

成人高考临考前突发状况紧急预案 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/100/2021\\_2022\\_\\_E6\\_88\\_90\\_E4\\_BA\\_BA\\_E9\\_AB\\_98\\_E8\\_c66\\_100265.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/100/2021_2022__E6_88_90_E4_BA_BA_E9_AB_98_E8_c66_100265.htm)

**突发状况：临考感冒**  
**应急预案：**7月份天气变化频繁，昼夜温差较大，疲劳的考生很容易得上呼吸道感染。按说明书服用常用药物将有助于症状缓解，最好是服用中成药，这样不会引起嗜睡。另外，不妨适量吃些西瓜、梨等清凉的水果。此外，考生生病用药，一定要注意药品的不良反应。考试期间如果生了病可先请教医生，选择不会产生昏睡等副作用的药品。家长在选购感冒药的时候，对说明书要看清楚，如果说明书中有“抗过敏成分的药物”，那就有可能引起嗜睡反应。

**突发状况：看卷头痛**  
**应急预案：**考试期间，可适当置配一些常用药品，以备偶有不适时调理所需。一般可准备以下一些药物：保济丸、藿香正气水、人丹、风油精、创可贴、胶布。头痛少服药，精神紧张，用脑过度，往往导致神经血管紧张性头痛。有的考生两侧太阳穴部位会有间歇性疼痛，大部分是这个原因。如果遇到头痛，不要自己盲目乱服药，最好在医生的建议下用药。

**突发状况：身份证未办理**  
**应急预案：**考生没有身份证同样可参加考试，目前考试考生没有身份证的主要有两类：一类是尚未办理身份证的；另一类是办过身份证但目前丢失，补办已来不及的。有关人士表示，这两类考生都可参加考试，但必须赶紧到户籍所在地派出所开具户籍证明或办理临时身份证。

**突发状况：遭遇交通障碍**  
**应急预案：**路上交通情况瞬息万变，难以预料，留出充足的时间就不怕遇到堵车等交通问题了。考生赶考时万一遇到堵车情况，可求助交警，向

他出示考试准考证。如果乘坐公交车遇塞车时，可中途下车，改坐出租车或其他交通工具，或求助交警。如果因为赶考而违反交通规则，请向交警出示考试准考证求得谅解。

**突发状况：晕车 应急预案：**把早餐一分为二。适当提早起床，先在家吃“上半顿”，出门时带上点心、果汁，到了考场附近，再吃“下半顿”。这样可以减缓坐车时胃部不适症状。晕车严重的考生还可以在肚脐和耳后贴上姜片。

**突发状况：缺失准考证 应急预案：**丢失准考证时，有两种情况：考前丢失，到区县招办补办准考证；另一种是当天忘带了，此时考生千万不要自己回家拿，因为迟到15分钟，就不能参加该科考试。打电话给亲戚朋友请他们送来。要是开考前提不到，需要和监考老师协商，尽量恳求老师先允许参加考试。

**突发状况：找不到考场 应急预案：**据了解，每年考试都会有考生因为疏忽、紧张而找错地方。在考试前一两天，考生应该抽时间熟悉考场。熟悉考场包括的内容有：所在考场离居住地点有多远？用什么方式抵达比较迅速安全？在路上要花多少时间？自己在哪个教室？在哪个位置？厕所及其他服务设施在哪儿？这些问题在临考准备时都应该尽可能弄得一清二楚。

**找不到考场时，应马上打电话到考办寻求帮助。**

**突发状况：文具遗漏 应急预案：**在考试前一天，考生要将准考证、身份证件和文具用品准备好，并在出门前进行检查核实，要根据当天的考试科目准备诸如2B铅笔、中性笔、圆珠笔、橡皮、直尺、卷笔刀等文具。此外，还需准备舒适、宽松、透气性好的衣服，避免考试中暑。准备手表，确认可用性。备足在外饮食、交通的费用。依天气情况准备雨具。考生在到达考点后发现忘带了文具，此时千万不要自己回家取，时间允许

