

四年级语文上册第六单元达标测试卷

姓名：_____ 班级：_____ 学号：_____

一、积累与运用

1. 看拼音写词语。

一场大雪过后，我约上几个小伙伴一起打雪仗。**wán pí**（ ）的小涛抓起一大把雪朝小静扔去，小静闪到一边，没站稳，**duō kuī**（ ）一旁小峰扶了她一把，才没 **shuāi dǎo**（ ）。我悄悄团起一个小雪球，冷不丁地向小涛扔去，正好 **zá dào**（ ）了小涛的嘴边，“哈哈，哈哈！”大家都笑了起来。小涛摸摸嘴角：“哎，世事难以 **yù liào**（ ）！一会儿我一定要打得你们 **kuì bù chéng jūn**（ ）！”“好好 **liàn xí**（ ），祝你早日成功哦！”我边回答他边做了个鬼脸。

2. 下列四组词语中，加点字读音正确的是哪一项？（ ）

- A. 韭黄（fēi） B. 彻底（chè） C. 胶囊（náng） D. 撇开（piě）

3. 下列多音字注音有误的是哪一项？（ ）

- A. 主角（jué） 角度（jiǎo） B. 旋转（xuàn） 旋风（xuán）
C. 哄骗（hǒng） 哄堂大笑（hōng） D. 气喘吁吁（xū） 吁哩哩哩（yū）

4. 下列可能与“搏”的读音相近的是哪一项？（ ）

- A. 捋 B. 搏 C. 埔 D. 捕

5. 下列词语中，没有错别字的是哪一项？（ ）

- A. 龙其 逃脱 B. 自毫 大概 C. 师气 口罩 D. 裤子 捶打

6. 下列句子中加点词语运用不恰当的是哪一项？（ ）

- A. 我不会忘记父母、老师对我的殷切希望！
B. 如果你是一只天鹅蛋的种子，那么即使出生在养鸭场也无所谓。
C. 我们的班主任是一位通情达理的好老师，我们都很愿意和她说心里话。
D. 去年的足球赛他们获得了冠军，今年他们重整旗鼓，竟然没有进入前三名。

7. 下列句子中的关联词使用不正确的是哪一项？（ ）

- A. 如果你一出场就豁几个虎跳，这场戏就不会砸锅了。
B. 即使我不再怕鹅，鹅也不敢咬我，碰到了，嘎嘎叫几声就走开了。
C. 我的陀螺个头小，却顽强得出奇，被撞翻了一扭身又照样旋转起来。
D. 这真是一个辉煌的时刻，我不仅尝到了胜利的滋味，还品到了幸福的甜头。

8. 下列句子，与“这消息曾使我一整天处于恍惚的状态，老想象着那只陀螺英武的风姿”表达的情感相同的是哪一项？（ ）

- A. 一时恍恍惚惚的，天空里又像这个，又像那个，其实什么也不像，什么也看不清了。
- B. 她呆呆地坐着，平日闪光的双眼蒙眬起来，鼻尖酸酸的，一股清泪夺眶而出，流到嘴角钻进口中，咸咸的。
- C. 听说有礼物送来，她满满的期待从睁得大大的眼里溢出，双颊微红，嘴唇微微动着，却没发出声音，好像在囁囁自语。
- D. 望着满地的碎瓶胆片，我紧张得张开了嘴巴，呆呆地立在那儿，心里忐忑不安，万一爸爸回来发现了，准会狠狠批评我的。

9. 下列句子与“大陀螺摇头晃脑，挺着肚皮一次次冲过来，我的‘鸭蛋’则不动声色地闪躲”的写法相同的是哪一项？（ ）

- A. 等到幕布拉下，我站起来脱下头罩，满头满脸都是汗珠。
- B. 小伙伴们不甘寂寞，一个大陀螺的主人开始傲慢地向我挑衅。
- C. 牛绝不回头看自己蹄印的深浅，它不在意自己身后留下了什么，走过去就走过去了。
- D. 金奎叔轻轻地把鹅提了起来，然后就像摔一个酒瓶似的，“呼”的一下，把老公鹅甩到了半空中。

