

考生志愿填报时,要充分用好“冲、稳、保”策略,留意专业录取限制条件

科学“排兵布阵”,规避“无效志愿”

□青岛日报/观海新闻记者 王世锋

2026年夏季高考成绩已公布,当下,对考生和家长来说,最为重要的工作无疑是志愿填报。志愿填报时,如何确定目标院校?如何科学运用“冲、稳、保”策略?招考专家提醒,考生在充分了解平行志愿规则与院校专业内涵的基础上,需依据位次而非分数理性择校,警惕体检受限、专业名称“陷阱”及独立学院性质混淆等常见误区。同时,用好官方辅助系统,合理安排志愿梯度。



■高校招生负责人及家长、考生提供志愿填报咨询。

充分用好“冲、稳、保”策略

高考志愿填报是一项系统又个性化的工作。考生选择好个人志愿并非易事,需要做好一系列的准备工作。

考生及家长需要对本省的高考政策有一个全面且整体的把握,明确哪些政策至关重要,哪些与自身的切身利益紧密相关,以及重要政策在当年是否发生变化。如考生和家长至少要知道普通类常规批安排3次志愿填报,每次填报志愿的数量不超过96个;艺术类本科批、专科批,体育类常规批每次志愿填报数量已增加到96个等信息。同时,要注意从权威渠道获取信息,如阳光高考信息平台、招考院、学校官网等。

定位是填报志愿过程中最为关键的环节之一。在高考录取时,会将同一志愿的考生按照高考成绩从高到低依次排列,位次越高,被录取的机会也就越大。在填报志愿前,考生需有一个清醒的自我定位,明确自己在所有考生中所处的位置。在这个过程中,考生应学会查看一分一段表,如在今年的一分一段表中,成绩482分的考生共有2738人,排名在250973到253710名之间,如果A考生是250973名,B考生是250983名,即使同分,A考生仍享有优先录取机会。

“知己知彼,百战不殆”。考生要在“知己”基础上“知彼”,充分了解目标院校的基本情况,例如学校当年的招生章程、招生计划、往年在本省的投档线、师资力量、专业设置、学科优势、就业情况以及深造前景等等。

好大学有优势学科专业,普通高校也有特色专业,热门专业与冷门专业都是相对的,是先选院校还是先选专业,也不能简单一概而论。考生可以从兴趣优势、职业规划、现实条件、社会需求等方面着手,考虑国家战略、个人兴趣爱好、个人意愿及经济条件,初步确定高校和专业。如果考生比较看重地域、城市等因素,可优先考虑院校;如果考生更加注重兴趣、职业规划等,可优先考虑专业。考生可先上下

延伸出“大菜单”(志愿数量的3倍左右),再适当缩小范围至“小菜单”,全面衡量、排好顺序、排除风险,形成“志愿菜单”。

专家提醒,在确定志愿顺序时,考生可以按照“冲、稳、保”的策略,分梯度、按降序确定志愿顺序。“冲”的志愿数量可以占20%到30%,往年录取最低位次高于本人位次,自己优势不大却很喜欢的志愿放在前边“冲一冲”。“冲”的目的是“捡漏”自己喜欢或者是“可以接受”的专业,如果考生对某个专业或者某个院校特别不喜欢,建议不要放在志愿填报表内。“稳”的志愿数量可以占40%到50%,往年录取最低位次与本人位次基本持平或略低,具有一定优势也较喜欢的志愿放在中间“稳一稳”;“保”的志愿数量可以占30%到40%,往年录取最低位次低于本人位次,优势较大且有把握的志愿放在最后“保一保”。

高分段考生可以适当加大“冲”的部分,中段考生增加“稳”的比重,低分段考生加大“保”的占比。考生可以先确定“稳”的菜单,上下延伸形成“冲”和“保”的菜单。这里需要特别提醒考生,正式的志愿填报系统登录时长可能会有一定的限制,考生若长时间登录系统,可能会被“自动退出”。为了避免浪费有限的修改次数,考生一定要充分利用好志愿填报辅助系统,形成一份较为完善的志愿表。在正式填报志愿时,直接将该志愿表导入即可。

