

不同的課外活動能帶來不同的好處，但你有沒有好好思考過課外活動能帶來甚麼好處呢？

首先，課外活動能幫助舒緩壓力。學生每天都有排山倒海的功課，而且每星期都有很多默書和測驗，所以學業無疑為學生帶來了很大的壓力。學生必須要有發洩壓力的渠道，所以參加課外活動是一個很好的選擇。課外活動可以把學生的注意力放在其他地方上，忘記壓力。可見，課外活動能讓學生減壓。

其次，課外活動可以培養學生的自信心。當學生完成一個小目標後，他就會獲得成功感，更會有動力去完成下一個目標，從而建立自信；相反，一個沒有參加課外活動的學生沒有太大的動力，遇到失敗時，容易氣餒。可見，課外活動可以培養學生的自信心。

此外，參加課外活動可以提升溝通能力。參加團隊課外活動如足球校隊等，能使孩子學習如何與別人溝通。因為在團體活動時，在一個隊伍中必須有適當的溝通，才能發揮每個隊員的所長，所以溝通無疑是不可或缺的。由於溝通能力在團隊中如此重要，所以當你加入不同的團隊時，一定能提升溝通能力。可見參加課外活動能培養學生的溝通能力。

參加課外活動的好處多不勝數，讓我們多多參加課外活動吧！