



106 學年度第 2 學期「閱報教育--主題宣導」

## 第 1 週主題：「開學日 幫助學生回到正常作息」

中華民國107年2月21日／星期三

國語日報

綜合新聞 2



### 開學日 幫助學生回到正常作息

今年春節來得特別晚，但開學日來得特別早。學生多少感覺不是剛過年，怎麼一下子就開學了，恐怕都尚未做好開學心理準備，看來教師要花費更多的時間和心血，幫助學生回到正常作息。

今年的開學日，時值過年後上班第一天，學校行政人員開學前準備工作要比以往辛苦，而教師也沒有充裕時間備課，開學要求學生學習就緒，勢必要面臨到一些挑戰。看來今年的開學日，對師生而言可能不是充滿喜悅的一天，而是感到壓力的一天。

學校為配合春節期間，上學期多上一週課程，部分學校利用該週為彈性學習時間，安排各種學習活動；部分學校則利用該週先上下學期的課程；前者因下學期正式課程少了一週，可能要做好趕課的準備；後者學生未能連續學習，而上學期先上的內容，過了一個寒假之後，可能忘了不少，教師勢必要做好課程銜接和複習的工作，否則將造成學生學習的斷裂，影響到學生學習效果。

今天是開學日，受到春節的影響，部分學生尚未做好開學心理準備。教師和家長應該利用時間做好學生收心操工作，調整學生正常的生理時鐘，能夠與學校作息時間相結合，這樣就可降低「收假症候群」的身心不適應情形，讓學生有一個好的新學期開始。