

# 嘉義縣立竹崎高級中學 108 年度暑假學生須知

壹、107 學年度第 2 學期休業式：108/6/28（五）下午 15 點在勁竹館舉行，預計 16 點統一放學。

貳、暑假起訖日期：自 7/1（一）至 8/29（四）止

參、開學典禮及正式上課：108/8/30（五）。

肆、全校返校日期：108/8/29（四）07：20～10：00。

伍、暑假學藝活動：

一、辦理時間：108/7/15（一）至 108/8/9（五）。

二、開課班級：全年段班級成班。

三、作息時間：

到 校	早自修	第一節	第二節	第三節	第四節	放學時間
7:20 前	7：20～ 8：05	8：10～ 9：00	9：10～ 10：00	10：10～ 11：00	11：10～ 12：00	12：00

部分班級因加強學術科課程，下午進行課程，班級家長如有疑義，請洽教務處。

四、輔導費：列入課輔學期收費單。

五、凡參加暑假學藝活動之學生如有特別事故不能到校，須向暑假班級導師及學務處辦理請假手續。

六、暑假返校環境服務分配如下：

日期	班級	備註
7/3（三）	103.102	一升二班級
7/10（三）	106.104	一升二班級
8/14（三）	105.101	一升二班級
8/21（三）	208.205	二升三班級
8/27（二）	206.207	二升三班級

陸、暑假作業：未參加暑期學藝活動的學生，需完成暑假作業。

柒、考試資訊

一、高中部補考：7/18（四）前公告補考名單與考程表於學校首頁，  
7/23（二）～7/25（四）下午舉行。

二、學習檢測時間和範圍：

（一）高三：07/29（一）～07/31（三），考試範圍：國英一、二冊，其餘科目  
第一冊，學測型，委外閱卷。

（二）國三：09/03（二）～09/04 日（三），考試範圍：第一～二冊。

捌、賈宓圖書館暑假開放時間：暑輔期間上午 8:30～11:30、下午 13:30～16:00。


非暑輔上班日為上午 8:30～11:30 開放，唯 8/28～8/29 不開放。


歡迎用借閱系統續借或借電子書，不用親自跑圖書館一趟喔！

（帳號為學號，密碼 000）

祝 暑假充實快樂！

圖書借閱 

竹中電子書 

賈宓部落格 

# 親子共讀文章-《教孩子好好戀愛、好好分手》

作者：賓靜蓀 (文章摘錄：親子天下雜誌 24 期)

兩性關係是人際關係的一種。只要不局限於發展太過親密的關係，每個孩子都需要與異性相處，也有很多期待，談戀愛可以是一種美好的學習和生命經驗。

## 孩子談戀愛，父母心情調整 4 原則

面對「身高突然變得可以平視或俯視自己」的孩子談戀愛，父母也許永遠都覺得還沒準備好。專家建議，父母調適心情應掌握以下四原則：

- 1. 要沉著。**當下不要太快反應，立刻表示反對或要當愛情軍師；黃心怡建議父母，保留一個談話的空間。讓孩子覺得你很健康的在看待這件事，即使你心裡很反對。不要立刻問對方條件、家世，免得讓孩子感覺，你用成績等外在條件在評斷。
- 2. 在最短時間內，找到孩子信任、可以聊天的「重要他人」。**親戚、老師都可以。有時孩子不能、也不願跟父母談約會細節；但一位可信任的大人提供「替代性的眼光」，有個參考訊息，孩子較不致盲目投入眼前這份關係。
- 3. 支持孩子，讓戀情公開化。**邀請孩子的男女朋友來到家中，讓對方知道，這段戀情有家長的支持和祝福。
- 4. 分享自己的戀愛、失戀經驗。**「分享也是一種好的身教，」現代父母經常高高在上，孩子會覺得不易親近。如果父母告訴孩子自己也曾經跌倒過，會讓孩子學到愛情是人生好大的學問。

## 3 原則，分手分得乾脆

關係中比較佔優勢的一方比較能主動談分手。最不會讓人受傷的分手是，「關係淡了，但沒有第三者，時間會撫平痛苦」。要接受自己有一段時間會很孤單，這時，家人、朋友的陪伴就特別重要。分手要分得乾淨有三個原則：

- 原則 1. 時機：**好好向對方預告，而且要在沒有第三者出現之前。否則被告知的一方處在被害者心態，就需要更長的時間療傷，而且比較容易出現報復行為。
- 原則 2. 地點：**選在可以談話的公共場所，例如麥當勞等，絕對不要單獨到僻靜的地方談判。
- 原則 3. 保持合理距離：**堅持回復到最原始的朋友關係，不要口出惡言。

被分手的失落感，則出現在一方要分、一方不願時。想要維繫的那方對自我評價比較負面，然後會變成批判對方。父母必須理解孩子失落的心情，引導他正面看待這段關係，而不是落井下石，「反正他 / 她也不夠好」、「看吧！我早就告訴你了」等話語，並不能幫助孩子從每一次的失落和挫敗經驗中學習，王瑞琪說。好的情感教育，不是跟孩子一起跳腳或同仇敵愾，而是告訴孩子，分手不代表你不好或他不好，可能只是不適合。

有滋養、穩固的親子關係，孩子在接納感情時，比較可以用理性態度去看待。因為孩子被填得滿滿的，愛情只是馬克杯中的一份，他還有其他東西，失去了，也不會是世界末日。健康的家庭和親子關係，在孩子談戀愛時，更形重要。

請您閱讀完畢，與孩子在此共同簽名\_\_\_\_\_