

关注高考
传递爱心

2026 年高考圆满落幕

成绩将于6月25日公布

本报讯(记者 田雁)6月9日18时15分,伴随着最后一门选考科目——生物考试结束铃声响起,2026年高考正式落下帷幕。全市2.2万余名考生顺利完成考试,踏上人生新的征程。

今年是我省“新高考”改革成功落地后的第二年,我市严格按照国家、省有关要求,精心组织、强化管理,考试全过程纪律严明、秩序井然。同时,公安、卫健、城市管理、消防救援、住建、供电、教育等部门通力协作、热心服务,为考生创造了良好的考试环境。

“终于考完了!”12时15分,地理科目考试结束,我市第一批结束高考的考生陆续走出考场,脸上洋溢着如释重负的笑

容,第一时间奔向场外等候的家人,与他们热情拥抱,传递着高考告捷的喜悦。

在大同二中考点,考生李锦难掩喜悦:“考完了,特别开心!赶紧冲出来,就想马上找到妈妈,寻求一份心安。”令她备感温暖的是,妈妈早已等候在考场外,并带来两束鲜花,一束凝聚着妈妈的守候,另一束则承载着远在外地求学的姐姐跨越千里的祝福。

刚刚结束这一人生大考,考生们诉说着对未来规划的憧憬和梦想。“我先好好休息几天,然后开始认真学吉他。”考生梁哲诚对这个假期有着明确的安排。就读于大同一中的他一直有个音乐梦想,但高中三年的课业压力让他只能把梦想放在

心里。如今高考结束,他迫不及待地想学习乐器,追求自己的音乐梦。

15时45分,在大同三中考点,飞奔出考点的考生张家濠结束了选考科目思想政治的考试,和妈妈在校门口拥抱合照。“不管结果如何,还是要保持一个奋斗的心态面对以后,因为高考只是人生的起点。”他告诉记者,暑期准备和朋友去旅游,目前最大的愿望就是考上自己心仪的大学。

“暑假的目标很明确,就是拿下驾照!”刚走出考点的考生李星亮计划清晰。他告诉记者,准备在假期做一些之前因为学习暂时搁置的事,先和父母去旅游,然后集中精力考驾照。

大同一中考生赵思杰比较心仪电气工程专业,他说:“在高中阶段对这些方向就有一定的了解和兴趣,也打算趁暑假对大学的专业提前做个规划,对自己以后的人生也有帮助。”

补觉、旅行、学习乐器,考证、读书、做好规划……对于接下来的悠长假期,许多考生既有解压放松的日程安排,也有条理清晰的学业规划。此刻,冲过高考终点线的他们已然站上新的人生起点,追梦的脚步永不停歇。

据悉,我省阅卷工作于6月10日至22日进行,考生成绩将于6月25日公布,6月27日开始组织考生填报志愿,录取工作随后展开,预计8月中旬前结束。

完成人生大考 鲜花送去祝福

本报讯(记者 孙露)9日下午,随着高考结束,不少家长为考生送上有着美好寓意的手捧花,由此催热了各考点周边的花店生意。

大同一中考点周边,向阳街、友谊街多家花店生意格外火爆,不少家长提前给考生预订了鲜花,等高考结束时送给孩子。有的家长想在孩子走出考场时营造一下仪式感,也纷纷走进附近花店挑选购买。“让孩子走出考场后捧着花束、闻着花香,紧张的考试心情也会随之放松。”一名考生家长说。

记者走访了解到,今年不少花店的销售方式呈现多样化,除了在店内可预订鲜花外,大多也在网络外卖平台进行售卖,并且可以送货到位。为迎合家长需求,大多花店特推出印有“金榜题名”“一举夺魁”“前程似锦”等字样的鲜花花束或手工编织花束,向日葵、满天星、鸿运当头等有着特殊寓意的花卉为考生们送去满满的祝福。



考生家长手捧鲜花在考点外等候

本报记者 戎禹仁 摄

心理专家送上考后“宽心”锦囊

本报讯(记者 高燕)随着高考结束,考生们开启了一系列新的心理挑战。考后压力骤减、对分数的焦灼等待叠加,容易让考生患上多种“高考后遗症”。为帮助考生和家长平稳度过这一关键时期,以良好的心态迎接未来,市六医院心理专家给出考后心理调适建议。

市六医院心理专家王焕强表示,高考后心理调适是一个从“应激释放”到“重建秩序”的过程。高考结束后的心理状态变化具有境遇性和发作性特征,可能出现茫然空虚感,长期目标突然消失导致的“主心骨”缺失,表现为不知道做什么、动力下降;焦虑反刍,反复回想考试细节,纠结错题或估分;自责懊悔,放大遗憾并进行自我否定;过度放纵,通过通宵游戏、暴饮暴食等“报复性放

