

2023年6月·第3套 英语四级完形填空（选词填空）·26-35 题答案与解析

BLANKS & ANALYSIS • 选词填空题和解析

选词填空题和解析 · 26-35 题

本页 26-35 题的正确答案词与逐空解析由懒笔记按2023年6月·第3套 英语四级完形填空（选词填空）原卷词库逐空核对整理。与试卷排版同一卷面：Directions、3 段带空短文（每段之后紧随中文翻译）与 15 词共享词库连续排印；卷面下方逐空紧跟解析——该空词性、原文定位句、正确词与锁定依据，以及同词性被淘汰竞争词的逐个归因。

真题卷第3套(2023-06) • 四级

Part III Section A

Directions: In this section, there is a passage with ten blanks. You are required to select one word for each blank from a list of choices given in a word bank following the passage. Read the passage through carefully before making your choices. Each choice in the bank is identified by a letter. Please mark the corresponding letter for each item on **Answer Sheet 2** with a single line through the centre. You may not use any of the words in the bank more than once.

Whether you're just having a down day or a down period, taking a walk can instantly lift your mood, especially when you go outdoors. Not only can walking make you less depressed, but according to a new study, depression sufferers who took a 26 walk showed just as much improvement in their 27 as people taking medicine. In fact, 60-70 percent of the participants in the study could no longer even be 28 as depressed.

无论你只是心情低落一天还是一段时间，散步都能立即提升你的心情，尤其是当你到户外散步时。散步不仅能让你不那么抑郁，而且根据一项新研究，每天散步的抑郁症患者在症状改善方面表现得与服药的人一样好。事实上，研究中60-70%的参与者甚至不再被归类为抑郁症患者。

Bone density may not be one of the most exciting health benefits of walking, but it's an important one. People with stronger bones avoid osteoporosis(骨质疏松症) and all the problems that 29 with it, like breaks and other disabilities. And the best way to get strong, healthy bones is by doing weight-bearing exercises like running, dancing and walking, according to a large study. But as regards bones, it's 30 use it or lose it: To keep your bones strong you have to keep exercising. The researchers found that adults who walked regularly had better bone density throughout their lives than their 31 friends.

骨密度可能不是散步最令人兴奋的健康益处之一，但它是一个重要的益处。骨骼更强壮的人能避免骨质疏松症以及随之而来的所有问题，如骨折和其他残疾。根据一项大型研究，获得强壮健康骨骼的最佳方法是进行负重运动，如跑步、跳舞和散步。但就骨骼而言，绝对是用进废退：要保持骨骼强壮，你必须坚持锻炼。研究人员发现，经常散步的成年人一生中的骨密度都比不运动的朋友更好。

Taking a walk can be great for 32 your head or blowing off some steam. It also provides a great opportunity to 33 with friends and family, far away from electronics and other 34 at home. Even better, you set a powerful example because when they see you 35 the benefits of walking, they'll be encouraged to walk more, too.

散步对于清理思绪或发泄情绪来说是很好的。它还提供了一个与朋友和家人建立联系的绝佳机会，远离家中的电子设备和干扰。更好的是，你树立了一个强有力的榜样，因为当他们看到你从散步中获益时，他们也会受到鼓励多散步。

- | | |
|---------------|-----------------|
| A) accompany | I) distractions |
| B) approved | J) exclusively |
| C) bond | K) inactive |
| D) classified | L) occurrences |
| E) clearing | M) reaping |
| F) come | N) symptoms |
| G) daily | O) typical |
| H) definitely | |

26. depression sufferers who took a (26) walk

【答案】 **G) daily** 形容词

【词性槽】冠词 a 与名词 walk 之间作定语

【依据】"每日散步"才有持续疗效

本句把走路效果与 people taking medicine"吃药"相比——吃药是规律按日进行的，与之相提并论的走路自然是"每日的"daily walk，强调坚持，才能解释 60-70 percent of the participants... could no longer even be (28) as depressed 的明显改善。

【竞争词】o) typical 义不贴语境

typical walk 是"典型的一次散步"，无法体现"像吃药一样规律坚持"的疗效逻辑，与下文显著改善对不上。

27. showed just as much improvement in their __(27)__ as people

【答案】 **N) symptoms** (名词)

