

<<毛泽东体育思想概论>>

图书基本信息

书名：<<毛泽东体育思想概论>>

13位ISBN编号：9787543857445

10位ISBN编号：7543857448

出版时间：2009-6

出版时间：湖南人民出版社

作者：申伟华，尹华丁，彭光辉，田名高 著

页数：222

字数：157000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<毛泽东体育思想概论>>

### 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热点领域，并且取得了很多优秀的研究成果

。

## <<毛泽东体育思想概论>>

### 内容概要

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。

## &lt;&lt;毛泽东体育思想概论&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 导论 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 二、伟大的马克思主义者和杰出的民族英雄 第二节 毛泽东思想的科学含义 一、毛泽东思想科学含义的提出 二、毛泽东思想的科学内涵 第三节 毛泽东思想形成和发展的过程 一、毛泽东思想的萌芽 二、毛泽东思想的形成 三、毛泽东思想的成熟 四、毛泽东思想的发展 第四节 毛泽东体育思想与毛泽东思想 第五节 为什么要学习毛泽东体育思想第二章 毛泽东体育思想论述 第一节 毛泽东体育思想论述 一、什么是毛泽东体育思想 二、毛泽东体育思想的内涵 第二节 毛泽东体育思想形成的社会历史背景 一、健全身体,以实现“自我” 二、体育关系着国家民族的盛衰和兴亡 第三节 毛泽东体育思想中的个性特征 一、执著追求“体育第一”的体育本质 二、著文构建体育思想的体系框架 三、推崇发扬经世致用的湖湘精神 四、豪迈独具敢为人先的体育品格 五、超脱达观的体育休闲交往情趣 第四节 毛泽东体育思想的现实意义 一、围绕“体育之真义”进行改革 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 三、正确处理群众体育与竞技运动的关系 四、对素质教育的现实指导意义第三章 毛泽东体育哲学思想 第一节 毛泽东体育哲学思想的概念 一、什么是哲学 二、中、西方哲学的区别 三、什么是毛泽东体育哲学 第二节 毛泽东体育哲学思想的形成与发展 一、毛泽东体育哲学思想形成渊源 第三节 毛泽东体育哲学思想中的几个哲学观 一、强与弱的体育哲学观 二、动与静的体育哲学观 三、养与育的体育哲学观 四、知和行的体育哲学观 五、生与死的体育哲学观 六、体育与意志的哲学观第四章 毛泽东体育教育思想 第一节 毛泽东体育教育思想的形成和发展 一、早期毛泽东体育教育思想 二、新民主主义革命时期毛泽东体育教育思想 三、社会主义时期毛泽东体育教育思想 第二节 毛泽东体育教育思想的特点 一、继承性 二、实践性 三、人民性 第三节 毛泽东体育教育思想的内容 一、终生体育观 二、趣味体育观 三、实用体育教育观 四、健康第一的全面发展观 五、学校体育观 六、“重在参与”的体育教育观 七、素质教育观 第四节 毛泽东体育教育思想的现实意义第五章 毛泽东体育军事思想 第一节 毛泽东体育军事思想概述 一、体育与军事的概念 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 第二节 毛泽东体育军事思想的形成与发展 一、毛泽东体育军事思想形成的萌芽阶段 二、战争年代体育军事思想的实践阶段 三、新中国成立后对体育军事思想的理性认识 第三节 毛泽东体育军事思想在不同时期的体现 一、青少年时代的体育军事经历 二、在武装斗争阶段的体现 三、在新中国成立后的体现第六章 毛泽东体育全民健身思想 第一节 毛泽东体育全民健身思想的主要内容 一、健康第一思想 二、全体参与思想 三、积极主动思想 第二节 毛泽东体育全民健身思想的形成与发展 一、毛泽东体育全民健身思想的萌芽 二、毛泽东体育全民健身思想的形成 三、发展阶段 第三节 毛泽东体育全民健身思想的特征 一、政治性 二、继承性 三、连续性 四、可行性 第四节 毛泽东体育全民健身思想的现实意义第七章 毛泽东体育养生思想 第一节 毛泽东体育养生思想及其哲学基础 第二节 毛泽东体育养生思想的主要内容 一、终生体育思想 二、趣味体育思想 三、实用体育思想 四、健身与医疗体育思想 第三节 毛泽东体育养生保健思想的特征 一、鲜明的实践性 二、显著的民族性 三、较强的科学性 四、独特的创造性 第四节 毛泽东有关体育养生保健的实践 一、自由体操 二、游学与散步 三、“冷水浴”、“雨浴”、“风浴” 四、爬山 五、游泳 六、梳头与按摩 七、跳舞 八、乒乓球第八章 毛泽东体育竞技思想 第一节 毛泽东体育竞技思想概述 第二节 毛泽东体育竞技思想的形成与发展 一、毛泽东年青时代积极倡导竞技体育 二、战争年代无暇顾及竞技体育 三、体育竞技的普及与提高 四、新中国成立后对竞技体育的重视 五、反对“锦标主义和选手制” 六、毛泽东体育竞技思想的发展 第三节 毛泽东体育竞技思想的具体体现 一、“友谊第一,比赛第二” 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 三、“要超过吴传玉” 四、“向中国乒乓球队学习” 五、对女子排球队的讲话 第四节 毛泽东体育竞技思想的现实意义第九章 毛泽东体育外交思想 第一节 毛泽东体育外交思想概述 第二节 毛泽东体育外交思想在不同时期的表现 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 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 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 第三节 毛泽东体育外交思想经典体现——中国

