

## Unit 3

## Sports and Fitness

### Period 1 Listening and Speaking & Reading and Thinking

#### 对点上分



#### 单句填空

#### 词汇变形记

- 1. injuries** 句意为:伸展运动可以帮助你避免各种伤害。设空处位于形容词后,应用名词 injury,根据前面的 various 可知,应用可数名词复数形式。故填 injuries。
- 2. strength** 句意为:他的显著优势是在面对挑战和困难时保持冷静。分析句子可知,空前是形容词,所以设空处应填名词,结合系动词 is 可知,应填入单数形式。故填 strength。
- 3. determination** 句意为:他是个很有决心的人,在任务过程中从不半途而废。由空前的形容词 great 可知,此处应为名词,构成短语 of great determination,意为“有很大决心的”。故填 determination。

#### 知识拓展 “be of+抽象名词”结构的用法

“be of+抽象名词”结构可转化为“be+与该抽象名词对应的形容词”,用于说明或描述主语所具有的或所呈现的某种特征及性质,常用于此结构的名词有:use、importance、significance、help、value、benefit 等。这些名词前还可以用一些词修饰,如:great、little、some、any、much、vital 等。如:The meeting is of great importance. =The meeting is very important. 这个会议很重要。

- 4. athletes** 句意为:所有运动员都知道,他们越努力,离梦想就变得越近。分析句子可知,设空处作主语,其前有 All 修饰,故用可数名词复数形式。故填 athletes。
- 5. fitness** 句意为:众所周知,我们应该重视通过锻炼来增进身体健康。分析句子可知,设空处应为名词形式,作宾语。故填 fitness。

#### 动词进阶练

- 1. to defend** 句意为:这个士兵决心不惜一切代价保卫自己的国家免受外国侵略者的入侵。设空处构成固定搭配 be determined to do sth,意为“下定决心做某事”。故填 to defend。
- 2. to get** 句意为:人们晚上睡不好觉的原因之一是来自学校或工作的压力。fail to do sth 意为“未能做某事”。故填 to get。
- 3. has been running** 句意为:这个水龙头的水好像已经流了一段时间了。我们必须把它拆开修好。根据空后的 for some time 和“We have to take it apart to put it right.”可知,这里应用现在完成进行时,表示动作从过去某一时间一直持续到现在。从句主

语 the water 为不可数名词,所以谓语应用第三人称单数形式。  
故填 has been running。

4. **making** 句意为:非法伐木和新的道路摧毁了老虎的森林家园,使得它们难以寻觅食物。空处为非谓语动词作结果状语,表示自然而然的的结果,应用现在分词。故填 making。

### 盲填大挑战

1. **of** 句意为:(你)很容易与老朋友失去联系,特别是当你搬到世界其他地方或追求其他的兴趣时。lose track of 是固定短语,意为“失去与……的联系;不再掌握……的最新情况”。故填 of。
2. **out** 句意为:尽管这药对你的病有效果,你还是应该经常到户外锻炼。work out 意为“锻炼”。故填 out。
3. **along** 句意为:今晚你有空吗?你愿意和我们一起去看电影吗? come along 意为“一起去”。故填 along。
4. **a** 句意为:这场事故致使他丢了工作,因此他认为自己是一个失败者。failure 指“失败的人或事”时是可数名词。此处泛指“一个失败者”,前面要加不定冠词,failure 的发音以辅音音素开头,故填 a。
5. **that/which** 句意为:在中国古代起着重要作用的运河现在正在拓宽。设空处引导定语从句,先行词 canal 指物,关系词在从句中作主语,应用 that/which。
6. **it** 句意为:在国际比赛中获得冠军,他真的感到很荣幸。分析句子可知,设空处是形式宾语,真正的宾语是不定式短语 to win the championship in the international competition,应用 it 指代。故填 it。



### 完成句子

1. **Don't lose heart/confidence/faith**
2. **set an example**
3. **fell apart**
4. **It is my honour to be here**
5. **at home and abroad**



### 语法填空



### 语篇导读

本文是一篇说明文,主要说明了跑步的好处以及在跑步过程中需要注意的事情。

1. **personally** 句意为:然而,如果你曾经亲自上路,你就知道跑步并不是那么容易。设空处修饰谓语 have hit,应用副词,personal 的副词形式是 personally,意为“亲自”。故填 personally。
2. **satisfying/satisfactory** 句意为:一次成功且令人满意的跑步背后有比表面看到的更多的因素。设空处用形容词作定语,修饰名词 run,应用以-ing 结尾的形容词 satisfying 或 satisfactory 来修饰,表示“令人满意的”。故填 satisfying/satisfactory。