【词性槽】 形容词性物主代词 their 后必跟名词

【依据】 抑郁"症状"的改善才对应吃药

本句说抑郁症患者走路后 showed just as much improvement in their __(27)__ as people taking medicine——和"吃药的人"作对比，能像吃药一样改善的、抑郁者身上的东西，正是"症状"。symptoms (症状) 扣住了上文 depression sufferers 的语境。

【竞争词】 I) distractions 语义不搭

distractions 是"分心物"，与"抑郁改善"无关，且它是第 34 空的语境用词。

L) occurrences 义偏且无所属

occurrences 指"发生的事件"，说"他们的事件改善了"逻辑不通。

C) bond 名义不合

bond 作名词是"纽带"，与抑郁症状无关，它另有动词用法留给第 33 空。

E) clearing 动名词义不对

clearing 作名词是"清理"这一动作，放"their clearing"既不通顺也不切题。

28. could no longer even be __(28)__ as depressed

【答案】 **D) classified** (动词)

【词性槽】 be 之后、过去分词构成被动

【依据】 be classified as 固定搭配"被归类为"

be classified as 是固定搭配，意为"被归类/划分为"。could no longer even be __(28)__ as depressed"不再能被归类为抑郁"正合上文"症状像吃药一样改善"，逻辑顺畅。

【竞争词】 B) approved 搭配与义皆不合

approved as 不是"被认定为"的常用搭配，且 approved (批准、认可) 说"被认可为抑郁"语义荒谬。

29. all the problems that __(29)__ with it

【答案】 **F) come** (动词)

【词性槽】 定语从句 that 后缺谓语

【依据】 come with "伴随.....而来"

come with 意为"随.....一起出现、伴随而来"。all the problems that __(29)__ with it, like breaks and other disabilities"伴随骨质疏松而来的所有问题，如骨折等"，come with 既搭配成立、复数 problems 对应原形 come，语法语义双通。

30. it's __(30)__ use it or lose it

【答案】 **H) definitely** (副词)

【词性槽】 be 与短语之间作状语强调

【依据】 强调"确实是用进废退"

本句承上文"想骨骼强壮就得一直锻炼", it's __(30)__ use it or lose it"这确实是用进废退", definitely (确实地) 加强"就是这么个道理"的肯定语气, 与 To keep your bones strong you have to keep exercising 的告诫一致。

【竞争词】 J) exclusively 义不合

exclusively 是"唯一地、专门地", "这唯一地是用进废退"语义别扭, 无法表达对该道理的确认强调。

【易错】 最具迷惑性的错误词是 J) —— exclusively 词性对而语气错。exclusively 与 definitely 同为副词, 词性这关骗得过; 防坑靠掂句子语气——it's __(30)__ use it or lose it 要的是"确实如此"的确认, 不是"唯一"的限定, 副词比选务必落到语气逻辑上。

31. better bone density throughout their lives than their __(31)__ friends

【答案】 **K) inactive** (形容词)

【词性槽】 名词 friends 前作定语

【依据】 与"经常走路"形成对比

本句说 adults who walked regularly had better bone density... than their __(31)__ friends——"经常走路"的人骨密度更好, 对比的对象自然是"不爱运动的"朋友。inactive (不活动的、久坐不动的) 正好与 walked regularly 反向呼应, 对比成立。

【竞争词】 O) typical 不构成对比

typical 是"典型的", "典型的朋友"既无对比意味也不切骨骼话题; 本句要的是与"常运动"相反的一群人, typical 给不出这层反差。

32. great for __(32)__ your head

【答案】 **E) clearing** (动词)

【词性槽】 介词 for 之后接动名词

【依据】 clear your head"理清思绪"

clear one's head 意为"清醒头脑、理清思绪"。great for __(32)__ your head or blowing off some steam"利于清空头脑或发泄压力", clearing 与并列的 blowing off steam (释放压力) 同属"放松减压"语义, 贴合本段走路怡心的主旨。

33. a great opportunity to __(33)__ with friends and family

【答案】 **C) bond** (动词)

【词性槽】 to 不定式后接动词原形

【依据】 **bond with sb.** "与某人增进感情"

bond with 意为"与.....建立情感纽带、增进感情"。a great opportunity to __(33)__ with friends and family "与亲友增进感情的好机会", 正合本段走路有益人际关系的主旨。

