

- 一. 閱讀理解：細心閱讀下列文章，然後以完整句子回答問題。選擇題請在○內填上顏色。

談論大眾對「纖體」的態度

在現今社會中，不少人都認為骨瘦如柴是美的標準。為了達到這個「美」的標準，很多青少年、白領和中年人對纖體服務趨之若鶩，而纖體公司也看準這個時勢，推出各式各樣的優惠，並請來不同的明星作為代言人吸引顧客。

然而，都市人生活忙碌且飲食不檢點，體重超標者不計其數，參加纖體療程的人數也有上升的趨勢。但本人發現大眾對「纖體」的態度存在很大問題，謹在此向各纖體人士提出以下建議：

一、不要盡信纖體廣告。不少纖體公司都標榜擁有先進的產品或儀器為顧客提供纖體服務，五花八門、變化多端，顧客也未必清楚究竟自己光顧的纖體公司所用的是甚麼儀器，其通過的又是甚麼標準。有時候纖體公司對機器的質量標準非常低，在社會上也不具認受性，顧客使用後可能引起副作用。

二、細閱合約內容。一些纖體公司會為顧客提供一些高風險且成效低的服務，但合約內可能訂明不會就任何情況向顧客提供賠償，顧客也會因而承受巨大的經濟損失。

三、切忌操之過急，為了做到極限瘦身，一些纖體人士會嚴格限制自己的飲食，這不但會破壞營養均衡，更有可能因過度抑制食慾而產生反抗的心理，引起暴食症，弄巧反拙。要知道對食物的抑制越厲害，反抗心理便會越嚴重，影響不容忽視。

四、切勿盲目瘦身。不同年齡、身高的人會有不同的體重，而體重某程度上是受到遺傳所影響，因此不要強逼自己把體重減至心目中的理想程度。若忽視先天限制來強行瘦身，便很容易損害健康。經常有纖體人士為達到理想的體重，做出一些嚴重損害健康的行動，例如：禁食、瘋狂運動、扣喉和服用瀉藥等，有機會引致電解質不平衡、器官萎縮、心跳減慢及血壓驟降等致命併發症。

正所謂「物極必反」，適量的瘦身可為人們帶來健康的生活，但過量、盲目的纖體則會嚴重影響健康。依我說，要真正做纖體，便要每日進行適量的運動和有良好的飲食習慣，不應過份依賴纖體公司的治療。

試從上文找出適當的詞語，填在 1 至 2 題橫線上，使句子的意思完整。

1. 這家公司經常_____自己擁有最完善的監察系統，去控制貨品的品質。
2. 只要有_____高的回報，相對較高風險的投資產品，也不乏大眾市民的青睞。
3. 根據作者描述，纖體公司會用哪些手法推銷自己的產品？
 A. 利用明星效應。 B. 提供一些高風險且成效低的服務。
 C. 利用先進的產品或儀器。 D. 均衡健康飲食。
4. 根據作者描述，纖體人士應該注重哪些項目以免影響健康？試舉出三項因素。

5. 作者所說的健康生活應該是怎樣的？

二. 重組句子：把下列詞語組成通順的句子，並加上適當的標點符號。

1. 匆匆地 / 了 / 暑假 / 過去 / 應當 / 我們 / 現在 / 把握 / 時間 / 迎接 / 未來 / 的 / 挑戰 / 好好

2. 所需要的 / 到 / 上星期天 / 我 / 購物 / 開學時 / 用品 / 和 / 媽媽 / 購買 / 百貨商場

3. 帶領下 / 本校的 / 成功 / 總冠軍 / 黃校長 / 的 / 體操隊 / 蟬聯 / 在 / 學界

4. 我 / 選擇 / 如何 / 同學們 / 有興趣的 / 選擇 / 課外 / 只需要 / 經常 / 詢問 / 讀物 / 其實 / 挑選 / 自己 / 主題 / 已經 / 是 / 最好的

5. 廣闊的 / 見識 / 讀萬卷書 / 其實 / 成績 / 學習 / 不單 / 是 / 有 / 好的 / 更是 / 要有 / 不如 / 行萬里路 / 視野 / 和

三. 不供詞填充：在橫線上填上適當的詞語，令段落的意思完整。

在新冠肺炎病毒的肆虐下，全球各地正面臨一定程度上的經濟衰退。各國政府

1. _____ 復甦經濟，2. _____ 推行各種不同形式的刺激經濟方案。

在這些國家或地區中，有些 3. _____ 不同種類的消費券，有些派發現金以

4. _____ 消費，有些舉辦消費抽獎，頭獎可獲 5. _____ 數百萬元的

住宅單位，種種方法只為 6. _____ 疲弱的經濟。

商家們亦同時舉辦不同的活動，7. _____：買一送一優惠、消費滿指定

金額可以與明星拍照、舉辦抽獎活動以 8. _____ 銷售金額，各式各樣應有

盡有。

