



祝你学年愉快!

海华郡公立学校系统决不因种族、肤色、信念、性别、年龄、原产地、宗教、性倾向，或残障问题而在求职和求学上歧视任何人。详情请与海华郡公立学校系统平等保障办公室（Equity Assurance Office of the Howard County Public School System）联系。地址是：10910 Route 108, Ellicott City, MD 21042; 电话号码是：410-313-6654。



10910 Route 108 • Ellicott City, Maryland 21042
410.313.6600 • www.hcpss.org

GUI.4.07

New Student Guide Book(International Student & Family Services, Chinese, ME 07/11)

新生指南练习书

New Student Guide Book



欢迎!

本练习书属于:

海华郡公立学校系统

亲爱的学生，

本练习书特别为了你设计，好帮助你更适应你的新学校。这本书里有些部分可能对你很重要，也有些部分对你没那么重要。记得，如果你在新学校有任何困难，学校辅导员可以帮你的忙。文明行为你喜欢你的新学校。祝你有成功的一年！



交朋友的方法

新学生要交朋友的第一步可能最不容易。向别人自我介绍可能很可怕，尤其如果你很文静。千万记得自然做自己，你很快就会交到朋友。以下有一些可以用来和学校同学开启话题的方法。你可能也会想出一些合适你的方法。

1. 注意帮助别人的机会。也许你可以帮抱满书的同学分担一点，或者帮同学做点考前复习。
2. 给予赞美。赞美是获得他人注意力最简单的方式之一。你同学的新发型很可爱吗？你同学很会写精彩的故事吗？
3. 请别人帮你忙。
4. 发出邀请。你要办周末过夜聚会吗？要找户外活动时间的玩伴还是校外教学的同伴吗？勇敢发问。你会发现没你想像的那么难。
5. 对他人的嗜好表示兴趣。每个人都喜欢有机会可以谈谈他们最喜欢的活动，不论是足球还是收集卡片。



我的个人页

姓名 _____ 年级 _____

班导师 _____

我希望我的老师知道关于我的一件事 _____

我最喜欢的

学校科目 _____

食物 _____

书 _____

颜色 _____

运动 _____



我们的搬家

我们搬到新家因为 _____

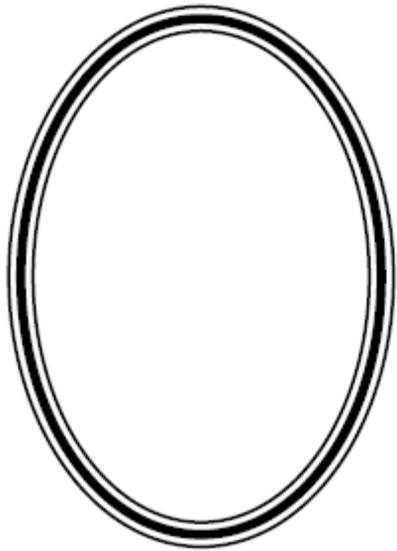
我最想念旧家的 _____

新家最棒的是 _____

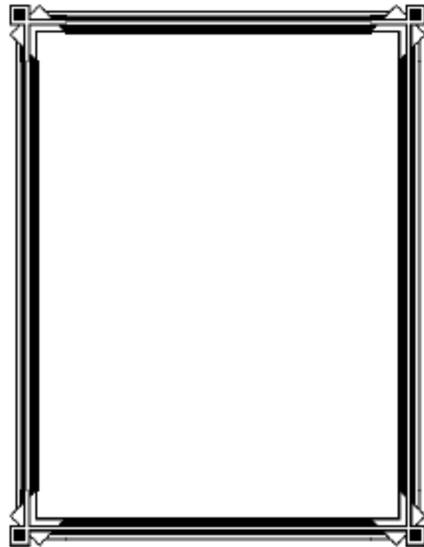
对于我们的搬家，我觉得

我不喜欢新家的 _____

请画一个表达你感觉的脸。



请画出你的家：



新朋友

在新学校交朋友可以帮你感到更好过。独来独往没什么不对，但有些事，例如户外活动时间，有朋友就是比较好玩。交到对的新朋友要花点时间、有点耐心，和一点运气。

去碰到新朋友的方法有哪些？

学校里哪些地方容易交朋友？

在学校什么时间适合交朋友？

你在学校有兴趣尝试什么样的活动？

我今年的目标

我们每个人都要想想今年在学校想学些什么和做些什么。有些人可能想提升数学技巧，或期望自己每周看一本书。也有些人想跑得更快些、或想学乐器，或学电脑。请在以下栏位写下你今年想在学校学习或做的事情。

