

专家指导：推优面试前放松心情最重要 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/225/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_93\\_E5\\_AE\\_B6\\_E6\\_8C\\_87\\_E5\\_c64\\_225335.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/225/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6_E6_8C_87_E5_c64_225335.htm) 考生参加推优生面试前要主动和父母、老师交流，以缓解压力，放松心情，提高推优面试命中率。本周末，本市参加市推优生招生的50所市实验性示范性高中、现代化寄宿制高中将陆续举行面试，市“推优生”计划招生5098人。考生如何准备提高自己的推优面试命中率？专家提出，放松心情，缓解压力最重要。“今年学校计划招推优生100多名，结果，全市有200多位学生在第一志愿填报了交大附中，一些区县的推优生竞争比率达到了1:3，这就意味着有一半以上的考生不能被成功推优。”交大附中教务处的王老师介绍，提高“推优”命中率，考生首先要调整好自己的心态，具备参与的竞争意识，要敢于和其他同学进行竞争。参加推优面试前，考生要适度地和父母、老师、班主任进行交流，将自己的真实想法告诉她们，缓解自己的压力和紧张情绪。面试结束后，不管面试结果如何，考生最好也跟父母、老师、班主任进行交流，通过交流让自己的紧张情绪得到舒缓。王老师提醒，推优生面试一般都是采取“一对一”、“一对多”、“小组讨论”等方式进行的。面试前，考生千万不要开夜车，不要在面试时流露出紧张、烦躁的情绪，给考官一个良好的精神面貌。面试过程中，考生一定要表现出自己的长处和优点，在往年的面试环节中，一些学生因为紧张而表现不出自己的特长，一些学生毫不掩饰将自己坏习惯展现在考官面前……在面试过程中，一直有老师在旁边观察，这些真实的情况对学生的面试结果

有影响。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)