

五所体育运动红旗学院

(全国高等院校体育工作經驗交流会經驗汇集)



人民体育出版社

五所体育运动紅旗学院

(全国高等院校体育工作經驗交流会經驗汇集)

本社編

人民体育出版社

統一書号：7015·829

五所体育运动紅旗学院

全国高等院校体育工作經驗
交流会經驗汇集

人民体育出版社編輯出版

北京體育館路

《北京市書刊出版業營業許可証出字第049号》

北京崇文印刷厂印刷

新華書店發行

*

787×1092 1/32 44千字 印張2 $\frac{4}{32}$

1958年9月第1版

1958年9月第1次印刷

印数：1—5,000

定 价 [9] 0.26元

責任編輯：謝 彬 封面設計：喜 栋

目 录

- 我院开展体育运动的情况与体会.....
- 合肥矿业学院 党委第二書記 程自立 (1)
- 共青团如何协助党在运动代表队中开展政治思想工作.....
- 合肥矿业学院团委副書記 侯良木 (15)
- 西安建筑工程学院体育大跃进的情况与几点体会.....
- 西安建筑工程学院 党委書記 甘一飛 (20)
- 开展体育活动中共青团的工作.....
- 西安建筑工程学院 党委宣傳部長 关 鍵 (28)
- 我們教研組在体育跃进工作中的一些体会.....
- 西安建筑工程学院体育教研組 赵家冀 (31)
- 在体育跃进中大搞群众运动.....
- 北京矿业学院党委副書記 魏 明 (38)
- 在体育跃进中的体协工作.....
- 北京矿业学院体协主席 張慶權 (42)
- 我院是怎样在紧张的中心运动中不断掀起体育鍛
- 炼高潮的..... 南京航空学院 党委副書記 張意远 (50)
- 副 院 長
- 体育大跃进的情况和体会..... 沈陽農学院 (57)

我院开展体育运动的情况与体会

合肥矿业学院 党委第二書記 程自立
副 院 長

合肥矿业学院在中共安徽省委正确领导下，在安徽省体委的鼓舞和支持下，贯彻了党中央、毛泽东同志所指示的“应该使受教育者在德育、智育、体育几方面都得到发展，成为有社会主义觉悟的有文化的劳动者”的教育方针，发动群众，在掀起教学、生产劳动、科学研究大跃进的同时，掀起了体育大跃进的高潮，全院学生除少数病残外，于8月2日100%的通过一级劳卫制，8月25日100%的通过二级劳卫制，同时100%的达到国家等级运动员的标准。

一、历年体育工作的发展

我院从党委建立以来，就坚决贯彻党的全面发展的方针。我们认识体育运动不是孤立的，体育和智育、德育是统一体。如果削弱体育，也就削弱了德育和智育。同时，体育运动是培养共产主义道德品质的教育，体育锻炼可以增强体质，更可以改变思想面貌。因此，忽视体育就是对教育方针认识上的错误。党委抓政治思想，抓教学科研，同时也抓体育运动。党委会曾多次讨论开展体育工作，党委书记、院长、副院长亲自参加劳卫操和球类等活动。53年参加运动会的241人，54年增加至490人，55年808人，56年912人。今年教职工运动会上，73岁的老教授参加推铅球，50多岁的教师

跑5千、1万公尺，传为美談佳話。而同学体育成績，自55年安徽省第一屆大专学校田徑运动大会以来，三次获得冠軍。56年至57年获得大学生“三好杯”及省市男女籃球、排球、举重、游泳、武术、自行車等冠軍。

1953年，我院即組織体育鍛炼小組，全校同学参加；54年体育課教材即結合劳卫制項目进行，省体委批准第一批推行劳卫制。1956年上半年全院学生1080人，通过一級劳卫制的630余人，达63%左右，其中并有10人通过二級劳卫制。当时全院体育鍛炼形成良好风气，大家把佩戴劳卫証章引以爲荣，青年教職員很多人通过了一級劳卫制，而40岁以上的教授中，也有通过劳卫制的。

1956年下半年曾經刮起过一陣风，用“自由支配時間”“自由鍛炼”来反抗劳卫制鍛炼，当时矿院原来专科同学都已經毕业了，在校学生中新生比重較大，所以也曾出現过短時間的“馬鞍形”，运动場上暂时不見了热火朝天的情况。但是，党委頂住了这一陣风，就在这个时候成立了大学生体育协会，发动群众，坚决推行劳卫制鍛炼。

