**江西省十校协作体2025届高三第一次联考**

**注意事项:**

1. **答卷前,考生务必将自己的姓名、考场号、座位号、准考证号填写在答题卡上。**
2. **回答选择题时,选出每小题答案后,用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。回答非选择题时,将案写在题卡上,写在本试卷上无效。**

**3.考试结束后,将本试卷和答题卡一并交回。**

**考试时间150分钟，满分150分**

**一、现代文阅读（35分）**

**（一）现代文阅读Ⅰ（本题共5小题，19分）**

阅读下面的文字，完成下面小题。

我国制舟造船的历史悠久，传说在黄帝时代就已发明和制作舟船。《太平御览》中晋梂的《据船赋》这样概括舟船的品性：“虽载沉而心浮”“似君子之淑清”“外质朴而无饰”“以空虚以受盈”“不辞劳而恶动”“不偷安以自宁”，所以它能深入历代文人的心灵世界。舟不仅启迪了人类的思想，也丰富了人类的诗情。历代文人名士，对舟船情有独钟。他们要是对现实生活不满，想遁世隐逸，耽乐于山水之间，作逍遥优游，多半是买舟而往。唐代张志和自称烟波钓徒，作《渔歌子》五首，其中那位身披蓑衣，头戴箬帽，斜风细雨中的垂钓者和柳宗元《江雪》诗中的寒江独钓者，堪称千古一绝，逐渐凝化成中国文学中舟居渔父形象的一种定格。明朝张岱更有一部《夜航船》传世，令文人墨客深深感到“天下学问，惟夜航船中最难对付”。可以说，历代文人士大夫对山水林泉的怀恋，对仕途的担心，对社会的不满，往往化作对舟居渔父生活的憧憬。舟承载着人生的欢乐与快意、痛苦与无奈、失落与遇合朝我们缓缓驶来，它是历代文人止泊心灵的场所。舟船的独特品性使它成了负载人类情感与理想的心灵之舟，从世俗走向艺术，从实用走向审美。

文人舟居情结代表了一种隐逸，一种退居。当中国文人经历了轰轰烈烈的政治争夺，伤痕累累之后，他们往往会选择江湖泛舟、山林隐逸，以此来抚平心灵的创痛。舟是中国士人人生政治失意后身心的疗养所，是功成后全身远祸的避难所和保全天性的理想境地。被尘世种种外物所扰的文人墨客们乘着它进入了与世无争的“高蹈世界”。这个“高蹈的世界，是由浮世的纷扰、个人的失意而生的苦闷的救济场。这无须乎说，是因为在那里——个人的自由——绝对地被容许的缘故。”因此，具有舟居情结的中国文人都与大自然有着密切的关系，都把大自然作为人生的最后归宿，以寻找心灵的寄托。人本是大自然的一部分，当大自然最奥秘的生命充盈人的心灵时，足以令我们心旷神怡。大自然的一切：新鲜的空气、纯净的蓝天、迷蒙的烟雨、柔和的月光、连绵的青山、潺潺的流水……这一切就在我们的周围。大自然的美对我们每个人都是平等的，愈是自然的东西，就愈是接近我们生命的本质。中国文人们认识到自然中有真和美，认识到繁华短暂，自然永存，人生有限，江山长在，在这人世与自然、有限与永恒的鲜明对比中，选择和皈依了后者。范蠡助勾践雪会稽之耻后，“以为大名之下，难以久居，且勾践为人可与同患，难与处安”，乃“自与其私属乘舟浮海以行，终不反”；李白理想的人生模式也是像范蠡一样功成身退，泛舟江湖。只有在五湖的扁舟之中，士子们那颗飘泊不定的心才能得到暂时的安顿与止泊。

当中国的文人士大夫在现实社会中无法体现其自身价值时，游山玩水便成为一种生活情趣，一种人生态度，他们在山水间找到了新的价值观，即忘忧劳、去荣辱、清静闲适、怡情悦性。舟依持水力风力而行，较之靠人力畜力推动牵引的车，相对轻灵便巧，特别是在顺风顺水的情形下，舟行速度极快。顺水行舟这种御风而行的感受，可以说是古人对超越时空阻隔的自由的一种真实体验。人与自然正是通过舟船来缩短距离，从而使人融入自然。

再看：“人生在世不称意，明朝散发弄扁舟。”（李白《宣州谢朓楼饯别校书叔云》）“永忆江湖归白发，欲回天地入扁舟。”（李商隐《安定城楼》）李白的进步思想与黑暗现实之间的矛盾，在当时历史条件下无法解决，只好逃避现实，想选择“散发弄扁舟”的出路。李商隐却道自己早有归隐江湖之意，但等回天撼地之日，旋乾转坤之时，头飘白发，身入扁舟。不管是李白的散发弄舟，还是李商隐的白发入舟，都是寄情扁舟，游于山水，不以世事萦怀。诗人正是以这种独特的方式维持着他们身体的安逸和心灵的平静。

在意象的组合中，文人所乘舟船多与“月”“雨”这些意象相组合构成意象群。把表面看来似乎没有关系，其实深层却互相钩连着的意象组合起来，表达一种更深层次的意蕴，这也是诗人惯常用的手法。乘舟观月色历来是文人一大嗜好。在诗词作品中，舟与月的组合韵味悠长。同时，明月孤舟的环境之清幽与尘世的喧嚣形成鲜明对比，常常成为超俗出世者聊以寄情的意象组合。高高秋月，曾照古人，明月依旧，斯人不见。此情此景，小舟与月色完全融为一体，天人不分，怎会将名利系之于心？在古典诗词中舟与雨也常常相连。疏林古寺，数声钟韵悠扬；小浦雨舟，几点残灯明灭。雨声是发自天地间的梵音妙曲，文人卧船听雨，聆听天籁，与大自然进行心灵的交流，进入欣赏自然音乐的审美层次。

