



## ●【輔導處】06-2894560 分機 710、711、712、713、716

1. 提醒您，新生服務時數從開學日 8/30 起算，暑假提早做，是不能採計的。
2. 開學前長長的暑假，建議家長和孩子商量，如何安排「規律作息」、「學習和休閒平衡」、「輕鬆又充實」的生活：
  - ◆定時看翰林雲端線上課程或一起挑選的書籍、影片，練習寫下想問的問題，準備主動學習的原料。
  - ◆充足的休息與睡眠，是專注，省力學習的基礎。
  - ◆學習分擔簡易的家事，洗碗，晾衣，拖地或做簡易餐食，照顧幼小弟妹，或關心長輩等，鼓勵及安排孩子做家事，多給予肯定，也能養成孩子的參與感，做事的能力及自信心。
  - ◆建立和孩子的互愛關係，家長與孩子每周的一對一個別相處，無話不談，是安度青春期的好方法。
  - ◆討論使用 3C，按時休息及關心孩子的交友狀況相關的原則，有親子共識，避免網路成癮或其他身心失衡症狀，是家長要高度重視的。
  - ◆規畫家族暑假活動，除了休息放鬆，也增進家人情感與親密聯繫。
3. 親子天下 新生開學 60+問 給家長的完全指南  
新生開學 60 個問題與簡答，包含國中新生的「人際適應」，「學業作息」，「親師溝通」，「青春期性教育」及「親子溝通」等五大類，請家長參考與了解。  
建議可和孩子一起討論相關 QA，預先了解可用的適合方法應對，增加彼此共同的話題、互相了解、共識及安全感。
4. 親子天下 葉奕緯老師：別用孩子國小表現，論斷國中成績  
每個孩子的興趣、熱情及優勢能力不同，關心、陪伴孩子用適合的方式學會所學，捨棄不適合的習慣與方法，以學懂、學會為目標，跟自己比賽。

新生開學 60+問 給家長的完全指南	別用孩子國小表現，論斷國中成績
	

《親師生一起準備，合一互愛生活，敬祝國一生啟航，順利完成階段成長目標，開展自己的偉大航道，航向夢想，美夢成真。》