# 2024年湖南高考时间安排\_湖南2024高考时间安排表及科目范文大全

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-06-05

*第一篇：2024年湖南高考时间安排\_湖南2024高考时间安排表及科目高考伴随着夏天来临，满腔热血的高三学子即将随着炎炎夏日迎接高考，你知道高考的时间吗?以下是小编整理了关于2024年湖南高考时间安排\_湖南2024高考时间安排表及科目，希望...*

**第一篇：2024年湖南高考时间安排\_湖南2024高考时间安排表及科目**

高考伴随着夏天来临，满腔热血的高三学子即将随着炎炎夏日迎接高考，你知道高考的时间吗?以下是小编整理了关于2024年湖南高考时间安排\_湖南2024高考时间安排表及科目，希望你喜欢。

2024年湖南高考时间安排

2024年湖南高考时间安排在6月7日开始举行，具体时间及考试科目安排为:

6月7日9:00至11:30语文;15:00至17:00数学。

6月8日9:00至11:30文科综合/理科综合;15:00至17:00外语,有外语听力测试内容的应安排在外语笔试考试开始前进行。

各省(区、市)考试科目名称与全国统考科目名称相同的必须与全国统考时间安排一致。具体考试科目时间安排报教育部考试中心备案后发布。

省级统考和高校的招生考试时间，分别由各省级招委会和高校按照教育部有关要求确定并发布。

湖南2024高考时间安排表及科目

时间6月7日6月8日上午语文

(09:00:00-11:30:00)文科综合/理科综合

(09:00:00-11:30:00)下午数学

(15:00:00-17:00:00)外语

(15:00:00-17:00:00)

备好考试用品

提前一天要准备什么

准考证、身份证，根据当天的考试科目准备诸如2B铅笔、签字笔、橡皮、直尺、卷笔刀等文具，准备宽松、透气性好的衣服，备足在外饮食、交通的费用。高考期间还要注意天气变化，带些雨具避雨或遮阳。

丢失身份证怎么办

应立即到公安部门补办临时二代身份证。

准考证丢失怎么办

如果在考前丢失，本人应立即写申请，让中学或街道办事处开证明到市(区)县招办补办准考证。如果是考试当天丢失的话，应立即向考点老师、带队老师说明情况，先考一科，后补办。

考试文具、准考证或身份证忘带了

如果你已经到了考点或在去考场的路上突然发现忘带，不要自己回家拿，时间允许就电话通知父母送来，不行就在考点附近的商店购买。

如何识别真品2B铅笔

一看断面是否平整，笔芯是否居中完整，二看漆面是否光洁光亮，印字清晰、材质发红、色彩均匀充分才是真品，三看铅笔颜色是否暗淡，印字模糊缺损、材质发白、色彩不均匀为劣质品。

**第二篇：2024年宁夏高考时间安排\_宁夏2024高考时间安排表及科目**

对于刚升上高三的学子们来说，2024年是非常重要的一年，因为考上一所好的大学影响着将来的发展，以下是小编整理了关于2024年宁夏高考时间安排\_宁夏2024高考时间安排表及科目，希望你喜欢。

2024年宁夏高考时间安排

2024年宁夏高考时间安排在6月7日开始举行，具体时间及考试科目安排为:

6月7日9:00至11:30语文;15:00至17:00数学。

6月8日9:00至11:30文科综合/理科综合;15:00至17:00外语,有外语听力测试内容的应安排在外语笔试考试开始前进行。

各省(区、市)考试科目名称与全国统考科目名称相同的必须与全国统考时间安排一致。具体考试科目时间安排报教育部考试中心备案后发布。

省级统考和高校的招生考试时间，分别由各省级招委会和高校按照教育部有关要求确定并发布。

宁夏2024高考时间安排表及科目

时间6月7日6月8日上午语文

(09:00:00-11:30:00)文科综合/理科综合

(09:00:00-11:30:00)下午数学

(15:00:00-17:00:00)外语

(15:00:00-17:00:00)

