

●关注 2009 中高考●

市招办详解为何不准考生戴手表参加高考

手表也可能成为舞弊工具

□晚报记者 王俊祥

本报讯 “今年高考不让戴手表进场,为什么要实行这个政策?”今年高考的相关政策经本报报道后,一些考生和家长对此项规定表示不解。昨天,市招办解释了个中原因。近年来,不法分子利用现代化通讯工具在考场作弊的手段更加隐蔽化,别说手表,即使小小的一块橡皮都有可能成为一种接收信号的作弊工具。

市招办有关人士介绍,如今国家级考试中出现的作弊现象花样繁多,手表、橡皮、签字笔、钢笔纷纷“加入”作弊大军的行列。在最近两

年的全国硕士研究生考试中,我市查获了携带无线耳麦接收答案的考生。去年郑州市研究生考试某一考点,就查获 23 名考生携带手表或无线电信号接收器。“这种手表外观上与普通手表没有两样,几乎看不出异常,但戴上专用的眼镜,就可以清楚地看到手表接收的信息了。类似的装置还可以伪装成橡皮等”。鉴于这种情况,我市规定考生不得将手表等计时装置带进考场。但是请考生放心,所有考场都配有挂钟,方便考生掌握时间。

据技术人员分析,利用通讯工具串通作弊往往需要内外勾结,从目前发现的作弊手段看,在考点外

围一般都有接应设备和人员。为应对利用现代化通讯工具舞弊,我市今年继续在考点考场组织无线信号屏蔽器、金属探测器上场“应战”。同时派出专门力量对使用无线耳麦、扣式无线摄像头、橡皮接收器等科技产品作弊新动向实施全天候监控,配合公安机关及时发现、处理可疑人员、车辆和装备。

“今年全市所有考场要全部配置无线电信号屏蔽设备。”一位市领导日前在部署高考考务工作时着重强调,哪个县如因投入经费不到位造成不能正常使用屏蔽器的,县长要负责任。

记者还了解到,我市为预防监

考环节出现作弊漏洞,将加强对监考员的管理,高考期间对所有监考员实行封闭管理,以县为单位,统一组织监考员集中食宿,禁止监考员与外界联系,手机、固定电话等通讯工具一律禁止使用,临时随机安排监考考场。



周口供电

关注民生

24 小时电力服务热线

95598

公安机关护驾高考

网上发现“代考”等有害信息一律删除

□晚报记者 陈永团

本报讯 2009 年全国普通高校招生考试即将举行,为了做好普通高校的招生考试工作,市公安局即日起全面启动高考安全保障工作方案,在维护高考期间各考点周边良好的治安秩序的同时,网监部门将及时删除有关高考的有害信息,营造良好的高考氛围。

据了解,高考期间,市公安局治安支队负责维护高考期间各考点周边良好的治安秩序;交警支队负责维护高考期间各考点周边良好的交通秩序。同时,对集中运送考生的车辆进行安全检查,确保各个环节的交通安全。网监部门负责对招生网络系统的安全进行监督和指导,及时删除互联网上的有害信息,加大招生考试期间的网上巡查工作,及时发现、查处、删除有关“出售高考试题及答案”、“出售作弊器材”、“代考”、“招生中介”以及有关招生工作的谣言等有害信息。 线索提供 王超

精心准备 迎接高考



6 月 2 日,一所高中的心理教师指导高三学生做健脑操减压,帮助考生以自信、愉快的心情轻松迎接高考。 新华 摄

怎样战胜高考焦虑症

——访国家三级心理咨询师康海燕

□晚报记者 高洪驰

人物档案:康海燕,西华县人,国家三级心理咨询师;2008 年 5 月,作为共青团中央组织的心理咨询团志愿者赴汶川灾区,为灾区学生做心理辅导。

一年一度的高考、中考即将来临,记者不断接到许多应试考生家长的电话,反映学生“心理焦虑、晚上睡不熟、心理压力大”等问题,请求记者帮助想想办法。近日,记者(以下简称记)采访了国家三级心理咨询师康海燕(以下简称康)。

记:康老师,随着一年一度的高考、中考的来临,许多考生的焦虑症越来越明显,心理压力也越来越大,你能谈谈这些问题的表现和产生这些问题的原因吗?