10. 下列对课文理解有误的是哪一项？（ ）

- A. 金奎叔的话让“我”明白了要站在正确的角度看事物，不要盲目恐惧，也不能“以大欺小”“欺软怕硬”。（《牛和鹅》）
- B. “我”的陀螺长得不伦不类，却在威风的大陀螺面前始终立于不败之地，这就是“人不可貌相，海水不可斗量”。（《陀螺》）
- C. “我”刚得到叔叔送的陀螺时很高兴，“我”的陀螺被同伴们嘲笑后，“我”士气大减，战胜同伴的陀螺后，我非常激动。（《陀螺》）
- D. 扮老虎很容易，不用说话，不用露脸，所以“我”套上老虎皮，戴上老虎头罩后的表演很精彩，现场笑声连接不断。（《一只窝囊的大老虎》）

11. 请你选择合适的词语填在横线上。

打头阵 开绿灯 占上风 栽跟头 破天荒 碰钉子

去年我们班在学校运动会的接力跑步比赛上_____了，什么名次也没拿到。今年运动会，老师竟_____地让瘦瘦小小的肖明_____，大家都觉得很不可思议。出乎大家意料的是，哨声一响，作为第一棒的肖明遥遥领先，所以在接力赛中，我们班的代表队一直_____。最后，我们取得了第二名的好成绩！

12. 上题中的肖明“瘦瘦小小的”，在接力赛中作为第一棒却“遥遥领先”，用下面哪一句夸他比较适合？（ ）

- A. “人不可貌相，海水不可斗量”，你可真了不起！我们以前都太小看你了！

B. 你这么瘦却能跑得这样快！你让我明白了“尺有所短，寸有所长”。

C. 这次接力赛多亏有你，这真是“机不可失，时不再来”啊！

D. 你的努力没有白费，真是“种瓜得瓜，种豆得豆”啊！

情境与任务二：“挫折”谷

学习是快乐的，也是痛苦的，因为在学习的过程中我们会遭遇种种挫折。我们马上要进入童趣乐园挫折谷，难度升级！请阅读文字材料，按要求捕捉关键信息，向乐园更深处行进。

二、阅读与欣赏。

（一）阅读短文，完成习题。

烹调蔬菜二三事

高士其

蔬菜来自农村，它们要经过长途的旅行，一路上风尘仆仆，才能运到城市的小菜场，不知受过多
少苍蝇和其他昆虫的攻击，不知受过多少人的手和脏水的污染，最后到达我们的厨房，已经满身都是
灰尘和细菌了。据细菌学家估计，蔬菜每克含菌的总量达 250000 个，玉米每粒含菌数高至 135000 个。
在这种情形下，我们就不能不把它洗干净，不能不把它们煮熟，不能不把细菌杀灭。

有些蔬菜可以生吃，也可以熟吃：有的蔬菜必须煮熟，不煮熟就不容易咀嚼、下咽和消化，味
道也不好，但不能煮得太久太烂，太久太烂了所有的营养价值都要失去了。

蔬菜有什么营养价值呢？

蔬菜来到我们的食桌上，带有许多珍贵的礼品献给人类的消化道，这些礼品就是碳水化合物、蛋
白质、维生素、无机盐和纤维素等。

一般蔬菜都含有淀粉和一些葡萄糖，经过烹煮之后，淀粉的颗粒受到了热力的压迫，膨胀而破裂，
这样就容易消化了；如果放在滚水里煮，不多一会儿，淀粉就会水解，变成了葡萄糖，所以菜汁里的
淀粉和葡萄糖很多。

有些豆类蔬菜，含有丰富的蛋白质，经过烹煮以后，有的溶解在水里；有的受热而凝固。在这种
情形之下，不能煮得太久，尤其不能放在硬水里煮，因为含有钙盐和镁盐的硬水，会使蛋白质硬化，
而不易消化。

