|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Lớp Tám | Phiên Bản Mùa Hè |  |
|  |
|  | **MẪU BẢN TIN**High School & Beyond Planning (Lập Kế Hoạch cho Bậc Trung Học Phổ Thông Trở Lên) — Tin Tức và Thông Tin |  |
|  |
| *Replace with School Contact Info* |
|  |
| CHUYỂN TIẾP LÊN BẬC TRUNG HỌC PHỔ THÔNGCuối năm học có thể là thời điểm đầy lo lắng đối với học sinh, đặc biệt là những em chuẩn bị chuyển tiếp lên bậc trung học phổ thông vào mùa thu năm sau. Lớp chín đóng vai trò quan trọng đối với khả năng thành công của học sinh ở bậc trung học phổ thông.Nhiều học sinh ở độ tuổi thanh thiếu niên bị tụt điểm khi bước vào bậc trung học phổ thông. Bậc trung học phổ thông có thể mang lại cảm giác rộng lớn hơn, đôi khi có vẻ ít được quan tâm hơn so với bậc tiểu học hoặc trung học cơ sở. Bạn bè có ảnh hưởng lớn hơn (cả tích cực và tiêu cực). Khả năng hình thành những thói quen xấu như trốn học cũng tăng lên, đặc biệt khi học sinh gặp khó khăn. Tuy nhiên, nghiên cứu lại cho thấy rằng khi được hỏi ai là người có ảnh hưởng lớn nhất đến hành động của mình, phần lớn thanh thiếu niên đều trả lời là phụ huynh. Bất chấp cảm giác thôi thúc muốn tự lập với thái độ nổi loạn thường xuyên được thể hiện (và tự nhiên), thanh thiếu niên ở bậc trung học cơ sở và trung học phổ thông vẫn cần được người lớn quan tâm. Ai có thể hướng dẫn, chỉ bảo, chăm sóc, yêu thương và hy sinh tốt hơn để dẫn dắt các em bước vào tuổi trưởng thành? Gia đình phải luôn quan tâm trong suốt những năm học trung học phổ thông.Hãy thảo luận với con em mình về điều khiến quý vị lo lắng nhất trong những năm học trung học cơ sở/trung học phổ thông. Hỏi con em quý vị về mối quan tâm lớn nhất của các em.Hãy nghĩ về trải nghiệm ở bậc trung học cơ sở/trung học phổ thông của quý vị. Những thách thức đã thay đổi như thế nào? Những thách thức nào vẫn như vậy? Quý vị đã trò chuyện với phụ huynh nhiều đến mức nào? |  |  | *Insert Local Summer Programs and Opportunities Here* | *Insert Local Summer Programs and Opportunities Here* |
|  |  |  |  |
| SỰ KIỆN SẮP DIỄN RANhấp vào đây để nhập văn bản. |  |  | Graduation cap with solid fillQUÝ VỊ CÓ BIẾT?Kỹ năng nghề nghiệp nào có nhu cầu cao? Quân Đội, NYPD (New York City Police Department, Sở Cảnh Sát New York) và Bộ Ngoại Giao (State Department) luôn thiếu nhân viên có kỹ năng nghề nghiệp này. Các công ty, bệnh viện, tòa án địa phương và trường học trong bảng xếp hạng Fortune 500 cũng vậy. Kỹ năng đó là gì? Thành thạo một ngoại ngữ. |
| High School & Beyond Planning (Lập Kế Hoạch cho Bậc Trung Học Phổ Thông Trở Lên) Lớp Tám | Phiên Bản Mùa Hè | gearup.wa.gov  |
|  |
| CHUYÊN NGÀNH VÀ NGHỀ NGHIỆP: KHÁM PHÁ NIỀM ĐAM MÊ |  | Ở hầu hết các cơ sở giáo dục sau trung học, học sinh không phải chọn chuyên ngành cho đến cuối năm thứ hai và ngay cả sau đó, học sinh vẫn có thể thay đổi quyết định.Hãy giúp con em quý vị khám phá những khả năng bằng cách hỏi con em quý vị:* Con/em cảm thấy mình làm tốt những việc nào?
