今天，借这个同体育工作者见面的机会，谈谈发展

体育事业方面的几个问题。

发展体育，对有效地推进革命斗争和建设事业，加强国家的威力，发扬民族的优势，具有十分重要的意义。

体育是使人们以强健的体力，去进行自主的、创造性的活动的重要工作。

一个人如果没有强健的体力，就不能成为具有创造性活动能力的有力存在。人的一切活动是以体力作保证的。不消说人的肉体活动，就是精神活动也只有有了强健体力的保证，才能圆满地进行。因此，强健的体力是全面发展的共产主义新人所应具备的基本标志之一。体育不仅增强人的体力，而且还培养人们坚强的意志和勇敢精神。

只有发展体育，把人们造就成为拥有强健的体力、顽强的意志和勇敢精神的有力存在，他们才能在革命斗争和建设事业中很好地起到主人的作用。如果人民没有具备强健的体力、坚强的意志和勇敢精神，就不可能有力地推进社会主义、共产主义建设，也不能牢牢地保卫祖国。要使人民为劳动和国防作好准备，就必须加强体育工作。

加强体育工作，增强人们的体力，是实现人民要健康长寿的愿望的重要途径。人要想健康长寿，不生病，就要多运动。体育可以说是保证人们健康长寿的最好补药。

归根到底，体育事业是实现祖国的繁荣昌盛，加强国防力量，保证人民健康和民族兴盛的事业。从这一意义上讲，体育可以说是决定国家和民族兴亡的重要工作。

为了给祖国争光，发展同世界各国的友好关系，也需要发展体育事业。

今天，国际上对体育的关心越来越大，在世界范围广泛进行着体育活动和体育交流。在这种情况下，我们的运动员多参加国际比赛而获得优秀成绩，升起了共和国的国旗，就能为祖国增光，向世界显示出民族的智慧。发展体育技术，广泛进行体育交流，还能为发展同世界各国的友好关系作出贡献。

体育工作者要认清党和革命所赋予的重大责任，为发展体育事业作出积极的努力。

首先要切实贯彻党的体育大众化和生活化的方针。

体育是为人民服务的工作。在资本主义社会，体育成为一种游乐消遣和赚钱的手段，但在我们的社会，体育是为增强人民的体力，实现人民群众的自主事业服务的。

要使体育成为真正为人民服务的工作，就要实现体育大众化和生活化，让全体人民都参加体育活动。只有使社会的所有成员都积极参加体育活动，才能使他们为劳动和国防作好准备，才能发展国家的体育技术。

为了实现体育大众化和生活化，就要加强学校的体

育工作。

今天我国实行着普遍的11年制义务教育,将近1/3的人口在上学念书。学生时代,身体正在成长发育,如果加强学校的体育工作,就能把正在成长的新一代都造就成为个子高、身体均衡发达的健壮的人,还能培养出很多优秀的后备运动员。加强学校的体育工作,给学生传授体育基础知识和一定的体育技术,那么,他们毕业后走上社会,就会为发展群众性体育作出贡献。

学校体育工作,主要的是要使学生个子长高,身体均衡发达,掌握体育基础知识和一种以上的体育技术。

学校要积极提倡那些作为锻炼学生的体魄、发展体育技术的基础的体育项目。田径运动和单杠、双杠等器械体操对促进青少年的成长发育有好处。学校要让学生多搞田径运动和器械体操,锻炼身体,促使个子长高。

足球、排球、篮球、乒乓球等球类运动,是最适合于青少年搞的运动。学生多搞球类运动,不仅使身体健壮,个子长高,而且还能培养组织性、纪律性、勇敢性、大胆性、刚毅性和敏捷性。学校要让学生多搞各种球类运动,使他们身心得到锻炼。

还要让学生多游泳。游泳是锻炼身体和意志的很好的运动。学校要利用我国三面环海,河川很多的自然地理条件,鼓励学生去游泳,使学生锻炼体魄,从小就善

于游泳，不怕大海和江河。

学校要多搞体育舞蹈。体育舞蹈能使女学生身体均衡发展，丰富情趣。平安北道朔州郡清水女高中等许多学校在发展体育舞蹈方面积累了很好的经验。教育部门要吸收这些好经验，使所有的学校都让女学生多参加体育舞蹈。

要让学生广泛参加团体操。团体操是体育技巧和思想、艺术性相结合的综合性的群众体育形式。多搞团体操，不仅有助于用集体主义精神教育学生，而且也有助于锻炼他们的体魄，提高他们的艺术技能。学生们多搞团体操，还能为教育劳动者，提高我国的国际威望作出很大的贡献。

