

口试练习

适合年级：华文（高年级）

新闻：本地游戏成瘾案例自疫情以来增加三成

师生讨论（共 3 题）

问题 1：当你看到身边有人因为玩游戏而忽略现实生活，比如不按时吃饭、不与家人交流时，你会有什么感受？（伸展题）

参考答案	当我看到身边有人因为玩游戏而忽略现实生活，比如不按时吃饭、不与家人交流时，我会感到十分担忧。看到朋友或同学沉浸在游戏世界里，废寝忘食，身体得不到应有的营养和休息，我担心他们的健康会因此受到影响，长期下去可能会引发各种疾病。而且他们不与家人交流，家庭氛围也会变得压抑，原本温馨的家庭关系可能会因为游戏而变得疏远，这让我觉得特别可惜。 同时，我还会有些生气。生气他们为什么不能合理安排时间，明明生活中还有很多美好的事情等着他们去体验，却因为游戏而错过。游戏只是一种娱乐方式，不应该成为生活的全部，他们这样的行为是对自己生活的不负责。不过，我也明白他们可能是在游戏中寻找某种满足感或者逃避现实中的一些问题，所以生气之余，更多的是希望他们能早日认识到问题，重新回到正常的生活轨道上来。
答题指引	*内容紧扣主题。 *用适当的语速、语调，有条理地叙述。

问题 2：如果你的朋友出现了游戏成瘾的迹象，你会提出哪些建议来帮助他摆脱这种状态？（创意题）

参考答案	第一，我会建议朋友先和我一起制定一个详细的时间规划表。把一天的时间分成不同的板块，比如学习时间、运动时间、社交时间以及娱乐时间。娱乐时间里专门留出一小部分用于玩游戏，比如每天最多玩 1-2 个小时。在制定计划的过程中，要充分考虑他的日常任务和兴趣爱好，确保计划具有可操作性。就像我之前有个同学，他之前也沉迷游戏，后来我们一起帮他制定了这样的计划，他按照计划执行后，不仅学习没落下，还有时间去做自己喜欢的事情，慢慢地就摆脱了对游戏的过度依赖。只要严格按照这个计划执行，他就能慢慢找回生活的平衡，不再被游戏完全占据生活。 第二，我会鼓励朋友去尝试一些新的兴趣爱好，比如篮球、绘画、摄影等等。因为游戏成瘾很多时候是因为在现实生活中找不到其他有趣的事情做，所以才会把大量时间花在游戏上。如果他有了新的兴趣爱好，就可以把注意力从游戏上转移开。比如我有个朋友之前也沉迷游戏，后来我拉着他去参加了学校的摄影社团，他发现摄影特别有意思，经常拿着相机去捕捉生活中的美好瞬间。现在他玩游戏的时间明显减少了，整个人也变得
------	---

	更加开朗和自信。所以多去尝试不同的兴趣爱好，说不定就能找到比游戏更让他着迷的事情。
答题指引	*能从录像中获得启发以拓展内容。 *能组织内容，有条理地讲述。 *能根据生活经验，提出实际可行的建议。

问题 3：游戏成瘾只是一种个人行为，不会对周围的人造成太大影响。你同意吗？（评价题）

参考答案	我不同意游戏成瘾只是一种个人行为，不会对周围的人造成太大影响的观点。 首先，游戏成瘾会影响家庭关系。当一个人游戏成瘾后，会把大量的时间和精力都投入到游戏中，从而忽略与家人的交流和互动。比如，有些孩子游戏成瘾后，整天待在房间里玩游戏，不与父母沟通，父母想了解孩子的学习和生活情况都无从下手，家庭氛围变得紧张压抑。我邻居家的孩子就是如此，原本亲子关系很融洽，自从他沉迷游戏后，和父母经常发生争吵，家庭关系变得很糟糕。 （原因 1+说明 1） 其次，游戏成瘾会影响朋友关系。成瘾者可能会因为玩游戏而爽约朋友的聚会或者活动，让朋友感到失望和被忽视。长此以往，朋友之间的感情会逐渐变淡。我有个同学，以前我们经常一起出去玩，可自从他游戏成瘾后，每次约他他都说要玩游戏来不了，慢慢地，大家都不怎么和他联系了，他在朋友中的存在感也越来越低。 （原因 2+说明 2） 因此我不同意。
答题指引	*能清楚地表明自己的立场。 *能从录像中得到启发，提出适当的、合理的证据来支持自己的看法。