康:学生出现轻微的焦虑心理产生一些压力是正常现象,只要进行适当调节并不影响考试。但是心理压力过大、焦虑情绪太强,以至于昼夜难眠,这样的话就有可能影响到学生的考试成绩。这些情况可以分为:莫名的内心不安和恐惧、心理严重紧张、身体紧张等,这些可以通称为考试焦虑症。严重的考试焦虑症还能够引起一系列的生理与心理反应,比方说学生会注意力分散、思维迟钝、记忆困难等情况,而且通常伴有头痛、紧张、呼吸困难等不良反应,严重者还会出现心悸、呕吐、四

肢乏力、手脚发麻等症状,有些学生出现焦虑是一过性的,即在考试前表现出焦虑不安的症状,一旦进入考场,这些症状完全消失;有些是完全性的,即在高考前很长一段时间内直到高考结束,一直处于一种焦虑、紧张的状态之中,经常失眠、多梦等,这不但影响学生的学习和高考成绩,而且影响学生的身心健康。

考试焦虑症的形成原因是多方面的,但主要与不合理的思维方式、消极的自我观念和和不良的条件反射等因素有很大的关系。主要原因有:一、对考试结果和预期估计过高形成压力。表现为学生对考试成绩过度的担忧,害怕考试成绩不理想,越担心越紧张,从而引起紧张感;二、自我期望值过高。目标定得过高,与现实学习水平之间有一定的差距,自我水平超过实际水平,而导致内心的矛盾与冲突。三、消极的自我体验引起条件反射。因为学生准备不充分,气氛过于紧张,每遇到难题就产生紧张感和焦虑感,使这些消极体验成为一种信号,形成一种消极的条件反射,成为一种稳定的行为反应。表现为孤独感、自卑、自负,满足就自我肯定、信心十足,不满足就垂头丧气、自我否定。四、自信心不足。考生

对自己缺乏信心,怀疑自己的能力,因而在考试时担心失败,害怕失败,结果越担心越害怕,心情越紧张等。

记:面对即将到来的高考,考生如何在短时间内消除焦虑、缓解心理压力呢?

康:家长、老师要帮助心理压力较大、患有焦虑症的考生,分析产生压力和焦虑的原因,尽快消除产生焦虑的外因,考生本身要切合实际,放弃过高的自我要求,树立切实可行的目标;尽量避免与别人比较,把握自己,增强自信心;对困扰自己的疑问,例如“我的成绩总是没有别人好”等进行自我反驳,通过口头或书面给自己打气,增强自信心,自信心提高了,紧张焦虑情绪就能得到有效的缓解;战胜挫折,用轻松心态去学习,对别人的看法不必多加注意,正确认识自己的长处与不足,通过努力提高自己,战胜考试焦虑。

值得提醒大家的是,适度的紧张状态不仅能促使学生提高学习的警惕性,保持注意力集中,还能够有效调动身体的能量,使学生能够有充沛的精力完成学习任务,并有助于保持大脑足够的兴奋性,促进大脑的记忆效率。只要学生把心态调

正好,就能够从容面对即将到来的高考,祝愿各位考生都能够考出好成绩。

每科高考试卷只设一张答题卡

□晚报记者 金月全

本报讯 昨天,记者从扶沟县教育局获悉,今年,我省普通高考继续实行网上评卷,答卷设计较以往有所改变,选择题和非选择题合为一张答题卡,考生须注意提前适应。想考前模拟训练的考生可登陆省招办网站(<http://www.heao.gov.cn>)下载练习。

据了解,河南省招生办公室已于 5 月 26 日起在网站上公布模拟训练答题卡电子版。与往年相比,变化最大的科目为语文、英语及文、理综合考卷。答题卡设计为 A3 纸型一张(其中英语为 A4 纸型),使用 120g 优质纸且双面印刷。

