

杭州 2024 学年第一学期高二年级期末考

语文试卷（答案在最后）

命题：

本试卷满分 150 分，考试时间 150 分钟。

一、现代文阅读（共 31 分）

（一）现代文阅读 I（本题共 5 小题，15 分）

阅读下面的文字，完成下面小题。

①养生，原指人们通过食疗、护理等方法调理脏器、提神补气、延年益寿的医事活动。而现代意义的养生则是以中西医学理论为指导的科学保健活动，它借助饮食、行为、药械等手段达到未病先防、已病促愈、病后复原等目的。近年来，随着《“健康中国 2030”规划纲要》《健康中国行动（2019—2030）》等相继出台，“全民健康素养和全面健康管理”逐渐成国家主流话语，并且在全社会营造出健康生活新风尚，养生保健成为常态需求。

②相较于中年男女及银发老人等主流养生群体，青年人因生活、工作、学习任务重等原因，更易诱发作息失衡、饮食失调、失眠焦虑等问题，这些困扰促使他们纷纷加入养生大军。新华网《Z 世代营养消费趋势报告》指出，2021 年国内营养保健市场规模超过 2600 亿元，2025 年或将突破 3200 亿元，平均每位城市常住居民在健康养生上年均花费超过 1000 元，其中 18 至 35 岁的年轻消费人群占比高达 83.7%。可见，养生已呈现低龄化、年轻化态势，青年养生正向药膳、健身器物、功能性保健品等多元消费时代迈进。养生年轻化背后是年轻人多重自我体验的身体经营策略。

③如今，用以追踪监测个体身体活动的移动应用和可穿戴设备得到空前发展。随时随地的“量化自我”成为个体进行身体数据收集、共享，并据此反思、优化的重要手段。“量化”成为年轻人的共同信仰，他们相信数字比感觉器官和理性思维更能反映生命状态。人们沉迷于为身体装上传感器、自在地接收数据，企图通过数字认识自己。人人致力于对肉体的认真管理和对生命的精打细算，甘愿成为虔诚的数字拜物教徒，他们对肌肉量、卡路里消耗、运动情况、呼吸心率、睡眠状况等参数展开常态化监测，并针对问题性指标进行精准修补。数字悄无声息地构成了控制的数字语言，它将完整身体“切割”成多维量化的“分体”，以其独特的威力诱使个体进行永恒的自我优化——增长的体重警示他们“快控制饮食”，浮动的心率提醒他们“要释放压力”，下滑的睡眠质量驱使他们“要按时服药”。青年人向着理想身体的标准数据靠近，在自我记录与数字改造中，身体被分解成没有感觉的数据。

④年轻人认为的健康越来越维系于外表，维系于自我的呈现。他们对身体的干预已不是简单的“吃好、睡好、不生病”，而是使容貌、体态、精神保持“看起来很好”的状态成为健康的表征。对身体的“表面

改造”是通往美好生活的通行证，这使人们对身体的负面表现十分关注，对衰老症状永久抗争，竭尽全力挣脱岁月的侵蚀。一部分人借助抗衰护肤品或医美维持年轻样貌，另一部分则通过食用功能性保健品或运动健身增强生理功能。受制于变幻不定的时尚消费，身体被物化为有待优化的展示客体，接受大众“雕刻”。

“A4腰”“反手摸肚脐”“锁骨放硬币”等身材挑战活动爆火和刷屏，减脂食谱、健身视频花样百出，一些人为了符合皮相审美标准，甚至陷入“一天一粒老干妈”“断食只喝水”的荒诞减肥漩涡。各种理想“身材秀”引发的全民狂欢，无疑加深了青年的身体焦虑，使越来越多的人遭受着“白幼瘦”的美学审判。

⑤在充斥竞争逻辑、成就逻辑的社会，“必须在更少的时间内做更多事”的加速机制入侵个体的日常生活。人们在加速的时间认知模式下进行着严格的身体规划。以食补为例，中老年人大多选择须经由蒸、煮、炖、熬才可食用的食材进行滋补。对于追求高效、快节奏、即时满足的青年而言，“小火慢炖”的方式显然与其“快刀斩乱麻”的态度格格不入。由此，服用轻量即食的功能性零食成为青年勤奋工作、兼顾养生的理性之选。互联网健身平台提供的针对不同部位、时长短、易操作的训练课程，诸如“10分钟躺床高效瘦腿”“办公室久坐背痛缓解”等运动不囿于场地和器械，使随时随地健身成为可能。这些都使养生原本推崇的意义被快速消费侵蚀，变得愈发急于求成。

