

高考宝典

这些信息,可能会对你有用

今年我市有 6316 人报名参加普通高校招生考试,其中文科 2006 人、理科 4310 人,全市安排 6 个考点。单考单招高职报名 1233 人,涉及 14 类专业,安排 1 个考点。

考点名称	考试时间及科目				
	6 月 7 日上午	6 月 7 日下午	6 月 8 日上午	6 月 8 日下午	6 月 9 日上午
	科目	科目	科目	科目	科目
瑞安中学	语文	数学(文)	综合(文)	英语	自选模块
		数学(理)	综合(理)		
瑞安十中	语文	数学(文)	综合(文)	英语	自选模块
		数学(理)	综合(理)		
瑞安二中	语文	数学(文)	综合(文)	英语	自选模块
		数学(理)	综合(理)		
瑞安四中	语文	数学(文)	综合(文)	英语	自选模块
		数学(理)	综合(理)		
安阳高中	语文	数学(文)	综合(文)	英语	自选模块
		数学(理)	综合(理)		
安阳实中	语文	数学(文)	综合(文)	英语	自选模块
		数学(理)	综合(理)		
职业中专	语文	数学	专业理论	英语	

2011 年高考就将拉开大幕。高考期间,天气情况如何? 在最后冲刺阶段,考生该如何准备,才能做到事半功倍? 作为家长,又该如何做好“配角”?

考前备战:天气篇

据市气象台工作人员介绍,6 月 7、8、9 日 3 天将以阴雨和多云天气为主,预计最低气温 19 至 21℃,最高气温 25 至 28℃。总体气温较稳

考前备战:考生篇

据了解,一些考生在最后两天仍旧在做大量的题或者索性什么都不做,这两种做法都是不合理的。过多做题不仅会使人疲倦,若遇到“偏、难、怪”题,还会降低考生的自

考前备战:家长篇

在考生的最后冲刺阶段,如何当一名合格的陪考家长? 2010 届高三的一位家长有很深体会。

[避免会客、应酬、迟归]

1.营造轻松和谐的家庭环境。家长要想方设法使家庭的环境保持正常状态。平时一些不良生活习惯要注意改正,如在家不要与孩子谈起学习成绩,除非你的孩子主动谈起,尽量不要长时间打电话,父母应减少或避免在家会客、应酬、迟归等。

2.调整好家长自己的心态。家长稳定、愉快的情绪会感染孩子,给孩子积极的心理暗示和稳定的心理空间。保持一颗平常心,告诉孩子顺其

考前备战:起居篇

高考就像打一场“硬仗”,需要足够的精力。如果临考前生病或体力不支,会功亏一篑。专家认为,考前要注意养精蓄锐,不打“疲劳战”。

高三学生的生物钟基本上适应了复习到很晚的节奏,考试期间如果突然打破了这种规律反而会感到不适。所以考生只要按日常习惯稍

考前备战:饮食篇

高考期间正值夏季,要特别注意饮食卫生,以清补、健脾、去暑为原则。

早餐切不可空腹,否则容易发生低血糖晕厥现象。多吃补脑食物,如鱼类、豆制品、鸡蛋、牛奶、蔬果等,少吃肥肉、油炸等食品。不要暴

考前备战:备忘篇

高考前一天,考生要亲手准备第 2 天使用的东西,做到不遗漏。

准备好证件和文具:准考证、身份证、手表、圆珠笔或钢笔、2B 铅笔、尺、橡皮等。外语听力考需携带备有耳机的收音机。不要夹带草稿纸,不要将手机等通讯工具带入考场。

定,适宜考生发挥。

6 月 7 日可能会有小雨。考生和家长最好准备雨具,有助于考生放松情绪。高考期间,考生应密切

考前备战:家长篇

信心,增加紧张和忧虑感。

[收缩复习]

高考主要是对基础知识的考查,高考成绩的好坏在很大程度上取决于考生是否具有扎实的基础知

考前备战:家长篇

自然,只要尽力就可以了。家长积极乐观,始终给孩子鼓励和信任,是孩子最大的精神支持。

3.帮助孩子调节生物钟。尽量让孩子在晚上 22 时前睡觉,让孩子白天保持思维活跃、精神饱满,为高考成功奠定充分的心理和生理基础。

[多三个心少三个心]

多一份平常心,少一份功利心。孩子平时是怎样就怎样,最后的 10 天,一般不会有太大改变,家长要本着一份平常心,顺其自然,不要在孩子面前表露出功利心理。

多一份关心,少一份劳心。关心,不是整天陪伴孩子、给孩子煮多

考前备战:起居篇

提前一些,以晚上 22 时睡觉比较适宜。如果出现睡眠困难,可以在睡前少量食用牛奶等有助于催眠的食物,也可听几段舒缓、优美的音乐,但尽量不要服用镇静药。另外,高考期间的午睡很重要。但午饭后不要马上睡,可先散散步,听听音乐。然后睡 5 到 20 分钟即可。

饮暴食,否则会使大脑灵敏度降低。

午餐是考生一日中的主餐。应摄入充足的热量和各种营养素。要做到有粮、有肉、有菜、有豆,干稀搭配。

晚餐不易吃得过饱。即使是睡眠较迟,也不该吃过多的食物,尤其

考前备战:家长篇

戴眼镜的同学最好准备备用眼镜和明目的眼药水。天气炎热,可以准备一条小毛巾,用来擦汗。晚上注意听天气预报,做好相应的雨具、防晒工具的准备。提前准备好要穿的衣服,应注重舒适、宽松、透气性好。骑车的考生给自行车胎打足