学校还要选定一两种适合本校特点的体育项目，下力量发展这些体育项目。这样，就能使学生都掌握一种以上的体育技术，大量培养出从小就系统地受到体育教育和训练的有才能的后备运动员。党有关学校要发展一两种符合本校特点的体育项目的方针，已经在实践中充分发挥了其优越性。各学校要特别下力量发展一两种体育项目，使之传统化，以便在体育工作中继续发扬本校的特点。

在学校体育工作中，重要的是提高体育课的质量。只有这样，才能给学生打下独立进行体育活动的基础，养

成经常搞体育活动的习惯。教育部门要合理制定教学计划,按照教育学的要求上好体育课,以便给学生传授体育基础知识,培养他们的运动技能,促进他们的成长发育。

学校在提高体育课质量的同时,还要广泛开展课外体育活动。

课外体育活动,要适应学生的素质和兴趣。要合理地组织各种体育小组,经常开展活动,以便让所有学生都按照自己的素质和兴趣去参加。组织课外体育活动,还要符合季节条件和地区特点。在没有做到使每个学校都有很好的游泳池和滑冰场的情况下,最好是夏季游泳,冬季滑冰和滑雪,春秋两季多搞登山运动。

要加强学校体育工作,就要增强教师的责任感和作用。教师直接承担着培养学生成为智德体兼优的革命人才的工作。教师要认识到自己的重大责任,高质量地上好体育课,认真负责地组织和指导学生的课外活动。特别是体育教师、少年团辅导员和社劳青辅导员,更要掌握渊博的体育知识和高度的体育技术,很好地指导学生的体育活动。

开展争取模范体育学校称号运动,是加强学校体育工作的重要途径之一。学校要分期制定争取模范体育学校称号的奋斗目标,使所有教师和学生积极投入实现这一目标的工作。

为了实现体育大众化和生活化，除学校外，机关、企业和合作农场也要加强体育工作。

机关、企业要根据本单位的特点，规定体育活动时间，使所有职工都经常做早操、工间操、散步、跑步等各种运动。机关、企业和合作农场要利用节日或假日，根据本单位的实际情况，有计划地举行排球、乒乓球、国防体育等各种体育比赛和体育游戏。机关、企业和合作农场举行的体育活动，干部和所有劳动者都要参加。

家庭也要广泛开展锻炼身体的体育活动。

伟大领袖教导说，最近，大清早上街去，看到很多青年男女在跑步，这是一种很好的社会风气。我们要发扬平壤市民早起锻炼的风气，使全国的所有家庭都广泛开展体育活动。家庭要多开展早操、散步、跑步、冷水擦身等锻炼身体，增进健康的体育活动。

为了实现体育大众化和生活化，就要积极开展体育运动月活动和创模范体育郡运动。

我国很早以来就实行的人民体力测验制，是使广大青少年学生和劳动者积极参加体育活动，为劳动和国防作好准备的很好的途径之一。体育领导机关、教育部门和群众团体组织要具体地周密细致地搞好每年的人民体力测验月活动，使所有测验对象毫无例外地参加人民体力测验，并且要争取合格。还要安排好海洋体育运动月

活动和冬季体育运动月活动。

体育领导机关和群众团体要使所有的市、郡都制定好争取模范体育郡称号的远景目标，积极发动青少年学生和劳动者，切实实现这一目标。

在实现体育大众化和生活化方面，重要的是加强群众团体的作用。

在我国，所有社会成员都在过一定的组织生活。因此，只要群众团体狠抓体育工作，就能使所有的人都参加体育活动。

社会主义劳动青年同盟、职业同盟、农业劳动者同盟等群众团体要向盟员和劳动者宣传解释我们党的体育政策，广泛开展有关体育的宣传工作，使他们积极地参加群众体育活动。同时，要经常地举行体育运动大会和各个项目的比赛，积极开展体育小组活动。群众团体组织还要注意保障体育设施和体育器材，创造各种条件，以便青少年学生和劳动者能够经常参加体育活动。

其次，要迅速发展体育技术。

目前，在世界上的体育技术在迅速发展，各个体育项目的记录在不断刷新。我们要适应现代体育技术发展的趋势，发展我国的体育技术，尽快提高到世界水平。

发展体育技术，重要的是切实树立主体。

每个国家、每个民族都有自己固有的特点。各国人

民的体质不同，体育发展的历史和传统也不一样。因此，和其他工作一样，体育技术也应当根据本国的实际和本国人民的要求加以发展。只有这样，才能最大限度地发扬本民族的优势，把体育技术迅速提高到先进水平。

