

# 高考志愿如何填报? 你想知道的都在这里

本报记者 王恬

6月30日,鄂南高级中学举办了鄂南高中第三届高校招生志愿填报咨询会,来自全国各省市的75所高校参加,均选派招生老师与考生和家长进行面对面交流,提供权威信息并答疑解惑。

在咨询会现场,高校招生工作人员现场围绕各高校在湖北招生的报考要求、招生政策、录取原则、历年招生分数及排名等热点问题进行了面对面交流。

考生怎样才能填好志愿呢?记者就考生和家长关心的问题进行了咨询。

## 填报志愿网址是什么?

考生进入“湖北高考招生综合信息服务平台”学生端,凭高考报名号和密码、验证码登录志愿填报系统,第一次登录系统的初始密码为考生的18位身份证号,修改初始密码后进入志愿填报模块填报志愿。湖北高考招生综合信息服务平台的网址为`https://zspt.hubzs.com.cn`。

## 登录密码忘记了怎么办?

再次登录时若是忘记或遗失了登录密码,可以凭准考证和身份证向县市招办申请恢复初始密码。有关县市招办的联系方式请查阅湖北省教育厅“高考招生专题”、湖北招生信息网要闻公告栏中的《湖北省2023年市(县、区)招办咨询接待联系方式》。恢复初始密码后,请及时登录网上填报志愿系统,修改初始密码。

湖北省教育厅“高考招生专题”网址为`http://jyt.hubei.gov.cn/bmdt/ztzl/gxzs`,湖北招生信息网要闻公告栏《湖北省2023年市(县、区)招办咨询接待联系方式》网址为`https://zsxx.e21.cn/e21html/zhaosheng/listhszbkx.html`。

## 考生什么时间可以开始填报志愿?

今年继续实行知分知线填报志愿,集中填报志愿的时间有两次。

第一次网上集中填报志愿时间为6月29日8:00至7月2日17:00,网上填报志愿系统开通时间为6月29日8:00,实行分段截止,其中:本科提前批填报志愿的截止时间为6月30日17:00;高职高专提前批、本科普通批、艺术本科A、艺术本科B、艺术高职高专批、体育本科批、体育高职高专批、技能高考本科批、技能高考高职高专批填报志愿的截止时间为7月2日17:00。

第二次网上集中填报志愿时间为8月8日8:00至8月11日17:00,填报高职高专普通批(含高职院校联办本科的高职高专专业)。网上填报志愿系统开通时间为8月8日8:00,截止时间为8月11日17:00。

特别提示考生:安排在第一次集中填报的批次不能在第二次集中填报志愿时填报,安排在第二次集中填报的批次也不能在第一次集中填报志愿时填报。集中填报志愿截止后,不得补报或修改志愿。每次填报志愿前,考生应先思考、酝酿、考察,预选志愿,填写好志愿草表,再上网操作。

建议考生不要在临近截止时间的1个小时内填报或者修改志愿。根据以往经验来看,临近截止时间内,平台访问量明显增大。上网条件不好的地区,网络极易堵塞。如果此时考生准备不足,难免出现紧张情绪,容易忙中出错。此时,特别需要注意的是,如果未点击保存,此次修改或填报的志愿信息都不会存入平台系统。如果出现非法退出平台等操作,账号会被锁定15分钟,无法登录系统。

## 考生什么时间可以填报?各批次的征集志愿?

录取过程中,高校在投档后生源不足未完成的招生计划,投档后因少数考生不符合录取条件退档而未完成的计划、平行志愿投档后新增的招生计划面向全体考生重新公开征集志愿。

湖北省招办每次于征集志愿前一天通过湖北省教育厅“高考招生专题”、湖北招生信息网公布征集志愿院校专业组和计划数,考生在规定时间登录省招办网上填报志愿系统填报征集志愿。

各批次征集志愿时间如下:本科提前批7月16日8:00—17:00,艺术本科A梯度志愿7月16日8:00—17:00,艺术本科A平行志愿7月16日8:00—17:00,体育本科批7月16日8:00—17:00,本科普通批(第一次)7月27日8:00—7月28日12:00,艺术本科B7月27日8:00—7月28日12:00,本科普通批(第二次)8月1日8:00—17:00,技能高考本科批8月1日8:00—17:00,高职高专提前批8月8日8:00—17:00,艺术高职高专批8月8日8:00—17:00,体育高职高专批8月8日8:00—17:00,技能高考高职高专批8月8日8:00—17:00,高职高专普通批8月19日8:00—17:00。

