

他们在茁壮成长



BBY971.7

上海人民出版社



他们在茁壮成长

上海人民出版社

他们在茁壮成长

本社编

李宁远绘图 陈达林装帧

上海人民出版社出版

(上海绍兴路5号)

新华书店上海发行所发行 上海市印刷六厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 2.5 字数 48,000

1973年9月第1版 1973年9月第1次印刷

印数 1—30,000

统一书号: R10171·230 定价: 0.15元

毛主席语录

身体好，学习好，工作好。

世界是你们的，也是我们的，但是归根结底是你们的。你们青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，好象早晨八、九点钟的太阳。希望寄托在你们身上。

我们的教育方针，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。

目 录

青少年要做到“身体好,学习好,工作好”

- (代前言).....肖斌佐(1)
- 培光盛开“三好”花.....俞 园(3)
- 象解放军那样刻苦学习
.....上海市第六中学红卫兵团写作组(14)
- 坚实的一步.....宋 波(25)
- 弄堂小学锻炼忙
.....威海卫路民办第五小学红小兵团(33)
- 前进在“三好”的大道上.....锦 白(43)
- 球场新苗.....陈 雪(54)
- 茁壮成长.....张 建(65)

青少年要做到 “身体好，学习好，工作好”

(代前言)

肖斌佐

二十年前，伟大领袖毛主席向青少年发出了要做到“身体好，学习好，工作好”的光辉指示。这充分体现了党对我们青少年一代的亲切关怀和殷切期望，为我们的健康成长指明了正确方向。二十年来，广大青少年遵循毛主席的光辉指示，在三大革命运动中，努力锻炼身体，认真刻苦学习，朝气蓬勃地战斗在自己的岗位上，出现了不少动人的事例。这里收集的是无数先进事例中的几个片断，反映了青少年一代正在茁壮成长！

新中国的青少年要努力做到“身体好，学习好，工作好”，把自己锻炼成为无产阶级革命事业可靠的接班人，具有十分重要的战略意义。正因为这样，在贯彻“三好”这个问题上，始终贯穿着两个阶级、两条路线的斗争。刘少奇、林彪一类骗子拚命反对毛主席的“三好”指示，破坏和阻挠青少年在德、智、体几方面得到全面发展，妄想按照地主资产阶级的面貌改造青少年一代，复辟资本主义。当前，在深入开展的批林整风运动中，我们要批判刘少奇、林彪一类骗子在这一方面的谬论和罪行，进一步认真学习和全面贯彻“三好”指示，使党的教育方

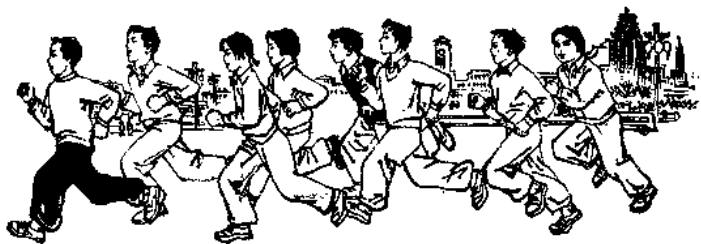
针得到落实，使学校真正成为培养无产阶级革命事业接班人的阵地，做好这方面工作，就显得更为必要了。

毛主席在“三好”指示中，把身体好放在第一位，就是要我们有一个强健的体魄，去搞好学习和工作，能适应各种艰苦的环境和斗争。书中提到的威海卫路民办第五小学，尽管这所学校条件较差，体育设备简陋，但他们重视少年儿童的身心健康，积极开展适合他们特点的文娱体育活动，使少年儿童的健康水平有了很大提高。象这样的事例，值得学习推广。开展青少年的文体活动，譬如做体操，打打球，跑跑步，学游泳等等，还要注意卫生，保证有足够的睡眠时间。只有这样，才能使我们青少年做到身体好。

