

姓 名 _____

准考证号 _____

绝密★启用前

湘 豫 名 校 联 考

2022 年 12 月 高 三 上 学 期 期 末 摸 底 考 试

语 文

注意事项：

1. 本试卷共 10 页。时间 150 分钟，满分 150 分。答题前，考生先将自己的姓名、准考证号填写在试卷指定位置，并将姓名、考场号、座位号、准考证号填写在答题卡上，然后认真核对条形码上的信息，并将条形码粘贴在答题卡上的指定位置。
2. 作答选择题时，选出每小题答案后，用 2B 铅笔把答题卡上对应题目的答案标号涂黑。如需改动，用橡皮擦干净后，再选涂其他答案标号。作答非选择题时，将答案写在答题卡上对应的答题区域内。写在本试卷上无效。
3. 考试结束后，将试卷和答题卡一并收回。

一、现代文阅读(36 分)

(一)论述类文本阅读(本题共 3 小题,9 分)

阅读下面的文字,完成 1~3 题。

儒家文化能成为中国传统文化中最具影响力的主流文化,并非生而高贵,它是经历了漫长的发展历程和验证过程,才形成了今天的儒学风貌。儒家智慧贡献给我们一系列概念,比如“仁义”,既提倡仁爱,又强调要在正义的范畴内施行;比如“孝悌”,既提倡在家里孝顺父母,又提倡在社会兄友弟恭;比如“礼乐”,既提倡礼以节人、规范秩序,又强调乐以和情、安和内心;比如“中庸”,既提倡用中道、不极端,又强调保持自我、和而不同。

儒家在当今最有实践意义的思想之一,就是“忠恕”,它不仅是历史贡献给今天的,也是中国贡献给世界的。忠,是中人心,尽心待人、忠于本心,己欲立而立人,己欲达而达人;恕,是如人之心,推己及人、换位思考,己所不欲,勿施于人。“忠”是要极尽所能,“恕”是要量体裁度,所以“忠”与“恕”,与“仁”与“义”一样,是一对相互辅助又相互制衡的概念。

这样的理念,关乎体谅、诚恳、理解、尊重的品质,随着历史河流的向前推进,常常是越来越沉入了河底,其踪杳杳。两千多年前,就有一群知识分子,他们虽不同而和、虽不比而周,他们想人之所想、急人之所难,他们老吾老以及人之老、幼吾幼以及人之幼,他们尽管性情不同、出身不同、成就不同,但是在“忠恕”的感召下,都践行着儒者的光荣与梦想,体

语文试题 第 1 页(共 10 页)

察万物，悲悯苍生。

“忠恕”确实可以作为中国文化在今天提供给世界的智慧准则。早在1971年，联合国通过决议恢复中华人民共和国在联合国的合法地位，周恩来总理为联合国大厅带去了两幅语录，其一是“以和为贵”，另一条就是关于“忠恕”的解读：“子贡问曰：‘有一言而可以终身行之者乎？’子曰：‘其恕乎？己所不欲，勿施于人。’”子贡请教孔子，是否有可以让人终身依照的一个准则？孔子便回复给他这一句照亮万世的格言：己所不欲，勿施于人。这一句是将中华文化的堂堂正气彰显于联合国面前的行事信条。

可见，“忠恕”正是对“和谐”的达成，而“忠恕”也不仅是古代很多知识分子个人修为的守则，更是当代政治风云涌动中具有现实指导意义的准则。比如，旷日持久的巴以战争，是宗教信仰的冲突；国内的贸易顺差与国外的反倾销举措，是经济体制的冲突；文化输出与文化侵略的论争，是中西文化的冲突；不同年龄段人群的代沟，是价值观念的冲突；旧有事物对创新态势的打压，是思维模式的冲突……所有这些文明的冲突，究其避免和解决之道，都可在“忠恕”的心态中寻找答案。如此，就不会再用固执去拒绝异类、用偏激去反对异见、用自大去打击新生、用霸权去迫害弱势。

