



GEILI MATHEMATICS



从小考、月考到大考品牌系列

# 一课一卷

## 随堂检测

七 年 级

主编 / 彭林



华东理工大学出版社

EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS



从小考、月考到大考品牌系列

# 一课一卷

## 随堂检测

七 年 级

主编：彭 林

编者：郭 伟 邱 天 黄 洋 吴智敏 李茂蓓

华东理工大学出版社

EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

· 上海 ·

## 图书在版编目(CIP)数据

一课一卷·随堂检测·七年级 / 彭林主编. —上海:华东理工大学出版社, 2016.5

(从小考、月考到大考)

ISBN 978 - 7 - 5628 - 4554 - 6

I . ①一… II . ①彭… III . ①中学数学课·初中·习题集  
IV . ①G634.605

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 046569 号

---

项目统筹 / 赵子艳

责任编辑 / 陈新征

装帧设计 / 裴幼华

出版发行 / 华东理工大学出版社有限公司

地址：上海市梅陇路 130 号，200237

电话：021-64250306

网址：[www.ecustpress.cn](http://www.ecustpress.cn)

邮箱：[zongbianban@ecustpress.cn](mailto:zongbianban@ecustpress.cn)

印 刷 / 上海展强印刷有限公司

开 本 / 787mm×1092mm 1/16

印 张 / 16.75

字 数 / 393 千字

版 次 / 2016 年 5 月第 1 版

印 次 / 2016 年 5 月第 1 次

定 价 / 39.80 元

---

# 前言

“从小考、月考到大考”丛书出版以后,受到广大读者的欢迎.他们不仅对我们的工作给予了充分的肯定,而且提出了不少有益的改进意见.我们把读者的支持化为工作的动力.在已出版的“从小考、月考到大考——名校初中数学试卷集(基础卷)”的基础上,我们增加了“(金卷)从小考、月考到大考——名校初中数学试卷集(提高卷)”和“从小考、月考到大考——一课一卷·随堂检测”两个系列.其中,“从小考、月考到大考——一课一卷·随堂检测”的每一卷都可以裁剪,方便老师对学生进行检测.

为使“从小考、月考到大考”丛书能充分体现教育部《义务教育数学课程标准(2011年版)》的最新精神,吸纳新课改、新中考的最新成果,我们在测试的内容及导向上做了进一步革新与尝试,即尽量消除对知识的死记硬背,而着重于培养学生的理解、运用能力,全面提高学生素质.

为使“从小考、月考到大考”丛书能成为学生课前预习、课堂练习、课后复习的高效平台,我们围绕丛书内容的同步性、基础性、新颖性、前瞻性、拓展性和试卷种类的完整性,进行了全面而系统的整理,力求“推陈出新”,以期达到试卷种类到位,题型和题量到位,教学适用性到位.

考试招生制度改革并不是说要取消考试或取消测试,而是改进考查的方法,关键是怎么考、考什么.本套丛书所选测试题具有典型性、启发性和新颖性.既有培养解题技巧的常规题目,又有培养创造性思维能力的探索性题目.遵循初中学生的学习规律和心理特征,在题目安排上注重由浅入深、由简到繁、由易到难.同时还有适当的循环,螺旋上升,系统性强,前后连贯.

解题多少固然重要,但更重要的在于“多思”,解题质量的高低、解题方法的优劣,则完全取决于“善思”的程度.希望使用本套丛书的广大初中同学,能从中学会“多思”,并达到“善思”,从而掌握解题思想、方法和技巧,熟练地解答各类数学题.

参加本套书编写的童纪元、毛玉忠、黄洋、张冠洁、吴智敏、杨小彬、李海燕、唐虹、石静、刘嵩、侯玉梅、唐梅、郭彩霞、王献利、姚一萌、扎颖、孙艳、刘杰、张永飞、马慧、王海红、邱天、项辉、郭春利、张春花、郭伟、刘海涛、贾海燕、顾春霞、李世魁、秦书锋、王江波、石蓉、喜悦、钟春风、谢正国、柏任俊、张晶强、李茂蓓、热比古丽·艾沙、李曹群、彭光进、林秀敏、李秀琴、常玉香、祈育才、彭颖心等老师既有丰富的教学经验,又有很高的教学及科研水平.他们为初中同学学会解答数学题铺设了一条切实可行的训练途径.对他们的辛勤劳动我们表示由衷的敬意.

祝青少年朋友健康成长,快乐学习.

