

综合测试卷

第二部分 阅读

第一节

A

栖息地修复团队

助力修复和保护从马林岬到博利纳斯岭的马林自然区域。我们将探访风景秀丽的公园场地，同步开展入侵植物清除、冬季种植及种子采集工作。栖息地修复团队的志愿者在修复敏感生态资源、保护山脊与山谷间濒危物种的事业中，扮演着至关重要的角色。

团体参与须知

五人及以上团体需进行特殊安排，且必须提前完成确认。请查阅《可用项目清单》，并填写《团体项目申请表》。

年龄要求、技能需求与携带物品

年龄限制：欢迎 10 岁及以上人群参与。15 岁以下青少年需仔细阅读《青少年政策指南》。

文件准备：请携带填写完整的《志愿者协议表》，18 岁以下志愿者需由家长/监护人签署审批栏。

着装建议：活动风雨无阻，建议穿着耐脏衣物，携带适应多变天气的分层衣物，必要时备妥雨衣。

个人物品：需自备个人水杯、防晒霜及午餐。

技能说明：无需相关经验，现场将提供培训及工具。活动可满足社区服务时长要求。

近期活动安排

时间	集合地点
1 月 15 日 周日 10:00 am—1:00 pm	亚历山大炮台步道起点
1 月 22 日 周日 10:00 am—2:30 pm	斯廷森海滩停车场
1 月 29 日 周日 9:30 am—2:30 pm	郊狼岭步道起点

B

在电影和书籍中，人们常常描绘某个“决定性时刻”——他们借此认清自己是谁。但我从未想过这种事会在现实生活中发生，更从未期待过自己也会拥有这样的“瞬间”。而当它真的来临时，其力量远超我的想象。

高三那年春天，班上同学一起观看了一部名为《看不见的孩子》的纪录片。影片记录了三名大学生的非洲之旅及所见所闻。起初，画面带着些许幽默基调，但当摄制组抵达乌干达北部时，氛围陡然转变。他们目睹了一场持续 23 年的战争给成千上万儿童带来的灾难：一些孩子失去了家人和朋友，另一些则被敌对势力抓走，沦为童兵。

不久后，我已泣不成声。我不敢相信这些事真实存在，却又深知它们的确在发生，只是我此前从未留意。过去 17 年里，我一直生活在幸福的庇护中。纪录片结束后，那些画面在我脑海中挥之不去。接下来的一周，我仿佛变了个人：每吃一口饭，就会想起 15 岁的格蕾丝——她几乎没有足够的食物；每当上床睡觉，就会看到 14 岁的男孩森迪——他正睡在难民营地上的草席上。我的整个世界观就此改变。

从那天起，我无法想象一个不涉及“前往非洲、尽己所能”的未来。这正是我决定主修工程学的原因。有了工程学位，我改变世界的潜力将不可限量——我要建造水井和学校，设计灌溉系统。工程学很难，但正如叶芝所言，在“我心灵的最深处”，我清楚这就是我命中注定要做的事。

C

这是深秋时节——北半球数百万园丁穿上最厚的毛衣，花数小时清理大堆落叶，然后将它们装进塑料袋，堆放在车道尽头。

仅在美国，每年就有近 1,000 万吨园林废弃物被送往垃圾填埋场。这不仅从环境角度来看是巨大的负担，从我们酸痛的腰背来看也是如此。那么这种做法从何而来呢？这主要源于一种观念：厚厚的落叶会让其下的植物无法呼吸，尤其是较矮的草。它们会阻碍重要的光合作用，妨碍矮草生长。然而，威斯康星大学的研究人员最近对这一普遍认知质疑。

他们的新研究核心发现是：尽管清理落叶是最常见的园艺操作之一，但其实

意义不大。在自然生态系统中，落叶有助于将植物健康生长所需的养分返还土壤，极大改善土壤条件。年复一年地清除落叶会打破这种生态平衡。让一些落叶留在花园里覆盖地面，是帮助草坪和当地生态系统的好方法。

他们进一步解释说：如果草坪上落叶覆盖面积不超过 50%，你不妨回到室内休息放松。这种轻度落叶覆盖的益处远大于弊端——落叶会迅速分解，相比清理落叶的情况，能显著助力来年草坪生长得更为旺盛。威斯康星大学的研究人员建议，仅当落叶覆盖面积超过 50% 时，才需清理落叶。

那么，为什么不考虑保留落叶呢？节省时间、减少碳排放、省去劳力，还能让这些园林废弃物换来更健康的草坪——这似乎是一笔非常划算的交易。而且，仅仅通过每年不将落叶装进垃圾桶，能节省多少塑料袋呢？仅在美国，这个数字就约为 7 亿个。

D

人们常说，如果我们用外语做梦，这表明我们在学习该语言方面正在取得进步。但这是真的吗？

在探讨多语言梦境之前，我们首先需要了解睡眠。睡眠与语言之间的联系适用于我们学习任何语言的过程，包括母语。即使是成年人，也仍以每两天学习一个新单词的速度在掌握母语，但要想牢固掌握这个新单词，我们需要将其与现有知识建立联系。约克大学心理学教授加雷思·盖斯凯尔表示：“为了做到这一点，我们需要睡一觉。”

新旧知识的整合正是在睡眠过程中发生的。夜晚，我们大脑的一部分——海马体——会收集白天获取的所有新信息，并将其传递到大脑的其他部分进行存储。瑞士老年精神病学和心理治疗大学医院的研究员马克·祖斯特指出，梦境在夜间学习过程中所起的作用仍在研究中，但在多语言梦境中，大脑完全有可能正在尝试将两种语言建立联系。

因此，做与多语言相关的梦可能意味着我们的大脑正在努力掌握某个新单词或短语，但它也可能具有情感层面的意义。波兰西里西亚大学心理语言学教授达努塔·巴克认为，多语言梦境可以表达人们在学习外语时的恐惧和渴望，包括希望像母语者一样说外语，或希望被某个特定群体接纳的愿望。

显然，关于多语言梦境，我们仍有许多需要了解的地方，但有一点似乎是确定的：如果你正在努力学习一门新语言，一定要在学习后睡上一觉。

第二节

阅读是一项为知识、想象和个人成长打开大门的基本技能。阅读书籍对各个年龄段的人都有好处。孩子们通过阅读学习新单词；成年人通过阅读缓解压力；老年人通过阅读获得满足感。在本指南中，我们将探讨养成阅读习惯的重要性，并提供实用建议，鼓励你更频繁地阅读。

首先，阅读让我们了解新的世界和想法。通过读书，我们可以游历遥远的地方，体验不同的时代，结识虚构或真实的人物。这有助于我们更好地理解他人的经历、文化和情感，让我们与他人建立更紧密的联系。

此外，阅读能帮助我们变得更聪明。它能使我们的大脑更好地工作，并帮助我们记忆事情。阅读还可以提高我们解决问题的能力，让我们更具创造力，并培养我们自己的沟通方式。

如果你想读更多书，养成阅读习惯很重要。它能使我们的大脑更好地工作，并帮助我们记忆事情。无论是睡前、日常通勤途中，还是在安静的时刻，你都可以手持一本书。营造一个光线良好、没有干扰的舒适环境，让阅读变得更轻松。选择书籍、杂志或数字内容等不同类型的阅读材料，以匹配你的兴趣。

为了保持对阅读的兴趣，尝试不同类型的书籍和作者，看看自己喜欢什么。加入读书俱乐部或阅读小组，与他人讨论书籍并获取推荐。记住，阅读应该是有趣的，所以要探索不同的主题。