

【每日一练】2026 年事业单位（职测综应）考试（8 月 12 日）

答案解析

1.D【解析】2024 年 7 月 18 日，中国共产党第二十届中央委员会第三次全体会议审议通过了《中共中央关于进一步全面深化改革 推进中国式现代化的决定》（以下简称《决定》）。《决定》在“二、构建高水平社会主义市场经济体制”中作出一系列重大部署：“（5）坚持和落实“两个毫不动摇”。毫不动摇巩固和发展公有制经济，毫不动摇鼓励、支持、引导非公有制经济发展，保证各种所有制经济依法平等使用生产要素、公平参与市场竞争、同等受到法律保护，促进各种所有制经济优势互补、共同发展……（6）构建全国统一大市场。推动市场基础制度规则统一、市场监管公平统一、市场设施高标准联通……（7）完善市场经济基础制度。完善产权制度，依法平等长久保护各种所有制经济产权，建立高效的知识产权综合管理体制……”②③④属于构建高水平社会主义市场经济体制的举措，符合题意。本题选 D。

【干扰项】A、B、C 三项，《决定》在“三、健全推动经济高质量发展体制机制”中指出：“（9）健全促进实体经济和数字经济深度融合制度。加快推进新型工业化，培育壮大先进制造业集群，推动制造业高端化、智能化、绿色化发展。”①是推动制造业高质量发展的重要手段，侧重于实体经济领域的转型升级，不属于构建高水平社会主义市场经济体制的举措，排除①。

2.B【解析】分析上下文语境可知，第一空需填大家对于“民以食为天”这句名言的态度。B 项“耳熟能详”比喻听的次数多了，熟悉得能详尽地说出来，符合文意，保留。C 项“津津乐道”指很有兴趣地谈论，符合文意，保留。A 项“老生常谈”原指老书生经常讲的话，后指人们听惯了的没有新意的老话，感情

色彩偏消极，不符合文意，排除。D项“众所周知”指大家都知道，与空前“大家”语义重复，存在语法错误，不符合文意，排除。

第二空，设空处应体现东周到汉代文献中记载的食谱信息的特点。根据后文“不同时期文献的主角永远都是处于社会上层的贵族或者影响重大的历史人物”可知，食谱仅记载一部分人的饮食内容，设空处应体现记载信息片面之意。B项“有限”指数量不多，程度不高，符合文意，保留。C项“庞杂”指又多又杂乱，不符合文意，排除。

代入B项验证第三空，设空处需体现有限的食谱信息对了解当时人们的食谱情况的影响。B项“全面”指所有方面，加上设空处前的否定词“很难”可体现片面、有限之意，符合文意。故本题选B。

3.A【解析】元认知策略的定义要点是：①对自己的认知过程及结果进行监控的学习策略；②控制着信息的流程，监控和指导自己认知过程的进行。A项，小秋制定了阅读计划，其结果是希望提升自己的阅读速度，体现了他对自己的认知过程及结果进行监控，符合元认知策略的定义要点，当选。

【干扰项】B项，小童在考试中反复检查，不属于学习策略，考试是为了验证学习的成果，不符合元认知策略的定义要点，排除。C项，按计划每天完成三篇阅读理解练习，未说明对练习的监控，不符合元认知策略的定义要点，排除。D项，在考试中发现自己知识把握上的漏洞，并未体现针对知识漏洞进行监控的过程，不符合元认知策略的定义要点，排除。

4.D【解析】耗电量=功耗×时间，依题意可知，周一工作状态的功耗为 370 瓦，时间为 7.5 小时；周二待机状态功耗为 37 瓦，时间为 15 小时。即周一的耗电量是周二的 $370 \times 7.5 \div (37 \times 15) = 5$ 倍。故本题选 D。

5.【解析】1.活动主题

“情绪是心底开出的花”主题班会

(15 字)

2.设计依据

中小学生的情绪情感具有明显的易感性、冲动性、两极性和矛盾性，且面临巨大的升学压力。由于身心发展的特点，该年龄段的学生很难完全由自己去处理不良情绪，因此需要教师、家长进行适当的引导、帮助和鼓励。

(96 字)

3. (1) 活动目标

- ①学生认识到情绪是多种多样的，能够正确看待不良情绪。
- ②学生学会处理不良情绪的基本方法，提高情绪管理能力。
- ③学生能够感受并接受情绪带来的喜怒哀乐。

(2) 活动内容和过程

①游戏导入，感知情绪

两个游戏 放松操和抓手指。在班会开始之前，同学们起立一起来做放松操，左右同学相互给彼此捶背揉肩。在初步放松后，进行抓手指活动，所有参加人员围成一圈，每个人将左手掌朝下伸向左前方，右手食指伸出点在右侧人员伸出的

左手掌心中，手指必须与掌心接触。在喊出“1、2、3”后，所有人员需要迅速地用左手抓住左侧人员的手指，同时也要迅速地将自己右手食指收回。

②自主分析，寻找情绪

学生在画纸一角写出游戏中自己都出现了哪些情绪，接着再写出自己平常最易出现的三种情绪。教师在 PPT 上呈现情绪清单，小组分享一下为什么会有这些情绪。

③动手实践，深入理解

请学生在纸上画出一朵花，并在花瓣和花叶上写上自己喜欢和不喜欢的情绪，并用水粉笔在每一种情绪上涂上相应的颜色。小组讨论分享自己为什么会选择这样的颜色来表示相应的情绪。

④联系生活，升华主题

学生说一说今后应如何利用积极情绪提高学习和生活品质，以及遇到不良情绪时应如何应对。最后学生把情绪之花放在心口，通过音乐的引导，学生能够想到经历过的喜怒哀乐，为情绪之花的绽放感到欣慰。

(543 字)

4. (1) 预设效果

学生能够接受不良情绪的发生，学会应对不良情绪的基本方法。

(2) 效果检验

通过观察学生对日常生活中问题的解决措施以及任课教师和家长的反馈来确定效果。

(79 字)

评分标准□主题鲜明合理，紧密联系情绪管理教育需求（10%）；

□设计依据紧扣学生情绪特点及管理需求（15%）；

□活动目标明确具体，与主题契合，具有可操作性（20%）；

□活动内容与过程合理，环节清晰，形式多样，可操作性强（40%）；

□预设效果积极明确，检验方法合理可行，能有效评估学生情绪管理能力的提升情况（15%）。