注意天气变化和最新天气信息,家长应特别关注孩子的身心健康,防止因天气突变引发感冒、发烧、咽喉炎等疾病。

考前备战:家长篇

识和过硬的基本技能。大多数老师认为,考前几天可重回课本,进行“收缩复习”,即抓住各科知识的主干,进行强化记忆。根据自己平时的弱项,及时重点补习。

考前备战:家长篇

少好吃的、找人给孩子补课,而是,平时如果工作特别忙的家长,晚上多在家少外出;在外做生意的家长,放放手头的工作,注意陪伴一下孩子。孩子考不好心烦,一句关怀的询问、鼓励,都是一种关心。少一份劳心,就是孩子学业、考试方面的事情,家长不要过多插手干预,对孩子的考试复习不要操太多心。

多一份知心,少一份忧心。知心,就是了解孩子的心理世界,不要唠唠叨叨,但也不要一句话都不说;知道孩子心里想什么,适当的一个眼神、鼓励就够了,这同样会使孩子信心大增。

考前备战:起居篇

适当的体育运动,比如散步、慢跑等有助于心情稳定与放松。但不要过多时间进行体力消耗大、易产生疲劳感的运动;最好不要上网,不要看有强烈刺激的武打、枪战等情节的影视作品,否则容易在大脑皮层中产生兴奋,干扰复习。

是不应该吃油腻不易消化的食物,以免导致消化不良,影响考试。

三餐之间可加吃水果。甜食及冷饮不宜过多,以免引起疲劳和胃肠消化吸收功能紊乱,蛋白质摄入量要充足,有助于增强记忆、平衡大脑兴奋抑制作用。

考前备战:家长篇

气,并进行保养。乘公共汽车或出租车的考生准备好所需要的零钱。这两天,考生还可以利用休息时间提前到指定的考场看一看,确定去考场的行车路线,最好准备两条路线,避免因堵车而造成迟到。

(李雅 项武龙整理)



图:考生考前放松心情,憧憬未来。

高考所有科目网上阅卷

考生答题需注意 10 个细节

记者昨日从市教育局获悉,高考所有科目全部实行网上阅卷,这就意味着考生答题时,要格外注意,否则就容易丢分、失分,甚至出现答对题却得不到分的现象。那么,考生在答题时需注意哪些事项? 市教育局招生办主任谢安武提醒,考生答题时需注意以下 10 个事项:

- 1.认真阅读准考证、试卷及答题卡上的考生注意事项。
- 2.规范用笔,客观题用 2B 铅笔填涂,主观题用黑色字迹钢笔或签字笔答题。因为网上评卷时用高速扫描仪对答题卡进行扫描,而 2B 铅笔的浓度适中,符合计算机自动识别对填涂点的要求,不会造成任何误判;同时,考生经过复查试卷,如答题卡需更正时,又可轻易地用橡皮擦干净而不留明显痕迹。主观题部分用黑色字迹钢笔或签字笔书写的答题卡,经高速扫描仪扫描后生成的图像清晰度高,阅卷教师容易看清考生作答内容,正确评分。
- 3.按照规定区域进行答题,切勿超出范围答题。因为在网上评卷时,随机将每个考生的主观题答题图像自动分发到阅卷教师的终端上。如果考生答题时超出答题区域或不按次序答题,评卷教师看到的将不是本题的答题图像,从而影响考生得分。
4. 按照考生须知正确填写考生信息。考生须用黑色字迹的钢笔或签字笔认真填写姓名和准考证号,字迹要清晰、工整,考生手写信息区将是确定准考证号的最终依据。
- 5.核对条码框指定位置是否正

爱心车队免费接送考生

预约电话:65826663

和往年一样,今年高考期间,市出租车行业协会也将组织省级文明车队和市爱心服务车队的出租车,参加免费接送考生活动,活动日期为 6 月 7 日至 9 日。

据悉,凡今年参加高考的特困生或有特殊原因的学生,可拨打电

确粘贴考生条码。监考教师把考生的条形码粘贴在答题卡指定的区域后,考生要认真核对,若发现条形码上所打印的姓名、准考证号与考生本人不符,应立即举手询问;考生应保持条形码的整洁和完整,不要在条形码上乱改、乱画。

6.注意不要误涂缺考标记。缺考考生的缺考标记由监考人员填写,考生禁填。误填缺考标记将使实考考生的答题卡判为缺考答题卡,从而影响得分。

7.考试选用的橡皮,要能轻易地把浓度较深的 2B 铅笔的印迹擦去。橡皮不能太柔软,因为答题卡填涂点之间的间隔通常很小,软橡皮很容易会把其他题目的答案擦掉。因此,最好选用软硬适中、擦净效果好的橡皮。

8.如需要对外主观题答案进行修改,可用通用的文字修改符号将该书写内容划去,然后紧挨着在其上方或下方写出新的答案。修改部分书写时与正文一样不能超过该题答题区域的黑色矩形边框,否则修改的答案无效。修改书写部分时与正文一样,也要在原题号规定答题区域内,修改答案超出规定答题区域一样会在扫描时被切掉。

9.作图题应先使用 2B 铅笔绘出,确认后,再用铅笔加浓加粗,作图的答案扫描图像就可清晰可见。

10.保持答题卡的平整、整洁,不能折叠或弄破,不得作任何标记。

据了解,中考所有科目也实行网上阅卷,广大考生同样需注意以上事项。

(薛琳核整理)

爱心车队免费接送考生

预约电话:65826663

话到出租车协会或瑞安广播电台预约,爱心服务车队的队员会开车到考生的家里接送。住在偏远山区或郊区的学生,可自发组织 4 位同学,然后打电话预约。

爱心车队预约电话:65826663。

(李雅 项武龙)