青少年正处在长知识的时期，也最肯学习。作为革命事业接班人，这就需要认真学习马列主义、毛泽东思想，努力掌握科学文化知识。书中介绍了市二中学、漕河泾镇小学等中、小学校红卫兵、红小兵树立远大革命理想，勤奋读书的动人事例，可以给人有益的启发。现在学校里读的几门功课，是最基本的，我们在学习中，要理论联系实际，结合三大革命实践，为革命学好每一门功课，努力做到学习好。

身体好，学习好，是为着将来工作好。我们要从小学习为人民服务的本领，树立无产阶级的远大理想，把今天的学习和锻炼，与这个大目标结合起来，关心国家大事，胸怀世界风云，时刻准备着，为社会主义革命和建设贡献自己的力量。

我们这一代青少年，正处在帝国主义和无产阶级革命的时代，我们将亲手把祖国建设成为繁荣昌盛的社会主义强国，将亲手参加埋葬帝修反的战斗。让我们继续朝着毛主席指引的“身体好，学习好，工作好”的方向阔步前进！



培光盛开“三好”花

俞 园

南京路，它象沸腾的长河，日新月异，喧哗向前！

培光中学，位于南京路旁。解放前，这里曾经是帝国主义的“老闸巡捕房”；今天，正为无产阶级革命事业，输送一批又一批的接班人。

二十年啊，毛主席关于“身体好，学习好，工作好”的伟大号召，如春风雨露，在培光校园浇灌出多少绚丽的花朵！

你想从一点了解全面吗？好，那就请你到培光中学的中三（8）班去看一看吧。

—

走进中三（8）班的教室，你马上会看到，雪白的墙上，有一条鲜红夺目的大字标语——

“你为肩挑革命重担准备得怎样？”

这条标语，体现了毛主席的“三好”指示的精神，深深地铭

刻在每个同学的心上，闪耀出共产主义远大理想的光芒。

就从体育锻炼说起吧。

去年初冬的一天，寒风凛冽，这个班在宽阔的人民广场进行军体课测验。那是多么热烈的场面！同学们个个象小老虎，摩拳擦掌，精神抖擞。他们脱去棉袄，在起跑线附近，做各种准备活动，有的做操，有的跑步，有的跳绳。看，发令旗一挥，女同学六百米赛跑开始了。站在一旁的同学在高呼“加油”！那个跑在第二的同学，就是红卫兵连指导员小励。她一步不脱地冲向终点。“优！”——当新来的军体老师把成绩告诉她的时候，并不知道小励有季节性气喘病。可是，在跑的过程中，毛主席的“三好”指示，一个又一个的英雄形象，在她脑海里展现，她决心以顽强的意志战胜病痛。

刚进中学的时候，小励体质很差，上军体课跑步，她跑到一半就掉队了。她也曾经想：体弱有病，体育活动少搞点吧。在群众性的“三好”活动中，她学习了毛主席“三好”指示，认识到：“有了强健的体魄，才能搞好学习和工作，将来才能为建设社会主义祖国出力！”从此她成了体育活动的积极分子。早军训，她从不迟到，体育活动课，总可以看到她活跃在球场上。刻苦的锻炼，使她征服了病痛，现在，小励体质增强了，她以充沛的精力投入学习和工作。学习上，她门门功课优秀，工作中，她坚持开展谈心活动，做群众工作，受到师生一致的赞扬。

在中三（8）班，还流传着红卫兵战士小顾，为革命甘当配角的故事。

小顾原来是劳动委员。这学期，为了使更多同学得到锻炼，另调同学小何来担任这工作，小顾改任劳动干事——是劳

动委员的助手。在调动工作的时候，老师找小顾谈心，讲到：无数革命先烈，为了争取解放，实现共产主义，英勇牺牲了，他们没有留下自己的名字；今天，我们要象雷锋同志那样，做一颗永不生锈的螺丝钉，党叫干什么就干什么，绝不计较名和利！老师的话，句句打动了小顾的心。小顾不仅做好本分工作，还热情支持小何，关心小何的思想。小顾主动找小何谈心，交流工作的体会：“革命工作不分高低贵贱，都是在考验我们能不能全心全意为人民服务！”小何听了，工作干得更更有劲了。只要看到教室里有不干净的地方，她马上就去打扫。

