

探校旅行 自选专业 体验职场 高考生把悠长假期变为成长课堂

本报记者 崔振波 姜 雪 许蔚冰



6月13日,在“双一流”高校咨询会上,很多高考学生与父母一同参会咨询。

沈阳市教育局供图

从“撒欢儿式旅游” 到“目标式探路”

高考结束后,本溪市第一中学高三四班的徐晟宸和高三三班的李浩源终于松开了绷紧的弦,两个18岁的同龄人,正用各自的方式开启没有试卷和闹钟的日子——和往届毕业生考完只想一头扎进游乐场所不同,他们的放松里早就藏着清晰的目标。

徐晟宸将和父母启程奔赴华东五市。此行还有一个重要目的,就是到上海交通大学看看,那里的电气工程专业是他心之所向。“不论高考分数如何,我都要先去感受一下学校的氛围,看看未来4年我要生活的地方适不适合我。”他说。

同程旅行发布的《2026毕业季出游报告》显示,高考结束后,“毕业旅行”关键词搜索热度环比上月增长超300%。和往年不同,今年超过六成的高考考生旅行订单里都包含了“目标院校周边游览”的行程;毕业生跨省游比例超过七成,很大一部分原因就是想去看看远方的理想院校。辽宁华亿国际旅行社负责人表示,刚刚参加完高考的高三学生近三成选择跟团游,“中高考学生凭准考证报名立减200元”。学生们更倾向于包含知名高校的经典线路,上海、南京、西安这些高校聚集的城市,已经和三亚、黄山一样成为热门目的地。

李浩源和小伙伴相约赴开封游玩,既放松心情,也留下专属于毕业季的美好回忆。除此之外,她还计划近期报名驾校,趁着假期考下驾照。同样准备去报考驾校的还有沈阳市第二十中学高三十班的王振轩,他希望利用长假专心练车,尽早掌握驾驶技术,方便日后自驾出行,拓宽生活半径。

随着高考结束,各地驾校也热闹起来。金运驾校孙校长表示,很多高考生结伴来练车,大多数学员希望暑期完成科目一、科目二考试,避开开学后的时间冲突。沈阳交通经济驾校刘教练介绍,针对毕业生驾校推出了凭准考证立减优惠,并优先为高考生安排练车时间,助力他们暑期快速拿证。

旅行增长见闻,学车掌握一技之长。放在过去,高考后的时间基

——| 引子 |——

2026年高考顺利收官,悠长假期如约而至。不用早起晨读,不用熬夜刷题,拥有大把自由时光的少年们,会怎样解锁专属夏日?记者在沈阳、抚顺、本溪等地,走访这群刚走出考场的年轻人发现:当代高考生的假期早已摆脱了“考完只放松”的旧标签。没有统一安排,没有固定模式,从旅行、学车到志愿规划再到社会实践,从放松到沉淀,从休闲到成长,每一步都藏着属于新时代年轻人的新选择。

本都留给了“补觉补玩”,但现在的学子,已经习惯把这个最长的假期当成人生新阶段的预备站,在多样的体验与实践不断充实自我、积蓄力量,把“放松假期”过成了“预备假期”,满怀热忱奔赴人生的下一阶段。

从“父母定志愿” 到“自己选方向”

高考刚结束,沈阳考生张翔就做了一件属于自己的“成年大事”。趁着各大电商平台高考生专属优惠,他自己比对参数、挑选款式,认真真选齐了笔记本电脑、手机、智能手表“三件套”。张翔说,自己买这些并不是跟风攀比。马上步入大学,笔记本电脑是上课学习、完成作业的刚需;手机方便日常社交;智能手表可以记录运动数据、督促健身、管理作息,每一样都是为大学生活提前作准备。这样的“自己事情自己办”,已经成了高考生的常态。

看着孩子认真规划的样子,父亲张天成很是欣慰:“孩子苦学12年,送他一份成人礼。这些都是大学必备的东西,现在考生优惠力度大,划算。生活上的选择,我们都听孩子的,全力支持他。”

可说到高考志愿填报,一家人却各有坚持。6月13日,“双一流”高校咨询会上人头攒动,招生展位前,一家三口的想法出现了分歧。

“选择省内高校读工科,分数不浪费,毕业稳进国企。”在父母这辈人的经验里,安稳永远是第一位的,当年他们自己选专业,很多人也是听从家里安排求一份稳当。整场咨询会,张天成始终优先驻足省内工科院校展位。在他看来,本省高校招生名额充足、分数利用率高,离家近、好照应,毕业后不用奔波闯荡,安稳就业相对容易。

但这份稳妥的规划,没能打动张翔。他告诉记者,自己早就做了

行业调研:伴随人口老龄化加剧,老年口腔修复、牙周养护需求增长,加上家庭对青少年牙齿矫正的重视度不断提升,口腔医学行业长期刚需、发展稳定。“这是一门实打实的技术,职业生命周期长、不可替代性强。”因此,他更希望报考外地高校口腔医学专业,依靠专业技术立足。一边是父母倾尽心思的“为你好”,求稳求安、规避风险,带着上一代人的经验印记;一边是孩子独立自主的“我要选”,洞察趋势、追逐长远,是当代年轻人基于自身兴趣和行业判断的主动选择。两代人想法不同,谈不上谁对谁错,现在沈阳绝大多数高考家庭都正在经历这样的选择。

对此,东北大学招生办公室教师张锐表示,现在的考生自主意识明显更强,很多考生在高考前就已经有了明确的职业方向,不再是等考完试再盲目选专业。择校优先看重办学平台与资源实力,而非单一纠结城市与专业名头。考生可参考近三年录取位次精准定位,通过官方渠道摸清专业真实培养模式与就业前景,以长线思维规划未来。考生与家长也无须固执己见、相互博弈,应摒弃片面认知,结合分数位次、个人特长、职业规划与家庭实际情况综合考量。理性看待“留辽稳就业”与“外出闯天地”的选择,主动研读招生章程、咨询专业人士,在沟通中凝聚共识,在权衡中找准方向,让每一份志愿填报,都成为对自己人生的负责抉择。

从“在家等开学” 到“上岗练本领”

高考大幕落下,当不少学子选择放松休憩时,也有一些年轻人已经走进了社会,用自己的方式提前体验职业与责任——利用这个假期打工体验、参与公益,在亲身实践中

完成成长蝶变。

抚顺市第十二中学毕业生李铭尊,高考结束第二天就找了一份汽配配送的临时工作。每天清晨8点,他已经骑上电动车穿梭在街巷之间,清点货品、送货上门,一天跑下来汗水浸湿衣衫,他却一点不觉得累。“以前只看着父母做个体生意辛苦,自己亲身干了这份活,才明白赚钱真的不容易。”李铭尊说,这份工作的收入根据每日工作量浮动,一天大概能赚到60至80元。他会把这些钱存起来,用作大学学费。谈及未来,李铭尊满怀憧憬:“我想考上警校,当一名警察。趁着假期多磨砺自己,多积累社会经验,对以后肯定有帮助。”

和单纯赚零花钱不同,现在很多高考生选择兼职,更看重的是“职业体验”:想学师范的会去机构当助教,想做设计的会提前去工作室当学徒,想学新闻的会主动找媒体实习,大家不再把高考后的假期当成“最后的疯狂”,而是当成进入大学前的第一堂社会课。

与李铭尊不同,孙鹤桐则在高考结束后第一时间回归公益活动现场。

6月13日清晨,孙鹤桐早早来到抚顺市顺城区新华一校,跟随市聚沙社会工作服务中心助学团队开展爱心帮扶,为困难家庭学生送去温暖。

从初中起,孙鹤桐便加入了聚沙公益团队,省下零花钱,定期捐助家庭困难学生。由于高三下学期全力备战高考,学业格外忙碌,她暂停了志愿活动。如今高考落幕,她第一时间归队,继续践行爱心之举。

“书本能教会我们知识与道理,而参加公益活动则让我理解奉献的意义,学会扛起责任。”多年来,她曾参与社区敬老、环境整治等志愿活动,结识了众多爱心人士,在一次次付出中感悟成长,也让善良与担当成为自己最鲜明的标签。

当代高考生的考后假期,正在发生悄无声息却深刻的变化:曾经,高考是终点,考完就要彻底释放;现在,高考是节点,考完就是新的开始。从只想着“终于可以玩了”到思考“我要成为什么样的人”,这种变化,是年轻人成长意识的觉醒,也是时代给这代人的馈赠——他们更早学会独立,更早主动规划,更早懂得责任,而这场从放松到规划的转变,本身就是给18岁的自己最好的成人礼。

