

口试练习

适合年级：高华（高年级）

新闻：食物浪费意识提升 剩余食物平台用户激增至 4 万

口头报告（两分钟）

题目：我们可以如何减少食物浪费？

参考 答案	食物浪费是一种社会问题，因为它关系到资源的利用，也会影响环保和经济发展。因此，我们有必要减少食物浪费。我们可以从个人、家庭及社会层面来采取行动。 第一，我们每个人都应该有节约的意识，清楚自己的食量，并根据它来进食。我们如果知道自己吃不完，就不应该买太大份量的食物，因为吃剩的食物一般是会扔掉的。不过，我们倒是可以把吃剩的食物打包带回家，留到下一顿饭吃。这是减少浪费的好方法，也是珍惜食物的表现。 第二，我们应该按照家庭成员的饭量准备食物，避免过量烹饪，导致浪费。我们也要掌握正确的食品储存和使用方法。例如，我们可以按照保质期，把食材分类摆放，并且先使用快过期的食品。我们也要定期检查，确保没有遗漏并忘了使用任何食材食品，以免它们变质或过期了而必须被扔掉，进而造成浪费。 第三，在社会层面，餐饮业者或售卖食材食品的商店、超市等应该积极寻找并落实减少食物浪费的方案，就像视频里提到的售卖剩余食物的应用程序。根据我所知道的，也有一些商店会在结束一天的营业时，把剩余的食物捐赠给慈善机构。这么做既能帮助有需要的人，又能减少浪费，是值得大力推广的。 减少食物浪费是需要大家一起努力的。
答题 指引	• 能仔细观看视频，听出和话题有关的内容 • 能清楚分点说明建议 • 能用肯定的语气说出事实 • 在作报告时必须有条有理，语速、语调适当

师生讨论 (共 3 题)

问题 1: 关于如何减少食物浪费，你提到个人和家庭层面。你可以进一步说明你或你的家人是怎么做的吗？(补充、创意)

参考 答案	我的父母都有工作，所以通常只有在周末才会自己做饭。我的妈妈会先想好这两天的每一顿饭要煮什么，再写下一份购物清单，才到巴刹或超市购买食材。她说过，这么做就会很清楚要买什么，不会到了那里才随意地买。很多时候，随意买的食材到最后不一定会用到，还很有可能会因为放了太久已经过期或开始腐坏了而被扔掉。 不过，同样的食材我们有时候会多买一点，其中一个原因是比较便宜。但是，我们也会估计是否能在保质期内使用完，这么做同样也是为了避免它们腐坏或过期而必须被扔掉。 关于做饭，我们家也有一个规定，那就是我们如果没有回来吃的话，一定要提前通知，那妈妈或爸爸在做饭时就可以少煮一点。虽然我们会把剩菜剩饭放进冰箱，留到下一顿吃，但是在做饭时就已经只做刚好的份量是比较好的做法。 我记得有一次，我们家附近的民众俱乐部有一个活动，就是捐赠食品给几家慈善机构。我们刚好有不少罐头食品，便选出了那些我们近期不太可能吃得完的，带到那里捐出去。这个也是减少食物浪费的一个方法。
答题 指引	• 能举例说明 • 能组织内容，有条理地讲述

问题 2: 视频里提到店家利用剩余食物应用程序来减少食物浪费，你对这个做法有什么看法？(评价)

参考 答案	我觉得这是一个很棒的做法。就像受访的店家代表说的，它是双赢的局面，既能够让消费者以比较便宜的价格购买食物，又能够帮助店家减少丢弃的食物，进而减少亏损。 这个做法让我想到超市也有类似的活动。像是 NTUC (职总超市) 会在每一天结束营业前的两个小时里，以较低的价格售卖某些食品，例如寿司。这么做应该也是为了避免丢弃太多食物，并且让消费者受惠。
----------	---

	回到这个剩余食物应用程序，我觉得它也让我们看到了我们可以善用科技来改善或解决一些问题。这是因为我们现在几乎都是人手一机，很多事情都通过手机应用程序来完成。听了受访业者的分析，我觉得以应用程序来推动减少食物浪费这样的“运动”是很有效的做法。 新闻也提到，记者有询问应用平台，而对方提到他们的用户目前已经接近五万个，还有就是商家每天平均卖出八成以上的剩余食品。我觉得这也说明国人这方面的意识已经提高了，是一件好事。
答题 指引	- 能针对社会话题发表意见（中二学习点） - 能说明事物的特点与细节（中二学习点） - 能组织内容，有条理地讲述

问题 3：谈了这么多，减少食物浪费到底为什么那么重要呢？（重整、延伸）

参考 答案	我觉得它那么重要，有几个主要的原因。 第一，我觉得在个人和家庭方面，减少食物浪费可以说也是帮助我们减少不必要的花费。像前面讲的，如果买太多食物而来不及吃完，把它们丢掉就等于浪费了钱。 第二，被丢掉的食物也是垃圾的一部分。我们都知道我国只有一个垃圾埋置场，而且预计会在 2035 年填满。因此，减少垃圾量是非常重要的。 第三，减少食物浪费也是为了保护环境，确保地球的资源能够持续使用。生产、运输和处理食物，需要耗费大量的资源，而且还会产生大量的温室气体。可以这么说，浪费食物也意味着：资源被浪费了，温室气体的排放量也增加了！ 最后，很多国家都有粮食短缺的问题，虽然我们个人也许无法做什么，但是至少要有同理心，在浪费食物时想一想地球其他地方的人民在挨饿，就会知道浪费食物是多么不应该的。
答题 指引	- 能运用适当的语调、语速表达不同的情感（中一学习点） - 能确定说明的重点，说出事物的相关知识（中二学习点） - 能组织内容，有条理地讲述