

2020年高考明日拉开大幕,滁城三个考点今天16时开放,考生可前往熟悉环境

今日下午,高考生可去考点“探营”

由于受到新冠肺炎疫情的影响,2020年高考在推迟了一个月的时间后即将拉开大幕。考场的大概位置,出行线路如何规划,沿途需多长时间……这些情况,每位考生都应该做到“心中有数”。记者从市教育招生考试院了解到,今天全市各考点将对考生开放,各位考生可在规定时间段前往“探营”,为接下来的考试做好充分准备。

据悉,今年全市共设有8个考区,17个考点,878个考场。其中,市直和琅琊区考点设在滁州中学和滁州二中;南谯区考点均设在滁州六中。滁城的考生们可以在今天下午16:00后到相应考点熟悉环境,并在考点门口查看考场分布示意图。通过“探营”,考生不但能提前了解考点和考场的位置,还能估算出居住地和考点之间的距离,选择适合的出行方式。市教育招生考试院相关工作人员特别提醒,今年考试时间为工作日,考生和家长要对早高峰的交通因素提前做好应对,避免迟到误考。

每逢这类重要考试,难免会有一些考生在准备迎考物件时,出现一些差错。本刊在此提醒广大考生,身份证、准考证一定要带齐并妥善保管;考试需

用到的2B铅笔、0.5毫米黑色墨水签字笔、直尺、圆规、三角板、无套橡皮等必备文具一定要备齐;铅笔盒、眼镜盒、书籍、草稿纸、涂改液修正带、透明胶带等,是不被允许带入考场的;手机、电子存储记忆录放机等高科技设备更是严禁带入考场,一经发现将被视为考试作弊,可取消各科考试成绩。

根据考试日程的安排,7日上午9:00—11:30是语文学科考试;7日下午15:00—17:00是数学科目考试;8日上午9:00—11:30是综合科目考试;8日下午15:00—17:00是外语科目考试。(记者郭 军)

热点关注

▶7月2日,南谯区菊香苑社区的志愿者在和滁州海亮学校的高三学子们一起做减压游戏。 特约摄影董超 通讯员赵元 摄



默念“放松”,学会深呼吸

晨刊讯 明天,高考将如约而至。临考前的最后一夜和明天迈上考场,需要如何调整心态、充分发挥,滁州12355青少年综合服务中心负责人、国家二级心理咨询师许静给考生支招。

今晚,考生们按照平时的作息时间表睡觉即可,切勿服用安眠药,因为安

眠药会抑制人的大脑,导致第二天考试不够兴奋。如果因为紧张造成失眠也不要紧。事实证明,人在高度紧张的状态下,大脑处于兴奋状态,前一天晚上的失眠不会影响第二天上午的考试发挥。但是中午需要休息一下,让大脑可以有休息和放松的时间。

当考生来到考场后,周边环境往往会造成考生紧张。在这种情况下,许静建议,考生可进行简单的放松训练,如做几次深呼吸,在考前几分钟应该自己安静独处,不要再和别人讨论知识上的问题,以免破坏自己胸有成竹的感觉。

考生在情绪紧张的时候,可以默念

“放松”二字,想象一两分钟就有效果。遇到困难的时候,可以通过想象过去成功的时候,一些到过的美景,用积极的情绪来缓解压力。学会深呼吸,对调节情绪很重要。考完一门后,不要去对答案、不要和同学讨论考试题目,抓紧时间休息,放松心情。(实习生张蓉蓉 记者张 然)

高考期间,我市有阵雨或雷雨

午后气温略高,需注意防暑以及防范强对流天气

晨刊讯 明后两天就是高考的日子了。高考期间天气如何,气温高不高,有没有雨?昨日,市气象部门发布高考天气预测专报。根据预测,今起至10日,我市多降水过程,其中10日前后有中等阵雨或雷雨,局部大雨;而高考期间(7日、8日),

全市有阵雨或雷雨,需注意防范强对流天气。

“小暑大暑,上蒸下煮。”今日迎来了二十四节气之中的“小暑”,标志着即将“出梅”入伏,不过截至目前,我市仍处在梅雨季。记者了解到,今明后三日,阵雨

或雷雨在我市“单曲循环”——今日,阵雨或雷雨,高温30℃;明后天的高考期间,依旧是阵雨或雷雨,并可能伴有雷雨大风等强对流天气,气温变化平稳,高温在30℃到32℃。虽没有35℃以上的高温天气,但由于风力弱,空气湿度较大,因此中午前

后人体闷热感明显。气象专家提醒广大考生和家长们及时关注天气变化,既要防暑降温,又要注意防范强对流天气,准备好雨具,尽量提前出门。

(预报员荀 静 记者汤 珏)

考场周边道路交通管制,切勿鸣笛

晨刊讯 今年高考期间,滁城3处考点周边同乐路、明光路等道路将实行交通管制,禁止公交车以外的机动车辆驶入。

届时,滁州中学、六中考点,同乐路与中都大道路口、永乐路口、幼安路口,实行交通管制;明光路二中考点,考前实行临时交通管制,社会车辆绕行,涉考车辆凭

学生准考证可以驶入,考生下车后车辆立即顺向驶离,禁止掉头。

滁州中学、六中涉考车辆可沿市政府四周广场、中都大道两侧慢车道、体育馆周边、全椒路等外围道路停放。二中涉考车辆可以驶入弘阳家居广场、明光路停车场停放,停车场泊位不足,在交警现场指

挥下,允许部分接送考生车辆在明光路机动车道临时停放,驾驶员请勿离开车辆。其他非机动车有序停放,请勿占用机动车道,请勿开启防盗报警铃声。途经滁州中学、六中考场和社会车辆请从花亭路、花园路、龙蟠大道绕行,途经二中考场的社会车辆请从天长路、环城路、育新路绕行。

7月8日下午14时30分至15时30分的外语听力期间,同乐路(中都大道至全椒路)和沿线的永乐路、文昌路、幼安路路口,明光路(南谯路口至定远路口)和沿线的南湖路、四合路路口,实行机动车交通管制,禁止所有机动车通行、禁止鸣笛。

(记者包增光)