关键词 GUANJIANCI

码上报案

“码上报案”是辽宁省公安厅推出的、兼具报案服务与执法监督功能的便民警务小程序。

小程序具备“我要报案”“申请监督”两大核心功能,当群众到派出所上门报案时,可以使用微信扫一扫功能,扫描派出所张贴的“码上报案”专属二维码,点击“我要报案”界面,按照提示填写群众姓名、手机号、报警内容等基本信息,并提交后,公安机关会即刻处理报案事项,并将群众的报案纳入全程监督之下。同样完成上述扫描后,点击“申请监督”选项,可以填写原报警时间、报警内容等相关信息,提交后会自动流转至公安法制

部门,对群众的申请将有专人办理、专门反馈。

近日,盘锦市公安局法制支队深入开展“码上报案”微信小程序全方位推广活动,通过进社区、串街巷、驻窗口等多种形式,切实提升群众办事体验感与安全感。

在兴隆台区兴盛街道锦兴社区,民警化身“普法宣传员”,通过设立咨询台、发放宣传单等方式,与群众面对面交流。活动现场,民警重点介绍了“码上报案”小程序“操作简单、方便快捷、全程留痕”的特点,并现场演示了“我要报案”和“申请监督”两大核心功能。

本报记者 费嘉维

沈阳高品质住房公积金 最高可贷300万元

本报讯 记者刘桐报道 在沈阳购买高品质住房,住房公积金贷款限额可放宽到当期最高贷款额度的2倍,减轻刚需和改善型群体购房压力。

近日,沈阳住房公积金管理中心发布将优化调整7项住房公积金使用政策,其中,住房贷款将支持家庭互助贷款,同时加大高品质住房贷款支持力度。

在沈阳市行政区域内购买自住住房的,购房人不符合住房公积金贷款申请条件中的缴存标准,或可贷额度未达到家庭最高贷款限额的,可由其缴存住房公积金的父母、子女共同申请住房公积金贷款(含商转公),合并计算贷款额度。共同借款人可按现行政策提取住房公积金支付购房首付款和偿还公积金贷款。

同时优化家庭负债核减标准,将贷款额度计算中缴存人家庭负

债核减标准,由计算可贷额度后扣减负债,调整为仅在还贷能力限额中扣除家庭负债金额。

针对改善型家庭购买“好房子”,公积金贷款也有支持。缴存人家庭(含异地缴存)在沈阳市行政区域内购买经相关部门认定的具有高品质住房属性,或得房率在95%及以上新建商品住房的,公积金贷款最高贷款额度将达到300万元,覆盖总价在350万元以内的“好房子”贷款需求,释放改善性住房消费潜力,吸引外地人才来沈安居置业。

沈阳住房公积金管理中心副主任李赞介绍,此次公积金新政中,除优化家庭负债核减标准政策外,其余政策均为阶段性政策,政策有效期至今年12月31日。其中,高品质住房贷款、优化家庭负债核减标准业务自今年5月31日开始受理,家庭互助贷款业务自今年6月30日开始受理。

大连烘焙节上演“碳水狂欢”

本报讯 记者智曼卿报道 近日,“大连怎么市er”便民生活节暨大连第三届“浪包er”生活烘焙节在西岗区奥林匹克广场举行。以浓郁烟火气与潮流玩法,为市民游客献上一场“碳水狂欢”,现场4天吸引180万人次市民,游客专程前来消费打卡。

作为今年大连市西岗区城市集合性首发品牌“大连怎么市er”系列活动的第二站,烘焙节延续“垂类市集+”的创新模式,来自23个城市的130余个优质烘焙及特色品牌参与,各类现烤面包、精致甜点、特色小食、潮流饮品汇聚。活动期间人头攒动,“面包爱好者”们穿梭于各个摊位,一些摊位前排

起长队,空气中弥漫着黄油与麦香交织的气味。

除了琳琅满目的烘焙美食,活动还打造多元素趣味场景,搭配了文创产品、宠物周边等特色好物,融合美食、演艺、便民、打卡等多元内容,实现好吃、好拍、好玩“一站式”体验。巨型面包主题拱门、创意面包袋打卡装置等,吸引市民游客拍照打卡、上传社交媒体。潮流演艺乐队轮番登场,动感旋律搭配香甜美食,将现场氛围推向高潮。活动同步推出的便民生活节板块,汇聚中医养生、推拿理疗、美甲美甲、缝补修补、家电维修、法律咨询等八大便民服务业态,让市集活力与民生服务相互融合。

鞍山新增24小时 户外劳动者暖心落脚点

本报讯 记者崔治报道 近日,位于海城市北顺城路繁华商圈的海州24小时智能化工会驿站正式投入使用。这是鞍山市总工会继铁东区站前工会驿站后,打造的又一个全天候智能化工会驿站。