我们要完全根据我国的实际和我国人民的要求发展体育技术，吸收外国的先进体育技术也要以此为原则。要这样来使体育为我国人民和我国革命服务，完善我们朝鲜式的体育技术、战术体系和体育训练方法。

目前时期，我国体育技术发展的基本方向是，首先发展适合我国人民的体质和喜好的有把握的项目的技术，同时发展所有其他项目的技术，使之跟上去。

体育工作者要集中力量发展适合我国人民体质和喜好的有把握的体育项目的技术。

要下大力量发展田径运动。

田径是体育运动的基本项目，是发展所有其他体育项目的基础项目。在体育运动中，运动员很高的速度和持久的耐力，可以说是成功的根本保证。很高的速度和持久的耐力，正是通过田径运动培养出来的。正如在音乐中钢琴很重要一样，在体育中田径运动是很重要的。

在田径运动中需要特别下力量的项目是马拉松。

马拉松是体育的象征性项目，是奥运会的基本项目。

马拉松，在我国有悠久的传统。我们民族有忍耐力和毅

力，所以，发展了马拉松运动，就能夺取冠军。要积极鼓励并迅速发展马拉松，争取世界冠军。

在印度举行的第九届亚运会上，我国的马拉松选手起初跑在最前头，但在中途跌倒了，这是因为赛前没有调节好身体状况。在经常进行体育活动的情况下，运动员有时也会有身体状况不佳的时候，所以，在比赛中也可能出现这种情况。马拉松、足球赛等体力消耗大的比赛，特别重要的是很好地调节运动员的身体状况。

要发展足球、排球、乒乓球等球类项目的技术。

在体育比赛中，足球是最吸引人的项目。足球不但在我国，而且在世界范围也已大众化，是人们最关心的体育项目。足球技术高，就能在全世界赢得国家和民族的荣誉。

足球是我国有把握，有发展前途的体育项目。我国人民很早以来就喜欢足球，有一定的传统。现在，我国的足球技术水平不如南美洲和欧洲的一些国家，但同参加1966年在英国举行的第八届世界足球锦标赛时的水平相比，并没有下降。我国足球运动员战胜了夺魁呼声很高的意大利队，轰动了世界体坛，但同葡萄牙队比赛时，由于战术上的失误而输了。如果那时我国足球队搞好了战术，踢赢了葡萄牙队，就会更加轰动全世界。

如果第八届世界足球锦标赛之后，继续下大力量去

发展足球技术，那么，我国的足球就会乘胜前进，成为世界强队的。然而，体育工作者却没有这样做，所以足球技术没有多大进步。

今后，体育部门要下大力量发展足球技术，使我们的足球选手首先在亚洲夺冠，进而在世界上夺冠。

我国的排球技术也要尽快促上去。过去，我国女排在多次国际比赛中取得了优异的成绩。然而，近年来，没有积极努力发展排球技术，也没有很好地培养后备选手，因而女排水平比以前下降了。体育部门要想方设法尽快把女排水平提高到世界先进水平。

还要下大力量发展拳击、国际摔跤、举重等重竞技项目。

一定要发展国防体育。

每当我国选手在射击和拳击比赛中取胜的时候，伟大领袖最感到高兴。射击和拳击是显示我国人民的革命斗争精神和我们民族气概的体育项目。

最近，我国射击运动员的射击本领在迅速提高。去年在意大利举行的世界飞碟射击锦标赛上，鸭绿江国防体育队的飞碟射击选手获得了亚军，不久前举行的第三届亚洲飞碟射击锦标赛上，又获得了冠军。鸭绿江国防体育队的组建时间比4·25国防体育队要晚，可是飞碟射击术却领先了。我国是同美帝国主义者直接对峙着进行

斗争的，所以射击术应当在世界上占第一位。

我国射箭也应当在世界上夺得冠军。不久前在意大利举行的国际射箭比赛中，我国选手获得了冠军。射箭自古以来亚洲国家比欧洲国家强。如果今后给射箭选手充分保障必要的器材和条件，使他们提高射箭技术，我国射箭选手就能获得世界冠军。

