

## 7 点前早餐半价，这样的“大学教育”可以有

2023 年 02 月 20 日 04:17 来源：新京报



近日，一所学校因早餐火了。

据浙江日报报道，浙江绍兴职业技术学院推出了限时半价早餐活动。不论是包子馒头瘦肉粥，还是面条馄饨蛋炒饭，只要在早上 7 点前点餐，都是半价。活动第二天早上 6 点多，食堂早餐档口就已经排起了长龙。对于这项旨在帮助大学生养成早起习惯的活动，网友纷纷点赞称，“叫醒大学生的不止是梦想，还有热气腾腾的半价早餐！”

事实也证明，7 点前早餐半价的举措，比给大学生讲要早起的大道理管用得多。这也给了不少高校启发——不妨结合实际情况，重视学生的“衔接教育”，帮助学生适应环境的变化，培养良好习惯。

新学期开学，学生通常面临两个转变。一是由以前受疫情影响经常上网课，到全面恢复线下教学的转变；二是由超长寒假到开展正常学习生活的转变。

面对这两个转变，难免有的学生不适应，如开学后还在“放假模式”，作息时间调整不过来，早上起得晚了，来不及吃早餐等。

而适应这一转变，一方面要靠学生自主调整，跟上学校教学节奏。另一方面，就需要大学加以引导，尤其是在“转变”的关键期，要对学生进行适应性教育。

这个新学期和以往相比，是特殊的。以往，高校通常不会把寒假回校作为一个重要环节，对学生进行适应性引导。而受困于疫情的三年网课之后再返校，则需要高校分析、了解学生的所思所想，行为举止，做好特殊时期相应的“衔接教育”。

“衔接教育”，就是对学生进行生涯教育，引导学生结合环境的变化，根据自己的现实情况，作出新的适应环境的规划。这是每所高校都应该给学生的教育。

以这所高校推出的 7 点前早餐半价为例，就是一种体验式的“衔接教育”。学校通过此举，引导学生要早起，走出寒假模式，也从“网课时间”中走出来。与学校给学生开会，讲要适应“转变”，做好规划的大道理相比，这样的“大学教育”更令学生喜闻乐见，也更深刻。

单词:	xiànrshí 限时	jǔcuò 举措	qǐfā 启发	xiánjiē 衔接
	nánmiǎn 难免	tiáozhěng 调整	jiézòu 节奏	yǐndǎo 引导
	shēngyá 生涯	móshì 模式	guīhuà 规划	xǐwénlèjiàn 喜闻乐见

- 讨论: 1. “7 点前早餐半价” 的做法对您是否有吸引力? 为什么?
2. 疫情对您的日常生活方式和习惯产生了哪些改变? 现在这种改变还存在吗?

源新闻: <https://www.chinanews.com.cn/sh/2023/02-20/9956607.shtml>

音声 URL: <http://ttn.co.jp/sound/text/files202302231677132731.mp3>