二、体育大跃进是全面大跃进的組成部分

我院1958年体育大跃进，是党委历年貫徹党的全面教育方針、政策的开花結果。由于一年来整风、反右派斗争、双反、向党交心一系列运动的胜利，学生政治覺悟大大提高，听党的話，听毛主席的話成为全院一致的信念，从而为这一次体育大跃进奠定了思想基础。半年来勤工俭学，不仅改变了学生的思想面貌，同时也大大增强了同学的体質，在这次体育大跃进运动中，大家能够坚决的勤学苦练，經得起、耐得着都和它有直接的关系。而本学期以来，加强了各系各年

級的黨的領導，把紅旗插遍全院，對這一次體育大躍進運動起了組織領導和組織保證的巨大作用。

學校全面大躍進開始於雙反運動。3月燒三風五氣的大字報達94萬多張，人人自燒互燒形成了自我革命、自我改造的高潮。接着，學生們向黨交心，批判了資產階級思想和反動的政治立場、掀起了大破保守、力爭上游的巨浪。勤工儉學全面上馬，學生到工廠參加勞動，畢業設計改成真刀真槍的煤礦設計，由於教育和生產勞動相結合，學校的面貌為之一新。也就在這個時候，全院體育工作出現了4月躍進的形勢。

6月，黨的八大二次會議制訂了建設社會主義總路綫。在它的照耀下，全院人心振奮，黨委提出了大鬧教育革命。當時機械制造專業二年級學生孫茂科試驗吹氧煉鋼成功，受到中共中央政治局委員、書記處書記譚震林同志和中共安徽省委第一書記曾希聖同志的表揚，推動了全院大辦工廠、大搞教學改革、大搞科學研究的高潮。在兩周內日夜不息的辦起工廠47所，試制和研究小組62個，提出了創造發明與技術革新884個項目。其中達到國際國內先進水平和重大價值的有52項。學生破除迷信，解放思想，發揮了沖天的革命干劲，制成了老教授和專家認為不可能的奇蹟。如40瓩電動機，就是七天七夜搞成功的；400號的水泥，從建窖到出水泥，只用了三天的功夫；而在試煉稀有金屬的時候，30個學生一天刮了一千多公斤的煤煙灰。在煤礦工業方面，他們三天完成了水力采區的設計，試成了搪瓷溜槽和多管排水法，受到現場的重視。

全院體育大躍進就是在全面大躍進的基礎上形成的，它是學校全面大躍進的一個組成部分，它是和生產勞動密切相結合的。現在我院機制、機電兩系學生在機工廠、電機廠、煉鋼廠進行生產，每日勞動八小時；采礦系學生在淮南、開

礦等礦以及我院尖山鉄礦进行劳动生产；矿建系学生在淮北煤田、麒麟山、振鎮等地进行建井、建厂、建窖工程。他們都是在生产与体育鍛炼两不误的条件下进行的，而生产劳动为体育鍛炼奠定了基础，体育鍛炼又为生产劳动开辟了发展的条件。

三、1958年体育大跃进的三个高潮

直接推动体育大跃进的是4月初全面跃进运动。当时，双反运动取得了很大的胜利，通过“四四”院庆提出了跃进规划40条，其中有关体育鍛炼部分，提出指标，开始是三年到五年后全院同学100%通过一級劳卫制，大家認為过于保守，体育教研組三次提高指标，到大会上报告时都沒有被群众所通过。最后定稿“二十七条”大力开展群众性体育运动，要求全院师生員工做到又紅、又专、又健。要求今年年底有80%的学生一級劳卫制及格，其中30%达到二級劳卫制及格，有10%获得等級运动員称号，五年內做到毕业生全部二級劳卫制及格，其中有50%为等級运动員，并培养四名运动健将。当时，党委就針对体育工作中的右傾保守思想展开斗争。采煤系二年級九班在党委领导下提出了先进的指标：在年內100%通过一級劳卫制。采矿系学生江光宏举重成績距一級运动員标准只有几公斤，自己原訂规划到年內达到一級，党委負責同志亲自和他談話，要他解放思想，鼓起干劲，因而帮助他改訂规划，提高了指标，現在已达到一級运动員标准。接着，在全院运动会上党委第一書記、院长孙宗濬同志代表党委提出了我院发展体育运动的“又紅又专又健”和“普及、提高、拔尖”的方針。明确指出：以普及为主，在普及的基础上提高、拔尖，而提高和拔尖乃是為普及