就是这个小何，工作好，学习也挺刻苦。数学作业越来越难，小何有好多题目解不出来。这时，全班同学去参观双水内冷发电机组。在中心控制室里，小何看到满是电钮和红绿指示灯，却只有几个工人在操作。小何深深体会到，建设社会主义祖国，不能没有现代化科学技术。今天每解一道数学题，都是为将来的建设做准备啊！思想觉悟的迅速提高，有力地推动了他学习文化知识的积极性。小何的数学成绩，现在已经达到优良。可是小何没有满足，她正在继续努力……

在中三（8）班，象小励、小顾、小何这样的同学可多呢。红卫兵排长小季，把心贴在红卫兵工作上；小董有一股钻劲，一道难题不懂，就抓住不放，用心钻研，到处请教，直到弄懂为止；小钱在学农中搞炊事工作，把床铺放在灶头边，半夜起来烧早饭……

多么可爱的小将！他们为了将来挑得起革命的重担，今天都在用毛主席提出的“三好”标准严格地要求自己！

二

在这群可爱的小将中，有一个小张。

小张是红卫兵连长，在校运动会上，他参加好几个项目比赛。野营训练中，他带着班级的男同学，象个“小老师”，白天劳动，晚上查铺。同学们都喜欢他，有事总爱找他商量研究。



小张工作很忙，除了班级里和红卫兵连的事以外，还要参加一年级新红卫兵的发展工作，晚上常常开会。但是他的作业，还是按时完成，成绩优良。

学习文化知识，小张很认真，学习马列著作、毛主席著作，小张更是刻苦。他象雷锋同志那样，发扬“钉子”精神挤时间。清晨，他常常第一个到校，认真看书学习，写心得体会，学习中碰到不理解的地方，他就查阅各种资料，虚心向老师和同学请教，不弄通弄懂，决不罢休。

学习革命理论，是为了指导革命工作，解决实际问题。小张常常一边学马列著作，一边思考班级工作中的问题。

有一段时间，他经常想到同学小司。

小司和小张在小学里是好朋友。但是进中学以后，小司平时爱谈吃讲玩，不大关心学习和工作，学习成绩越来越差了。小张找排长小万和老师一起分析，都认为小司主要是因为缺乏远大革命理想。

该怎么帮助小司呢？小张从无产阶级革命导师的著作

中，懂得了巩固无产阶级专政的重大意义。他想：我们今天树立远大的革命理想，刻苦地学习，也是为了巩固无产阶级专政的需要呀！应当让小司也懂得这个道理。

在老师的引导下，小张用毛主席哲学思想观察和分析问题，他想：要帮助小司，光有良好的愿望是不够的，还必须讲究方法，一定要发挥小司的积极因素，使他逐步树立起远大的革命理想。

在野营训练的路上，小司帮助炊事班踏车子，买了几次煤和米。小张及时地表扬了他。小司简直不相信自己的耳朵。他很激动，过去，总是批评我打架啦，吃零食啦，哪想到今天竟受到了表扬，同学们并不把我看死呀！

根据小司的爱好，小张在课外和他一起下棋、打乒乓、踢足球、打羽毛球……开展各种体育活动。小张想：“这是帮助小司的第一步。”他们一起看了电影《大寨红旗》，小张就和小司谈怎样学习贫下中农战天斗地的革命精神；看了电影《收租院》，小张又引导小司回忆他母亲的苦难童年，提高了他的阶级觉悟；渐渐的，小司的爱好改变了。

小张从自己成长的经验中懂得：革命理想的树立，离不开革命实践。小张和红卫兵们一起研究，并征得了老师同意，安排小司担任副小组长的职务，让他进一步锻炼。小司第一次接受工作，很想做好。

但是，世界上哪里有一帆风顺的事呢？小司的一个好朋友，上课时自由散漫，小司想督促他注意课堂纪律，但又有顾虑。小张早就看在眼里，他想：小司刚开始工作，一定要大力协助他。小张和小司谈心，打消他的情面观点，热情鼓励他：“这是一次锻炼的好机会，红卫兵的五敢精神，就是从实践中

培养出来的!”小司鼓足勇气,和那个同学谈心,提高了他的认识。小司自己也深深体会到,要做一个共产主义战士,一定要和私心杂念作坚决斗争!

