

今天下午,高三考生将集中看考场。看考场需要带什么? 还要注意什么? 昨天下午,现代快报记者提前探访南京市建邺区高考考点——中华中学高中部,听这里的教务处主任李朝军一一介绍。此外,高考期间,该校食堂专门配备4名大厨,“以蒸入菜”,为考生们准备近百道“高考菜”,确保考生吃得饱。  
通讯员 李玲  
现代快报记者 俞月花 黄艳



中华中学部分高三学生昨天在教室自习,老师坐在走廊里解答问题 现代快报记者 徐洋 摄



西瓜一人一片 吉鸣 摄

# 今天下午看考场,带好身份证、准考证;记者昨天提前探访中华中学考点——学校高考菜谱出炉,没有四季豆和海鲜

看考场 要注意

## 带齐“两证”,看好教室和厕所

今天,考生们要提前去考场踩点。中华中学高中部教务处主任李朝军提醒说,考生需携带身份证和准考证,于今天下午4点至5点之间前往看考场。

其间特别需要注意几点:首先是记清楚从家里到考点的行走路线,以及全程所需时间。“掐好时间出发,乘坐考试当天计划乘坐的交通工具,看到达考点需要多长时间,考试期间就能以此作参考,甚至还要多留出一些时间,避免迟到。”

其次,到考点后,进门第一件事是看平面图,然后根据自己准考证上的信息找到考试教室。“同学们要记清楚自己考试教室所在的是哪一栋楼从哪个门进

人,在哪一层、哪一个教室,自己的座位是在教室哪一个位置。”李朝军说,这样看过后,可以帮助考生缓解心理上的紧张情绪。

此外,他提醒,最好再熟悉下周边环境,看好厕所的位置。

据了解,中华中学高中部今年共容纳近1500名考生,设置有48个考场,除部分考场坐不满外,正常都是30名考生一个考场。李朝军介绍,“每层楼有4个考场,考场内设置1男1女两名监考老师,场外还有1名工作人员。”

以往高考时,有个别考生会到了考点后,发现忘带准考证或身份证。还有学生在考前,不小心弄丢了两证。

遇到这种情况,千万别慌!更不必自己赶回家取。李朝军告诉记者,学生可以找到自己的班主任,让老师跟考点联系后,经认证,学生先进考场考试。“如果身份证和准考证忘记带了,可以让家长回家取,只要在考试结束前,及时送到考场就行。而如果两证丢失了,身份证可以由家长到公安部门去办理临时身份证,而准考证可由学校开证明,到区招办办理临时准考证。”

另外,去年考生可以带水进场,而今年不给带了。对此,李朝军表示,学生如果在考试期间,确实要喝水,可以自带水放在考场外。考试时,只要举手示意,监考老师可以拿进来给他喝。

## 交通提醒

### 南京交警发布高考交通管控方案 8日下午外语听力考试 考场周边将临时限行

昨天,现代快报记者获悉,为确保考试期间道路交通安全,南京交管部门提前制定交通管理方案,在全市29个考点及考点周边道路实施网上视频巡查,路口路段增派警力,保障考场周边交通秩序良好、考生出入平安。同时,外语听力考试期间,还将对考场周边路段实行临时交通管制。

通讯员 宁交轩 现代快报记者 王瑞

限行时间:8日14:50至15:30

据交管部门介绍,6月8日15:00-15:30高考外语听力考试期间,为防止交通噪音影响考试,交管部门将采取临时限行措施,在考点周围道路设立禁鸣、临时绕行等交通标志,安排警力加大指挥疏导。时间从14:50至15:30,南京主城区主要交通限行管控区域:

考点	管控区域
第九中学	长江路太平北路路口至洪武北路路口,碑亭巷的长江路路口至中山东路路口
第十三中学	明城汇路口至西家大塘转盘
玄武高级中学	太平门农场巷路口至农场巷南京军区大院门口
金陵中学	中山路长江路路口至中山路珠江路路口
第一中学	中山南路建邺路路口至中山南路升州路路口
第三中学东校区	白下路太平南路路口至白下路中山南路路口
第五高级中学	王府大街三茅巷路口至石鼓路天妃巷路口
南航附属高级中学	御道街蓝旗街路口至光华东街
中华中学	学校周边的乐山路、月安街、兴隆大街、苍山路合围区域
南师附中	察哈尔路中山北路路口至察哈尔路虎踞北路路口
二十九中	龙园南路与龙园东路路口至龙园中路与龙园南路路口
田家炳高级中学	紫竹林路许府巷路口至金贸大街许府巷路口
十二中大桥南路校区	大桥南路南向北方向

### 提醒家长:提前了解线路及停车场

交管部门建议准备开车送考的家长,充分熟悉线路,避开拥堵时段和路段,同时,要了解考点周边的停车场,不要将车辆违规停放在考点周边的道路上,给其他考生及市民的出行造成影响,要将车辆停放在考点周边的停车场内或者交管部门设置的临时停车地点,按序停放,文明停车。送考车辆驾驶人应保持文明交通意识,自觉听从现场民警和警辅指挥疏导。