还要发展跳伞技术、航空模型技术和无线电通信技术。

我国的艺术体操水平在世界上也是不错的。但是，要获得世界冠军，还差得远。艺术体操水平也要进一步提高。

体育部门对发展其他体育项目的技术也要予以关注。

我们要迅速发展体育技术，在所有体育运动项目中，首先获得亚洲冠军，进而获得世界冠军，把我国变成“体育的王国”。

为了发展体育技术，就必须提高运动员的技术水平。

运动员是发展国家的体育技术的直接承担者。国家的体育技术水平决定于运动员的技术水平。

要提高运动员的技术水平，就要加强训练。

体育比赛的成绩取决于运动员的身体条件、技术和战术。因此，体育训练要把重点放在锻炼运动员的身体，磨练他们的技术，完善战术体系上。体育部门要在这一原则下制定好训练纲领，并不折不扣地加以执行。

体育训练要按照我们朝鲜的方式科学地进行。

各国的实际情况互不相同,运动员的体质也不一样,所以体育训练方法不可能有固定的模式。体育部门不要囿于固定的模式,一定要根据我国运动员的特点,完善技术和训练方法,创造性地进行训练。

只有科学地进行体育训练,才能提高训练的效果,才能完善适合运动员的具体特点的技术动作和战术体系。体育部门要使所有训练程序科学化,利用现代化科学技术器材,科学地进行训练。

要加强运动员的训练强度。军人们在训练中多流汗,才能在战斗中少流血,同样,运动员也只有训练中多流汗,在比赛中才能取得优异成绩。获得世界冠军的选手,都是在训练中多流汗的。运动员要抱着为主体朝鲜增光的愿望和争取世界冠军的抱负,积极地顽强地进行训练。

体育训练的成绩,在很大程度上取决于教练的作用。教练要根据训练纲领,制定现实的科学的训练计划,熟知训练内容,在此基础上,指导训练,提出高要求。要做到这一步,教练就要不断地提高自己的体育科学理论水平和业务素养。

在体育训练中,在加强教练的作用的同时,要给运动员创造很好的训练条件,这是很重要的。要给运动员

很好地保障体育设施、器材和食宿条件，以免运动员的训练受影响。

要提高运动员的技术水平，就要让他们多参加比赛。

运动员既要多参加国内比赛，也要多参加国际比赛。这样，才能积累比赛经验，才能培养比赛胆力，才能了解世界体育技术发展的趋势。

体育部门要多举办“万景台奖”运动会、共和国冠军赛等各种国内比赛，还要在我国经常举办国际比赛。要多派运动员去参加外国举办的国际比赛，还要经常去进行远征比赛。要经常派田径等有把握的体育项目的运动员去进行远征比赛。特别是要多派足球队去进行远征比赛。

运动员要在比赛中切实贯彻思想战、斗志战、速度战和技术战的要求。

思想战、斗志战、速度战、技术战，是我们朝鲜式的体育比赛原则，是优越的体育比赛方法。选手的思想状况、斗志、敏捷性和技术水平决定比赛的成绩。以高度的思想觉悟、顽强的斗志、很高的速度、高超的技术和严密的战术进行比赛，就能在比赛中掌握主动权，压倒对方，取得胜利。

运动员要抱着无限忠于党和领袖的精神、为祖国增光的坚定决心，以顽强的斗志、耐力和最快的速度进行比赛，熟练地运用平时磨练的技术和战术。

要做好后备选手的培养工作。体育部门要科学地估计国家的体育发展前景和对选手的需要，有计划地做好后备选手的培养工作。体育部门要科学地规定各体育项目选手的选拔标准，以这个标准选拔选手。后备选手要尽可能选拔有智慧、个子高、年纪小的。选好了后备选手，就要定出很高的训练目标，有目的、有步骤地进行训练，把他们培养成为得力的选手。

为了发展体育技术，就要加强体育科学的研究工作。

体育也必须以科学为基础。体育运动只有符合科学原理，才能迅速发展体育技术。体育部门要消除拘泥于资历啦、已有成绩啦等墨守成规的现象，在科学基础上发展体育技术。

体育部门要根据我国的现实和现代体育科学发展趋势，制定正确的体育科学发展计划，加强体育科学的研究工作。

体育科学研究部门要在发展各种体育项目，特别是发展象征性体育项目即足球、马拉松等有把握、有发展前途项目的技术方面的科学问题上加强研究工作。要就根据我国运动员的体质实现比赛、训练和营养的科学化方面需要解决的科学技术问题下力量进行研究工作。同时还要就运动过程中产生的人体生理变化及其调节方法做好研究工作，从科学上保证选手的身体状况在比赛中保