上課為什麼不要去上廁所 班級： 座號： 姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

在學校裡，上課專心聽講是最重要的學習時間。然而，有些同學習慣在上課時舉手說要去上廁所，這看似只是小事情，其實卻會帶來不少影響。首先，當你在上課中途離開，可能會錯過老師正在講解的重點。尤其是數學公式、英文文法或老師特別提醒的考試重點，往往只說一次，如果你不在場，就會導致學習上的落差。等到下課再問同學或老師，既麻煩，也未必能完整補回。

其次，上課去上廁所也容易打斷課堂的秩序。當一位同學舉手說要出去，老師必須停下來允許，其他同學的注意力也會被分散。這樣不但浪費時間，也可能造成全班專注力下降。長期下來，課堂氣氛容易被破壞。其實，只要能在下課鐘聲響時好好利用十分鐘，就足夠解決身體的需求，而不需要犧牲上課的學習。

再來，從安全的角度來看，上課去上廁所其實比較危險。因為這時候走廊與廁所人少，如果發生滑倒或不舒服的情況，不容易有人發現，也可能延誤協助。學校安排下課時間，正是為了讓大家能同時活動、上廁所或喝水，既安全又方便。

最後，常常在上課時去上廁所，也會讓老師和同學覺得你沒有養成良好的生活習慣。正常情況下，我們可以在課前或下課時先做好準備，避免上課分心。養成這樣的自律習慣，不但有助於學習，也是一種對自己與他人的尊重。

總結來說，上課不要去上廁所，是為了學習不中斷、課堂不被打擾、安全有保障，也能展現自律。希望同學們都能在下課時間妥善安排，讓上課時光更專注、更有效率。

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |