



夏文

高考志愿怎么填？ 专家教你“冲稳保”三步走

三分考七分报，考得好更要报得妙。2025年高考成绩揭晓在即，接下来就是紧张的志愿填报阶段了，留给考生和家长选择定夺的时间并不是很多。

如何合理填报高考志愿？6月18日，甬派特邀宁波市教育考试院顾问、资深高考专家夏文老师为考生和家长支招。夏文老师深耕招考领域数十载，深谙政策脉络与院校动态，他结合当下教育趋势与就业形势，解析高考志愿填报逻辑，助家长和考生在“选择焦虑”中找准方向。

夏文老师送给考生和家长四句话：院校，决定你未来发展的平台；专业，决定你未来发展的领域；地域，决定你未来发展的机会；分数，决定你现在选择的权利。

□现代金报 | 甬派 记者 李臻

A 初选：选择权威的志愿填报系统

根据浙江省新高考政策，每个考生可以填报80个志愿，家长和考生可能会感到无从下手。那么，高考志愿如何进行初选？夏文专家介绍，一般有这几条途径。

传统的方法是，家长和考生可以根据省教育考试院高考专用计划书和志愿填报参考书，进行翻阅挑选，这样做比较慢。也有考生和家长请学校老师、亲朋帮助，或请志愿填报机构来做，他建议考生和家长自己填报，如果请志愿填报机构来做，一定要看该机构的资质。

在AI时代，很多家长或考生会用专门的

志愿填报系统（软件），输入选项后进行初选，再进行调整增删。夏文老师特别提醒大家，一定要甄别这些志愿填报系统（软件），这些软件的数据必须是最新的，来源是权威部门，这是科学填报的基础。信息软件选择的只是一个初案，考生还要结合自身情况进行深度分析调整后进行排序，从而完成高考志愿填报。

建议考生和家长多关注中国高等教育学生信息网的“阳光高考”招生信息发布及管理平台（<http://gaokao.chsi.com.cn>），浙江省教育考试院网站（www.zjzs.net），这是最为权威的信息平台。

B 选择：正确衡量自己的实力

根据浙江省新高考政策，高考志愿填报是“学校+专业”，考生在规划未来职业方向时，要根据自身具体情况进行综合考虑，规划和确定自己喜欢的、今后择业的大致方向。一定要定位自己，正确衡量自己的实力。

比如对于高校，主要了解院校办学层次（本科、高职专科）、类型（“双一流”建设高校、公办高校、独立学院、民办高校、中外合作办学、内地与港澳地区办学等）、校址等。要了解不同高校的特点，比如该校是综合性大学、学院或专门大学等。同时，要了解高校的种类招生：按类招生、特定招生、政策招生、提前招生、自主招生等。

关于专业，首先专业选择与考生高中选考是有关联的，填报志愿时必须在选考科目范围内进行选择。此外，不能简单以热门冷门来了解，因为专业就业前景的“冷热”会随着社会的发展需求而变化，每一个阶段都有“冷”与“热”的专业。所以既要考虑国家、社会

发展需求，更要从考生个人的性格特征、身体条件、学科优势、志趣表现等与某个专业的“适配度”来进行综合考虑。

哪怕是同一个专业，不同学校授课内容和方向也有差异。比如近年备受关注的人工智能专业，对数学、计算机相关知识要求较多，也是计算机、通信、生命科学、心理学等许多学科知识的交叉融合学科，因此课程多、难度大。

另外，不同层次不同特色的高校都会开设此类专业，培养的实力和侧重点也会有所不同，比如很多985高校和电子类、通信类较强的211高校以培养研究型人才为主，而更多的普通高校可能以培养生产制造和产品应用的就业型人才为主要目标。