所以，纵观以儒家文化为主体的中国传统文化，结合今天社会主义的理论成果，我们更应具备一份中华民族的文化自信。而中国智慧，不仅属于过去，也属于未来；不仅属于中国，也属于世界。

（摘编自曹雅欣《儒学古今谈》）

1. 下列关于原文内容的理解和分析，不正确的一项是（3分）

- A. 儒学经过历史的检验，由一家学说成为中国传统文化中最具影响力的主流文化。
- B. “忠恕”的“忠”是忠诚尽己，去付出和助益；“恕”是宽容待人，去换位和体谅。
- C. 孔子的“忠恕”思想彰显了中华文化的堂堂正气，与联合国的行事信条是一致的。
- D. “忠”与“恕”是一对相互辅助又相互制衡的概念，二者结合能促成“和谐”的达成。

2. 下列对原文论证的相关分析，正确的一项是（3分）

- A. 文章先简述“仁义”“孝悌”“礼乐”“中庸”等概念内涵，在于强调儒家思想具有辩证性。
- B. 文中以恢复中华人民共和国在联合国的合法地位为例，证明了儒家“忠恕”思想的作用。
- C. 文中通过举例和对比论证，指出当代各种冲突实质都是文明的冲突，需要达成和谐。
- D. 文章重点阐述了儒家“忠恕”思想的现代价值，在论证时兼顾了历史和现实两个维度。

3. 根据原文内容，下列说法不正确的一项是（3分）

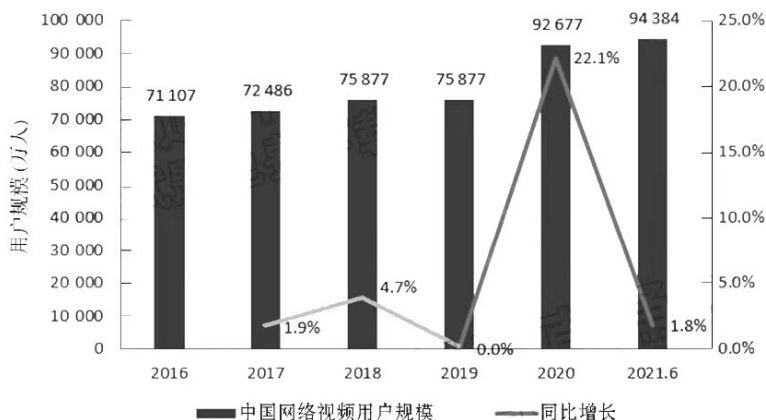
- A. 儒家智慧贡献中“仁义”“孝悌”“礼乐”“中庸”“忠恕”等都体现重视个人道德修养。
- B. 中国古代知识分子尽管性情、出身、成就不同，但都遵循“忠恕”，践行儒者的追求。
- C. “忠恕”是中国智慧，可以提供给世界作为指导准则，有助于解决当代各种文明冲突。
- D. 社会主义的理论成果与中国传统文化的结合，更能使我们具备中华民族的文化自信。

语文试题 第2页(共10页)

(二)实用类文本阅读(本题共 3 小题,12 分)

阅读下面的文字,完成 4~6 题。

材料一:



中国网络视频用户规模及同比增长

(摘编自《2022 年超高清视频行业研究报告》)

材料二:

通过视频网站“追剧”“刷综艺”,已成为许多人娱乐消遣的重要方式,为了收看热门电视剧或综艺节目,很多人开通会员。根据《2021 年中国网络视听发展研究报告》发布的数据,爱奇艺、腾讯视频、优酷、芒果 TV、哔哩哔哩 5 家平台占到 88.3% 的市场份额。腾讯 2021 年年报显示,腾讯视频的付费会员数为 1.24 亿。

