

今天各考点统一组织“双安检”演练,帮助考生提前熟悉流程

下午4时记得准时参加

长沙晚报6月5日讯(全媒体记者 张炎炎)6月7日,2026年高考将正式拉开大幕,46.96万湖南考生将奔赴高考执笔逐梦。据悉,今年全省14个市州共设121个考区、307个考点、17760间考室。6月6日下午,各考点将统一组织“双安检”,帮助考生提前熟悉流程。

牢记“踩点”时间,准时有序参与

今年高考,我省将继续采用智能安检门+人工安检的“双安检”模式。即考生首先要在进入考试封闭区域前,通过智能安检门接受安检,然后要在进入考室前接受人工安检。

根据全省统一安排,各考点将于6月6日16时统一组织“双安检”演练,请各位考生按时参加,提前熟悉“双安检”的内容、方式、流程和要求。

特别提醒,考试期间,所有考生都要接受“双安检”。对于拒不配合安检的考生,监考员有权阻止其进入考室。请广大考生积极配合。

科学规划赴考行程,适当提前到场

今年湖南高考时间为6月7日至9日,考生一定要提前熟悉考点位置,做好路线规划,并综合考量天气、交通及“双安检”等因素,确保每科考试都能适当提前到达考点。如果遭遇极端天气,请考生提前规划行程,提早出门,避免迟到,有问题应及时向送考老师报告。

特别提醒,外语科开考前15分钟(6月8日14:45前),考生必须完成安检进入考室;其他科目开考15分钟后,不得进入考室。

此外,语文、数学、外语和职高对口等各科考试结束前30分钟内,考生可以提前交卷;物理、历史、生物学、化学、思想政治、地理等选考科目考试结束前,考生不能提前交卷离场。

自觉遵守考纪,杜绝违纪舞弊行为

高考不仅是对考生学业的检验,也是对考生品德的考量。省教育考试院提醒广大考生:仔细阅读《考生守则》和《考生答题须知》,严格遵守考试规定;服从考试工作人员的管理,听从指挥,沉着冷静;自觉杜绝违纪舞弊行为。

作答时请保持严谨规范,在指定区域内规范答题,不得超出答题区域,不得在答题卡上做标记。请使用同一类型的黑色签字笔答题。安检进入考室后,请对号入座,并将准考证、

身份证放在课桌左上方,以便监考老师查验。

开考铃响后,考生方可开始作答;终考铃响,要立即停笔并停止答题,根据统一指令起立。

在考试过程中不交头接耳、左顾右盼、旁窥抄袭等,不要将试卷、答题卡和草稿纸带出考室,自觉杜绝违纪舞弊行为。

省教育考试院将继续通过视频监控系统对考试过程进行全程监控并录像,考试结束后,将组织专人对监控录像进行集中回放审查,审查结果将作为处理违规行为的依据。希望所有考生遵守考场规则,严守考试纪律,相信自己,放平心态,从容应考。

2026开学季·高考

高考期间长沙有较强降雨

长沙晚报6月5日讯(全媒体记者 舒元臻)5日,长沙市防汛抗旱指挥部办公室(简称“市防办”)发布汛情提醒:高考期间长沙有中到大雨、单点暴雨,风力加大,气温下降6℃至8℃,局地伴有强对流,各地需加强防范应对。

据气象部门预报,高考期间,长沙7日至8日白天有一次中到大雨、单点暴雨过程,大部分地方累计雨量25毫米到40毫米,其中宁乡南部、城区南部、长沙县南部、浏阳南部局地50毫米到60毫米,过程伴有短时强降雨(最大小时雨强20毫米到40毫米)、局地雷雨大风、瞬时偏北大风(6到8级)等天气,过程期间平均气温降幅6℃至8℃;8日晚至9日雨停转多云。

市防办提醒,较强降雨正值高考期间,各级各部门要压实防汛责任,加强监测预报预警和会商研判,加强值班值守和信息报送,重点防范7日至8日较强降雨、局地强对流、降温等天气对考生考务、交通出行等的影响,为高考顺利进行保驾护航。强化对高考考点周边、城区道路易积水点位、轨道交通城市桥隧、户外广告牌等重点薄弱环节的设备力量前置和巡查防守。加强雷暴大风等强对流天气防范应对,保障电力和通信畅通。加强宣传引导,增强考生防灾避险意识,确保考生顺利高考。