高考进考场前要怎么调节心理

听舒缓的轻音乐

在进入考试场之前，最好不要和同学有过多的接触，以免其中有人把紧张的情绪传染给你，在考试考试前半个小时左右可以听听舒缓的轻音乐，放松一下。

调节情绪

有很多同学在高考之前选择突击复习，这样使自己的大脑过度疲劳，加上紧张的情绪，在高考的考场上很容易发挥失常，所以，只要我们在高考之前进行了系统的复习，高考之前就不需要过度的去复习了，这个时候要做的就是尽量放松自己，保持一个愉悦的心态，迎接高考。

要自信

在面临高考的时候，很多的同学会产生焦虑、紧张的情绪，其实完全不需要这样，放轻松，相信自己多年苦读的积累，用平常心去对待高考，高考并不一定会决定我们的人生，即使最不好的情况发生，我们还可以选择复读，所以我们要保持一个轻松的状态，稳定住自己的情绪，发挥出自己的水平就可以了。

**第三篇：2024年贵州高考时间安排\_贵州2024高考时间安排表及科目**

高考的时间也是家长和学生关注的一大焦点，大家都知道在高考的战场上没能做好准备可能就有非常大的影响。以下是小编整理了关于2024年贵州高考时间安排\_贵州2024高考时间安排表及科目，希望你喜欢。

2024年贵州高考时间安排

2024年贵州高考时间安排在6月7日开始举行，具体时间及考试科目安排为:

6月7日9:00至11:30语文;15:00至17:00数学。

6月8日9:00至11:30文科综合/理科综合;15:00至17:00外语,有外语听力测试内容的应安排在外语笔试考试开始前进行。

各省(区、市)考试科目名称与全国统考科目名称相同的必须与全国统考时间安排一致。具体考试科目时间安排报教育部考试中心备案后发布。

省级统考和高校的招生考试时间，分别由各省级招委会和高校按照教育部有关要求确定并发布。

贵州2024高考时间安排表及科目

时间6月7日6月8日上午语文

(09:00:00-11:30:00)文科综合/理科综合

(09:00:00-11:30:00)下午数学

(15:00:00-17:00:00)外语

(15:00:00-17:00:00)

高考一日三餐食谱参考

早餐

1、红薯粥、油煎馅饼、花生什锦

2、玉米粥、鲜肉烧卖、香椿豆腐

3、火腿粥、豌豆包、什锦黄瓜

4、大豆粥、花生蛋糕、黄瓜丁

5、百合粥、炒面、什锦蛋丁

6、牛奶、葱麻饼干、火腿煎蛋

7、银耳羹、蛋炒饭、圆椒丝

午餐

1、主菜：海带肉丝 副菜：素什锦

2、主菜：糖醋带鱼 副菜：炒素丝

3、主菜：猪肝肉片 副菜：西芹虾仁

4、主菜：土豆牛肉片 副菜：菜花香菇

5、主菜：豆腐干肉丁 副菜：豌豆苗

6、主菜：肉末豆腐 副菜：香菇小白菜

7、主菜：胡萝卜肉排 副菜：荷兰豆

晚餐

1、主菜：萝卜丸子 副菜：白菜油豆腐

2、主菜：菠萝炒鸭片 副菜：什锦炒蛋

3、主菜：肉末豆腐 副菜：麻酱拌菜心

4、主菜：烩豆腐 副菜：炒菜心

5、主菜：白菜鱼肉片 副菜：土豆粉丝

6、主菜：狮子头 副菜：豌豆苗

7、主菜：清蒸带鱼 副菜：醋熘卷心菜

**第四篇：2024年陕西高考时间安排\_陕西2024高考时间安排表及科目**

大家其实在一开始读书就知道了高考是非常重要的，它是人生中最重要的一次考试，是人生中可以改变命运的考试。以下是小编整理了关于2024年陕西高考时间安排\_陕西2024高考时间安排表及科目，希望你喜欢。

