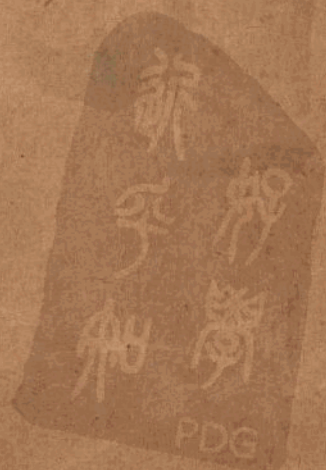


毛主席关于增进学生健康、
減輕負担和緊張而有秩
序的工作的部分指示



毛主席关于增进学生健康、減輕
負担和緊張而有秩序的
工作的部分指示

第一部分

关于增进学生健康、減輕学生負担

一、关于“三好”的指示

一九五三年六月三十日，毛主席在接見青年團第二次全國代表大會主席團時說：

“我給青年說幾句話：

- 一、慶祝他們身體好，
- 二、慶祝他們學習好，
- 三、慶祝他們工作好。”

——摘自《毛澤東同志論青年和青年工作》第32頁，
中國青年出版社一九六〇年出版。

二、关于学校課程和講授、考試方法問題的批示

劉、鄧、彭閱後，請尙昆辦。

此件應發給中央宣傳部各正副部長，中央教育部各正副部長、司局長每人一份，北京市委、市人委負責人及管教育的同志每人一份，團中央三份。並請他們加以調查研究。現在學校課程太多，對學生壓力太大。講授又不甚得法。考試方法以學生為敵人，卒行突然襲擊。這三項都是不利於培養青年們在德智體諸方面生動活潑地主動地得到發展的。

毛澤東

一九六四年三月十日

三、对《北京师范学院一个班学生
生活过度紧张健康状况下降》一文的批示

陆定一同志：

学生负担太重，影响健康，学了也无用。建議从一切活动总量中，砍掉三分之一。請邀学校师生代表，討論几次，決定实行。如何請酌。

毛澤東

一九六五年七月三日

第二 部 分

关于紧张而有秩序的工作

我們需要的是热烈而鎮定的情緒，紧张而有秩序的工作。

——摘自《中国革命战争的战略問題》（一九三六年十二月），《毛澤東选集》第一卷第196——197頁。

在任何一个地区內，不能同时有許多中心工作，在一定時間內只能有一个中心工作，輔以別的第二位、第三位的工作。因此，一个地区的总負責人，必須考慮到該处的斗争历史和斗争环境，将各项工作摆在适当的地位；而不是自己全無計劃，只按上級指示來一件做一件，形成很多的“中心工作”和混亂无秩序的状态。上級机关也不應不分輕重緩急

地沒有中心地同時指定下級機關做很多項工作，以致引起下級在工作步驟上的凌亂，而得不到確定的結果。領導人員依照每一具體地區的歷史條件和環境條件，統籌全局，正確地決定每一時期的工作重心和工作秩序，並把這種決定堅持地貫徹下去，務必得到一定的結果，這是一種領導藝術。這也是在運用領導和羣眾相結合，一般和個別相結合這些原則時，必須注意解決的領導方法問題。

——摘自《關於領導方法的若干問題》（一九四三年六月一日），《毛澤東選集》第三卷第903—904頁。

一部分同志，只看見局部利益，不看見全體利益，他們總是不當地特別強調他們自己所管的局部工作，總希望使全體利益去服從他們的局部利益。……要提倡顧全大局。每一個黨員，每一種局部工作，每一項言論或行動，都必須以全黨利益為出發點，絕對不許可違反這個原則。

——摘自《整頓黨的作風》（一九四二年二月一日），《毛澤東選集》第三卷第823頁。

我們說上級領導機關的指示是正確的，決不單是因為它出於“上級領導機關”，而是因為它的“指示內容”是適合於鬥爭中客觀和主觀情勢的，是鬥爭所需要的。不根據實際情況進行討論和審察，一味盲目執行，這種單純建立在“上級”觀念上的形式主義的態度是很不對的。為什麼黨的策略路線總是不能深入羣眾，就是這種形式主義在那里作怪。盲目地表面上完全無異義地執行上級的指示，這不是真正在執行上級的指示，這是反對上級指示或者对上級指示怠工的最妙方法。