蔬菜还含有各种维生素、无机盐和纤维素。经过烹煮之后，维生素受的影响最大。蔬菜是维生素
的主要来源，我们无论如何不能让它们在烹煮中丧失。

有些蔬菜如白菜、茼蒿和萝卜以及谷物之类如大米和面粉等，含有维生素 B，这种维生素能溶解
在水里，为了避免丧失，以少加水为宜，并且应当把所煮过的水，统统设法吃掉。

一般蔬菜，都含有维生素 C，番茄以及许多新鲜水果，含量最为丰富，这种维生素，最容易为热
力所破坏，所以不能煮得太久；如果放在碱性水里煮或加上苏打煮，那它们就会全部消失；最好放在

低温里蒸煮，锅上还得加盖，使维生素 C 能保存下来。

蔬菜又是我们矿物质营养的主要来源，这些宝贵的矿物质如钾、磷、铁、碘等，都是以无机盐的状态出现在蔬菜里，它们很容易溶解在水里，所以在烹煮的过程中，我们要尽量地设法保存它们。不要把它们泡在水里过久，也不要用水太多的水来泡；最好用不加水的办法来煮；不要切得太细碎。要知道，为了挽回无机盐的损失，一切菜汤和菜汁都是宝贵的。

蔬菜在它们的叶子、茎和外皮上，还有不少的纤维素，不论用什么方法烹煮，都不至于破坏。这些纤维素，在人体排泄上是有用的，所以不应该把蔬菜的外皮剥得精光。

（摘自 高士其《细胞的不死精神》 北京出版社 2010 年 5 月）

13. 下列句子，与“在这种情形下，我们就不能不把它洗干净，不能不把它们煮熟，不能不把细菌杀灭”意思相同的是哪一项？（ ）

- A. 在这种情形下，我们不能把它洗干净，不能把它们煮熟，不能把细菌杀灭。
- B. 在这种情形下，我们可以把它洗干净，可以把它们煮熟，可以把细菌杀灭。
- C. 在这种情形下，我们必须把它洗干净，必须把它们煮熟，必须把细菌杀灭。
- D. 在这种情形下，我们不一定要把它洗干净，不一定要把它们煮熟，不一定要把细菌杀灭。

14. 下列叙述正确的是哪一项？（ ）

- A. 烹煮蔬菜前，要把外皮撕干净，那样吃起来更柔嫩更爽口。
- B. 蔬菜里含有碳水化合物、蛋白质、维生素、脂肪和纤维素等营养物质。
- C. 豆类蔬菜含有丰富的蛋白质，放水里煮得久一些，蛋白质溶解在水里，更容易消化。
- D. 有的蔬菜必须煮熟才容易咀嚼和消化，但不能煮太久太烂，否则就失去了所有的营养价值。

15. 小佳的妈妈崇尚生吃蔬菜，因为她认为这样才能获取更多的维生素，你能结合本文内容，给她提些建议吗？

（二）阅读短文，完成习题。

不是老天偏爱笨小孩（节选）

刘继荣

我知道，不是老天偏爱笨小孩，是笨小孩更偏爱努力。

学校要开运动会了，许多同学当场就报了项目，儿子却畏手畏脚，说要再想想。

回到家，他仰着头，挨个扳手指头：“长跑很有意思，可我总落在后面，何况有同学跑得像兔子那么快，而且中途从不睡觉；短跑我也喜欢，可体育老师说我起跑太慢；跳远呢，我总是跳得太近……

看他忧虑重重的样子，我笑着给他提建议：“跳高好不好？我觉得你可以试试。”

他摆摆手：“妈妈，你别捣乱！上跳高课时，我得了感冒，没有参加过训练，至今连跳高的基本要

领都不会呢！”