与此同时,长视频平台长期面临投入大、成本高的行业痛点。在版权价格和演员片酬等因素影响下,爱奇艺、优酷、腾讯视频等长视频平台前期投入巨大,在高运营成本及营收压力影响下,提高会员费成为眼下直接有效的办法。爱奇艺相关负责人日前表示,中国长视频行业已经进入新阶段,尤其注重追求减亏、盈利,而不是之前的追求市场份额与高速增长。

会员费上涨后,长视频平台如何才能留住用户?业内人士指出,平台应秉持“内容为王”理念,深入调研并精准定位市场需求,加大作品原创力度,提高内容质量;珍惜原创资源,加强技术保障,防止盗版、盗播、盗链等侵权行为;加强技术研发力度,通过虚拟现实、弹幕等各类沉浸互动技术满足用户多维度观影需求。

(摘编自《视频平台,提价更要提质》)

材料三:

在会员制下,网络视频内容有了新的回报模式,可以更加准确地完成与用户之间的反馈和循环,促进创作者创作出更多样、优质的产品。同时,通过会员模式,用户有了对内容更直接、更有效的投票权和选择权,每次付费与否都是在行使着对内容和服务的肯定权或否定权。

正是这种双向的改变,十年来,视频网站虽然面临种种预期之中和预料之外的困难和

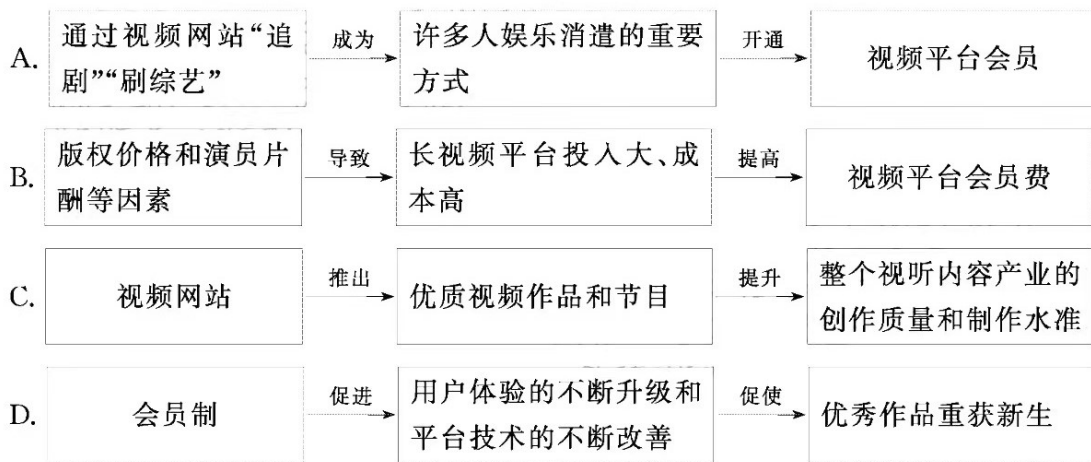
调整,但依然推出了优质视频作品和节目,扩大了VIP用户的规模,同时也在一定程度上提升了视听内容产业的创作质量和制作水准,推动了中国视听内容的快速发展,使中国故事和中国内容更加自信地进入了全球流媒体平台的竞争和互鉴。

会员制不仅在内容上促进了发展,还促进了用户体验的不断升级和平台技术的不断改善。为了增加内容供给,优化用户体验,让优秀作品能够重获新生,视频平台通过超级分辨率视频增强、AI机器学习等技术,使上千部经典影视作品得到高清修复,为用户带来了全新的视听感受。

会员制虽然不过是流媒体平台跨出的一小步,却可能是中国视听内容产业迈开的一大步。观众越来越习惯“没有免费的午餐”,并且更加珍视自己手中的“投票权”,而平台也真正意识到“内容为王”的硬道理,行业则有了更多的发展机会和能源。生产者、平台、内容、用户之间形成了有效互动,推动了内容品质的提升,满足了用户多样性的精神文化需求,带动了内容、题材、类型、形态、技术、体验的创新,也对推动中华优秀传统文化的创造性转化和创新性发展产生了积极效果。当然,用户日益增长的精神文化需求与网络视听内容、服务发展不平衡、不充分的矛盾,永远会继续存在;人们对优质内容产品和观看体验的需求永远会超前于供给。所以,视频平台未来还需要长期在用户的选择、反馈、督促中,不断地调整、完善和开拓。