彭林

# 目录

## 第一章 有理数

随堂检测卷 1 正数和负数(1) .....	3
随堂检测卷 2 正数和负数(2) .....	5
随堂检测卷 3 有理数 .....	7
随堂检测卷 4 数 轴 .....	9
随堂检测卷 5 相反数 .....	11
随堂检测卷 6 绝对值(1) .....	13
随堂检测卷 7 绝对值(2) .....	15
随堂检测卷 8 有理数的加法(1) .....	17
随堂检测卷 9 有理数的加法(2) .....	19
随堂检测卷 10 有理数的减法(1) .....	21
随堂检测卷 11 有理数的减法(2) .....	23
随堂检测卷 12 有理数的乘法(1) .....	25
随堂检测卷 13 有理数的乘法(2) .....	27
随堂检测卷 14 有理数的除法(1) .....	29
随堂检测卷 15 有理数的除法(2) .....	31
随堂检测卷 16 有理数的乘方(1) .....	33
随堂检测卷 17 有理数的乘方(2) .....	35
随堂检测卷 18 科学记数法与近似数 ...	37

## 第二章 整式的加减

随堂检测卷 1 整式(1) .....	41
随堂检测卷 2 整式(2) .....	43
随堂检测卷 3 整式(3) .....	45
随堂检测卷 4 整式的加减(1) .....	47
随堂检测卷 5 整式的加减(2) .....	49
随堂检测卷 6 整式的加减(3) .....	51

## 第三章 一元一次方程

随堂检测卷 1 一元一次方程的定义 ...	55
-----------------------	----

随堂检测卷 2 等式的性质 .....	57
随堂检测卷 3 一元一次方程的解法(1) .....	59
随堂检测卷 4 一元一次方程的解法(2) .....	61
随堂检测卷 5 一元一次方程的解法(3) .....	63
随堂检测卷 6 一元一次方程的解法(4) .....	65
随堂检测卷 7 一元一次方程的解法综合 .....	67
随堂检测卷 8 实际问题与一元一次方程(1) ——配套和工程问题 ...	69
随堂检测卷 9 实际问题与一元一次方程(2) ——盈亏问题 ...	71
随堂检测卷 10 实际问题与一元一次方程(3) ——积分表和计费问题 ...	73

## 第四章 几何图形初步

随堂检测卷 1 立体图形与平面图形(1) .....	77
随堂检测卷 2 立体图形与平面图形(2) .....	81
随堂检测卷 3 立体图形与平面图形(3) .....	85
随堂检测卷 4 点、线、面、体 .....	89
随堂检测卷 5 直线、射线、线段(1) .....	93
随堂检测卷 6 直线、射线、线段(2) .....	97
随堂检测卷 7 直线、射线、线段(3) .....	99
随堂检测卷 8 角 .....	101
随堂检测卷 9 角的比较与运算 .....	103

随堂检测卷 10	余角与补角(1) .....	105
随堂检测卷 11	余角与补角(2) .....	107
随堂检测卷 12	余角与补角(3) .....	109

## 第五章 相交线与平行线

随堂检测卷 1	相交线 .....	115
随堂检测卷 2	垂 线 .....	119
随堂检测卷 3	同位角、内错角、 同旁内角 .....	123
随堂检测卷 4	平行线 .....	127
随堂检测卷 5	平行线的判定(1) .....	129
随堂检测卷 6	平行线的判定(2) .....	133
随堂检测卷 7	平行线的性质(1) .....	137
随堂检测卷 8	平行线的性质(2) .....	139
随堂检测卷 9	命题、定理、证明 .....	143
随堂检测卷 10	平 移 .....	145

## 第六章 实 数

随堂检测卷 1	平方根(1) .....	149
随堂检测卷 2	平方根(2) .....	151
随堂检测卷 3	立方根 .....	153
随堂检测卷 4	实数(1) .....	155
随堂检测卷 5	实数(2) .....	157

## 第七章 平面直角坐标系

随堂检测卷 1	有序数对 .....	161
随堂检测卷 2	平面直角坐标系(1) ...	163
随堂检测卷 3	平面直角坐标系(2) ...	165
随堂检测卷 4	用坐标表示地理位置 ...	167
随堂检测卷 5	用坐标表示平移 .....	171

