

2016年全国高考报名考生共940万人。今天,江苏36.04万考生将走上考场,为自己的理想而努力拼搏。在这里,我们想借用一下史蒂芬霍金昨天微博中的话:“你们中的许多人即将参加2016高考,我在这里祝愿你们,新一代的科学人才,金榜题名。这是你们勤学不辍的顶峰,也标志着你们美好未来的开始。”广大考生、家长,你们感受到来自全宇宙的高考祝福了吗?加油!

江苏36万考生今起高考 祝你“考的全会,做的全对”

霍金也发来“全宇宙的高考祝福”:祝你们金榜题名

上ZAKER“拾搭子” 我们一起写高考作文 自由发挥,啥都不限

快报讯(记者 黄艳)今天,2016高考正式开考!上午,高考作文题就要揭晓了!相信很多现代快报的读者已经跃跃欲试,经过高考的想再“下水”一次,体验一回青春;还没高考的,是不是也想提前感受一下?我们给你这样的平台!快快下载昨天刚刚上线的ZAKER南京,去“拾搭子”里写高考作文。我们不拘泥高考作文的800字要求,你可以自由发挥,写出观点、写出感受、写出想象……只有两三百字也可。我们将精选其中部分文章,明天分享在《现代快报》上。

怎样参与?扫描下方二维码下载ZAKER,在“快快南京”频道进入拾搭子社区,你就可以“灌水”了!别忘了加标签#下水作文#



天气 还真够意思

高考第一天,赶考路上就有雨水来骚扰。好在下午考数学的时候,天气就转好了,气温比较舒适。明后天多云为主,不过局部有雷阵雨,要做好防雷的准备。那明天上午考英语会受影响吗?考生们请放心,气象台预计,雷阵雨要到午后才下。

明天上午考英语,雷阵雨“推迟”到下午

今早有雨,明后局部有雨

昨天下午起,江苏隔壁邻居省份的天气特效就加个不停。雷雨大风黄色预警、暴雨蓝色预警,安徽不少地方甚至还发布了冰雹橙色预警,作妖的节奏。而江苏大部分地区则一片风平浪静。直到傍晚6点半,太阳还挂在空中放光芒,一点也看不出要变天。

不过,江苏气象说了,昨夜里到今天凌晨淮河以南地区阴有阵雨或雷雨,局部中到大雨,并伴有雷暴、短时雷雨大风、短时强降水等强对流天气。不知道昨夜有没有人从梦中惊醒,希望考生们一夜好眠。

今天上午淮河以南仍是阵雨天气,局部中雨。路滑有积水,赶考路上可能不好走,提醒大家早点出门,避开拥堵路段。好在今天午后天气就转好了,全省阴到多云。不过,未来两天江苏局部地区还是有雷阵雨。其中,明天中午前后,江淮之间南部和沿江苏南地区有雷阵雨,后天苏南局部地区有雷阵雨。好在明天上午考英语,雷雨不会来打扰。

2003年高考时间改到6月以后,最高气温超过35℃的概率只有5%。而低于30℃的天数则超过一半。统计发现,2011年高考考生最“艰辛”,不仅6月8日、9日连续两天出现了35℃以上的高温,同时出现了雷暴。今年的考生们则幸福多了,高温天气没有,普遍比较凉爽,雷暴的概率也不大,只是局部地区可能有雷阵雨。

天气给力,考完好好玩吧

本周末期以多云天气为主,气温平稳,比较舒适。

根据江苏气象的一周天气预报,10日淮北局部地区会有些

阵雨,其他地区多云。11到12日,全省以多云天气为主。考生们考完可以好好放松下,出去玩了。端午假期,出行和返程路上也没有风雨打扰。不过气温会上升到30℃以上,要开始热啦!

现代快报记者 徐岑

南京三日天气

今天 阵雨或雷雨并渐止转阴到多云,偏东风4级,有雷雨地区雷雨时短时阵风7到8级,19~26℃

明天 多云到阴,午后部分地区有阵雨或雷雨,21~27℃

后天 多云,20~27℃

考场 处处见关爱

现代快报记者昨天探访南京的高考点,感受温馨服务,感受关爱。相关考点负责人也请家长们放心,会给学生提供最好的服务,帮助他们顺利完成高考。

为方便腿伤考生,考场从二楼移到一楼

为特殊考生挪考场

“把准考证,身份证拿手上!”昨日下午,在金陵中学考点门口,保安不断提醒着考场的考生,今年首次启动身份识别仪,刷身份证才能进场。

现代快报记者拿了一张小学生的身份证放在识别仪上扫描,结果被识别仪马上识破,显示本考点没有这位考生。

再移步教学楼,考场中每一张桌上都已经贴上了考生的姓名、考试号等信息,每一个考场教室门口,都安装有摄像头,进场的考生在接受金属探测仪的探测之后,才能入场。

金陵中学温馨的考场设计也令考生暖心。今年,该校为特殊考生准备的第40考场本来在二楼,但为了特殊考生小蒋特地移到了一楼。原来,小蒋前段时间打球伤了腿,现在还要拄拐走路,为此,校方特意把他的考场进行了调整。在这个考场里,小蒋还发现自己的座位旁专门安排了搁脚的凳子,让他能在考试



