

提升小卷 6

阅读理解

► Passage 1 ◀

【语篇导读】本文是一篇说明文。人们对睡眠旅游的兴趣日益浓厚,许多旅游机构将注意力集中在那些患有睡眠障碍的人身上。

1. **B** 推理判断题。通读第二段可知,本段主要介绍了很多酒店提供促进睡眠的便利设施、客房等,其主要目的是证明睡眠旅游的兴起。故选 B 项。
2. **A** 词义猜测题。根据画线短语所在句中的 in the past few years the hotel industry has primarily focused on things that actually detract from sleep 及下文“People often associate travel with luxury meals, the attractions and the things they do while they're traveling, really almost at the cost of sleep”可知,人们在旅行时做的事常常是以牺牲睡眠为代价的,而酒店业关注的自然也是那些剥夺睡眠时间的事情,即画线短语 detract from 应意为“减少”,和 reduce 的意思最为接近。故选 A 项。
3. **B** 细节理解题。根据倒数第二段的内容可知,日内瓦的文华东方酒店与瑞士私人睡眠医疗诊所 CENAS 合作,研究客人的睡眠模式,以确定潜在的睡眠障碍,如有需要还会提供专业建议。由此可推知,文华东方酒店的特殊之处在于为有睡眠问题的人们提供专业的医疗帮助。故选 B 项。
4. **D** 推理判断题。根据最后一段中的“she's looking forward to... when it comes to travel and the science of sleep”可知,罗宾斯博士期待看到人们能真正开拓和创造性地思考睡眠旅游这一领域,该领域还有无数方法有待开发。由此可推知,罗宾斯博士认为睡眠旅游是很有前景的。故选 D 项。

► Passage 2 ◀

【语篇导读】本文主要介绍了“忘却学习”这种舍弃原先所学,以重新学习更好的东西的学习方式。

1. **B** 细节理解题。根据第三段第三句可知,你应该能摒弃那些与有更多证据支持的信息相矛盾的信息,并重塑那些不再为你的持续发展服务的东西。由此可知,当你学习的东西不再有帮助时,你应该抛弃它们,故选 B 项。
2. **B** 推理判断题。根据第四段第一句可知,你越早让自己完成忘却学习的过程,就越容易舍弃那些限制你看到事物无限可能性的能力的东西。再根据下文“As Seneca once said... to reprogram them.”可知,舍弃早先所学的东西在大脑中是一个缓慢的过程,所以人若老了,便会积习成性,易受年轻时所形成的信念的束缚,就很难去进行“忘却学习”了。因此,本段提到老年人的目的是证明“忘却学习”这种学习方式应尽早使用,故选 B 项。
3. **A** 主旨大意题。根据第六段内容可知,即使一些新的信息已经取代了你过去认为是正确的、值得继续支持的东西,但这些信息可能有一天也会被一些更符合事实、对你的发展更

有帮助的东西取代。因此,本段主要说明用来取代旧事物的新事物有朝一日又会被更好的事物所取代,即这种取代的过程是永不停止的,故选 A 项。

4. **C** 推理判断题。

第四段第一句“The sooner you allow yourself to go through... see things as the limitless possibilities they are.”

第六段“Remind yourself that... even more consistent with truth and more helpful with your evolution.”

你越早让自己进行忘却学习,就越容易舍弃那些限制你看到事物无限可能性的能力的东西;即使一些新的信息已经取代了你过去认为是正确的、值得继续支持的东西,但它可能也会被一些更符合事实、对你的发展更有帮助的东西取代。

“忘却学习”的概念建议永远追求更好的东西。故选 C 项。

7 选 5

【语篇导读】本文是一篇说明文,主要介绍了“报复性睡前拖延症”的概念及其危害。

1. **G** 根据上文“The addition of the word ‘revenge’, by the Chinese... social media.”和下文“Both language versions reflect... personal enjoyment.”可知,上文说明“报复性”一词首先加入在中文里,设空处应表示用另一种语言说明其定义。G 项(英语术语“revenge bedtime procrastination”源于这个表达的一种翻译)中的 The English term 和下文的 Both language versions 相呼应,符合语境。故选 G 项。
2. **A** 根据上文“People who engage in... want to receive enough sleep.”可知,睡前拖延症患者想要获得足够的睡眠;又根据下文“This is known as an intention-behavior gap.”可知,这被称为“意图—行为差距”,说明他们并没有获得足够的睡眠。A 项(但他们实际上并没有这样做)和上文为转折关系,引起下文。故选 A 项。
3. **F** 根据上文“Bedtime procrastination can cause sleep deprivation.”可知,睡前拖延症会导致睡眠不足。又根据下文“Not getting enough sleep affects... the risks of sleeping driving.”说明睡眠不足会对工作和学习造成危害。F 项(没有足够的睡眠时间,身心就无法适当休整)承上启下,符合语境。故选 F 项。
4. **C** 设空处位于段首,应为本段主题句。根据下文中的 mental health disorders 和 physical health 可知,睡眠不足会对人的身心造成危害。C 项(睡眠不足与身心健康息息相关)能概括本段内容,符合语境。故选 C 项。
5. **D** 根据上文“Ongoing sleep loss consequences can build up over time.”可知,随着时间的推移,持续性睡眠不足的后果可能会加剧。D 项(因此,它会导致严重的长期健康问题)与上文为因果关系,符合语境。故选 D 项。