【竞争词】 A) accompany 及物动词不接 with

accompany 是及物动词, "陪伴某人"直接说 accompany sb., 不说 accompany with sb.; 空后有 with, accompany 在语法搭配上就不成立。

【易错】 最具迷惑性的错误词是 A) —— accompany 义近却搭配错。accompany "陪伴"词义看着就是"与亲友相处", 极易误选; 防坑靠盯空后介词——accompany 及物不接 with, 而 to __(33)__ with friends 后面有 with, 只有 bond with 成立。先看搭配、别只看词义。

34. far away from electronics and other __(34)__ at home

【答案】 **I) distractions** (名词)

【词性槽】 other 后接名词、与 electronics 并列

【依据】 **电子产品等"分心物"**

本句说走路让人 far away from electronics and other __(34)__ at home "远离电子产品和家里其他的_", 与 electronics 并列、又能让人"远离"的, 正是"分心的事物"distractions——电子产品本身就是典型的 distraction, 并列贴切。

【竞争词】 L) occurrences 义偏、与并列项不同类

occurrences 是"发生的事件", 与 electronics (电子产品这类"物") 不是同类并列项, 且"远离家里其他事件"逻辑生硬。

35. when they see you __(35)__ the benefits of walking

【答案】 **M) reaping** (动词)

【词性槽】 see sb. do/doing 中作宾补的动词

【依据】 **reap the benefits** 固定搭配"收获好处"

reap the benefits 是固定搭配, 意为"获得/收获好处"。when they see you __(35)__ the benefits of walking "看见你收获走路的好处", 正承接后半句 they'll be encouraged to walk more "于是受激励也多走", 逻辑顺。

【竞争词】 A) accompany 搭配不成立

accompany 是"陪伴", accompany the benefits (陪伴好处) 讲不通, 且与"被激励多走"的因果链断裂。

15 个候选词 · 词性与词义

选词填空文后的共享词库共 **15** 个词 (A-O)，为 10 个空各选一个、每词最多用一次。
下面给出每个词的词性与中文词义；标注「用于第 N 空」的 10 个为答案，其余 5 个为干扰词。

A) **accompany** 动词

陪伴、伴随

干扰词 · 未选用

B) **approved** 动词 形容词

批准 (的)、认可 (的)

干扰词 · 未选用

C) **bond** 动词 名词

(动) 建立情感纽带、增进感情；(名) 纽带、联结

用于第 33 空

D) **classified** 动词 形容词

归类、划分为；被分类的

用于第 28 空

E) **clearing** 动词 名词

清理、清空 (动名词/现在分词)

用于第 32 空

F) **come** 动词

来、(与 with 连用) 伴随.....而来

用于第 29 空

G) **daily** 形容词 副词

每日的、日常的；每天地

用于第 26 空

H) **definitely** 副词

确实地、肯定地

用于第 30 空

I) **distractions** 名词

分心的事物、干扰物

用于第 34 空

J) **exclusively** 副词

唯一地、专门地

干扰词 · 未选用

K) **inactive** 形容词

不活动的、不爱运动的

用于第 31 空

L) **occurrences** 名词

发生的事、事件

干扰词 · 未选用

M) **reaping** 动词

收获、获得 (动名词/现在分词)

用于第 35 空

N) **symptoms** 名词

症状

用于第 27 空

0) **typical** 形容词

典型的

干扰词 · 未选用

全文主旨

走路有益身心的多重好处

全文围绕走路这一日常运动展开，逐项摆出它的好处：开篇就定调它能即时提振情绪、缓解抑郁——taking a walk can instantly lift your mood；后面两段分别讲它强健骨骼、又能清空头脑并增进与亲友的感情。把握住“走路 = 一桩对身心都有益处的运动”这条主线，后面每个空填什么词都得往“好处”“健康”“积极”这个语境上靠。

DISTRACTORS · 干扰词复盘

这 5 个词始终没被任何空选用

词库 15 词里有 5 个是命题人埋的干扰词——它们词性看着也对、词义也沾点边，却不该填进任何一个空。下面逐个剖析它们最像哪个空的答案、为什么是陷阱。

A) **accompany** 最像第 33 空的答案

accompany（陪伴）词义上沾“与亲友相处”，很像 opportunity to __(33)__ with friends and family 的答案；破绽在它是及物动词，不接 with，而空后正是 with，搭配不成立。

