

湖南科技大学学术著作出版基金资助

毛泽东

MAO ZE DONG
TI YU SI XIANG GAI LUN

I 体育思想概论

申伟华 尹华丁 彭光辉 田名高 著

“过力茶弱，武风不振，民族之体质，日趋轻细。此甚可忧之现象也。提倡之者，不得其本，久而无效。长是不改，弱且加甚。夫命中致远，外部之事，结果之事也。体力充实，内部之事，原因之事也。体不坚实，则见兵而畏之，何有于命中，何有于致远？坚实在于锻炼。锻炼在于自觉。”

——摘自1917年4月“二十八画生”（毛泽东）《体育之研究》



湖南人民出版社

湖南科技大学学术著作出版基金资助

毛泽东

MAO ZE DONG
TI YU SI XIANG GAI LUN

I 体育思想概论

申伟华 尹华丁 彭光辉 田名高 著

“过力茶弱，武风不振，民族之体质，日趋轻细。此甚可忧之现象也。提倡之者，不得其本，久而无效。长是不改，弱且加甚。夫命中致远，外部之事，结果之事也。体力充实，内部之事，原因之事也。体不坚实，则见兵而畏之，何有于命中，何有于致远？坚实在于锻炼。锻炼在于自觉。”

——摘自1917年4月“二十八画生”（毛泽东）《体育之研究》



湖南人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

毛泽东体育思想概论 / 申伟华, 尹华丁, 彭光辉,
田名高著. —长沙: 湖南人民出版社, 2009. 6
ISBN 978 - 7 - 5438 - 5744 - 5

I. 毛… II. ①申…②尹…③彭…④田… III. 毛泽东
思想 - 体育理论 - 概论 IV. A841. 67

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 086927 号

毛泽东体育思想概论

申伟华 尹华丁 彭光辉 田名高 著

出版人: 李建国

责任编辑: 郝静

装帧设计: 湛茜

出版、发行: 湖南人民出版社

网 址: <http://www.hnppp.com>

地 址: 长沙市营盘东路 3 号

邮 编: 410005

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 湖南贝特印务有限公司

印 次: 2009 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 7.5

字 数: 157000

书 号: ISBN 978 - 7 - 5438 - 5744 - 5

定 价: 16.00 元

营销电话: 0731 - 2226732

(如发现印装质量问题请与承印厂调换)

内容提要

目前国内对毛泽东体育思想的研究逐渐增加,研究的深度和广度也日益扩大,但大部分的研究成果仅对毛泽东体育思想的某个部分进行分析研究,对毛泽东体育思想的全貌并没有进行全面展开。本书在借鉴前人的研究基础上首次提出毛泽东体育思想的全貌,对毛泽东体育思想的发展阶段和核心内容进行阐述,涉及哲学、教育、军事、养生、竞技、外交等领域。希望通过本书的出版能够使毛泽东体育思想的研究展开一个更新更广阔的领域。

前言

毛泽东体育思想是毛泽东思想的重要组成部分，是毛泽东运用马克思主义辩证唯物观，对特定历史背景中体育的功能、作用及其他要素进行思考，在自身丰富的体育实践基础上形成的思想体系。

毛泽东体育思想内容博大精深，涉及哲学、教育、军事、养生、竞技、外交等领域，不仅是中国体育发展史上宝贵的精神财富，也是当代指导我国体育运动科学发展的重要理论基础，其深刻的思想内涵中蕴含着忧国忧民的赤子情怀、光彩照人的个性魅力、海纳百川的伟大胸襟、经世致用的湖湘精神，无不令人觉得高山仰止、深受感染；其全民体育普及思想对当代的体育政策和实施也有一定的现实意义。毛泽东体育思想的载体，除了他丰富多彩的体育实践之外，还体现在他兼收并蓄的哲学思辨、幽默风趣的言谈举止、大气睿智的文章诗词之中。他的体育思想处处闪烁着人性和智慧的光芒，给人启迪、催人奋进。因此，毛泽东体育思想是我们进行爱国主义教育和素质教育，提高人文素养的极好教材。

多年来，毛泽东的体育实践与思想一直是体育理论研究的重点领域，并且取得了很多优秀的研究成果。但是，现有的研

究大多是局部的，系统的研究成果尚不多见。作为毛泽东的家乡人，又是体育教育工作者，对毛泽东倍感亲切。弘扬毛泽东体育思想是我们的责任和义务，因此，决定对毛泽东体育思想进行比较系统的挖掘整理研究，历时数年，数易其稿，颇为艰辛。