1. _____
2. _____
3. _____



学校辅导员

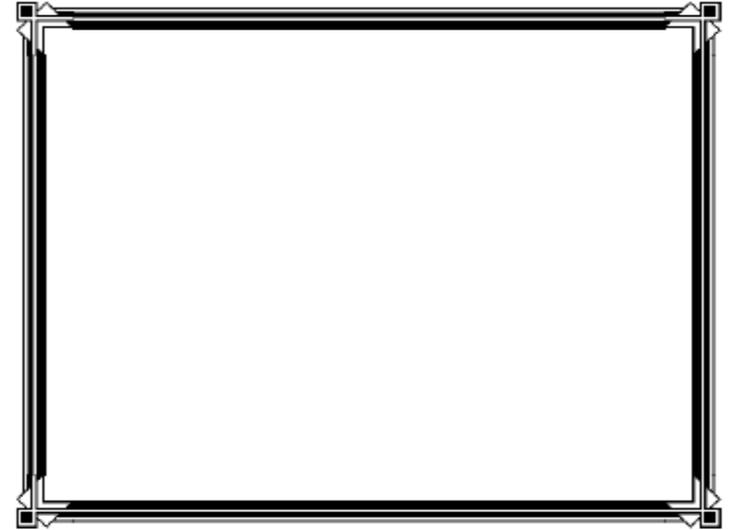
学校辅导员是在你新学校的一个特殊的人。他/她的工作是帮助像你这样的学生在新学校感到自在。

你新学校的辅导员姓名是 _____。他/她将是你在在这所学校时特别的新朋友。你可以把你的问题或你的感觉告诉他/她，而他/她将会仔细聆听。你也可以把生活中发生的好事情告诉辅导员。

你可能会在教室看到学校辅导员，也可能和他/她有特别的会面。如果你遇到困难，老师可能会建议你去找学校辅导员。不要对于去他/她办公室感到紧张，你可能会觉得那是个有趣的地方。你可能会在辅导员办公室看到书、游戏、玩偶，和电影。

如果你有意愿，你可以问学校辅导员是否可以有“午餐早午餐 (lunch brunch)”。你可以从班上同学中选择几人参加，或者辅导员将选几个他/她已经认识的学生。这可能是让你认识新朋友的好方法。

在这个空格里画出学校辅导员或辅导办公室。



老朋友

要搬到新家或换到新学校最困难的事情之一就是离开你的朋友。和你很关心的人分开可能会让你感到很难过、生气，和寂寞。即使你搬得不远，你也可能觉得友谊不再像过去一样。但你和朋友不必因为不再住得近，友谊就日渐冷淡。你们可以试着用以下方法保持联络。

五个保持联络的有趣方法

1. 写信或电邮给你朋友。
2. 把新家和新学校的照片寄给朋友。
3. 问父母是否可以打电话给朋友。
4. 问父母是否可以在周末请朋友来家里玩，或计划回旧家社区玩。
5. 录一段特别的留言给朋友再寄给他/她。他们可以录留言给你再寄回来。

你还有没有想到其他可以和老朋友保持联络的方法

我在学校的第一天

第一天到新学校上学可能有点恐怖。你可能担心要和新老师见面、害怕在走廊迷路，和忘记大家的名字。这些都是很平常的担忧。这里有些活动可以帮助你处理这些问题。在下周里，填写以下问题的信息。

我新学校的校名是 _____。

我 _____ 到学校。

我老师的姓名是 _____。

校长和副校长的姓名是 _____。

媒体老师的姓名是 _____。

几位秘书的姓名是 _____。

体育老师的姓名是 _____。

管理员的姓名是 _____。

艺术老师的姓名是 _____。

保健助理的姓名是 _____。

音乐老师的姓名是 _____。

学校辅导员的姓名是 _____。

我新学校的代表色是 _____。

其他 _____。