所以建议对专业不要撒网式笼统了解，而要详细了解感兴趣的高校中可以就读的专业（类）的性质内涵、课程设置、培养方向、就业前景，甚至专业（类）的学术水平、师资力量等。

C 规则：根据浙江省高招情况来圈定范围

建议考生和家长一定要熟悉浙江省志愿填报政策和规则，合理把握合适的机会。

浙江省高校招生分普通类提前批和普通类平行录取。

其中，普通类提前招生，本专科不分批但实行分段录取。每段录取时根据志愿优先规则，按高考总分从高到低投档。其中，有政审、面试、体检等特殊要求的军事、公安、定向招生、三位一体综合评价招生、定向培养军士、航海类专业，以及经过批准的部分院校，实行提前录取。

普通类平行录取，第一段线上考生先填报志愿后投档录取，以考生符合所填报志愿的选考科目范围为前提，根据高考总分实行专业平行志愿投档，直接投到考生所填报的具体高校专业。投档比例为1:1。总分相同考生，依据位次、志愿顺序投档，全部相同者一并投档。剩余计划重新公布，未被录取考生和

第二段考生填报志愿，再进行投档。

第二段志愿填报和录取后仍有院校专业未完成计划，实行征求志愿。

所谓考生位次，是按各类全体实考考生成绩高低排位。其中普通类考生总分相同时，依次按文化总分、语文数学总分、语文或数学单科成绩、外语单科成绩、选考科目单科成绩高低排位，全部相同者为同位次；艺、体类考生位次按相应类别所有考生综合分确定，综合分相同时，按专业（术科）成绩高低排位，仍相同时按文化成绩排位。

专家举例告诉考生，对考生个体而言，志愿排列的顺序一定是按心仪、向往、喜欢或一般的程度来排列的。实在不愿读的专业或者实在不适应的地方就不要勉为其难地填着充数。只要是志愿正式填报并提交了，都是有录取的可能性的。

D 细读：招生章程、计划、专业发展规划

夏文提醒考生，对于初选后进入确定范围的学校，家长一定要仔细阅读该校招生章程，招生数计划、专业发展规划，进行综合考量，防止误报甚至被退档。

浙江省普通类批次录取采用的投档比例是1:1（提前批不一定是1:1）。家长和考生应该查看高校招生章程，了解高校专业的报考要求、录取原则（尤其要注意那些对单科成绩、学考等级、体检情况、男女生录取比例等有明确规定的）等。这些信息可以帮助你了解是否符合专业报考条件。不符合的，一定要规避填报。

之前曾有考生因没仔细阅读章程，因身高问题被退档。另外，有考生报考学前教育专业、化工与制药类，因为色弱被退档。还有些学校或专业，对单科成绩有要求，比如中外合作大学对英语成绩有要求，有考生和家长因不注意而错失机会。

根据填报规则，每个考生每一段专业平行志愿均实行一轮投档，考生只有一次投档机会，一旦被投档到其中一个专业志愿，其余专业志愿即失效。若投档后被退档，说明一轮一次的机会已经使用，其他专业平行志愿也不能再投档，只能参加剩余计划的下一段志愿填报和投档。

E 策略：分层次 冲稳保

夏文介绍说，考生和家长要对志愿初稿进行综合分析，分层次（冲、稳、保）确定志愿最终方案。

专家指出志愿的选择是地域、学校层次、专业三者之间的平衡。高考成绩是填报志愿基础，高校能录取是填报的原则，今后发展才是填报志愿的根本。

不同分数段、不同选考科目的学生选择思路不同。不同性格、不同能力、不同家庭条件，考虑选择学校也不同。因此，每个人的志愿选择都是个性化的，相互之间不能照搬照抄。

考生在填报志愿时，还是要选择足量的志愿，尽量要多填，以保证顺利录取。

志愿填报要有一定阶梯，采取“冲、稳、保”的策略，确保录取。

如何“冲、稳、保”？要因人而异，可按个人兴趣意向，确定具体志愿排序优先级逐一按降序排列。以普通类80个专业平行志愿为例，考生可将自己优势不大却很喜欢的志愿放在前面“冲一冲”，将具有一定优势也较喜欢的志愿放在中间“稳一稳”，将优势较大但有所喜欢的志愿放在最后“保一保”。

尤其在“稳”这一梯度内志愿，一定要审慎填报，多加考虑，因为这个层次录取概率最大。