

Headline	Schools should introduce more resting periods between lessons		
Date	2009-08-11		
Media Title	Lianhe ZaoBao (Mon-Fri)	Section	Forum
Page No	16	Size	N/A
Description	<p>Children nowadays are more hyperactive and it is thus very unrealistic to expect them to focus for 3 hours straight in lessons. In addition, there is a dilemma whether to allow them to visit the toilet in between a lesson because it might cause the student to miss out on the most critical part of the lesson. Thus there is a need for more breaks, like in china's schools, where there exists 10 minutes break between every two lessons.</p>		

学校应该安排课间休息时间

贺利群

凡是有在新加坡读书或者教书经验的人都会了解，这里的小学生每天在校上课的时间通常是半天。或上午班，或下午班，另外半天为课外活动或补习。半天的上课时间通常为五个半到六个小时。这中间有半小时休息时间，让学生吃一点东西，喝喝水，上厕所，活动一下筋骨。除了这半小时外，如果那一天没有体育课，学生就很难再有机会离开他们的课室。

我认为这种安排极不合理，特别是对小学生更为不妥。6至12岁孩子，正是活泼好动年龄，很难长时间地集中注意力。两三个小时坐在课室里，怎么会有高的学习效率呢？更何况这样长的时间，孩子会口渴、尿急。

上课时，常有学生提出：“老师，我要上厕所。”“老师，我要喝水。”作为老师，有时很难权衡：不让去，怕学生是真尿急；让去，又怕他们错过老师讲的重点。更何况，的确有一些顽皮的学生趁上厕所之机，随意游逛。学生其实很聪明，知道哪个老师好商量。听过有老师这样训斥学生：“为什么刚才上某某课的时候不上厕所？偏要等我的课才上厕所？”为了避免不必要的麻烦和课室混乱，老师会尽量减少批准学生上厕所的次数。难道没有办法改变这种现象吗？

中国的中小学，一堂课是45分钟，每两堂课间有10分钟休息。学生和教师都可以充分利用这短短的时间放松一下。该喝水的喝水，该上厕所的上厕所。舒展一下筋骨，休息一下眼睛，上课铃声一响。立刻投入下一堂课的学习。一上课，就没有人提出上厕所、喝水之类的要求，更没人走进走出。常听到本地教师去中国交流之后说：“中国的老师真有本事，学生上课那么守纪律。”反观本地的教学，课室环境可谓宽松，学生忽而要求喝水、上厕所，忽而疲倦地趴在桌上，自在之状就像在家里，或在幼稚园。这又怎么能完全责怪学生呢？长时间的疲劳轰炸，休息时间不合理，不仅对学生的身心造成不好的影响，而且对老师的课室管理也是一大挑战。文武之道，有张有弛。这个道理也适用于读书学习。