(摘编自尹鸿《视频平台会员制推动内容创新》)

4. 下列对材料相关内容的梳理,不正确的一项是(3分)



5. 下列对材料相关内容的概括和分析,不正确的一项是(3分)

- 材料一图表显示,2020年、2021年6月中国网络视频用户规模已超过90000万人,与2019年相比,2020年同比增长22.1%,增幅最大。
- 长视频平台想要留住用户,应秉持“内容为王”的理念,精准定位市场需求,提高内容质量,满足用户多维度观影的需求。
- 爱奇艺等5家平台占有绝大部分的市场份额,付费会员人数较多,需要转变思维,注重追求减亏、盈利。
- 视频平台要不断调整、完善和开拓,就能解决用户日益增长的精神文化需求与网络视听内容、服务发展不平衡、不充分的矛盾。

语文试题 第4页(共10页)

6. 视频平台会员制给中国视听内容产业带来怎样的变化? 请简要说明。(6分)

(三)文学类文本阅读(本题共3小题,15分)

阅读下面的文字,完成7~9题。

忆北平的旧岁

张向天

到底北平这古城是座老城池,不但前门各处的城砖是老灰色,城内的旗民拘守着旧日王谢的生活,保守着老念头,就连在年节的岁时上,也是依然谨守旧制,大家通行旧岁。古城中不是曾闹过新运动吗?掀起过风飙全国的新思潮吗? 并也熔炼出许多各式各样的新人物吗? 但,城依然是古城,旧习尚依然畅行着。

由东北的沈阳流亡到古城去,约有五年多的工夫。也许是因了关内关外在满清当时就打成了一片,而一直到今天还是如此的罢! 所以虽然由遥远的沈阳跑到北平去,但所见所受,和在沈阳时候比较起来,也没有什么绝大的差别。在沈阳的住民讲起“北京”来,真有些超过事实了。比如他们说北京城墙,有多么高大,城门有多么阔宽,城门的门环都是金子做的。仔细讲起来,北京与沈阳又有什么特别呢? 不过北平比沈阳,在气象上,北平更为恢廓伟大罢了!

如今暂以北平的旧岁而言,就可以看得出来了。

先由旧历腊月的腊八讲起:北京人吃“腊八粥”,确比沈阳人的腊八食用阔绰。沈阳人的腊八粥,制法简单,只供人吃;而北京人的腊八粥,却制法繁杂,米也不是只一种米,而是杂合了各色各式的细米、豆等物,再加上芡留、莲子、枣、栗子。当粥做成后,粥上再覆以鲜色的桃仁、杏仁、瓜子、青丝、红丝、佛手、白糖、花生仁等,装点得五色缤纷,非常悦目。神祖祭完,才得以给人吃。人吃毕,还须用粥涂墙抹壁,凡庭院门户、树木等物,均得用粥装点,更须喂猫,饲古犬、鸡鸭等禽类。这种排场,按北京人看,名之为“谱”,是非讲求不可的。这如果和沈阳比起来,所差的,只有豪华阔绰之别。

到旧历元旦这天,北京人多在五更后祭神,烧香、放鞭炮,以后是全家吃饺子。吃饺子以后,另有一顿合家同吃的团圆饭。至于拜年的规矩,是大人对大人拜年也有礼物相送的。比如有朋友登堂拜年,主人还须拿出礼物来赠送,按北京人叫作送“百事大吉盒”,中有柿饼、核桃、桂圆、枣、栗子、花生等物。这些物品都含有取义的,例如柿子有“事事如意”的取义,核桃是“和和气气”,桂圆是“富贵升高”,枣、栗子是“早生贵子”。至于幼年哥儿拜年,则须送压岁钱了。