## 为什么填报志愿?需要看懂高校招生章程?

自己在网上填报志愿,自己在网上确认志愿,考生对自己填报的志愿负责。网上填报的志愿是投档录取的依据。填报志愿看章程,填好志愿靠章程。

不少学校将本校各类型招生的详细要求或者招生条件在招生章程中集中公布,招生章程公布后,高校向各省提交招生专业计划时不会再一一备注专业要求。湖北省公布的招生计划中,由于篇幅限制,院校专业名称后没有备注内容的不一定没有招生要求,备注了的也不一定是全部招生要求。因此,考生必须仔细阅读拟报高校的招生章程后慎重填报志愿,规避自身条件不符的院校专业组和专业;

因考生填报不符合高校招生章程(简章)要求的专业而被招生高校退档,由考生本人承担责任;

高校招生章程(简章)可在教育部阳光高考平台或院校招生高校网站查询。



## 填报“锦囊”请收下:

要真正将填报志愿与个人兴趣、专业排名、高校情况等结合起来,使高考成绩发挥最大效果,到底应该听谁的?怎么做?

鄂南高级中学相关负责人说,高考志愿填报关乎学生生涯规划、人生目标、远大理想问题等,在全国上千所高校和上百个专业中做选择,是一件需要深思熟虑的事。

教育部给出提示——考生在志愿填报前要做到了解国家需要、了解个人情况、了解高校情况、了解招生政策。立志在服务国家和社会发展中体现个人成长价值,并综合考虑自己的高考成绩、兴趣特长、未来志向等因素,理性考虑意向学校。还要了解意向高校近年录取分数(位次)情况、学校招生章程内容和该校在本省招生各个专业人才培养、就业前景等情况,了解本省(区、市)志愿填报办法、投档录取规则等信息。考生要注意高校招生专业的选考科目要求,遇到不清楚的地方,及时向有关招生考试机构、高校和中学咨询。

鄂南高级中学负责人表示,读懂招生政策和志愿填报办法,选定拟报院校与专业,并且掌握往年录取要求,就是填好志愿的根本要义。

# “专家团”亮相,为未成年人护航

## ——首届咸宁市未成年人心理健康教育宣传月启动仪式侧记

本报记者 丁婉莹

### 五月的不足之处

咸宁市实验小学的操场上,孩子们追逐游戏,好不快乐!而此时此刻,在学校报告厅里,一场有关未成年人心理健康教育的活动正在举行。

学生代表们齐刷刷地坐在观众席等待着活动的开始,他们或许还不知道,即将开启的这场为期一个月的活动,将为他们今后的成长带来怎样的改变。

这场主题为“阳光‘心’行动健康向未来”的活动,是我市举办的首届未成年人心理健康教育宣传月活动启动仪式。而活动也在5月25日心理健康日开启。

报告厅大屏上播放的首届湖北省未成年人心理健康教育宣传月主题宣传片,再一次提醒在场的每个人,关心未成年人的心理健康教育对孩子健康成长有着多么至关重要的作用。

“525是我爱我的谐音,是在提醒我们要关爱自己,悦纳自我。悦纳自我是一种能力,有了坚定的爱的包裹,我们的生命才能更有力量,我们的心灵才能更加健康……”实验小学学生代表吴子墨同学宣读了倡议书,号召同学们不仅要强身健体,重视身体健康,更要抛弃情困,重视心理健康。

的确,当今社会的快速发展带来的快节奏生活加快了人类前进的脚步,也让人们在“赶路”的途中忽视了很多健康问题。未成年人是心理健康展现的主要群体,处于心智发育阶段的孩子,一旦情感需求得不到足够关注,就极容易引发各类心理健康问题。

为此,近日教育部等十七部门也印发了《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》,要求全面加强和改进新时代学生心理健康工作,提

