

口试练习

【适合年级】高华（高年级）

【新闻】我国估计三年内步入超老龄化社会 年长者将占人口五分之一

口头报告（两分钟）

题目：新加坡的超老龄化将给社会带来巨大的挑战。你同意吗？

参考答案	<p>我同意。第一，新加坡的超老龄化社会会给年轻人带来巨大挑战。根据世界卫生组织的定义，超老龄化意味着 65 岁以上人口比例超过 20%。新闻指出，人活得越来越老，生育率却逐年下降。新跃社科大学老年学科系卡利亚妮副教授说：“你能想象看护者在照顾他们的年长亲人时也会面临很多困难，尤其是当年长者无法行动的时候。”我们也可以想象一下，未来可能一个年轻人要照顾三到四个老年人，所以超老龄化必将给未来的年轻人带来巨大的看护、经济、心理及生活压力。</p> <p>第二，这也将给社会带来巨大的经济压力。新闻中提到，国人虽然活得更久，但健康寿命却没有相应的延长。研究显示国人有九年是处于患病状态。数据也显示，尽管新加坡的健康寿命相对较高，不过把患病期计算在内的失能调整生命年，却逐年增加。换句话说，国人虽然活得更长，但生活素质似乎因健康逐年下降。本地人均患病年数约 9.22 年，这就需要更多的医疗、照护服务和福利支出。这将对财政预算构成挑战，增加社会保障、医疗和养老福利的负担，可能导致经济负担增加，影响国家的可持续发展。</p> <p>综上所述，新加坡的超老龄化将给社会带来巨大的挑战。</p>
答题指引	<ul style="list-style-type: none">• 够表达自己的立场，并从新闻中支持“新加坡的超老龄化将给社会带来巨大的挑战”的内容，加以整理，分两到三个分论点进行论证。• 能用适当的语速、语调、语气表达。

师生讨论（共 3 题）

问题 1：你认为乐龄人士在你的家庭中有什么作用？（引申题）

参考答案	<p>首先，乐龄人士他们拥有丰富的人生经验和智慧，可以为家庭成员提供宝贵的指导和建议。比如，我的外公外婆经历了许多事情，在家庭中，他们分享他们的人生故事和智慧，给予我们在学业和人生抉择上的建议和支持。这种指导和经验分享，帮助我们更加深入地了解家庭和社会，对我们人生的抉择，都起到了重要的指引作用。</p> <p>其次，老年人对于家庭的凝聚力和情感联系也非常重要。每当家庭有聚会或重要时刻，家中的老人们都是凝聚家庭感情的重要桥梁。他们的出现和关怀，让家庭更加温馨，更加紧密。比如，每逢节日，家中的老人们都会组织家庭聚餐，让我们团聚在一起，分享</p>
------	--

	<p>快乐和温暖，如果没有家中的老人，平辈之间很少会组织这些聚会，这种情感联系是家庭中不可或缺的。</p> <p>因此，老年人在家庭中既提供着宝贵的人生经验和智慧，又承担着维系家庭情感和凝聚力的重要作用。他们的存在让家庭更加丰富和温暖，也给予我们更多的关怀和指导。</p>
答题指引	<ul style="list-style-type: none"> •能够根据自己的经验说出相关的理由。 •能用适当的语速、语调、语气表达。

问题 2: 我们如何让家中的老人身体和心理更加健康? (创意题)