本书是我们毛泽东体育思想研究团队集体合作的成果，其中，申伟华（湖南科技大学体育学院）负责整体构思及创作指导，尹华丁（湖南城建职业技术学院高教所）、彭光辉（湖南科技大学体育学院）负责设计内容体系与逻辑框架并撰写了大部分书稿，田名高（湖南科技大学体育学院）进行了多年艰辛的资料收集与归类整理，同时撰写了大部分章节的初稿。在编撰过程中，我们参考了大量的有关毛泽东思想及其体育实践研究的论文和著作，在此，向参考或引用过资料的原作者表示衷心的感谢！

本书对毛泽东体育思想体系的划分处于初步研究阶段，划分的方式和标准不一定全面和准确，有些观点或许有失偏颇。由于水平有限，可能尚有一些错误和不足，敬请广大教育工作者、专家和读者批评指正，利于再版时修改完善。

作者

2007年10月

目 录

第一章 导论	1
第一节 毛泽东——20 世纪中华民族的一代伟人	1
一、非凡的革命生涯	1
二、伟大的马克思主义者和杰出的民族英雄	4
第二节 毛泽东思想的科学含义	9
一、毛泽东思想科学含义的提出	9
二、毛泽东思想的科学内涵	11
第三节 毛泽东思想形成和发展的过程	13
一、毛泽东思想的萌芽	13
二、毛泽东思想的形成	15
三、毛泽东思想的成熟	17
四、毛泽东思想的发展	19
第四节 毛泽东体育思想与毛泽东思想	21
第五节 为什么要学习毛泽东体育思想	22
第二章 毛泽东体育思想论述	25
第一节 毛泽东体育思想论述	25
一、什么是毛泽东体育思想	25
二、毛泽东体育思想的内涵	25
第二节 毛泽东体育思想形成的社会历史背景	30
一、健全身体, 以实现“自我”	31
二、体育关系着国家民族的盛衰和兴亡	32

第三节 毛泽东体育思想中的个性特征	33
一、执著追求“体育第一”的体育本质	33
二、著文构建体育思想的体系框架	34
三、推崇发扬经世致用的湖湘精神	36
四、豪迈独具敢为人先的体育品格	38
五、超脱达观的体育休闲交往情趣	41
第四节 毛泽东体育思想的现实意义	43
一、围绕“体育之真义”进行改革	43
二、遵循体育和竞技运动各自的规律,促进两者的 科学化发展	44
三、正确处理群众体育与竞技运动的关系	44
四、对素质教育的现实指导意义	45
第三章 毛泽东体育哲学思想	47
第一节 毛泽东体育哲学思想的概念	47
一、什么是哲学	47
二、中、西方哲学的区别	48
三、什么是毛泽东体育哲学	49
第二节 毛泽东体育哲学思想的形成与发展	49
一、毛泽东体育哲学思想形成渊源	49
第三节 毛泽东体育哲学思想中的几个哲学观	59
一、强与弱的体育哲学观	59
二、动与静的体育哲学观	59
三、养与育的体育哲学观	60
四、知和行的体育哲学观	61
五、生与死的体育哲学观	62

六、体育与意志的哲学观	63
第四章 毛泽东体育教育思想	65
第一节 毛泽东体育教育思想的形成和发展	65
一、早期毛泽东体育教育思想	65
二、新民主主义革命时期毛泽东体育教育思想	68
三、社会主义时期毛泽东体育教育思想	70
第二节 毛泽东体育教育思想的特点	73
一、继承性	74
二、实践性	76
三、人民性	77
第三节 毛泽东体育教育思想的内容	78
一、终生体育观	78
二、趣味体育观	79
三、实用体育教育观	80
四、健康第一的全面发展观	80
五、学校体育观	82
六、“重在参与”的体育教育观	84
七、素质教育观	84
第四节 毛泽东体育教育思想的现实意义	88
第五章 毛泽东体育军事思想	91
第一节 毛泽东体育军事思想概述	91
一、体育与军事的概念	91
二、毛泽东体育军事思想是马克思主义的体育军事思想与中国革命实践相结合的产物	92