* Con/em gặp khó khăn trong việc gì?
* Con/em thích làm gì để giải trí?
* Con/em luôn muốn thử làm gì?
* Con/em quan tâm đến điều gì?
* Con/em thích lớp học nào?
* Nếu con/em có thể làm bất kỳ công việc nào trong một ngày, con/em sẽ làm việc gì?

Ngoài ra, hãy nhớ rằng việc tham gia các câu lạc bộ, làm việc, tình nguyện - và thậm chí chỉ đơn giản là nói chuyện với mọi người - cũng có thể giúp con em quý vị tìm ra điều mà mình quan tâm. Quý vị không bao giờ biết được; những hoạt động này có thể giúp con em quý vị có được công việc mơ ước.  |
| Chuyên ngành là một lĩnh vực chuyên môn cụ thể mà học sinh sẽ học chuyên sâu trong thời gian theo học bậc sau trung học. Học sinh chọn một chuyên ngành và tham gia các khóa học trong lĩnh vực có sức hấp dẫn và tạo động lực cho học sinh. Nhiều chuyên ngành giúp học sinh chuẩn bị sẵn sàng để bước vào nhiều ngành nghề khác nhau sau khi tốt nghiệp. Đối với nhiều học sinh, việc chọn chuyên ngành sau trung học không giống như việc chọn việc làm. Học sinh sẽ tự quyết định con đường sự nghiệp mà mình yêu thích. Ví dụ: bằng cấp về văn học Anh có thể giúp học sinh có được công việc trong lĩnh vực xuất bản, giảng dạy, quảng cáo, quan hệ công chúng hoặc luật pháp, cùng nhiều lĩnh vực khác. |
| DANH SÁCH VIỆC CẦN LÀM CHO HỌC SINH* Luôn năng động và khỏe mạnh.
* Đọc sách báo! Ghé thăm thư viện tại địa phương.
* Tìm hiểu xem trường của học sinh có chương trình cầu nối mùa hè hay chương trình chuyển tiếp không. Nếu có, hãy nhớ tham gia.
 |  |  | XÓA BỎ ĐIỀU LẦM TƯỞNG**ĐIỀU LẦM TƯỞNG:** Thanh thiếu niên không cần ngủ.**SỰ THẬT:** Thanh thiếu niên cần ngủ nhiều hơn hoặc bằng thời gian ngủ khi còn là trẻ em - chín đến mười giờ là thời gian ngủ lý tưởng. Hầu hết thanh thiếu niên đều bị thiếu ngủ kinh niên khi chỉ ngủ trung bình sáu đến bảy tiếng mỗi đêm. Một phần nguyên nhân có thể là do giờ vào học sớm và thời gian đi ngủ của nhiều thanh thiếu niên là 11 giờ tối và nửa đêm, dẫn đến tình trạng thiếu ngủ nghiêm trọng. A black background with a black square  Description automatically generated with medium confidenceTình trạng thiếu ngủ ảnh hưởng đến khả năng học tập và ghi nhớ kiến thức mới của thanh thiếu niên, đặc biệt là các môn trừu tượng như vật lý, triết học, toán học và giải tích. |
|  |  |  |
| DANH SÁCH VIỆC CẦN LÀM CHO GIA ĐÌNH * Khuyến khích đọc sách báo trong suốt mùa hè.
* Kiểm tra xem có trại hè nào ở gần mà con em quý vị có thể tham gia không.
* Khuyến khích con em quý vị vận động nhiều hơn. Tận dụng thời tiết ấm áp và giúp thanh thiếu niên năng động ở ngoài trời.
* Tìm hiểu xem trường trung học phổ thông của con em quý vị có chương trình cầu nối mùa hè hay chương trình chuyển tiếp không. Những chương trình này giúp học sinh lớp chín chuyển tiếp từ bậc trung học cơ sở lên bậc trung học phổ thông. Khuyến khích con em quý vị tham gia nếu có chương trình.
 |