林语堂说过：“中国人被认为是讲求实际的民族。然而，他们浪漫的一面也许比现实的一面更深刻，这一点表现在深刻的个性中，在对自由的热爱中，在乐天的生活态度中。……在内心里，每个中国人都想当流浪汉，过流浪生活。如果没有这种精神上的依托，在儒教控制下的生活必将是无法忍受的。道教使中国人处于游戏状态，儒教使中国人处于工作状态。这就是每个中国人在成功时是儒家，而失败时变成道家的原因。道家的自然主义，正是用来慰藉中国人受伤的心灵的止痛药膏。”回归自然，诗人可以彻底地放松自己的身心，因为他们不必和自然算计，不必和自然作假。在大自然中，他们的心灵会变得简单、清净。他们可以在林间漫步，让念头安住在举手投足的每个当下；他们可以在树下静坐，看花开花落，望云卷云舒，在自然中找到快乐和宁静。也许正是这广袤秀丽的大自然造就了中国文人自由的心灵，他们在和大自然的和谐相处中，达到了物我交融的艺术境界。

舟不滞于物、从流飘荡的特性正代表了文人的一种自由人格。驾一叶小舟寄身于云间，那一刻，生命与自然已融合为一体。诗人们将自我投入到生生不息的宇宙和自然中去分享其中的永恒和宁静，用审美的眼光乃至欣赏的情调来观察自然和社会，从而实现了自己外在和内在真正意义上的超越。这种本质上的对生命意义的张扬和对生命本源的关注，表达了诗人强烈的呼唤本性自由的回归意识。

（选自《生命本体的诗意接近——论中国文人的舟居情结》有删节）

1．下列对材料相关内容的理解和分析，正确的一项是（ ）（3分）

A．历代文人名士，对舟船情有独钟，主要是因为他们对现实生活不满，买舟寻求遁世隐逸。

B．新鲜的空气、纯净的蓝天、迷蒙的烟雨、柔和的月光、连绵的青山、潺潺的流水，这些都是接近我们生命的本质的存在。

C．李白逃避现实，选择“散发弄扁舟”的出路，李商隐却早有归隐江湖之意，头飘白发，身入扁舟，两人维持身体安逸与心灵平静的方式不同。

D．文人把“舟船”和与舟船没有关系的“月”“雨”等意象与相组合，构成意象群，这是诗人惯常用的方法。

2．根据材料内容，下列说法不正确的一项是（ ）（3分）

A．舟船的独特品性使它成为了负载人类情感与理想的心灵之舟，舟船摒弃了世俗与实用，走向了艺术与审美。

B．中国文人士大夫在游山玩水间找到了新的价值观，这是对于在现实社会中无法实现自身价值的一种慰藉。

C．林语堂认为中国人浪漫的一面也许比现实的一面更深刻，这从中国人的深刻的个性中、对自由的热爱中、乐天的态度中有迹可循。

D．舟是逍遥的象征，不滞于物、从流飘荡的特性高度契合了中国文人追求自由的心灵，代表了文人的一种自由人格。

3．根据材料观点，下列选项不符合中国文人“舟居情结”的一项是（ ）（3分）

A．一棹春风一叶舟，一纶茧缕一轻钩。花满渚，酒满瓯，万顷波中得自由。

B．数丛沙草群鸥散，万顷江田一鹭飞。谁解乘舟寻范蠡，五湖烟水独忘机。

C．鼓清琴，倾渌蚁，扁舟自得逍遥志。任东西，无定止，不议人间醒醉。

D．菱叶萦波荷飐风，荷花深处小船通。逢郎欲语低头笑，碧玉搔头落水中。

4．文章多处引用了古诗文和举古人的例子，请简要分析其论证效果。（4分）

5．请结合《赤壁赋》“纵一苇之所如，凌万顷之茫然。浩浩乎如冯虚御风，而不知其所止；飘飘乎如遗世独立，羽化而登仙”，分析中国古代文人“舟居情结”的具体内涵。（6分）

**（二）现代文阅读Ⅱ（本题共4小题，16分）**

阅读下面的文字，完成6-9题。

**苦恼**

契诃夫

暮色昏暗。大片的湿雪绕着刚点亮的街灯懒洋洋地飘飞，落在房顶、马背、肩膀、帽子上，积成又软又薄的一层。车夫约纳周身雪白，像个幽灵。他在赶车座位上坐着，一动也不动，身子往前伛着，伛到了活人的身子所能伛到的最大限度。他那匹小马也是一身白，也是一动都不动。它那呆呆不动的姿势、它那瘦骨嶙嶙的身架、它那棍子般直挺挺的腿，使它活像那种花一个戈比就能买到的马形蜜糖饼干。

约纳和他的瘦马停在那个地方已经很久了。他们在午饭前就从大车店里出来，至今还没拉到一趟生意。

“赶车的，到维堡区去！”约纳听见了喊声，“赶车的！”约纳猛地哆嗦一下，从粘着雪花的睫毛里望出去，看见一个穿带风帽的军大衣。

“到维堡区去！”军人又喊了一遍。

约纳抖动一下缰绳，于是从马背上和他肩膀上就有大片的雪撒下来……军人坐上了雪橇。约纳回过头去瞧着乘客，努动他的嘴唇……他分明想要说话，然而从他的喉咙里却没有吐出一个字来，只发出咝咝的声音。

“什么？”军人问。

约纳撇着嘴苦笑一下，嗓子眼用一下劲，这才沙哑地说出口：“老爷，那个，我的儿子……这个星期死了。”

“哦！……他是害什么病死的？”

约纳掉转整个身子朝着乘客说：“谁知道呢！多半是得了热病吧……他在医院里躺了三天就死了……这是上帝的旨意哟。”

“赶你的车吧……”乘客说，“照这样走下去，明天也到不了。快点走！”

车夫就又挥动他的鞭子。后来他有好几次回过头去看他的乘客，可是乘客闭着眼睛，分明不愿意再听了。他把乘客拉到维堡区以后，就把雪橇赶到一家饭馆旁边停下来……湿雪又把他和他的瘦马涂得满身是白。一个钟头过去，又一个钟头过去了……

人行道上有三个年轻人路过，把套靴踩得很响，互相诟骂，其中两个人又高又瘦，第三个却矮而驼背。

“赶车的，到警察桥去！”那个驼子用破锣般的声音说，“一共三个人……二十戈比！”

二十戈比的价钱是不公道的，然而他顾不上讲价了，只要有乘客就行……

三个人一齐抢到座位上去，驼子用破锣般的嗓音说：“快点跑！嘿，老兄，瞧瞧你的这顶帽子！全彼得堡也找不出比这更糟的了……”

“嘻嘻，……嘻嘻……”约纳笑着说，“凑合着戴吧……”

“喂，你少废话，赶车！莫非你要照这样走一路？是吗？要给你一个脖儿拐吗？……”“哈哈！”约纳笑道，“这些老爷真快活！”

