



明愛青少年及社區服務
中學學校社工服務

DSE

考生及家長 支援懶人包

(資料更新至13/4/22)





香港中學文憑考試 2022安排

開考日期	放榜日期
4月22日-5月14日	7月20日

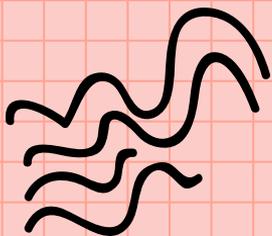
體育(實習考試)	音樂(實習考試)
2022年5月下旬至6月上旬 (08:00 – 19:00)	2022年5月下旬 (09:00 – 18:00)

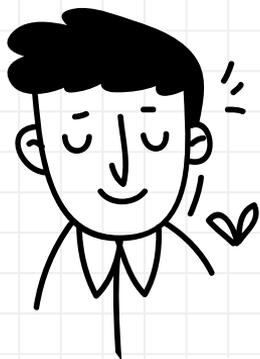


明愛青少年及社區服務
中學學校社工服務



2022 文憑試攻略





預備期間

- ★ **早睡早起**，有助考試前及當日更易進入狀態，不會因為突然早起床而令自己的生理時鐘不適應。
- ★ **預備應變方案**，考慮「考」與「不考」，盡量減少每天不必要的慌亂情緒。例如身體狀況是否適合應考？是否希望在社區隔離設施應考DSE及進行隔離或檢疫？是否預先了解「不考」的後果和處理方法？
- ★ 有特殊教育需要（SEN）考生一般情況下在竹篙灣難以提供特別考試安排，考評局會盡量為考生於翌日考試提供一些獲審批的特別考試安排（例如：延長考試時間）。
- ★ 預先準備「**溫書走佬袋**」，包括7日或14日的生活及溫習用品。
- ★ 下載及登入「**HKDSE**」手機應用程式，掌握最新資訊。





～開考前

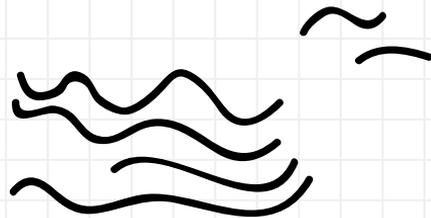


- ★ 攜帶**准考證正本**及**香港身分證正本**。
- ★ 預留充足時間**量度體溫**及**完成新型冠狀病毒病快速抗原檢測（約20分鐘）**，並填妥**考生健康申報表**，試場人員會在開考前檢查考生是否填妥及簽署。
- ★ 考試當日才確診或是密切接觸者需於**早上 6時至6時半** 聯絡**考評局公開考試資訊中心**及**抗疫的士**。
- ★ 以上情況的考生**必須由抗疫的士接載**前往竹篙灣應考，不可乘搭其他交通工具或請家人接載前往。
- ★ 考生入住竹篙灣後，每個考試日亦可**按身體狀況**，決定**應考或缺席**(按缺考情況而申請成績評估或科目評審成績)。
- ★ **陰性檢測結果**需放在**准考證旁拍照以作紀錄**，並於整個文憑試進行期間保留有關照片，以便需要時抽樣查核之用。
- ★ 留意開考時間，應考當天早上**提早 20 至30 分鐘出門**，以便有充足的時間應付突發交通狀況。
- ★ 建議於每節**開考前 30 分鐘到達試場**，以完成在試場量度體溫、健康申報及核實身分等程序。



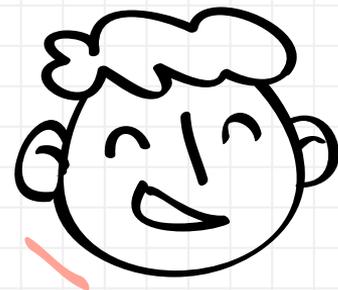
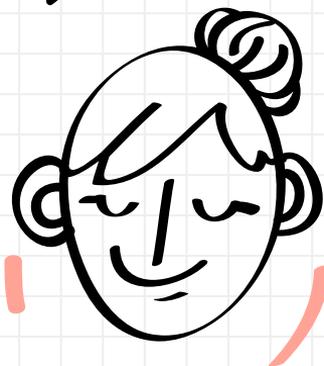
考試期間

- ★ 於整個考試期間，考生必須正確地戴上**外科口罩**，不可除下，否則將被視作違規。
- ★ 如考生在考試期間需要喝水，會在監考員監督下於試場外進行。
- ★ 若考生身體不適，可向監考員示意，稍事休息，如有需要試場學校可召喚救護車把考生送往求醫。
- ★ 考生若頻密打噴嚏、持續咳嗽或輕微呼吸道感染徵狀，試場主任可安排考生坐在試場內其他預留的座位或前往其他考室繼續考試。**失去的考試時間將不獲補償。**



中場休息及考試完結

- ★ 保持一定的社交距離，定時用潔手液潔手及盡量到較空曠的地方活動。



DSE Checklist

出門前:

- 量度體溫
- 完成新型冠狀病毒病快速抗原檢測，並呈陰性(記住連同准考證拍照)
- 填妥考生健康申報表

證件:

- 准考證
- 身分證
- 學生證
- 考生健康申報表

個人用品:

- 外套
- 錢(緊急交通用途)
- 水
- 乾糧
- 手機
- 手錶
- 文具及計算機(視乎科目)
- 雨具
- 女性護理用品

防疫物資:

- 外科口罩
- 搓手液
- 濕紙巾



疫情下應考 之各種安排

DSE 考生



非確診考生

自行快測結果為陰性

帶同所需物品到
原定試場應考
(詳情可翻回上一頁
「DSE checklist」)

確診考生

經核酸檢測確診或自行快測結果為陽性

經「2019 冠狀病毒快速抗原測試陽性
結果人士申報系統」或「衛生防護中心
2019冠狀病毒病人網上申報表格」，而取得「隔離令」

強制檢疫考生

密切接觸者，並接獲政府的強制檢疫通知

經「2019冠狀病毒快速抗原測試陽性結
果人士申報系統」或「衛生防護中心
2019冠狀病毒病人網上申報表格」申
報該考生為同住家人，而取得「檢疫令」

居於「受限區域」考生

住所考試前一晚遇上「圍封」

考生及家人應在「圍封」首兩小時內/晚
上8時前採樣
出示准考證及身份證明文件，證明翌日
需參加文憑試，可獲優先處理

盡快聯絡考評局公開考試資訊中心

★ 按需要聯絡抗逆的士，入住竹篙灣社區
隔離設施，並於強制檢疫/隔離期間在
設施內應考DSE

或

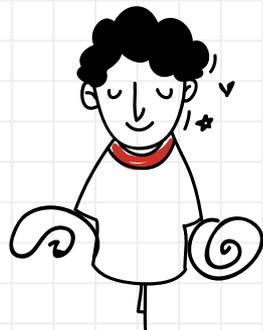
提交相關證明文件，並按考評局評估
機制和考生缺席情況，決定申請成績
評估或「科目評審成績」

仍需翌日早上自行快測，呈陰性後向
當值人員申請離開「受限區域」

帶同所需物品到原定試場應考，向試
場人員出示陰性檢測結果之手機短訊

於隔離設施應考文憑試

確診或強制檢疫考生的處理步驟：



01

盡快聯絡考評局
公開考試資訊中心(PEIC)
提出申請

電話：3628 8860

電郵：qc@hkeaa.edu.hk

02

聯絡抗疫的士熱線/消防處考生專線

電話：3693 4770* / 5211 9422^

網上預約：

<https://designatedtaxihk.com/>

(安排點到點接載至竹篙灣社區隔離設施)