为了使小司前进得更快更稳,小张常常对小司宣传学习马列著作和毛主席著作的重要意义,用自己每天刻苦攻读的实际行动影响小司,还常常把马列著作和毛主席著作一段段一节节地给他解说。革命导师的著作,给小司描绘了一幅无比灿烂的共产主义前景,使他开始意识到,我们这一代,肩上将有多重的担子!

有什么思想,就有什么行动,小司下决心,为了实现远大的革命理想,为了巩固无产阶级专政,一定要学好科学文化知识!这时候,小张又用自己刻苦学习的行动,继续影响小司。

小张经常到小司家里去,一起复习功课。每次,小司都发现小张对待学习比自己认真。一天,小司忍不住地问:“你的成绩不是很好吗,还这样用功?”小张说:“从书面的成绩看,我是不差了,但是一到实际中去,就发现差得很远。”接着他就告诉小司,《工业基础知识》课上学的滤波器原理,好象全懂了,但等自己一动手,就搞不清哪是正极,哪是负极。“学习上,一定要高标准,一丝不苟,不能有半点马虎呀!”小司听了,很激动,小张真是我学习的好榜样呀!从此,他更是处处向小张看齐,为了补上过去脱下的功课,他用了很大的毅力。有一次,他为了掌握《工业基础知识》课中关于继电器的原理,早晨三、四点钟就起床钻研,到学校再虚心向同学请教,然后回家再复习,一直到透彻理解为止。小司胸怀革命大目标,只觉得有使不完的劲道!终于,小司以惊人的速度,赶上了同学们的学习进度。原来他学习成绩较差,特别是外语,连A、B、C、D几

个字母也分不清，现在，他各门学科都达到了较好的成绩，外语考试还得到优良的成绩。

小司的成长，凝结着小张和他的战友们多少心血！这难道仅仅是帮助了小司一个吗？不，正如小张说的，帮助了一个，带动了一批，革命的队伍就是这样不断壮大的。现在，小司已经成为一个光荣的红卫兵战士。他也象小张那样，用火热的心，耐心帮助同学，树立远大的革命理想。

三

在中三(8)班，人人都有一颗火热的心，他们互相关心，互相爱护，互相帮助，给班里一个身体残缺的同学——小王，带来了无比的阶级温暖。

小王在小学里，双耳就基本上失去了听觉。即使坐在第一排，也听不到老师讲些什么。当然，他学习成绩很差，思想上也很苦恼。

可是，进中学不到两个学期，他变了。

一九七一年冬天，在这个班的一次声讨林彪一类骗子大会上，小王激动的声音在寂静的教室里回荡：“……我是劳动人民的子女，没有党和毛主席，就没有我聋子的今天。林彪一类骗子妄想变天，我一千个不答应，一万个不答应！从今以后，我一定要克服困难，积极投入批林整风运动中，做到身残心红志更坚！”同学们顿时爆发出热烈的掌声，“毛主席万岁！毛主席万万岁！”充满了激情的高呼声，冲出教室，响彻大楼！……

从进小学以来，整整七年了，今天，小王第一次在大会上

发言呀，同学们怎能不激动！回想小王进中学以来，红卫兵组织、全班同学和老师，为了帮助他，曾经花费了多少心血呀！

刚刚入学的时候，红卫兵组织决定：小王虽然残废，我们也要想尽一切办法，使他朝着毛主席指引的“三好”方向努力。

于是，一场特殊的帮学活动开始了。

在小王满篇病句和错别字的周记后面，红卫兵排长写了几句话，希望他能经常用书面向红卫兵组织谈谈自己的思想。小王向排长笑了一下，表示同意。但是，对他来说，要把自己的思想用文字表达出来，比登山还难哪！但他有决心去努力。星期天，天刚蒙蒙亮，他就起身了，伏在桌子上面写呀写，写不好，划掉再开头；碰上写不出的字，就查字典，查不到，就空着，等天亮后问同学。他即使写得