第二节 毛泽东体育军事思想的形成与发展	94
一、毛泽东体育军事思想形成的萌芽阶段	94
二、战争年代体育军事思想的实践阶段	96
三、新中国成立后对体育军事思想的理性认识	98
第三节 毛泽东体育军事思想在不同时期的体现	100
一、青少年时代的体育军事经历	100
二、在武装斗争阶段的体现	101
三、在新中国成立后的体现	103
第六章 毛泽东体育全民健身思想	108
第一节 毛泽东体育全民健身思想的主要内容	109
一、健康第一思想	109
二、全体参与思想	110
三、积极主动思想	111
第二节 毛泽东体育全民健身思想的形成与发展	112
一、毛泽东体育全民健身思想的萌芽	112
二、毛泽东体育全民健身思想的形成	113
三、发展阶段	115
第三节 毛泽东体育全民健身思想的特征	119
一、政治性	119
二、继承性	119
三、连续性	120
四、可行性	120
第四节 毛泽东体育全民健身思想的现实意义	121

第七章 毛泽东体育养生思想	123
第一节 毛泽东体育养生思想及其哲学基础	123
第二节 毛泽东体育养生思想的主要内容	125
一、终生体育思想	126
二、趣味体育思想	127
三、实用体育思想	127
四、健身与医疗体育思想	127
第三节 毛泽东体育养生保健思想的特征	128
一、鲜明的实践性	128
二、显著的民族性	129
三、较强的科学性	129
四、独特的创造性	130
第四节 毛泽东有关体育养生保健的实践	130
一、自由体操	130
二、游学与散步	131
三、“冷水浴”、“雨浴”、“风浴”	133
四、爬山	135
五、游泳	137
六、梳头与按摩	146
七、跳舞	146
八、乒乓球	147
第八章 毛泽东体育竞技思想	149
第一节 毛泽东体育竞技思想概述	149
第二节 毛泽东体育竞技思想的形成与发展	151
一、毛泽东年青时代积极倡导竞技体育	151

二、战争年代无暇顾及竞技体育	151
三、体育竞技的普及与提高	152
四、新中国成立后对竞技体育的重视	153
五、反对“锦标主义和选手制”	154
六、毛泽东体育竞技思想的发展	155
第三节 毛泽东体育竞技思想的具体体现	157
一、“友谊第一，比赛第二”	157
二、毛泽东多次出席全国性体育运动会，关注国家竞 技运动水平的提高	159
三、“要超过吴传玉”	160
四、“向中国乒乓球队学习”	161
五、对女子排球队的讲话	162
第四节 毛泽东体育竞技思想的现实意义	163
第九章 毛泽东体育外交思想	165
第一节 毛泽东体育外交思想概述	165
第二节 毛泽东体育外交思想在不同时期的表现	166
一、1949 年新中国成立后到 20 世纪 50 年代中期—— 实行“一边倒”的体育外交	168
二、20 世纪 50 年代中后期到 60 年代末——冲破国际 封锁，大力发展与亚非拉第三世界国家体育关系	170
三、20 世纪 60 年代末到 70 年代中后期——“乒乓 外交”带动与西方国家整体外交关系的改善	172

第三节	毛泽东体育外交思想经典体现——中国乒乓外交历史始末介绍	173
第四节	毛泽东体育外交思想的现代意义	178
附录：	毛泽东体育文献选读资料	182
附录一：	《体育之研究》原文——毛泽东	182
附录二：	《体育之研究》的白话译文——辛阑鲁沛译	191
附录三：	毛泽东体育年谱	202
参考文献		218

第一章 导论

毛泽东思想作为马克思主义中国化第一次历史性飞跃的理论成果，是中国共产党的伟大理论旗帜，是中华民族的宝贵精神财富。毛泽东思想产生和发展的过程，反映了中国人民前进的历史步伐。马克思列宁主义是毛泽东思想的理论基础，跌宕起伏的近代中国社会历史运动和纷繁复杂的中国革命实践，为毛泽东思想的产生提供了肥沃的土壤和丰富的源泉。从20世纪20年代开始，毛泽东思想经历了萌芽、基本形成、全面展开和成熟、继续发展等阶段，伴随着实践的发展而不断丰富和完善，形成一个完整的科学体系，是马克思主义与时俱进理论品质的集中体现。

第一节 毛泽东——20世纪中华民族的一代伟人

一、非凡的革命生涯

1893年12月26日，在湖南省湘潭县韶山冲上屋场一个普通的农民家庭，诞生了一个伟大的生命——毛泽东。他曾极大地影响了尔后中国和世界历史的发展进程。以他的名字命名的

