

2023 高考志愿填报十问十答

高考结束,志愿填报即将开始,如何查询准确的高校与专业信息?高考填志愿如何避免高分低录?10个关于高考志愿的高频问答,祝考生考入理想大学、读上喜欢的专业。

1问 我怎么查高校分数线?
答:(1)通过考生所在省招办当年下发的《普通高校招生录取分数分布统计资料》来查询。(2)通过高校的网站查询,或直接向高校招生部门咨询。

2问 如何了解想要报考的专业实力如何?
答:(1)可以参考学科评估结果、“双一流”建设高校及建设学科、国家重点学科、国家人才培养基地、特色专业建设点等相关资料。(2)通过高校的官方微信公众号、微博和视频平台等搜集专业信息。(3)许多高校还会通过现场及线上直播的形式举办高招咨询会,考生和家长都可以参与其中,直接咨询相关老师了解具体的专业情况。

3问 如何判断自己是否符合专业报考要求?
答:具体到判断某个学校的某个专业我能否填报时,除了分数排名等情况外,还具体看下院校专业录取是否有其他要求。如对考生单科成绩、语种以及身体条件要求等,这些特殊要求一般会在院校招生章程中体现。

4问 如果提前批没被录取,影响一批录取吗?
答:不影响。批与批之间没有联系,上一批录取不结束,下一批录取不开始。**【提醒】**提前批录取后,不可以参加其他批次的录取。按规定,每位考生只参加一次录取且不得换录。

5问 平行志愿学校如果按105%提档多出的5%是否存在退档风险?
答:存在退档风险。(1)如果院校调档比例在105%,且在招生章程中承诺:“当考生所填报的所有专业不能满足时,服从专业调剂,身体合格,符合录取条件,进档不退档。”考生若符合院校此规定,不会被退档。(2)如果院校没有这种承诺,即使填了服从专业调剂,因无计划无法调剂时,多余的比例会被退档。**【提醒】**高校招生遵循的是择优录取的原则,因此,考生在填报志愿时,一定要认真研读高校招生章程。

6问 不予录取与不宜就读有什么区别?
答:“不予录取”表示不能录取。考生即使分数再高,填报了此部分专业也不会被录取。“不宜就读”表示此部分内容供考生参考。在报考专业志愿时参考。录取时,学校不得以此为依据,拒绝录取达到相关要求的考生。**【提醒】**考生应避免不能录取和不宜报考的专业,结合考生体检表上体检医师给出的体检结论,合理选报志愿,增加录取机会。

7问 我被一所大学录取,但不想去,可以退档参加下一批次录取吗?不去会怎样?
答:不可以。按规定,每位考生只参加一次录取且不得换录。你已被大学录取,就不可再参加后续录取。**【提醒】**目前有的省份对不守承诺、录取不报到的考生有惩罚规定,考生所在省是否有此规定,请直接咨询省招办或地方招办。

8问 我的分数(610分)高于我的同学(607分),报的志愿相同,平行志愿我报A校,他报B校,我被A校退档,为什么我的同学低于我的分数被B校录取,而我不能,公平吗?
答:按照上述描述,此录取是公平的,平行志愿按照“分数优先,遵循志愿,一轮投档”的原则进行投档。你虽然分数比他高,按照平行志愿的投档规则投档进A校,但被退档,由于平行志愿的录取规则是实行一轮投档,因此,退档后不可能再向其他院校投档。**【提醒】**当你的档案投档进院校的同时,这一轮投档已经结束,只能参加征集志愿或下一批次的录取。填报志愿前,一定要认真研读录取规则。

9问 新高考模式下,专业报考要注意什么?
答:新高考中由于考生选考科目不同,高校对选考科目的要求也不同。如果以专业为目标来划定院校范围,要注意相同专业在不同高校可能会有不同选考要求。**【提醒】**有些专业与多个科目关联度都高,高校在可选科目中指定2个或3个选考科目,要求为考生“均须选考”的情况需注意。此外,由于高校的院系及专业(类)调整等因素,实际招生高校和招生专业(类)也可能调整变化,考生要以高校当年公布的招生计划及院校招生章程为准。

10问 如何避免高分低录甚至落榜?
答:应坚持以下原则:
(1)实事求是,找准自己的位置。(2)所填志愿拉开档次。(3)冷门与热门学校专业相结合。(4)省内与省外院校相结合。(5)避开体检结果所限专业。(6)各批次学校志愿、专业志愿填满,尽量服从专业调剂。
据《人民日报》

喝苏打水能降尿酸? 别指望

随着“改变酸性体质”说法的流行,苏打水成为大众认知里的“健康饮料”。甚至不少痛风患者希望通过多喝苏打水,达到降低尿酸的目的。这真的有用吗?医生提醒,痛风和高尿酸血症的患者饮用苏打水一定要慎重。

痛风患者 推荐这样吃

为什么会得痛风呢?当我们血液中的血尿酸水平持续升高,超过了我们人体能够承受的浓度的时候,就会出现尿酸盐结晶的析出,析出的结晶会沉积在组织、关节表面,引起痛风性关节炎、痛风性肾炎、痛风性骨关节炎。严重的情况下,大量的尿酸盐结晶会形成痛风石,引起关节的畸形、疼痛甚至破溃感染。

我们该怎么保护身体不出现痛风呢?痛风是由高尿酸血症引起的,当我们身体的嘌呤代谢紊乱就会导致身体尿酸高。而我们身体里的嘌呤,有20%是由外源性摄入,也就是吃进去的。所以高尿酸的患者不能食用高嘌呤食物,比如说牛肉、羊肉、海鲜、动物内脏,推荐大家多吃水果、蔬菜,多吃鸡蛋这一类的优质蛋白。

每天喝两升水 但两类饮品少碰

说完吃,再来说说喝。第一大类饮品就是酒,无论是红酒、黄酒、啤酒还是白酒,都含有乙醇。乙醇可以促进人体内的嘌呤生成尿酸,又能阻止尿酸排出体外,这两点综合作用起来就会导致尿酸在我们体内蓄积,严重的时候就会诱发痛风。

第二类就是碳酸饮料。碳酸饮料为了追求口感,会加入大量的单糖。单糖会引发人体尿酸排泄的障碍,吃多了甚至会引起血管的损伤,所以不建议大家大量饮用碳酸饮料。

说完不能喝的,再来看看能喝什么。咖啡、茶是可以喝的,但是浓度不能太高,要喝淡咖啡、淡茶。提倡大家多喝奶,奶是无嘌呤的优质蛋白,如果有条件的話,大量的脱脂奶能帮助我们身体变得更健康。推荐痛风患者每天的饮水量要大于2000毫升。

无法碱化尿液 尿酸高慎喝苏打水

最后,来说说苏打水。在门诊的时候,有一些大夫会给一部分患者开碳酸氢钠片,就是为了碱化尿液,促进尿酸的排泄。那有的患者就说了:“我是不是直接喝苏打水就好了,不用吃药了?”答案是否定的!因为当尿的酸碱度大于6.2的时候,是不需要碱化尿液的,不是所有的痛风患者都需要吃碳酸氢钠片。

再说,而苏打水里面的碳酸氢钠含量是微乎其微的,根本就达不到碱化尿液的目的。而有一些碳酸氢钠水会为了追求口感,增加大量的高钠和高糖,这就相当于刚才说的碳酸饮料反而会增加痛风风险。所以痛风和高尿酸血症的患者饮用苏打水一定要慎重。
据《北京青年报》