的话就让父母送来，或是向有富余的考生借用，也可在考场附近商店购买。考试时若带的笔没墨水了，又缺少必需文具，数学考试忘记带圆规和三角板等，考生不应离座，应向监考员求助。参加考试，掌握时间很重要。如果进考场之前发现没带手表或计时工具，可以看同一考点的同学有没有多余的计时工具可以借用，如果没有或已经进入考场，可以向监考老师说明情况，借用老师的手表。如果考生实在借不到计时工具了，也要向监考老师说明情况，请求能否让监考老师在监考过程中每隔一段时间就进行一下提示，以便在考试过程中掌握时间。

**突发状况：试卷脏损 应急预案：**拿到卷子后不要急着填写个人相关信息，要先检查试卷是否完整，有没有缺页或者破损，如果有，立刻举手找监考老师，如果是无意弄脏或损坏的试卷、答题卡，可向监考老师申请备用试卷、答题卡；若在开考后，污染的卷子要换就比较麻烦。此外，如果语文答题卡条形码损坏无法继续使用，报告监考人员，保持答题卡粘贴条形码区域空白，并在答题卡袋封面备注栏注明“×××准考证条形码损坏”。

**突发状况：做题障碍 应急预案：**心理暗示治疗头脑空白拿到试卷时脑子空白，此时可通过强烈的心理暗示来有效地抑制紧张情绪。暗示语要具体、简短和肯定。如“我早就准备好了，就等这一天”、“我今天精神很好，头脑清醒，思维敏捷，一定会考出好成绩”、“面对这些问题不需要紧张”，或者可以暂停回忆，转移一下注意，先解决其它题目，过一定的时间后，所需要的答案也许就回忆起来了。

**集中精力抵抗答题犯困**答题时突然犯困，只要精神不松懈，精力不分散，将注意力集中在试题上，“困意”很快就会过去。考生应在考试前一周，逐步

调整自己的生物钟，按照考试时间安排自己的作息，将考试进行的时段调整为自己大脑最兴奋、精神最好的时段。记忆回访应对生题怪题遇到生题和超范围题目时，不妨冷静回顾一下课本知识，想一想该题应属于课本哪一章节，这一章节有哪些知识要点，该题属于哪一要点的范畴。而这些内容包含在高中教材中。考生可努力回顾它与书本哪些知识有联系，并从题干中找依据。

**突发状况：错涂机读卡 应急预案：**考试时，填写答题卡一定要仔细。小心把答案张冠李戴。建议各位考生在考试时最好做题与填涂机读卡同步进行，在草稿纸上记下自己不确定的选项和答案回头再改，避免出现没有足够时间填写答题卡的失误。另外，每门考试时，答题卡一发，最好先填写答题卡姓名考号等项。填时千万要注意，书写部分必须用碳素墨水笔填写，而数字部分一定要用铅笔填涂！

**突发状况：考生突晕场 应急预案：**考场上如果是自己感到不舒服，要及时和监考老师说明，不要硬撑；如果是别人出现类似于晕倒的情况，会有老师和医生作必要的处理，自己一定不要受其影响，就当没有看到，集中注意力，认真答题。

**突发状况：时间不够用 应急预案：**如果还剩十分钟，可以考虑做大题的第一小题，把能拿的分拿到。如果只剩三五分钟，不妨放弃大题，回过头来把没有把握的小题检查一下。时间不够时不要轻易放弃，哪怕只剩最后一分钟，也有可能“抢救”分数回来。另外，不要老看时间，影响做题，监考老师最后会给考生提醒的。

**突发状况：试卷未署名 应急预案：**要立即向监考老师举手报告，在得到同意后立即书写，一定不能擅自动笔，否则容易被老师误会为作弊。

**突发状况：无处午休 应急预案：**考试间隙，相信每个考生都想美美地

睡个午觉，但事情往往不是那么尽如人意。市区的考生大多都能回家吃饭、午休，需要注意的是不要过多谈论上午的考试科目，过去的就让它真的成为过去吧，养精蓄锐准备下午的考试。如果考场离家很远，中午也应该找个阴凉地方闭目养神，调整一下情绪，尽量不要坐在马路边看书，以免下午考试时感到疲劳。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)