理论思想，写进了中国共产党章程和中华人民共和国宪法。图 1-1 为毛主席故居——韶山冲。



图 1-1 毛主席故居——韶山冲

毛泽东，1902~1909 年先后在家乡 6 所私塾读书，这就是他后来说的“读了 7 年孔夫子的书”。当他读到郑观应的《盛世危言》时，立下了“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还”的志向，他先到湘乡东山小学堂学习，后到省城长沙上中学。1911 年 10 月，他响应辛亥革命，投笔从戎，参加新军，为期半年。1918 年 4 月，在长沙发起成立新民学会，并于同年 6 月毕业于长沙湖南第一师范学校，下半年，到北京大学担任图书馆管理员，开始接受俄国十月革命的思想影响。

“五四”运动前夕，毛泽东回到湖南，组织湖南学生联合会，创办《湘江评论》，成立文化书社并参与筹组俄罗斯研究会。1920 年底，筹建长沙共产党早期组织和社会主义青年团。

1921年7月，参加中国共产党第一次全国代表大会，是党的创始人之一。

党的一大后，毛泽东出任中国劳动组合书记部湖南分部主任，创办湖南自修大学。1922年5月他出任中共湘江区执行委员会书记，先后领导安源路矿工人、长沙泥木工人大罢工，推动了中国工人运动第一次高潮向纵深发展。

1923年4月，毛泽东奉命调入中共中央工作，在党的三大被选为中央执行委员，并担任中央局秘书，负责党内外文书、通信及开会管理等工作。

在国共合作期间，毛泽东担任国民党中央候补执行委员、国民党中央宣传部代理部长。在这期间，毛泽东致力于农民运动的领导工作，在广州主办国民党第六届农讲所，任所长。其后，他又出任中共中央农民运动委员会书记，并在武汉创办国民党中央农民运动讲习所，为国民革命运动的发展培养大批农民运动骨干。

1927年，在国共合作破裂的紧要关头，毛泽东参加中共中央在汉口召开的八七会议，提出了“枪杆子里面出政权”的重要思想，在会上被选为中央政治局候补委员，随后回湖南领导湘赣边界秋收起义。起义受挫后，毛泽东率部向罗霄山脉中段进军，开辟了井冈山革命根据地。1928年5月，毛泽东率部与朱德领导的南昌起义余部会师，成立中国工农革命军（后称工农红军）第四军，出任党代表。1929年1月，同朱德率红四军主力向赣南、闽西进军，开辟赣南、闽西两块根据地。1931年1月，毛泽东在党的六届五中全会上被选为政治局委员。

1935年1月，在长征途中，中共中央召开的遵义政治局扩大会议上，增选毛泽东为政治局常委，确立了以毛泽东为代表

的新的中央领导，从而为长征的胜利和中国革命新局面的开辟奠定了重要的组织保障。在1943年3月的中央政治局会议上，毛泽东被推为中央政治局主席和中央书记处主席。在1945年6月召开的党的七届一中全会上，毛泽东、朱德、刘少奇、周恩来、任弼时被选举为中央书记处书记，毛泽东当选为中央委员会主席兼中央政治局和中央书记处主席。此刻，以毛泽东为核心的中国共产党第一代领导集体正式形成。

新中国成立后，毛泽东一直担任党的主席。1949年9月当选为中央人民政府主席。1954年9月~1959年9月担任中华人民共和国主席。他成功地领导中国人民取得了社会主义革命的胜利。社会主义制度在中国确立后，他为探索一条符合中国国情的社会主义建设道路，进行了艰辛而可贵的努力。1976年9月9日毛泽东于北京逝世。

二、伟大的马克思主义者和杰出的民族英雄

“中国出了个毛泽东，这是中国共产党的骄傲，是中国人民的骄傲，是中华民族的骄傲。”“毛泽东是伟大的马克思主义者，伟大的无产阶级革命家、战略家和理论家，是中国近代伟大的爱国者和民族英雄，是领导中国人民彻底改变自己命运和国家面貌的一代伟人。”

青年毛泽东生活在一个民不聊生、灾难深重的时代。自鸦片战争以后，中华民族遭遇有史以来最为严峻的危机。而太平天国运动、戊戌变法维新运动、辛亥革命等一系列反帝反封建的斗争，虽然可歌可泣，也在一定程度上推动了中国社会的进步，但并没能改变中国半殖民地半封建社会的境况。

“山重水复疑无路，柳暗花明又一村。”1921年，代表中华