志愿填报要注意“避坑”

在高考志愿填报的过程中,有一些问题需要考生特别注意。

提前批对考生来说是多了一次录取机会,但提前批招生类型各具特色,一般在升学就业、专业调整等方面有所限制,考生应了解拟报院校未来升学、就业情况,谨慎报考。一旦被录取,不再拥有后续投档和录取机会。同时,考生在提前批即使有较大把握,仍要按时填报常规批志愿,确保万无一失。业内人士提醒,考生在选择专业

时,要注意了解专业的内涵,包括专业基本情况、主干课程、发展方向三个方面,即是什么、学什么、干什么。有的专业名称相似,培养目标却大不相同。如医学影像学,属于医师序列,授予医学学位,就业方向影像科诊断医生、放射科医生等;医学影像技术,属于医学技术类,授予理学或工学学位,主要面向医疗器械设备研发、销售等行业。

对专业的学习难易程度、就业前景、升学考研情况要有较为清醒的认识,例如电子信息工程属于电子信息类专业,是一门综合性学科,以数学和物理为主要学习基础,如果高中数理基础薄弱,未来学习会比较吃力。

在筛选院校时,务必要厘清公办、民办与独立学院的办学体制差异。尤其要注意区分独立学院与高校内设二级学院,二者虽名称相近,但办学性质截然不同,如“南京航空航天大学金城学院”属于具有独立法人资格的独立学院,而“南开大学文学院”则是学校内部的办学单位。

目前,山东省高考绝大多数批次都是实行平行志愿,但这并不意味着志愿顺序可以随心所欲。平行志愿模式下,整体录取原则是“谁的分高,谁就先被录取”,但对具体的考生来说,志愿顺序有先后之分。系统会按填报的志愿顺序依次检索,一旦检索到符合条件的志愿立即投档,后续志愿同时失效。

志愿填报时,考生还要注意避免“无效”志愿。高校根据本校专业培养需要,可能对考生的性别、体检结论、单科成绩、外语语种、外语口试等方面提出报考要求,并在高校招生章程中公布。考生一旦投档到某个高校的专业,但不符合招生章程要求,就会被退档。其中,体检受限为考生退档主要原因,每年都有多名考生因为体检受限被退档,其中多数因色盲、色弱报考受限专业被退档。部分高校投档限制条件、退档条件在(填报志愿指南)中予以标注公布,而有的仅在招生章程中公布,考生务必仔细查阅高校招生章程。

何为“好”工作?

□杨琪琪

通知不是终点,而是一个新的起点。当前,时代疾行,知识更新周期急剧缩短,产业变革步伐一刻不停。相关数据显示,现代人的职业生涯普遍伴随多次岗位调整与转型,多数职场人的首份工作并非终身归宿。这一职业发展常态,并未弱化首份工作的奠基价值,反而是在提醒我们:相较于单一的岗位、固定的职业,持续学习、迭代成长的核心能力才是职场行稳致远的底气。树立终身学习的意识,主动适应变化、拥抱变化,才能在不断向前的时代浪潮中站稳脚跟、赢得主动。

对仍在求职路上摸索前行的毕业生,焦虑、迷茫、等待、彷徨是青年成长的常态。但请相信,每一次选择都是一次重新认识自己的过程,与其在焦虑中仓促决定,不如把这

段时光当作一次沉淀和思考的机会,认清自身职业追求,找准自身适配赛道,明晰自身奋斗方向。第一份工作的意义,不在于它看起来有多“光鲜”,而在于它能否帮助你积累经验、拓展视野、找准方向。