3. **injury** 句意为:受伤绝对不是一件有趣的事。设空处用名词作主语, injure 的名词形式是 injury, 此处意为“受伤”, 为抽象概念, 不可数。设空处位于句首, 单词首字母应大写。故填 injury。
4. **an** 句意为: 确保你的鞋子能支撑你的步伐, 这是一个可以帮助你保持身体安全和体形强壮的简单的方法。way 在此处是可数名词的单数形式, 表泛指, 前面要加不定冠词, easy 的发音以元音音素开头, 因此用不定冠词 an。故填 an。
5. **and** 句意为: 合适的鞋子有助于你保持体态, 而且如果你的脚感觉良好, 你就可以增加你的跑步里程。The right shoes help you keep in shape 和 if your feet feel good then you can add more miles to your run 之间是递进关系, 因此设空处用表递进的连词 and。
6. **best** 句意为: 最好的运动动力之一就是看到你周围的其他人也在做同样的事情。“one of+the+形容词最高级+名词复数”是固定搭配, 表示“最……的……之一”, 故设空处填形容词 good 的最高级。故填 best。
7. **who/that** 句意为: 跑步社群会一次又一次地提醒你, 当你犹豫是否继续时, 有人不会让你放弃。设空处引导限制性定语从句, 从句中缺少主语, 先行词 people 指人, 因此设空处用 who/that 引导。故填 who/that。
8. **to continue** 句意见上一题解析。hesitate to do sth 是固定短语, 意为“犹豫做某事”。故填 to continue。
9. **are inspired** 句意为: 跑步组织中的跑步者有他们自己的旅程, 但他们经常被其他人的努力所鼓舞, 他们总是希望看到每个成员都坚持自己的旅程并取得胜利。设空处为分句的谓语, 主语 they(指代上文 Runners) 和 inspire 之间是被动关系, 由 and they always want 可知, 时态是一般现在时, 因此设空处用一般现在时的被动语态, 主语 they 是复数, 谓语应用复数形式。故填 are inspired。
10. **at/to/with** 句意见上一题解析。stick/at to/with 是固定短语, 意为“坚持”。故填 at/to/with。

## 能力上分



### 阅读理解

**语篇导读** 本文是一篇记叙文。文章主要讲述了女孩露西·穆尔钓鱼的故事, 她 8 岁时就钓到了很多人没钓到的巨大北美狗鱼, 12 岁成为马里兰州一项钓鱼奖项的首位女性获奖者, 也是最年轻的获奖者。

1. **A** 细节理解题。根据第一段中的“drove eight hours from Cecil County, Md. to Kentucky's Cave Run Lake in hopes of catching the musky fish”可知, 两人前往这个湖的主要目的是钓到北美狗鱼。故选 A 项。

- 2. D** 细节理解题。根据第四段中的“To receive the award, she had to catch 10 different kinds of fish—all of which had to be ‘trophy size’.”可知,获得该奖的要求是捕获 10 条不同的能达到奖杯授予标准大小的鱼。故选 D 项。
- 3. B** 细节理解题。根据最后一段中的“The FishMaryland award programme mainly wants to let locals know the state’s large biodiversity, as well as break away from invasive fish by encouraging people to catch and eat them.”可知,这个项目的主要目标是让当地人了解该州的生物多样性,并通过鼓励人们捕捞和食用入侵鱼类来摆脱它们。故选 B 项。
- 4. A** 推理判断题。根据第二段中的“After nearly 10 hours in the rain, Lucy finally caught a 40-inch musky wider than any Perez had ever seen.”和“‘There are guys that are 60 years old who have never caught one. And at the time she was almost 9.’”可知,露西在 8 岁就已经钓到了一些 60 岁的人从来没有钓到过的鱼,再结合第三段中的“Now, three years later, 12-year-old Lucy Moore has continued to be a pioneer in a sport dominated by men.”可知,她是个有天赋的年轻钓鱼者。故选 A 项。