B) **approved** 最像第 28 空的答案

approved 是过去分词，能进 be __ 被动，看着像 be __(28)__ as depressed 的答案；但 approved as 非常用搭配、且“被认可为抑郁”语义荒谬，be classified as 才是正解。

J) **exclusively** 最像第 30 空的答案

exclusively 是副词，词性正对 it's __(30)__ use it or lose it 的副词槽；但“唯一地是用进废退”语气别扭，本句要的是“确实”definitely 的确认语气。

L) **occurrences** 最像第 34 空的答案

occurrences 是复数名词，词性、单复数都对得上 electronics and other __(34)__ at home；但它指"事件"，与 electronics 这类"物"不同类，并列不成立，distractions 才同类。

O) **typical** 最像第 26 / 31 两空的答案

typical 是形容词，能进 took a __(26)__ walk 和 their __(31)__ friends 两个形容词槽；但前者要"每日"daily、后者要与"常运动"反向的 inactive，typical 在语义和对比上都给不出，是纯词性陷阱。

SENTENCE INSIGHTS • 句子精讲

3 句真题句逐层精讲

下列真题句各有独立的句子解析页——中文翻译、结构树逐层拆解、成分与时态、考点讲解与真题高频词。点击句子进入完整解析。

Whether you're just having a down day or a down period, taking a walk can instantly lift your mood, especially when you go outdoors.

第1段，第1句

"让步状语从句 + 主句 + 时间状语从句"的组合在四六级和考研阅读中较为常见，Whether 引导的让步从句和 when 引导的时间从句都是高频句式。动名词作主语、情态动词谓语也是考试中反复出现的结构，掌握后可迁移到大量类似句子。

Not only can walking make you less depressed, but according to a new study, depression sufferers who took a daily walk showed just as much improvement in their symptoms as people taking medicine.

第1段，第2句

涵盖倒装句主语识别、"make + 宾语 + 宾补"结构、定语从句主语作用、比较结构中的宾语范围、介词短语作状语等多种成分划分要点，且第一主句倒装和第二主句定语从句分隔主谓是常见易错点，训练价值较高

In fact, 60-70 percent of the participants in the study could no longer even be classified as depressed.

第1段，第3句

本句结构高度典型：百分数或分数作主语、情态动词加被动语态、介词短语修饰、插入语强调语气，这些都是四六级和考研阅读中的常见句式，掌握后可大量迁移到学术文章和研究报告的理解中。

HIGH-FREQUENCY · 真题高频词

本篇出现的 24 个英语四级真题高频词

下列单词既在本篇英文短文中出现，又是 **英语四级** 历年真题的高频词（在该考试真题中出现的句子数均不少于 8）。每个词标注本篇 出现次数与该考试真题句频，点击可查看该词的释义、音标、词形与真题例句。

bone

A2

n. 骨

本篇6次 · 真题 20 句

walking

A1

n. 步行

本篇3次 · 真题 12 句

accord

C1

n. (国家、团体间的) 协议

本篇2次 · 真题 174 句

benefit

B1

n. 好处

本篇2次 · 真题 169 句

depressed

B2

adj. 抑郁的

本篇2次 · 真题 12 句

researcher

B2

n. 研究人员

本篇1次 · 真题 239 句

less

A1

det. 较少的

本篇1次 · 真题 224 句

better

A1

adj. 更好的 (good 的比较级)

本篇1次 · 真题 139 句

participant

B2

n. 参与者

本篇1次 · 真题 117 句

opportunity

B1

n. 机会

本篇1次 · 真题 89 句

depression

B2

n. 抑郁症

本篇1次 · 真题 31 句

powerful

B1

adj. 强大的

本篇1次 · 真题 30 句

improvement

B1

n. 改进

本篇1次 · 真题 29 句

regularly

A2

adv. 经常地

本篇1次 · 真题 27 句

definitely

B1

adv. 肯定地

本篇1次 · 真题 25 句

symptom

B2

n. 症状

本篇1次 · 真题 25 句

dancing

A1

n. 跳舞

本篇1次 · 真题 19 句

mood

A2

n. 心情

本篇1次 · 真题 17 句

exciting

A2

adj. 令人兴奋的

本篇1次 · 真题 14 句

running

A2

n. 跑步 (运动)