（摘编自刘威等的《经营身体：养生年轻化背后的身体之重及自我调和》）

1. 下列对材料相关内容的理解和分析，正确的一项是（ ）

- A. 《“健康中国 2030”规划纲要》正好与“全民健康素养和健康管理”相应和，使健康、保健成为了新风尚。
- B. 青年人因为生活和工作的重压，比中年男女及银发老人对药膳、健身器物、功能性保健品的需求更加迫切。
- C. 国内营养保健市场规模呈扩大趋势，2025 年可能突破 3200 亿元，在健康养生上城市青年年均花费超过 1000 元。
- D. 作者认为青年过于关注对身体的表面改造，过度追求理想身材，过度关注身体的负面表现，会加深身体焦虑。

2. 根据材料内容，下列说法正确的一项是（ ）

- A. 年轻人更青睐借助健身器物等手段来养生，在中老年人看来这些快消社会中的养生方式不值得提倡。
- B. 量化成为年轻人共同信仰，就是因为追踪监测个体身体活动的移动应用和可穿戴设备的发展和普及。
- C. 数据时代下，年轻人相信智能手环检测的睡眠数据比身体的感觉器官和理性思维更能反映生命状态。
- D. 年轻人更注重身体的容貌、体态和精神的状态，他们认为的健康取决于受时尚消费影响的漂亮外观。

3. 下列选项中，不属于材料所提及的青年身体经营策略的一项是（ ）

- A. 用智能手表监测每日跑步数，将心率控制在 150-160 次/分钟，以安全燃脂。

- B. 通过瑜伽、普拉提等方式，实现冥想放空，让自己慢下来，来调节身心状态。
- C. 跟着健身软件训练“漫画腰”和“女团腿”，以接近微博上展示的模范身体。
- D. 用芝麻丸、酵素果冻、即食阿胶等保健品代替养生粥，随身携带，随时服用。

4. 下列对材料相关内容的分析和评价，不正确的一项是（ ）

- A. 第①段“相继”“逐渐”“而”“并且”等副词和连词的使用使文章论证语言严谨、富有逻辑。
- B. 第②段引用大量数据，具有客观性和真实性，有效避免因主观解读而产生的误差，使论证更准确。
- C. 第③段画横线的句子使用排比，强调了数据时代的年轻人忠于数据、受控于数据的日常养生状态。
- D. 第⑤段将中老年人和快速消费时代中年轻人的食补方式进行对比，突出了对慢生活的向往之情。

5. 请为材料③④⑤段各拟一个小标题，每个小标题不超过 8 个字。

【答案】1. D 2. C

3. B 4. D

5. （1）数据量化监测 （2）表面审美焦虑 （3）高效即时养生

【解析】

【导语】这篇阅读文章探讨了现代社会中养生观念的变迁，特别是青年群体的养生行为及其背后的身体经营策略。文章通过对比不同年龄段的养生方式，揭示了青年人在快节奏生活中对高效、即时满足的追求，以及他们对身体数据的依赖和对理想外表的执着。文章不仅分析了养生年轻化的趋势，还指出了这种趋势可能带来的身体焦虑和健康问题。

【1 题详解】

本题考查学生对文本内容的理解能力。

- A. “与‘全民健康素养和健康管理’相应和”曲解文意，依据原文第一段“随着《健康中国 2030 规划纲要》《健康中国行动（2019-2030）》等相继出台，‘全民健康素养和全面健康管理’逐渐成国家主流话语”可知，原文是逐渐成为主流话语，并非“正好相应和”。
- B. “比中年男女及银发老人对药膳、健身器物、功能性保健品的需求更加迫切”曲解文意，依据原文第二段“青年人因生活、工作、学习任务重等原因，更易诱发作息失衡、饮食失调、失眠焦虑等问题，这些困扰促使他们纷纷加入养生大军”可知，原文提到青年对养生的需求更迫切是因“生活、工作、学习任务重”，但未直接比较其需求“比中老年人更迫切”。
- C. “在健康养生上城市青年年均花费超过 1000 元”曲解文意，依据原文第二段“平均每位城市常住居民在健康养生上年均花费超过 1000 元”可知，原文为“平均每位城市常住居民”，未特指“城市青年”。
- 故选 D。