### 升学生心理健康素养。

为了让爱的阳光温暖到每个孩子的内心,呵护未成年人的成长。我市以本次宣传月为契机,组建了首批专家库,一支由21名专家和相关业内人士组成的专业人才队伍。

启动仪式上,首批咸宁市未成年人心理健康专家正式入库,一一获颁证书。

据悉,专家库的专家成员还将在未来的一个月里,和本地心理健康辅导专家老师们一起集中深入各学校心理健康辅导室和校外未成年人心理康辅站开展指导工作,为我市该领域的发展贡献智慧力量。

咸宁市心理学会专业讲师邵丽红老师,在启动仪式后,现场为孩子们带来了一场生动有趣的公开课。

“首先,我来介绍一下自己吧。我叫邵丽红,今年35岁,是咸宁职业技术学院心理中心的一名教师……现在,请你上台来做一下自我介绍吧!”在邵老师的带领下,同学们非常踊跃,争着上台。

一个阳光开朗的女孩走上讲台,大声介绍说:“我的优点是活泼开朗,我的缺点是不够有耐心。”同学们一个个自信满满地走上舞台中央,介绍着自己。

这节主题为“积极悦纳自我朋辈互助成长”的公开课,在老师和同学们的快乐互动中高潮迭起,邵老师也和同学们一起分享了如何悦纳自我、怎样才能交到好朋友的方法。

本次活动由市委文明办、市教育局、市卫健委、团市委、市妇联主办,旨在进一步深化未成年人心理健康教育工作,推动学校、家庭、社会三方协同,营造守护未成年人心理健康的良好氛围。

未成年人心理特别敏感,容易受到外界的干扰,人生观也容易受到影响甚至崩塌。这时加以正确的心理健康教育引导,能够增强他们心理上的自我调节能力以及承受能力,让他们能够勇于面对困难,消除心理隐患,以健康的心态面对生活和学习。这需要社会、家庭、学校三方共同努力,共同合作,努力为未成年人营造一个健康良好的成长环境。

校园里的心理健康辅导室、心理指导老师随时为学生们提供帮助,社区里建设有专门提供咨询服务的心理咨询室,12355青少年服务热线也全天候为孩子们开放,为他们消解成长中的烦恼,而今,首批专家库的组建更进一步拓宽了未成年人的求助渠道,让他们的心理话“有处说”,身边的烦恼事“有地讲”。

对未成年人心理健康教育的重视与否某种程度上关系到我们在文明创建的道路上是否能行得更稳走得更远,未成年人心理健康教育活动的开展也将引领更多身处“灰色空间”的孩子看到这个大千世界的五彩斑斓。

据了解,结合咸宁各县市区具体情况,我市还将在活动期间推出更多丰富多彩,助益未成年人心理健康的教育宣传活动,值得期待。

# 教育问答

## 怎样安排假期生活

本报记者 王恬

近期,中小学陆续放暑假。为了帮孩子过个既快乐又有意义的假期,家长们开始为孩子做暑假计划。

那么,暑假时间表应该如何制定,效果才会好呢?咸宁实验外国语学校高级教师陈霞建议,首先列举暑假必做事情。暑假里,孩子会有很多事想做,家长需要帮孩子搞清楚,哪些事情是这个假期最应该做、最值得做的。建议把所有想做和要做的事都列出来,排个优先级,选择其中3—4件最重要的事,作为假期的关键任务。先保证把关键任务完成,让这个假期不虚度。

其次,目标拆解,分步实施。暑假计划可以分为四部分:第一部分把暑假要做的事,都罗列下来。第二部分把罗列下的事,按假期的日子分开。第三部分把已经分好的事情,再具体分到每一天。第四部分把计划落实到纸上,日写日清。家长可以根据孩子的情况做调整,比如可以改为早上8点、9点、10点,下午3点、4点、5点。这样把大任务分分步实施的暑假计划很容易完成,而且让孩子做起来很有成就感。

最后,目标真实贴切让孩子快乐学习。制定计划不要贪多,要根据孩子的实际情况来,这个高度就是孩子踮脚可以够到的高度。比如说:现在孩子会10首古诗,那么,暑假关于古诗的计划就可以是,再背10首古诗,并懂这些古诗的意思。给孩子定的目标和计划必须是孩子能轻松实现的,这样才能增加孩子的学习自信心,让孩子觉得学习不是负担,越学越爱学。