令人欣喜的是,新时代青年的择业图景,正愈发生动开阔。近年来,越来越多青年学子跳出城市职场的固有圈层,主动奔赴西部大地、扎根基层一线。他们中,有人在乡村振兴一线挥洒青春汗水,有人在“内陆渔场”播撒“蓝色梦想”,有人在边疆矿区攻克技术难题……他们所追寻的,不是一张安稳的办公桌,而是一片可以施展抱负的热土。

在国家有需要的任何地方建功立业,从来不是空洞的口号,而是新时代青年可以落笔、可以践行的人生选项。西部地区、基层一

高考成绩公布后,多所驻青高校公布了今年的预估分数线或者位次,供考生参考。

中国海洋大学 普通类常规批预估位次显示,全省排名1万名以内的考生被该校海洋科学(蓝梦拔尖人才实验班)、人工智能(AI拔尖人才实验班)、食品营养与健康(拔尖人才实验班)、法学、计算机类等热门专业录取的希望非常大;1.4万名以内的考生被该校绝大多数专业录取的希望非常大;1.8万名以内的考生有望被该校多数专业录取;2.6万名以内的考生在靠前置填报该校,有望被部分专业录取。该校的中外合作办学专业中,法学可放宽到2.6万名,计算机科学与技术可放宽到3.2万名,海洋科学可放宽到3.8万名,物理学可放宽到4.5万名,录取希望都较大。

中国石油大学(华东) 报考建议显示,排名1.8万名以内的考生,可以填报适合自己的热门专业;2.3万名以内的考生报考该校,录取希望较大,但建议不要集中填报热门专业;2.8万名以内的考生也有录取机会,建议考生根据位次情况及历年数据选择合适专业;位次再往后的考生,建议结合选科排名冲一冲,填报多个近年录取位次靠后且符合选科要求的专业冲一冲。

青岛大学 报考建议显示,1万名以内报考临床医学(“5+3”一体化、沈福彭班)希望非常大;2万名以内报考临床医学、口腔医学、医学影像学希望非常大;4万名以内报考理学、工学、文学、法学、管理学、经济学、教育学、历史学希望非常大;6万名以内报考药学、护理学、预防医学、生物医药、数据科学、智能医学工程希望非常大。

山东科技大学 针对青岛校区的报考建议是:全省排名3万名左右的考生可报考计算机科学与技术、电气工程及其自动化、软件工程等专业;4万名左右的考生可以报考信息安全、电子信息工程、自动化、数学与应用数学(吴方班)、汉语言文学、法学、通信工程、物联网工程、智能科学与技术、机器人工程、集成电路设计与集成系统等专业;5万名左右的考生可尝试报考数据科学与大数据技术、机械设计制造及其自动化、能源与动力工程、大数据管理及应用、智能制造工程、新能源科学与工程、机械电子工程、会计学等专业;除了上述专业,位次6万到9万名左右的考生可以尝试报考青岛校区其他专业。7万名到16万名左右的考生可以报考该校泰安校区相关专业,11万名到20万名左右的考生可以报考济南校区的中外合作办学专业。

青岛科技大学青岛校区 报考建议非常详细,全省排名3.5万名以内的考生建议选报计算机信息类、法学专业;5万名以内的考生建议选报自动化类、机械及新能源科学类、财务管理、数学物理类、数据科学类、高分子橡胶材料等热门专业;7万名以内的考生建议选报化工化学类、高分子及材料类、经济管理类、社会工作、外语类及新闻传媒类专业;9万名以内的考生建议选报环境安全类、海洋科学与生物类专业;17万名以内的考生建议报考中外合作办学自动化、计算机信息类专业;20万名以内的考生建议报考其他中外合作办学专业。此外,24万名以内的考生建议报考青岛中德生态园区的中外合作办学专业。