树立旗帜。在全体学生中开展“六好”运动，“体育锻炼好”也是六好之一。并对右倾保守思想和资产阶级的体育思想进行了尖锐的批评。至此，我院体育跃进的第一个高潮开始形成，也是今年体育大跃进的开端。在这个跃进的高潮中，人人参加体育锻炼，开始出现了许多先进的班级和年级，采矿系二年级、地质系一年级、二年级一直在全院领先，地质系并提出争取百分之百通过一级劳卫制的指标，并将各班级进度指标用活动的统计表陈列在教室走廊里。

省体委布置6月体育跃进月，传达陈毅副总理在全国体育工作会议上的指示报告。我院党委即认真执行中央指示，由党委第二书记程自立同志深入动员，各系党总支也开展了评比。在这个高潮中，出现了百分之百通过一级劳卫制的班级13个，因而提前完成全年指标的任务，在干部和群众中已开始酝酿起来。7月全院全面大跃进，又推动了体育大跃进，到7月下旬全院劳卫班已发展到25个，95%学生通过了一级劳卫制，采矿系二年级九班29人，一个没有减免，于7月23日全部通过二级劳卫制。当时，全院劳卫制锻炼的高潮已经形成，而安徽省体委党组传达了中央体育工作会议的精神，特别是毛主席、周总理有关开展体育工作的指示。经过党委研究，决心用战斗姿态，采取解放军大练兵的方式，争取在短时期内全院通过一级劳卫制，当党委第一书记、院长孙宗溶同志在大会提出号召以后，全院响应，全党动手，各级党组织书记挂帅，于8月2日全院学生通过了一级劳卫制。在这个时候，跑道上队队成阵，沙坑也前跃后继，人人努力，个个争先，从清晨以至黄昏、锣鼓喧天。由于轰轰烈烈的大搞群众运动，因而在短时期内取得了卓越的成就。

8月2日全院学生通过一级劳卫制以后，国家体委及安徽

省体委指示我們再接再励，繼續努力，因而从思想上組織上以及技术指导上进行了适当措施，向二級劳卫制及等級运动員进军。但在8月2日前后，派往开灤煤矿、淮南煤矿、淮北煤矿、麒麟山工地、撮鎮工地、皖南地質普查，以及到上海学习炼鋼的学生共达473人，他們居住分散，現場缺乏体育設備，鍛炼測驗有困难。干部和学生中，对二級劳卫制有畏縮情緒，覺得田徑等級运动員不容易，因而决心不大，信心不高，开始时鍛炼成績进展不快。党委又进行了深入的思想教育，有些班級通过鳴放辯論来統一認識。采矿系二年級九班在开灤煤矿参加水力采煤工作，他們又首先百分之百通过了等級运动員，以事实駁到了条件論。矿建二年級四班在麒麟山荒山建厂，自己烧飯，住在帐篷里，每天要来回二十公里到巢县中学去进行鍛炼和測驗，他們也通过了二級劳卫制和国家等級运动員，可見關鍵在于思想問題，在于革命干劲。8月21日党委召开了全院师生員工全体大会，在会上党委提出了在最短時間內100%通过二級劳卫制，100%达到等級运动員标准的号召，提出紅旗系、班的評比办法，批判了右傾保守思想，各系各班紛紛表示态度，當場响应，决定开展紅旗竞赛。为了統一指揮，全院成立了体育大跃进指揮部，由党委第二書記程自立同志亲自挂帅，党委常委和各系总支書記都在体育场掌握指揮。結合当前政治斗争，提出战斗口号：“把运动場作为战場！”用实际成績来拥护中华全国体育总会的正确措施！，“反对帝国主义利用体育进行，‘两个中国’的政治阴谋”，“在运动場上和艾森豪威尔、杜勒斯較量較量”。21日以后，合肥地区連日阴雨，运动場上却热火朝天，許多項目都是在天雨的情况下測驗的。在測驗的时候，起跑点終日排成长队，分批进行。这时候，体育教师固

