

特殊 高中 講座資料

可提供口譯服務。
請向在場代表獲取協助。

您也可以致電718-935-2399
或前往家庭歡迎中心獲得口譯服務。

殘障學生與他們非殘障同學都是以同樣的方式參與高中入學程序的。若8年級學生的個別教育計劃（Individualized Education Program，簡稱IEP）小組所制定的IEP包含一項關於在學區學校內接受特殊教育服務的建議，則這些學生在一年一度的於12月份進行的高中入學程序期間提交申請表。殘障學生可以申請列在[紐約市高中指南](#)裡的所有課程。指南概述了每所學校的錄取要求，這些要求適用於所有學生。有關高中錄取程序可以在以下網頁找到：

www.nyc.gov/schools/ChoicesEnrollment/High，特殊教育課程及服務的資訊則可以在這個網頁找到：

www.nyc.gov/schools/Academics/SpecialEducation/programs。

申請高中

殘障學生可以申請任何高中課程，而所有學校會為所有被分配到該校入讀的學生制訂適當的的特殊教育支援和服務，以滿足學生的需要。高中申請表顯示了目前推薦給學生的特殊教育教學課程和支援服務、上一年的出勤數據、閱讀和數學的標準測驗分數，以及學科範疇的評分。學生及其家人可以與輔導員見面、閱讀[紐約市高中指南](#)或利用紐約市教育局提供的其他資源，以及出席高中入學[活動和講座](#)以及學校[資訊會](#)，進一步了解每所高中所提供的課程及服務。

需要測驗或表演面試錄取新生的學校（包括特殊高中）

有意申請有錄取要求（包括測驗和/或表演面試）的殘障學生可以接受在個別教育計劃裡註明的某些特別照顧，只要這些特別照顧不影響測驗所衡量的東西。閱讀[紐約市高中指南](#)，查看有關錄取要求、測驗和表演面試日期以及測驗特別照顧的資訊，請瀏覽網頁

<http://schools.nyc.gov/Academics/SpecialEducation/Classroom/instruction/accommodations.htm>。

有意申請其中一所特殊高中的學生必須參加特殊高中入學測驗，如果其個別教育計劃有註明的話，還可以在考試時接受測驗的特別照顧。要申請表演/視覺藝術的特殊高中：拉瓜地亞音樂藝術演藝高中，學生必須參加該校的表演面試程序，但不需要參加特殊高中入學測驗。唯一不批准在測驗或表演面試給予的是那些會改變所要評估的東西的特別照顧。學生及其家人應該查看[特殊高中學生手冊](#)，以便更了解特殊高中的錄取程序和有關測驗的特別照顧。

在學區學校中開設的特殊教育特別課程

特殊教育特別課程為有自閉症的學生、智障學生和被建議接受雙語特殊教育的學生提供有目標的服務和支援。不是所有學校都開設特別課程，學生也必須符合指定的資格要求才可以入讀。因此，繼續就讀特別課程或入讀某所高中的特別課程的學生應該與輔導員合作，以便同樣完成正常的高中申請，確保所申請的學區學校設有 IEP 確定最符合學生需要的課程。學生可能會得到一個特別課程和一個學區高中的入學安排。在這種情況下，學生及其家人應該仔細考慮哪個課程選擇最符合學生的學術和個人目標。請參考以下關於特別課程的更多資訊。你也可以瀏覽 <http://schools.nyc.gov/Academics/SpecialEducation/enrolling/specializedprograms/default.htm> 或用電郵聯絡 specializedprograms@schools.nyc.gov，查詢申請手續。

- **自閉症症候群安頓課程（ASD Nest）和自閉症症候群地平線課程（ASD Horizon）** 在某些學區學校開設並包括一個治療部分，該部分由一個多學科小組協調和提供。
- **「為智障學生開設的學業、職業及基本技能課程」（ACES-ID）** 在某些學區學校開設，授課對象是那些被「個別教育計劃小組」（IEP Team）歸類為有「智障」以及參加紐約州替代評估（New York State Alternate Assessments，簡稱NYSAA）的符合資格的學生。
- **雙語特殊教育的對象**是那些根據個別教育計劃的建議需要接受以除英語之外的一種語言提供的特殊教育支援及服務的學生，該教育旨在滿足剛剛具有初級英文能力的學生的需求。目前，雙語特殊教育以西班牙語、中文和意第緒語提供。