犹豫了好多天，在老师和同学的不断催促下，最后他决定参加短跑。

每天放学后，他都要去林荫道上锻炼一阵，累得直吐舌头。

我鼓励他：“汗水就是通行证嘛，你起跑已近似起飞了！”

他根本不上当，躺在厚厚的落叶上，对着白杨树喊：“麻雀，麻雀，马上就要预赛了，我还是很差，能不能不去参加比赛啊？”

我捏起嗓子，装成麻雀回答：“一凡，一凡，有位名人说过，我的字典里没有‘放弃’二字！”

他跳起来，大声说：“我的借给他，就是那本蓝皮的《小学生字典》！”

我们笑起来，惊飞了一群麻雀。

预赛那天，寒流突袭。更糟糕的是，不知哪个环节出现了失误，他的名字不在短跑组，竟悲剧性地出现在跳高组。

沮丧的他，来到赛场，看那些高手们帅帅地试跳。这一瞬间，他突然爱上了这项运动。他羡慕地张着嘴，眼睛眨也不眨，还情不自禁地模仿别人的动作。他的笨拙和傻气，把周围的人都逗笑了。

裁判员老师后来告诉我，当时儿子热烈地鼓掌，大声地喝彩，跑前跑后地为每位选手加油，替同学拿外套、送水。因为都是小孩子，大家很快就成了朋友。在得知他的遭遇后，同学们纷纷为他打气。那个跳得最高的同学，还将他拉到一边，说出自己的独门秘诀。

终于轮到儿子上场了，看着他茫然的眼神，发抖的双腿，所有人都屏住呼吸，不敢出气。

年轻的裁判老师冲他竖起大拇指：“别怕！就算是最后一名，你也是我们的骄傲！”此时，每个人都竖起拇指，向这个注定垫底的同学致意。

北风愈来愈猛，愈来愈凉。校园广播里，播放着跳高组全体成员为他点的歌：“咸鱼就算翻身，还是只咸鱼，输得也诚恳。至少到最后，我还有咸鱼不腐烂的自尊！”

同学们拍着手合唱：“做我的英雄，做我的天空，我知道你懂，知道你会懂……”

在那一刻，儿子的心忽然变得坚定起来。他全心全意、聚精会神地先跳过挡在心里的横杆，再跳过挡在眼前的横杆，就算是最后一名，也要拿出第一名的诚意！

然而，谁都没想到，他居然拿到了第四名，冲进了决赛！

得到最多拥抱和掌声的他，梦游一般，逐个追问那些尖叫、跳跃的同学：“我真的真的真的能参加决赛了吗？”

在一遍遍得到确认后，他将汗湿的帽子抛出去，将外套抛出去，张开双手，随着漫天的落叶，在操场上飞奔。

当晚，信心满满的儿子忽然开始打喷嚏、咽喉肿痛、发烧。

医生告诫他：“你不能参加决赛了！”

他得意地回答医生：“我从一开始就知道，你到现在才知道！”

医生咋舌，只是笑。

第二天打完点滴，我们路过学校。操场上人声喧嚷，儿子站在围墙外面，遥遥地向队友挥手。没有人注意到他，他兴奋地叫着、跳着，喊着每位队友的名字。风过处，落叶飘摇，仿佛满眼都是金灿灿的奖牌。谁又能说他没有参加决赛呢？

（摘自 刘继荣《爱，让我们彼此听见》 北京联合出版公司 2017年3月）

16. “忧虑重重”是什么意思？联系上下文，我们可以了解到儿子一凡的忧虑有哪些？（ ）

- A. “忧虑重重”指忧愁很重。一凡的忧虑有：长跑落在同学后面，短跑被老师批评，跳远也不行。
- B. “忧虑重重”指忧愁、担心、顾虑很多。一凡的忧虑有：长跑落在同学后面，短跑被老师批评，跳远也不行。
- C. “忧虑重重”指忧愁很重。一凡的忧虑有：长跑不快，短跑起跑慢，跳远跳得太近，不会跳高的基本要领。
- D. “忧虑重重”指忧愁、担心、顾虑很多。一凡的忧虑有：长跑不快，短跑起跑慢，跳远跳得太近，不会跳高的基本要领。