### 七选五



### 语篇导读

本文是一篇议论文,论述了运动对健康的各种好处。

- 1. C** 根据上文“‘Wealth is here valued in terms of the person’s physical well-being so that he or she is able to go about and carry out day-to-day tasks easily.’”可知,此处说的是健康的人能够轻松地进行日常工作,与 C 项(他或她会看起来气色好,状态也好)表达的含义一致。故选 C 项。
- 2. A** 根据下文“anyone having these diseases will get well if they include exercise as part of their daily life”可知,此处说的是锻炼能使患病的人身体变好,与 A 项(锻炼能保证身体健康)表达的含义一致。故选 A 项。
- 3. B** 根据下文“‘During tasks, their bodies physically become worse. Their bones, internal parts, and cardiovascular system are all badly influenced. However, it has been found that exercise reduces changes noticeably.’”可知,此处说的是从事特殊工作的人可能会因为他们的任务而身体变差,分析选项可知, B 项(这一点已经被宇航员们证明了)符合语境。故选 B 项。
- 4. F** 根据上文“‘In our push-button lifestyle, we have become quite sedentary. ‘Why walk, when we can take the car’ seems to be the way of life for all of us.’”可知,此处说的是在我们按键式的生活方式中,我们变得久坐不动,能坐车就不走路,与 F 项(难怪我们的

体重在增加)表达的含义一致。故选 F 项。

5. **G** 根据下文“One of them can make a person become less stressed and more cheerful.”可推理出上文说的是运动对学生的好处,与 G 项(运动促使大脑产生不同的化学物质)表达的含义一致,后文的 them 指代选项中的 chemicals。故选 G 项。

## Period 2 Discovering Useful Structures—Reading for Writing

### 对点上分



#### 单句填空

#### 词汇变形记

- 1. difference** 句意为:人们认为,父母对孩子的人生有很大影响。  
make a great difference 为固定搭配,意为“产生很大影响;有很大作用”。故填 difference。
- 2. stressed** 句意为:得知你作为一名高一新生感到焦虑,我很难过。此处修饰从句中的主语 you,应用形容词 stressed,意为“焦虑的”。故填 stressed。
- 3. competitors; competitions** 句意为:所有激动的参赛者正在竞赛中角逐赢得金牌的荣誉。分析句子可知,第一空作句子的主语,结合空前的 excited 可知,应用名词 competitor (竞争者,选手),因为空前有 All,故用复数形式;第二空作介词 in 的宾语,结合语境可知,应用名词 competition (比赛,竞赛),因为 the gold medals 为复数,可推知比赛不止一个,故用 competition 的复数形式。故填 competitors; competitions。
- 4. positively** 句意为:你真的应该试图开始积极思考,以实现你的目标。空处应用副词修饰动名词 thinking, positively 意为“积极地”。故填 positively。

#### 动词进阶练

- 1. to buy** 句意为:你的手机又坏了!只为了省些钱而买最便宜的手机是没有意义的。It makes no sense to do sth 为固定句型,意为“做某事是没有意义的”。故填 to buy。
- 2. to see** 句意为:我快速地从约翰旁边经过,没有打招呼,假装没有看见他。固定搭配 pretend not to do sth 意为“假装没有做某事”。故填 to see。
- 3. asked** 句意为:这个人很奇怪,他从不说话,即使被要求。even if 引导的让步状语从句的主语和主句的主语一致,且 he 与 ask 之间是被动关系,从句应用被动语态,故可以省略从句的主语和 be 动词,完整的从句是 even if he is asked to。故填 asked。
- 4. Compared** 句意为:与其他人相比,这个小女孩在音乐方面表现出相当高的天赋。此处作状语,compare 与其逻辑主语 the little girl 之间为被动关系,故应用过去分词。故填 Compared。

**5. to admire** 句意为:山顶上的景色如此吸引游客,以至于他们停下来欣赏。此处表示“停下来去做某事”,应用 stop to do sth。故填 to admire。

**6. makes** 句意为:使我们难以适应国外新环境的是文化,而不是语言。分析句子可知,设空处为谓语,结合句意可知,该句陈述客观事实,应用一般现在时;主语 The culture 为不可数名词,所以谓语应用第三人称单数形式。故填 makes。

### 盲填大挑战

**1. an** 句意为:她总是能纠正别人的错误,但从不承认自己犯了错误。error 在此处是可数名词,此处表示泛指,前面应加不定冠词,且 error 的发音以元音音素开头,应用不定冠词 an。故填 an。

**2. on** 句意为:节食并不对减肥有利。go on a diet 为固定搭配,意为“节食”。故填 on。

**3. of** 句意为:那个可恨的年轻人骗了那位老妇人的钱,这使我们非常生气。cheat sb of sth 为固定短语,意为“骗取某人某物”。故填 of。

**4. didn't** 句意为:地上到处都湿了,所以昨晚一定下雨了,不是吗? 陈述部分表示肯定的猜测,且是对过去事实的猜测,疑问部分应用一般过去时的否定形式。故填 didn't。

**5. do** 句意为:就互联网对我们生活的影响而言,我们使用它的方式很重要;我们的态度同样如此。表示前面提到的肯定情况也适用于后者,应用“so+助动词/系动词/情态动词+主语”结构,意为“……也一样”。前面的谓语为 matter,此处应用一般现在时;且主语 our attitudes 为复数,助动词应用 do。故填 do。