考点外设立“悦憩补给站”

天心区将启动爱心助考志愿服务活动

长沙晚报6月5日讯(全媒体记者 洪虹)为全力营造安全、安静、温馨、文明的考试环境,护航广大学子从容赴考、逐梦前行,6月7日,天心区将正式启动“爱心助考 悦启新篇章”文明实践志愿服务活动,用暖心志愿行动为高考学子保驾护航,让文明新风浸润考场内外。

爱心活动将在长郡中学、明德中学、长郡湘府中学三大考点同步开展。届时,每天将有30名青年志愿者集结就位,以专业化、精细化、暖心的文明志愿服务,构筑起一道最美的“天心护考风景线”。

各考点外将设立“悦憩补给站”,搭建便民休息帐篷、摆放休闲座椅,为奔赴考场的学子和守候在外的陪考家长提供暖心休憩空间。

依托12355青少年服务平台,活动特设“悦启导航站”,将心理疏导服务前移至考场一线。

健康新风尚“走”起

2026年全国“万步有约”健走激励大赛长沙县赛区启动

长沙晚报6月5日讯(全媒体记者 刘洋 星沙时报记者 宋彬彬)5日,2026年全国“万步有约”健走激励大赛长沙县赛区在开慧镇初恋茶馆热闹启动。同期举行的“减盐减油”健康美食推介活动,将科学健走、低盐低油膳食和体重管理三大健康主题深度融合,现场还重磅发布了长沙县体重管理门诊地图。

活动现场,开慧镇卫生院带来的八段锦与手鼓表演轮番登场,一段《健行同行万步不停》主题短片回顾了长沙县十年健走推广的扎实足迹。“万步”公益物资捐赠温暖人心,参赛代表分享14年健走心得。

最具民生温度的环节,当属长沙县体重管理门诊地图的发布。全县10家专业机构被纳入服务网络,覆盖县人民医院、县妇幼保健院等三级医院及多家二级医院,实现市、县、镇(街道)多级联动。

分会场同样人气十足。红叶艺术团和板仓中老年健康大学堂献上本土节目后,“减盐减油”健康美食推介活动火热开灶。健康义诊与科普宣传区也围满了人,长沙县人民医院多学科专家现场一对一答疑,引导大家把减盐减油变成生活日常。

启动仪式后,全体队员在教练带领下科学热身,前往“有丘田”实地健走;与会嘉宾品鉴健康美食,共同营造“科学运动+健康膳食”双轮驱动的浓厚氛围。

本届赛事由湖南省疾控中心、省卫健委健教中心指导,长沙县人民政府主办,县委宣传部(文明办)、县卫健局等多部门及开慧镇政府联合承办。

● 长沙晚报全媒体记者 张炎炎

长沙一卫校专科生“逆袭”考上北大研究生,让湖南女孩曾欣的名字,在这个夏天被无数人知晓。

6月4日,在长沙医学院第一临床学院,我们面对面专访曾欣。褪去社交媒体的滤镜,眼前这个瘦瘦小小的姑娘,比镜头前更真实、更有力量。

没有优越的升学起点,没有顶尖院校的资源加持,她凭着骨子里的执拗、清醒的自知与永不止步的野心,打破“第一学历定终身”的刻板定论,用一路跋涉印证:起点无法定义终点,勇气与坚持方能缔造美好人生。

“我想要往上走,想要更好的氛围”

曾欣的求学起点,落在很多人眼中的“底层赛道”。高中时的她调皮叛逆,高考后进入一所专科学校。

“觉醒”来自对环境的不满和对平庸的恐惧。尽管同寝室的室友常常结伴学习,但目睹周遭许多同学整日沉迷游戏,曾欣不禁自问:“我毕业后能干啥?就这样浑浑噩噩地过一辈子吗?”