参考当天,广大考生和送考人

员最好能够提前半个小时出门,给自己路上留有宽松的出行时间。

考生或家属有困难,可向路面执勤交警求助,交警将会迅速给予帮助。遇考生有紧急情况的,交管部门还将及时调度安排车辆运送考生,确保考生安全,准时应考。

南京交管部门还会通过新浪微博“@南京交警”“@南京路况直播”和交通诱导显示屏实时发布路况出行信息,请广大考生家长随时关注。

## 相关新闻

### 公安部交管局:接送考生轻微违法可放行

对接送考生车辆发生的轻微交通违法行为,可依法予以教育警告后放行。记者从公安部交通管

理局获悉,该局已发出通知,要求各地努力为900万考生出行创造良好的交通环境。  
新京报

「高考菜」都有啥

## 定下近百道最有营养的“高考菜”

今年高考期间,中华中学高中部有约600名考生将留校吃一日三餐,另外,在中华中学考点考试的建邺高中也有200名左右的考生将留下来在食堂吃午餐。那么,中华中学高中部食堂都为考生们准备了什么好吃的呢?

据说,这个菜谱(见右图)只是一部分,该校总务处副主任陈柳青介绍,今年在去年88道高考美食的基础上又进行了改进和创新。“增加了狗不理包子、粉蒸肉、玉米排骨汤等等,比去年质量还高。”她说,从今年四五月份开始,他们就开始列菜单,初稿出来后又进行两三次调整,并上报建邺区食品药品监督管理局审批。最后才定下来近百道最有营养的菜。

现代快报记者在菜谱上看到,高考三天,菜品基本都不重复。陈柳青介绍,学校今年特别拿出近10万元,补贴高三学生,“每人每天有5元补贴,每天送

一个水果,一杯新鲜酸奶。”为了确保考生吃得安全吃得好,他们放弃了四季豆、豆浆、海鲜等品种,“每天都是一早送来的新鲜菜。中午给考生准备一个苹果,晚上现切西瓜,限制每人一片。”

食堂主管吉鸣也补充介绍,去年高考餐以水果入菜,今年则改成以蒸入菜。“我们有蒸排骨、蒸南瓜、粉蒸肉,确保营养成分不流失。”他说,食堂特派4个大厨,还有22个工作人员为考生“保驾护航”。

吉鸣还带记者看了他们食堂的后场,那里有两个分别约15平米的冷藏室和冷冻室。他表示,他们从做菜到装盘到盛菜给学生,每步操作都被全程监控。“办公室这边也能远程监控到做菜的情况,家长如果不放心,也可以到总务办公室查看。”

另外,从昨天晚上开始,他们已开始做糖醋排骨、蒸南瓜、干子炒肉片等10道高考菜。“让学生们吃好考好。”

### 中华中学“高考菜”提前看

早餐:

鸡丁包、大肉包、青菜包、紫薯包、豆沙包、蒸饺、烧麦、鸡蛋、牛奶、鲜肉馄饨、芹菜猪肉水饺、红烧大排面、小米粥、蛋挞、老卤蛋、鸡蛋等。

午晚餐:

荤菜:大荤:粉蒸排骨、剁椒鱼块、茄汁鱼块、土豆牛肉、红烧牛肉、糖醋大虾等;小荤:香菠咕咕肉、香笋炒肉片、大煮干丝、宫保鸡丁、平菇炒蛋、洋葱炒肉片、爆炒猪肝等;

素菜:清炒有机花菜、蒜泥茼蒿、芹菜腐竹、平菇青菜、红烧冬瓜、脆皮豆腐、清炒西兰花等;

汤:玉米排骨汤、萝卜排骨汤、平菇豆腐汤、芋头豆腐汤、绿豆汤、西红柿蛋汤等。

## 老师负责住校生的心理辅导

中华中学高中部有300多名高考生高考期间仍住在学校,这些学生的心理辅导怎么办?

德育处的张海宁老师说,他们从5月23日起,就安排生活老师24小时陪同住校生。在此期间,考生家长随时可以根据孩子的需要到学校来探望,抚慰孩子紧张的情绪。

德育处主任、分管高三年级工作的钱华老师也介绍,学校通过“最温暖的班会”,一方面希望学生们用正确的态度面对高考,另外,也教给大家怎么满怀信心迎接高考。钱华说,他们还将告诉考生,最后的复习就是看错题集。考前最后一晚,就跟平常一样,正常几点休息就几点休息。

“我们从5月29日就开始帮高三学生调整作息时间。早晨要求7点10分以后到班上,确保上午正好在高考考试的时间保持大脑兴奋。中午11点半到1点半到宿舍休息,下午1:40以后到班上,3点左右正好大脑兴奋起来。晚上9点半回宿舍。经过这几天,大家慢慢进入高考节奏。”

家长们别担心