## 第八章 二元一次方程组

随堂检测卷 1	二元一次方程组 .....	175
---------	---------------	-----

随堂检测卷 2	代入消元法 .....	177
随堂检测卷 3	加减消元法 .....	179
随堂检测卷 4	消元法——解二元一次 方程组综合 .....	181
随堂检测卷 5	实际问题与二元一次 方程组(1) .....	183
随堂检测卷 6	实际问题与二元一次 方程组(2) .....	185
随堂检测卷 7	实际问题与二元一次 方程组(3) .....	187
随堂检测卷 8	三元一次方程组解法 ...	189

## 第九章 不等式与不等式组

随堂检测卷 1	不等式及其解集 .....	193
随堂检测卷 2	不等式的性质(1) .....	195
随堂检测卷 3	不等式的性质(2) .....	197
随堂检测卷 4	一元一次不等式(1) ...	199
随堂检测卷 5	一元一次不等式(2) ...	201
随堂检测卷 6	一元一次不等式(3) ...	203
随堂检测卷 7	一元一次不等式(4) ...	205
随堂检测卷 8	一元一次不等式组(1) ...	207
随堂检测卷 9	一元一次不等式组(2) ...	209
随堂检测卷 10	一元一次不等式组(3) .....	211

## 第十章 数据的收集、整理和描述

随堂检测卷 1	统计调查(1) .....	215
随堂检测卷 2	统计调查(2) .....	219
随堂检测卷 3	统计调查(3) .....	223
随堂检测卷 4	直方图(1) .....	227
随堂检测卷 5	直方图(2) .....	231
随堂检测卷 6	从数据谈节水 .....	235

参考答案	.....	239
------	-------	-----



# 第一章

# 有 理 数



## 随堂检测卷 1

### 正数和负数(1)

(考试时间 45 分钟 满分 100 分)

#### 一、选择题(每小题 6 分,共 30 分)

1. 下列两个量不具有相反意义的是( ).  
A. 增产 45t 粮食和减产 20t 粮食      B. 收入 100 元和支出 100 元  
C. 浪费 1t 煤和节约 1t 煤      D. 向东走 5km 和向南走 5km
2. 下列各数中为负数的是( ).  
A. 0      B. -5      C. 1      D.  $\frac{1}{2}$
3. 下列各数中: $-11, 0, 0.2, 3, +\frac{1}{7}, \frac{2}{3}, 1, -1$ , 正数一共有( ).  
A. 6 个      B. 5 个      C. 4 个      D. 3 个
4. 若一运动员某次跳水的最高点离跳台 2m, 记作 +2m, 则水面离跳台 10m 可以记作( ).  
A. -10m      B. -12m      C. +10m      D. +12m
5. 下列说法中正确的有( ).  
① 0 是最小的正数;  
② 任意一个正数,前面加上一个“-”号,就是一个负数;  
③ 大于 0 的数是正数;  
④ 字母  $a$  既是正数,又是负数.  
A. 0 个      B. 1 个      C. 2 个      D. 3 个

#### 二、填空题(每小题 6 分,共 30 分)

6. 若上升 15m 记作 +15m, 则 -8m 表示\_\_\_\_\_.
7. 如果顺时针转  $30^\circ$ , 记作  $-30^\circ$ , 那么  $90^\circ$  表示\_\_\_\_\_.
8. 海中一潜水艇所在高度为 -30m, 此时观察到海底一动物位于潜水艇的正下方 30m 处, 则海底动物的高度为\_\_\_\_\_.
9. 如果长江的水位高于正常水位 7.6m 时记作 +7.6m, 那么低于正常水位 5m 时应记作\_\_\_\_\_; -8.2m 表示\_\_\_\_\_; 0m 表示\_\_\_\_\_.
10. “一只闹钟,一昼夜误差不超过  $\pm 10s$ ”这句话的含义是\_\_\_\_\_.

三、解答题(每题 20 分,共 40 分)

11. 用正数或负数表示下列具有相反意义的量.

(1) 如果孔子出生于公元前 551 年记作  $-551$  年,那么李白出生于公元 701 年应记作什么?

(2) 如果某仓库进库 2000 件物品记作  $+2000$  件,那么该仓库出库 15000 件物品应记作什么?

12. 某体育用品公司通过公开招标,接到一批生产比赛用的篮球业务,而比赛用的篮球质量有严格规定,其中误差  $\pm 5g$  符合要求,现质检员从中抽取 6 个篮球进行检查,检查结果如下表所示(单位:g)

篮球编号	①	②	③	④	⑤	⑥
数据	+3	-2	+4	-6	+1	-3

(1) 有几个篮球符合质量要求?

