

2009考研初试最易出现的七大致命意外 考研 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/535/2021_2022_2009_E8_80_83_E7_A0_94_c73_535620.htm 2009年研究生入学考试的初试将在1月10日正式拉开序幕，如何规避考试意外事件，发挥甚至超常发挥自己的应有水平，成为众多考生目前最为关注的话题。2009年研究生入学考试的初试将在1月10日正式拉开序幕，如何规避考试意外事件，发挥甚至超常发挥自己的应有水平，成为众多考生目前最为关注的话题。根据多年来和考研朋友的对话和沟通，我总结了在研究生入学考试期间可能会发生的七大“致命”意外，同时给出了规避和防治的建议。“七”也音同“起”，在博得一个好彩头的同时，希望对大家有所帮助，更祝福和祝愿考研朋友们能够考出水平，心想事成！

一、失眠 考研初试最容易出现的第一个“致命”意外是考试的前一天晚上也就是1月9日晚上失眠。失眠的唯一原因是紧张的情绪无法释解。失眠主要以预防为主，要做到考试前一天和考试期间避免食用兴奋饮料。睡觉前喝一杯热牛奶，用热水烫脚，这样可以起到很好的安眠的作用。如果真的严重失眠也没有什么关系，一方面可以采取瑜伽冥想中的自我催眠，平躺在床上，均匀呼吸，用意识从头皮开始暗示自己放松、再放松，然后用同样的办法把暗示移至头、脖子、上肢依次到脚后跟。另一方面，研究表明，一个平时睡眠正常的人，偶尔的失眠并不会影响第二天的状态，失眠一晚后的不适感觉多半也是来自本人的心理暗示。

二、迟到 考研初试最容易出现的第二个“致命”意外是考试迟到。“迟到很可怕，后果很严重”！迟到15分钟后就没有办法进入考

场了。迟到的原因有很多，但基本上可以归纳为堵车、看错时间、睡过头和跑错考场。预防的方案是提前熟悉考场。1月9日晚上早点休息，定两个闹钟，其中一个用手机定，手机定闹钟的好处在于能在五分钟后再次叫醒一次。外地的考生最好提前一天到达考试所在的城市，下午抽空去考点附近走一走，熟悉环境，考试的时间是1月10日的考试时间为上午8:30-11:30，下午14:00-17:00。另外，要保证提前30分钟到达考场。据了解，一些地区进入考场前的检查程序相对很复杂，比较耗时，其实也不是坏事，检查的过程正好可以有助于考生分散注意力，消减紧张情绪。

三、闹肚子 考研初试最容易出现的第三个“致命”意外是闹肚子。到外地考试的考生最容易出现的情况之一是水土不服、饮食出问题，首先还是以预防为主。考试期间中午吃饭应选择一个安静、卫生的餐厅，确保饮食的卫生很重要，建议选择经过高温烹制过的食品，不要选择生冷食品。饭后如有可能，尽量休息一会儿。如果真的闹肚子了，先要分清楚是什么问题，闹肚子有两种情况，吃的不干净了食物引起的是不成形的水泻。处理的办法是首先要喝糖盐水，糖少点盐稍多一些，维持身体的电解质平衡，吃饭和稀粥，有条件的考生用暖水袋暖暖肚子。每天腹泻5次以内的可以吃黄连素或者氟哌酸控制，如果没有办法止住，要及时地去医院治疗，因为严重的脱水会危及生命。

四、忘记携带或丢失证件 考研初试最容易出现的第四个“致命”意外是忘记携带或丢失证件。每天赶往考场之前，需要反复确认一下考试所需的各项物品：准考证、有效的身份证件(居民身份证、军官证、文职干部证等)、三支以上的2B铅笔、三支以上的同色蓝(或黑)色字迹钢笔、圆珠笔或