考評局PEIC：

- 英文全名、考生編號、聯絡電話
- 於竹篙灣首個應考的科目/卷別
- 確認是確診者或密切接觸者



抗疫的士：

- 姓名、考生編號、身分證號碼、聯絡電話
- 登車位置
- 確認是確診者或密切接觸者

*非即日應考的考生可於早上8時至晚上10時預約翌日早上的抗疫的士

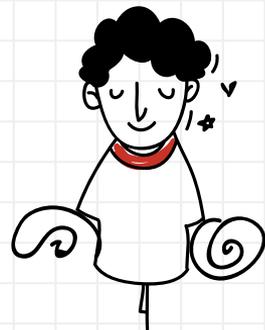
^非即日應考的考生可向消防處於早上9時至下午6時預約翌日早上的抗疫的士/小巴



明愛青少年及社區服務
中學學校社工服務

於隔離設施應考文憑試

確診或強制檢疫考生的處理步驟：



03

抗逆的士司機以手機短訊(SMS) 確認考生登車時間及位置。

04

攜備准考證正本、身分證正本、行李，在預約位置登車。

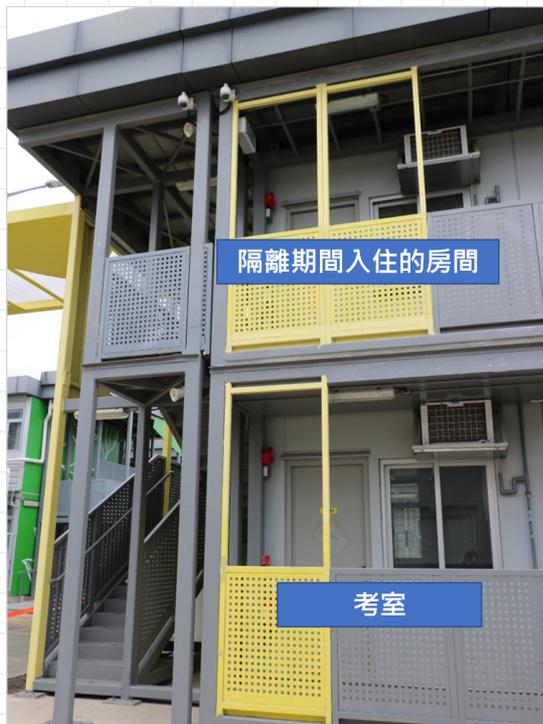
05

帶同「溫書走佬袋」乘坐抗疫的士前往竹篙灣社區隔離設施、
分流至所屬區域。





於隔離設施應考文憑試



06

被安排入住上層的房间，應考時按指示到下層的考室應考。

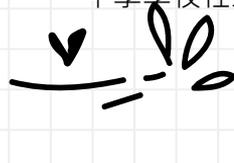
07

應考前須每日進行快速抗原測試。

08

帶備准考證、身分證、考試所需文具及物品到考室應考，也可帶水。

不可攜帶書本/筆記及手機等通訊儀器。



於隔離設施應考文憑試

- 所有入住了竹篙灣社區隔離設施的考生，均需按政府的檢疫要求，完成 **7至14日** 的**檢疫或隔離***才能離開。
- 建議考生於開考前，預先執拾「**溫書走佬袋**」，並繫上名牌，寫上姓名、考生編號、電話號碼等資料。
- 竹篙灣社區隔離設施會提供基本的物資及每日三餐膳食，當中物資包括有樽裝蒸餾水、卷裝廁紙、毛巾、牙膏、牙刷、紙杯、沐浴露、洗髮水、10個衣架、風筒、熱水煲及上網用SIM卡(2GB)。檢疫中心內的房間亦設有床、書桌、電視機、冷氣機、衣櫃等。

*考生如未接種或只接種一劑疫苗，需要在竹篙灣完成14日檢疫；若已接種兩劑疫苗，並於檢測陽性後第6及7日，連續兩日快速測試呈陰性，可提早離開社區隔離設施，而毋須等待同住家人康復或完成檢疫。



溫書走佬袋(建議攜帶物品)



- 內衣褲/即棄內衣褲
- 便服及睡衣
- 舒適運動鞋及拖鞋 (室內及室外使用)
- 洗衣袋 (裝污糟衣服)
- 洗衣盤、洗衣粉、衣夾、晾衫繩 (如需要)

衣物



- 數據儲值卡/Wi-Fi蛋
- 拖板/萬用插頭
- 電話充電線、手提電腦充電線、HDMI線
- 行動電源
- 平板電腦/手提電腦、耳機



電子/ 數碼用品

- 杯麵、餅乾、罐頭
- 即沖飲品、即沖即食湯
- 零食



食物

個人/ 護理用品

- 包裝紙巾
- 蚊怕水
- 潔面用品、護髮素、牙線、護膚品、指甲鉗、棉花棒、化妝棉 (如需要)
- 電鬚刨、女性衛生用品 (如需要)
- 耳塞/眼罩 (如需要)



