



# 6月4日至10日,勿忘填报中招志愿

原定于未来两天举行的广场中招咨询会改为校内家长会

□首席记者 陈兵 实习生 赵利鹏

洛阳晚报记者29日从市教育局中招办获悉,中招志愿填报将于6月4日9时至10日18时进行。届时,相关考生可进行网上志愿填报,逾期不得填报。另外,原定于5月31日、6月1日分别在涧西区牡丹广场、西工区周王城广场举行的大型中招咨询会,改为由各初中学校召开家长会的形式进行。

市中招办相关负责人介绍,中招志愿填报时间为6月4日至10日,具体为:6月4日上午9时开始填报,6月10日18时结束。考生可登录河南省普通高中综合信息管理系统平台(<http://www.hgaozhong.com>)进行志愿填报、修改、确认。修改无次数限制,以考生最后一次填报为准,但10日18时平台关闭后不得再修改志愿。需要注意的是,每次修改志愿时间要跟上次修改志愿时间间隔半小时以上。

城市区考生的志愿分为三个批次,即提前批、第一批、第二批,其中第一批、第二批为平行志愿。每名考生最多可填报9个志愿。(志愿填报方法详见《洛阳晚报》5月23日T15版至T24版)

该负责人提醒,考生和家长在已经做出决定的情况下,要尽早填报志愿,以防后期赶上扎堆填报,平台暂时瘫痪,导致填报志愿受阻。

另外,为了更好地让考生和家长了解中招政策,各初中学校将于近期分别召开家长会,各招生学校也将进入我市各初中学校进行宣传推介活动。市教育局要求各初中学校认真组织,有序进行,确保安全;各招生学校要实事求是、客观全面地介绍招生情况,为学生理性填报志愿提供服务。

如果您有问题,还可以继续通过市教育局新浪官方微博在线提问,拨打市中招办电话63254658进行咨询;或者关注洛阳晚报新浪、腾讯官方微博,加入晚报中招帮帮团QQ群174033897留言。我们将收集并整理出大家关注的热点问题,请相关招生负责人进行解答。

我市考前心理咨询者中,七成为家长,而考生大部分压力源于家长的过分重视。如何为考生减压?心理专家提醒:家长对孩子最好的关注就是“不关注”——

## 高考前,有九句话千万别对孩子说

□记者 王妍

高考前一周,家长的态度和表现对考生至关重要,其一言一行都可能影响考生的备考状态。根据团市委考前心理辅导热线12355的统计,在我市考前心理咨询者中,七成为家长,而考生大部分压力源于家长的过分重视。

高三优等生,为何考前成绩下降?

小军(化名)是我市一所重点高中的学生。他的成绩平日在班里保持前10名,临近高考却开始下滑。

“一练”时,他的成绩没有平时好,我以为是发挥失常。“二练”成绩更差,他还出现失眠、头疼的情况,饭菜也吃不下……”忧心忡忡的刘女士带着儿子小军向团市委“12355阳光行动”的心理咨询师求助。

当母亲离开诊疗室,小军才向心理咨询师吐露了心中的重负。高考临近,望子成龙的父母比小军还紧张,天天做好饭菜送到学校,总说上了重点大学才有好未来,还常常提起考上中国人民大学的小军的表姐这个“榜样”,让小军给家里争气……

小军说,自己知道父母的辛苦与希望,一点儿也不敢放松,最害怕考砸了让父母失望。一想到这,他白天吃不下饭,晚上睡不着觉,有时还头疼。

心理咨询师建议,家长以后不要再对小军说类似的话,也不要天

天送饭打乱他原本的生活节奏,否则会在无形中让他感到紧张。

经过一段时间调整,小军的状态恢复了很多,到“三练”时成绩开始回升。

考前心理咨询者,七成为家长

其实,小军的例子并非个案。

高考前夕,不少父母比考生更焦虑。据团市委12355心理热线统计,今年热线开通以来,在拨打电话的考前咨询者中,七成为家长,而考生大部分压力源于父母的过分重视。考生因为“担心父母失望”“怕给家长丢脸”等,背上了沉重的心理负担。

据统计,家长们咨询的问题可分以下几种:一、担心孩子考前压力过大,不知如何帮孩子排解。二、想给孩子加油鼓劲儿,却招来孩子的反感。三、孩子学习状态不好,不知如何调整。四、孩子一直挺努力,成绩却上不去,想寻求快速提升成绩的方法。

市心理咨询师协会会长杨延卿说,面对孩子人生中的重要时刻,家长此时应扮演“旁观者”,而不是“参与者”。当家长关注过度时,这种焦虑和压力会直接传染给考生。

针对前两种问题,他建议:可以陪孩子聊聊天、散散步,谈些学习以外的话题,通过短暂转移孩子的注意力来缓解其压力,给孩子鼓劲儿。

对于家长对孩子学习状态和成绩的担忧,杨延卿认为家长不可过分介入。学习状态是一个人长久以来形

成的习惯,突然打破会让他无所适从。对于孩子的成绩,无论好坏,家长都要学着接纳,因为学习是个长久的过程,急功近利在这时没有任何作用。

这九句话,考前别对孩子说

高考前一周,家长的一言一行都可能影响到考生的备考状态。杨延卿列举了一些家长最常说、却会对考生起到负面作用的九句话:

- 一、家里什么事你都不用管,只要好好复习就行。
- 二、只要你能考个好大学,我们再辛苦也没事儿。
- 三、别紧张!
- 四、记住你的目标,成败在此一举!
- 五、只要你考上了某某大学,我们就给你买你要的东西。
- 六、加油!爸妈等你成功归来!
- 七、题要看仔细,不要有疏忽,认真答题,尽量多考些分数。
- 八、再坚持一下,等考完咱们就解放了。
- 九、别担心,考不上我们也不会怪你,明年再复习就行。

杨延卿表示,这九句话千万别对考生说,因为这些看似鼓励或安慰的话实际上含着消极暗示,会增加考生心理负担。

他提醒:高考前,家长对孩子最好的关注就是学着让自己看上去“不关注”。此时,家长只要做好孩子生活上的保障,观察孩子心理没有大幅波动,就不必刻意介入。

ACG2014洛阳儿童创意产业博览会  
暨第二届洛阳宝龙缤纷气球艺术节

明日开幕  
5月31日-6月1日  
宝龙城市广场



3 亚洲杯陀螺挑战赛

3

1 中国动漫金牡丹奖  
COSPLAY大赛

1

4 儿童音乐节

4

2 活态人偶场景展

2

特邀嘉宾:七夜娃娃

主办:洛阳日报报业集团  
承办:洛阳牡丹印象会展有限公司  
协办:洛阳宝龙城市广场



怕上火认准正宗王老吉 186年·独家秘方