欲知詳情，請致電 (718) 935-2399或訪問以下網站：www.nyc.gov/schools/ChoicesEnrollment/High

最近更新日期：2016年5月

T&I-24490 Special Education Handout (Chinese)

為行動不便的學生提供的設有殘障設施的學校或課程

可以給行動不便的學生使用的全面或部分設有殘障人士設施的教學樓，確保他們可以進出學校和必要範圍。以下的場地規劃辦公室（Office of Space Planning）網站提供有殘障人士設備的學校的名單：

<http://schools.nyc.gov/Offices/OSP/Accessibility.htm>。有關學校地點是否有殘障人士設施也在[紐約市公立高中指南](#)中有說明。我們鼓勵學生和家長參觀學校，以確定有關學校的殘障人士設施是否能相應滿足學生的具體行動需要。

特別學校的學生（第75學區）

在紐約市，特別學校的殘障學生由第75學區管理。在學生向高中過渡時，在適當的情況下，許多個別教育計劃小組，包括家長，會考慮使學生過渡到學區學校中一個讓殘障學生更加融入普通教育的課程中。有關第75學區的更多資訊，請瀏覽 www.nyc.gov/schools/Offices/District75 或寫電郵到 d75info@schools.nyc.gov 查詢。

- **過渡到學區高中：** 目前在第75學區就讀8年級並正準備過渡到一所學區高中的學生參與高中入學程序。這個過渡應該在8年級年度審核會議上討論和加以計劃。我們鼓勵學生及其家人與輔導員合作，並出席高中展覽會，更多了解他們的學區高中選擇。
- **繼續在第75學區的高中就讀：** 將要過渡到第75學區特別學校的目前8年級生，會由第75學區學位安排辦公室安排高中學位。學生會在四月或五月收到高中學位安排的通知。目前就讀於8年級，且有推薦接受由第75學區提供者提供的SETSS的學生，會過渡到特別的第75學區學校的高中，並參加由第75學區直接管理的申請和學位安排程序。申請表會直接給學生，遞交申請表的截止時間是在十二月份。學生會在五月或六月收到第75學區學位安排辦公室的高中學位安排通知。

高中的特殊教育服務及支援

學生過渡到高中時，列在學生的個別教育計劃的特殊教育服務、支援和教學策略，會視乎學生在每個學科和/或功能範疇的需要、學校教學方法和學術課程而用各類方法提供。要知道詳情，請查看我們的[特殊教育家庭指南](#)。

學業計劃和中學以後的目標

我們鼓勵學生及其家人思考中學以後的目標，並與學校的支援員工一起有策略地計劃學生在高中後的生活。這些討論最好在初中時進行，因為8年級生的個別教育計劃必須具體說明學生在高中畢業之後的目標。學生、家人和學校職員應該合作，考慮哪個學業課程、評估（標準與替代相比較）、畢業之路最能幫助學生達成目標。學生的個別教育計劃應該反映達到特定畢業要求所需的特別設計的教學、支援、服務、目標和中學後的目的。

畢業要求

紐約市學生必須完成特定學科的科目學習最低44個學分，並通過紐約州高中會考，才能從高中畢業。根據其興趣和目標，殘障學生應努力獲取相應的最嚴謹文憑。符合資格的學生也可以在文憑之外再獲得一個畢業證書（commencement credential）；或者單獨獲得這一畢業證書。這些證書並不同於文憑，但是為學生提供顯示其為初級工作所作準備的機會。關於畢業要求的更多資訊，請參閱網站：

<http://www.nyc.gov/schools/RulesPolicies/GraduationRequirements>，以及諮詢您子女的輔導員。[畢業要求卡](#)是給家庭明白所有要求的快速參考。

視覺及表演藝術高中：準備好你的表演 面試/藝術作品集

對藝術有興趣的紐約市學生有大量高中可以選擇，這些高中都致力培養學生的藝術天份。要得到這些學校的錄取，除了顯示你的學術天資外，你還必須在表演面試時和/或在作品集中表現出極高的藝術技能。