17. 结合短文中描写一凡动作、语言、神态的语句，想想从运动会报名之初，到被错分到跳高组，比赛后生病了。一凡的心情有怎样的变化，为什么会有这样的变化，并填写下面的表格。

一凡的心情	原 因
忧虑重重	_____
_____	因不明失误，预赛时，一凡被安排到了学校运动会的跳高组
_____	_____
_____	_____

18. 你认为文中的一凡是个怎样的孩子？请联系上文，说说你的感受。

参考答案

1、①. 顽皮 ②. 多亏 ③. 摔倒 ④. 砸到 ⑤. 预料 ⑥. 溃不成军 ⑦. 练习

【解析】

【详解】本题主要考查对词语的拼写能力。

解答本题，首先读一读拼音，知道要写什么词语，然后写出正确的词语，写完后读一读，看看是否正确。注意掌握生字的结构和易错点。书写时要注意“顽、亏、摔、砸、预、溃”容易写错。书写时要注意这些字的笔画、结构。要做到规范、正确和美观。

2、C

【解析】

【详解】此题考查学生辨析字音的能力。

正确读准字音，注意区别形近字、多音字的读音，还要注意声调、韵母的区别，平时要多读，多练。
韭黄 jiǔ huáng。

彻底 chè dǐ。

撇开 piē kāi。

3、B

【解析】

【详解】此题考查学生辨析字音的能力。

正确读准字音，注意区别形近字、多音字的读音，还要注意声调、韵母的区别，平时要多读，多练。
B项：旋转 xuán zhuǎn，旋风 xuàn fēng。

4、B

【解析】

【详解】本题考查了汉字读音。

本题是先对题干提供的字进行分析和理解，结合字形、字意和字音，找出与其读音相近的字。

搏，读音 bó。

A. 捋，多音字，读 luō和 lǚ；

B. 搏，读音 bó；

C. 埔，多音字，读 pǔ和 bù；

D. 捕，读音 bǔ。

根据上述读音，与“搏”的读音相近的是“搏”，故选 B。

5、D

【解析】

【详解】 本题考查字形易错字。

A项：“龙其”应为“尤其”，表示更进一步。

B项：“自豪”应为“自豪”，是指自己感到光荣，成就，值得具备成就感。

C项：“师气”应为“帅气”，英俊、美丽、洒脱的气概和气质。

6、D

【解析】

【详解】 本题考查词语搭配。

A项：殷切：深厚而恳切。和句子中“期望”搭配。

B项：无所谓：表达对某些事情不在乎的看法。和句子中“一只天鹅蛋的种子，那么即使出生在养鸭场”搭配。

C项：通情达理：形容很懂道理，说话、做事合情合理。和句子中“好老师”搭配。

D项：重整旗鼓：指失败之后，重新集合力量再干（摇旗和击鼓是古代进军的号令）。他们之前是冠军，今年失败了，没有进入前三，所以不能和“重整旗鼓”搭配。

7、B

【解析】

【详解】 考查关联词的运用。解答时要先理解分句前后表示的是何种关系，再根据句子的意思来选择恰当的关联词语填写。

B项阅读句子“我不再怕鹅，鹅也不敢咬我，碰到了，只是嘎嘎叫几声，扇几下翅膀，就摇摇摆摆走开了”可知，这个句子是表示结果，因此选择词语“果然”。

8、C

【解析】

【详解】 本题考查理解句子含义。

“这消息曾使我一整天处于恍惚的状态，老想象着那只陀螺英武的风姿”表达了作者无比期待的心情。

A项：“一时恍恍惚惚的，天空里又像这个，又像那个，其实什么也不像，什么也看不清了。”表现了大自然的美丽，表达了人们看到火烧云时的喜悦心情。