本篇1次 · 真题 14 句

distraction

B2

n. 分心

本篇1次 · 真题 13 句

bond

B2

n. 纽带

本篇1次 · 真题 12 句

reap

B2

v. 获得, 得到 (回报、好处或后果)

本篇1次 · 真题 11 句

classify

B2

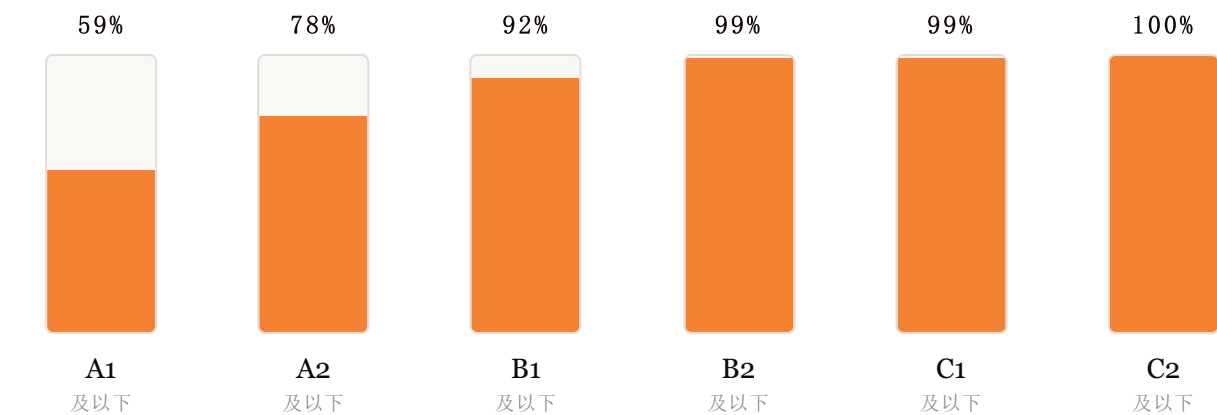
v. 将...分类; 把...归类

本篇1次 · 真题 9 句

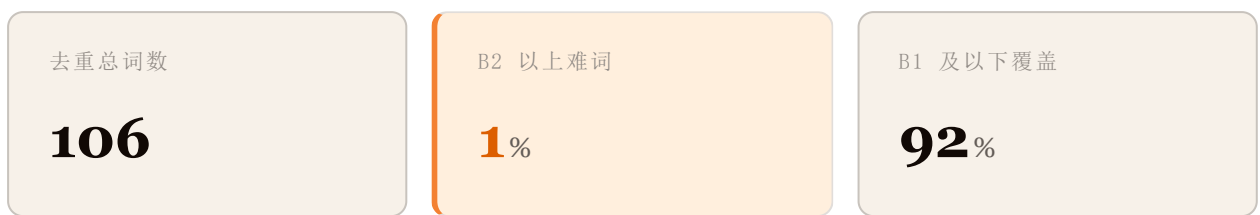
VOCABULARY · 词汇难度分布

全文 106 词按 CEFR 难度累积覆盖

带空短文去重后共 **106** 个单词, 按欧框 CEFR 等级统计。每根柱表示「该等级及以下」的累积占比 (CDF), 最右一柱为 100%。B2 以上 (C1/C2) 为高阶词, 本篇共 1 个 · 约 1%。



每柱为「按 CEFR 等级及以下」的累积覆盖率 (CDF) · 数据为全文去重词 106 个 · 末柱为 100%



英语四级 2023年6月·第3套 · 全卷构成

Part I	写作	题目解析 →
Part II	听力	与2023年6月第1套共用 · 题目解析 →
Part III Section A	完形填空（选词填空）	本题
Part III Section B	长篇阅读（信息匹配）	题目解析 →
Part III Section C (1)	阅读理解（四选一）	题目解析 →
Part III Section C (2)	阅读理解（四选一）	题目解析 →
Part IV	汉译英（段落翻译）	题目解析 →