

D A X U E Z H I T O N G C H E

招生信息精选

志愿决策指南



大学直通车

2002

枫丹网络信息技术有限公司 编



北 京 出 版 社

招生信息精选 志愿决策指南

大学直通车 2002

枫丹网络信息技术有限公司 编

北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学直通车 2002/枫丹网络信息技术有限公司编.
北京:北京出版社,2002

ISBN 7-200-04540-3

I.大… II.枫… III.高等学校—招生—中国—
2002—指南 IV.G647.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 090532 号

《大学直通车 2002》

DA XUE ZHI TONG CHE 2002
枫丹网络信息技术有限公司编

*

北 京 出 版 社 出 版
(北京北三环中路 6 号)

邮政编码:100011

网 址:www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行
新 华 书 店 经 销
北京市朝阳展望印刷厂印刷

*

850×1168 大 32 开本 11.625 印张 270 千字
2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

印数 1-10000

ISBN 7-200-04540-3

C.1475 定 价:16.00 元

前 言

本书是作为高考考生及家长在高考的复习阶段、考试阶段以及填报志愿阶段的信息参考书而编辑的。书中主要包含以下内容：

1. 高考复习应试指南。这部分内容主要有：高考复习中应注意的有关事项，高考应试的技巧，考生考前、考中的心理调整以及家长在高考期间应注意的事项。

2. 填报高考志愿指南。这部分内容主要有：2002 年高考招生的形势和趋向、填报志愿的误区、填报志愿的依据、思路和策略。

3. 高考的相关信息。这部分内容主要有：高考改革、报名、体检、录取等方面的相关信息资料。

4. 就业与专业的相关信息。这部分内容主要有：目前国内人才供求形势、高校毕业生就业形势、高校毕业生择业新趋向、未来人才供求趋势。

5. 高等院校的相关信息。这部分内容主要有：1) 有关高等院校的相关信息如：高校的改革方向，高校学生管理及奖励、助学政策，高校合并、重组、更名信息，全国重点大学、211 工程院校名单以及高等教育的其他形式等信息。2) 高等院校简介部分；这里选择了 500 多所本科层次的普通高等院校，介绍了院校的规模、师资队伍、办学层次、专业设置及招办电话和网址等相关信息。另外还介绍了部分军事院校的情况。

6. 招生录取的相关信息。这部分内容主要有：2001 年各地招生录取控制分数线、2001 年录取总情况，2001 年招生录取中

的主要倾向性问题和 2002 年招生数量。

以上内容构成了一个完整的高考复习、应试、填报志愿各个阶段的信息系统，供考生、家长参阅。

高考是每年 500 万应考青年的一件大事，一个人生中重要的转折点。而在这一时刻，掌握足够的信息资料是一个基础性的条件。近年来，我们跟踪高考期间的进展动态，收集了数百万字的信息资料，考虑到考生、家长的实际需要，从中精选了部分内容，编成这本书。目的是为了使考生、家长在尽可能短的时间内，对高考各阶段的信息有一个全面的了解，以期有助于考生赢得高考，进入理想的高等学府，就读于合适的专业，走上人生征途的金光大道。

为了满足考生更深层次的需求，我们还将编辑制作《大学直通车 2002》光盘版。光盘版中集成了更多的信息资料，内容将达到 200 万字以上，同时设立了智能查询系统，可以利用现代计算机软件的最新技术，帮助考生迅速地查询相关的各类信息，帮助考生优选志愿。有兴趣的读者可关注《大学直通车 2002》光盘版的出版消息。

最后需要说明的是，近年来我国高等教育事业处在一个大发展的阶段，高校的合并、重组、更名，专业设置的变更，博士、硕士点的增减，学生、教师人数的增加等等，很多信息都是动态变化的，本书收集的大部分信息都是 2001 年的最新数据，但其中的误差在所难免，敬请当事方及读者谅解。

编者

2001 年 12 月

目 录

第一篇 指南篇

第一章 应试指南	(3)
一、迎考的心理调整	(3)
(一) 摸清情况, 对症下药	(3)
(二) 遵循规律, 分段调节	(17)
二、应试技法	(24)
(一) 如何调整“生物钟”	(24)
(二) 考场意外情况的处理	(25)
(三) 怯场等“考场病”的防止	(26)
(四) 每科考过后的心理调整	(27)
(五) 主要题型答题技巧	(28)
三、家长的角色和作用	(31)
(一) 复习阶段家长如何调整心理	(31)
(二) 考前考中家长应做些什么	(33)
(三) 复习、临考时的营养搭配	(34)
(四) 填报志愿时家长和子女的意愿不同, 如何处理	(35)
第二章 填报志愿指南	(37)
一、志愿的重要性	(37)
二、2002 年高考招生的形势和趋向	(38)
三、志愿填报的误区	(39)
四、填报志愿的依据	(41)