“呸，见你的鬼！……”驼子愤慨地说，“你到底赶不赶车，老不死的？难道就这样赶车？你抽它一鞭子！使劲抽它！”

约纳感到他背后驼子的扭动的身子和颤动的声音。正好他们的谈话短暂地停顿一下，他就再次回过头去，嘟嘟哝哝说：

“我的……那个……我的儿子这个星期死了！”

“大家都要死的……”驼子咳了一阵，擦擦嘴唇，叹口气说，“得了，你赶车吧！诸位先生，照这样的走法我再也受不住了！他什么时候才会把我们拉到呢？”

约纳回转身，想讲一讲他儿子是怎样死的，可是这时候驼子轻松地呼出一口气，声明道：“谢天谢地，我们终于到了。”约纳收下二十戈比以后，久久地看着那几个游荡的人的背影，直到他们不见了。他又孤身一人，寂寞又向他侵袭过来……他的苦恼刚淡忘了不久，如今重又出现，更有力地撕扯他的胸膛。约纳的眼睛不安而痛苦地打量街道两旁川流不息的人群：在这成千上万的人当中有没有一个人愿意听他倾诉呢？然而就是没人注意到他，更不要说注意他的苦恼了……那种苦恼是广大无垠的。如果约纳的胸膛裂开，那种苦恼滚滚地涌出来，仿佛就会淹没全世界，可是话虽如此，它却是人们看不见的。这种苦恼竟包藏在这么一个渺小的躯壳里，就连白天打着火把也看不见……

约纳瞧见一个扫院子的仆人拿着一个小蒲包，就决定跟他攀谈一下。“老哥，现在几点钟了？”他问。

“九点多钟……你停在这儿干什么？把你的雪橇赶开！”

约纳把雪橇赶到几步以外去，伛下腰，听凭苦恼来折磨他……他觉得向别人诉说也没有用了……

大约过了一个半钟头，约纳已经回到大车店，在一个肮脏的大火炉旁边坐着了。炉台上，地板上，长凳上，人们鼾声四起。空气又臭又闷。约纳瞧着那些睡熟的人，后悔不该这么早就回来……

“连买燕麦的钱都还没挣到呢，”他想，“这就是我会这么苦恼的缘故了。一个人要是会料理自己的事……让自己吃得饱饱的，自己的马也吃得饱饱的，那他就会永远心平气和……”墙角上有一个年轻的车夫站起来，带着睡意嗽一嗽喉咙，往水桶那边走去。“你是想喝水吧？”约纳问。“是啊，想喝水！”

“那就痛痛快快地喝吧……我呢，老弟，我的儿子死了……”约纳看一下他的话产生了什么影响，可是一点影响也没看见。那个青年人已经盖好被子，连头蒙上，睡着了。如同那个青年人渴望喝水一样，他渴望说话。他的儿子去世快满一个星期了，他却至今还没有跟任何人好好地谈一下这件事……听他故事的人应当会惊叫，叹息，掉泪……

“去看一看马吧，”约纳想，“要睡觉，有的是时间……不用担心，总能睡够的。”

他穿上衣服，走到马房里，他的马就站在那儿。他想起燕麦、草料、天气……关于他的儿子，他独自一人的时候是不能想的……跟别人谈一谈倒还可以，至于想他，描摹他的模样，那太可怕，他受不了……

“你在吃草吗？”约纳问他的马说，“好，吃吧……既然买燕麦的钱没有挣到，那咱们就吃草好了……库兹马不在了……他下世了……他无缘无故死了……比方说，你生了马驹……可是突然，如果马驹死了……你不难过吗？”

那匹瘦马嚼着草料，听着，向它主人的手上呵气。约纳讲得入了迷，就把他心里的话统统对它讲了……

（小说发表于1886年，有删改）

6、下列对本文相关内容的理解分析，不正确的一项是（  ）（3分）

A.小说开篇用雪花纷飞渲染沉重凄凉的氛围，一动不动的车夫，虽然不发一言，却足以使读者窥探到他内心的焦躁。

B.文中多次出现了“笑”“嘻嘻”“哈哈哈”等词语，这些词语实则无时不在反射车夫之难堪，社会之冷漠。

C.军人称呼约纳为“赶车的”，三个年轻人对约纳的称呼则从“赶车的”变为“老不死的”，称呼意味着约纳常受到轻视与欺辱。

D.《苦恼》就是在讲述一个悲伤的故事。悲伤的谈话意味着，不但所谓的上层社会和下层社会不能沟通，即使同为下层社会，沟通同样是不可能的。

7.下列对小说艺术特色的分析鉴赏，不正确的一项是（ ）（3分）

A.小说既有对主人公外貌、语言、动作和心理的详尽刻画，也没忽略对次要人物外貌、言行举止的描绘，使人物形象更鲜明。

B.本文大量使用短句、省略号，形象地表现了约纳说话简短、口语化、吞吞吐吐、断断续续的特点，想说又不敢大胆痛快地倾诉的心理，语言简洁，富有个性。

C.契诃夫小说塑造了不少漫画式人物，如约纳与别里科夫，作者以简洁的笔法勾勒人物的精神特征，于夸张变形中批判冷漠畸形的社会现实。

D.作者选取日常生活中的平凡事件为素材，让社会下层的小人物做主角，反映的却是重大社会问题，收到以小见大、见微知著的效果。

**8、马在小说中多次出现，有什么作用？请结合文本进行分析。（4分）**

**9. 有人说“客观的叙述，精简的细节和热烈的抒情”构成了《苦恼》独特的艺术风格，请结合文本加以分析。（6分）**

1. **古代诗文阅读（35分）**

 **（一）文言文阅读（本题共5小题，20分）**

阅读下面的文言文，完成下面小题。

材料一：

凡五谷者，民之所仰也，君之所以为养也。故民无仰则君无养，民无食则不可事。五谷尽收，则五味尽御于主，不尽收则不尽御。故凶饥存乎国，君朝之衣不革制，彻骖騑，涂不芸，马不食粟，婢妾不衣帛，此告不足之至也。