B项：“她呆呆地坐着，平日闪光的双眼蒙眬起来，鼻尖酸酸的，一股清泪夺眶而出，流到嘴角钻进口中，咸咸的。”表达了伤心的心情。

C项：“听说有礼物送来，她满满的期待从睁得大大的眼里溢出，双颊微红，嘴唇微微动着，却没发出声音，好像在囁囁自语。”表达了期待的心情。

D项：“望着满地的碎瓶胆片，我紧张得张开了嘴巴，呆呆地立在那儿，心里忐忑不安，万一爸爸回来

发现了，准会狠狠批评我的。”表达了紧张、害怕的心情。

9、C

【解析】

【详解】本题考查修辞手法。

“大陀螺摇头晃脑，挺着肚皮一次次冲过来，我的‘鸭蛋’则不动声色地闪躲”这句话运用拟人的修辞手法，生动地写出了“我”与小同伴斗陀螺的情景。

A项：“等到幕布拉下，我站起来脱下头罩，满头满脸都是汗珠。”没有使用修辞手法。

B项：“小伙伴们不甘寂寞，一个大陀螺的主人开始傲慢地向我挑衅。”没有使用修辞手法。

C项：“牛绝不回头看自己蹄印的深浅，它不在意自己身后留下了什么，走过去就走过去了。”从“在意”这个词语可知运用了拟人的修辞手法，赋予牛人的特征。

D项：“金奎叔轻轻地把鹅提了起来，然后就像摔一个酒瓶似的，‘呼’的一下，把老公鹅甩到了半空中。”用比喻的修辞手法，将鹅比作了酒瓶，写出了金奎叔不怕鹅。

10、D

【解析】

【详解】本题考查课文内容理解。

D项：《一只窝囊的大老虎》课文的主要内容是：课文按照事情发展的顺序，讲了“我”上小学时扮演一只大老虎上台参加文艺表演，结果演砸锅了的故事。

文章表现了“我”的求真精神。我明白了并不是因为不会豁虎跳造成的演出失败，其实演了一只窝囊的大老虎给大家带去了欢乐和笑声也很好，演出是成功的。

所以并不是“我”套上老虎皮，戴上老虎头罩后的表演很精彩，而是因为自己并不会豁虎跳，拙劣的表演使得现场笑声连接不断。

11、①．栽跟头 ②．破天荒 ③．打头阵 ④．占上风

【解析】

【详解】本题考查选词填空。

学生首先要知道词语的意思，然后结合句子进行分析。

栽跟头：指因某项事业失败而经历的教训，受到的挫折，也指感情受挫等。和句子中“去年我们班在学校运动会的接力跑步比赛中失利”搭配。

破天荒：指从没有过的或第一次出现的。和句子中“老师让瘦瘦小小的肖明”搭配。

打头阵：比喻战场上冲锋在前或工作中带头干。和句子中“老师让瘦瘦小小的肖明冲锋在前”搭配。

占上风：是指占据有利地位、处于优势。和句子中“们班的代表队一直优势，后，我们取得了第二名的好成绩”搭配。

开绿灯：开亮绿色的信号灯，表示准予通行。比喻允许或不禁止。

碰钉子：常用以比喻遭到拒绝或受到斥责。

12、A

【解析】

【详解】本题考查谚语俗语。

A项：人不可貌相，海水不可斗量。意思：比喻不能只根据相貌、外表判断一个人，如同海水是不可以用斗去度量一样，不可根据某人的相貌就低估其未来。

B项：尺有所短，寸有所长。意思：人都各有长处，也各有短处，彼此都有可取之处，没有一个人全是优点，也没有人全是缺点。

C项：机不可失，时不再来。意思：指时机难得，必需抓紧，不可错过。

D项：种瓜得瓜，种豆得豆。意思：比喻做什么样的事就会得到什么样的结果。

情境与任务二：“挫折”谷