【2 题详解】

本题考查学生理解文章内容，筛选并整合文中信息的能力。

A. “在中老年人看来这些快消社会中的养生方式不值得提倡”无中生有，依据原文第二段“青年养生正向药膳、健身器物、功能性保健品等多元消费时代迈进”可知，原文未提及中老年人对健身器物等手段的态度。

B. “就是因为追踪监测个体身体活动的移动应用和可穿戴设备的发展和普及”曲解文意，依据原文第三段“用以追踪监测个体身体活动的移动应用和可穿戴设备得到空前发展。随时随地的‘量化自我’成为个体进行身体数据收集、共享，并据此反思、优化的重要手段。‘量化’成为年轻人的共同信仰”可知，“量化成为信仰”的原因是年轻人相信数据比感觉更可靠，而非仅因设备发展。

D. “他们认为的健康取决于受时尚消费影响的漂亮外观”曲解文意，依据原文第四段“年轻人认为的健康越来越维系于外表，维系于自我的呈现”可知，原文强调健康“维系于外表”和“自我的呈现”，但未直接说“取决于受时尚消费影响的漂亮外观”。

故选 C。

【3 题详解】

本题考查学生分析概括作者在文中的观点态度的能力。

(1) 依据原文第三段“随时随地的‘量化自我’成为个体进行身体数据收集、共享，并据此反思、优化的重要手段”可知，青年身体经营策略有：量化监测。

(2) 依据原文第四段“对身体的‘表面改造’是通往美好生活的通行证”可知，青年身体经营策略有：表面改造。

(3) 依据原文第五段“服用轻量即食的功能性零食成为青年勤奋工作、兼顾养生的理性之选”可知，青年身体经营策略有：高效即食养生。

A. 属于“量化监测”；

B. “瑜伽、冥想”属于传统身心调节方式，未体现文中强调的“数据化”“表面化”或“快消化”策略；

C. 属于“表面改造”；

D. 属于“高效即食养生”。

故选 B。

【4 题详解】

本题考查学生对材料相关内容的分析和评价能力。

D. “突出对慢生活的向往之情”曲解文意，依据原文第五段“这些都使养生原本推崇的意义被快速消费侵蚀，变得愈发急于求成”可知，对比中老年与青年的食补方式，旨在说明青年养生“急于求成”的特点，而非表达对“慢生活的向往”。

故选 D。

【5 题详解】

本题考查学生归纳内容要点，概括中心意思的能力。

(1) 第三段的概括性句子是“随时随地的‘量化自我’成为个体进行身体数据收集、共享，并据此反思、优化的重要手段”，强调了“量化自我”和数据监测，强调精准管理。所以可概括为：数据量化监测。

(2) 第四段的概括性句子是“对身体的‘表面改造’是通往美好生活的通行证，这使人们对身体的负面表现十分关注，对衰老症状永久抗争，竭尽全力挣脱岁月的侵蚀”，强调了“表面改造焦虑，审美标准裹挟”。所以可概括为：表面审美焦虑。

(3) 第五段的概括性句子是“由此，服用轻量即食的功能性零食成为青年勤奋工作、兼顾养生的理性之选”，围绕快节奏、即时满足的养生方式，指出其被消费异化。强调了“高效即时养生，消费侵蚀意义。所以可概括为：高效即时养生。

(二) 现代文阅读 II (本题共 4 小题，16 分)

阅读下面的文字，完成下面小题。

过去的年

莫言

退回去几十年，在我们乡下，是不把阳历年当年的。那时，在我们心中，只有春节才是年。这一是与物质生活的贫困有关，因为多一个节日就多一次奢侈的机会，当然更重要的还是观念问题。

小时候特别盼望过年，因为那是一个可以吃好饭、穿新衣、痛痛快快玩几天的节日，当然还有许多热闹和神秘。相较孩子们的焦急，大人们好像不但不喜欢过年，而且还惧怕过年。他们的态度令当时的我感到失望和困惑，现在我完全能够理解了。

腊月初八，是盼年的第一站。这天早晨要熬一锅粥，粥里要有八样粮食。据说在解放前，庙里或慈善的大户都会在这天到街上支起大锅施粥，叫花子和穷人们可以免费喝。我曾经十分向往这场盛典，想想那些巨大无比的锅，支设在露天里，成麻袋的米豆倒进去，黏稠的粥在锅里翻滚着，鼓起无数的气泡，浓浓的香气弥漫在清冷的空气里。手捧大碗的孩子们排着队焦急地等待着。为了抵抗寒冷，他们不停地蹦跳着，喊叫着。我经常幻想我就在等待领粥的队伍里，虽然饥饿，虽然寒冷，但心中充满了欢乐。