——摘自《反對本本主義》（一九三〇年五月），《毛澤東著作選讀》甲種本第19頁。

对于任何工作任务（革命战争、生产、教育，或整风学习，检查工作、审查干部，或宣传工作、组织工作、锄奸工作等等）的向下传达，上级领导机关及其个别部门都应当通过有关该项工作的下级机关的主要负责人，使他们负起责任来，达到分工而又统一的目的（一元化）。不当只是由上级的个别部门去找下级的个别部门（例如上级组织部只找下级的组织部，上级宣传部只找下级的宣传部，上级锄奸部只找下级的锄奸部），而使下级机关的总负责人（例如书记、主席、主任、校长等）不知道，或不负责。

——摘自《关于领导方法的若干问题》（一九四三年六月一日），《毛泽东选集》第三卷第902—903页。

订计划时要有重点，不可在同一时间內百废俱兴。

——摘自《工作方法六十条》第八条（一九五八年一月三十一日）。

“精兵简政”，讲话、演说、写文章和写决议案，都应当简明扼要。会议也不要开得太长。

——摘自《党委会的工作方法》（一九四九年三月十三日），《毛泽东选集》第四卷第1444页。

一九一七年毛主席关于德智体全面发展的论述

体育一道，配德育与智育，而德智皆寄于体。无体是无德智也。顾知之者或寡矣。或以为重在智识，或曰道德也。夫知识则诚可贵矣，人之所以异于动物者此耳。庸徒知识之何载乎？道德亦诚可贵矣，所以立身行道平人已者此耳。庸道德之何寓乎？体者，为知识之载而为道德之寓者也。其载知识也如车，其寓道德也如舍。体者，载知识之车而寓道德

之舍也。儿童及年入小学。小学之时，宜专注重身体之发育，而知識之增進道德之養成次之。宜以养护为主，而以教授訓練為輔。今蓋多不知之。故儿童緣讀書而得疾病，或至夭殤者有之矣。中學及中學以上宜三育並重。今人則多偏于智。中學之年身體之发育尙未完成，乃今培之者少而傾之者多。发育不將有中止之勢乎？吾國學制，課程密如牛毛，虽成年之人，疲強之身，犹莫能卒，况未成年者乎。

**湖北省高等教育厅关于高等学校
增进学生健康、实行劳逸结合的若干规定
(试行草案)**

(1965年10月16日讨论稿)

去年春季以来，我省高等学校贯彻执行了毛主席春节指示和刘主席关于实行两种劳动制度和两种教育制度的指示，普遍地掀起了学习毛主席著作的热潮，加强了政治思想工作，开展了教育革命和教学改革，广大师生员工意气风发，沿着革命化、劳动化的道路阔步前进，形势大好。但是，长期以来学生负担过重、劳逸结合不好、健康状况不佳的现象仍很突出。毛主席七月三日再一次严肃地指出了这个问题。这对培养在德智体诸方面生动活泼地、主动地得到发展的无产阶级革命接班人是具有巨大的战略意义的。

贯彻主席这一指示，根本问题在于深入开展教育革命和教学改革，精简课程门类和教学内容，改进教学方法和考试方法；同时，还要不断提高思想政治工作的水平，妥善安排学生的各项活动，大力改进各级领导的工作方法和工作作风。这些都需要进行艰苦的努力，不断总结经验，逐步予以实现。

为了贯彻主席这一指示，特根据“从一切活动总量中，砍掉三分之一”的精神，就有关问题作出如下规定：

第一条：减少学生的活动总量，保证学生的休息时间和自由支配时间。

(一) 学生每周的规定的活动总量(包括上课和规定的自习时间、各种会议和社会活动、集体参加的文体活动、课外的民兵训练和公益劳

动)，文科不得超过五十小时，理、工、农、医各科不得超过五十四小时。

规定的活动总量以外的时间，应由学生自由支配。学校应尽可能创造条件，使学生能利用这些时间，沿着正确的方向，在德智体诸方面发展其志趣与专长，並处理好个人的生活。

(二) 必须保证学生每天有九小时的睡眠，夏季必须保证午睡。午睡时间和晚上熄灯后，一律不许开会、个别谈话或搞其他活动。

(三) 星期六晚上和星期日全天，都不得开会或搞其他集体活动。如有特殊任务，需要占用时，应经校政治部批准；占用星期日，一般每学期不得超过二次，最多不得超过四次，每次不得超过半天。