今有负其子而汲者，队①其子于井中，其母必从而道之。今岁凶，民饥，道馑，此疚重于队其子，其可无察邪？为者寡，食者众，则岁无丰。财不足则反之时，食不足则反之用。故先民以时生财，固本而用财，则财足。故虽上世之圣王，岂能使五谷常收而旱水不至哉！然而无冻饿之民者，何也？其力时急而自养俭也。故《夏书》曰：“禹七年水。”《殷书》曰：“汤五年旱。”此其离凶饿甚矣，然而民不冻饿者，何也？其生财密，其用之节也。

故仓无备粟，不可以待凶饥；库无备兵虽有义不能征无义城郭不备完不可以自守；心无备虑，不可以应卒。夫桀无待汤之备，故放；纣无待武王之备，故杀。桀纣贵为天子，富有天下，然而皆灭亡于百里之君者，何也？有富贵而不为备也。故备者，国之重也；食者，国之宝也；兵者，国之爪也；城者，所以自守也。此三者，国之具也。且夫食者，圣人之所宝也。故《周书》曰：“国无三年之食者，国非其国也；家无三年之食者，子非其子也。”此之谓国备。

（节选自《墨子·七患》）

注：①队：通“坠”。

材料二

今海内为一，土地人民之众不避汤、禹，加以亡天灾数年之水旱，而畜积未及者，何也?地有[遗利](https://baike.so.com/doc/25872-26935.html%22%20%5Ct%20%22https%3A//baike.so.com/doc/_blank)，民有余力，生谷之土未尽垦，山泽之利未尽出也，游食之民未尽归农也。民贫，则奸邪生。贫，生于不足;不足，生于不农;不农，则不地著;不地著，则离乡轻家，民如鸟兽。虽有高城深池，严法重刑，犹不能禁也。夫寒之于衣，不待轻暖;饥之于食，不待甘旨。饥寒至身，不顾廉耻。人情一日不再食则饥，终岁不制衣则寒。夫腹饥不得食，肤寒不得衣，虽慈母不能保其子，君安能以有其民哉?明主知其然也，故务民于农桑，薄赋敛，广畜积，以实[仓廪](https://baike.so.com/doc/6636233-6850042.html%22%20%5Ct%20%22https%3A//baike.so.com/doc/_blank)，备水旱， 故民可得而有也。

（节选自晁错《论贵粟疏》）

10．文中画波浪线的部分有三处需加句读，请将相应位置的答案标号涂黑。**（3分）**

库无A备兵B虽有C义D不能E征F无义G城郭H不备I完J不可以K自守

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．固，意为巩固、稳固，与《阿房宫赋》中“独夫之心，日益骄固”的“固”意思和用法都不同。

B．离，意为遭遇、遭受，与《屈原列传》中“离骚者，犹离忧也”的第二个“离”意思相同。

C．卒，意为突发情况，“卒”与《陈情表》中“庶刘侥幸，保卒余年”的“卒”意思相同。

D．亡，意为没有，与“亡羊补牢”和“家败人亡”的“亡”意思都不相同。

12．下列对原文有关内容的概述，不正确的一项是（   ）**（3分）**

A．材料借用“队其子于井中，其母必从而道之”的事例，生动说明在发生灾荒时，君王应心怀愧疚并引导百姓积极自救。

B．大禹时有七年的大水灾，商汤时有五年旱灾，但他们的百姓在荒年里没有挨饿受冻的，原因至少有两个：按时生产，储备充足；生活非常节俭。

C．夏桀和商纣虽贵为天子，却因没有注意戒备和预防，最终亡于小国诸侯，因此做好准备防止祸患，是国家重要的工作。

D．在缺衣少食、难以生存的情况下，即使有严厉的法令、残酷的刑罚，也无法阻止老百姓背井离乡四处逃亡，所以明君要特别重视农业生产。

13．把文中画横线的句子翻译成现代汉语。**（8分）**

（1）涂不芸，马不食粟，婢妾不衣帛，此告不足之至也。

（2）夫腹饥不得食，肤寒不得衣，虽慈母不能保其子，君安能以有其民哉

14．历史上圣明的君王，是如何做到让百姓远离冻饿的？请结合文本简要说明。**（3分）**

（二）古代诗歌阅读Ⅱ（本题共2小题，9分）

阅读下面两首宋诗，完成15—16题。

新城道中(其二)①

 苏　轼

身世悠悠我此行，溪边委辔听溪声。

散材畏见搜林斧，疲马思闻卷旆钲②。

细雨足时茶户喜，乱山深处长官清。

人间歧路知多少？试向桑田问耦耕。③

 次韵子瞻新城道中

苏 辙

春深溪路少人行，时听田间耒耜声。

饥就野农分饷黍，迎嫌尉卒闹金钲。

闲花开尽香仍在，白酒沽来厌未清。

此味暂时犹觉胜，问兄何日便归耕。

 【注】①神宗熙宁六年(1073)的春天，在宋朝激烈的党争中，苏东坡无法在朝廷立足，请求外调杭州任地方官，诗人在杭州通判任上出巡所领各属县。〔新城〕在杭州西南。　②〔钲〕古代乐器，击之而鸣。　③暗用《论语·微子》的典故，两位隐士长沮、桀溺耦而耕，孔子命子路向他们问路。

1. 下列对这两首诗的理解和赏析，不正确的一项是（ ）（3分）

A．苏轼诗首联作者联想到漫漫人生旅途就同我脚下悠悠的路，不知不觉放下缰绳，倾听溪声，是在慨叹自己的为官经历，心情并不轻松。

B、苏轼诗颈联中，作者想到茶农因为细雨而喜悦，在这乱山深处还有自己的清官好友，情感和颔联相比发生了变化。

C、苏辙诗颈联闲花落尽说明春意已深，白酒未清说明生活清贫只买得起浊酒，美中不足而令人惆怅。

D、苏辙诗以白描为主，将自然景观与田园生活相融合，体现自然之美，平和稳重，淳朴无华。

16、对苏轼诗发出的“人间歧路知多少，试向桑田问耦耕”的感慨，苏辙诗对此是如何回应的？（6分）

**（三）名篇名句默写。**（6分）

17．补写出下列句子中的空缺部分。

（1）小华观看电影《长安三万里》后，有感于李白青年时期的潇洒飞扬和半生蹉跎后内心的落寞郁愤，想到了李白《梦游天姥吟留别》中蔑视权贵的名句“ ， ”。

（2）某老师谈到古人以行船写心境，别出心裁，让学生举例。小刚举的是李白的“两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山”，而小明举的是苏轼《赤壁赋》中的“ ， ”。

