

## 口试练习

【适合年级】高华（高年级）

【新闻】球迷熬夜追世界杯 不少人因睡眠不足胃酸倒流就医

### 口头报告（约2分钟）

题目：你会怎么样劝请亲朋好友不要熬夜追世界杯呢？

参考答案	<p>我会通过注意身心健康来劝请亲朋好友不要熬夜追世界杯。（概括说明）</p> <p>首先，从身体健康来说。（论点）视频中受访的家庭医生说，一些人熬夜看球加上吃夜宵后短时间内入睡，结果出现胃酸倒流问题。如果睡不好起来的时候就会头痛很累，也会有比较多人需要病假，如果胃酸很严重的时候会一直很痛，一些想呕吐，因为睡眠不足隔天生病而请病假。（论据）我会让身边的人知道追世界杯边吃夜宵对身体造成的伤害。（解释+扣题）</p> <p>其次，从影响心理健康来说。（论点）视频中受访的中医师说熬夜导致免疫力下降，进而提高患上疾病的风险，而且睡眠不足也会导致情绪比较容易烦躁，注意力比较不能集中。（论据）所以我会告诉身边的人熬夜追世界杯对精神造成的伤害。（解释+扣题）</p> <p>最后，如果大家真的要去看世界杯，我也只能劝请他们多注意健康了。（论点）例如我一开始提到熬夜看球吃夜宵后短时间内入睡会造成胃酸倒流的问题，我会建议大家不要吃刺激性，如煎炸油辣的食物，给肠胃造成负担，肚子饿了或许就喝杯牛奶吧。此外，我也同意视频中受访中医的建议如果熬夜追世界杯，就应该确保补眠，熬夜两小时的话，至少要补眠半小时。（论据）这样一来，执意要熬夜追世界杯的人的身心也不会受到太大的影响。（解释+扣题）</p> <p>我希望通过以上的几点来劝请亲朋好友不要熬夜追世界杯和通过建议让他们多注意健康。（总结）</p>
答题指引	<ul style="list-style-type: none"><li>*小心审题，找出关键句——‘怎么样劝请’</li><li>*仔细聆听和细看字幕找出和话题有关的内容</li><li>*根据内容推论出至少三个论点</li><li>*复述录像内容为证据让建议更有说服力</li><li>*报告时必须有条理，语速、语调要适当</li></ul>

### 师生讨论（共3题）

问题1：你为什么认为睡眠不足隔天生病而请病假会是一个问题呢？（解释）

参考答案	<p>我认为睡眠不足隔天生病而请病假是个问题，因为上班族请病假或多或少会影响到工作表现。尤其是在追看世界杯期间，经常熬夜，对身心的健康造成负面的影响，就无法集中精力工作而影响了工作表现。对上班族来说绝对是一个问题。</p>
------	---

答题指引	<ul style="list-style-type: none"> <li>*针对“是一个问题”进行解说</li> <li>*根据个人经验举例加以说明</li> </ul>
------	---

问题2：在报告中你建议亲朋好友怎么样注意健康，这和怎么样劝请亲朋好友不要熬夜追世界杯有什么关系呢？（解释）

参考答案	我认为虽然两者之间没有直接的关系，但是世界杯每四年才举办一次，劝请热爱足球的人不要熬夜追世界杯是不太可能的任务，所以只能求其次了，就是让他们在追世界杯的当儿也要好好照顾自己的身心健康，我才会在最后一点提到劝请足球迷要注意健康的建议。
答题指引	<ul style="list-style-type: none"> <li>*针对“注意保健和劝请亲朋好友不要熬夜追世界杯的关系”进行解说</li> <li>*根据两者之间的共同点（注意和影响健康），说明它们的关系</li> </ul>

问题3：你会追看世界杯吗？（解释）

参考答案	我不会追看世界杯，因为我不是足球迷。虽然说世界杯在学校假期期间举办，是许多同学和朋友议论的热门话题，但是我为了自己的身心健康不会熬夜追看世界杯。不过，为了能和同学朋友们有共同的话题，我会在第二天从社交媒体中获取有关世界杯的讯息，参与大家的讨论。
答题指引	<ul style="list-style-type: none"> <li>*针对“追看”解说</li> <li>*能根据个人经验加以说明</li> </ul>