青岛理工大学青岛校区 普通类报考建议是:5万名以内可报会计学、财务管理;6万名以内可报计算机科学与技术、电气工程及其自动化、电子信息工程、自动化、经济学、机械设计制造及其自动化(菁英班)、人工智能、新能源材料与器件;7万名以内可报通信工程、集成电路设计与集成系统、网络空间安全、智能制造工程、机器人工程、量子信息科学;8万名以内可报机械设计制造及其自动化、测控技术与仪器、新能源汽车工程、能源与动力工程、材料科学与工程(菁英班)、网络与新媒体;9万名以内可报统计学、车辆工程、国际经济与贸易、数学与应用数学、英语、日语、交通工程、工业工程、信息管理与信息系统;10万名以内可报市场营销、社会工作、工程力学、建筑电气与智能化、风景园林、城乡规划、材料成型及控制工程、安全工程;12万名以内可报土木工程、建筑学、应用物理学、供应链管理、材料科学与工程、工程管理、建筑环境与能源应用工程、环境科学、给排水科学与工程、智能制造、环境工程、工程造价、城市地下空间工程。

青岛农业大学 建议在普通类常规批中,全省排名10万名以内的考生报考限选物理的热门专业希望较大;16万名以内的考生可报考限选物理的大部分专业,20万名以内的考生可冲相对冷门限选物理专业;全省排名8万名以内的考生报考不限选科的热门专业希望较大,13万名以内的考生可报考大部分不限选科的热门专业。(上述报考建议仅供参考,并非最终录取位次。)



教育·快读

触摸智造前沿 探秘智慧医疗

康复大学携手岛城名企开展校外实践

为深化产教融合、拓宽学生专业视野,推动课堂教学与产业实践深度融合,近日,康复大学组织2024级生物医学工程(智能机器人方向)本科生赴海信研发中心与青岛海尔生物医疗股份有限公司开展校外专业实践活动。

在海信研发中心创新馆,学生们依次参观了智慧家庭、智慧社区、智慧城市三大核心板块。智能全身机彩超多普勒超声诊断仪、手术过程管理系统、一体化工作站、远程会诊系统、智慧医院整体解决方案等智慧医疗领域成果,让学生们直观感受到海信在医疗设备国产化方面的技术突破;在海尔生物医疗股份有限公司企业展厅,同学们系统了解了企业从超低温存储技术起步到科创板上市的发展历程。

专业实践是康复大学作为新型研究型大学推进产教融合、培养拔尖创新人才的重要途径。通过此次专业实践活动,同学们将理论知识与产业应用紧密结合,不仅加深了对专业知识的理解,更直观感受到科技创新在生命健康与智慧生活领域的广阔前景,进一步坚定了投身大健康产业的信心与决心。

下一步,康复大学将继续深化与行业龙头企业的合作,为学生搭建高水平实践平台,持续培养具备创新精神和实践能力的高素质人才,服务国家大健康战略和区域经济社会发展。

杨琪琪

青岛开展“防溺水”行动

日前,青岛市2026年“同心防溺水”专项行动启动仪式在青岛西海岸中学举行。活动由市教育局牵头,联合市委宣传部、市公安局等11个部门共同开展。本次活动创新安全教育形式,以文艺节目、情景演绎打造沉浸式课堂,让防溺水知识通俗易懂。西海岸新区东风小学、西海岸中学师生带来了防溺水主题表演演唱、快板节目,西海岸新区应急安全体验教育基地志愿者表演了溺水施救情景剧,普及远离危险水域、基础自救常识,逐一纠正了手拉手等错误施救做法。接地气的宣教形式,把枯燥的安全规章制度转化为直观易懂的舞台表演,贴合青少年认知规律,强化了师生避险意识和自救互救观念。现场,青岛海事局工作人员还带来了水上安全专题讲座,爱心企业向西海岸新区各镇(街)捐赠了应急救援物资。

市教育局相关负责人介绍,青岛已建立由市政府主导、市教育局牵头、多部门协同的防溺水联动协同机制。立足暑期防控关键窗口期,全市将落实学校“教育人”、家长“看住人”、部门“管住水”、政府“管住水”四位一体防溺水工作体系,明确各方职责,形成教育、监护、管控、督导闭环管理模式,堵住安全漏洞。