2024年陕西高考时间安排

2024年陕西高考时间安排在6月7日开始举行，具体时间及考试科目安排为:

6月7日9:00至11:30语文;15:00至17:00数学。

6月8日9:00至11:30文科综合/理科综合;15:00至17:00外语,有外语听力测试内容的应安排在外语笔试考试开始前进行。

各省(区、市)考试科目名称与全国统考科目名称相同的必须与全国统考时间安排一致。具体考试科目时间安排报教育部考试中心备案后发布。

省级统考和高校的招生考试时间，分别由各省级招委会和高校按照教育部有关要求确定并发布。

陕西2024高考时间安排表及科目

时间6月7日6月8日上午语文

(09:00:00-11:30:00)文科综合/理科综合

(09:00:00-11:30:00)下午数学

(15:00:00-17:00:00)外语

(15:00:00-17:00:00)

各科考试小技巧

语文：作文一定要有结尾

写作文最好花四五十分钟，并且最后一定要写完，宁可短尾也不要无尾，否则扣分相当厉害。此外，要善于为标题做“美容”，它可以使阅卷人眼睛一下子亮起来，千万不要照抄话题而不加标题。语言功底弱的考生注意写短句子，水平高的考生要调动已掌握的知识，使文章流畅，有文采。

数学：“522原则”做送分题

不管大题小题先抢会做的题，再做有一定解题思路的题，然后拼感觉困难的题，最后再抠实在不会的题。这样可以保证在有限的时间里多拿分。抓紧时间。不为小题纠缠不休。选择题每个题平均控制在一分半钟以内。坚持“522原则”。把眼睛多盯在选择题的前5个，填空题的前2个到3个，解答题的前2个。这些题都是送分的题，不会很难。

英语：作文要保证够字数

英语作文首先字数要够，只要字数够，最低3分可以保证到手。草稿应该是作文的大概行文结构，并非是一篇完整的作文。写英语作文，很多学生喜欢打草稿，然后再誊写到试卷上，但这样做比较费时，建议构思、打草稿最多3分钟。

化学：仔细审题清楚表达

化学科目失分主要有六个原因：审题不仔细，概念不清楚，实验不重视，思维不敏捷，表达不清楚，书写不规范。因此，考生审题一定要仔细，不能答非所问。

物理：用补图法帮助审题

把物理科目的题意理解错了是一个较普遍的现象，建议考生用补图的方法帮助审题，在头脑中建立活的物理情景。例如，根据题意，画出物体运动过程中几个关键状态的情景图，来帮助自己理解题目叙述的全过程，准确把握问题的已知条件、边界条件、临界条件。

地理：选择题善用排除法

选择题答题有技巧，一是注意事物的因果关系，有的试题要求你以果推因，有的是以因推果，二是采取排除法，从反方向去思考问题，比如让你选择正确答案，你可以排除那些有明显错误的，有时这样解题会更快一点。

综合题的解答要有整体性思维。综合题一般以区域地理为载体，围绕一个中心问题，从不同侧面或者事物的不同层面来设问。因此必须用区域研究的方法，有整体性思维，围绕着“在哪里”“有什么”“为什么”“做什么”来思考回答。

生物：善于从题面找线索

注意时间分配，最好前面5道选择题时间控制在10分钟左右，后面两道答题一定要留够20分钟以上的时间。

此外，非选择题要从题目中找线索，如有的题目包装得很新颖，考生容易发懵，但这样的题目可能包含很多知识点，考生应在问题中搜索知识体系中相关的理论考点，即便试题所涉及的问题似懂非懂，只要把这个题的指向搞清楚了就不会出错，这样就能够获得评分点规定的分数。

政治：不留空白就能得分

会的题争取答得更完美，以获得高的分数。而不会的题，尤其是一些大题，可以把问题变通后再抄一遍，这样多少能争取到几分，这也是政治考试的特点——只要写了就可以酌情给分，所以千万不要在试卷上留空白，尤其是大题。