### 完成句子

**1. didn't make sense/made no sense**

**2. now and then/again**

**3. pretended to be doing**

**4. cut out unimportant details**

**5. Even if/though I was under extreme/considerable stress**



### 语法填空



### 语篇导读

本文是一篇说明文,主要介绍了新城市运动的蓬勃发展和年轻人对新城市运动的喜爱。

**1. paid** 句意为:随着全民健身得到高度重视和支持,新城市运动开始蓬勃发展。分析句子可知,设空处为宾语补足语,pay 和宾语 attention 是逻辑上的被动关系,应使用过去分词。故填 paid。

**2. whom** 句意为:近 1,200 名年轻人参与了一个研究所的一项研究,其中 2000 年后出生的人中有 93% 以上对城市运动感兴趣。分析句子可知,设空处为非限制性定语从句的关系词,此处

构成“of+whom/which”结构,先行词是 people,指人,应用 whom。故填 whom。

**3. allowing** 句意为:除了将它们作为一种锻炼方式之外,许多年轻人还用它们去社交,这让他们能够建立自己的社交圈。分析句子可知,此处表示自然而然的结果,应使用现在分词。故填 allowing。

**4. simply** 句意为:参与者们往往会通过在线群聊发布他们平常的活动,并简单地分享他们的生活。分析句子可知,设空处应用副词 simply 修饰现在分词 sharing。故填 simply。

**5. a** 句意为:几年前,中国的一个旅游网站的首席执行官邹庆龄告诉某杂志:“新城市运动也适合拍照,并且受场地限制较少。”分析句子可知,此处表示泛指,应用不定冠词,且 tourism 的发音以辅音音素开头。故填 a。

**6. told** 句意见上一题解析。分析句子可知,设空处为句子谓语,根据句意和 years ago 可知,动作发生在过去,此处应使用一般过去时。故填 told。

**7. sidewalks** 句意为:从公园到宽敞的人行道,人们都可以享受新城市运动。分析句子可知,设空处为介词 to 的宾语,sidewalk (人行道)为可数名词,根据句意和 parks 可知,应使用复数形式。故填 sidewalks。

**8. unlike** 句意为:新城市运动对初学者来说更容易上手,不像其他传统运动,如足球和篮球,通常需要严格复杂的规则。根据前后内容可知,此处是将新城市运动和传统运动进行对比,设空处缺少介词,用来充当句子的状语,表示“不像……,与……不同”。故填 unlike。

**9. competitive** 句意为:因此,新城市运动竞争性较低,但是会带来更多的乐趣。分析句子可知,设空处需要形容词充当表语,表示“竞争的”。故填 competitive。

**10. diversity** 句意为:新城市运动在中国开启了(人们)新的生活方式,因为它们体现了多样性、年轻性和趣味性。分析句子可知,设空处需要名词 diversity 充当动词 reflect 的宾语,diversity 表示“多样性”时是不可数名词。故填 diversity。

## 能力上分



### 阅读理解



#### 语篇导读

本文是一篇说明文,主要介绍了园艺活动对身心健康的多种好处。

**1. A** 推理判断题。根据第二段中的“‘Activities such as digging, planting, weeding and harvesting require movement and can help to improve strength,’ said Clayton, CEO of an online lawn care company. ‘Performing these activities regularly can help burn



calories, and keep a healthy weight. ' ”可知, 克莱顿认为经常进行这些活动可以帮助燃烧卡路里并保持健康的体重, 由此可推知, 克莱顿对园艺活动持支持的态度。故选 A 项。

**2. D** 细节理解题。根据第三段中的第一句 “Besides burning calories and building muscle, lots of studies have shown that gardening can improve the immune system.” 以及 “Doing garden work for that time each week can reduce the risk of obesity, high blood pressure and heart disease.” 可知, 园艺活动可燃烧卡路里, 锻炼肌肉, 增强免疫系统, 还可以减少患肥胖、高血压以及心脏病的风险, 即园艺活动有助于降低患病风险。故选 D 项。

