

ID : 2261

Catégorie : FLM

Nombre de mots : 745

Ma contribution pour le bien-être des étudiants

De nos jours les élèves du secondaire ont beaucoup d'activités scolaires et parascolaires. Leurs parents et la société mettent beaucoup d'exigences sur les réussites académiques. Les étudiants du secondaire sont mis dans un environnement toxique, qui propage de l'anxiété et cause beaucoup de personnes à devenir déprimés. Si je disposais des moyens illimités, j'améliorerais le bien-être chez les élèves du secondaire en offrant ces écoles qui non seulement donneraient une bonne éducation arrondie, mais aussi un environnement sain où les étudiants pourraient s'épanouir.

Pour commencer, je reconstruirais les écoles pour avoir plus de clarté naturelle et une ambiance très relaxe ainsi que des laboratoires, bibliothèques et des facilités sportives bien équipés, des fournitures scolaires aux étudiants et des salles de repos. De même, toutes les écoles auront une cantine très moderne qui offrirait divers menus quotidiennement. Comme les étudiants ont peu de temps le matin et parfois n'ont pas les moyens de préparer un petit déjeuner nutritionnel, beaucoup arrivent à l'école avec l'estomac vide. J'améliorerais leur bien-être en offrant des repas nutritionnels qui aideraient la santé et concentration des étudiants pendant les classes. En plus, pour maintenir un niveau élevé d'énergie et de motivation, les élèves auront des fruits comme collation.

Aussi, j'organiserais des activités estivales et hivernales dans les écoles et des compétitions entre écoles. Pendant l'été, ils pourraient participer à des activités sportives comme le tennis, le baseball, la natation et pendant l'hiver, les sports comme le ski et le hockey qui leur donneraient une vie équilibrée. Pour les motiver, tous les étudiants auraient une adhésion gratuite au gymnase de leur choix. Cela leur permettrait de s'entraîner pendant leurs temps libres. Puis, j'offrirais des centres de méditations ou des classes de yoga pour les élèves durant la journée ou après l'école. Des retraites de méditations seront organisées durant les fins de semaines pour aider ces étudiants à se décompresser et les aider à trouver une balance dans leurs vies scolaires. Les centres de méditation seraient menés par un yogi.

Il y a des études qui démontrent que le manque du sommeil chez les adolescents pourrait compromettre leur réussite scolaire, leur santé et leur sécurité. Les étudiants du secondaire devraient avoir un bon sommeil d'au moins 8.5 heures par nuit. Malheureusement, ces étudiants dorment moins de 7 heures par nuit. Ils manquent du sommeil parce qu'ils dorment très tard et se lèvent tôt pour aller à l'école. Pour améliorer leur bien-être, je conseillerais aux écoles de faire démarrer la journée scolaire plus tard, ce qui permettrait aux élèves de dormir plus longtemps, mais également aux professeurs pour se préparer avant l'école. En outre, dans toutes les écoles, il y aura des salles pour que les étudiants puissent prendre une petite sieste pendant la récréation s'ils sont fatigués. Cela les aiderait à se reposer et se concentrer beaucoup mieux dans les classes.

Ces jours-ci, nous utilisons l'internet pour faciliter la communication rapide et efficace. Mais la plupart des étudiants du secondaire sont trop dépendants des réseaux sociaux et les jeux en ligne. Ils sont sans cesse sur leurs téléphones portables ou leurs ordinateurs et ne prennent plus de temps pour faire une conversation avec leurs amis ou parents. À cause de ce problème, je bloquerais l'accès à l'internet pendant la journée à l'école. Cela forcerait les étudiants à mieux se concentrer en classe et aussi d'avoir le temps de parler avec leurs amis.

Une autre proposition pour améliorer le bien-être des étudiants du secondaire serait de réduire leur anxiété au moyen de la zoothérapie. A mon école, les conseillères apportent leurs chiens pour aider les étudiants à se détendre deux fois par semaines. Aussitôt que je me sens stressée, je rends visite aux conseillères pour passer du temps avec leurs chiens. Cela m'aide à me relaxer et je me sens mieux et heureuse. En plus d'avoir des chiens de réconforts, j'aimerais inclure une ferme pédagogique pour que les adolescents peuvent passer du temps avec des animaux de ferme ainsi qu'aider à faire pousser leurs propres plantes et légumes.

Enfin, j'organiserais des voyages culturels à l'étranger disponible aux étudiant tout frais payer. Ces voyages seraient utiles pour exposer les élèves aux diverses cultures pour les préparer pour la vie universitaire.

Le bien-être des étudiants est extrêmement important. Ces idées ci-dessus donneraient un effet positif non seulement aux étudiants du présent, mais aussi à ceux du futur. Les jeunes d'aujourd'hui deviendraient les dirigeants de l'avenir, et leurs expériences pourraient les inspirer à créer un meilleur monde pour les générations à suivre.