

一、听力

第一部分 17-1

第 1-6 题：请选出正确答案。

- | | |
|------------|------------|
| 1. A 餐前吃 | 4. A 菜不合胃口 |
| B 饭后吃 | B 已经吃饱了 |
| C 一日三次 | C 牙疼不想吃 |
| D 早晚各两片 | D 想吃面条儿 |
| 2. A 穿得太少了 | 5. A 换了新工作 |
| B 睡觉着凉了 | B 身体不太好 |
| C 玩儿得太累了 | C 要照顾孩子 |
| D 小朋友传染的 | D 刚刚怀孕了 |
| 3. A 减肥很成功 | 6. A 开头没看懂 |
| B 节食很痛苦 | B 演员很漂亮 |
| C 体重增加了 | C 结尾出人意料 |
| D 腰带太短了 | D 剧情令她失望 |



第二部分 17-2

第 7-14 题：请选出正确答案。

- | | |
|-------------|-----------------|
| 7. A 结婚登记 | 11. A 晚饭吃什么 |
| B 外出旅行 | B 如何保存水果 |
| C 举办婚礼 | C 怎么去除冰箱异味 |
| D 庆祝生日 | D 什么时候去超市购物 |
| 8. A 车站 | 12. A 会做饭 |
| B 公司 | B 爱喝茶 |
| C 家里 | C 想买橘子 |
| D 机场 | D 要买茶叶 |
| 9. A 忘了吃安眠药 | 13. A 可以减轻人体的疼痛 |
| B 担心孩子的事 | B 影响我们感受外界事物 |
| C 和丈夫吵架了 | C 能阻止体内水分的流失 |
| D 身体不太舒服 | D 使我们避免接触他人而生病 |
| 10. A 放松休假 | 14. A 作用 |
| B 努力工作 | B 结构 |
| C 看心理医生 | C 保护 |
| D 找朋友聊天 | D 卫生 |

二、阅读

第一部分

第 15-18 题：请选出正确答案。

北京人送客有很多 15，不常来的客人或是老年客人，一定将其送到或 16 到大门以外，道别后目送客人远去再往家走。大人会告诉孩子：千万不可刚和客人告别就转身而回，更不许客人前脚刚走不远，后边就立即关大门，关门声响很大，如果被客人听见，就失礼了。

北京人很 17 送别时“全家出动”(除病人外)，以示热情，对待宾客一定要有始有终。特别是教育孩子，客人走时一定要停下自己手中的“活儿”，18，切不可只顾自己玩耍。

- | | | | |
|---------------|-------------|------|------|
| 15. A 规律 | B 理由 | C 现象 | D 规矩 |
| 16. A 扶 | B 拉 | C 退 | D 推 |
| 17. A 强调 | B 讲究 | C 提倡 | D 推荐 |
| 18. A 帮父母关好大门 | B 马上躲进自己的房间 | | |
| C 起身和大人一起送客 | D 收拾客人用过的茶杯 | | |

第二部分

第 19-22 题：请选出与试题内容一致的一项。

19. 交谈是社交活动中必不可少的内容，更是一门艺术。俗话说：“一句话说得人笑，一句话说得人跳。”关键就看你能不能把话说得巧妙。
- A 交谈需要对方的理解
 - B 交谈是为了使人开心
 - C 交谈要注意说话得体
 - D 交谈是一门舞蹈艺术
20. 春季是由冬入夏的过渡季节。虽然气温回升，天气逐渐暖和，但北方冷空气还比较强烈，它每隔几天就要分成一小股一小股地南侵。冷空气南下减弱后，暖空气又趁机北上。冷暖空气活动频繁，于是，天气乍暖还寒，冷热多变，一天之内气温变化较大，如果人们过早地脱下冬衣，就容易感冒。因此，还是“春捂”一点儿好。
- A 春季气温回升一般较快
 - B 春季冷暖空气常交替活动
 - C 春季是最容易感冒的季节
 - D 过早地脱下冬衣叫“春捂”
21. 早餐在一日三餐中最重要，它不但能及时补充我们晚上消耗的营养，还能使我们一上午都精力充沛地学习或工作。有调查表明，习惯吃早餐的孩子比不吃早餐的孩子身体更好，长得更结实，更不容易得病，学习时注意力更集中，反应更快，理解力更强，成绩更好。
- A 早餐的营养是三餐中最丰富的
 - B 人体从早餐中吸收的营养最多
 - C 吃早餐的孩子更容易提高成绩
 - D 相比成人，早餐对孩子更重要
22. 作为电视节目主持人，我在工作中常会运用“峰终定律”。例如，做节目时，与开幕式相比，我们宁可把更多的精力集中在闭幕式上，这样可以加强观众对节目的印象。虽然很多人并不了解“峰终定律”，但是，他们能从经验中体会这种做法的重要性。
- A 观众通常对闭幕式更关注
 - B 许多人不认同“峰终定律”
 - C “峰终定律”是节目制作的理论
 - D “峰终定律”对“我”的工作有帮助

第三部分

第 23-28 题：请选出正确答案。

23-25.