(2) 其中质量最接近标准的是几号球?

## 随堂检测卷 2

### 正数和负数(2)

(考试时间 45 分钟 满分 100 分)

#### 一、选择题(每小题 6 分,共 30 分)

1. 下列用正数和负数表示具有相反意义的量,其中正确的是( ).  
A. 凌晨气温为  $-5^{\circ}\text{C}$ ,如果中午气温比凌晨上升  $5^{\circ}\text{C}$ ,那么中午气温为  $+5^{\circ}\text{C}$   
B. 如果  $+3.2\text{m}$  表示比海平面高  $+3.2\text{m}$ ,那么  $-9\text{m}$  表示比海平面低  $-9\text{m}$   
C. 如果生产成本增加  $5\%$  记作  $+5\%$ ,那么  $-5\%$  表示生产成本降低  $5\%$   
D. 如果收入增加 8 元记作  $+8$  元,那么  $-5$  元表示支出减少 5 元
2. 已知甲地的海拔高度为  $+5\text{m}$ ,乙地比甲地低  $7\text{m}$ ,则乙地的海拔高度为( ).  
A.  $-7\text{m}$       B.  $-2\text{m}$       C.  $2\text{m}$       D.  $7\text{m}$
3. 向东走  $-8\text{m}$  的意义是( ).  
A. 向东走  $8\text{m}$       B. 向西走  $8\text{m}$       C. 向西走  $-8\text{m}$       D. 以上都不对
4. 下列说法中正确的是( ).  
A. 零既不是正数也不是负数      B. 一个数前面加上“ $-$ ”号,这个数就是负数  
C. 零既是正数也是负数      D. 若  $a$  是正数,则  $-a$  不一定就是负数
5. 某粮店出售的三种品牌的面粉袋上分别标有质量为  $(25 \pm 0.1)\text{kg}$ , $(25 \pm 0.2)\text{kg}$ , $(25 \pm 0.3)\text{kg}$  的字样,从中任意拿出两袋,它们的质量最多相差( ).  
A.  $0.8\text{kg}$       B.  $0.6\text{kg}$       C.  $0.5\text{kg}$       D.  $0.4\text{kg}$

#### 二、填空题(每小题 6 分,共 30 分)

6. 一种零件标明的要求是  $\phi=10^{+0.02}_{-0.02}$ (单位:  $\text{mm}$ ),表示这种零件的标准尺寸为直径  $10\text{mm}$ ,该零件最大直径不超过 \_\_\_\_\_  $\text{mm}$ ,最小不小于 \_\_\_\_\_  $\text{mm}$ ,为合格产品.
7. 如果书店在学校的东面  $500\text{m}$  记作  $+500\text{m}$ ,那么超市的位置记作  $-600\text{m}$  表示 \_\_\_\_\_.
8. 在东西走向的公路上,若乙在甲的东边  $3\text{km}$  处,丙距乙  $5\text{km}$ ,则丙在甲的 \_\_\_\_\_.
9. 一潜水艇所在的高度为  $-100\text{m}$ ,若它再下潜  $20\text{m}$ ,则高度是 \_\_\_\_\_,若在原来的位置上升  $20\text{m}$ ,则高度是 \_\_\_\_\_.
10. 收入  $-200$  元的实际意义是 \_\_\_\_\_.

三、解答题(每题 20 分,共 40 分)

11. 下表列出了国外几个城市与北京的时差.(带正号的数表示同一时刻比北京时间早的时数).

(1) 如果现在北京时间是 7:00,那么现在纽约时间是多少?

(2) 小明现在想给远在巴黎的姑妈打电话,合适吗?

城市	时差/h
纽约	-13
巴黎	-7
东京	+1
芝加哥	-14

12. 现称得六位七年级学生的体重如下:40kg,38kg,37kg,46kg,39kg,34kg.

(1) 求六位同学的体重平均值.

(2) 以平均值为基准用正负数表示每位学生的体重与平均值的差.

