

## 口试练习

适合年级：高华（高年级）

新闻：卫生部更新屏幕使用指导原则 三到六岁孩童每日限一个小时

口头报告（两分钟）

题目：孩童过早使用电子产品的坏处。

参考 答案	<p>21世纪，电子产品已经成为我们生活中不可或缺的一部分。手机、平板电脑、电脑等，给我们的生活带来很多的方便。然而，对于还处于发育期的孩童来说，使用电子产品却可能对他们产生不良的影响。</p>
	<p>孩童过早使用电子产品有几种坏处，我会一一说明。</p> <p>首先，长时间盯着电子屏幕会导致眼睛疲劳，使眼睛干涩（sè），甚至引发干眼症。比较长期的影响是导致视力下降，甚至增加患上近视的风险。另外，使用电子产品也会对身体其他部位造成伤害。一般人都会低头使用手机或平板电脑，这会伤害到他们的颈椎和手腕，对正在发育的孩童来说，伤害会更大。</p> <p>第二，一般来说，除了学习所需，孩童也使用电子产品来观看视频、浏览社交媒体或玩游戏等。如果家长没有加以控制，孩童可能沉迷于这些视频或游戏，而浏览社交媒体时也可能接触到不良信息。如果没有加以纾解，这些都会影响他们的生活和学习。</p> <p>第三，过早使用电子产品也能阻碍孩童社交能力的发展，并使他们产生情绪问题。这是因为他们可能对电子产品产生依赖，过多使用也表示他们减少了与家人与朋友的相处和互动，长久下去可能会让他们不善于现实生活中的交流。而且，一旦阻止他们使用，他们可能无法接受而表现出愤怒、委屈等情绪。</p> <p>由此可见，孩童过早使用电子产品是有不少坏处的。</p>
答题 指引	<ul style="list-style-type: none"><li>• 能仔细观看视频，听出和话题有关的内容</li><li>• 能分点说明</li><li>• 能用肯定的语气说出事实</li></ul>

- |  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 在作报告时必须有条有理，语速、语调适当</li> </ul> |
|--|---|

### 师生讨论（共 3 题）

问题 1：你提到孩童在浏览社交媒体时可能会接触到不良信息。你可以补充说明什么是不良信息吗？不良信息会怎么伤害他们？

参考 答案	<p>不良信息包括这几种：暴力和犯罪内容、虚假或误导性内容、不当社交活动及网络欺凌。</p> <p>社交媒体有时候会出现这些不良信息，例如，一些短视频可能会鼓吹攻击性行为，甚至美化犯罪。孩童经常接触这种内容，可能会误以为暴力是解决问题的正常方式。再比如，一些网红可能推荐一些没有科学根据或验证的减肥方法或产品，孩童也可能信以为真，甚至是去尝试而引发不良后果。</p> <p>不当的社交活动是指孩童在网络上接触了有不良意图的陌生人，向他们透露了自己的隐私，甚至是被诱骗拍摄不雅照片或视频。这么做会对孩童造成很大的伤害，他们可能因为恐惧而产生焦虑，也可能产生扭曲的思想，以为这些事是正常的。</p> <p>还有，社交媒体常常出现网络欺凌，孩童可能在网上遭受恶意攻击、辱骂或排挤，如果他们不懂得应对，自尊心必然会受损，长久下去可能引发更严重的问题，如患上抑郁症。</p>
答题 指引	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 能举例说明</li> <li>• 能确定说明的重点，说出事物的相关知识</li> <li>• 能组织内容，有条理地讲述</li> </ul>

问题 2：对于卫生部推出孩童屏幕使用指导原则，你有什么看法？

参考 答案	<p>我觉得卫生部这么做的出发点是好的，能帮助家长和学前教育中心改善孩童的身心健康。</p> <p>我觉得很多家长应该都知道孩童过早使用屏幕是有坏处的，但是他们有时候可能是没有办法，例如要同时照顾两个年幼的小孩，无法分身或分心，就让其中一个使用手机或平板电脑来观看儿童视频或玩小游戏。另外，有些家长也许是完全不知道过早使用屏幕对自己的孩子的危害，需要有人来教导或提醒他们。</p>
----------	--

	视频中提到卫生部会通过指导原则，给予更明确的指导，那么家长应该会更明白要怎么做。虽然说在家里落实是完全由个别家庭来决定，但是至少有了指导，家长们可以决定怎么做。
答题 指引	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 能针对社会话题发表意见（中二学习点）</li> <li>• 能组织内容，有条理地讲述</li> </ul>

问题 3：你自己使用屏幕的习惯是怎样的？你觉得这样的习惯健康吗？

参考 答案	<p>我相信我跟很多人一样，每一天查看手机的次数很多，有时候看的时间会比较久，就是看看简讯，然后顺便浏览一下社交媒体，或者玩一下小游戏，“一下”就可能变十分钟，甚至更长时间。当然，我有时也会用手机来查词典或找资料，这些也会花比较长的时间。</p> <p>我觉得我这样的使用习惯还好，因为我并不是一次过几十分钟都注视着屏幕。我当然是看一下屏幕，做一下自己需要做的事，例如做功课，然后再看屏幕。我觉得只要不是长时间对着屏幕目不转睛应该还好。</p> <p>另外，我觉得使用屏幕的条件也是很重要的。我会尽量避免在光线不足的地方使用屏幕。例如，在晚上入睡前，我有躺在床上浏览社交媒体的习惯，但是我会至少把床头灯打开，不会在四周完全没有光的情况下看着手机，因为我知道这么做对眼睛的伤害是很大的。</p>
答题 指引	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 能确定说明的重点，说出事物的相关知识（中二学习点）</li> <li>• 能举例说明</li> <li>• 能组织内容，有条理地讲述</li> </ul>

### 词语补贴

- 奠 ( diàn ) 定 ( 第一段 ) : 建立 ; establish