“我不想被困在这样的圈子里,当时很想逃离那样的环境,想要更好的学习氛围。”这种想要改变现状的渴望,成了她改变命运的第一推力。看到高一届的学姐升本成功,曾欣也下定决心专升本,便一头扎进书本里,如愿考上了长沙医学院。

“专升本之后,我感觉整个氛围都不一样了。”曾欣说,从专科到本科,最大的改变不是知识量的积累,而是氛围和眼界。周边大部分同学都很爱学习,老师们也很尊重每个人的学业规划。

有了之前的经历,曾欣对向上求学之路坚定不移。“当时我就觉得,既然我已经从专科考到了本科,那为什么不能继续往上呢?来都来了,那就继续往前走。”此时,她心中的“名校情结”又蠢蠢欲动。在专升本开学前,她曾去北京游玩,并在北大校门前匆匆留下一张照片,



扫码看辣视频
曾欣谈考研
的心路历程



6月4日,
曾欣接受长沙
晚报专访。
长沙晚报
全媒体记者邓
迪 尹昊天 摄
影报道

在朋友圈写道:“我说北京三年后见,如若没考上,我也不会后悔。”

“我说我要考北大,有人笑我吗?”

2024年底,曾欣的朋友圈又一次更新:“我说我要考北京大学医学部,有人笑我吗?有人相信我吗?”

一个专升本的“双非”学生,想考北大,这或许在有的人看来多少有些不可思议。但让曾欣欣慰的是,几十条留言,全是“加油”:“我印象很深刻,有一位学姐留言‘干就完了’,我当时特别受鼓舞,觉得给了我特别大的力量。”

在考研网报的最后一刻,她笃定地将志愿改成了北大医学部。“必须冲一下,不让自己后悔。”认真评估了自己的实际情况之后,曾欣选择了学硕而非专硕,“这是一条别人都不想走的路,尽管要多3年规培,但我的第一学历摆在那儿,我想圆梦北大,想往上走,这本身就是一条困难重重的路。”

备考的过程是一场孤独的长跑。为了躲避干扰,她卸载了所有社交软件,切断了与外界的无效联系,只保留通话和短信功能,一头

扎进了图书馆的考研大军中。

其间,她早上4时起床,这样可以多看2小时书。有的科目看不懂、学不懂,一遍不行再刷一遍,曾欣说,备考期间有两门科目看了4遍书,“才感觉找到了一点门道”。她用最“笨”的方法——坚持,去弥补差距。

“既然选了难走的路,就要坚持到底”

面对外界专科生“逆袭”的标签,曾欣显得很清醒。“虽然我没有科研经历,但我可以在初试分数上下功夫。”

学习再苦,她从没想过放弃:“既然选了难走的路,就要坚持到底。”

初试过了,还有“双盲”复试。摸不着方向的时候,曾欣利用AI模拟面试,不停练习刁钻提问,提高自己的心理适应能力。

第一次复试,落榜。在回程飞机上收到短信的那一刻,她感觉“整个人都麻了”。当天晚上散步时,走着走着,曾欣哭了。

好在命运对努力的人还是青睐了一些。她获得了校内调剂机会,因为有了第一次面试的经历,这一次复试她也更加从容。“有点小幸

运吧,在火车上收到录取信息的时候,我连发了3个小时短信。”从家族群到同学群,她把这个喜讯告诉全世界。

“感谢那个没放弃的自己”

“现在回头再看,你想对18岁的自己说什么?”

面对记者的提问,曾欣笑着脱口而出:“感谢那个考了专科的自己。”她坦言,如果当时自己第一步就走得特别成功的话,说不定反而会躺平。“正是因为之前的路走得不是那么顺畅,没有一步达到自己想要的目标,我才会慢慢一步一步地继续走下去,也会走得更踏实一些。”

“到了北大后,肯定是要好好读书,争取多发几篇有质量的文章,下一个目标,哈佛读博。”

“起点不会决定终点,这也是我希望能够带给大家的力量。”曾欣坦言,这几天突然涌来的巨大流量,让自己一下子慌了。她关掉了所有社交账号,但她还是希望通过记者告诉更多的人:“如果你想干一件事,那就冲吧!要对自己充满信心,这样就会干劲十足,并坚持下去。”



文明过马路 安全伴我行

文明出行 安全相随

长沙晚报社 宣