**3. C** 细节理解题。根据第四段内容可知, 园艺活动对社交的影响是它可以建立人们之间的关系。故选 C 项。

**4. D** 主旨大意题。根据第一段并结合全文可知, 文章主要讲述了进行园艺活动有利于身心健康, 所以 “开始园艺活动并获得健康益处” 最适合作本文的标题。故选 D 项。



### 完形填空



### 语篇导读

本文是一篇记叙文。作者的女儿所在的球队因为这个赛季表现突出而入围锦标赛。虽然周六时在与强队角逐的比赛中失利, 但是善于吸取教训的孩子们在周日的比赛中进球了。通过这次经历, 作者感悟到通过亲身经历得来的教训更有意义。

**1. B** 根据上文中的 “School? A friend? A tutor?” 可知, 这些都是传统意义上的学习途径。故选 B 项。

**2. C** 根据空后的 somewhere else 可知, 此处表示很有可能你真正想要学习的东西在别处。故选 C 项。

**3. C** 根据第三段第一句中的 between Saturday and Sunday 可知, 比赛是在周末举行, 即作者在一个周末亲自见到了这样的事情。故选 C 项。

**4. B** 根据空前的 They did well this season 可知, 作者的女儿所在的球队在这个赛季表现得很好, 所以进入了通常只有专业俱乐部球队参加的锦标赛。故选 B 项。

**5. A** 根据第二段中的 “her team did not get one shot on goal... playing her best, \_\_\_\_\_ still defeated” 可知, 作者的女儿的球队与另外的球队鏖战, 但最终还是失败了, 所以这些是痛苦的经历。故选 A 项。

**6. D** 根据上文中的 which normally was only for more skilled club teams 及下文中的 her team did not get one shot on goal 可知, 其他球队受过更好的训练。故选 D 项。

**7. A** 根据常识可知, 作为父母, 作者不愿意看到竭尽全力踢球的



- 女儿遭受失败的打击。hate 意为“讨厌”，符合语境。故选 A 项。
8. C 根据空前的 playing her best 以及空后的 still defeated 可知，虽然作者的女儿竭尽全力，但还是失败了，前后是转折关系。故选 C 项。
9. B 根据下文中的 their Sunday game 及 They began to apply all kinds of plays and teamwork 可知，作者的女儿的球队出现在周日的赛场上。故选 B 项。
10. D 根据下文中的 They began to apply all kinds of plays and teamwork 以及 They played much better 可知，女孩们表现得非常好，与前一天截然不同。故选 D 项。
11. C 根据上文中的“When they \_\_\_\_\_ for their Sunday game, they were \_\_\_\_\_ different.”可知，作者的女儿的球队跟前一天相比已经完全不同了，由此推知，作者的女儿的球队开始把前一天看到的各种踢法和团队协作的技巧运用到她们的比赛当中。故选 C 项。
12. A 根据空前的 They played much better and 可知，她们表现得更好，甚至还进了一个球，此处表示递进关系。故选 A 项。
13. B 根据语境可知，作者从这场比赛中突然感悟到了一个道理。固定句型 It strikes/struck sb that... 意为“某人突然想到……”。故选 B 项。

### 知识拓展 strike 一词多义

(1) *vt.* 使突然想到；使猛地意识到。如：A happy thought has just struck me. 刚才我脑子里突然闪过一个愉快的念头。

(2) *vt.* 打；击；撞击。如：His car directly struck a tree. 他的汽车径直撞到了树上。(3) *vt.* 给(某人以……)印象。如：His reaction struck me as odd. 他的反应令我诧异。

14. D 根据文章第一句“Where do you go when you want to learn something?”及下文中的 The lessons they learnt 可知，本文谈论的是学习，作者认为对于球队的每个孩子来说，这场比赛是一个学习的好机会。故选 D 项。
15. A 结合全文可知，和训练有素的对手比赛让孩子们学到了更个人化、更有意义的东西，所以作者想表达经验是最好的老师。故选 A 项。

## 专项上分 读后续写

1. ①pursue ballet as her career ②boxing ③try out for the boxing club
2. ①凯利开始拳击训练，并吃了很多苦，但她没有放弃 ②凯利通过了预选赛，同时得到了妈妈的支持

## 【参考范文】

Then Kelly was in training for the trial, keeping it a secret from her mum. Every day after school, she rushed to the gym for intense workouts. Stretching legs, practising footwork and improving endurance had become the bittersweet routine of her life. Even when she was made fun of by boys in the gym, she bit her lip tightly and continued her

→ **when 引导时间状语从句**

training. Finally, the trial came. Extremely nervous, she stepped into the boxing ring, moved fast and punched hard to the surprise of other candidates. After the trial, Kelly left the gym confidently, knowing she did her best.