腿部受伤的考生到金陵中学考场 现代快报记者 施向晖 摄

期间轻松些。

贴心!考场准备纸巾文具

根据考试要求,考生不能自己带面巾纸进考场,但高考三天高温炎热,再加上考试紧张,小伙伴们要擦汗怎么办?这个,金中的老师们也想到了。一位老师介绍,学校给每个考场都准备了一大包面巾纸,还有装有小刀、橡皮、铅笔等文具的文具袋。金陵中学的工作人员在帮考生查考场位置时,还不忘帮考生放松:“你在五楼,可以锻炼身体。”

忘带身份证?手输签到

虽然只是看考场,但现场也有一些同学犯了小马虎,一时急得满头大汗。南京66中考生小袁看考场时,把包丢给了爸爸,结果身份证落在了包里,不过,善意的金中老师最终还是帮他手输签到进了场。

不过,现场的老师也提醒考生,如果在正式考试时忘带证件,可以先进行考试,但要请家人尽快把证件送过来。

与往年有所不同的是,直到昨天看考场结束,800名考生只来了460多人。不少人对金中熟悉,没专门来看考场。

小提醒:别带不必要用品

可以携带进入考场的物品包括2B铅笔、0.5毫米黑色墨水的签字笔、直尺、圆规、三角板、无封套橡皮、小刀、空白垫板、透明笔袋,除此以外的其他任何物品不准带入高考考场。

现代快报记者 金凤 俞月花 陈曦 黄艳



6月6日,高三考生们来到金陵中学考点看考场。图为5位来自金陵中学、29中、宁海中学的考生们合影留念 现代快报记者 施向晖 摄

食堂 严把“舌尖关”

五彩虾仁、芝麻排骨、红烧猪手……今天是2016年高考第一天,高三考生吃什么,妈妈们很操心!而有些孩子的“高考餐”却不用妈妈操心。昨天,现代快报记者特地来到南京中华中学,这所学校为近千名高三考生准备108道“高考餐”,饭菜以营养均衡、清淡为主。

南京一中学推出108道“高考餐”



丰富的“高考餐” 现代快报记者 赵杰 摄

中华中学的考场就一个字:大!设有44个考场,来自中华中学、建邺高级中学以及金陵中学河西分校的1200多名高三考生都在这里高考。高考期间,在中华中学学生食堂吃饭的考生有近千名,这也是中华中学第五年为考生准备“高

餐”。前年共有88道,去年在前基础上增加到近百道,而今年推出了108道。

昨天中午,记者在食堂看到新鲜出炉的“高考菜单”:早餐有红烧大排面、芹菜猪肉水饺、小米糕等,午餐有茄汁鱼块、清炒有机花菜、糖醋芝麻排骨等。

“我们确保顿顿不重样,给学生最均衡的营养。”食堂主管吉鸣告诉现代快报记者,这份菜单是从5月中旬就开始筹划的。“因为不同寻常,所以菜谱经过学校膳食管理委员会、食堂、总务处、教务处、校办层层审核,多方协商研究后,根据营养均衡原则制定。”