松”来补偿压抑感等4类典型情绪与行为表现。

王焕强建议,考生与家长应科学看待考后情绪波动,运用认知重评、放松训练及规律生活等循证方法进行自我调适。当考生出现对答案、想错题等闯入性想法时,可使用“交卷即定局”等积极自我暗示进行认知阻断;也可通过写日记、绘画、与亲友倾诉等方式释放情绪;还可使用腹式呼吸法或渐进性肌肉放松,从而缓解心理压力。

考后要避免因放松导致昼夜颠倒,睡眠管理是维护心理健康的关键,规律作息有助于提升心理恢复力与生活效能感;适度运动更是调节心情的“良药”,跑步、打球、游泳等中等强度有氧运动还能激发多巴胺、内啡肽等神经递质释放,改

善睡眠质量并缓解焦虑抑郁情绪;而健康饮食结构对情绪调节具有支持作用。

考生还可以采用分阶段适应,即考后1至2周,允许适度休息、补觉,给予身心调适窗口,完成从高压状态到常态的转换;出分前,可通过学习新技能、发展兴趣爱好重建自我价值感,转移消极情绪,增强心理韧性;出分后,收集信息、了解专业与职业规划,设定小目标保持生活节奏,减少对未来的不确定感。

同时,家长的心理支持是青少年心理适应的重要保护因素。家长要避免反复追问成绩,减少家庭内部压力源;当孩子表达负面情绪时,要耐心倾听并给予理解,避免指责;尊重孩子自主选择,鼓励其参与社会实践,帮助孩子在探索中积累自我效能感。

老兵志愿者 贴心服务情暖考生

本报讯(记者 杨昱郁)6月8日,市退役军人志愿者协会老兵公益志愿服务队收到了考生丰伟杰及家长送来的锦旗,以此致敬志愿者们在高考期间的暖心守护。

高考期间,该队的志愿者们早早守候在考点外,为考生们提供免费矿泉水、考试文具、应急药品等,还设置了休息区,为陪考家长送上清凉。他们身着醒目的红马甲,在考点周边维持秩序、疏导交通,用实际行动为考生保驾护航。除此之外,40余名志愿者还提供点对点爱心送考服务,专车接送出行不便、路途较远的考生往返考点。“这几天,志愿者们一直在考点外忙前忙后,还给孩子们加油打气,让我们特别安心。”丰伟杰家长说,志愿者的陪伴让考生们感受到满满的善意,也让考生们在紧张的考试中多了一份从容。“我们就是想为孩子们做点实事,看着他们顺利走进考场、笑着出来,我们心里就特别踏实。”一名志愿者说。

据了解,市退役军人志愿者协会老兵公益志愿服务队已连续多年开展“爱心送考”活动,今年共有数十名志愿者参与其中,用行动传递温暖,为考生们追梦之路保驾护航。

“志愿蓝” 坚守考点保驾护航

本报讯(记者 张志忠 通讯员 杨玲)连日来,国家能源集团国电电力山西新能源开发有限公司连续第5年开展“爱心助考 筑梦启航”志愿服务,一抹“志愿蓝”坚守在大同一中考点外,用贴心服务为考生保驾护航。

清晨时分,来自企业的青年志愿者早早便来到考点外搭建服务帐篷,整齐摆放饮用水、应急文具、消暑凉扇、纸巾等物资,现场还张贴“前程似锦”“金榜题名”等标语,为考生加油鼓劲。同时,志愿者们主动到路口疏导车流、引导行人,维护考点周边秩序,全力营造安静有序的考试环境。

据了解,企业还携手山西大学大同校区电力与建筑学院师生志愿者开展校企联动服务。面对家长关心的志愿填报、专业选择、学业规划等问题,志愿者结合专业优势与行业趋势耐心解答,提供实用建议。

对口升学专业测试13日开始

本报讯(记者 田雁)记者日前从市招生考试中心获悉,我省2026年对口升学专业测试将于6月13日至14日进行,音乐、舞蹈、表演、体育类考生须进行专业测试。

音乐、舞蹈、表演类专业测试在山西文化旅游职业大学进行,考生须提前1小时报到,测试时间为6月13日至14日。音乐类器乐考生除钢琴外,乐器一律自

备,背谱演奏;音乐类声乐考生背谱清唱,不带伴奏;舞蹈类考生自带服装和伴奏音频U盘;表演类戏剧表演需要伴奏的考生,自备音频U盘;表演类戏曲表演考生,伴奏统一由考务组安排。体育类专业测试在山西体育场进行,测试时间为6月13日上午。考生凭本人专业测试准考证和居民身份证按规定时间参加测试,逾期不安排补测。

6月10日至14日,参加音乐、舞蹈、表演类专业测试的考生,登录山西文化旅游职业大学招生专网,自行网上打印专业测试准考证。体育类考生于考试前一周到报名确认点领取专业测试准考证。6月26日,考生可凭考生号和身份证号登录山西招生考试网,查询专业测试成绩和文化素质成绩。