→ **现在分词短语作伴随状语**

The following Monday, results of the boxing trial were posted. **To her delight**, Kelly found her name on the list. Thrilled, she shared the news with Serena, and both of them **were ready to** reveal the secret to their mum. At dinner that day, Kelly gathered her courage and said to her mum, “I’m sorry, mum. I’ve made the boxing team and I’m ready to carve my own path.” At first, a flicker of disbelief and shock crossed her mum’s face, but after a long, heart-to-heart talk, she gave Kelly a bear hug and whispered softly, “I’m **so proud of** you for being yourself.”

## Unit 3 单元上分



### 阅读理解 A 篇



#### 语篇导读

本文是一篇记叙文。作者的孩子参加了森林学校项目,在自然中获得了独特成长与技能发展。

- 1. D** 细节理解题。根据第三段中的“In this programme, kids direct their own play, climbing tall trees.”和第四段中的 my kids are learning new and different skills that a classroom cannot teach 可知,该项目让孩子们在户外玩耍和学习。故选 D 项。
- 2. D** 推理判断题。根据第二段中的“Then I asked them if time ever seemed to move slowly, and they stared at me in confusion. They didn’t understand my question, which fittingly removed my concern.”可知,孩子们对作者的问题感到很迷惑,这也消除了作者的担忧,即作者感到放心了。故选 D 项。
- 3. B** 细节理解题。根据第四段中的“‘What about all the things they’re missing in the real school?’ concerned parents have asked me.”可知,有些家长担心孩子们会错过学校的教育。故选 B 项。
- 4. C** 主旨大意题。根据全文内容可知,作者的孩子参加了森林学校项目,森林学校为孩子们提供了独特的学习环境和体验,使他

们能够更好地与自然接触和发展各种技能,故 D 项(森林学校:一个对我的孩子很好的地方)适合作文章标题。



## 阅读理解 B 篇



### 语篇导读

本文是一篇说明文。文章以萨那古城具有特色的泥土建筑引入,主要介绍了泥土这种古老的材料可作为完美的且可持续的建筑材料。

1. **C** 细节理解题。根据第一段中的“The towering structures are built entirely out of earth and decorated with amazing geometric patterns. The local mud architecture is so unique that the city has been recognised as a UNESCO World Heritage Site.”和第二段中的“The buildings also show exceptional craftsmanship in the use of local materials and techniques.”可知,萨那的建筑的独特之处在于它们是用当地的资源精心建成的。故选 C 项。
2. **B** 细节理解题。根据第三段中的“It is easy to see why these mud buildings have not lost their appeal—they are well-insulated, sustainable and extremely adaptable to modern use.”和第四段中的“Architects around the world are reviving raw-earth construction as they seek to construct sustainable buildings that can survive extreme weather events such as flash floods and intense heat.”可知,泥土材料是未来可持续建设的理想选择。故选 B 项。
3. **A** 推理判断题。根据倒数第三段内容可知,科学家认为需要用污染更少的材料取代混凝土;再根据倒数第二段中的“The ancient material, mud, could be the perfect sustainable replacement for concrete, according to Damluji. Constructing with mud has a very low impact on the environment and the material itself is fully recyclable, she says.”可知,达姆卢吉认为,泥土是混凝土的完美替代品,泥土建筑对环境的影响非常小,是应对气候危机的重要解决方法。故选 A 项。
4. **D** 推理判断题。根据最后一段内容可知,作者认为用泥土做的房子有助于推动高度先进和永续的设计,因此作者对建筑行业的生土建筑持支持态度。故选 D 项。



## 七选五



### 语篇导读

本文是一篇说明文。文章强调了与朋友和家人讨论气候变化对地球安全的重要性,并从三个方面就如何展开谈话提供了建议。

1. **D** 上文“Talking to friends and family about climate change is hard but of great importance for our planet’s safety.”提到与朋友和家人谈论气候变化很难,结合下文“Keep reading some key tips to

educate others about these environmental issues.”可知,D项(尽管这可能颇具挑战性,但我们会提供专业策略,帮助你自信交流)符合语境,起到承上启下的作用。故选D项。

**2. C** 下文“For example, tell them how you use a 5-minute song to time your bath.”提到计时洗澡的时间,C项(即使是像缩短洗澡时间这样的小事也很重要)符合语境,引出下文。故选C项。

**3. A** 下文“It’s important to mention the harm of climate change to the world, but equally important to provide ways to solve this issue.”提到给出解决问题的方法同样重要,A项(提出解决方案,而不只是抛出问题)和下文内容紧密衔接,符合语境。故选A项。

**4. E** 根据上文“Keep the door open for future discussions.”可知,E项(一个人的整体观点和生活方式不太可能在一次交谈中就发生改变)符合语境,承接上文,强调为未来的讨论留出余地,不要期望一次对话就能一劳永逸地解决问题。故选E项。

