

本科录取正在进行 这些事项需注意

随着各地2026年高招提前批及特殊类型招生录取相继收官，本周起，各地全面进入本科普通批次集中投档与录取的关键阶段。录取状态何时可查？哪些渠道查询结果才算权威？

录取状态何时可查

各地本科普通批次录取集中在7月中旬至8月初，比如内蒙古为7月18日-28日、辽宁为7月21日-30日、河北为7月21日-8月4日。

据了解，各地教育考试院完成一轮投档后，高校需要1天-3天审阅档案、分配专业、核对录取名单，还需将拟录取信息反馈给各地教育考试院录检审核通过后才能确定录取。最后，录取结果还要同步至查询平台，才能看到完整状态。

中国教育发展战略学会教育考试专业委员会副秘书长李冬生介绍，普通本科批的录取，有的省市录取批次结束后才能查到录取结果，也有的省市在录取过程中，可以实时查询录取状态，比如“已经投档”“高校在阅”“预（拟）录取”或者“退档”。

提醒：务必通过各地教育考试院官方网站或公众号查询最终录取结果；所有官方渠道完全免费，任何短信、短视频声称“付费加急查录取、花钱改档案”均为诈骗，切勿在陌生链接中填写身份证号、考生号等信息；高校录取通知书一般通过中国邮政EMS等可查询物流轨迹的快递邮寄派送，收件地址为高考报名预留地址，仅限本人或亲属持有效证件签收，防止错领、丢失。

征集志愿如何填报

普通本科常规批次录取结束后，未完成招生计划的院校会参加征集志愿录取，这是滑档、退档考生留在本批次就读的关键机会。征集志愿该如何填报？

据了解，达到本批次控制线但未被该批次高校录取的考生是征集志愿填报的主要人群。

征集志愿填报时间窗口普遍很短，以北京为例，本科征集仅开放12小时，提醒考生务必紧盯教育考试院公告，查看发布的缺额院校、剩余专业、招生人数、选科限制，在规定的时间内，筛选适配院校后核对院校、专业

代码，上官方网站进行征集志愿填报。

李冬生解释，填报征集志愿时，过往考生容易有一些误区，比如认为征集志愿的分数比较低。实际上，一些办学条件比较好、地域有优势的高校，有时会有大量分数还不错的学生扎堆报考，所以考生填报时要根据自身情况慎重考虑。此外，一些地方会在录取中设置多轮征集，只要未被录取、符合填报条件的考生，每一轮征集均可参与。个别院校如果首轮征集未招满，二次、三次征集中还可能适度“降分征集志愿”，低于该批次线、分数处于降分录取范围的考生也可参与征集志愿填报，具体以考生高考报名省份教育考试院公告为准。

李冬生称，根据往年经验，有些学校第一次征集没有满足计划，会启动参加第二次甚至第三次征集志愿，会有一定降分，可以允许本科控制线以下的考生填报志愿，主要集中在一些民办本科院校。对考生来讲，这也是上本科高校的一个机会，请考生及时关注。

提醒：不存在花钱买补录名额、内部操作录取渠道。征集志愿填报全程免费，全部缺额计划都会在各省份教育考试院官方渠道公示，其他渠道招生信息均不具备效力，非官方计划无法颁发国家承认学历，谨防上当受骗。

国家和高校有哪些资助政策

一些家庭经济困难新生和家长可能会焦虑学费、生活费问题，国家和各高校都有哪些资助政策？



据了解，我国已建成覆盖全面、层次多元的高校学生资助政策体系，涵盖国家奖学金、国家励志奖学金、学业奖学金、国家助学金、国家助学贷款、勤工助学、新生入学“绿色通道”、服役役高等学校学生国家教育资助、基层就业学费补偿与国家助学贷款代偿、公费师范生及符合条件学生学费减免等多项举措，实现对家庭经济困难学生入学、在校求学、毕业发展全周期、全方位帮扶。

中国农业大学党委学生工作部部长张银介绍了当前的资助政策：国家奖学金，本科生每人每年1万元；国家励志奖学金是面向品学兼优的家庭困难学生，每年6000元一个人；学校每年在学期内设立1000多个勤工俭学岗位；各类临时困难补助，比如冬衣、路费，包括最近的洪水；助学贷款分为校园地贷款和生源地贷款，还有一些特殊政策可以代偿，比如基层就业、参军入伍的学费补偿代偿，国家替其偿还助学贷款，学校也会根据学生情况，免一部分学费或者是全免。

新学期开学，各高校还会开通新生入学绿色通道，新生报到不用提前缴纳学费，凭录取通知书、家庭困难相关证明就能办理入学手续，入学后再统一开展困难认定、匹配资助方案，真正实现“先入学、后缴费”。

如今，很多高校资助还从单一的经济兜底帮扶转向发展型资助，助力家庭经济困难学生全面成长成才。

“比如帮他们开设很多提升个人素质和能力的项目，也能提升他们的眼界。”张银称，“据不完全统计，每位在校的困难学生，平均每年拿到国家、社会或学校的各类各项资助达1万元，能覆盖学生基本生活需求。”