五、志愿填报的思路	(43)
六、志愿填报的思路和策略选择	(44)
七、填报志愿应注意的问题	(46)

第二篇 信息篇

第三章 高考	(53)
一、高考改革	(53)
(一) 高考改革的内容有哪些, 高考改革的方向是什么	(53)
(二) 什么是“3+X”, 科目内容有哪些	(55)
(三) 高考的时间	(55)
(四) 标准分	(55)
(五) 网上录取	(56)
(六) 什么是春季招生	(57)
二、报名	(57)
(一) 高考报名的条件	(57)
(二) 特殊院校报名条件	(58)
(三) 报名的方法	(60)
三、录取	(60)
(一) 录取批次是如何划分的	(60)
(二) 录取的程序	(62)
(三) 调档线和分数线有什么区别	(62)
(四) 什么是调剂	(63)
(五) 国防生和特长生	(63)
(六) 补录	(64)
第四章 人才就业	(65)
一、目前国内人才供求形势	(65)
二、目前全国高校毕业生就业形势	(67)

三、高校毕业生择业的新趋向	(70)
四、未来的经济发展和就业趋势	(71)
五、未来人才供求总体趋势	(75)
第五章 高等院校相关信息	(78)
一、相关信息荟萃	(78)
(一) 高校改革	(78)
(二) 高校学生管理政策	(79)
(三) 高校学生的奖励、助学政策	(80)
(四) 高校合并重组情况	(83)
(五) 全国重点大学和“211”工程院校名单	(88)
(六) 民办高等学校简介	(90)
(七) 其他高等教育形式	(92)
二、部分普通高等院校简介	(95)
三、部分军事院校简介	(340)
第六章 招生录取相关信息	(359)
一、2001 年高考全国各省市录取分数线一览表	(359)
二、据教育部有关部门统计——2001 年全国高校录取 260 万人	(360)
三、2002 年高校招生将达 273 万	(363)

第一篇 指南篇

第一章 应试指南

一、迎考的心理调整

迎考复习是赢得高考胜利的关键一环，能否在这个阶段保持良好的心理状态对高考成功尤为重要。这是因为：一是良好的心理状态关系着复习的效果，知识的巩固消化、能力的训练提高都需要严谨认真的态度和轻松愉快的心情；二是心理素质的提高在于不断的训练，考生只有在考前不断提高心理适应能力和调节能力，才能在高考中保持最佳的心理状态。但是，在迎考复习阶段，学生的心理压力较平时大，因而比以往更容易产生一些心理问题。一项调查表明，高考期间 25.4% 的考生有较严重的心理障碍，而坐立不安者占 50% 以上。心理问题的产生及发展，不仅严重影响复习效果和高考水平的发挥，还会损害学生的身心健康。产生这些心理问题的症结在哪里？如何预防和进行有效地调适？阅读本节，您会得到正确的答案。

（一）摸清情况，对症下药

迎考心理障碍因人而异，具有多种多样的症状，如过分焦虑、注意力难以集中、失眠、容易疲劳等等。因此，要做好复习迎考的心理调整，防止和克服迎考心理障碍，必须弄清可能产生的心理问题的表现和特点，在此基础上，有针对性地采取预防和克服的办法，做到“一把钥匙开一把锁”。下面，我们将介绍几种最常见的心理症状的防止和克服方法。

1. 如何防止过分焦虑

1) 过分焦虑的表现

面对高考，每位考生都要承受来自自身和周围环境（家庭、学校、媒体等）的很大压力，不可避免会产生一定程度的心理紧张和忧虑。临考学生中普遍存在的这种以紧张或忧虑为特点的复杂而持续的情绪状态，被称为考试焦虑症。心理学研究表明：适度焦虑能唤起大脑皮层的适度兴奋、集中注意、活跃思维，有助于复习迎考和考试成功；但如果焦虑程度过重则会给考生带来消极的影响，它不仅干扰感知、记忆、思维等认识活动，严重影响学习，还会影响身心健康。迎考学生许多身心上的不适症状都与过度焦虑有关。《中国教育报》曾登载了这样一个案例：一位高三学生在学习时常出现思维受阻、记忆力下降的现象，面对这种状况，她非常不满意，但又无法控制自己烦躁不安的情绪。后来，她又经常失眠，其后果是第二天听不好课；晚上怕失眠，结果又失眠。她担心如此恶性循环下去，根本考不上大学。实际上，案例中这位同学的心理障碍属于考试焦虑症。从背景材料看，这位同学是家中的独生女，父母对她期望很高，她本人学习也很好，志向是考上重点大学，但几次“模考”成绩下来，她觉得自己的成绩介于重点和非重点之间，因此压力很大。她对自己要求严格，因此“考不上重点怎么办”的问题常在她的脑中萦绕。在复习迎考期间，许多同学都存在类似问题，他们觉得自己记忆力明显减退，注意力难以集中，白天昏昏沉沉，晚上难以入睡，一看书就头痛。究其原因，就是由于过度焦虑和生理上的过度疲劳所致。