（3）时空对举是指诗人从时间和空间两个角度描写景物来营造意境，让读者在时空交错中获得审美体验。“诗圣”杜甫即擅长在近体诗中运用时空对举的创作方法，如“ ， ”。

**三、语言文字运用（20分）**

（一）**语言文字运用Ⅰ**

阅读下面的文字，完成下面小题。

在浩瀚的大洋江湖中，有一个常年栖息于海底、以善用“毒暗器”而令人 A 的门派——芋螺派。这个门派的成员昼伏夜出，善于伪装，遇到敌人，便射出带芋螺毒素的“鱼叉”，中镖对手顿时全身麻痹，束手就擒。

芋螺派中高手云集，地纹芋螺所用暗器与众不同，它对付的是疾游如飞的鱼类，释放出暗器后在较远距离让对手全身瘫软，然后再将之一击毙命，真是“十步杀一鱼，千里不留行”的狠角色。

令人意外的是，这一独门暗器竟是人们 B 的药物——胰岛素。这种暗器引起了科学家的浓厚兴趣：这是怎样的动物胰岛素？它的毒杀威力有多大？为了验证这种胰岛素的威力，科学家从地纹芋螺分泌的毒液中提取出胰岛素，将其注射入健康的斑马鱼体内，再分析血糖水平，结果发现斑马鱼的血糖迅速下降。当他们将这种胰岛素释放到斑马鱼的周围水环境中，刚才还活蹦乱跳的斑马鱼很快就变得 C 了。

1. 请在文中A、B、C处填入恰当的成语。（3分）

19．下列句子中的“对付”与文中加点的“对付”，意义和用法相同的一项是（   ）（3分）

A．有时我们需要放下对精致的追求，用简单的食材对付一餐也是一种满足。

B．人体的免疫系统非常复杂，在长期的进化过程中形成了许多对付外敌的办法。

C．他们夫妻俩最近有些不对付，需要找个时间好好谈谈，化解误会。

D．对待生活的态度决定了生活的质量，凡事对付着过，并不能带来幸福感。

20．文段“毒暗器”“狠角色”两个词语富有表现力，请简要分析其表达效果。（4分）

1. **语言文字运用Ⅱ**

阅读下面的文字，完成21～22题。

生命在于运动，体育运动有益于人体健康，但是， A 。早在1924年就有研究人员指出，剧烈的身体运动会缩短寿命。荷兰脑研究所研究显示，以下两个因素决定寿命长短：新陈代谢和大脑的体积。 B ，人的寿命就越短，这与观察到的世界上顶尖运动员的寿命都较短的现象是一致的，因为剧烈的体育运动需要消耗大量的身体能量，加快新陈代谢，从而缩减人的寿命。研究者在动物身上也发现了类似的现象，果蝇的飞行活动越多，死得就越早。如果适当限制果蝇的飞行活动，可观察到它们的寿命会延长。

影响人的寿命的第二个因素是大脑的容量。大脑容量越大，思维越活跃，人的寿命也越长。众所周异，世界上杰出科学家的大脑体积都是比较大的，他们的寿命也更长一些。相反，那些拥有较小大脑体积的个体，比如唐氏综合征或小脑畸形综合征患者，他们的寿命通常都较短。那么， C ？研究表明，经常给大脑提供新信息来刺激大脑有助于大脑容量的提高。21.请在文中画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10个字（6分）22.材料对保持长寿有何启迪？请简要概述。要求使用包含正反对比关系的句子，表达简洁流畅，不超过50个字。（4分）

**四．作文（60分）**

1. 阅读下面的材料，根据要求写作。

传统的煮茶，贵在火候调和，火候把握适度了，滋味也就深了；马拉松比赛，贵在呼吸、速度等各种因素的科学调适，行稳方能致远。但是，吐鲁番的葡萄因经历了极限的光照和巨大的昼夜温差，才成为饱满味甜的珍品；翡翠因经历了地壳运动的极限高压，才拥有了价值连城的美誉。

对此，你是怎样看的？请结合人生和社会的实际，谈谈你的体会和思考。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。

**江西省十校协作体2025届高三第一次联考**

**语文答案**

1. B

【解析】导语：文章探讨了中国文人的“舟居情结”，通过文本引述和古诗例证，阐述了文人们在面对现实社会的失意和对自然的向往时，通过舟船这一意象寻求心灵的平静与归宿。舟体现了自由与隐逸，成为文人生存哲学的一种象征。文章通过对舟的意象丰富内涵的分析，揭示了中国文人独特的生命观和艺术境界，表达了对自然、自由和人生的深刻思索。

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.“因为他们对现实生活不满，买舟寻求遁世隐逸”错，历代文人名士对舟船情有独钟的原因是多方面的，不只是对现实生活不满而寻求遁世隐逸，还包括舟船本身独特品性承载着诸多情感、能寄托心灵等。

C.“方式不同”错，都是通过寄情山水、依托扁舟来实现。

D.“没有关系”错，文中说“月”“雨”这些意象与舟船深层是互相钩连着的，并非没有关系，它们组合起来能表达更深层次的意蕴。

故选B。

1. A

【解析】本题考查学生根据材料内容进行推断的能力。

A.“舟船摒弃了世俗与实用，走向了艺术与审美”错，原文说舟船“从世俗走向艺术，从实用走向审美”，并不是摒弃了世俗与实用，而是在承载情感、寄托理想等过程中实现了向艺术和审美的升华。

故选A。

1. D

【解析】本题考查学生分析论点、论据和论证方法的能力。

A.诗句描绘了乘舟垂钓、在万顷波中享受自由的情景，体现了文人通过舟居获得自由、隐逸的状态，符合“舟居情结”。

B.诗句提到乘舟去追寻范蠡，在五湖烟水中忘却世俗机心，体现了借舟居来隐逸、退居的心态，符合“舟居情结”。

C.诗句展现了乘扁舟自得逍遥、不在意人间是非的状态，体现了舟居所带来的自由、超脱的情怀，符合“舟居情结”。

D.诗句主要刻画了采莲女遇到情郎时的娇羞场景，重点在人物的情感互动，与文人借助舟居实现隐逸、追求自由等“舟居情结”所蕴含的意义无关。

故选D。

1. ①增强说服力，多处使用古诗文与举例，增强了观点论证的力度；

②增强文学性，语言充满诗意，契合文章的主题“生命的诗意”；

③增强感染力，说明中国文人身上有着突出的舟居情结。

【解析】 本题考查学生分析论证效果的能力。

①文章论述中国文人的舟居情结相关观点时，引用古诗文如李白、李商隐等人的诗句以及列举范蠡、张志和等古人的事例，这些都是具体的实例支撑，用古人的经历、诗词表达来印证观点，让所阐述的关于文人舟居情结的种种表现、缘由等观点更具可信度，增强了整个论证的力度，使读者更容易信服文中所提出的看法。

