



我眼中的高考

人生长跑 不止高考

——大一学生 赵雅绮

高三那一年,我和所有同学一样,每天刷题、背书,为了高考拼尽全力。那时候所有人都告诉我们,高考是人生最重要的一次考试,考好了未来就一片光明。我也抱着很大的期待,希望自己考上理想的学校。

可是现实并不如意,我的高考成绩不理想,看着身边很多朋友考上心仪的大学,我一度觉得自己的人生已经落后了。在没上大学之前,我对大专有很多偏见,总觉得来这里读书,未来就没有希望了。但真正进入大学生活后,我的想法彻底改变了。

来到大学的这一年,我的生活过得特别充实。我开始自觉学习、主动努力,课堂上我认真听课,踏踏实实学好专业知识;课余时间我也会积极参与学校的活

动,不断锻炼自己、提升自己。现在的我更加自律,也更加上进。我慢慢走出了高考失利的阴影,不再纠结过去的遗憾,而是把精力都放在当下的生活和学习上。

高考确实很重要,它是我们十几年读书生涯中最重要的检验,也是一次改变自己的机会,值得我们拼尽全力去对待。但是,一个人的未来并不能用一次考试来定义,高考是我们青春路上的一个路口,无论最后结果好坏,只要你一直努力、一直向前,你的人生就永远有机会、有希望。

以高考启序章 以热爱赴远方

——北京大学光华管理学院研究生 路遥

高考,是青春路上一段刻骨铭心的修行。十余载寒窗苦读,如今再回首,备考途中每一次咬牙坚持、每一回自我调适,都化作独属于自己的成长勋章。

高考磨砺的从来不止学识,更是心性。纵然岁月流转,那段备考时光依旧历历在目。但我想对学弟学妹说,高考很重要,但不是人生的全部——它能为我们搭建起步的平台,却无法限定人生的高度。

4天高考终究有考完的那天,但人生的学习并没有终点。步入新的人生阶段后,更需要我们主动探索、持续精进。希望大家不要被分数束缚脚步,努力养成终身学习的习惯,在不断探索中突破自我,走得踏实、走得长远。

高考结束,短暂放松后就要填报志愿,希望你们忠于热爱。作为一名本科阿拉伯语专业的学生,我曾远赴中东、非洲各地,领略迥异的风土人情,也在亲身经历中真切感受到祖国的繁荣与强大。这段独特的经历,让我愈发庆幸并坚定了当初的选择。

也正因这份热爱,我选择继续深造,考入北京大学光华学院读研究生。这些年的经历,让我深信唯有选择真心热爱、愿意为之深耕的领域,才能在漫漫求学与职业道路上始终坚守、步履不停。同时也愿大家铭记:青年理想当与时代同频共振,选择专业既是规划个人前路,亦是扛起青年使命,以所学所长回馈社会、担当责任。

笃行方能致远

——热心家长 杜军

我的两个孩子都已大学毕业,走上工作岗位。结合多年来的生活感悟,想和大家聊聊我眼中的高考。

不可否认,高考是人生十分重要的考验,是十余载寒窗苦读的检验,更是年轻人开启人生新阶段的重要节点。但如今每到高考季,各类媒体、网络平台铺天盖地都是相关资讯,全社会过度聚焦,无形中加重了考生和家长的心理负担,也让不少人深陷“一考定终身”的焦虑里。

在我看来,这种心态很大程度上还是受“学而优则仕”的传统观念影响。考上理想学府固然值得高兴,可倘若考试失利,也没必要就此一蹶不振。人与人之间本就存在天赋、特长的差异,成功也从来不是只靠学习成绩。就拿企业家张雪来说,他只有初中学历,却凭着对摩托车的一腔热忱和不懈坚持闯出了一番事业,这样的例子以后也会越来越多。

人生是一场漫长的马拉松。起跑快慢固然有影响,但长久的坚持、直面挫折的勇气,才是走到终点的关键。

都说家长是孩子的第一任老师。作为家长,我们更要摆正心态,不光要引导孩子正确看待高考,自己也要保持学习的热情、坚持不懈,用实际行动给孩子做好榜样。

遇见高考问个好 转眼继续再奔跑

——汶上县第一中学 路敦贵

6月初,表弟打来电话,担心侄女应考状态。侄女成绩还不错,接到他的电话有些惊讶,但见到孩子,我才意识到,焦虑的是家长。

考前一周,我跟几个学生聊起30年前我自己参加高考。当时,我住校备考,家里人都在农忙,没人当回事。说到这里,几个孩子都瞪大了眼睛,面面相觑,显然认为这是不可思议。我就特别纳闷儿,七年前女儿参加高考时,我也没表弟现在这样的表现,高考带来的变化真的这么快,这么大?