防疫用品

- 快速抗原測試(需自備)
- 消毒濕紙巾/消毒酒精
- 口罩
- 常用藥物、醫生紙 (如需要)



應考用品

- DSE CHECKLIST 所列物品
- 7至14日的課本/筆記/試題



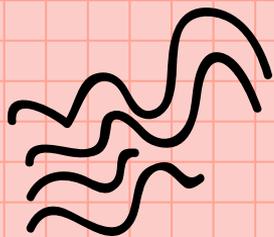


明愛青少年及社區服務
中學學校社工服務



FAQ

常見問題





如果我當日發現需要隔離而未趕及申報，應該如何處理？☆☆

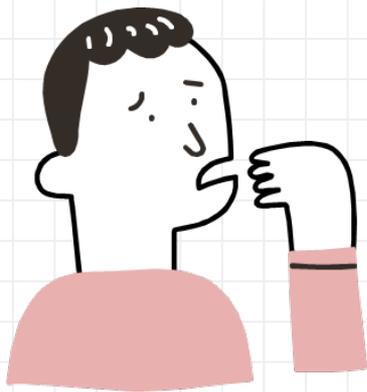


答：如考生在考試當日才發現確診或屬密切接觸者而未趕及申報，須於**當日考試完成後**到「2019冠狀病毒快速抗原測試陽性結果人士申報系統」作出申報。



Q.2

如果我當日才發現被列為密切接觸者，而未能在考試前收到強制檢疫通知，應該如何處理？



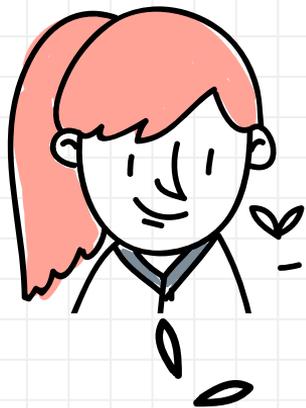
答：須盡快聯絡考評局(電話：3628-8860*)，向考評局出示家人染疫證據。例如，家人的核酸檢測或快速檢測結果。

*在DSE筆試進行期間(即4月22日至5月14日)，考評局公開考試資訊中心(PEIC)將由上午6時至下午6時運作。



Q.3

如果我因居於「受限區域」而須進行強制檢測，但我到早上仍未接到檢測結果，或其核酸檢測結果呈不確定性，應該如何處理？



答：考生及家人應進行快速抗原測試，如結果呈陰性可向圍封人員要求提早離開。考生在獲准離開「受限區域」後，應盡快前往試場。

如未能及時到達試場，可聯絡考評局公開考試資訊中心尋求協助，將盡量為考生安排調往鄰近試場應考。



Q.4

如果我因生病或特殊情況缺席考試，可以如何處理？



答：

情況(一)：考生已應考有關科目至少一卷筆試

- 提供證明文件並向考評局申請成績評估。詳情可參閱考評局網頁內的《考生手冊》，但應考後不能改為申請成績評估。

情況(二)：考生缺席整個科目考試

- 考生可經學校向考評局申請「科目評審成績」，其成績最高可達第5級
- 考生必須在考試日後 21 個曆日內連同校長的支持信向考評局提交書面申請。詳情可參閱考評局網頁內的《考生手冊》第四章第4項。

可參閱以下考評局 — 《考生手冊》之連結：

https://www.hkeaa.edu.hk/DocLibrary/HKDSE/Candidate_Handbook/4_22What_to_do_Under_Special_Circumstances_C.pdf



Q.5

如果我因居於「受限區域」而須進行強制檢測，但我三個月內曾確診，應該如何處理？



答：三個月內曾確診的考生可出示曾確診證明*，向圍封人員申請離開。

*曾確診證明包括出院文件、由政府或獲衛生署認可計劃承認的認可私營醫務化驗所陽性核酸檢測短訊/電子/紙本紀錄、衛生署快速抗原測試陽性結果人士申報系統的成功申報短訊/電子紀錄、衛生署發出的隔離令，以及其他由政府或醫院管理局發出的康復紀錄由衛生署衛生防護中心發出的隔離令。