然参加了这项工作，省体委、体校35位同志也主动的前来支援，进行技术指导，其他专业课程教师也都投入这个运动，职工组成的场地组、医疗站、茶水组终日在场服务，伙食房大师傅随时供应饭菜，浴室里的水从未间断，就是这样三千人拧成一股劲。在8月25日又出现了百分之百学生通过二级劳卫制和百分之百的达到国家等级运动员的标准。

现在，这个高潮还在不断的高涨，许多同学都提出向二级、一级运动员和运动健将进军，大家决心为“系系出健将，班班有一级”的先进指标而努力。今年到校的新生，有的已自动参加锻炼和测验，有人已通过了二级劳卫制。

四、体育大跃进带来新气象

体育大跃进以来，2200人通过一级、二级劳卫制，2200人达到国家等级运动员标准，在我国体育战线上是有一定的意义的。但是从我们学院来说，它的成就不只限于体育方面，在政治思想上，推动生产和学习上，增强体质上，特别是在培养意志，解放思想，树立共产主义风格上，都有显著的新气象。

首先，体育大跃进是政治思想大跃进的结果，同时又进一步推动了政治思想的跃进。推行劳卫制本身就是热爱祖国，热爱社会主义的教育。事实证明，体育锻炼上的积极分子，往往是政治运动、劳动、学习上的积极分子，他们开始时虽然技术基础较差，但当“全民皆兵”的意义传达后，“在运动场上和艾森豪威尔、杜勒斯较量较量”的口号提出后，体育和当前政治斗争相结合，就产生了物质的力量。同学们决心把自己培养成为亦工亦学亦兵的多面手，既是祖国积极的建设者，又是坚强的保卫者。党支部委员马秀英，年

近三十，已經是五个孩子的媽媽，她也完成了“三百”指标，因为她是以前政治任务来完成的。許多同学在体育大跃进以后，都首先說政治思想上的大丰收，树立了热爱祖国，热爱集体的思想，并进一步改进了同学中的相互关系，特别是有些人曾經信心不高，决心不大，开始畏惧，中途动摇的人，在自己完成了指标以后，一致称頌党的领导的正确，很多人說这是一堂生动的政治課。

第二，結合生产，推动学习。在体育大跃进运动中，有一些人借口体育鍛炼妨碍生产和学习，但事实証明，我院7月大办工厂，大搞創造发明的时候，在40瓩电动机的試制工作中，在著名的爐灶組里，在水泥窑爐前的“三勇士”，他們都是体育的积极分子，因为有坚强的体質，才能够胜任繁重的劳动。在淮南新庄孜矿担任水管安装的同学，以五人三小时安装九根水管的記錄，突破工人六人八小时安装五根的指标。另在謝家集矿担任安装运输机的同学，以三天時間超过原訂七天的指标。鋼冶二年級一班有15个同学在上海学习炼鋼，住在上海第四师范，一直坚持鍛炼，回校时一下火車就到运动場参加測驗，全部达到等級运动員的标准。在淮北閘河平原参加劳动的同学，为了体育鍛炼，自己挖沙坑，沒有黄沙就用木屑代替，棉被代垫子，枕木做平衡木，馬路上进行竞走測驗，都能取得良好成績，而不影响生产。地質勘探系是全校第一个紅旗系，他們在体育鍛炼的同时，进行了出发野外普查专业知識的学习，并普遍組織了“紅旗組”，学习毛泽东同志著作与紅旗杂志的文章。

第三，体育大跃进增强了体質。我院学生工农成分比重較大，占全体学生的42%，体質較强，但在同学中仍有一部分身体較差的，有的患慢性病，如失眠、神經衰弱、关节

炎、高血压（輕度的），有的长期不进行鍛炼，娇气很重，怕晒、怕累、怕出汗，通过体育大跃进以后，他們的皮肤黑了，肌肉发达了，失眠、神經衰弱等病也好了。采矿二年級九班学生黄邦柱，曾經患过脑膜炎、腸胃炎、关节炎，体重仅43公斤，身高仅157公分，經常失眠，上課打瞌睡，精神不集中，自己原来只打算活到30岁，通过体育鍛炼，不仅脱离了疾病，而且体質增强，在开灑水力采煤中干劲很大，能够胜任繁重的劳动，他自己說要活一百岁了。