如何準備視覺藝術的表演面試

如果你申請了視覺藝術課程，你可能會被要求展示最多四個方面的技能和努力成果：
展示你作品的作品集、寫作，例如一篇散文，以及/或面試。

1 **作品集**
視覺藝術作品集是視覺藝術面試的一個重要部分。一份深思熟慮之後完成的作品集顯示出你具有為高中水準的藝術學習所必需的強項和潛質。這是一個展示你盡最大努力所完成的最佳作品的機會。每所學校的要求可能會稍有不同。詳細資料請查看具體學校的網站了解。下列指南將幫助你創建一個有競爭優勢的作品集。

展示：你可以使用牢固優質的作品集盒子，保護你的作品，並給人留下良好印象。外觀要整潔並引人注目，這點至關重要。這等於是告訴審核委員會：你很小心地保管自己的作品，並對自己的作品引以為傲。

你的作品應該：

清潔、完整無缺

沒有裝外框

在背面貼上標記，註明：

- ✓ 你的姓名
- ✓ 學校名稱
- ✓ 題目
- ✓ 完成日期
- ✓ 註明「Under Supervision」（在指導下完成），或者「Without Supervision」（獨自完成）

作品數量和類別 各所學校有不同的規定，有些要求六份作品，有些要求 10 至 20 份作品。有些學校要求只能遞交2 維平面作品，有些允許學生提交 3 維類作品的照片。在提交 3 維數碼/攝影作品時，在每份作品上貼上標籤，然後把作品放進展示夾裏或者其他外觀整齊的夾子裏。

內容：在你組織你的作品集時，應仔細選出你認為能夠最好地表現出你的功力的作品。（作品「不在多而在精」，是你應牢記的建議！）考慮以下各項：

選擇當前的作品（在 7 年級或 8 年級完成的作品）

學校喜歡查看寫生簿

不要把仿名畫家風格的作品或藝術作品的複製以及仿作的攝影作品納入作品集

作品集中的大部分作品應是觀察之後完成的寫生素描，不過你也可以納入部分想象中的或憑記憶完成的作品

盡量把卡通作品減到最少（**作品集：內容考慮續下頁**）

表演藝術高中：準備好你的表演面試/藝術作品集

選出的作品應該顯示出你對設計的構成和原理的理解：

- | | |
|-------|--------------|
| ✓ 整體感 | ✓ 比例 |
| ✓ 平衡 | ✓ 節奏 |
| ✓ 重複 | ✓ 圖形和背景感知的關係 |
| ✓ 多樣化 | ✓ 比例 |
| ✓ 重點 | |

你可以選擇一些同一主題的作品，表現出你對一種觀念的深入探索，**或者**可以選擇不同的話題，表現出你的廣泛興趣

你可能願意準備一些使用不同媒介的作品（如素描、繪畫、版畫、媒體技術等），表現出你對不同工具、材料和技術的應用技能

對於高中指南中你想申請的學校，查看該校有哪些具體的作品集要求並注意查看學校的網站

2 書面部分
有些學校要求學生以寫作文或者書面回答一系列問題的方式來說明他們為什麼選擇那所學校。學校可能還會讓你比較兩個藝術作品。學校會看你文章的內容和讀寫水平。與任何要提交待審的書面文章一樣，你的書面答覆應該：

- 結構清晰
- 句子結構、拼寫、標點符號以及段落分段要正確
- 要切題

寫作部分的目的是要讓你說明你在視覺藝術的學習上是如何用功的，以及你對於入讀所選學校的興趣。

3 按要求完成新的藝術作品
許多學校會要求你現場完成一至兩幅藝術作品。最常見的包括畫人物寫生或靜物素描，也可能讓你憑記憶畫一幅畫。作品通常在 8.5” x 11” 的紙張上完成。帶一支畫畫專用鉛筆和橡皮。審查者會注意看學生在規定的創作範圍裏採用了什麼具有想象力和新穎的創作方式。

4 面試
學校的錄取程序裏可能會包括面試。雖然每個學校在面試時的提問和程序會有所不同，但請記住：

- 姿勢和儀表是需要注意的
- 態度是重要的；要尊敬老師和其他同學
- 展現出你在視覺藝術上是如何用功的
- 仔細聽清楚提問，回答要直接準確。可能提的問題：
 - 為什麼你選擇參加這所學校的表演面試？
 - 你是如何決定把哪些作品納入你的作品集的？
 - 最近你參觀了哪些藝術博物館或畫廊？
 - 你今後會如何把在這兒接受到的美術教育學以致用？