## 随堂检测卷 3

### 有理数

(考试时间 45 分钟 满分 100 分)

#### 一、选择题(每小题 6 分,共 30 分)

1. 既是分数,又是正数的是( )。

- A. +5                  B.  $-5\frac{1}{4}$                   C. 0                  D.  $8\frac{3}{10}$

2.  $-4.85$ ( )。

- A. 是负数,不是分数                  B. 不是分数,是有理数  
C. 是负数,也是分数                  D. 是分数,不是有理数

3. 下列说法中正确的有( )。

- ① 所有整数都是正数;                  ② 分数是有理数;  
③ 所有的正数都是整数;                  ④ 在有理数中,除了负数就是正数.  
A. 1 个                  B. 2 个                  C. 3 个                  D. 4 个

4. 下列说法中,其中不正确的是( )。

- A. 0 是整数                  B. 负分数一定是有理数  
C. 一个数不是正数,就一定是负数                  D. 0 是有理数

5. 下列说法中正确的有( )。

- ① 零是整数;② 零是正数;③ 零是偶数;④ 零是非负数.  
A. 1 个                  B. 2 个                  C. 3 个                  D. 4 个

#### 二、填空题(每小题 6 分,共 30 分)

6. \_\_\_\_\_ 和 \_\_\_\_\_ 统称为有理数; \_\_\_\_\_ 既不是正数也不是负数.

7. 有理数中,最小的正整数是 \_\_\_\_\_, 最大的负整数是 \_\_\_\_\_.

8. 在  $0.6, -0.4, \frac{1}{3}, -0.25, 0, 2, -\frac{9}{3}$  中, 整数有 \_\_\_\_\_, 分数有 \_\_\_\_\_.

9. 把下列各数填入相应的大括号内:

$$-13.5, 2, 0, 0.128, -2.236, 3.14, +27, -\frac{4}{5}, -15\%, -1\frac{1}{2}, \frac{22}{7}, 26\frac{1}{3}.$$

正数集合 { \_\_\_\_\_ ... },

负数集合 { \_\_\_\_\_ ... },

整数集合 { \_\_\_\_\_ ... },

分数集合{\_\_\_\_\_...}.

10. 观察下面一列数, 根据规律写出横线上的数,

$$-\frac{1}{1}, \frac{1}{2}, -\frac{1}{3}, \frac{1}{4}, \underline{\quad}, \underline{\quad}, \dots; \text{第 } 2003 \text{ 个数是 } \underline{\quad}.$$

**三、解答题**(每题 20 分, 共 40 分)

11. 把下列各数的序号填在相应的数集内:

$$\textcircled{1} 1 \quad \textcircled{2} -\frac{3}{5} \quad \textcircled{3} +3.2 \quad \textcircled{4} 0 \quad \textcircled{5} \frac{1}{3} \quad \textcircled{6} -6.5 \quad \textcircled{7} +108 \quad \textcircled{8} -4 \quad \textcircled{9} -6$$

$$(1) \text{ 正整数集合} \{ \dots \}$$

$$(2) \text{ 正分数集合} \{ \dots \}$$

$$(3) \text{ 负分数集合} \{ \dots \}$$

$$(4) \text{ 负数集合} \{ \dots \}$$

12. 把具有某种规律的一列数:  $1, -2, 3, -4, 5, -6, \dots$  排列成下面的阵型:

			1				
		-2	3	-4			
	5	-6	7	-8	9		
-10	11	-12	13	-14	15	-16	

探索下列事件:

(1) 第 10 行的第一个数是什么数?

(2) 2016 前面是负号还是正号? 在第几行? 第几列?

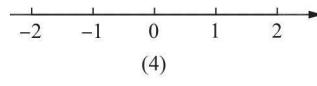
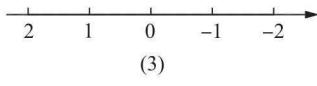
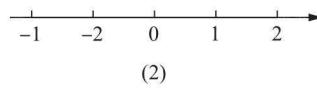
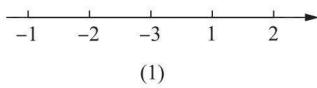
## 随堂检测卷 4

### 数 轴

(考试时间 45 分钟 满分 100 分)

#### 一、选择题(每小题 6 分,共 30 分)

1. 下列给出的四条数轴,错误的是( )。

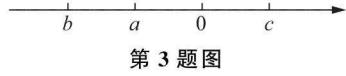


- A. (1)(2)      B. (2)(3)(4)      C. (1)(2)(3)      D. (1)(2)(3)(4)
2. 把数轴上表示数 2 的点移动 3 个单位后,表示的数为( )。
- A. 5      B. 1      C. 5 或 1      D. 5 或 -1
3. 如图所示,  $a$ 、 $b$ 、 $c$  表示有理数,则  $a$ 、 $b$ 、 $c$  的大小顺序是( )。
- A.  $a < b < c$       B.  $a < c < b$       C.  $b < a < c$       D.  $c < b < a$
4. 大于 -2.2 的最小整数是( )。
- A. -2      B. -3      C. -1      D. 0