②本身文章主题围绕着文人与舟船所体现出的一种充满诗意的生命状态，大量引用古诗文，其优美、富有韵味的语言融入到论述中，让文章整体语言更具诗意美感，与主题所强调的“生命本体的诗意接近”相契合，营造出浓厚的文学氛围。

③通过众多古诗文的引用以及古人例子的呈现，生动地展现了从古至今中国文人身上普遍存在的舟居情结，让读者深切感受到这种情结在文人生活、思想等方面的深刻印记，容易引起读者情感上的共鸣，使读者更深入地理解文人与舟居之间的紧密联系以及背后蕴含的深厚情感。

 5．①舟居情结代表了一种隐逸，一种退居。中国士人在人生政治失意或功成后，选择像苏轼一样“泛舟”把它作为疗养所和避难所。

②舟居情结代表了文人的一种自由人格。舟具有不滞于物、从流飘荡的特性，于“纵一苇之所如”中，获得超越时空阻隔的自由的真实体验，生命与自然相融。

③舟居情结代表一种宇宙意识和自然精神。文人将自我投入到“浩浩乎，飘飘乎”的宇宙和自然中，去分享永恒和宁静，实现自己的超越。

【解析】 本题考查学生理解文中重要词语含义的能力。

①在《赤壁赋》中，苏轼与友人泛舟赤壁之下，当时苏轼被贬黄州，处于政治失意之时，而“纵一苇之所如，凌万顷之茫然”描绘了他们驾着小船在广阔江面上随意飘荡的情景，就如同诸多中国士人在人生遇到挫折、政治失意或者功成名就后想要全身远祸时一样，把泛舟江上当作是一种身心的疗养、避难的方式，远离尘世纷扰，体现了通过舟居来实现隐逸、退居的心理诉求。

②舟“纵一苇之所如”的这种不滞于物、顺着水流随意飘荡的特性，让文人在江上能获得像“浩浩乎如冯虚御风，而不知其所止；飘飘乎如遗世独立，羽化而登仙”这般超越时空阻隔的自由体验，仿佛能摆脱世俗的束缚，将自己融入到自然之中，使生命与自然相融合，展现出文人追求自由的人格特点，契合他们内心对自由的向往，是舟居情结在追求自由层面的体现。

③文中的“浩浩乎”“飘飘乎”营造出一种宏大开阔、空灵虚幻的宇宙和自然环境，文人置身于小舟之上，投身到这样的宇宙和自然中，去感受那无尽的永恒与宁静，借此实现自己外在和内在真正意义上的超越，体现了文人将自我与宏大的宇宙自然相连接，追求一种超越个体、体悟宇宙自然奥秘的精神境界，这也是舟居情结所蕴含的深层次的宇宙意识和自然精神的体现。

6.A【解析】 A项，“却足以使读者窥探到他内心的焦躁”错误。车夫的一动不动，让读者感到他内心的苦闷压抑。

7.C【解析】C项，“契诃夫小说塑造了不少漫画式人物，如约纳与别里科夫只”“于夸张变形中批判冷漠畸形的社会现实”分析错误。本文中的约纳不是漫画式人物，同时也没有运用夸张变形的手法，而是用写实的手法来塑造这一人物。故选C。

8.①丰富人物形象。小说多处描写马的处境、状态，衬托了约纳如牛马般的社会地位和悲苦艰难的现实处境。

②深化主题。没有人愿意听约纳的诉说，马却静静地听着，“向主人手上呵气”，“人与人”的关系与“人与马”形成鲜明对比，反衬出当时社会人与人之间的冷漠自私，暴露社会的黑暗。

9.①客观的叙述：作者采用第三人称对约纳的言行举止和内心活动进行如实的交代，去展现约纳有苦无处诉的遭遇，并没有进行评价，

从而使人物形象、文章主题等更多的内容，需要读者自己去思考、判断，创作手法客观；

②精简的细节：“他有好几次回过头去看他的乘客，可是乘客闭着眼睛”。通过“闭”这一细节描写，将乘客的不耐烦跃然纸上，把对他人的漠视表现得淋漓尽致；首段连用几个“伛”通过这一细节，表现约纳的悲苦心境。等等

③热烈的抒情：文章在写约纳目送三个青年后，作者以反问发端，直接站出来代替约纳直抒胸臆，直接热烈，深化了对人情冷漠的旧制度的批判的主题。

10．BGJ 【解析】句意：库里没有储备武器，即使是正义之师也不能征讨不义的军队；内城和外城修得不完备，就不能自卫。

“库”作主语，“无”作谓语，“备兵”作宾语，故应在B处断开；

“城郭”作主语，“不备完”作谓语，结构完整，应在其后断开，故应在G处断开；“城郭不备完”为原因，“不可以自守”为结果，因果两句之间应分开，即应在J处断开。

11、C 【解析】A．正确。文中加点的“固”意为巩固，稳固；“日益骄固”中的固意为固执，顽固。

B．正确。

C．错误。“卒”，突然、突发情况；/完成，完结。

D．正确。“亡羊补牢”中的“亡”意为丢失，“家败人亡”中的“亡”意为死亡。

12．A 【解析】A．“君王应心怀愧疚并引导百姓积极自救”错。由原文中“今有负其子而汲者，队其子于井中，其母必从而道之。今岁凶，民饥，道馑，此疚重于队其子，其可无察邪”可知，君王应考察反省治理的问题。

13．（1）道路不加修治，马不喂粟米，婢妾不穿丝织的衣服，这表明用度不足到极点了。(涂”通“途”，道路；“芸”，除草，引申为修治；“衣帛”，名词活用为动词，穿丝织的衣服；“告”，表明。)

（2）腹中饥饿却没有吃的，身上寒冷却没有衣穿，即使是慈母也不能保住她的孩子，国君又怎能保有他的百姓呢？ (“腹饥”，腹中饥饿；“肤寒”，身上寒冷；“虽”，即使；“安……哉”，怎么…呢。)