此外，最后一道大题中的最后几问，非常易答，在很大程度上就是看学生是否有时间。所以，要争取高分，首先要保证交一份完整的答卷。

历史：切记问什么答什么

拿到试卷后，尤其是碰到自己不会的问题时，要把试题放在事件所发生的时间背景中去思考，同时一定要注意，问什么答什么。

**第五篇：2024年四川高考时间安排\_四川2024高考时间安排表及科目**

准备高考的生活总是很忙碌，有的时候甚至会因为忙碌的学习，忘记高考时间，以下是小编整理了关于2024年四川高考时间安排\_四川2024高考时间安排表及科目，希望你喜欢。

2024年四川高考时间安排

2024年四川高考时间安排在6月7日开始举行，具体时间及考试科目安排为:

6月7日9:00至11:30语文;15:00至17:00数学。

6月8日9:00至11:30文科综合/理科综合;15:00至17:00外语,有外语听力测试内容的应安排在外语笔试考试开始前进行。

各省(区、市)考试科目名称与全国统考科目名称相同的必须与全国统考时间安排一致。具体考试科目时间安排报教育部考试中心备案后发布。

省级统考和高校的招生考试时间，分别由各省级招委会和高校按照教育部有关要求确定并发布。

四川2024高考时间安排表及科目

时间6月7日6月8日上午语文

(09:00:00-11:30:00)文科综合/理科综合

(09:00:00-11:30:00)下午数学

(15:00:00-17:00:00)外语

(15:00:00-17:00:00)

合理安排一日三餐

早餐吃不好，反应会迟钝

常言道：“早餐要吃好，中餐要吃饱，晚餐要吃少”。考试复习期间，上午的学习负担很重，而血糖是大脑能够直接利用的惟一的能量来源，如果早餐吃得不好，或根本就吃不上早餐，学生到了上午第三、四节课血糖水平降低，就会产生饥饿感，反应迟钝。所以早餐一定要吃，而且要吃好。

中学生每日所需能量的25%～30%应从早餐中获得。在安排早餐中要有谷类食品、动物性食物(肉类、蛋等)、奶及奶制品，最好再加点蔬菜水果类。安排早餐要注意质量好、味道可口，数量适中，荤素搭配，粗细混有，干稀适度等。

吃饱午餐，要有一半绿叶菜

两头见不着太阳的高三生活，午餐成了关系到学生一整天身心健康状况的关键。午餐各种营养素含量一般占全天供给量的30%～40%。因此，午餐不仅是对考生一上午的紧张学习后营养的补充，而且是对考生下午听课学习的营养储备。

午餐中要有主要提供能量和B族维生素，膳食纤维的粮食类，要有主要提供优质蛋白质、钙、铁、锌、维生素A等的肉、禽、鱼、蛋、奶类，还要有主要供应维生素、矿物质和膳食纤维的蔬菜类，其中应至少有一半的绿叶菜，还应包括含蛋白质、矿物质丰富的豆类及豆制品。

晚上熬夜学习，稀软易消化为好

晚餐摄入食物的量与休息时间迟早有关，即使是睡眠较迟，也不该吃过饱，尤其是不应该吃油腻不易消化的食物，以免导致消化不良，影响考试。晚餐不宜吃得过饱，结合实际情况合理安排晚餐。

学习紧张、时间紧迫，学生难免要熬夜学习，但也不宜过晚。需要吃点夜宵，以补充消耗和保证睡眠质量。夜宵一般宜安排在21:30～22:00时，食物数量不要多，以稀软易消化为好。

愉快的心情，轻松的氛围，有利于消化液的分泌、食物的摄取和消化。因此，家长应避免在餐桌上谈论不愉快的事及争吵;避免在进餐时批评、训斥和指责孩子。

饮食原则

1、饮食要以素食为主，切忌油腻;

2、早餐和午餐一定要吃好，以保证大脑能量的消耗;

3、以八分饱为宜，忌过饱

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找