最奇特的是白云观庙会。白云观在西便门外,由元旦日开庙一直到十九日。从前在正月十八日那天晚上,善男信女们一定要在观里过宿一宵以会神仙,男则大福大寿,女则多贵多男。但到民国以来,这种风俗似乎是不行了,不过在十八日这天的古城人士骑驴逛白云观,到老人堂看老人,却是一件极风行的事。

另外有火神庙、护国寺、铁塔寺、三官庙等庙会,也是非常热闹的。再有安定门的黄寺、德胜门外的黑寺、雍和宫等喇嘛庙的打鬼、跳舞、布扎等等,更是引动阖城居民,拥挤往观。

语文试题 第5页(共10页)

以上所说的北平旧岁的节俗在宗教信仰上的种种,却是古城旧岁中不与人同的独有节目了。

北平古城至今虽然沦陷了有五个多月,但一想到古城的旧年景象,和逛庙的人众拥挤的情形,不禁使我更亲切地忆起北平。

记得去年旧历时,还特别地走遍古城的各个庙会,那一点熙熙攘攘地度岁的盛况,确是永不能忘的。

古城市街上,在旧历年底时候更显得繁荣了,往来者为衣食奔走,各个大街都是非常拥挤。尤其在东安市场里,那些卖灯笼、气球的贩子,一家挨一家地排陈着;卖冰糖葫芦的贩子,尽着吃奶力气大声招卖。

在拥挤的市容中,还可以看到穿高跟鞋的摩登女学生们,半裸着膝腿,颤颤巍巍地高骑在慢步得得的小毛驴上,摇摆过市。这是北京女学生们的习尚,多好骑驴逛大钟寺、白云观,又好赛驴。不过那些穿高跟鞋的时髦脚趾,放在铁驴镫中,终觉不是太合适。

在和平门外,师范大学的附近,排满了席棚,里面满陈展着中国水笔的山水画。画棚子延长占了半个街,如果每个画棚都能走遍尽览,真不是一件容易事呢!识货的人,可以用几角钱买得明清以来的画品、名人笔迹等。

更热闹的是厂甸,又叫海王村公园,附近多是旧书摊、古玩、金石玉器等。在这里,用极低的价钱,可以买来很好的宋刻、元版等等好版本书籍。在这里,不止高人雅士学者可以大逛,找便宜货,就连庸夫俗子、小孩子们,也可以杂在中间拥挤得推不开,挤不动。这里有食物摊子、玩物贩子;孩子们可以花上几大枚,买一个玻璃长颈喇叭,吹吹打打地跑跳。

沦亡五月多的古城,至今可能是无恙罢?如今恰是度旧岁的时节,古城度岁的情形知道是怎样的呢?恐怕在这一切旧时的景象中,已经到处杂上了草绿色的异族,威风凛厉地在搜索着!

古城呵!纵有铁骑纵横肆虐,但,耐心地度过今个旧岁罢!过了冬天就是春天,春天来的时候,难道还有威凛逼人的冰寒吗?

(有删改)

7. 下列对文本相关内容和艺术特色的分析鉴赏,不正确的一项是(3分)

- A. 文中通过比较北京和沈阳在城墙、城门、腊八粥、过旧历元旦以及拜年等方面的不同,表明二者并没有什么大的差别,只是在气象上有所不同罢了。
- B. 文章开头提到北平闹过新运动,掀起过风飙全国的新思潮,熔炼出许多新人物,以此来反衬北平旧习尚至今依然畅行,并运用反问的句式加以强调。
- C. 文中写北京女学生穿着高跟鞋,半裸着膝腿,高骑在小毛驴上摇摆过市的情形,虽然这体现了当时女学生追求解放的思潮,但作者对此行为不太认同。
- D. 文章结尾句化用雪莱《西风颂》中“如果冬天来了,春天还会远吗?”一句,表达了作者对北平的祝愿,在困境之中要勇敢面对并对未来充满希望。

