

口试练习

【适合年级】 华文（高年级）

【新闻】 学生超重比例增加 教育部：疫情下久坐不动是主因

师生讨论（共4题）：

1. 为什么本地学生超重比例增加会令人感到担忧呢？（重整）

参考答案	本地学生超重比例增加令人担忧，是因为增加的人数相当多。视频中提到本地学生的超重比例，过去三年间从原本的13%增加到16%。国大医院的儿科部门去年新增病人约170名，而到竹脚妇幼医院体重管理诊所看诊的孩童也超过270名，同2019年相比增加近四成。此外，超重学生的身体健康也会受到影响。视频中受访的医生说，越来越多孩童处于糖尿病前期，他们的身体不能正常处理糖分，有更多更是出现高血压或高胆固醇的问题。
答题指引	<ul style="list-style-type: none"> *针对“为什么”说明原因 *能正确地多处摘录视频中的特定信息，厘清内容之间关系，并进行拓展 *能清楚和有条理地说明

2. 有什么方法来减少本地学生超重的人数呢？（重整+伸展）

参考答案	要减少本地学生超重的人数，就要先找出他们超重的原因。视频提到在疫情下，孩童不健康的饮食习惯以及久坐不动的生活作息，是造成超重的主要原因。所以我们要让他们多活动和培养健康的饮食习惯。就如视频中受访的妈妈除了让儿子学武术，也为他报名参与医院的研究，当中包括线上体重管理课程，让他多参加体育和养生活活动。当然，孩子年纪还小，自制力不强，受访的妈妈自己也学会了如何制定日常活动，陪孩子运动，引导孩子做出更健康的饮食选择，同时也给予他们支持和鼓励。受访医生认为如果家长及时采取行动，为孩子设定一两个小目标，就能逐步帮助孩子控制体重。可见，要减少孩童超重的人数，家长的支持是非常重要的。
答题指引	*针对“什么方法”举例说明

	<p>*能正确地多处摘录视频中的特定信息，厘清内容之间关系的能力，并有条理地整理出文句通顺的答案</p> <p>*能清楚和有条理地说明</p>
--	---

3. 你刚才说，冠病疫情是造成孩童的饮食习惯不健康，以及久坐不动的原因。为什么你会这么说呢？请你进一步加以说明。（解释）

参考答案	<p>大家都知道为了不让孩子感染冠病，多数家长都不让孩子出门，甚至有一阵子学校也让学生居家学习。我国多数家庭是居住在政府组屋，屋子的活动空间并不是很大，加上现在的孩子都喜欢上网玩游戏，所以整天坐着或躺着，活动身体的时间非常的少。此外，家长必须工作，无法为孩子准备有营养的餐食，多数时候叫外卖，或买加热的即食食物来解决三餐。这些都造成了孩子的饮食习惯不健康以及久坐不动。</p>
答题指引	<p>*针对“为什么”进一步解释</p> <p>*能根据个人的生活经验举例说明</p>

4. 你也提到，受访的妈妈制定日常活动来帮助孩子减肥。你认为要制定怎么样的日常活动，才能帮助孩子减肥呢？（创意）

参考答案	<p>我认为应该制定以下的日常活动，来帮助孩子减肥：首先，让孩子多活动。吃早餐之前先做简单伸展筋骨的活动。吃晚餐之前，也可以在家里跳绳或玩呼啦圈。当然，也可以让孩子帮忙做简单的家务，如洗碗碟、整理床单等。其次，是健康的饮食。多喝水，多吃蔬菜水果，买一些比较健康、少糖少盐的零食，如坚果。此外，一家人一起进行活动也很重要。不只鼓励和支持孩子，同时，也能促进亲子关系，何乐而不为呢？</p>
答题指引	<p>*针对“怎么样”提出建议</p> <p>*找方法，运用有关信息提建议</p> <p>*创造性思维的能力</p> <p>*能根据个人的生活经验提出建议</p>