**臺北市立松山高級中學109學年度第二學期親職教育日**

108.3.5

親愛的家長，您好！

由衷的感謝諸位家長，在百忙中抽空參加本學期的親職教育座談會，在此，敝人謹代表學校向諸位家長致上十二萬分的謝意！

寒假期間己進行了大學學測。這學期緊接著又是一連串的申請學校的作業，在此同時，孩子除了準備申請的資料以及面試之外，還得能靜下心來準備指考，所以情緒的起伏一定很大，此時你的陪伴，將是他(她)努力的最大動力。

一般的考生可能出現的負面症狀：焦慮緊張、失調(失眠、吃不下、拉肚子、便秘、經常感冒、消化性潰潰瘍等)、沮喪、放棄(反正我再怎麼讀也考不好)、過度自信(我已經準備的差不多，不用那麼拼！)，這時家長若能「**用心而不多心，耐心而不操心**」，因為孩子的體質不同、實力不同、挫折容忍力不同，因此**寬容孩子上下起伏的情緒，營造適合家裡讀書的環境，照顧孩子的飲食，鼓勵他做適度的休閒和運動**，將會對孩子有很大的助益。

※重要行事與活動

1. 二次定期考試：期中考3/30、31；期末考5/12、13；

二次指考模擬考：第一次2/23、24；第二次4/28、29。

2. 2/22 ~ 3/12第一次改過銷過暨德行績優申請。
3/15 ~ 4/9 第二次改過銷過暨德行績優申請。

3. 5/18 公告高三補考名單，5/20 高三補考，7/6高三重修上課。

4. 畢業典禮：6月1日。

※作息與常規

1. (1) 因早上有時有小考，並希望養成良好習慣，請能每天7：40以前到校。

(2) 學校規定早上到校時間：週一、三、四、五均為7：50；週二為全校性升旗，7:40登記未到；16：00放學。

2. 請假：(1)事假請事先填寫好假單及家長證明請假。

(2)病假請當天9點前致電或傳LINE、簡訊通知導師，並於三日內攜帶病假證明及假單辦妥請假手續。

(3)定期考期間與其前三日請病假，需醫院證明。

(4)共同防範新冠肺炎疫情，請假依相關法令規定辦理。

※家長配合事項

1. 高三課程更深更廣，在準備升學之餘，須兼顧原有課業。

2. 讓孩子養成規律作息好習慣，培養自律能力、抗壓性、責任感。

3. 面對大學科系選填之生命轉捩點，能在過程中引導孩子探索發展。

4. 若晚上有補習，須了解孩子在補習班的狀況、返家與安全事項。

※學測相關時程：

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 相關事項 |
| 3/17 | 繁星推薦放榜 |
| 3/31 | 寄發大學個人申請、科大申請第一階段篩選結果 |
| 5/10前 | 各大學公告個人申謮正備取生錄取名單 |
| 5/13~5/14 | 上網登記就讀志願序 |
| 5/10前 | 公告科大個人申謮入學正備取生錄名單 |
| 5/20 | 個人申請公告統一分發結果 |

※指考相關時程：

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 相關事項 |
| 4/22~4/29 | 指考校內報名 |
| 6/10 | 指定科目考試-簡訊通知應試號碼 |
| 7/3、4、5 | 大學指定科目考試 |
| 7/19 | 寄發指考成績單 |
| 7/24~7/28 | 考試分發上網選填志願 |

※親師聯絡方式

1. 電話：2753-5968分機312 或手機：0919116673

2. 一般書信：台北市信義區基隆路一段156號

3. 總機：27535968；傳真：27662458

4. 校長室：轉212 教務處：轉225　學務處：轉251 輔導室：轉215
生輔組：轉250 家長會：轉227 教官室：27535962

※各任課老師

國文：潘怡君老師(332) 英文：汪惠真老師(321)

數學：劉雅莉老師 (312) 歷史：夏繪閔老師(342)

地理：陳偉玲老師(341) 公民：蘇昱安老師(340)

藝術生活：翁涵怡老師 (364 ) 體育：陳萩慈老師(261)

校安老師：崔宇鋐老師(59) 輔導：康家華老師 (217)

※特別感謝家代芃嬡媽媽、承燁媽媽的各項協助。

1.製作祈福活動所需的祈福箱。

2.幫同學至文昌宮祈福。

3.協助學測當天餐點的訂購。

4.各項訊息的即時傳遞。

※ 1. 班費支出明細如附件。

 2.請隨時上網查看學校首頁各處室最新消息，留意學校的各項動態。

3.再次感謝您的支持與配合，您的付出與關心將使孩子在各方面的表現更優異。

三年5班導師劉雅莉

意見交流道

學生姓名： 家長姓名：

|  |
| --- |
| 一、希望導師協助與貴子弟溝通之事項： |
| 二、對學校之建議或給老師的話： |