

# 专属楼层、延迟退房、暖心礼物…… “高考房”预订降温 主打贴心服务



酒店为高考生准备的小礼物。

记者 王浩 牛云铭 实习生 李澄芳 文/图

2024年高考在即，昨日，记者走访我市多个考点附近的宾馆、酒店发现，今年的“高考房”主打贴心服务，相比前两年的预订火爆，有所“降温”。

## “高考房”预订降温 未现一房难求

6月3日，记者走访了我市多个考点附近的宾馆、酒店。

在距银川市唐徕中学考场约1.3公里的希岸Deluxe酒店记者了解到，近期该酒店接到了不少高考家长的订房咨询电话，已有部分房间被考生家长以钟点房或全天房的形式预订。

“我们已经连续3年推出‘高考房’，前两年房间预订比较火爆，今年的预订数量较往年而言有所下降。但店内依旧提前设置了高考生入住楼层，

为他们提供安静舒适的休息环境。”在距离银川一中考场不到1公里的银川希尔悦精品酒店，该酒店经理张亚辉介绍，目前已有10多间“高考房”被预订。

通过走访记者发现，今年的“高考房”预订有所“降温”，而在提前预订的“高考房”房型中，标间是热门房型，中午可做短暂休整的钟点房也很受欢迎，多家酒店负责人均表示，由于考场变更而导致的退房，在合理时间内都会为顾客全额退款。

## 主打贴心服务 营造温馨氛围

在距离银川一中考场约1公里的银川光耀中心希尔顿欢朋酒店，该酒店为高考生特别制定了“高考鸿运客房套餐”，为考生提供更方便、舒适、高质量的贴心服务。“我们酒店专门为考生准备了高考楼层，楼层比较安静，考生不会被打扰。此外，酒店也为人住的高考生准备了礼物。”银川光耀中心希尔顿欢朋酒店总经理李银平介绍，他们为考生准备了高考锦囊与向日葵，寓意考生

一举夺魁，准备的文具包内有涂卡笔、橡皮、尺子等。“在饮食上我们也有所调整，更注重营养均衡。”李银平说。

希岸Deluxe酒店也为高考生入住安排了多项贴心服务。“针对高考生，我们酒店的房价比无早餐的价格更加优惠，但会为人住的学生和家长提供免费早餐，并延迟1小时退房时间。”希岸Deluxe酒店银川金凤万达广场店前厅经理田芳说。

## 今年高考采取“2+1”安检模式

本报讯(记者 李姝)今年高考采取“2+1”安检模式(2次人工安检和1次智能安检门安检)，考生须主动配合进行安检，尽量不穿戴有金属装饰品的衣服、鞋帽等，避免反复安检，影响正常入场考试。

考生若携带水杯，则应为透明、非金属材质。所有与考试无关的物品统一放置于考点物品存放处。为确保入场及时、高效、有序，请考生不要携带与考试无关的物品，按时到达考点，听从指挥，有序入场。

严禁携带各种无线通讯工具(如

手机、无线耳机、智能手表、运动手环等)、电子存储记忆回放设备、涂改液、修正带等物品进入考点封闭区和考场。特别提醒，严禁考生将手机等通讯工具带入考点，坚决禁止手机等通讯工具带入考场，一经发现，一律按作弊处理，考生所报名参加考试的各阶段、各科成绩无效。凡存在组织作弊、提供作弊设备、出售或提供考题、替考等作弊以及帮助作弊行为，涉嫌犯罪的，移送司法机关，依照《中华人民共和国刑法》等追究法律责任。

高考临近，不少学生会出现考前焦虑、失眠、注意力不集中等情况。如何做好心理调适，以最佳的心态面对高考呢？6月4日，记者采访了银川市第二中学心理健康教育教师王立玲，为考生和家长送上一份考前考后的心理调适指南。

## 高考在即，如何拿出最好状态？ 这份锦囊教你“稳住”

记者 李姝

### 考试前

#### 提前熟悉考场

准考证下发后，得知孩子考点的具体位置，家长和孩子就要制定去考点的最佳路线。最好提前陪孩子踩点，熟悉一下考点环境。

同时，要考虑到高考当天的路况，预留足够的时间，确保在每科开考前

30分钟到达考点。考试前两天，家长和孩子一起按照《准考证》背面所列的考试用具、准考证和身份证等依次检查，并装到透明的塑料袋中。每场考试前都要检查，最好多备一套，以防找不到手忙脚乱。

### 考试期间

#### 规律饮食规律作息

考试期间做到清淡饮食、规律饮食。王立玲强调，首先，不要轻易打乱孩子原有的饮食习惯，不要因为孩子要考试了特意买些有营养的补品，破坏规律有时候会适得其反；其次，要规律作息，高考前几天一定要调整孩子的作息，只有睡好了才能帮助孩子恢复反应力、记忆力

和思维能力。

同时，家长要注意积极调整自己的情绪，要知道情绪是会传染的，不要让紧张情绪影响到孩子。王立玲建议家长陪孩子一起安排一些娱乐活动或者体育锻炼，但也要注意节制，不要选择网络游戏和剧烈的体育活动，也不要打破原有的规律作息。

### 考试后

#### 做好时间规划 积极看待考试成绩

高考结束后，建议家长要适当留给孩子一些自由的空间，陪孩子一起规划这段时间。可带孩子出去旅行散心，或者允许孩子玩玩电子游戏，但也要和孩子约定好，不能通宵上网，不分昼夜地疯玩。

成绩出来后，尤其是对“发挥失常”的考生，家长要理性看待成绩，家长的反应与态度十分重要。有时候，家长的责备和指责会让孩子本已难受至极

的心痛上加痛，生出自暴自弃的念头来。同时，还要允许孩子合理宣泄他们的情绪。

填报志愿是高考后的一件大事。如果将填报志愿比喻成一场战役的话，那么家长只不过是“参谋”而已，战役的“司令”只有一个——就是孩子自己。所以，作为家长要积极收集信息，整理资料，为孩子做一个合格的“作战参谋”，尊重孩子的选择。