Q.6

如果我4月16日前，需入住或已入住其他隔離設施，但預計首天的考試日未能符合條件離開，可以如何處理？



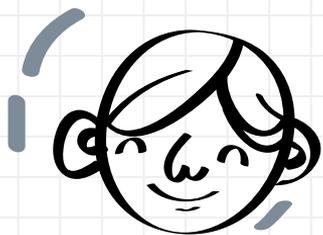
答：可申請入住竹篙灣社區隔離設施檢疫，以便應考文憑試。



心理支援小貼士(考生篇)

維持身心平穩

- 規律作息
- 適當伸展運動



讓心態歸零；感謝自己

- 過去模擬試或校內考試的分數留在過去吧，專注未來的文憑試
- 輕撫自己的心，謝謝自己堅持了這麼久，並克服疫情的不容易去努力應試

01

03

02

04

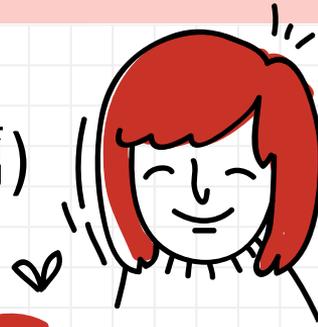
擬定考前溫習計劃和準備

- 溫習計劃建議多留點彈性時間，不宜太緊湊
- 調整溫習策略，例如：集中溫習未釐清的大概念，捨棄旁枝末節
- 調整溫習時間符合考場作息，讓生理時鐘更能適應考試當下需要的精神狀態

考試當下緊張的處理技巧

- 眼球轉動能夠促發神經系統的活絡。「睜眼、閉眼」交互做幾次，然後閉眼將「眼球順時鐘轉」幾次、「逆時鐘轉」幾次
- 改變呼吸節奏，試著放慢吐氣的速度，將吐氣的時間拉長，最好是吸氣時間的兩倍

支援考生小貼士(家長篇)



01 掌握DSE最新考試安排

若考試的安排有任何變動，例如疫情下應考安排等，就能立即應變



02 準備考試時所需的用品

家長可協助考生準備所需用品，讓他們無後顧之憂，專注溫習考試

01

03

02

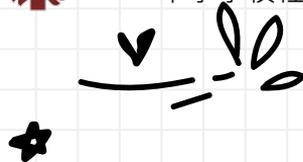
04

孩子考前最需要保持身心的平靜與穩定

- 在家中營造寧靜的學習環境
- 家長謹記考前，需要協助考生將長期緊繃的心情回歸平靜和穩定，不宜助長考生的焦慮和不安

小心說話陷阱

- 家長不宜對考生說以下說話：
「你就是準備不夠，才會緊張！」
「你這樣不會考到好成績！」
「你要多多著緊考試！」
- 以上說話容易讓孩子焦慮，並亂了陣腳，影響發揮。不如多表達對子女的支持和鼓勵吧！



參考資料

- DSE2022 文章，新傳媒集團，原文請按：https://www.edigest.hk/345926/?utm_campaign=ED_ContentCopy&utm_source=Web-inventory&utm_medium=Content-Copy_EDClose up student reading book
- <https://academy.snapask.com/zh-hk/post/2020-DSE-%E6%96%87%E6%86%91%E8%A9%A6-%E5%AE%B6%E9%95%B7-%E8%82%BA%E7%82%8E-%E6%94%AF%E6%8F%B4-%E8%80%83%E7%94%9F-23193c79433b>
- 考評局，2022 年香港中學文憑考試在試場實施的預防措施及應變安排(2022 年 4 月 11 日更新)，原文請按：<https://www.hkeaa.edu.hk/DocLibrary/MainNews/Instructions to Candidates Precautionary Measures at Exam Centre Chi.pdf>
- 考生每日應考前須自行量度體溫、完成新冠病毒快速測試及填妥考生健康申報表（可於[https://www.hkeaa.edu.hk/DocLibrary/MainNews/2022_HKDSE_Candidates_Declaration on Health.pdf](https://www.hkeaa.edu.hk/DocLibrary/MainNews/2022_HKDSE_Candidates_Declaration_on_Health.pdf) 下載

