

✿ 108 年教育會考 宜昌國中教務處 考前叮嚀 ✿

壹、考前應準備事項、考前須知：

- 一、考前，請調整自己的日常作息，盡量正常，不熬夜，飲食清淡。
- 二、考前一天請先確認考場座位，考場在花蓮女中，5/17（五）16:05 以後開放看試場。
- 三、飲食要注意，不要吃過於油膩或辛辣的食物，盡量吃得清淡些，茶與咖啡也應避免。
- 四、良好的睡眠品質將有助於應考的良好精神狀態。
- 五、準備一張清單，並再次清點必須攜帶的物品。
 1. 准考證。
 2. 透明夾鏈袋：裝所有考試相關物品。
 3. 身分證及與准考證相同之照片 1 張：與准考證分開放，申請補發准考證用。
 4. 2B 鉛筆*3、黑色原子筆*3（寫作用）。直尺、圓規（數學科，不可以攜帶量角器或附量角器功能之文具）。
 5. 墊板、橡皮擦、修正液（帶）各 1：墊板需透明無色、無文字，修正液不可用於答案電腦卡。
 6. 手錶：不可使用智慧型手環（錶）、不可發出聲響、不可具有計算機功能、不可整點報時、不可拿手機計時。
 7. 手帕 1 條、衛生紙 1 包（容易流汗者可考慮帶小毛巾）。
 8. 各科複習資料。
 9. 自備水瓶和水，避免飲用飲料，花女休息區備有飲水機，本校不再提供瓶裝礦泉水。中午用餐攜帶環保筷。一次性垃圾餐具請自行帶走。
 10. 藥品：提神醒腦的萬金油、胃藥、個人藥品，可視需要適度補充維他命。
 11. 小外套：以防冷氣太冷。

貳、考試當天注意事項：

- 一、5/18（六）、5/19（日），請於 07：50 前 到達花女體育館宜昌國中休息區就座讀書（各班有分配區域），早一點到，穩定情緒，創造佳績。
- 二、穿著整齊、舒適、保暖的衣服、最好有口袋可放置隨身物品。（勿奇裝異服）。
- 三、早餐一定要吃，但勿吃太多或太油膩。
- 四、保持平常心，確認考試時間，勿匆忙、製造緊張氣氛。
- 五、考完應休息或準備其他科目，避免對答案影響情緒。
- 六、不要攜帶違禁品，考場內不能喝水、吃東西（含嚼口香糖）。
- 七、手機考試期間學校統一集中保管（第二天最後一節考試時，因休息區要清潔場地，個人物品要帶走，所以考試前一定要記得關機拔電池）。

參、應考時注意事項：

- 一、應試前弄清楚考試時間，可將手錶置於桌角以利掌握時間。
- 二、穩定自己情緒，深呼吸幾次再開始作答。
- 三、分配作答時間，避免時間不夠用。有把握的題目先做，避免花太多時間於同一題。
- 四、避免心浮氣躁，看題目要一字不漏。會考題目較長，先看問甚麼，再看題目給甚麼。
- 五、看清作答題數與說明。保持警覺不要落入陷阱。
- 六、小心不要劃錯答案格，最好每完成五題就劃記到答案卡一次。作文從答案紙第一頁開始寫。記得檢查。
- 七、切記！數學非選、作文及答案卡不得書寫任何人的姓名或塗鴉，否則該科以零分計算。

同學們加油！！ 我們宜昌國中是最棒的！