

高分学生谈高考—— 理智冷静备战高考

□晨报见习记者 陈海寅

许万顺，2008年以总分619分的成绩考入华中科技大学力学专业。高考心得：高考是一次智力和心理的比拼。各种因素都要把握好，才能胜券在握。

“也许是学习理科的缘故，我不是一个太会表达的人。2009年高考一步步临近，让我想起了去年的这个时候。我想给考生的建议是：到了这个阶段，我们所要做的就是稳定心态，巩固知识。”简短的开场白后，许万顺向记者讲述了他的高考心得。

★注意积累

“学习是一个长期积累的过程，在平时的学习中一点一滴的发现都可以记录下来，可别小看了这个方法，这也许就是攻克难题的诀窍。在每个科目上都可以用这种方法，尤其是高三大考小考不断的时候。”许万顺说，他在平时学习中就很注意积累，考前积累知识，考后积累考题素材。“像语文，我习惯每天摘录两三首诗或是一段美文，记录在摘抄本上，没事的时候拿出来写写看看，既可以练字，又可以帮助记忆，还能为作文积累素材，可谓是一石三鸟”。考前，考生可以默记一些好的作文题材，活跃一下思维。数学、英语、理综也要注意平时积累，把考试中易见到的题型熟悉

一遍，以免考前心里没底。”

★要善于思考

“或许跟个人的性格有关系，我喜欢思考，尤其是让我感觉犯难的题目，我一定会追根究底，把它解答出来。高三之前，我有时会花费一上午的时间来思考研究某些问题，直到找出答案。我喜欢那种破解难题后的感觉，很有成就感。”许万顺告诉记者，学习中他常常会感觉自己的思维很开阔，同样的题目，别人做完后感觉只是做了一道题，他却感觉做了一种题型。“一种题型可以延伸出很多题型，到了临近高考的时候，每次考试我一看考题就觉得熟悉，都是自己曾经钻研过的题型，还没做题就已经心中有数了。”

“但我提醒考生，这种方法只可用在平时的学习中，考试时不能再去较真儿。不然就会耽误做题的时间。而且在考试时的特殊心情下解答问题会有很多顾虑，很容易打击自信心。”许万顺说。

★在做题中找关键

“俗话说‘勤能补拙’，这句话很有道理。不管自己的脑子有多聪明，都不可大意轻敌。勤奋是高考成功必不可少的因素。考生在备考阶段一定要多做模拟题，除了参加模拟考试，还可以去买一些往年的高考模拟题，多做、多练、多研究。模拟题做多了，对高考就会有越来越多的把握。”许万顺说他做模拟题做多了，以至于拿到模拟题之后，不看也能猜出很多考试题型。

“不是单单只为做题，每道题都有它的关键点，只要找到了这个关键点，题目就能轻易破解。这是一个很好的做题习惯，拿到题目后先找它的关键点，这样不仅可以节省时

间，还能让自己树立自信心。在一定程度上让自己很受鼓舞。”许万顺说他的这种习惯一直保持到了高考结束。

★巩固好各科知识

“考生临近高考，就不要再接触过多的新知识点了，而是把自己已经掌握到的知识再巩固一遍。自己的优势科目、弱势科目都要根据自己的备考现状和考试分值逐一巩固。最好的方法就是翻看自己以前做过的试卷，哪些题目是自己的强项，在哪些题目上容易丢分一目了然。临近高考，心里一定要有有个大致的谱，切不可在考场上自己还一头雾水，懵懵懂懂。”许万顺说，巩固好知识，是高考制胜的关键。不管自己所掌握的知识是多是少，临考前都要有一个思维清晰的精神状态。

★注意答题方式

“考生答题时，一定要注意自己的答题方式。每个人答题习惯不一样，这个因人而异，考生可以自己掌握。但答题时一定要认真、仔细，做题时要摒除杂念，思路清晰。让

自己处于放松而谨慎的状态，按部就班地去做每道题目。”许万顺说，卷面也是很重要的一个因素。“确定答案之后再往卷面上填写，千万不可写了又改，改了又涂。把卷面搞得一塌糊涂，考试成绩肯定会受到影响。尤其是理科，一定在草稿上多练几遍，确定好答案后再抄到卷面上。”

★学会调节心情

“随着高考一步步临近，一些考生会有焦虑的感觉，这也是可以理解的。但考生要学会适当调节自己的心情，以免影响到考试发挥。”许万顺说，他到了考试的前几天，就不再花费很多时间学习了，而是选择听音乐、和朋友聊天等娱乐方式去放松自己。每天只花费一部分时间来回顾之前所学的知识。

“这对我来说效果比较好，考试时我也是以一个轻松的心态进入考场的，考后的感觉也很轻松。”许万顺说，“希望考生们考前都能调整好自己的心态，这是高考成功的一个重要因素。让自己沉下心来，理智冷静地来面对高考，迎战高考。”

乙肝病毒携带者 填报志愿仍受限制



晨报讯（见习记者 李潇潇）5月19日，市民王先生通过本报热线询问：他的儿子在参加高考体检时被查出是乙肝病毒携带者，不知道这对儿子填报高考志愿是否

有影响。对此，市招考部门的负责同志告诉记者，根据《普通高等学校招生体检工作指导意见》的要求，对患有慢性肝炎并且肝功能不正常者（肝炎病毒携带者但肝功能正常者除外）学校可以不予录取，但并没有规定不能录取乙肝病毒携带者。但对患有一些疾病的考生，部分学校可以不予录取，有关专业也可不