由于答卷双面均有考题,在涂黑选择题时,考生须用 2B 铅笔在相应题号下规范填涂;非选择题部分须用 0.5 毫米的黑色墨水签字笔书写,并保持答题卷面美观整洁,不要折叠,以免影响选择题部分的机读识别。另外,答题卡背面左上端设置有座位号填涂区,考生不要忘記用 2B 铅笔将相应号码涂黑。

需要提醒的是,省招办网站上公布的供考生下载练习的模拟训练答题卡的科目是语文,与今年高考试题无关。 线索提供 志强

项城电力备战“两考”用电

□晚报记者 张猛

本报讯 6 月 2 日上午,项城市电业局几名电工检修了项城一高附近的电路。今年高考和中考临近,为确保“两考”安全用电,项城市电业局近日检测了该市所有高、低压线路,全力以赴保障“两考”期间的用电安全。截至 6 月 2 日,该局共更换线路 2.3 千米,消除隐患 9 处,清理树障 120 多棵。

项城市电业局及早部署“两考”保电工作,成立了“两考”保电领导组,制订了详细的保电预案。在“两考”期间,将在每个考点设置不少于两组保电人员,确保责任落实到人。为预防其他情况发生,该局还将在考点设置移动发电机,随时应对突发情况发生,全力做好“两考”期间安全供电工作。

线索提供 麻争光

中国鹊桥会隶属全国妇联

找理想伴侣到周口鹊桥会

每周推荐:女,43 岁,表偶,气质佳,公务员

电话:8278277(诚征各县合作伙伴)

地址:市万顺达 7 楼 B001 室

全国3900个城市送药 药到付款 高科技3·15电码防伪标记

15年糖尿病6个月好了

纯中药绿色药 不需刻意控制饮食水果 不需长期服药

研发背景:2004 年,人类首次从海洋生物中惊奇发现并成功提取了“生物活胰岛素因子”。由国际生物制药集团领导的 6 国公关小组和我国权威的中国中医糖尿病医学研究总院,依托英、美现代化实验室,专门针对“糖尿病并发症及胰岛功能障碍修复”课题进行攻关,终于获得全新突破!成功研制出新一代绿色生物药——**糖尿乐强肾胶囊**。第一次实现了胰岛功能的有效复活!

通过数十万患者的临床验证,均已解决了患者长期服药或各种并发症带来的痛苦,其疗效体现在五个方面:一、及时清除胰岛毒素瘀积,立即终止胰岛损害,消除胰岛素抵抗。降糖迅速、持久、平稳。二、有效激活胰岛细胞,修复和重组胰岛细胞群,改善组织供氧,对视力模糊、全身乏力、头昏心慌、肢体麻木刺痛、尿频尿急效果非常好。三、快速清除血液中过多的甘油三脂、低密度脂蛋白,有效溶栓。全面治疗、预防心梗、脑梗、中风偏瘫等症。四、全面逆转早期肾病病变,对气阴两虚引起

的性功能减退有显著疗效。五、全面营养、修复受损的组织器官,无论病史多长,血糖多高,并发病多少,7-15 天血糖降至正常,2-4 疗程可康复停药。

特别提示:糖尿乐强肾胶囊由中国质检协会、中国保护消费者基金会提供防伪标识。是目前世界卫生组织唯一指定治疗糖尿病康复后不反弹的绿色首选药,现由政府财政补贴“救助糖尿病康复工程全面启动”!活动期间,药费优惠 50%。一次性购两疗程送价值 680 元高级电子血糖仪一台;购 3 疗程患者另送免费治疗金卡。药品有限,每人最多限购 3 疗程。服用 15 天无效,无条件原款退回。3 疗程未彻底康复和 10 年内偶有复发者凭金卡享受免费治疗。(活动截至 6 月 15 日)

专家热线: 010-81858873

010-81858893

门诊地址:北京市昌平区北环路 232 号
中国中医糖尿病医学研究总院
网址:www.010zgzhnb.com