<<毛泽东体育思想概论>>

乒乓外交历史始末介绍 第四节 毛泽东体育外交思想的现代意义附录：毛泽东体育文献选读资料 附录一：《体育之研究》原文——毛泽东 附录二：《体育之研究》的白话译文——辛澜鲁沛译 附录三：毛泽东体育年谱参考文献

## &lt;&lt;毛泽东体育思想概论&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：第二章 毛泽东体育思想论述第一节 毛泽东体育思想论述一、什么是毛泽东体育思想新华词典解释：“思想”即理性认识。

正确的思想来自社会实践，是经过由实践到认识，由认识到实践多次的反复而形成的。

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。

它涉及哲学、教育、军事、养生、竞技、外交等领域。

其内涵与特征的形成和发展与毛泽东思想有同步形成和发展的普遍特征和体育个性的特质意义。

二、毛泽东体育思想的内涵纵观毛泽东一生，不但有深邃的体育思想，还有丰富的持之以恒的体育实践。

从20多岁自创“六段运动”直至73岁高龄还畅游长江30里；毛泽东24岁撰写出传世佳作《体育之研究》；新中国成立后在自身的实践基础上对体育功能进行深刻分析后写出“发展体育运动，增强人民体质”的光辉题词；多次在有关体育工作的指示中提出“健康第一、学习第二”等具有远见的体育思想。