取消星期日规定的晚自习，改由学生自由支配，但学生应在当晚熄灯前返校。

(四) 全日制高等学校应保证学生每年有不少于两个月的寒暑假，其中暑假应不少于六周。校内外各部门不得任意侵占学生的假期，如有特殊原因确需占用少数时间时，应经学校的上级主管部门批准。

第二条：大力贯彻“少而精”的原则，改进教学方法，减轻学生的学习负担。

(一) 学校规定的上课和自学时间，文科每周一般不得超过四十小时，最多不得超过四十二小时；理、工、农、医各科每周一般不得超过四十四小时，最多不得超过四十六小时。其中，学生的自习时间应多于上课时间；高年级学生的自习时间应该更多一些。

(二) 课程设置及所有讲课、习题课、实验、实习、课堂讨论等教学环节的内容都必须大力贯彻“少而精”的原则；正确运用“启发式”的教学方法。课外的习题、作业、必读教材和参考书，应以满足教学的基本要求为限，不要布置得过多；不要动辄让学生写学习心得和体会；

开卷考試的題目不要出得大而无当，以免學生不得要領，加重他們的負擔。

(三) 在教學過程中，應積極創造革新，打破舊框框，以利于減輕學習負擔，促進學生生動活潑地、主動地學習，提高教學質量。不要搞形式主義和煩瑣哲學，不要亂搞花樣，亂提口號。

第三條：提高思想政治工作水平，注意講求實效。

(一) 學生的政治與社會活動，每周定為五至七小時。其中，黨團組織生活，原則上每兩周一次，每次不超過二小時。

(二) 大力加強對學生學習毛主席著作的領導。提倡活學活用，理論聯系實際，真正把毛澤東思想學到手。凡有政治理論課的班級，應主要通過政治理論課來學好毛主席著作；沒有政治理論課的班級，應鼓勵學生積極、自覺地學習毛主席著作，在政治與社會活動時間內，可組織一些集體的學習活動。

(三) 在突出政治中，必須努力提高工作水平，改進工作作風，注意講求實效，反對形式主義，更好地適應新的形勢與任務的要求。

(四) 對學生進行思想教育，要循循善誘，啟發自覺；要學會作活的思想工作，不要過多地靠會議來解決思想問題。

(五) 各種書面材料要嚴加控制，不要隨便布置學生寫思想小結和匯報材料。各種板報、牆報要大力精簡。

第四條：體育、文娛活動必須堅持積極活躍、自願參加和量力而行的原則。

(一) 提倡學生積極參加文娛活動，增進身心健康。集體組織的文娛活動，每周一般為三小時；其他文娛活動時間，由學生自願參加，不搞強迫命令或變相的強迫命令。同時應照顧個人的興趣和愛好，力求小型多樣，生動活潑。

(二)开展文体活动要从学生的实际情况出发。运动会一般每年一次，平时的体育比赛也不宜过多，一般不搞文艺会演。在比赛、会演中要反对锦标主义。

(三)体育锻炼应根据学生的性别、体质、年龄的不同，提出不同要求；锻炼要从实际出发，经常而持久地进行，不搞“三从一大”。

(四)体育代表队和文艺社团应在普遍开展群众性文体活动的基础上适当地加以组织。在训练时，要从学校的特点和个人的实际情况出发，不要要求过高过急。要适当减少这些组织成员的其他社会活动。

第五条：精简会议活动，精简组织，减轻学生干部的负担。

(一)各种会议要明确由一定的组织严加控制。可开可不开的会不要开；准备不足的会不要开；可以开短会的不要开长会；可以合并开的不要单独开；同一内容的问题，不要层层重复开会；同一内容的传达，每人可只听一次。会上的讲话要简短明了，避免重复发言，避免形式主义。