8. 北平的旧岁有哪些特点?请结合文本简要分析。(6分)

9. 作者是如何将个人遭际和国家命运紧密联系在一起的呢？请结合文本，谈谈你的理解。（6分）

二、古代诗文阅读(34分)

(一)文言文阅读(本题共4小题,19分)

阅读下面的文言文,完成10~13题。

吴以伍子胥、孙武之谋,西破强楚,北威齐、晋,南伐越。越王勾践迎击之,败吴于姑苏,伤阖庐指。军却,阖庐谓太子夫差曰:“尔忘勾践杀而父乎?”夫差对曰:“不敢。”是夕,阖庐死。夫差既立为王,以伯嚭为太宰,习战射,三年,伐越,败越于夫湫。越王勾践乃以兵五千人栖于会稽山上,使大夫种厚币遗吴太宰嚭以请和,委国为臣妾,吴王将许之。伍子胥谏曰:“越王为人能辛苦,今王不灭,后必悔之。”吴王不听,用太宰嚭计,与越平。其后五年,吴王闻齐景公死而大臣争宠,新君弱,乃兴师北伐齐。子胥谏曰:“不可。勾践食不重味,吊死问疾,且能用人,此人不死,必为吴患。今越,腹心之疾,齐犹疥癣耳,而王不先越,乃务伐齐,不亦谬乎?”吴王不听,伐齐,大败齐师于艾陵,遂与邹、鲁之君会以归。益疏子胥之言。其后四年,吴将复北伐齐。越王勾践用子贡之谋,乃率其众以助吴,而重宝以献遗太宰嚭。太宰嚭既数受越赂,其爱信越殊甚,日夜为言于吴王,王信用嚭之计。伍子胥谏曰夫越腹心之疾今信其游辞伪诈而贪齐破齐譬犹石田无所用之愿王释齐而先越不然将悔之无及也已吴王不听太宰嚭既与子胥有隙,因谗之。吴王曰:“微子之言,吾亦疑之。”乃使使赐子胥属镂之剑,曰:“子以此死。”子胥曰:“嗟乎!谗臣宰嚭为乱,王愿反诛我!”乃告舍人曰:“必树吾墓上以梓,令可以为器,而抉吾眼著之吴东门,以观越寇之灭吴也。”乃自刺杀。后十余年,越袭吴,吴王还与战,不胜,使大夫行成于越,不许。吴王将死,曰:“吾以不用子胥之言至于此,令死者无知则已,死者有知,吾何面目以见子胥也!”遂蒙絮覆面而自刎。

(节选自《说苑·正谏》,有删改)

10. 下列对文中画波浪线部分的断句,正确的一项是(3分)
- A. 伍子胥谏曰/夫越/腹心之疾/今信其游辞/伪诈而贪齐/破齐譬犹石田/无所用之/愿王释齐而先越/不然/将悔之无及也已/吴王不听/
- B. 伍子胥谏曰/夫越/腹心之疾/今信其游辞伪诈而贪齐/破齐譬犹石田/无所用之/愿王释齐/而先越不然/将悔之无及也已/吴王不听/
- C. 伍子胥谏曰/夫越/腹心之疾/今信其游辞/伪诈而贪齐/破齐譬犹石田/无所用之/愿王释齐/而先越不然/将悔之无及也已/吴王不听/
- D. 伍子胥谏曰/夫越/腹心之疾/今信其游辞伪诈而贪齐/破齐譬犹石田/无所用之/愿王释齐而先越/不然/将悔之无及也已/吴王不听/
11. 下列对文中加点的词语及相关内容的解说,不正确的一项是(3分)
- A. “军却”与“却坐促弦弦转急”(《琵琶行》)两句中的“却”字含义相同。