通过收集毛泽东有关教育和体育的论述及其体育实践活动的资料并对其进行分析，我们认为毛泽东体育思想的内涵主要包含了以下几个方面。

（一）养生健体的体育思想“体育者，人类自其养生之道，使身体平均发达，而有规则次序之可言者也。

”毛泽东这一对体育的解释是基于体质人类学和生物学得出的科学定义。

它首先明确了以“自其养生之道”为体育特有本质是区别于德育、智育和运动竞技、娱乐的。

失去了这个本质，体育就不成其为体育了。

毛泽东年轻时就痛恨体育工作者抓不住体育根本的现象，“深感体育之要，伤提倡者之不得其当”，以致“久而无效，长是不改，弱且加甚”。

毛泽东的体育本质思想来自他深厚的哲学基础。

他从内因与外因的关系看到体育的根本在于体力充实，“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？

”这就说明体育内部起决定作用的是锻炼出一副坚实的身体。

抓不住体育养生健体之本，就自然得不到民族体质增强的体育效果。

毛泽东把体力的充实和完善看成是本质的原因，而将成就、年龄看成是外在表象和结果，突出地强调了体力的生命意义。

在他看来，体育与“生”是直接联系着的。

他认为，如果缺乏身体的基础，“贵智”“重德”就只是空中楼阁、水上浮萍而已。

因此，被人们忘记了的本质必须还原，这就是重新发现自己的身体。

毛泽东体育思想与儒学把道德教化看得高于一切的思想迥然不同，他把只重德智而忽略体育的做法看成是“蹂躏其身而戕贖其生”的糊涂和罪恶。

毛泽东的体育思想以重生、贵生的力量哲学为基础，从而正确揭示了体育的本质是“强筋骨”（养生、健身）。

（二）健康第一、体育第一的思想在关于人的全面发展的论述中，马克思时而把体育排先，时而把智育排先。

毛泽东则始终将体育排第一位。

毛泽东提出的“无体是无德智也”、“体育于吾人实占第一之位置”等有关健康第一、体育第一的主张在历代政治家家中是少见的。

毛泽东深知重德智而轻体育的危害，揭露“儿童缘读书而得疾病或至夭殇者有之矣”的事实，指出“吾国学制，课程密如牛毛，虽成年之人，顽强之身，犹莫能举，况未成年者乎？

况弱者乎？

## &lt;&lt;毛泽东体育思想概论&gt;&gt;

”他因而强调“三者并重”，并突出体育的位置，认为“善其身无过于体育”、“体强壮而后学问道德之进修勇而收效远”。

1951年1月15日，毛泽东就学生健康问题再次写信给教育部部长马叙伦，信中说：“此问题深值注意。提议采取行政步骤。

具体地解决此问题”、“提出健康第一、学习第二的方针，我以为是正确的”。

毛泽东强调健康第一、体育第一，有其科学、哲学原理作依据。

首先，毛泽东从生物进化论和人类生物学角度看到了养生健身是人一切发展的基础。

意识是人脑的机能，离开人脑这一高度发达、高度完善韵体质，意识就不会产生。

因此，有了强健结实的肢体，才能增长知识、调节感情和强化意识。

只有文明的精神，没有健康的体质，人的意识将是脆弱的、短命的，皮之不存，毛将焉附？

重德智而轻体损体是舍本逐末。

从哲学上讲，毛泽东坚持体育第一、心育（智育、美育、德育）次之的看法，实质上等于强调人的身体第一性、精神第二性。

毛泽东所说的“至于强筋骨，因而增知识，因而调感情，因而强意志”。

清楚地体现了他发展教育的先后次序是：体育 智育 美育 德育。

（三）提倡科学的、大众的体育思想毛泽东始终以科学的态度和方法研究体育。

他的体育思想充满了辩证唯物主义和自然科学的分析。

19世纪末，西方近代体育传入中国后，各种体育思想随之广泛传入我国，但概念上的模糊不清一直影响我国体育的发展。

毛泽东针对这种情况，以近代科学的观点并引用古今中外丰富事例，论证了“体育者，人类自养其生之道，使身体平均发达，而有规则次序之可言者也”。

这一体育定义是建立在近代科学基础上的正确结论。

毛泽东不仅运用科学观点正确揭示了体育的本质、功能，体育和教育的关系，还运用科学观点批驳了“率多有形式而无实质的体育”和“不揣其本而齐其末”的“前此体育之弊”。

可以说，毛泽东体育思想是科学的结晶。

提倡人民大众的体育是毛泽东体育思想的一大特点。

毛泽东在体育方面不仅身体力行，还极力鼓励人民大众参加体育。

他关于“发展体育运动，增强人民体质”的题词和“打球类、跑跑步、爬山、游水、打太极拳及各种各色的体育运动”的号召，是对人民群众投身体育运动的最好鞭策。

毛泽东自始至终把增强人民体质作为体育的头等大事和首要任务，认为体育的目的是锻炼身体，而不是竞技争胜。

他和他的恩师杨昌济先生一样，反对因开展运动而荒废学业，更反对牺牲少数运动尖子的学业去保持在竞技运动方面的某项荣誉。

（四）“高质轻负”的体育思想毛泽东早年在论述运动健身方法时所阐述的“巢林止于一枝，饮河止于满腹”、“运动之方法贵少”的思想，蕴含着现代体育“高质轻负”的原理。

体育的高质轻负，是指在体育实践中既要努力追求不断地提高增强体质的实际效果，同时又要在高质量、效果好的前提下尽量减轻体育的负担（运动负荷的大小、运动方法的多少，运动手段的多寡等）。

毛泽东对体育运动的高质轻负作了具体论述。

首先，他阐明体育方法要“高质轻负”的原因：“吾人惟此身耳，惟此官骸藏络耳，虽百其法，不外欲使血脉流通。

夫法之效其效者一，一法之效然，百法之效亦然，则余之九十九法可废也。

”这里强调如果一种方法与百种方法都能达到健身的同样效果的话，则具体锻炼过程只用一种方法就行。

“筋骨之锻炼而百其方法，是扰之也”，说明硬用百种方法锻炼，不仅没有提高健身效果，反而干扰了健身，增加了运动锻炼的负担。

是“低质重负”的表现。

## <<毛泽东体育思想概论>>

其次，毛泽东明确地指出“技术运用”与“身体锻炼”在体育高质轻负上的区别，“夫应诸方之用，与锻一己之身者，不同。

……应诸方之用者其法宜多，锻一己之身者其法宜少。

”这就是说，身体锻炼必须要高质轻负。

因为增强体质是目的，负担只是手段。

再次，毛泽东对在体育运动中掌握技艺的多少，也认为要从提高健身效果、减轻运动负担的角度去把握。

他主张“其宜多者不必善，务广而荒，又何贵乎？

少者不必不善，虽一手一足之屈伸，苟以为常，亦有益焉。

明乎此，而后体育有进步可言矣。

”实际上，毛泽东提出的“运动之方法贵少”的思想与现代体育研究的高质轻负原理如出一辙。

上述的毛泽东体育思想中，养生健身的体育本质思想贯穿了他的体育理论和实践，是毛泽东体育思想的核心。

如果不领会毛泽东的体育本质思想，就无法理解毛泽东体育思想内涵的精髓。



## <<毛泽东体育思想概论>>

### 媒体关注与评论

“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》

<<毛泽东体育思想概论>>

编辑推荐

《毛泽东体育思想概论》是由湖南人民出版社出版的。

<<毛泽东体育思想概论>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>