看来,如今的高考焦虑早已超出了考生本人的范围,演变为席卷家庭与社会的普遍焦虑。家长紧绷的情绪,在不知不觉中传导给考生,成为备考路上的隐性负担。时代在进步,高考在变化,我们唯有与时俱进,才能走得更高更远。高考不仅考学生还在考家长,不仅考课本知识还在考实践能力,不仅考文化积累还在考心态。家长和考生之所以焦虑,说到底还是重视高考,却没有正确认识高考。

从1977年恢复高考至今,数以亿计的青年学子通过高考这一赛道进入高等院校,实现了个人价值与社会地位的提升。这种公平竞争机制不仅促进了社会阶层流动,也让“知识改变命运”成为广泛的社会共识。高考制度以“分数面前人人平等”为核心,打破了地域和背景的限制,为无数寒门学子提供了改变命运的机会。

然而,人生是旷野而非轨道,高考只是人生路上的一个站点,绝非终点。现代社会为人们提供了许许多多创新创业的路径,高考不是唯一通道。我们每个人都是普通人,但又都是这个世界上最“绝版”的,各有亮点!草根明星朱之文和刘大成,都没有进过专业的院校学习,但他们并没有因此而放弃自己的梦想,凭借自己对生活的热爱和不懈的努力获得了广泛关注和认可,实现了人生价值。真正的竞争力,来自于在人生不同的阶段都要具备持续学习和自我更新的能力。

遇见高考问个好,转眼继续再奔跑。高考赋予我们公平竞争的机会和磨砺心智的经历,能让很多人的人生变得更加开阔和美好。但它的美好之处,更在于它教会我们:命运掌握在自己手中,唯有不断奋斗,方能成为更好的自己。

下一站 星辰大海



6月7日,2026年夏季高考如期举行。全市设13个考区、33个考点、2292个考场。考场内,济宁学子奋笔疾书,书写青春答卷。考场外,老师、家长、各部门工作人员和社会各界爱心人士,为考生们的梦想保驾护航。

我想:考完后,要好好利用等待成绩的时间,了解院校和专业,结合自身兴趣与优势,参考往年录取情况,和家长一起理性筛选志愿。身边不少同学也在提前筹备,有人还在冲刺强基、综评校测,为自己多争取升学机会。
——高三学生小文

我想:熬过紧绷的高三生活,我最期待的就是考后彻底卸下压力、释放自我。我想约上好友闲谈漫步,重拾搁置已久的热爱,好好治愈疲惫的自己。短暂的放松不是荒废时光,而是舒展天性,调整状态,以全新的面貌告别高三,迎接崭新的青春旅程。
——高三学生王净

我想:我十分期待考后的漫长假期,跳出书本去探索更多可能。我不想只拘泥于分数和志愿,打算多参与志愿服务、研学等实践活动,走出课堂开阔眼界、沉淀自我。
——高三学生小陈

你赴考 我护航

7日上午7时50分,记者来到济宁市育才中学考点时,不少考生和家长三三两两地站在校门外等候。人群中,十七八岁的脸庞青涩又认真,或与家长低声耳语,或仔细翻看着手里的复习资料。家长大多安静地陪伴在侧,有一对父母格外引人注目,父亲手里拿着一株向日葵,母亲则穿着一身红色旗袍:“上了高中,孩子也大了。除了照顾他们的衣食住行,学习很难帮上忙。今天高考,就想以‘一举夺魁’和‘旗开得胜’的美好寓意,为孩子营造充满希望的赴考氛围。”

为给全市考生营造舒心应考的良好环境,我市公安、城管、市场监管、电力等各级工作人员及各县市区志愿者们各司其职,共同为赴考学子护航。

8时30分,大多数考生已进入考场,济宁市育才中学考点周边现场秩序井然。这与“专用通道”的设置有着密不可分的关系。

与往年一样,校门口的非机动车道被规划出一条考生进场通道,任城公安分局的执勤特警在通道口维护着现场秩序,引导学生有序进场、劝导家长尽快离开。同样,机动车道也被规划出一条车辆即停即走的考生专用通道,市交警支队高新勤务大队的交警在通道口引导,确保考生安全下车进场。