为了给大学新生，特别是家庭经济困难大学新生提供资助政策咨询与帮助，2026年暑期，教育部已开通高校学生资助热线电话。同时，各省（自治区、直辖市）和中央部属高校也同步开通了热线电话，学生们可以通过国务院客户端小程序“高校学生资助热线”服务一键查询。

提醒：警惕各类诈骗、不良“校园贷”。对于陌生可疑的短信、来电、微信好友申请等，做到“不轻信、不回应、不转账”，国家已经建立完善的资助体系，解决经济困难最有效的方法是向家长、老师和学校求助。

据新华社

暑假才开始 已经有妈妈把孩子的iPad摔了

用充满成就感的现实体验填补孩子的心理需求，才能帮孩子摆脱屏幕依赖

“一睁开眼就只知道拿平板电脑，上个厕所要一个小时，一门心思扎进游戏里。”暑假刚开启，赵女士和儿子小王就因平板使用问题爆发多次争吵。近日，几番劝导无果后，情绪崩溃的赵女士当场摔碎孩子的平板电脑。

妈妈气得把平板电脑摔了

赵女士的儿子小王今年小升初，放假以来，作息与生活完全被网络游戏占据。

“早上醒来的第一件事情，不是洗漱，不是整理床铺，而是拿起平板电脑，耳机一戴，钻进了游戏的虚拟世界。”赵女士说，孩子为了玩游戏，可以不吃不喝，一直保持着同一个姿势。

“每天洗澡，我都是催了又催，他总说‘马上马上’，谁知道这个‘马上’是什么时候。”赵女士说，儿子上厕所也带着平板电脑，一坐就是一个多小时，“有时候恨不得把门砸了，把他从马桶上拎起来”。

在一次次耐心劝说、反复叮嘱全部落空后，忍无可忍的赵女士情绪彻底崩溃，摔碎了儿子的平板电脑。

情绪宣泄过后，看着地上碎裂的平板电脑，听着孩子撕心裂肺的哭声，赵女士渐渐冷静下来，只剩下无尽

的疲惫与懊恼。

赵女士遇到的问题并非个例。不少家长反映，假期缺少了校园的刚性约束，孩子极易沉迷短视频、网络游戏，作息颠倒、不愿出门、拒绝沟通，平板电脑、手机俨然成了割裂亲子关系的“导火索”。

如何建立堵与疏的边界

不少年轻父母坦言，完全禁止孩子玩电子产品并不现实。当下学业压力繁重，游戏、短视频是孩子释放压力、维系同学社交的渠道，“一刀切”的粗暴禁止极易激发孩子的逆反心理。

“我们小时候没有电子产品，可现在孩子的社交、课余放松都绕不开网络，完全隔绝会让他和同学脱节。”“95后”妈妈周女士表示，问题不在于电子产品本身，而在于无节制、无规则的沉迷。

同时，他们也提出，当下短视频、网络游戏等数字产品通过算法精准抓取孩子的注意力，低门槛、强刺激极易让未成年人上瘾。

多位“80后”家长更共情赵女士的焦虑。在他们看来，长时间沉浸屏幕，正在剥夺孩子感知现实的能力。

“一整天抱着平板，不愿出门运动、不愿与人交流，动手能力和专注力持续下降，视力和作息都受到极大影响。”市民徐女士说，摔平板虽方式过激，但背后是家长深深的无力感。

用陪伴与规则替代强制管控

孩子为何容易沉迷网络游戏？浙江师范大学应用社

会心理中心副主任李新宇分析：

生理方面，青少年大脑中掌管理性判断、自我控制的前额叶皮层要到25岁左右才发育成熟，而负责情绪冲动、本能反应的杏仁核已趋于成熟，这意味着孩子面对诱惑时，本能远强于自控。而数字产品精准利用了多巴胺奖赏回路，高频刺激让大脑持续处于高唤醒状态，久而久之便形成行为成瘾倾向。

心理方面，当孩子在现实中缺乏成就感、归属感和自主感，网络世界就成了填补心理空缺的“避风港”。

环境影响方面，如今“全民低头”已是普遍现象，很多成年人在工作、休息、陪伴家人时都离不开手机，却要求孩子做到自律，这种双重标准会让孩子产生强烈的心理不平衡。

李新宇认为，身教重于言教，要求孩子放下手机，家长首先要以身作则。他建议父母要建立全家人都适用的无屏规则，比如用餐时间不看手机，同时用陪伴聊天、运动阅读等高质量互动代替空洞的管束。对抗电子屏幕依赖不是“禁止使用”，而是用充满成就感的现实体验去填补孩子的心理需求——当孩子在户外、同伴和兴趣中感受到快乐和自身价值，虚拟世界的吸引力自会减弱。

教育终究是“育人”而非“管物”，唯有看见屏幕背后孩子的孤独与渴望，通过尊重、陪伴与榜样力量，才能真正帮他们建立起健康的屏幕边界。

据《宁波晚报》