在我们的健康观念中，人们都接受一种说法：“多吃蔬果。”英国一场始于 1994 年的“每天五份果蔬”的运动，曾经得到大多数人的支持。英国牛津大学的专家迈克说：“‘每天五份果蔬’的口号当然比简单地告诉人们要‘均衡膳食’有用多了，毕竟有几个普通人能知道所谓‘均衡膳食’的真正含义呢？”

世界卫生组织曾建议人们每天吃的果蔬最好不低于 400 克。但有多少国家能达到这个水平呢？英国人当时每人平均果蔬食用量只有这个数量的一半左右，不过丹麦人能达到 600 克；希腊也远远“超标”——人均“六份蔬菜外加三份水果”，以平均每份 80 克来算，便能达到 720 克。

研究发现，那些由于饮食导致的心脏病和癌症发病率低的国家，人均果蔬食用量都很高——最高能达到每天十份。所以说，“每天吃五份果蔬”的确有助身体健康，也许多吃一些效果会更好。

然而，关于哪些加工食品可以用来补充我们的果蔬食用量，很多国家都没有相关的严格规定。当我们自以为吃着那些经过加工的水果和蔬菜，达到了“健康生活新标准”，实际上我们却有可能正吃下更多的盐、糖和脂肪。



23. 关于“均衡膳食”，专家迈克认为：
- | | |
|----------|----------|
| A 很难统一标准 | B 实际很难做到 |
| C 一般人搞不清 | D 需要更多宣传 |
24. 关于世界卫生组织对果蔬食用量的建议，从文中可知：
- | | |
|-------------|--------------|
| A 丹麦人不愿接受 | B 很多国家都做不到 |
| C 英国人均食用量最少 | D 希腊人能达到每天十份 |
25. 本文最可能出自下列哪种杂志？
- | | |
|----------|----------|
| A 《科技前沿》 | B 《农业天地》 |
| C 《家庭医生》 | D 《环球影视》 |

26-28.

天气突然转凉, 温度的降低会直接刺激人体, 使得胃肠功能变得紊乱, 从而影响正常的消化和吸收。因此在寒冷的冬季, 我们一定要时刻注意自己的胃肠变化, 做好保护工作, 打一场胜利的“保胃战”。



现代人工作压力越来越大, 经常是忙得忘了吃饭, 或者是即使很饿也无法抽空去吃饭。长此以往, 对胃部的刺激很大。尤其在冬季, 胃部本身就更容易发病, 如果饮食再没有规律的话, 就更容易引起胃酸分泌异常, 加重胃部的负担。因此, 每天有规律地按时吃饭才是最佳的保胃措施。如果不能一天三顿正点进食的话, 可以改为一天 5 至 6 次, 分次进食, 一次少量, 只要是每天有规律的即可。这样不仅可以保护肠胃, 还不会耽误到其他的事情。

有胃病的朋友都知道, 胃部敏感的时候, 如果吃了一些“硬菜”, 比如大鱼大肉等, 就会觉得很不舒服。正因如此, 对于肠胃的保护, 我们应该采取软化政策。粥、面条儿、热牛奶等等都是不错的选择。当然, 除此之外, 在饮食制作过程中, 也应该尽量选择蒸、煮、烩、炖等烹饪方法, 以减少对胃的刺激。

身体的健康离不开经常性的运动, 一个好的身体才能够抵御疾病的侵袭。让你的肠胃在冬季不会过于受到伤害, 胃部保暖很重要, 温度过低会使腹部受凉, 导致胃肠不适。因此, 在这个季节就不要再选择过短的衣服了。

当然, 以上说的都是一些基本的保养方法, 最重要的还是要坚持, 因为胃肠的调养和保护不是一天成就的。同时, 胃病的发生与发展, 与人的情绪、心态密切相关。因此, 在养胃护胃的同时, 大家还应注意劳逸结合, 保持愉快和稳定的情绪。

26. 本文建议每天不能规律进食的人, 可以:

- | | |
|----------|----------|
| A 早餐尽量多吃 | B 每次尽量吃好 |
| C 增加进食次数 | D 吃些养胃的药 |

27. 本文中说的“硬菜”指的是:

- | | |
|-----------|-----------|
| A 油炸食品 | B 粥或面条儿 |
| C 温度太烫的食物 | D 不易消化的食物 |

28. 下列哪项最适合做本文标题:

- | | |
|-----------|----------|
| A 冬季“保胃战” | B 饮食要规律 |
| C 养胃从保暖做起 | D 浅谈健胃食品 |

三、书 写

第一部分

第 29-31 题：完成句子。

例如：发表 这篇论文 什么时候 是 的

这篇论文是什么时候发表的？

29. 他要给 时间 更多的 争取 自己

30. 刚 给我 推荐了 老刘 一份工作

31. 被人 这是 细节 忽视的 最容易

第二部分

第 32 题：写短文。

32. 请结合下列词语（要全部使用，顺序不分先后），写一篇 80 字左右的短文。

婚礼、主持、深刻、度过、魅力