5. 学校、家、书店依次坐落在一条东西走向的大街上,学校在家的西边 20m,书店在家东边 100m,张明同学从家里出发,向东走了 50m,接着又向西走了 70m,此时张明的位置( )。
- A. 在家      B. 在学校      C. 在书店      D. 不在上述地方

#### 二、填空题(每小题 6 分,共 30 分)

6. 在数轴上表示两个数,\_\_\_\_\_的数总比\_\_\_\_\_的小。(填“左边”或“右边”)
7. 如果数轴上的点 A 对应有理数为 -2,那么与点 A 相距 3 个单位长度的点所对应的有理数为\_\_\_\_\_。
8. 数轴上,点 A 所表示的数是 +3,若把点 A 沿数轴向左平移 4 个单位长度到点 B,则点 B 所表示的数是\_\_\_\_\_。
9. 点 A,B 在同一条数轴上,点 A 表示的数是 -1,若点 B 与点 A 相距 3 个单位长度,则点 B 表示的数是\_\_\_\_\_。
10. 数轴上与原点距离小于 3 个单位长度的整数点为\_\_\_\_\_。



三、解答题(每题 20 分,共 40 分)

11. 在数轴上表示数: $-2, 2^2, -\frac{1}{2}, 0, 1\frac{1}{2}, -1.5$ .按从小到大的顺序用“ $<$ ”连接起来.

12. 一点 A 从数轴上表示 $+2$ 的点开始移动,第一次先向左移动 1 个单位,再向右移动 2 个单位;第二次先向左移动 3 个单位,再向右移动 4 个单位;第三次先向左移动 5 个单位,再向右移动 6 个单位……

- (1) 写出第一次移动后这个点在数轴上表示的数为\_\_\_\_\_;
- (2) 写出第二次移动后这个点在数轴上表示的数为\_\_\_\_\_;
- (3) 写出第五次移动后这个点在数轴上表示的数为\_\_\_\_\_;
- (4) 写出第  $n$  次移动后这个点在数轴上表示的数为\_\_\_\_\_;
- (5) 如果第  $m$  次移动后这个点在数轴上表示的数为 56,求  $m$  的值.

## 随堂检测卷 5

### 相反数

(考试时间 45 分钟 满分 100 分)

#### 一、选择题(每小题 6 分,共 30 分)

1. 如果一个数的相反数是 3,那么这个数是( )。
 

A. 3	B. -3	C. $\frac{1}{3}$	D. $-\frac{1}{3}$
------	-------	------------------	-------------------
2. 如果一个数的相反数比它本身大,那么这个数为( )。
 

A. 正数	B. 负数
-------	-------
3. 若一个数的相反数是最大的负整数,则这个数是( )。
 

A. 1	B. $\pm 1$	C. 0	D. -1
------	------------	------	-------
4. 如果  $a+b=0$ ,那么  $a,b$  两个实数一定是( )。
 

A. 都等于 0	B. 一正一负
----------	---------
5. 下面说法中正确的有( )。
 

C. 互为相反数	D. 互为倒数
----------	---------

  - ①  $\pi$  的相反数是 -3.14;
  - ② 符号相反的数互为相反数;
  - ③  $-(-3.8)$  的相反数是 3.8;
  - ④ 一个数和它的相反数不可能相等;
  - ⑤ 正数与负数互为相反数.

A. 0 个	B. 1 个
--------	--------

#### 二、填空题(每小题 6 分,共 30 分)

6.  $-\frac{1}{3}$  的倒数是\_\_\_\_\_; $1\frac{2}{3}$  的相反数是\_\_\_\_\_.
7. 数轴上和原点的距离等于 4 的点表示的有理数是\_\_\_\_\_,它们的关系是\_\_\_\_\_.
8. 相反数是它本身的数是\_\_\_\_\_;相反数小于它本身的数是\_\_\_\_\_.
9. 化简: $-(+5)=$ \_\_\_\_\_; $-(-5)=$ \_\_\_\_\_; $-[-(-5)]=$ \_\_\_\_\_.
10. 如果  $a,b$  互为倒数, $c,d$  互为相反数,且  $m=1$ ,则代数式  $2ab-(c+d)+m^2=$ \_\_\_\_\_.