

## 縣長致國小學生寒假一封信

親愛的小朋友們：

大家好！忙碌的縣政生活，讓縣長覺得「光陰似箭」，小朋友們是否也有「才經過五個多月的學習，轉眼又要放寒假了」的感觸呢？

知道嗎？時間的流逝是一去不返的，所以，人們才有「一寸光陰一寸金，寸金難買寸光陰」的感嘆。我們要善用時間，尤其縣長覺得童年時的學習時光最是寶貴，因此小朋友們更要珍惜。

此外，今年的農曆過年來得晚，所以為了配合春節假期，這次的寒假變得很特別，除了延後一週放假之外，還將下學期的第一週課程，調整到放寒假前來學習。這樣的調整，使得各位小朋友在放假前，就已經先探索下學期的課程了。因此，我們更可以好好利用寒假的時光，充實自己，為已經開始的下學期做更好的準備。

對於寒假生活的規劃，縣長在此想叮嚀你們幾件事：

### 一、珍惜時間，扎實學習課程

寒假不是學習的空白時間，而是沉澱學習的重要時刻。也就是說，學校放假了，所以，我們可以放慢腳步，把自己在上學期感到困擾的課程，重新溫習溫習；也可以拿出下學期的教材，事先預習，對於有興趣或者不太明白的部分，可以先查查資料，多方思考。

### 二、善用資源，多方探索興趣

可以多多留意各種寒假育樂營，選擇適合自己的活動；可以到鄰近的社區閱讀中心或者鄉鎮圖書館，遨遊書海；可以跟著爸媽一起做義工，幫助更多需要幫助的人，……。小朋友們，興趣是探索來的，不能只是空想，而要實際的去多方嘗試體驗。

### 三、多多運動，保持身心健康

無論是否走出戶外，擁抱山海，或者是跳舞、慢跑、打球都好，甚至只是在家附近跳跳繩或騎騎腳踏車也可以，只要能每天多運動，就能幫助我們身心更健康。

### 四、接觸人群，享受家庭生活

在哈佛大學開設的「正向心理學」的塔爾·班夏哈教授曾提醒我們：「同

理心必須在真實、親密的互動中形成，無法在幫朋友按讚的時候產生。」我們必須多花時間和家人朋友相處，多做深度的交流，因為健康的人際關係，是形成長期幸福最重要的關鍵。

#### 五、重視安全，快樂迎接新年

要謹記師長平時在安全教育上的叮嚀，要多留意自己的安全。除了出門返家必須告知父母，以及留意交通安全之外，也要小心網路上的陷阱，避免自己身陷險境。只要感到不對勁，就要趕緊尋求可以信任的大人的協助。

最後，縣長認為要營造和諧有禮的美善社會，就必須以優質教育為基礎。因此，面對二十一世紀的生活，縣長希望能以「育才、創新、公平、友善」的教育目標，和你們一起達成「適性揚才、優質學習」的願景。希望你們能和縣長一起努力，讓自己成為懂得自主學習，以及珍惜光陰的好學生。

祝福你們，寒假充實快樂！

縣長 魏明谷 謹誌

104年元月