下一步,青岛12个联动部门将紧盯暑期重点时段、重点区域、重点人群,常态化开展联合巡查、隐患排查和全覆盖安全教育,以严密的联防网络预防溺水事故发生,护航全市青少年平安过暑假。

王世锋

青岛市中小学校开展防欺凌主题教育活动

日前,由青岛市教育局主办、市学生欺凌防治联席会议各成员单位协办、市北区教育和体育局承办的“崇德向善·共拒欺凌”防欺凌主题教育活动在青岛育新小学举办。

本次活动创新安全教育形式,设计观警示教育片、演情景短剧、唱友善之歌、展示示范班会、做法治宣讲五个沉浸式环节,以案为鉴、以演促学、以法护航,让防欺凌教育走进课堂、走进学生、走进人心。

现场,与会人员观看了全市防欺凌主题宣传片,师生们认清了校园欺凌危害,明晰了欺凌行为界定与应急处置方法。新世纪北学校联合市北法院带来情景短剧“友善花开防欺凌,向阳生长筑晴空”,立足真实的校园矛盾场景,生动演绎欺凌防范、矛盾化解全过程,通俗易懂。青岛宁安路小学带来“防欺凌从我做起”优质主题班会课例展示,通过学生校园生活实际,普及欺凌、欺凌求助、善化解的实用方法,为师生们做了防欺凌示范。市北检察院检察官带来专题法治培训“携手奉时光,校园零欺凌”,从法律层面厘清欺凌行为边界,明确处置规范,讲解关爱帮扶举措,提升学校源头防控、依法处置的能力。

韩星

市北区教联体发布创新成果

近日,“学在区市·教联未来”——青岛市市北区家校社协同育人“教联体”建设创新成果发布会暨市北教育发展基金成立仪式在青岛人工智能国际客厅举行。

会上,市北区发布了《协同治学》实务指南,公布首批区级社会资源联盟单位名单,宣布成立市北教育发展基金,标志着该区在构建全域覆盖、全员参与、全程贯通的家校社协同育人“教联体”新格局上迈出关键一步。

近年来,市北区深入贯彻落实立德树人根本任务,创新构建“1345N”教联体机制,确立以学生健康成长为轴心,搭建学校、学区、区域三级协同圈层,实施责任、空间、资源、机制四联举措,深化德智体美劳五育融合,汇聚N方社会力量,打破壁垒、融通资源,形成全域覆盖、全员参与的协同育人新格局。

为进一步夯实协同育人的物质基础,会上还成立了市北区教育发展基金。该基金设在青岛市教育发展基金名下,严格按照法律法规管理,专项用于改善办学条件、更新设施设备、提升教师素养、支持科研项目、奖励教学、助教助学等领域。坚持“量入为出、专款专用”的原则,确保每一分钱都精准投向教育教学改革的前沿,师资队伍建设的關鍵以及学生全面发展的急需,充分发挥资金的最大效益。

韩星

青报教育漫谈

仲夏六月,蝉鸣悠盛,又一届高校毕业生即将择别校园、奔赴社会。他们中,有人已手握录用通知,即将开启人生新篇章;有人仍在求职路上奔走,在希望与忐忑中等待着属于自己的机会。此时,我们想再聊聊那个常谈常新的话题:究竟什么样的工作,才称得上是一份“好”工作?

职业生涯的首次择业,是人生成长中的关键抉择,审慎考量、慎重抉择是对人生负责应有姿态。但需要明晰的是,慎重不等于将目光囿于薪资数字的简单比较,也不等同于对所谓“事少钱多”“朝九晚五”的片面追求。真正的慎重,是对自身兴趣、能力与长远发展的综合考量,是在人生的第一个职业路口,扣好职业生涯的“第一粒扣子”。

对于已经落实去向的同学而言,录用