2) 考试焦虑度测量

请根据自己的实际情况回答以下问题，其中，与自己的情况“很符合”时记3分，“较符合”记2分，“较不符合”记1分，“很不符合”记0分。若得0~12分，属“镇定”；得25~49分，属“轻度焦虑”；得50~74分，属“中度焦虑”；得75~99分，

属“重度焦虑”。

考试焦虑度测量表：

- (1) 在重要考试的前几天，我就坐立不安了；
- (2) 临近考试时，我就拉肚子；
- (3) 一想到考试即将来临，身体就会发僵；
- (4) 在考试前，我总感到苦恼；
- (5) 在考试前，我感到烦躁，脾气变坏；
- (6) 在紧张的温课期间，常会想到“这次考试要是得个坏分数怎么办”；
- (7) 越临近考试，我的注意力越难集中；
- (8) 一想到马上就要考试了，参加任何文娱活动都感到没劲；
- (9) 在考试前，我总预感到这次考试将要考坏；
- (10) 在考试前，我常做关于考试的梦；
- (11) 到了考试那天，我就不安起来；
- (12) 当听到考试的铃声响时，我的心马上紧张地急跳起来；
- (13) 遇到重要的考试，我的脑子就变得比平时迟钝；
- (14) 考试题目越多、越难，我越感到不安；
- (15) 在考试中，我的手会变得冰凉；
- (16) 在考试时，我感到十分紧张；
- (17) 一遇到很难的考试，我就担心会不及格；
- (18) 在紧张的考试中，我却会想些与考试无关的事情，注意力集中不起来；
- (19) 在考试时，我会紧张得连平时背得滚瓜烂熟的知识也忘得一干二净；
- (20) 在考试中，我会沉浸在空想之中，一时忘了自己是在考试；
- (21) 在考试过程中，我想上厕所的次数比平时多些；
- (22) 考试时，即使不热，我也会浑身出汗；

- (23) 考试时，我会紧张得手发僵或发抖，写字不流畅；
- (24) 考试时，我经常看错题目；
- (25) 在进行重要的考试时，我的头就会痛起来；
- (26) 发现剩下的时间来不及做完全部考题时，我会急得手足无措、浑身大汗；
- (27) 我担心如果我考了坏分数，家长或教师会严厉指责我；
- (28) 在考试后，发现自己懂得的题没有答对时，就十分生自己的气；
- (29) 有几次在重要的考试之后，我腹泻了；
- (30) 我对考试十分厌烦；
- (31) 只要考试不记成绩，我就会喜欢考试；
- (32) 考试不应当像在现在这样紧张的状态下进行；
- (33) 不进行考试，我能学到更多的知识。

3) 考试焦虑的防止方法

过分焦虑是创造佳绩的“头号杀手”。考生要根据自己的实际情况，采取积极有效的措施，在考试前认真调节心理状态，使焦虑保持在适当的位置，以严谨认真的态度和轻松愉快的心情抓紧复习和参加考试。

(1) 调整期待水平。期待水平是影响考生考试焦虑的重要因素。期待水平过高，注意力就会集中于过高的目标而造成强大的心理压力，产生严重的心理焦虑。因为目标定得太高，超过自身的实际水平和能力，在考试之前就会因没有把握实现目标而失去信心，影响复习效果和质量；也会在考试期间因过分忧虑而心烦意乱、分散精力，影响正常水平的发挥。因此，考生要在正确理解父母“望子成龙、望女成凤”这种迫切心情的基础上，在正确对待老师“青出于蓝而胜于蓝”这一良好愿望的前提下，根据自身实际情况，作出恰当的估计，定出可实现的目标，作好充分的思想准备应付考试结果。一般情况下，期待水平应以可能实现的目标为基础，甚至降低一点要求，让自己胸有成竹，充满信心，

放下包袱，轻装上阵，发挥出更好的水平。

(2) 缓解心理压力。考试焦虑程度与考生心理压力大小有密切的联系。缓解心理压力是防止、克服过分焦虑的必要条件。缓解心理压力可采用自我认知矫正法：第一步，是把自己的担忧不加思索地全部写下，然后去掉重复的，按担忧程度大小排列各条目；第二步，是分析担忧的合理性与不合理性；第三步，是对不合理的担忧产生质疑，逐步打消担忧的念头；第四步，是得出合理的分析。如，通过分析认为某一担忧是不现实的，而且有危害，那就应马上放弃这种担忧；再如，通过分析自己的知识结构，认为自己有可能考上大学，担忧是没必要的，如果压力过重，经常出现注意力不集中、失眠的现象，应早些看看心理医生，进行心理辅导和药物治疗。