签字笔、直尺、圆规、三角板、橡皮、绘图仪器，建议带上一把小刀和一小瓶胶水。请格外关注考证上注明的考试要带的工具等内容。最糟糕的事情还不是忘记而是丢失准考证，万一这个不幸落到了你的头上，你需要第一时间和所报考学校的研究生招生部门联系，让他们给你传真一份，身份证要是丢了，需要到最近的派出所去尝试补办一个临时身份证，不是书面的证明，而是带照片的那种和真实身份证基本一样的临时身份证(所不同仅是临时身份证是黑白照片，当日可取)。

五、开错信封 考研初试最容易出现的第五个“致命”意外是开错信封。在每位同学就坐后，监考老师依次拿考场的名单和各位考生的身份证，准考证等证件一一检查对照，确认无误后，展示一个大的信封，以示试卷封条完整保密情况的完好，然后拆开，对照每位同学的姓名，发放对应的小信封。这时一定要按照老师的提示指令进行操作，曾有同学没有按要求自以为是地拆开信封，结果拆错了方向，结果人为造成紧张。还要检查里面的试题是否全部都拿出来了，就有同学答完题感觉到今年的题量真少呀，高兴的准备交卷时发现还有一半的试题在信封里没有拿出来。这时的情况就没有办法挽救了。所以一定不要因为看到试卷，就忙于做题，争取1-2分钟对于答题没有什么太大的帮助，但是错过了关键的指令可能会让你犯下难以弥补的失误。一定要注意小信封的开启方向，拆开时不要太用力，信封里有一个舌头，用来最后密封的。

六、误填答卷 考研初试最容易出现的第六个“致命”意外是误填答卷。这又是一个致命的问题。通常有两种情况，一种是答题卡涂错行，一种是未按要求涂写答题卡，最后一种是考试结束把草稿纸带出了考场。对于第一种

错误明确两点就可以避免，1、要在相应的试题上用适当的方式把正确的答案做标记，(注意答完题后用最橡皮把试卷上的标记擦掉)。2、每答完10道题时要回头检查。对于第二种情况要牢记，非标准化部分需要用用蓝(黑)色字迹钢笔、圆珠笔或签字笔作答，标准化的答题卡要求使用2B铅笔来涂写，答题卡不能折叠，答题时不能使用胶条和涂改液修改，不能在密封线内答题。《国家教育考试违规处理办法》明文规定考生不得把试卷、答题纸、草稿纸带出考场，否则取消该科目考试成绩。考完交卷的时候，大家多半都很紧张，但是尤其是检查确认是否带出了考场。任何一门考试，看到考卷的第一件事情都不是答题，而是浏览检查，浏览要干两件事情，一是发现熟题，迅速作答；二是看试卷是否有重印、漏印或字迹不清等现象，如果有应立即举手示意，向监考老师报告，每个考点都有备用的考卷。如果是答了一半以后才发现试卷有问题，也应及时向监考老师报告，调换试卷后要确认姓名、考号等信息填写无误后再开始继续做题，切忌紧张乱了方寸。

七、作文跑题 考研初试最容易出现的第七个“致命”意外是作文跑题。在去年的英语考试中，有的同学分数很低，原因只有一个，跑题了。牢记以下三点可以容易地规避跑题现象出现：1、列提纲：按三步来完成提纲，分析题干、确定主题、按三段论列出提纲；2、扩充内容：这一点重要的是在三段论阶段的提纲上，写出每步的内容和主干句，搭出骨架；3、完成检查：丰富润色完成文章，最终再检查一遍。考完了试要把所有的试卷都放入信封一同封起来，按秩序离开考场，考试的结果和自己的感觉之间的关系不是很明显，所以感觉不好也没有关系，忘记考试后的不良感觉继

续迎接新的挑战；如果感觉考得十分理想，就用更饱满的精神状态来迎接后续的各门考试。百考试题祝福各位考生“坐看风起云涌，静观万壑斑斓”，以平常心对待和度过这人生中的不平常时期。祝各位好运！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