“虽然我们分属不同的警种,但此刻仅有一个身份,便是护考的安保人员。大家都想竭尽全力,为孩子多做一点。”任城公安分局红星东路派出所所长高猛介绍,他们在考点布设驻勤服务点,针对考生遗失身份证问题,开通户籍服务“绿色通道”,全天候值守待命,以“加急受理、优先制证、快速出证”的高效政务服务,快速解决考生燃眉之急。

记者了解到,不止在济宁市育才中学考点,7日、8日两天,全市33个考点周边秩序平稳。市公安局有关负责同志介绍,为确保高考安保工作平稳有序,市公安局构建扁平化、实战化安保体系,在33个考点设立驻勤服务点与最小应急单元,部署机动备勤力量。同时组建铁骑护考小分队,开辟送考绿色通道,规划临时停车位,实行柔性交通管理。

静音净路亦是护考的必备条件。市城市管理部门全面启动护考专项工作,把“静音护考”摆在首要位置,对全市在建工地开展拉网排查,考试期间叫停考点周边500米内各类噪声施工作业,严查商铺高音宣

传、夜间餐饮喧哗、户外文体活动扰民等问题。环卫作业调整模式,所有作业车辆静音运行,增加洒水保洁频次,并全面排查修缮道路、路灯等市政设施,备好防汛物资。在各护考点配齐饮用水、防暑药品等物资,为候考家长及考生提供必要的便民服务。

食品安全与规范有序的市场环境,同样是护航高考的重要一环。市场监管部门聚焦饮食、设备、市场三大领域开展专项监管,全面摸排涉考酒店、学校食堂及周边餐饮门店,开展食品抽检并发布食品安全提示,全力守护考生“舌尖上的安全”。对考点周边宾馆、小区电梯逐一排查检修,落实24小时应急值守,保障特种设备平稳运行。同时开展工业产品抽查,对商超、商铺进行拉网式检查,坚决查禁各类作弊器材。此外,加大教育培训广告监测力度,集中清理整治虚假、违规宣传内容,多措并举规范市场经营秩序。

为全力营造安全、稳定、可靠的考试用电环境,国网济宁供电公司投入19台发电车保障考点应急供电,6月5日前完成发电车接入、设备调试工作。建立包括保电地点、输配电设施、联系人、备用电源等14类具体内容的市县一体保电工作清单。开展考点供电电源溯源,摸排线路接入,运行情况及时通报,全力保障考生“专线”供电,大大降低故障发生概率。抢修人员和保电车辆24小时待命,蹲守考点,随时应对突发状况。

这两天,穿梭在考点间的一条条绿丝带,则让城市护考更显温情。6月7日,鱼台县160余辆网约车、出租车有序集结,后视镜上醒目的绿丝带。中高考期间,这些流动的“守护站”都定点驻守在全县各考点周边,考生只要出示准考证就能免费乘车,遇到突发状况可随时向司机求助,司机第一时间联系考点保障人员提供应急支援。

据了解,今年是“绿丝带”爱心送考护考志愿服务延续的第17年,中高考期间,系着绿丝带的公交、出租车以及警车车辆随时待命,为考生提供应急出行帮助。与此同时,志愿者们走进社区、沿街商铺,耐心宣讲静音倡议,呼吁市民共同守护安静的备考环境。发挥市志愿者联合会联系面广、组织灵活的枢纽作用,邀请心理咨询师疏导考生与家长的考前压力,考点旁的爱心休息区物资齐备,用贴心服务为我市考生营造安心赴考、轻松应考的社会环境。

温馨提醒

高考第三天可以这样做:

步入高考第三天,语数外等核心科目已经结束,不少考生心态容易出现两极分化:一部分考生纠结前几科作答细节,私下对照答案、暗自估分,因错题懊悔内耗;还有部分学生卸下大半压力,滋生松懈浮躁心理,不自觉放松备考状态;也有学生患得患失,提前预判整体成绩,被未知结果干扰心神,打乱原本的考试节奏。这些情绪波动,都会直接影响剩余科目发挥。

结合考生常见心理状况,济宁市实验中学心理教师康东星给同学们三点建议:

- 1.学会“翻篇”“归零”,和已考完科目告别,停止复盘考题、摒弃分数猜想。过往发挥已成定局,纠结毫无意义。
- 2.专注当下专注备考,把全部注意力聚焦当天考试内容,按原有作息、做题节奏稳步复习,不空想最终录取结果。
- 3.平稳心神,保持饮食、作息常态化,放平心态从容应对剩余考试,脚踏实地走完考试全程,做到善始善终。