学习是快乐的，也是痛苦的，因为在学习的过程中我们会遭遇种种挫折。我们马上要进入童趣乐园挫折谷，难度升级！请阅读文字材料，按要求捕捉关键信息，向乐园更深处行进。

13. C

14. D

15. 小佳妈妈，不是所有的蔬菜生吃都是好的。

（1）维生素B₂能溶解在水里，你煮白菜、茼蒿和谷物时可以少加水，并把所煮过的水设法吃下就可以了。

（2）含维生素C的可以低温蒸煮，加上锅盖，蒸煮时间短些，维生素C也能保持下来。

（3）一般蔬菜里都含有的淀粉、葡萄糖、蛋白质经过烹饪后更容易消化哦。

【解析】

【13题详解】

本题考查句型转换。

双重否定句变肯定句的方法：找到双重否定词，然后改成带肯定的词语。①“不得不”带有“无奈、勉强、不情愿”等语义，改写成肯定句时，通常加上“只能”或“只好”、“只得”等词。②“不能不”“不要不”“非……不可”等语气强烈，改写时可以加上“必须”“肯定”或“当然”“一定”等词。

“在这种情形下，我们就不能不把它洗干净，不能不把它们煮熟，不能不把细菌杀灭”中双重否定词是“不能不”，转换成肯定句时改为“必须”，所以意思相近的是“在这种情形下，我们必须把它洗干净，必须把它们煮熟，必须把细菌杀灭。”

【14题详解】

本题考查文章内容理解。

A项：结合文章内容“蔬菜在它们的叶子、茎和外皮上，还有不少的纤维素，不论用什么方法烹煮，都不至于破坏。这些纤维素，在人体排泄上是有用的，所以不应该把蔬菜的外皮剥得精光。”可知错误。

B项：结合文章内容“蔬菜来到我们的食桌上，带有许多珍贵的礼品献给人类的消化道，这些礼品就是碳水化合物、蛋白质、维生素、无机盐和纤维素等。”并没有提到脂肪，所以错误。

C项：结合文章内容“有些豆类蔬菜，含有丰富的蛋白质，经过烹煮以后，有的溶解在水里；有的受热而凝固。在这种情形之下，不能煮得太久，尤其不能放在硬水里煮，因为含有钙盐和镁盐的硬水，会使蛋白质硬化，而不易消化。”可知错误。

D项：结合文章内容“有些蔬菜可以生吃，也可以熟吃；有的蔬菜必须煮熟，不煮熟就不容易咀嚼、下咽和消化，味道也不好，但不能煮得太久太烂，太久太烂了所有的营养价值都要失去了。”可知正确。

【15题详解】

本题考查提取关键信息。

通读全文，联系上下文进行分析。

结合文章内容“有些蔬菜可以生吃，也可以熟吃；有的蔬菜必须煮熟，不煮熟就不容易咀嚼、下咽和消化，味道也不好，但不能煮得太久太烂，太久太烂了所有的营养价值都要失去了。”“有些蔬菜如白菜、莴苣和萝卜以及谷物之类如大米和面粉等，含有维生素B，这种维生素能溶解在水里，为了避免丧失，以少加水为宜，并且应当把所煮过的水，统统设法吃掉。”“一般蔬菜，都含有维生素C，番茄以及许多新鲜水果，含量最为丰富，这种维生素，最容易为热力所破坏，所以不能煮得太久；如果放在碱性水里煮或加上苏打煮，那它们就会全部消失；最好放在低温里蒸煮，锅上还得加盖，使维生素C能保存下来。”然后组织好语言进行表达即可。

如：小佳妈妈，不是所有的蔬菜生吃都是好的。（1）维生素B₂能溶解在水里，你煮白菜、莴苣和谷物时可以少加水，并把所煮过的水设法吃下就可以了。（2）含维生素C的可以低温蒸煮，加上锅盖，蒸煮时间短些，维生素C也能保持下来。（3）一般蔬菜里都含有的淀粉、葡萄糖、蛋白质经过烹饪后更容易消化哦。