语文试题 第7页(共10页)

- B. “不亦谬乎”与“盖音谬也”(《游褒禅山记》)两句中的“谬”字含义相同。
C. “微子之言”与“微斯人”(《岳阳楼记》)两句中的“微”字含义不同。
D. “王顾反诛我”与“君臣相顾”(《伶官传序》)两句中的“顾”字含义不同。
12. 下列对原文有关内容的概述,不正确的一项是(3分)
- A. 吴国打败了西边强大的楚国,威慑北边的齐国、晋国,却在进攻越国时被勾践打败,吴王阖庐脚趾负伤,临终叮嘱夫差不能忘记勾践的杀父之仇。
B. 伍子胥认为应先铲除越国再对付齐国,但吴王更信任太宰伯嚭并听从他的计策,攻打齐国,在艾陵大败齐军,并与邹、鲁两国国君会盟。
C. 夫差即位后第三年打败了越军,越王勾践带领残兵退到会稽山上,派文种给吴国太宰伯嚭送上重礼请求议和,吴王没有听从伍子胥的劝谏最终议和。
D. 伯嚭在吴王面前毁谤伍子胥,吴王对伍子胥也早有怀疑,于是赐剑让伍子胥自尽,十几年后越王袭击吴国,吴王自觉死后无颜面对伍子胥,于是蒙面自刎。
13. 把文中画横线的句子翻译成现代汉语。(10分)
- (1)勾践食不重味,吊死问疾,且能用人,此人不死,必为吴患。

(2)必树吾墓上以梓,令可以为器,而抉吾眼著之吴东门,以观越寇之灭吴也。

(二)古代诗歌阅读(本题共2小题,9分)

阅读下面这首宋诗,完成14~15题。

秋 深

王 鎡

风露损衣裾,秋深怀故庐。

仆方谈夜梦,客至得家书。

子黑石莲老,柿红霜叶疏。

今年篱下菊,遥忆少人锄。

14. 下列对这首诗的理解和赏析,不正确的一项是(3分)
- A. 首句写风餐露宿使衣服的前后襟都损坏了,说明诗人漂泊在外生活的艰辛。
B. 首联表明诗人的境遇和愁绪,还以“风露”暗示题意,以“秋深”直接点题。
C. 仆人正谈论夜里梦见的客人,突然见到客人带着家信而至,感到万分欣喜。
D. 诗中以莲子黑、柿子红表明深秋时节的特点,莲老、叶疏也暗含凄凉之感。
15. 本诗和陶渊明的《饮酒(其五)》都写到“篱下”的菊花,表达的情感有所不同。请结合诗歌内容简要分析。(6分)

(三)名篇名句默写(本题共1小题,6分)

16.补写出下列句子中的空缺部分。(6分)

(1)荀子《劝学》中,通过设喻阐明要善于借助外物的道理,比如“_____”,虽并不善于奔走,“_____”。

(2)李白《行路难(其一)》中“_____”,_____”两句,与王勃《滕王阁序》中“慕宗悫之长风”的语意近似。

(3)莺和燕向来是春天的象征,白居易在《钱塘湖春行》中这样写道:“_____”,_____。”

三、语言文字运用(20分)

(一)语言文字运用I(本题共2小题,7分)

阅读下面的文字,完成17~18题。

2022年9月30日上午,党和国家领导人同各界代表来到天安门广场人民英雄纪念碑前,一起向英烈敬献花篮。虎门销烟、武昌起义、五四运动、南昌起义、抗日敌后游击战、百万雄师过大江……纪念碑上一幅幅浮雕,浓缩着一百多年来惊天动地的中国革命历史,展示了千千万万英烈的 ①。