吉鸣表示,高考餐的进货渠道有严格把关。从昨天晚上到6月9日中午,南京市食品药品监督管理局还选派了3名工作人员前来监督全过程。

高考餐部分菜谱揭秘 妈妈们也可以学学

6月7日早餐:红烧大排面、

芹菜猪肉水饺、鲜肉馄饨、鸡丁包、大肉包、青菜包、紫薯包、素烧麦、蒸饺、鸡蛋、牛奶、小米粥、老卤蛋等

午餐:糖醋芝麻排骨、剁椒鱼块、香葱咕嚕肉、双菇炒肉片、清炒有机花菜、清炒丝瓜、芹菜腐竹、平菇青菜、绿豆汤、苹果等

晚餐:花生烧猪手、香酥鸭、虎皮肉、番茄蒸蛋、蒜泥空心菜、木耳青菜、素炒白菜、鱼头豆腐汤、双菇肉丝面、小米糕等

6月8日早餐:雪梨肉丝面、三鲜水饺、南瓜粥等

午餐:红烧牛肉、糖醋大虾、大煮干丝、清炒菜秧、清炒西兰花、宫保鸡丁等

晚餐:口水鸡、鱼香肉丝、鸭血豆腐、韭菜百叶、蒸南瓜、虾皮冬瓜、蚝油生菜、萝卜排骨汤等

6月9日早餐:荠菜猪肉水饺、香芹肉丝面、蛋挞、粽子、小米糕等

午餐:茄汁鱼块、洋葱炒肉片、清炒茼蒿、黄瓜炒蛋、爆炒猪肝等

现代快报记者 黄艳 俞月花

家长 关心过了头

高考季,家长们各种脑洞大开的“讨彩头”方式让人目瞪口呆,近日,鼓楼警方就接到了两起相关警情。

孩子吃“状元粽”拉肚子,妈妈急坏了

“您家有大三元的状元粽吗?”市民孙女士的孩子今年高考,又难得今年高考和端午节“撞车”,孙女士就在网上给孩子买了“状元粽”来讨个好彩头。“对方称粽子都是手工制作,苏北某县经常出高考状元,说这个粽子就是状元村的村民手工包的,意义不一样。”孙女士对这所谓“状元村”出来的“状元粽”非常满意,每种口味买了2个,总计12个粽子,268

元。网上支付成功后,孙女士便满心等待,6月4日,“状元粽”寄到,孙女士赶紧蒸了两个让孩子吃下。谁知孩子吃了粽子后便开始腹泻,这可急坏了孙女士。孙女士赶紧检查,发现粽子果然有点淡淡的酸味,她立刻上网质商家,却发现自己已被对方拉黑。儿子要高考了,家住鼓楼区的陈女士和别的家长交流时,听说人家的孩子都在吃一

种“聪明药”。“说可以提升孩子的认知力、注意力和记忆力。”于是她也在网上购买了一些。社区民警告诉陈女士,其实大部分所谓“聪明药”,就是莫达非尼、利他林等中枢神经兴奋剂,不能让人脑的智力得到提升。此类药物的功效都只是针对患病人群,健康人随便乱吃可能适得其反。 儿子要高考了,家住鼓楼区的陈女士和别的家长交流时,听说人家的孩子都在吃一

霍金 发高考祝福

昨天,这在大洋彼岸的著名物理学家史蒂芬霍金,在微博中给中国高考生发来祝福。

霍金:祝你们金榜题名



在我成长的过程中,我的父母一直很重视教育。我很庆幸这一路来学习给我带来无数的机会。无论你立志成为一名医生、老师、科学家、音乐人、工程师或是作家——请勇往直前地追逐你的梦想。你们是一代的大思想家和意见领袖;未来将因你们而生。

有网友回复说:“感觉像是得到了全宇宙的祝福,我的乖乖。”

邓超、韩庚、张杰、TF-BOYS组合、吴彦祖等众多明星也发微博来给考生打气助威。

专家 教你不紧张

高考来了,如果孩子在职场紧张了怎么办?昨天,江苏省教育厅邀请南京大学心理学系副教授、中国心理学会注册心理师陈昌凯博士给考生和家长支招。

紧张时,深呼吸闭眼数数

面对高考这样“重要”的人生大事,可能不少考生、家长都会紧张。陈昌凯说,其实紧张很正常,不要试图去消除它们,你越是逼迫自己不紧张,恰恰会越加紧张。没有必要为此过于担心,有时候一点小小紧张反而能帮助你激发出更多的潜能,超水平发挥说不定。

那么,如何让自己放松地迎接高考呢?陈昌凯建议,不妨每天花上一小时散步、慢跑、打球、聊天。考完一门,不必去对答案、想结果,以免影响下一场考试。而对于考试中有些不会的题目,要试着反向思维,“你已经完成了很多题目,如果能确保这些题目都是正确的,已经有不错的成绩了。” 陈昌凯还教考生们一些放松的小技巧。考试中紧张时,可以闭上眼睛,一边深呼吸一边默默地数数,专注地感受一下自己的胸部随着呼吸起伏起伏,如此反复几次,情绪就会慢慢稳定下来。

有些考生会出现入睡困难的情况,家长便非常担忧与紧张,所以常常会催促孩子早点休息,或是隔一会儿就要去看看孩子睡着了没有。这一方面会打扰孩子的正常休息,另一方面也会让孩子更加紧张,反而更难入睡。“晚上睡得少一点,甚至有些失眠,都没有关系,因为年轻人一到考场上,紧张的气氛往往会将孩子的状态唤醒到一个比较高的水平,保证他们的头脑清醒、思维流畅,顺利完成考试。” 现代快报记者 金凤