面試最有可能以談話的形式進行。在面試中，可能會問到你在視覺藝術方面的背景、經驗、知識和興趣。面試會在友好輕鬆的氣氛中進行；面試官會希望你不要拘謹。

表演藝術高中：準備好你的表演面試/藝術作品集

如何準備戲劇/劇場的表演面試

要求 不同的學校有不同的表演要求——查閱《高中指南》中特定學校的具體表演面試要求。一般來說，一般來說，學生可能被要求做到下列任務中的任何一種：

背誦兩段事先準備的獨白。這兩段獨白的風格應該有所不同（例如一段是喜劇，另一段是戲劇），並都符合下列要求：

- 0 所有獨白都應該是已出版的。學生的原創獨白或互聯網上的獨白材料都不適宜。
- 0 所有獨白的長度應該是一至兩分鐘。
- 0 獨白的角色應該是適合學生的年齡的。
- 0 一般來說，除非學生能夠真正表演出其使用複雜語言的靈巧性，我們不鼓勵學生選用古典劇作或詩歌（如莎士比亞）。

參與劇場遊戲或即興表演

考官據此判斷學生與小組合作的能力和即興創作力。

口頭回答問題 希望修讀劇場課程的一般理由以及希望入讀該校的特別理由。考官想知道的是學生對這所學校的執著以及對劇場課程的要求。

選唱一首百老匯音樂劇片段（僅適用於申請音樂劇場課程的學生）。與具體學校聯絡，了解有關音樂劇表的表演面試有什麼具體要求。

請注意：學校可能會通知學生回去作第二次獨白表演。一般來說，如果學校通知學生再回去表演，通常毋須作額外準備。

獨白的要求：關於學生怎樣被評估的特定要求，因學校而異。不過，考官可能會注重下列各項：

- ✓ 戲劇上的理解
- ✓ 故事中的角色性格描述
- ✓ 發音措辭
- ✓ 溝通清晰
- ✓ 不使用服飾或道具

準備一段獨白：表演面試的獨白可以從不同的印刷品和出版物中找到。請考慮下列的建議：

你可以選一段獨立的獨白，也可以從戲劇中直接抽取一段獨白，並因應你的目的加以編排。如果你從戲劇中選取一段獨白，請注意包含該獨白的整齣戲劇。你應該朗讀該齣戲劇，並熟悉你所扮演的角色。

以下列出一些獨白選集出版物，供參考。這些出版物隨時可以在網上找到，或者在 Drama Bookshop 書店買到，地址是：250 W 40th St., New York, NY 10018; (212) 944-0595。林肯中心（Lincoln Center）的表演藝術圖書館（Performing Arts Library）也是尋找獨白書籍的好去處。

- o 學生演員表演面試用的獨白：Selections from Contemporary Plays, 作者 Roger Ellis
- o *Red Licorice: Monologues for Young People*, 作者 Carole Tippit
- o *Monologues for Young Actors*, 作者 Lorraine Cohen
- o *100 Great Monologues: A Versatile Collection of Monologs, Duologs and Trilog for Student Actors*, 作者 Rebecca Young
- o *Multiplicity: A Collection of Monologues for Student Performance*, 作者 R. James Scott & Bianca Cowan

為達到以上標準，學生應該接受獨白表演的指導訓練。如果你學校有戲劇老師，就請老師幫你做面試準備。英文老師也許也可以幫助你。

在表演面試時，學生應該準備好報出自己的姓名、所選獨白及其劇作家。例如：「My name is 我叫_____。I will be performing one of Anne's monologues from *The Diary of Anne Frank* by Frances Goodrich and Albert Hackett.」（我將表演由 Frances Goodrich 和 Albert Hackett 所寫的《The Diary of Anne Frank》中 Anne 的一段獨白）