过了腊八再熬半月，就到了辞灶日。辞灶是有仪式的，要供饺子，焚烧半刀黄表纸和灶马，要磕头。而比较富庶的人家，还要买些关东糖供在灶前，大概是让即将上天汇报工作的灶王爷尝点甜头，在玉帝面前多说好话。也有人说是用关东糖粘住灶王爷的嘴。如今看来这种说法不近情理，你粘住了他的嘴，坏话固然是不能说了，但好话不也说不了了嘛！

祭完了灶，就把那张从灶马上裁下来的灶马头儿贴到炕头上，所谓灶马头，其实就是一张农历年历表，

拙劣的木版印刷，印在最廉价的白纸上。最上边印着一个小方脸、生着三绺胡须的人，他的两边是两个圆脸的女人，一猜就知道是他的两个太太。当年我就感到灶王爷这个神祇有很多矛盾，其一就是他整年累月地受着烟熏火燎，肯定是个黑脸的汉子——乡下人说某人脸黑：看你跟个灶王爷似的——但灶马头上的灶王爷脸很白。

终于熬到年除夕。这天下午，女人们带着女孩子在家包饺子，男人们带着男孩子去给祖先上坟——其实就是邀请祖先回家过年。上坟回来，在堂屋墙上挂起家堂轴子，轴子上画着一些褒衣博带的古人，写着祖宗的名讳。轴子前摆着香炉、蜡烛和供品，还要供上一把斧头。这时如果有人来借斧头，那是极不受欢迎的。院子里已经撒满了干草，大门口放一根棍子，据说是拦住祖宗骡马的拦门棍。

那时候没有电当然也没有电视，吃过晚饭后先睡觉，睡到三星正晌时被母亲悄悄叫起来，穿上新衣，感觉特别神秘。家堂轴子前的蜡烛已经点燃，火苗颤抖不止，照得轴子上古人的面孔闪闪发光。院子里黑得伸手不见五指，仿佛有许多高头大马在黑暗中咀嚼谷草。——如此黑暗的夜再也见不到了，现在的夜不如过去黑了。

这是真正的开始过年了。这时绝对不许高声说话，大人柔声细语，孩子们也被反复叮嘱千万不能说不吉利的话，因为过年的这一刻，关系到一家人来年的运道。做年夜饭不能拉风箱——呱嗒呱嗒的风箱声会破坏神秘感——因此要烧最好的草，棉花柴或者豆秸。蒸汽汹涌地扑出来，白白胖胖的饺子下到了锅里。每逢此时我就想起那个并不贴切的谜语：从南来了一群鹅，扑棱扑棱下了河。饺子熟了，父亲端起盘子，盘子上盛了两碗饺子，往大门外走去。男孩子举着早就绑好了鞭炮的竿子紧紧地跟随着。

父亲在大门外的空地上放下盘子，点燃烧纸，跪下向四面八方磕头。男孩子把鞭炮点燃，高高地举起来。在震耳欲聋的鞭炮声中，父亲完成了他祭祀天地神灵的工作。回到屋里，已是一片欢声笑语，接下来就是活人们的庆典。吃饺子前，晚辈们要给长辈磕头，而长辈们照例要给一点磕头钱，一毛或是两毛，总让我们兴奋得想雀跃。年夜里的饺子是包进了钱的，孩子们盼望着能从饺子里吃出一个硬币，这是归自己所有的财产啊。有一些孝顺儿媳白天包饺子时就在饺子皮上做了记号，夜里盛饺子时，就给公公婆婆的碗里盛上带钱的，借以博得老人的欢喜。有一年我为了吃到带钱的饺子，一口气吃了三碗，钱没吃到，倒把胃撑坏了，差点要了小命。

过年时还有一件趣事不能不提，那就是装财神和接财神。往往是你一家人刚刚围桌吃饺子时，大门外就起了响亮的歌唱声：

财神到，财神到，过新年，放鞭炮。快答复，快答复，你家年年盖瓦屋。快点拿，快点拿，金子银子往家爬……

听到门外财神的歌唱声，母亲就盛上半碗饺子，让男孩送出去。扮财神的，都是叫花子。他们提着瓦罐，有的提着竹篮，站在寒风里，等待着人们的施舍。这是叫花子们的黄金时刻，无论多么吝啬的人家，

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/628053021074007045>