完形填空

【语篇导读】本文是一篇记叙文,主要讲述了作者和收养的狗杰克相互救赎的故事。

1. **B** 根据下文 the disappearance of the comforting pace he brought to my days 可知,狗狗杰克去世了。gone 意为“去世了”,符合语境。
dying意为“临死的”;sick意为“生病的”;unconscious意为“无知觉的”。
2. **A** 根据上文以及空后的 of my loss 可知,杰克那令人宽慰的步伐消失了,这是对作者失去狗狗的陪伴的一种提醒。reminder 意为“起提醒作用的东西”,符合语境。
warning 意为“警告”;calling 意为“使命感”;sense 意为“感觉”。
3. **D** 根据下文 me by telling me I saved him 并结合常识可知,作者的狗去世了,朋友来安慰他,说是他拯救了他的狗。comfort 意为“安慰”,符合语境。
4. **A** 根据上文 I was separated from the world 可知,作者曾与世隔绝,不与人交往。withdraw 意为“脱离(社会);不与人交往”,符合语境。
fit 意为“适合”;lock 意为“锁上”;close 意为“关闭”。
5. **B** 根据下文 this lovely creature around 以及 our walks 可知,作者到处遛狗。walk 意为“遛(狗)”,为原词复现,符合语境。
change 意为“改变”;chain 意为“用锁链拴住”。
6. **C** 根据下文 “He smelled everything.” 和常识可知,在遛狗过程中,杰克从不乱冲,而是边走边到处闻。rush 意为“迅速移动,冲”,符合语境。
escape 意为“逃走”;jog 意为“慢跑”;wander 意为“闲逛”。
7. **D** 根据下文 his feet in protest 可知,当作者想让杰克往前走时,它就会双脚牢牢地抓住地面,一动不动地表示抗议。plant 意为“使固定”,符合语境。
lower 意为“把……放低”;wipe 意为“蹭”。
8. **B** 根据上文 I let go of the idea that our walks were about getting somewhere 可知,作者不再执着于散步就是为了到达某个地方的想法,于是自己内心的节奏放慢了。slow down 意为“放慢”,符合语境。
take down意为“拆掉”;boil down意为“(使)煮浓”;set down意为“制定”。
9. **D** 根据下文 hellos with passers-by 可知,作者和路人互相问好。exchange 意为“交换,互换”,符合语境。
share 意为“分享”;greet 意为“欢迎”;express 意为“表达”。
10. **C** 根据上文 “I started making small talk with my neighbor, who I'd lived across the hall from for seven years” 可知,作者开始和邻居聊天,而他们之前已相邻七年,由此可推知,七年的时间里他们几乎没说过话。barely 意为“几乎不;仅仅”,符合语境。
frequently意为“频繁地”;simply意为“简单地”;fairly意为“相当地”。

11. **C** 根据第一段最后一句中的 when I met him at an adoption event 可知,作者是在一次收养活动上收养了杰克。adopt 意为“收养”,符合语境。
adapt 意为“使适应”;abandon 意为“抛弃”;adore 意为“热爱”。
12. **A** 根据下文 “I met him too late to save him; the damage was done.” 可知,杰克被领养之前受到了许多伤害,它会感到很不安,不再轻易产生信任。anxious 意为“不安的”,符合语境。
confident意为“自信的”;positive意为“积极的”;flexible意为“灵活的”。
13. **B** 根据上文语境和下文中的 But he came to trust me 可知,作者刚见到杰克时,它已经耗尽了对他人的信任感。exhaust 意为“用完,耗尽”,符合语境。
explore 意为“探索”;explode 意为“(使)爆炸”;expect 意为“期待”。
14. **D** 根据上文 Trusting me was a matter of 并结合常识可知,杰克被领养之前遭受了许多伤害,失去了信任感,选择信任作者是一个关系到它生存的问题。survival 意为“生存”,符合语境。
approval意为“赞成”;competence意为“能力”;integrity意为“诚实正直”。
15. **C** 根据上文 “Whatever had happened in his life left him _____ and had _____ his trust.” 以及 the damage was done 可知,杰克以前遭受到了伤害,变得很不安,无法产生信任,它内心是充满恐惧的。scared 意为“害怕的,恐惧的”,符合语境。
stressed意为“有压力的”;thrilled意为“非常兴奋的”;amused意为“被逗乐的”。

输出积累·续写对接

动作描写——受伤

1. She scratched herself on a nail. 她被钉子划了一下。
2. His whole body was covered with cuts and bruises. 他浑身是伤口和瘀痕。
3. I couldn't play, having twisted my knee in the previous night's game. 我在前一天晚上的比赛中扭伤了膝盖,不能参加比赛了。

动作描写——脚部动作

1. He slipped out of the room and tiptoed to the bathroom. 他溜出房间,踮着脚尖走向浴室。
2. She was tapping/stamping her feet impatiently. 她不耐烦地跺脚。
3. Suddenly her knees weakened and she fell to the floor. 突然她的膝盖软了下来,摔倒在地上。
4. Weak as she was, she struggled to her feet, continuing searching for assistance. 尽管她很虚弱,但她挣扎着站起来,继续寻求帮助。