表演藝術高中：準備好你的表演面試/藝術作品集

如何準備音樂表演面試

挑選你的表演面試曲目並加以練習

- 在面試之前要選擇好曲目
- 挑選特別為獨奏或獨唱而寫的音樂（而不是用於為其他樂器或嗓音而合樂的樂器或歌唱音樂）
- 挑選突出你的強項的音樂。如果演奏或演唱得好的話，有難度的選曲可以表現出你的技巧。但是，較容易演奏或演唱卻有強烈音樂感和音調的選曲同樣令人印象深刻。
- 練習時，要像你練習那些快節奏的、技術難度大的曲目時那樣細心地準備慢節奏的、情感豐富的曲目。
- 特別抽出那些你較為薄弱的部分，重點予以練習。多用些時間培養鞏固自己的能力，這樣，對選曲的所有部分，你都能以同樣的熟練程度表演。
- 在練習初期，使用一個調音器和節拍器，幫助你控制音高和節奏。
- 練習在觀眾面前表演你表演面試的曲目。要求他們對你的表現和整體演出進行評論。
- 每天練習讀譜。

演唱表演面試

- 準備並記住至少兩首有強烈對比風格的曲目。然而，考官可能不要求你演唱第二首。
- 如果可能的話，準備一首外語歌曲。
- 從音樂劇場作品、美國傳統曲目、世界民歌傳統曲目或藝術歌曲集中選曲。請注意，多數學校不贊成選用節奏藍調音樂、搖滾樂和饒舌音樂作為表演面試曲目。請查閱各所學校的要求。
- 準備好屆時按照考官要求表演出其提供的音高、節奏和旋律
- 要準備好能演唱（琶音、跳進、急唱等）展現你的音域和音階定位

器樂的表演面試

- 準備一首你可以由頭演奏到尾的曲目
- 準備與前一首完全不同風格或速度的第二首曲目。然而，考官可能不要求你演奏第二首。
- 要準備好讀譜演奏一節短曲（4至8個小節）。
- 準備好演奏至少一個音階，並知道和記住所有要求的音階。但是，在演奏事先準備好的面試選曲時使用樂譜，仍是接受的。

選擇自選曲目的資源

- 在選擇曲目時，向音樂老師尋求幫助。
- New York State School Music Association Manual, Edition 31.（《紐約州學校音樂協會手冊》第28版）。這本書是教師、指揮家的專業用書，含有所有聲音類型和所有器樂的曲目，曲目按級別而列出。這本書可在某些圖書館中找到或在網上購買，網址是 www.nyssma.org，書價是\$55。
- 你可能可以從下列商店買到自選曲目的散頁樂譜：Sam Ash Music、The Guitar Center Stores、Music Time（網上）、J. W. Pepper（網上）、Catalano Music（長島）。

一般面試建議

- ✓ 即使出錯了，也要繼續表演下去。不要慌亂。考官最感興趣的是確定你的潛能。
- ✓ 如果考官要求你改變你演奏或演唱一段樂章的方法，這並不一定就意味著你演奏錯了或唱錯了。考官可能想看看你是否能很快地接受反饋和/或作出改正

表演藝術高中：準備好你的表演面試/藝術作品集

如何準備舞蹈表演面試

要求：不同的學校有不同的表演要求——查閱《高中指南》中特定學校的具體表演面試要求。一般來說，般來說，學生可能被要求做到下列任務中的任何一種：

*參與一堂舞蹈課。*舞蹈課通常涉及芭蕾舞和現代舞技術，但有些學校可能要求每種風格分別開課。有些學校可能也要求學生在課堂上參加其他形式的舞蹈，例如爵士舞或即興舞。

獨舞表演。

- 獨舞應該表現出學生最好的舞蹈和表演能力。
- 雖然有些學校可能允許學生表演時使用別人而不是自己編寫的舞蹈，學生仍應該準備自創的獨舞節目。
- 倘若學生所接受的主要舞蹈訓練並非芭蕾舞或現代舞（如爵士舞、非洲舞或印第安古典舞），則其獨舞的風格也不一定要使用芭蕾舞或現代舞風格。
- 學校要求的獨舞長度，可能由一分鐘至三分鐘不等。
- 在有些學校，所有學生都有機會表演其自己的獨舞節目。而在其他一些學校，只有那些在舞蹈技能課後收到再面試通知的學生才會表演獨舞節目。

