



动员参加包括跳高、跳远、单杠、双杠、赛跑，以及手榴弹、射击、刺杀、爬山在内的形式多样的比赛，既是普及也是激励着根据地人民和子弟兵顽强拼搏与英勇斗争。

毛泽东、周恩来、朱德等红军统帅所在的中央革命根据地，也多次举行各类体育比赛。当时，红军攻打县城除了发动群众、筹款筹粮之外，还要注重缴获三类物资——毛泽东强调的报纸杂志、周恩来急需的通讯器材和朱德喜爱的体育用品。体育用品最大的一次缴获，就是红军打下漳州；把三大球和乒乓球以及裁判用的哨子、皮尺等统统带回根据地。党史记载：1930年这一年，中央根据地组织了3次球类比赛、27次田径比赛；1933年，中央根据地开展体育活动达到高峰，其中球类比赛96次、田径赛123次、军事体育比赛5次、体操比赛15次。

而1934年10月至1935年10月，中央红军进行了艰苦卓绝的二万五千里长征。在长征途中，他们仍然结合练兵，因陋就简地开展体育运动。有的部队新到一地宿营，常常勘察江河、池塘，以进行游泳活动。长征到达遵义后，红军战士就同当地省立初级师范（现遵义十一中）的篮球队进行过比赛；朱总司令亲自上场并屡屡得分。比赛之后，师范篮球队全体队员参加了红军。报道这场比赛并认为“红军技能更高”的记者是陈云，刊发此报道的《红星报》主编则是邓小平。

体育不仅是“扩红”即吸收当地青年积极参加红军的手段，也是军队团结和统一战线的法宝。如1936年4、5月间，朱德率部队随红四方面军到达四川甘孜州炉霍县，准备过草地时，曾和战士们一起在驻地修建运动场，开展篮球、田径等运动；并于当年“五一”节召开了运动会。而长征结束后、三个方面军的庆典之一，就是1936年末在甘肃庆阳举行了全军运动大会。1936年红一军团也曾举行了“五一”运动大会。同年5月，红十五军团也召开过运动大会，为搞好抗日统一战线工作，这次运动会曾邀请国民党的东北军关麟征部参加比赛；运动项目有赛跑、单杠、双杠、篮球、排球等，关麟征部则赠送了红军一批体育器材。

值得指出的是——红军时期的全军运动大会，后来成为新中国全国运动会的雏形。喜欢乒乓球的毛泽东，后来推动中美“乒乓外交”；重视体育交流联谊功能的周恩来，一直强调“友谊第一、比赛第二”；红二方面军的贺龙最早在根据地成立建制运动队（“战斗”篮球队），且在长征途中比赛不辍，日后成为新中国第一任国家体委主任。漳州，则从排球之乡进一步成为中国女排的国家训练基地。



被誉为红色华佗的傅连璋原是基督徒，长征后成为共产党员。

医疗卫生：红色华佗的励精图治

红军的医疗卫生事业，脱胎于北伐中的叶挺独立团；也是后勤工作中的重中之重。中央根据地和红一方面军的卫生部长贺诚，参加过北伐和广州起义、在上海开设过医院、从上海地下党渠道采购和运进瑞金一架X光机。红军的经费再紧张，毛泽东、周恩来等领导人也会优先拨付给贺诚的军事医疗系统。

因为每到一地，提倡和坚持“买卖公平”的红军都尽可能地采购医药和器材；轻、重伤员需要营养以及必要的安置等花费，如重伤员在根据地安置在老乡家里给付六块银元、长征途中则被迫减为两块银元；红军自办医药器械厂和战地救护培训学校也需要相应投入。如果没有这些积累和准备，到达陕北的红军数量还会更少。

在中央根据地时期，贺诚就总结了红军战士以及群众的四种常见疾病（即疟疾、痢疾、疥疮、下肢溃烂），并因地制宜地给予积极治疗和预防控制。长征时因为“战斗频繁、长途行军、挨饿受冻”之故，增加了战伤、肺炎、肠伤寒，胃肠病是第一位。因此，长征中保证部队健康更显得尤为重要，这是战斗力的直接保证。

为了预防和减少疾病，各团、营和连队的卫生人员还肩负着向部队和群众传授卫生、防病知识的任务。比如告诉部队要喝开水而不要喝河沟池塘里的水，没有条件烧开水时也要尽量喝井水；行军打仗全凭一双腿脚，强调打绑腿就是为了避免叮咬划伤、下肢溃烂；根据军医们的经验，部队到达宿营地后，无论如何要争取用热水泡脚，睡觉时作向上踢蹬的“倒脚运动”，改善足部的血液循环，预防脚痛和脚泡；所以条件再艰苦，每个班也要背两个盆，一个洗脚，一个烧水。

在根据地时期，军医们对战地救护措施是西医手段为主、中医康复为辅。长征期间条件恶化，从瑞金出发时完整的医院设备被迫放弃。如被贺诚当作宝贝的那台X光机，曾经为王稼祥、陈毅等将帅拍摄并取出隐藏多时的子弹头，陈毅到晚年还经常感叹是那台X光机保住了他的腿。