最后，从培养意志，树立共产主义风格來說，成績尤为显著。体育大跃进以前，同学中普遍存在条件論，害怕困难，对二級劳卫制和等級运动員都認為高不可攀，如机制二年級二班，开始就不敢提出100%的指标，只敢提95%。通过頑强鍛炼以后，克服困难，信心倍增，因而也就出現了許多奇蹟，采矿二年級三班学生王康，原系三輪車工人，因职业关系形成畸形八字腿，医生和領导上要免測他的跑跳，他却坚持鍛炼，终于通过。其他还有不少体弱的人，如机制系支亚先是全班公認要免鍛炼的，但她却坚持鍛炼，也通过了劳卫制，也达到等級运动員标准。甚至逢英群、夏邦茂是平足，也通过了劳卫制和达到等級运动員标准。由于这样现实的教育，大家普遍認識到，只要方向正确，胜利属于意志坚强的人。

五、几点体会

我們在体育大跃进中，从亲身工作过程，有以下六点体会：

（1）全党动手，書記挂帅。这是毛主席教导我們的工作方法，也是一切工作的普遍規律。我們在体育工作上，能

够取得一些成績，和这个普遍規律是分不开的。党委抓体育，首先明确了党的教育方針，經常討論教育工作，而体育教研組直接归党委領導，在教研組里派有政治指導員，政治挂帅是我們的特点。我們在掀起体育跃进的几个高潮，一直是由党委書記自己抓的，第一書記、第二書記和黨員院長、副院长都亲自挂帅，大跃进运动中党委会每天开会掌握情况，确定对策。党委常委也都分片包干，深入到系。各系总支、年級支部也是書記挂帅，亲自領導各系各年級的体育鍛炼，这样，各級党組織都以中心任务来貫徹执行。由于党委重視，在党内反复動員，統一認識，做到全党动手，党团员以身作則，因此大跃进的形势就能迅速地开展。事实证明，地質系、采矿系总支抓的早，成績就比較显著，而采矿系二年級九班29人，其中黨員十人，自己带头先通过，因而始終站在最前列；机电系总支因前总支書記王克同志有右傾机会主义錯誤，过去有許多决定貫徹不下去，体育工作也沒有搞起来，改組总支以后，其他工作改观，体育工作也就赶到前面；矿建系在第三个高潮时开始还赶不上客觀形势的发展，党委加强領導以后，成績也就很快提高。

（2）大搞群众运动。我們体会，搞体育工作和其他工作一样，在結合平时經常性鍛炼的情况的同时，必須大搞群众运动，敲鑼打鼓，轟轟烈烈。因此，我們从一开始就是不断的发动群众，貫徹群众路綫，一切指标和要求，一切組織鍛炼与測驗，都是由群众提出，發揮群众的智慧。这里学习了人民解放軍在練兵的方法，就是諸葛亮会式的兵教兵。在鍛炼的时候，輔導的人帶着跑或帶着跳，用实践进行教育，这样的教練除去体育教师和体委体校志愿支援的同志以外，絕大多数是同学，有男的帶女的，有年紀大的帶年紀小的，

也有女的帶男的，年紀輕的帶年紀大的，這些教練的人不辭勞苦，總是把別人教會為止。由於大搞群眾運動，因而發動群眾就比較深透，如機電系三年級學生黃雪芳、夏邦茂資產階級思想很是嚴重，平時不參加鍛煉，這一次也因為形勢逼人，大勢所趨，都自覺的參加鍛煉，並達到指標。特別是許多同學由於思想覺悟的提高，發揮了主動積極作用，地質系有 11 個同學到皖南、國山區去勘測，行踪不定，和學校不易聯繫，24 日地質系在校同學已全部通過二級勞衛制，達到等級運動員標準，下午他們的報喜電報到來，地質系就百分之百的完成指標。還有一個王策同學，一個人在唐山工作，從報紙上看到全國高等院校在體育鍛煉上展開競賽，他主動到開灤去找參加勞動的同學，進行測驗，達到指標才回到原來的崗位上去。