14.①君王注重节约用度，减轻百姓负担；

②重视财富的积累和府库的充实，预防灾害发生；

③让百姓遵从农时，致力于农业生产。

【解析】（1）根据材料一“故凶饥存乎国，君朝之衣不革制，彻骖騑，涂不芸，马不食粟，婢妾不衣帛，此告不足之至也”可知，遇到灾年君主要缩减用度，节约开支；根据“食不足则反之用”“其用之节也”“其力时急而自养俭也”可知，遇到灾年君主要反省用度情况。故可概括为：君王要注重节约用度，减轻百姓负担；

（2）根据材料二“广畜积，以实仓廪，备水旱，故民可得而有也”与材料一“有富贵而不为备也。故备者，国之重也；食者，国之宝也；兵者，国之爪也；城者，所以自守也。此三者，国之具也”，可概括为：君王要重视财富的积累和府库的充实，预防灾害发生；

（3）根据材料一“其力时急而自养俭也”可看出遵从农时的重要性；根据材料二“明主知其然也，故务民于农桑”可看出要让百姓从事农业生产。故可概括为：君王要让百姓遵从农时，致力于农业生产。

参考译文：

材料一：

五谷，是百姓依赖它生活的东西，是君王用来作为给养的东西。所以百姓没有了这个依赖，那么君王也就没有给养，百姓没有粮食，就没法供君王役使。五谷丰收，那么各种美味就能入于君王之口，五谷歉收，那么君王就无法全部吃到。所以国家遇到饥荒，君王临朝的衣服不改制新的，去掉车驾两旁的马匹，道路不加修治，马不喂粟米，婢妾不穿丝织的衣服，来表明用度不足到极点了。

现有背着孩子到井边去打水的人，(不小心)把孩子掉到井里，孩子的母亲一定会跟随到井中把孩子救出来。如今遇到凶岁，百姓挨饿，路上有饿死的人，这种痛苦比孩子掉到井里更为严重，难道可以不考察为政吗？劳作的人少，受供养的人多，就不可能有丰收的年头。财用不足就要反省(是否遵从了)农时，粮食不够就要反省用度的情况。所以先民按农时生产财富，在巩固农本(根本)的基础上使用财富，那么财用就富足。即使是古代的圣王，哪能使五谷年年丰收而不遭旱涝之灾呢！但他没有挨饿受冻的百姓，这是为什么呢？因为他们努力按农时耕种而对自己的用度又很节俭。所以《夏书》说：“大禹时遭七年水灾。”《殷书》说：“商汤时遭遇五年旱灾。”这时他们遭受的灾害十分严重，但百姓没有受冻挨饿，这是为什么呢？是他们生产的财富多，他们的用度节俭。

所以，仓里没有储备粮食，就不能面对灾荒；库里没有储备武器，即使是正义之师也不能征讨不义的军队；内城和外城修得不完备，就不能自卫；思想上没有戒备的考虑，就不能应付突然的事变。夏桀没有防备商汤的准备，所以被放逐；般纣没有防备周武王的准备，所以被杀。桀纣贵为天子，富有天下，然而他们都灭亡于小国诸侯，这是为什么呢？(是因为)有富贵却不(为灾难)做准备。所以，准备是国家的重要工作：粮食，是国家的宝贝；武器，是国家的爪牙，城郭，是用来防卫自己的。这三样是国家必须具备的东西。而且粮食是圣人珍爱的东西。所以《周书》说：“国家没有(储备)三年的粮食，国家就不是他的国家了；家里没有(储备)三年的粮食，孩子也就不是他的孩子了。”这就说的是国家的准备。

材料二：

现在全国统一，土地之大，人口之多，不亚于汤、禹之时，又没有连年的水旱灾害，但积蓄却不如汤、禹之时，这是什么道理呢?原因在于土地还有潜力，百姓还有余力，能长谷物的土地还没全部开垦，山林湖沼的资源尚未完全开发，游手好闲之徒还没全都回乡务农。百姓生活贫困了，就会去做邪恶的事。贫困是由于不富足，不富足是由于不务农，不从事农业就不能在一个地方定居下来，不能定居就会离开乡土，轻视家园，像鸟兽一样四处奔散。这样的话，国家即使有高大的城墙，深险的护城河，严厉的法令，残酷的刑罚，还是不能禁止他们。受冻的人对衣服，不要求轻暖;挨饿的人对于食物，不要求香甜可口;饥寒到了身上，就顾不上廉耻了。人之常情是:一天不吃两顿饭就要挨饿，整年不做衣服穿就会受冻。那么，肚子饿了没饭吃，身上冷了无衣穿，即使是慈母也不能留住她的儿子，国君又怎能保有他的百姓呢?贤明的君主懂得这个道理，所以让人民从事农业生产，减轻他们的赋税，大量贮备粮食，以便充实仓库，防备水旱灾荒，因此也就能够拥有人民。

1. C。

【解析】 C.“美中不足而令人惆怅”错误，“闲花开尽香仍在”，尽管春已深花落尽，但其香气仍在，美好仍在；“白酒沽来厌未清”中的“厌”应理解为“餍”，“满足”之意。且诗人又说“此味暂时犹觉胜”，可见即使是开尽的闲花与未清的浊酒也别有一番风味，并非“美中不足”的“惆怅”。

16.①苏轼的感慨表明他厌弃官场，并对乡间生活心动，有归隐之心。

②苏辙在诗中描写的乡间人情和谐、风景清幽、生活自在等美好情景，与苏轼感慨的“人间多岐路”形成对比，以坚定苏轼远离官场、回归田园的信念。

③尾联直接追问苏轼何日归耕，表达了苏辙对兄长回归田园的期盼。

【解析】“人间歧路知多少，试向桑田问耦耕”意为：人间的歧路能知多少？问问田里耕作的农民吧。这两句暗用《论语·微子》中两位隐士长沮、桀溺祸耦而耕，孔子命子路向他们问路的典故，隐喻诗人的归隐之意。“人间歧路”指官场，“知多少”一句写出诗人觉得宦海浮沉没有尽头，令人厌倦；“向桑田”“问耦耕”则明显表露出诗人对田园乡间生活充满兴趣，有归隐之心。苏辙这首和诗，则着重描写了乡间生活的情景，“春深溪路少人行，时听田间耒耜声”写其闲静，“饥就野农分饷黍，迎嫌尉卒闹金钲”突出乡间人情和睦友善，不似官场的勾心斗角；“闲花开尽香仍在，白酒沽来厌未清”写景色优美，生活悠闲，自由自在。由此可见，苏辙对于兄长归隐田园的想法是很赞同的，这些情景与“人间歧路知多少”形成对比，能让苏轼坚定远离官场、回归田园的信念。“此味暂时犹觉胜，问兄何日便归耕”，直接询问苏轼什么时候回归田园耕种，表达了苏辙对兄长回归田园的期盼。