参考答案	<p>第一，我们可以鼓励或者陪伴家中的老人多锻炼身体，并参与日常活动。因为老人可能因为身体比较虚弱，不愿意运动，或懒得参与一些活动，但是如果我们陪伴他们，他们会更加愿意多锻炼，多参与日常活动。比如，我就经常陪我的爷爷奶奶去公园一起散步、在楼下的健身角落进行运动、一起做家务，或参加家庭园艺。我曾经和爷爷奶奶一起在花园里栽种花草，这不仅是锻炼，也是家庭互动的一种形式。</p> <p>另外，营养饮食也很关键，我们可以为老人准备一些健康的食物，或帮助他们准备简单而营养的饮食，比如帮助他们选择更多蔬菜水果，或是准备一些他们喜欢的健康小吃。</p> <p>第二，关注老人的心理健康。这可以通过陪伴、交流或者鼓励他们多参加社区活动、培养兴趣爱好来实现。在新加坡，每个人都很忙碌，大人工作压力大，学生学业繁重，有时会忽略了对老人的陪伴和交流。但是如果我们与他们多交流，鼓励他们多参加社区活动，他们就不会感到孤单和寂寞。比如，我们可以与老人分享我们的日常生活，或是聆听他们的故事和经历。我常常和外婆聊天，听她讲她年轻时的趣事，这不仅让她开心，也让我们之间的关系更加亲密。</p> <p>此外，提供一些轻松愉快的活动，比如一起玩棋牌游戏、看一些有趣的节目或电影，让老人感到快乐和放松。也可以让老人去参加社区的活动，培养兴趣爱好，比如跳舞、唱歌，学习一些知识来认识更多的朋友，增加他们与社会的联系。</p> <p>综上所述，我们可以通过以上的方式让家中的老人身体和心理更加健康。</p>
答题指引	<ul style="list-style-type: none"> •能针对题目从至少两方面提出解决方案并加以论证。 •能够有条理地针对题目进行论证。

问题 3: 有人认为，年长者很难再展现价值，为社区、社会做出贡献。你同意吗? (评价题)

参考答案	<p>我不太同意这个说法。</p> <p>第一，年长者具备丰富的人生经验和智慧，可以为社区和社会提供珍贵的指导和指点。他们经历过各种生活阶段，面对过不同的挑战，因此拥有丰富的见解和解决问题的能力，这些经验可以传承给下一代，帮助他们避免犯错或者应对困难。</p>
------	--

	<p>例如，在社区活动中，年长者常常能够给予年轻人在职业规划、家庭问题或人生抉择上的有益建议，这种经验分享和指导，对年轻一代的成长发展至关重要。在职场方面，年长者也可以提供宝贵的经验和指导。他们可能在某个行业拥有数十年的经验，可以成为企业和组织中的顾问，帮助解决复杂的问题，并为未来发展提供战略建议。</p> <p>第二，年长者还能够通过分享人生经验和鼓舞他人的方式，影响和激励更多人。他们的人生故事和经历能够激励年轻人，勇敢面对生活中的挑战和困难，传递出生命的智慧和价值。在一些演讲或教育活动中，年长者能够分享自己的人生见闻，激励他人积极面对生活中的挑战，传递出积极向上的生活态度。</p> <p>第三，年长者能够传承和保护文化遗产，促进社区文化发展。许多年长者是文化传承的守护者，他们拥有丰富的传统知识和技艺，可以传授给年轻一代。</p> <p>例如，在我所在的社区，有些老年人积极参与传统手工艺的传承和教学活动，让年轻人更好地了解和继承传统文化。这些技艺可能是手工艺、传统音乐、舞蹈、绘画等各种艺术形式，往往承载着丰富的历史和文化内涵。通过年长者的传授和指导，年轻一代能够学习和继承这些技艺，避免文化传统在时间长河中逐渐消失。他们的教学活动常常不仅限于传授技艺，还包括相关的历史、背景故事以及传统文化的意义。这样的交流和传承，激发了年轻人对传统文化的兴趣，增强了他们对文化传统的认同感，从而促进了传统文化的传承和发展。</p> <p>此外，许多年长者也积极参与志愿服务，为社区做出贡献。比如，他们可以参与教育计划、社区清洁活动或者义工机构工作。这些志愿服务不仅让他们感到有价值，还对社区和社会有着积极的影响。</p> <p>综上所述，年长者依然能够再展现价值，为社区、社会做出贡献。</p>
<p>答题指引</p>	<ul style="list-style-type: none"> •能针对题目从至少两方面进行论证。 •能够有条理地针对题目进行论证。