**5. F** 上文“By discussing this topic with others, you’ve made a small but important step.”提到通过与他人讨论这个话题,你已经迈出了小而重要的一步。F项(因为你们双方都了解了彼此的观点,后续的讨论就不会那么困难了)符合语境,承接上文。故选F项。



### 完形填空



### 语篇导读

本文是一篇记叙文。40岁的杰里迈亚·彼得森在一次与他的孩子们的远足后,下定决心要减肥,经过150天的严格饮食和大量运动,体重成功减了92磅(约41.73千克),现在他用自己的故事和健身知识来指导和激励他的社交媒体关注者。

**1. B** 根据下文内容可知,他经历了一个令人惊叹的体形上的转变。experience意为“经历”,符合语境。combine意为“结合”;prevent意为“防止”;improve意为“提高”。故选B项。

**2. C** 根据下文 to lose weight after he went on a \_\_\_\_\_ with his family in 2017 and became aware how quickly he got \_\_\_\_\_ from the activity 可知,他和家人一起徒步旅行并意识到自己很快就因这项活动筋疲力尽后,他才下定决心减肥。determined意为“有决心的”,符合语境。lucky意为“幸运的”;honoured意为“荣幸的”;careful意为“小心的”。故选C项。

**3. A** 根据上文 after a hike with his kids 可知,他和家人们去远足了。hike意为“远足”,符合语境。diet意为“节食”;programme意为“节目”;project意为“项目”。故选A项。

**4. D** 根据上文 he weighed 290 pounds 及 lose weight 可知,因为过胖,他在远足中很快就感到疲劳。exhausted意为“筋疲力尽的”,

- 符合语境。upset 意为“沮丧的”;awkward 意为“令人尴尬的”;rewarded 意为“受奖励的”。故选 D 项。
- 5. C** 根据上文 remembering all the good 和下文 we had made on this trip 可知,此处指旅行中所有美好的回忆。memory 意为“记忆”,符合语境。change 意为“变化”;contribution 意为“贡献”;preparation 意为“准备”。故选 C 项。
- 6. B** 根据上文 I found myself running out of breath 可知,他不得不中途休息。break 意为“休息”,符合语境。turn 意为“机会”;photo 意为“照片”;note 意为“笔记”。故选 B 项。
- 7. A** 根据下文 he started by giving up drinking and \_\_\_\_\_ a balanced diet 可知,他开始安排自己强身健体。set 意为“安排”,符合语境。attract 意为“吸引”;advise 意为“建议”;wish 意为“希望”。故选 A 项。
- 8. D** 根据上文 himself to get into shape 可知,下文应讲述他为强身健体所付出的努力。therefore 意为“因此”,符合语境。besides 意为“而且”;instead 意为“相反”;however 意为“然而”。故选 D 项。
- 9. A** 根据下文 a balanced diet 可知,他开始采取措施减肥,坚持均衡的饮食。insist on 意为“坚持”,符合语境。live up to 意为“不辜负”;get across 意为“被理解”;agree on 意为“同意”。故选 A 项。
- 10. C** 根据上文“Every day for five months straight, he would hike for two hours and spend one more hour at the gym.”可知,他经历了 150 天的严格饮食和大量运动。exercise 意为“运动”,符合语境。equipment 意为“设备”;consideration 意为“考虑”;attention 意为“注意”。故选 C 项。
- 11. B** 根据上文他健身运动前与孩子们远足时感到吃力可知,现在他可以不间断地在那条远足路径上跑步。non-stop 意为“不停地”,符合语境。suddenly 意为“突然地”;immediately 意为“立即地”;together 意为“一起”。故选 B 项。
- 12. C** 根据上文 Peterson now uses his story and fitness knowledge to coach 可知,彼得森用自己的故事激励关注者们参加健身运动。encourage 意为“鼓励”,符合语境。please 意为“使满意”;compare 意为“比较”;force 意为“逼迫”。故选 C 项。
- 13. B** 根据下文 If you don't have a strong reason 可知,彼得森认为孩子们才是他成功的原因。reason 意为“原因”,符合语境。purpose 意为“目的”;advantage 意为“优点”;direction 意为“方向”。故选 B 项。
- 14. A** 根据下文 you are less likely to get the results 可知,彼得森认为如果想要成功,找到你的原因是必要的。necessary 意为