16. D

17. ①. 一凡长跑、短跑、跳远、跳高都不擅长 ②. 沮丧 ③. 坚定 ④. 跳高组的选手、裁判都安慰、鼓励、帮助一凡。 ⑤. 兴奋 ⑥. 一凡对自己的预赛成绩非常满意，没法参加决赛的他为队友们激动。

18. 我认为文中的儿子一凡遇事不退缩，能勇敢地挑战自己，坚强，乐观。感受：当一凡得知自己被

误分到跳高组以后，他并未选择放弃，而是勇敢的面对挑战，最后成功的冲劲了决赛，我们应该像他学习，不管在学习上，还是生活上，当困难出现时，我们要迎难而上，勇敢的面对困难，只要这样才能取得成功。

【解析】

【16题详解】

本题考查词语解释和提取关键信息。

要学会掌握理解其中的重要的字，就容易理解整个词语的意思了，还要注意平时的积累。

忧虑重重：有很多担忧和顾虑。

结合文章第三段内容“跑很有意思，可我总落在后面，何况有同学跑得像兔子那么快，而且中途从不睡觉；短跑我也喜欢，可体育老师说我起跑太慢；跳远呢，我总是跳得太近……”和文章第五段内容“妈妈，你别捣乱！上跳高课时，我得了感冒，没有参加过训练，至今连跳高的基本要领都不会呢！”可知一凡的忧虑有：长跑不快，短跑起跑慢，跳远跳得太近，不会跳高的基本要领。

【17题详解】

本题考查提取关键信息。

通读全文，联系上下文进行分析。

结合文章第三和第五自然段内容“跑很有意思，可我总落在后面，何况有同学跑得像兔子那么快，而且中途从不睡觉；短跑我也喜欢，可体育老师说我起跑太慢；跳远呢，我总是跳得太近……”“妈妈，你别捣乱！上跳高课时，我得了感冒，没有参加过训练，至今连跳高的基本要领都不会呢！”可知忧虑重重的原因是一凡长跑、短跑、跳远、跳高都不擅长。

结合文章第十四自然段“沮丧的他，来到赛场，看那些高手们帅帅地试跳。这一瞬间，他突然爱上了这项运动。”可知当因不明失误，预赛时，一凡被安排到了学校运动会的跳高组，一凡的心情是沮丧。

结合文章内容“在得知他的遭遇后，同学们纷纷为他打气。那个跳得最高的同学，还将他拉到一边，说出自己的独门秘诀。”“年轻的裁判老师冲他竖起大拇指”“北风愈来愈猛，愈来愈凉。校园广播里，播放着跳高组全体成员为他点的歌”“同学们拍着手合唱”“在那一刻，儿子的心忽然变得坚定起来。”可知一凡的心情是坚定，因为跳高组的选手、裁判都安慰、鼓励、帮助一凡。

结合文章内容“在一遍遍得到确认后，他将汗湿的帽子抛出去，将外套抛出去，张开双手，随着漫天的落叶，在操场上飞奔。”“他兴奋地叫着、跳着，喊着每位队友的名字”可以看出他的激动和兴奋。因为一凡对自己的预赛成绩非常满意，没法参加决赛的他为队友们激动。

【18题详解】

本题考查分析人物形象。

结合文章内容“在那一刻，儿子的心忽然变得坚定起来。他全心全意、聚精会神地先跳过挡在心里的横

杆，再跳过挡在眼前的横杆，就算是最后一名，也要拿出第一名的诚意！”然而，谁都没想到，他居然拿到了第四名，冲进了决赛！”医生告诫他：“你不能参加决赛了！”他得意地回答医生：“我从一开始就知道，你到现在才知道！”可以看出一凡是一个遇事不退缩，能勇敢地挑战自己，坚强，乐观的孩子。

谈感受时，可结合文章中一凡的事情，然后联系实际生活，组织好语言进行表达即可。