1. 安能摧眉折腰事权贵 使我不得开心颜

纵一苇之所如 凌万顷之茫然

 万里悲秋常作客 百年多病独登台（窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船/五更鼓角声悲壮，三峡星河影动摇）

1. A. 闻风丧胆   B.耳熟能详   C. 萎靡不振

【解析】①处，语境说芋螺派善用“毒暗器”，表明它们很厉害，让人十分害怕，可填“闻风丧胆”。闻风丧胆：听到一点儿风声就吓破了胆，形容对某种力量极端恐惧。

②处，语境说地纹芋螺善用的“毒暗器”是胰岛素，这个东西我们都很熟悉，可填“耳熟能详”。耳熟能详：听的次数多了，熟悉得能详尽地说出来。

③处，与“活蹦乱跳”相反，是说斑马鱼不精神，可填“萎靡不振”。萎靡不振：形容精神颓丧，不振作。

19、B 【解析】文中加点的“对付”意思是“对人对事采取措施、办法”。

A.意思是“将就”；

B.意思是“对人对事采取措施、办法”；

C.意思是“感情相投合”；

D.意思是“将就”。

20、示例一：①“毒暗器”运用比喻，将芋螺释放的毒素比作江湖高手使用的暗器，形象地写出毒素的威力；②表达活泼生动，幽默诙谐，吸引读者的阅读兴趣。

示例二：①“狠角色”运用拟人，将地纹芋螺比拟为做事狠辣的人，生动地写出其捕猎能力强，杀伤力巨大；②表达活泼生动，幽默诙谐，吸引读者的阅读兴趣。

【解析】示例一：

①说芋螺释放的毒素是“毒暗器”，这个词语运用比喻，本体是芋螺释放的毒素，喻体是江湖高手使用的暗器；“暗器”本就让人防不胜防，再上带“毒”，伤害性更大，这个比喻形象地写出毒素的威力。

②效果：比喻的效果一般是形象生动，在科普文中使用比喻使表达活泼生动，幽默诙谐，避免枯燥，能够吸引读者的阅读兴趣。

示例二：

①“狠角色”一般用来说人，指做事果断狠毒的一类人，这里用来说“地纹芋螺”，运用了拟人手法，将地纹芋螺比拟为做事狠辣的人，再结合语境“释放出暗器后在较远距离让对手全身瘫软，然后再将之一击毙命”“十步杀一鱼，千里不留行”，这个词语生动地写出其捕猎能力强，杀伤力巨大。

②效果：拟人的效果也是生动形象，在科普文中使用拟人使表达活泼生动，幽默诙谐，避免枯燥，能够吸引读者的阅读兴趣。

21.A运动必须要适度B新陈代谢越快C如何提高大脑容量（如何使大脑体积增大）（每空2分，共6分。意思对即可）22.①要保持适度运动，而不要长期剧烈运动；②要经常用新信息刺激大脑，活跃思维，而不要封闭外界信息。（每点2分，其中正面、反面各1分，共4分。意思对即可，字数不符合要求，酌情扣分）

1. **【审题分析】**这是一道引语式材料作文题。 材料共两句话。第一句话以生活中的事情为例，煮茶味能够深贵在火候适度，马拉松比赛能够致远贵在呼吸、速度调适，以此强调适度的重要性。第二句话由“但是”领起，说的是生活中的另一种情况，无论吐鲁番的葡萄还是翡翠，分别因经历极限温差、极限高压而变得珍贵，可见极限挑战也很重要。这是一道二元关系的思辨性材料作文。

材料中煮茶、马拉松比赛贵在适度，方能致远；葡萄与翡翠强调只有经历“极限”，方能铸就经典。适度与极限是对立统一的矛盾关系，相互制约。只追求适度，可能会导致事物的发展停滞不前，缺乏创新和突破。而如果只追求极限，可能会忽略事物的可持续性和稳定性，导致事物的发展走向极端。两者正确的关系应为：适度是人生常态，极限是人生关键，适度和极限共同成就

人生；将状态调适好，可为挑战极限做准备，适度是极限的基础，极限是适度的结果；同一情境下，不同人的适度和极限不同，不同情境下同一个人的适度和极限不同，无论适度还是极限，都会因人、时、地而 异；当一个人不断突破极限，极限则转化为适度，当一个人习惯于消极保守，适度则转化为极限，适度和极限在特定情况下会相互转化。写作时，两者可以并重地进行论述，也可以运用层进式结构谈什么是“度”，为什么要讲究“度”，如何打破“度”等。但最好突出其一，这样更能集中笔墨，更好地展开论述。需要注意的是，两者之间不能厚此 薄彼，即立其中一个，一定就要驳另一个；宜采用“……固然重要，但……更能……”的逻辑步骤，这样既能突出自己确立的观点，也避免了走向极端。如开头提出观点，安稳平凡的人生也好，挑战自我的生活也罢，我认为应将“适度”与“极限”融合，从而在人生之路上行稳致远、绽放精彩。主体部分先论述凡事有度，讲究分寸，滋味绵长。人生拿捏好分寸，方能达无宠无惊、无惧无忧之境。再论述肆意飞扬，挑 战极限，追求精彩。然后辩证分析，若一味追求适度，则难免畏手畏脚，难成大器；若一味追求极限，则难免急功近利，失去自我。只有将适度和极限两种音符融合，方可演奏出自己的和谐乐章。最后总结全文，发出号召，让我们以适度为常态，以极限为挑战，定能行远自迩，笃行不怠。

**【立意参考】**1. 拥抱适度，挑战极限。

1. 以适度调和，凭极限超越。
2. 以适度致远，以极限成就。
3. 挑战极限，量力而行。
4. 拓宽适度边界，超越极限。
5. 以适度筑基，以极限超越。