

學生學習過勞
小讀者回響

本報第十五版「讀報精選」專欄於十一月六日刊出的「學校＋補習，臺灣學生是否過勞？」一文，獲得小讀者熱烈回響，為擴大大意見交流，再次整理小讀者的投稿，刊登於本版。

我補習，我很累……

王譽／高雄市愛群國小三年三班

自從升上國中，年級後
功課變得很多，每天都
要花很長的時間才能寫完
作業。如果還要再寫補習
班的作業，就算是三頭六
臂的三太子也忙不過來吧！
一想到寫完學校功課，還要
接著寫補習班作業，不只手
痠、身體累，連腦袋都會爆
炸吧！

莊少甫／新竹縣十興國小五年儉班

在學校上課加上補習班，會讓學生過度疲勞，反而更無法好好學習。上社團課，可以學習技能，對未來工作才有更多的選擇，加上在家自習並提高睡眠時間，學習效率反而比上補習班更好。

我補習，我自在……

林昕穎／臺北市大橋國小六年乙班

我覺得臺灣學生沒有過
勞，學校課程加上補習，
都只是我們學習過程中的
必經之路，如果真的覺得
辛苦，不妨看看現在正在忙
碌賺錢的爸爸媽媽，生活跟
學習一樣辛苦，但是都會有
所收穫。

徐捷恩／臺南市慈濟國小五年包容班

參加課後補習不會過勞，因為有些補習不會上學校課業的科目，例如：畫畫、鋼琴、桌球、籃球等，這些課程都可以放鬆，這些課程都可以放鬆是關鍵。

楊凡葦／臺中市長安國小六年四班

我覺得自己快要過勞了，其他學生應該也是吧！

每當我向爸媽反映時，他們就會說：「上班比上學還累，你現在覺得累，以後要怎麼辦？」大人們都以為自己的孩子不會過勞，可是他們都不知道我們每天在安親班待到八九點，真的很累。

黃雨彤／桃園市楊明國小五年三班

我很喜歡上學，尤其上體育課，因為跑步可以幫助釋放壓力。可是下課之後我還要補全科，加上學校的回家作業，事情很多，讓我覺得很累。尤其數學特別困擾，因為解題的方式、公式很多，根本記不住，補習對我來說，沒有解決問題，反而製造更多煩惱。

陳亭語／澎湖縣望安國小六年甲班

我覺得太累了，在學校
上完課之後，沒有自己的
鬆的自由，也會導致睡眠不
足，隔天上課就會沒精神。

吳昕芸／桃園市楊明國小三年四班

我參加了補全科的安親班，寫考卷對我來說並不困難，媽媽送我去安親班，是因為我是不會自我管理的

許竣傑／臺中市美群國小六年三班

我覺得不會過勞，安親班是為了幫助我們複習，不是故意要留我們到很晚問題。

劉宇翎／苗栗縣苑裡國小六年丙班

臺灣的經濟及科技發展
蒸蒸日上，需要更多元的
競爭力，因此我願意接受。

我不補習，我快樂

林千博／新北市北大國小四年六班

在上課時專心聽講，下課後好好的規畫時間複習和休閒，比去補習或考前加強班來得更有成效。好多同學下課後還要補習到八、九點才能回家，近視加深了，上課也昏昏欲睡，這樣的學習方式一點都不恰當。

廖玉晴／嘉義縣內甕國小六年甲班

社會中有許多
壓力，譬如課業、
社交……造成學生
身心俱疲，還出現
一些不適當的行為
我很慶幸自己不
用補習，可以每天
和家人一起談天、
吃晚餐。讀書很重
要，但顧好自己的
身體才有美好的未
來啊！

劉子齊／新竹縣上智國小六年A班

政府試圖消滅補習班，但補習班還是以另一種極端方式存在，造成學生過勞。我很慶幸不用補習，忙碌一天後，回到家還有時間喘息，有充足睡眠，才能迎接翌日的挑戰。我認為認真學習，主動複習，「自制力」才是比補習更好的促進學習效率方式。

吳沂潔／桃園市新興國際中小學五年一班

我很喜歡上學，
不過在某些壓迫感
較高的課，像是社
會及英文，上起課
來會很累。由於我
讀私小的緣故，長
時間的課程已經是
疲勞轟炸，若晚上
睡眠時間。

還要補習，體能實
在撐不住，也沒有
效率。不如早點上
床睡覺，隔天的學
習才會有效果。我
絕對不會為了讀書
考試而犧牲寶貴的
睡眠時間。