新投入使用的工会驿站分为一楼基础服务区、二楼功能拓展区两大区域,在切实解决户外劳动者休息、饮水、充电、取暖(纳凉)、如厕等实际难题的基础上,进一步升级服务功能。一楼基础服务区24小时“不打烊”,二楼增设心理辅导室、法律援助室等,将工会暖心关爱延伸到八小时工作之外,贴心守护每一位户外劳动者。不少外卖骑手现场完成人脸实名认证。大家纷纷表示,刷脸就能进出,太方便了。往后刮风下雨、深夜“等活”,再也不愁没有落脚的地方了。

如今,快递员、外卖骑手、网约车司机等户外劳动者的服务需求日趋多元,工会驿站建设也从增量布点转向精细运营,朝着提标准、强管理、精服务的方向稳步迈进。未来,鞍山市总工会将大力推动各县(市)区加强自主管理、自主运营的自建工会驿站建设,立足户外劳动者最迫切的现实需求,让工会服务直达一线,高效暖心。

盘锦举办残疾人专场招聘会

本报讯 记者张霖报道 近日,盘锦市人力资源和社会保障局联合盘锦市残疾人联合会举办残疾人专场招聘会,为企业用工和残疾人求职搭建对接桥梁,助力残疾人稳定就业。本次招聘会共吸引22家优质企业参与,专为残疾人求职者提供各类就业岗位559个,岗位资源充足、覆盖范围广泛,现场求职氛围热烈,最终39名求职者与企业达成就业意向。

针对残疾人普遍面临就业渠道有限、岗位适配度不足等现实难题,本次招聘会事前全面摸排企业用工缺口与残疾人求职诉求,双向梳理供需信息,搭建精准匹对接桥梁。活动现场配备专职工作人员,一站式提供政策宣讲、职业规划指导、优质岗位推介、权益法律咨询等全流程暖心服务,切实扫清就业障碍,全力守护残疾人平等就业的合法权益。

AI监测作弊 大数据填志愿 高考后 警惕这些新骗局

本报记者 刘 桐

6月13日,沈阳高考考生家长孙瑾收到一条短信:“AI监考监测到考生在2026年6月8日16:10外语考试中斜眼偷看附近考生答题卡,成绩记为零分,如有疑问请点击链接……”刚陪孩子结束高考、正焦急等待成绩的孙瑾顿时慌了神。

“我不信孩子作弊,可短信说得有模有样,我就慌了。”孙瑾说。不等她平复情绪,对方随即发来考场监控截图,画面刻意截取侧脸视角,坐实“作弊”假象,打消了她的戒备心。情急之下,孙瑾点开短信链接填写个人信息,直到平台要求缴纳履约保证金、索要银行卡信息时,她才察觉不对劲,当即停止操作,侥幸躲过诈骗圈套。

高考结束后,考生和家长开始放松,诈骗分子也借机“蠢蠢欲动”。6

月下旬将陆续开始查分、填报志愿、录取等流程,这段时间也是电信网络诈骗分子集中“收割”的高发期。诈骗分子通常冒充招考部门、高校招生办等单位工作人员,利用考生及家长的急切和焦虑心理,设下陷阱。

“高考结束至分数公布前,家长存在升学焦虑与侥幸心理,考生急于求成,容易被‘作弊通知’‘内部名额’‘低分高录’‘高考特招’等噱头迷惑。同时,急于查分、填报志愿时,容易点击陌生链接、泄露个人信息。”沈阳市公安局刑事侦查支队综合管理大队宣教科科长王峰介绍,骗子伪装成官方机构工作人员推送短信,谎称考生被AI监考系统发现有作弊行为,短信链接实为钓鱼网站,利用考生恐慌心理,诱导支付“罚款”或提供身份证号、银行

卡号等信息,一旦个人信息、银行卡等信息泄露可能导致资金被骗子盗刷。

除了作弊惩戒类恐吓诈骗,随着考生完成估分、着手筛选院校专业、筹备志愿填报工作,志愿填报相关付费骗局也开始出现,成为另一类涉考诈骗类型。

部分填报志愿指导机构声称,付费后即可使用AI技术和掌握内部大数据指导考生精准投档,承诺“一分不浪费,绝对不滑档”。王峰介绍,所有民间机构均无法获取官方实时投档数据,所谓AI算法仅基于历年公开分数线进行简单套用。盲目依赖此类服务,极可能导致考生滑档落榜。更有不法平台通过志愿填报指导APP和网站假借为考生“一对一”服务的名义,收取高额费用后溜之大吉。