(二)校、系、班三级学生组织要力求精简，减少层次。学生担任社会工作，原则上以一人一职为限。学生干部用于社会工作的时间，在一般学生活动总量之外每周不得超过二小时。

(三)发展党、团员应在保证质量的前提下，简化组织手续；发展党、团员应在政治与社会活动时间进行，不要占用学生的学习和休息时间。

第六条：妥善组织学生的劳动和实习。

(一)坚持全日制高等学校学生平均每年劳动一个月到一个半月的规定（参加“四清”运动的学生，可按中央规定精神酌量减免）。在课余时间，可以组织学生参加一些社会公益劳动，但应由学校统一安排，严加控制，每月不得超过一次，每次不得超过三小时。

(二)在劳动中，要根据学生的性别、体质、年龄和粮食定量，适当分配劳动量；参加重体力劳动或在高温、高空和有害气体等条件下劳动，要适当缩短劳动时间。要特别注意保护女学生的健康。不要让女学生和体质确实很差的男学生参加高空作业、高温作业、潮湿环境下的劳动和重体力劳动。

(三)参加校内外各种劳动，不搞加班加点，不搞突击献礼和劳动竞赛。在劳动中要加强思想政治工作，但不要过多地开会，占用劳动后的休息时间。在劳动中，要特别注意安全。

(四)在校内外进行实习，一般应比照第一至第四条规定的活动总量和各项活动的时间进行。特别在校外进行实习时，更应与实习所在单位取得紧密配合，共同贯彻执行劳逸结合的方针，防止学生负担过重。

(五)在劳动和实习期间，必须进行少量教学活动时，无论是上课或自学，一般都不要占用学生的休息时间和自由支配时间，避免形成额外负担。

第七条：妥善组织学生参加“四清”运动和军事训练。

(一)学生参加“四清”运动和军事训练，应根据中央规定，按计划进行。不要延长时间，以保证教育计划的完成。患有严重慢性病的學生，可不安排他们参加。

(二)学生参加“四清”运动，应在搞好工作和群众关系、思想得到提高的同时，注意劳逸结合，保证身体健康。

(三)学生短期当兵，要照顾他们的负担能力，不要搞得过于疲劳。短期当兵结束后，要继续发扬解放军的优良传统，但不要把部队的一套做法机械地搬到学校来。

(四)校内的民兵训练，应着重基础军事知识的训练，不宜要求过高过急。女学生一律不参加负重急行军和刺杀活动，不搞摸、爬、滚、

打。一般不要舉行緊急集合，確需舉行時，應經學校政治部批准。

第八條：改進學校的醫療、衛生工作和伙食工作。

（一）加強對醫療、衛生工作的領導。搞好環境衛生和燈光照明設備，特別要搞好夏季的衛生工作和婦女衛生工作。教育學生注意健康，預防疾病。定期對學生進行體格檢查，發現有傳染病患者，要及時隔離，抓紧治療。尽可能簡化醫療手續。

（二）改善食堂的管理工作，办好伙食。注意營養和飲食衛生，在冷天時要保證學生吃到熱飯、熱菜。

（三）要合理地、充分地使用學生的助學金。除作好等級助學金的評定工作外，還要作好各種情況下的臨時補助工作。

第九條：認真學習毛主席教育思想，不斷改進工作方法和工作作風。

（一）高舉毛澤東思想紅旗，大力組織主席教育思想的學習，使廣大師生員工，特別是各級領導骨幹，切實領會主席的“健康第一”和“培養學生在德智體諸方面生動活潑地、主動地得到發展”的指示的戰略意義，不斷提高認識，改進教學工作和其他各項工作，減輕學生負擔，提高教育質量。

（二）堅持政治掛帥，落實“四個第一”，發揚“三八”作風，實現思想革命化、工作革命化和機關革命化。

（三）堅持羣眾路線，充分發揚民主，動員廣大師生員工的積極性和主動性，認真貫徹主席教育思想和黨的教育方針。

（四）各級領導必須面向基層，深入蹲點，加強調查研究，抓典型，樹樣板，不斷總結經驗，推動各項工作的全面發展。

第十條：上述規定適用於全日制高等學校，半工（農）半讀高等學校可參照執行。

本規定有與中央正式頒發的規定不符者，應以中央的規定為準。