(3) 暂时的心理调节。学生在学习或考试中出现紧张焦虑时可以采用下列方法进行暂时的心理调节。

①自我暗示：是指通过语言来调节中枢神经系统的兴奋性，使神经系统机能得到改善。自我暗示是指自己将某种观念暗示给自己，即暗示一种强烈的心理定势，并引导潜在动机产生行为。通过自我暗示，可以调理自己的心境、情绪、感情、爱好、意志乃至能力，能起到非常积极的作用。考前面临令人紧张的考场，可反复在心里告诫自己“沉着、沉着”，在这种自我暗示的作用下心中的杂念自会消除，从而消除焦虑、放松身心。考场上缺乏信心时，可以暗自鼓励自己：“我一定能考好。”另外，进行自我暗示时，必须牢记“五大原则”：即口中默念的句子要简单有力；要正面积极（这一点非常重要，如果你说“我不要失败”，虽未言失败，但这种消极的语言会将“失败”的意念印在你的潜意识中，因此，你必须正面说：“我要成功。”）；要有“可行性”，避免与常态心理产生矛盾与抗拒；默诵或朗诵自己定下的语句时，要在脑海里清晰地注注意象；要把感情贯注进去。

②到室外活动。

③听听轻松优美的音乐，回忆愉快的事情，想象轻松的环境。

④调整呼吸：闭上眼睛，缓缓吸气，慢慢呼出，可使心情平静。

⑤“鸣天鼓”：这是我国传统健脑操，此法可清醒头脑、镇定情绪。其作法是：双肘支撑在桌子上，双目微闭，用双手掌心按两耳孔，用两手中间的三指轻击头枕骨，随即可听到“咚咚”像击鼓的声音，敲击稍快，要有节奏，敲二三十下即可。

此外，家长和老师更要正确引导，给考生必要的支持、关心和帮助，多鼓励，切忌施压。家长要稳定自我情绪，以平常心对待高考，不要将上大学看作是孩子成才的惟一出路，更不可将这种思想施加于考生。要相信自己的孩子、欣赏自己的孩子。另外，保持家中正常的生活节奏，家长该干吗干吗，过勤地给孩子送饮食、扇扇子、不敢大声说话、不敢看电视、轻声走路等都会给孩子造成一定的心理压力。

2. 如何防止注意力不集中（走神）

1) 表现和原因

(1) 表现：复习时表现为不能专心看书，脑子里想的是别的东西，心猿意马，心事重重，目光呆滞，反应迟钝，动作机械；易受环境的干扰，室外一点点动静都能很快造成注意力转移，东张西望，长久不能静下心；参加一项活动之后，长时间不能把注意力转移到学习上来，总是沉浸在对活动过程的回忆之中，等等。

(2) 原因：

①学习动机不强，缺乏学习兴趣；

②考试焦虑度过低而没有压力，没有紧迫感；

③复习没有计划，随意性过大；

④个人或家庭遭受挫折，思想负担过重，精力分散等等。

2) 防止走神或集中注意力的方法

(1) 摆脱消极情感。当考生在复习中碰到不明白的概念、不会做的题目时，忧虑会随之产生。“这概念我不明白”、“这个定理我还不熟”或“这种题我都不会做，看来我还没复习好，高考没指望了”等想法会使考生感到紧张、不安、情绪低落，变得忧心忡忡，既浪费了时间，又消耗了精力，造成复习效率降低。这种消极情感是由于不正确的想法造成的，所以，当一个不合理的想法在头脑中出现并使自己不安时，就要及早地终止。具体可以采用以下的步骤：

①紧闭双眼，想象有一个停止的信号，并想象这个信号在自己的头脑中一闪一灭；

②用坚定而带有节奏感的语言在心中对自己说“停止”！并让“停止”信号在自己的头脑中不停闪亮；

③同时进行腹式呼吸，首先慢慢地鼓起肚子，深深地吸一口气；接着慢慢呼气，将气吐出来，这样的呼吸过程反复进行；

每当忧虑想法来临而影响自己的学习、导致注意力分散时，就应该按以上步骤重复这一过程。

(2) 避免白日梦。白日梦是考生在学习与复习时经常遇到的现象，具体表现为注意力从亟待思考的问题转移到其他与学习无关的事情上，从而影响了考生的复习。白日梦是必须加以克服的。

考生可以按照以下的方法来克服这种现象：

①当开始意识到自己在做白日梦时，马上提醒自己“不许溜号”；

②将做白日梦想到的事情写下来，并且记下做白日梦所耗费的时间；

③当学习了一段时间后，稍微休息一下，过一段时间再集中精力复习；

④将曾经有效复习的时间和次数写在纸上，贴在醒目之处，以提醒自己要保持精力复习。