“必要的”,符合语境。simple 意为“简单的”;personal 意为“个人的”;available 意为“可获得的”。故选 A 项。

- 15. D** 根据上文 he says that his kids are the real \_\_\_\_\_ for his success 可知,如果不能找出行动背后的重要原因,就不太可能获得自己想要的结果。action 意为“行动”,符合语境。achievement 意为“成就”;imagination 意为“想象”;condition 意为“条件”。故选 D 项。



## 语法填空



### 语篇导读

本文是一篇说明文。文章主要介绍了中西饮食习惯的差异及中国传统的娱乐活动。

- 1. travelling** 句意为:此外,在中国旅行时,你很可能会注意到一些饮食方式上的差异。分析句子可知,when 引导的时间状语从句的主语和主句的主语一致,且从句表示正在进行的动作,时态为现在进行时,故可以省略从句的主语和 be 动词,完整的从句是 when you are travelling through China。故填 travelling。
- 2. is enjoyed** 句意为:例如,在西方,汤通常被当作开胃菜享用,而中国人更喜欢在用餐结束时喝汤。设空处描述客观事实,应用一般现在时。soup 与 enjoy 之间构成被动关系,应用被动语态,主语 soup 为不可数名词,谓语用单数形式。故填 is enjoyed。
- 3. increasingly** 句意为:因此,烹饪课程正成为一项越来越受那些有兴趣通过美食来更多了解中国文化的人欢迎的活动。分析句子可知,设空处修饰形容词 popular,应用副词形式。故填 increasingly。
- 4. further** 句意为:如果你想进一步学习,留意一下居民们在自己家里举办的烹饪班。设空处应填副词作状语,此处表示“更进一步”,应用副词比较级 further。故填 further。
- 5. held** 句意见上一题解析。空处应为非谓语动词,作后置定语,修饰名词短语 cooking classes,hold 和 cooking classes 之间构成逻辑上的被动关系,应用过去分词形式。故填 held。
- 6. When** 句意为:提起中国传统游戏,中国人一直都是爱好交际的群体。分析句子可知,when it comes to... 为固定句型,意为“当提到……”,设空处位于句首,单词首字母应大写。故填 When。
- 7. popularity** 句意为:尽管中国的技术进步迅速,个人电子设备日益普及,但大多数中国人还是更愿意花时间与他人交往,而非独自坐在家里。根据定冠词 the 和空后的 of 可知,设空处应为名词,popularity 意为“流行,普及”。故填 popularity。
- 8. various/varied** 句意为:从围棋和中国象棋等流行的棋盘游戏到跳皮筋这类儿童游戏,中国人有着各种各样的方式让自己忙

碌起来。设空处作定语，修饰名词 options，应用形容词，various 和 varied 意为“各种各样的”。故填 various/varied。

9. with 句意为：大多数当地人都非常乐意与外国游客分享他们的传统，所以下次你在公园散步时，不要羞于开口问。share... with... 为固定短语，意为“和……分享……”。故填 with。

10. a 句意见上一题解析。go for a walk 为固定短语，意为“去散步”。故填 a。

### 长难句分析

Chinese food and the differences between Chinese and Western diets are both things { that cause the curiosity of most people who visit China } that 引导定语从句.

主语  
系动词 表语

who visit China } that 引导定语从句.  
who 引导定语从句

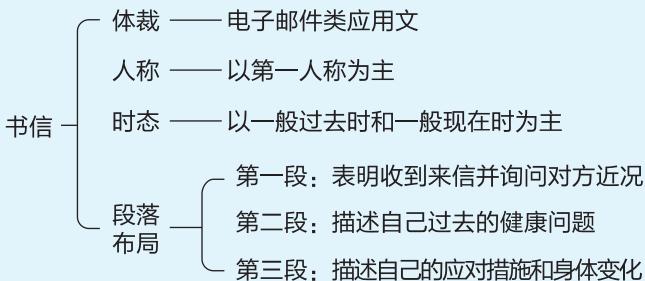
句意：中餐和中西饮食的差异都是引起大多数来中国的游客好奇的事情。



### 小作文



### 写作提示



### 【参考范文】

Dear Alice,

How is everything going? I'm delighted to have received your letter.

When you were in China, you **were concerned about** my health. At that time I often stayed up late and had no time for exercise, so that I suffered from obesity and neck pain.

→ so that 引导结果状语从句

I have **taken** some active **measures to** change things for the better. First, I do exercise actively, such as jogging, swimming and push-ups, which has made me stronger and more confident. Besides, I

→ which 引导非限制性定语从句

**pay attention to** my diet and have the right food. **Moreover**, I keep a good state of mind. By being positive about my body, I become happier and healthier.

Yours,

Li Hua