另外,玩与学相结合。有的孩子喜欢在几周之内通宵奋战,把作业全部写完,然后接下来的时间都是大玩特玩。还有的孩子先玩得尽兴,等快开学了才开始匆忙补作业,更有甚者,全家都要来帮忙写作业。这两种习惯都不好。强行割裂玩和学,让孩子只学不玩,或者少玩多学,只会让自己的孩子变得更容易情绪化。最好的方式是玩和学同时进行,学累了就稍微玩玩放松一些,玩一段时间了,再捡起书本看看知识有没有遗漏的。让孩子白天的时候早起一点,写完当天的作业,中午休息一下,下午就可以开开心心玩了,晚上的时候看一部有趣的电影,安然入睡。

# 如何学习文言文

本报记者 陈希子

很多学生一谈到“文言文”就如临大敌:读不下去,看不懂,背不下来,味同嚼蜡……学文言文的难处,让很多青少年都相当郁闷,甚至在内心深处产生一种抵触心理,有时候会形成一种不良的“条件反射”,导致产生“畏难”甚至“厌学”情绪。

咸宁高中语文老师方芳介绍,文言文是经过修饰的语言作品,是我国古代“书面语言”组成的文章。优秀的文言文可以说是先贤智慧和灿烂文化的结晶,学生一旦有一定的文言文基础打底,语文素养的提高就可以做到“换挡提速”。

文言文有内容浅显深刻、篇幅长短之分,如果一开始学生就接触佶屈聱牙、篇幅巨长的篇章,哪怕耗费“洪荒之力”都很难理解文言文内容,也很难提起学习的兴趣。所以学生初学文言文的时候,建议从比较浅显、篇幅比较短、内容比较有趣的文言文开始,逐步培养对古文的阅读兴趣和理解思维。

学好文言文的表现,是无障碍地阅读,能够领会和感悟作者的情感。很多同学觉得文言文难学,主要是没有脱离白话文的语境,用白话文的语言逻辑方式去理解文言文是行不通的,想要深入地理解文言文,就需要把文言文和白话文结合,结合语境去理解通篇文言文的内容和主题思想。

直观形象的教学可以让学生第一时间理解文言文的大概内容、写作意图、相关意境等信息,这些内容对文言文的顺利学习起到“清淤排障”的作用。条件允许的情况下,教师可以准备一些与文言文课文内容相吻合的视频、图片、动画,课文朗读录音等资源,这些资源都要为教学设计服务,成为教授文言文的工具,让文言文的课堂生动活泼起来。

文言文的一大特征就是引经据典、骈俪对仗、音律工整。一些文言文有着严格的平仄、用韵、对仗、句式等要求,学好文言文的重要步骤之一就是诵读,学生在诵读的过程中,可以结合历史人物的遭遇,找准时代感,还原人物情感,在培养语感的同时,领悟文言文的美感。

# 教育动态

## 市实验小学举办食堂开放日

## 邀请家长零距离感受学校食堂

本报讯 记者朱亚平、通讯员金萍芳报道:为创建食品安全示范城市,近日,市实验小学举办食堂开放日活动,邀请家长委员会走进学校,走进食堂,和孩子们共进午餐。

在开放日活动中,家长们参观了食堂中有关食品安全知识的宣传展示栏,家长们都感叹,通过参观学习这些关于食品安全的知识,他们都增长了不少知识。食堂负责人对食品出餐流程进行一一介绍,并邀请家长对食堂内部——食品加工间、分餐间、操作间、库房等进行实地参观,家长代表们对食材的新鲜度、食堂操作流程、食品卫生、餐具消毒留样情况仔细查看。

接着,家长代表们进入会餐区域,查看明厨亮灶系统,并和孩子们共进午餐,现场真实感受饭菜质量。家长们连连感叹,这卫生,这环境,这食材不比家里差,有的甚至超过家里,孩子放这里他们是放心的。

最后家委会代表们填写了《食堂满意度调查表》,对学校食堂管理及学生中午就餐情况的满意度给予很高的评价,同时,家长们也为学校食堂提出了宝贵的建议。