满头大汗，但仍然写不出什么，而且前言不搭后语，别字连篇。可是，凭着坚强意志，他终于写出来了！红卫兵组织热情地表扬他，鼓励他，把大家的希望写在条子上送给他。他高兴极了，在他基本上失去听觉的双耳里，响起了隐

隐的春雷……

一转眼，快两年了。对小王来说，这是多么有意义的岁月。每周书面的思想汇报，他从来没有间断过，有时候，甚至一个星期写上好几篇。他拾到五分钱交公时，用书面谈谈思想认识；同学跟他开玩笑，他生了气，冷静下来时也拿起笔，分析分析自己的思想，……他每写一篇，那怕三言两语，都得到了红卫兵组织热情洋溢的“回条”。你来我往的这张一张条子，变成了一级级台阶，使他一步步向思想高峰攀登！……

你看，学习英雄刘哲民的事迹以后，他马上向老师要求：“请你们分配我一点任务。我是多么想为集体做点事呀！”老师和同学们决定，让他参加绿化组工作。他很高兴，一丝不苟地在绿化园地上工作着，浇水、修枝……几个月来，每天如此，从未间断。

你看，在轮到小王班级值日时，有人从照顾他的愿望出发，想代他值，他却坚决拒绝了，尽他一切努力，给全班同学分析、总结一天来的课堂纪律，积极为同学服务……

事情就是这样：小王越主动，红卫兵排和同学们对他越是关怀体贴，他们手把手地帮助小王，使他在学习上紧紧跟上！就说红卫兵小沈吧，他对小王每次写的思想汇报，除了写上自己的看法，还把错别字一一举出来，在不通的句子上，进行了认真的修改。同学们热心地教，小王也虚心地问，刻苦地学。全班同学，为了书面解答小王提出的问题，所花的纸张不知有多少！就在这种艰苦的努力下，小王的学习成绩有了显著的提高。最近一次语文测验，他的成绩达到了优良！

这样帮助就够了吗？不，小将们想得更周到。为了增强他的体质，丰富他的课余生活，他们还常常同他打羽毛球，踢

足球。看到小王生龙活虎的样子，他们从心底里感到高兴。小王也没有辜负大家的期望，后来他也光荣地参加了红卫兵。

小将们想得更远：能不能使小王恢复听觉，更好地前进呢？师生们就陪小王到几个医院去检查。医生诊断是神经性耳聋，需要较长时间的治疗。他们就不辞劳苦，每两天一次，陪他到离校较远的医院里去。另外一部分同学，则在老师的指导下，大胆地为小王试制助听器。小徐、小万跑工厂找图纸；小罗、小戴过街走巷去买零件；小区起早摸黑搞装配……他们发动了全班同学，克服了重重困难，终于把助听器试制成功了！

这些，都是培光中学学生们按照毛主席关于“身体好，学习好，工作好”的伟大教导，大步前进的一个剪影。在这个学校里，毛主席的“三好”指示，已经哺育出许许多多的革命新人。中三（8）班这样，其他班级何尝不是如此？他们时时、处处都沐浴在毛主席无产阶级教育革命思想的阳光雨露下，看看吧——

黎明，东方刚刚吐出鱼肚白，培光中学的一群男女学生，就开始绕着人民公园外圈跑步了。他们矫健的脚步声，在宽广的马路上回荡……

早晨七点钟左右，南京路、西藏路这两条上海市的“动脉”，已经是“车水马龙”。在中百一店门前路口，红绿灯频繁地闪烁，控制着两条路上四个方向的“车流”。这时，培光中学的一批红卫兵站在慢车道、人行横道线附近，帮助交通民警，管理来往车辆，宣传注意交通安全的道理。

当晚霞满天的时候，在食品一店周围的里弄里，培光中学的校外小组开始活动了。同学们有的在做作业，有的在复习