今日山河锦绣,国强民富,我们应 ②,不可忘本。不能忘,在危难的关头,那一声声振臂高呼、鼓舞人心的呐喊;不能忘,在战火纷飞的年代,那一次次前仆后继、浴血向前的冲锋;不能忘,在灾难来临之时,那一幅幅 ③、火线救援的画面;不能忘,在疫情肆虐之际,那一个个义无反顾、逆行出征的身影……无数英烈,他们用滚烫热血染红飘扬的旗帜,以铮铮铁骨撑起民族的脊梁。

今天是第九个烈士纪念日,人们把最美的鲜花献给你,把最深的思念寄予你,把最高的敬意致以你——英雄烈士。你逝去了,但英灵不朽,山河永念。

17.请在文中横线处填入恰当的成语。(3分)

18.文中对“英烈”的称呼,第二段用“他们”,第三段用“你”,二者的表达效果有什么差别?请简要说明。(4分)

(二)语言文字运用II(本题共3小题,13分)

阅读下面的文字,完成19~21题。

怎么做才能提升记忆力?

在生活中比较容易实施的改善记忆力的措施,包括营养均衡的饮食,多吃一些富含维生素B、维生素C的食物,比如绿叶蔬菜、坚果、鱼类、牛奶等; ①,因为大量饮酒可能会导致记忆力产生不可逆的损伤;加强锻炼,不要长时间坐着,不时动一动。研究发现,锻炼

多的人,认知功能下降得更为缓慢。另外,有研究表明,冥想和正念训练可以提高注意力、放松大脑,有助于记忆力发展,在工作的间隙,也可以适当做一些冥想训练。

使用科学的记忆方式也可以帮助我们提升记忆能力。合理的重复学习,有助于我们提升记忆效果;其次要掌握学习记忆的技巧。②,也就是说间隔一定的时间分多次进行学习,要比集中一段时间突击学习的记忆效果更好。而且,与单纯重复学习相比,人们如果在学习后进行测试,那么随后的记忆效果更好,被称为“测试效应”。此外,③。例如,记忆宫殿法是一种利用空间思维和联想能力,把要记住的事情按照一定的方法、顺序进行记忆的方法,这种记忆术能快速提高时序记忆的准确性。

19. 请在文中横线处补写恰当的语句,使整段文字语意完整连贯,内容贴切,逻辑严密。每处不超过12个字。(6分)

20. 写文章时,人们常常有意引用诗句、格言、俗语、谚语等表达思想感情,说明自己的见解等。如果将“谚语说,人怕不动,脑怕不用”和“常言道,熟能生巧”两句分别插入材料中,应插到哪个位置?请说明理由。(4分)

21. 文中画横线的句子有语病,请进行修改,使语言表达准确流畅。可少量增删词语,不得改变原意。(3分)

四、写作(60分)

22. 阅读下面的材料,根据要求写作。(60分)

若你曾仔细凝视过冬天的树,便会发现,以虬枝在天空挥洒水墨的它们,潇洒飘逸;若你在树旁站立过,就能感觉到,树的根系通达延展,正在汲取来自黑暗深处的无限潜能。人原本与树一样,自然生长、发育,但为了生存,求名利,一路狂奔,乱了节奏,不妨向树学习——春夏时蓬勃,是强者;秋冬时干枯,却是另一象限的强者,归位内核,向下扎根。

请结合以上材料,以“向树学习”为主题写一篇文章,体现你的感受与思考。

要求:选准角度,确定立意,明确文体,自拟标题;不要套作,不得抄袭;不得泄露个人信息;不少于800字。

关于我们

自主选拔在线是致力于提供新高考生涯规划、强基计划、综合评价、三位一体、学科竞赛等政策资讯的升学服务平台。总部坐落于北京，旗下拥有网站（[网址: www.zizzs.com](http://www.zizzs.com)）和微信公众平台等媒体矩阵，用户群体涵盖全国90%以上的重点中学师生及家长，在全国新高考、自主选拔领域首屈一指。

如需第一时间获取相关资讯及备考指南，请关注**自主选拔在线**官方微信号：**zizzsw**。



 微信搜一搜

 自主选拔在线