*完成書面表達考試。*有些學校要求生寫一篇文章，解釋他們為什麼想入讀該校；也可能要求學生參加考試，該考試旨在評定學生對舞蹈的認識如何。

舞蹈標準：關於學生怎樣被評估的特定要求，因學校而異。但是，請記住以下標準：

穿著整齊和專注，展示姿態和外觀

態度：在教室內的適當行為表現：尊敬師長和同學，對舞蹈的熱愛和渴望學習

技術能力：表現出掌握了舞蹈技術，並表現出在學習新的舞蹈知識、吸收口頭和示範的糾正以及當場修改自己的舞蹈節目上富有潛力

體姿調整：顯示對基本解剖關係的認識

音樂能力和節奏

通過即興舞蹈和學生的獨舞編排來表現學生的創造力

表演技巧：與觀眾溝通的能力

通過舞蹈動作和/或口頭或書面表達來傳達對於舞蹈的一般性的理解

服裝：學生參加芭蕾舞和現代舞表演面試時，應該穿著適當的舞衣：不帶足部部分的緊身褲、緊身芭蕾舞衣、柔軟的芭蕾舞鞋（除非有特別要求，否則不要穿硬頭芭蕾舞鞋）。其他建議：

穿單色的衣服——不要有貼花飾物或圖案。不

要穿露臍裝。

不要穿鬆垮襯衫或褲子。

長頭髮應該整齊地束成髮髻或馬尾，露出臉部；短頭髮應該梳理整齊。這些要求同時適用於女生和男生。

記得帶上以下物品參加表演面試

- ✓ 表演面試的考試證
- ✓ 舞衣和舞鞋
- ✓ 一支圓珠筆/鉛筆
- ✓ 獨自表演使用的錄音帶或伴奏 CD
- ✓ 簡單零食和水

請在離開時把填妥的調查表放進標有「Surveys」（調查表）字樣的盒子裡。

特殊高中暑期講座問卷調查表

我是：

- 學生，和家長/監護人出席
- 學生，我自己一人出席
- 家長/監護人，沒帶子女
- 其他 _____

今年秋天，我/我的子女將入讀：

- 7年級
- 8年級
- 9年級
- 其他 _____

我/我的子女目前就讀於：

學校名稱： _____

行政區： _____

如果你想透過電子郵件收到有關高中入學的最新資訊，請用你的電郵地址登記：

1) 你在今年暑期是否出席了一場高中入學介紹暑期講座？

- 是 否

2) 在參加本次活動之前，我/我的子女……

（請勾選所有適用選項）

- 收到了英文版的《特殊高中學生手冊》
- 收到了譯成我的母語的《特殊高中學生手冊》
- 上網閱讀了《特殊高中學生手冊》
- 與輔導員談了高中入學事宜
- 參加了圍繞高中入學事宜的課堂或課後活動
- 查詢了針對特殊高中入學測驗（SHSAT）的測驗準備課程

3) 今天講座最有用的部分是……（請選擇一項）

- 了解拉瓜迪亞高中表演面試
- 了解特殊高中入學測驗（SHSAT）
- 了解測驗的特別照顧安排
- 特殊高中代表的答問時間
- 了解以測驗方式錄取學生的學校的入學安排是如何作出的
- 其他 _____

4) 在申請特殊高中前你計劃會做以下哪些事（如果有的話）？

（請勾選所有適用選項）

- 與自己的輔導員討論
- 閱讀《特殊高中學生手冊》中的學校說明
- 做《特殊高中學生手冊》裡面的特殊高中入學測驗樣本試題
- 用其他方法準備特殊高中入學測驗（請在下面說明）

5) 在考慮將申請哪些特殊高中課程時，對你來說最重要的是什麼？

（最多在5個方框裏打勾）

- 開設的活動（如：學校俱樂部、實習）
- 開設的大學先修（AP）課程
- 出勤率
- 被錄取的機會
- 畢業率
- 學校及其所在社區的安全
- 學校文化
- 學校名聲
- 學校規模
- 開設的體育運動
- 課程的專業領域（如：建築）
- 路途時間
- 其他 _____

6) 你是怎麼知道有這個講座的？

- 教育局的明信片
- 教育局的電郵通知
- 我的學校/我子女的學校
- 社交媒體（如：臉書、推特）
- 在高中入學介紹講座上
- 其他 _____

7) 你是否對今天所收到的翻譯材料感到滿意？

- 是 • 否 • 不適用

8) 你是否對今天所得到的口譯服務感到滿意？

- 是 • 否 • 不適用

請寫下任何其他想法/建議：

請填妥本頁背面的調查表並在離開時將其放進標有「SURVEYS」（調查表）字樣的盒子裡。

謝謝！