（3）虛實並舉，以虛帶實，打破迷信，解放思想。在開展體育鍛煉問題上，群眾是存在有許多思想問題的，思想問題不解決，就不能躍進。特別是在遇到困難的時候，及時的解決思想問題，尤為重要。對有些困難的人，幫助他們解放思想，不斷的注意鼓勵，樹立信心。最有意義的是 8 月 21 日的黨委擴大會議，並邀請了黨外系主任參加，在這個會上黨委分析了當前形勢，從務虛來討論上馬下馬和力爭上游，暫居中游的問題，因為大家思想認識一致了，以虛帶實，就掀起了下午全體大會的高潮，以至最後全部達到光榮指標的勝利。在各個系、各個班級都曾舉行過許多次務虛的會議，鼓起干劲、力爭上游。在務虛的同時，也及時進行適當措施，每次提出先進的指標，就抓緊解決具體問題。因而历次的先進指標，都是提前完成，特別是全校三個百分之百的兩次最後決定階段，都是以飛躍的姿態完成的。

(4) 边干边学，因势利导，提高技术是体育跃进的重要因素。体育运动的成績，决定于思想，决定于鍛炼，同时也决定于技术的提高。二級劳卫制有些项目标准較高，只凭干劲就不易通过，如100公尺，女800公尺，男3000公尺，跳远各項目稍差分秒，就达不到标准。我們举办了各种技术指导的訓練班，輔導人員对同学具体輔導，边干边教，边干边学，因而取得成績很快。夏邦茂的300公尺，由省代表队的 女运动員輔導，将全程分成阶段，規定速度，超额达到标准，还減輕了疲劳。100公尺分“起跑”、“中途”、“冲刺”三个部分进行訓練，跳远抓住了踏跳这个关键。从实际对象出发，因势利导，成績很大。

(5) 对资产阶級体育思想及右傾保守思想不断展开斗争。体育大跃进实質是文化革命的一个組成部分，因而体育大跃进的过程，也不是风平浪靜的，我們对资产阶級思想展开了不調和的斗争。他們輕視体育，反对体育大跃进，說我們“不务正业”，他們反对大搞群众运动，說我們是外行，他們見物不見人，高唱“条件論”，主张多吃多睡，說体育不能跃进；有人虛报成績，有人强调运动員特殊化，錦标主义。同时，我們一直批判右傾保守思想，他們夸张了技术，輕視政治；他們强调生产与体育鍛炼的矛盾；他們扩大减免名額，对測驗不严肃。种种錯誤思想，校內校外也有，体育教研組有，学生中也有，党外有，党內也有。这些人有的明抗，有的暗拒，总是妨碍运动前进。党委對他們进行了批判和斗争，并发动群众进行辯論，每次大跃进运动向前推进一步，都是通过了严肃的斗争。每一个班級都进行过这样的辯論，在干部会上也不断进行过批評。矿建系学生許永达，曾經是院代表队隊員，体質很好，他鍛炼不艰苦，强调困难，

經過同学批判以后，在一次測驗中就通过了二級勞卫制。

（6）生产劳动和体育鍛煉是可以兩不誤的。生产劳动和体育鍛煉不是沒有矛盾的，如果安排得好，矛盾是可以克服的。实践証明，我們批判了右傾保守思想，并充分发动群众以后，由于群众的干劲大，強調矛盾的論点也就站不住了。同时，我們根据具体情况，进行适当的安排和措施，在生产任务紧迫的时候，我們維持一般鍛煉，而不进行測驗。在体育測驗的时期，对条件差、困难多的同学，我們酌量减少他們的劳动時間，八小时改为六小时或四小时。由于領導上掌握了兼顧和并舉，从而矛盾問題也就不存在了。

六、今后的打算

我們在体育战綫上虽然取得了一些成績，但还須巩固和发展，因此，对于今后体育工作初步有以下的几項打算：

（1）加强党的領導。我們繼續貫徹全党全院搞体育的精神，党委直接領導体育教研組，在院代表队建立党小組或支部和团支部，队长和体育指导都要在党小組或支部領導下进行工作。各系党总支、团总支以及年級、班級各級党团组织都要抓体育工作，将全党动手，書記挂帅，形成一个經常的制度。

（2）普遍宣传党的教育方針，使全院人人明确“三育并重”的重要意义，在今年教学方針的学习中，将它作为主要内容，并作为今后政治課的主要内容。

（3）經常进行共产主义体育道德的教育，反对体育运动中的不良傾向，对資產阶级体育思想与右傾保守思想展开坚决的斗争。

（4）坚持鍛煉，巩固成績，提高成績。無論在校学习