予录取。像王先生孩子这种乙型肝炎表面抗原携带者，高考报志愿会受限制，不能被录取的专业有航海技术、西餐工艺、烹饪与营养、烹饪工艺、食品科学与工程等。

根据今年的高考体检规定，患有下列疾病的考生，高校可以不予录取。包括：严重心脏病、高血压病；重症支气管扩张、哮喘、恶性肿瘤、慢性肾炎、尿毒症；严重的血液、内分泌及代谢系统疾病、风湿性疾病；重症或难治性癫痫或其他神经系统疾病；严重精神病未治愈、精神活性物质滥用和依赖；慢性肝炎且肝功能不正常者等。

2009年117所高校 计划招收7500名国防生

解放军总政治部有关部门负责人透露，军队和武警部队2009年计划依托117所普通高校，在全国31个省（自治区、直辖市）的普通高中毕业生中招收7500名国防生，国防奖学金标准每人每年1万元。

这117所普通院校均为国家部委直属高校或学科优势明显的省属院校，其中国家“211工程”高校69所。

76%的招生专业为军队现代化建设所需的电子信息、机械、武器、航空航天、航海、测绘、气象等专业，24%为医疗、财会、外语、新闻、法学等专业，学历层次均为本科。

这位负责人表示，教育部、总政治部日前已联合下达了招生计划，家长和考生可查阅有关院校招生简章或直接到当地主管部门咨询。（据新华网）

鹤壁假日旅行社精品线路推荐——
中原独秀—石人山
许可证号:L-HEN-GN09585
石人山、世界第一立佛两日游:398元
每周六老区早5:00出发、新区早6:00出发赴石人山,白龙潭、九曲瀑布、王母轿、凤凰台、寿松、玉皇顶、竞秀峰等景点,晚宿山下,第2天早餐后到世界第一立佛景区参观,午餐后乘车返鹤,抵鹤结束愉快旅程。
老区电话:2686540 2691661 1383922230
老区地址:长风路中段鹤壁饭店对面原粮食局办公楼二楼
新区电话:3367035 3333650 13569648975
新区地址:华山路中段(国税局东墙外侧门面房)

鹤壁假日旅行社精品线路推荐——
人间独秀—石人山
许可证号:L-HEN-GN09585
石人山、画眉谷二日游:328元
石人山、龙潭峡二日游:298元
老区电话:2686540 2691661 1383922230
老区地址:长风路中段鹤壁饭店对面原粮食局办公楼二楼
新区电话:3367035 3333650 13569648975
新区地址:华山路中段(国税局东墙外侧门面房)

旅游快车
栏目联系电话: **3313877**
13033876436

许可证号:L-HEN-GN09585
假日旅行社
●清明上河园、焦裕禄纪念馆一日游:180元
●八里沟一日游:90元
●北方小九寨天平山一日游:98元
●杭州西湖、上海+水乡周庄二日游品质团:388元(每周五发)
●北京、故宫、长城、鸟巢、水立方二日游品质团:398元(每周五发)
●青岛、日照二日游常规团:210元;品质团:268元(每周五发)
●豫西大峡谷、双龙湾二日游:328元
●黄山、凤凰源周末游:580元(22日、29日发)
●杭州、上海、苏州+水乡:390元(寒山寺、周庄或锦溪、木渎、游船西湖等购物团)
●海南双飞五日游:1580元
总部电话:2686540 2691661 1383922230
总部:老区长风中路鹤壁饭店对面老粮食局办公楼二楼
新区电话:3367035 3333650 13569648975
新区:华山路中段(国税局东墙外侧门面房)

信裕旅行社
许可证号:L-HEN-GN09974
走进神奇寨沟 倾听蝴蝶欢歌
寨沟、蝴蝶谷二日游 268元
地址:兴鹤大街146号中州快捷酒店商务厅
电话:3298863 2678873
13939258863 13783011113

鹤壁市微笑假期旅行社
周末直通车
★杭州、上海、苏州+水乡(含寒山寺、周庄、木渎、游船西湖等)
成人420元/人 儿童280元/人
★青岛、日照渔家乐(含乘船出海、栈桥、八大关、五四广场、音乐广场、灯塔景区、万平口、第三海滨浴场等)
成人200元/人 儿童180元/人
夏季国内热点线路
●神农架探秘/武当山朝圣 4日游 700元/人
●海南(四星品质)双飞5日游 1580元/人
●黄山、千岛湖双卧6日游 1080元/人
●张家界、凤凰古城双卧6日游 1380元/人
●桂林、漓江双卧5日游(品质团) 1280元/人
●成都、九寨沟、黄龙双卧6日游 1420元/人
●武夷山、厦门、鼓浪屿双卧6日游 1480元/人
●宜昌、三峡、重庆双卧6日游 1130元/人
●南宁、德天瀑布、通灵峡谷双卧6日游 1380元/人
●昆明、大理、丽江(三星品质)双飞7日游 电询
●华东五市+双水乡(三星品质)双卧7日游 960元/人
●杭州、溪口、普陀山双卧7日游 1460元/人
●贵阳、黄果树瀑布、天龙屯堡双卧7日游 1360元/人
●西部丝绸之路三卧/畅游西藏双卧 电询
以上国内线路,报价仅供参考,更多国内线路欢迎来电咨询
报名热线:0392-3307000 13849200001 13323928612
2626789 13603929511 13603927633
新区地址:东方国际酒店大堂贵宾厅