

閱讀單元 四

因果說明



學習目標：

掌握說明文中的因果關係。

姓名： _____

年級： _____



《讀寫易：初中中文讀寫輔助教材》是教育局在2010年委託香港中文大學香港教育研究所何萬貫教授編寫的，教材光碟已派發各中學，供教師使用。此閱讀單元的內容選自《讀寫易》閱讀單元八。

閱讀單元四

學習目標：掌握說明文中的因果關係。

任何現象的產生都由其他現象所引起。引起別的現象產生的叫「因」，所產生的現象叫「果」，很多說明文就是從因果關係去說明一個事物或一種事理。這些文章在結構上的特點是：

1. 開頭：提出問題
 2. 內文：對產生這種現象的原因進行分析
 3. 結尾：總結及指出了解這種因果關係後對現實生活的意義
- 一個事物產生的原因往往是有多於一個原因。說明文在分析一個現象產生的原因時，往往會用點列法羅列這些原因，例如「第一」、「第二」、「第三」等等。有時原因還有重要、次要之分，因此會用「首先」、「其次」、「再次」等等。這些標示語，幫助我們了解事物因果關係，從而令我們更容易明白篇章大意，所以我們要多加注意。

步驟：

1. 按練習題指示，分辨文章中說明原因和結果的部分
2. 圍繞有關的因果關係，思考/說出篇章的大意
3. 回答問題
4. 核對答案

1、 秋季脫髮多的原因

左燕玲

在冷清的秋天，我們常常會看見樹葉紛紛從樹上飄落。人的頭髮跟這種情況非常相似，到了秋天也脫落得很厲害。相對於其他季節，為甚麼秋天是掉頭髮的高峰期呢？原因有多方面。

首先，脫髮與陽光中的紫外線有關。夏天天氣炎熱，陽光強烈，頭髮經過了一整個夏天的日光照射後，必然會因受到紫外線的侵害而受損。而且，汗液也會侵蝕它。因此，頭髮到了秋天已經很脆弱，在洗頭髮時一揉搓就會很容易脫落。其次，秋天時頭髮會營養不足。由夏天進入秋天，氣溫會下降，因此血液循環功能會相應減弱。而頭髮的營養是通過血液運送的，如果運送的營養不足，頭髮也就變得乾燥而枯黃易掉了。最後，掉髮與生活中的煙霧、粉塵有關。秋天常常起風，而風易將地面或建築物上的灰塵颳起來。這樣，空氣就很不明淨了。空氣中的這些煙霧、粉塵落在頭髮上，就會使得頭髮因受污染而易脫落。

以上三個方面的因素綜合起來，便是頭髮在秋天易脫落的原因。

 練習

指出下表中，哪個是原因，哪個是結果。

<input type="checkbox"/> 原因 <input type="checkbox"/> 結果	<input type="checkbox"/> 原因 <input type="checkbox"/> 結果
1 脫髮與陽光中的紫外線有關 2 秋天時頭髮會營養不足 3 掉髮與生活中的煙霧、粉塵有關	頭髮在秋天易脫落

回答下列問題：

1、掉髮的高峰季節是以下哪一個？

- 春季
- 夏季
- 秋季
- 冬季

2、本文第一段，在全文中有何作用？

- 解釋理由
- 說明原因
- 提出問題
- 敘述過程

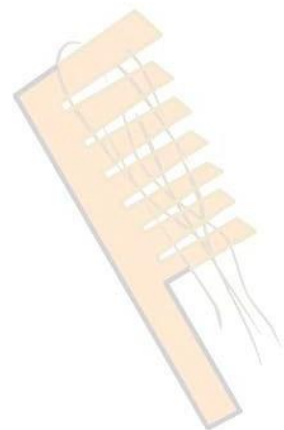
 練習

3、根據文章，要防止秋季頭髮脫落得厲害，夏季就要做甚麼樣的防護工作？

- 保持頭皮清潔、頭髮乾淨
- 儘量避免紫外線對頭髮的損害
- 多做頭部按摩，促進頭部血液循環
- 注意頭髮營養的供給，防止頭髮營養不足

4、本文第二段講的是甚麼？

- 提出掉髮的警告
- 說明掉髮的原因
- 分析掉髮對人的困擾
- 說明掉髮對健康的影響



1、 秋季脫髮多的原因

左燕玲

在冷清的秋天，我們常常會看見樹葉紛紛從樹上飄落。人的頭髮跟這種情況非常相似，到了秋天也脫落得很厲害。相對於其他季節，為甚麼秋天是掉頭髮的高峰期呢？原因有多方面。

首先，**脫髮與陽光中的紫外線**有關。夏天天氣炎熱，陽光強烈，頭髮經過了一整個夏天的日光照射後，必然會因受到紫外線的侵害而受損。而且，汗液也會侵蝕它。因此，頭髮到了秋天已經很脆弱，在洗頭髮時一揉搓就會很容易脫落。其次，**秋天時頭髮會營養不足**。由夏天進入秋天，氣溫會下降，因此血液循環功能會相應減弱。而頭髮的營養是通過血液運送的，如果運送的營養不足，頭髮也就變得乾燥而枯黃易掉了。最後，**掉髮與生活中的煙霧、粉塵有關**。秋天常常起風，而風易將地面或建築物上的灰塵颳起來。這樣，空氣就很不明淨了。空氣中的這些煙霧、粉塵落在頭髮上，就會使得頭髮因受污染而易脫落。

以上三個方面的因素綜合起來，便是**頭髮在秋天易脫落**的原因。

 答案

指出下表中，哪個是原因，哪個是結果。

<input checked="" type="checkbox"/> 原因 <input type="checkbox"/> 結果	<input type="checkbox"/> 原因 <input checked="" type="checkbox"/> 結果
1 脫髮與陽光中的紫外線有關 2 秋天時頭髮會營養不足 3 掉髮與生活中的煙霧、粉塵有關	頭髮在秋天易脫落

回答下列問題：

1、掉髮的高峰季節是以下哪一個？

- 春季
- 夏季
- 秋季
- 冬季

2、本文第一段，在全文中有何作用？

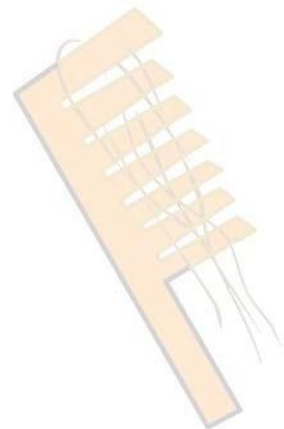
- 解釋理由
- 說明原因
- 提出問題
- 敘述過程

3、根據文章，要防止秋季頭髮脫落得厲害，夏季就要做甚麼樣的防護工作？

- 保持頭皮清潔、頭髮乾淨
- 儘量避免紫外線對頭髮的損害
- 多做頭部按摩，促進頭部血液循環
- 注意頭髮營養的供給，防止頭髮營養不足

4、本文第二段講的是甚麼？

- 提出掉髮的警告
- 說明掉髮的原因
- 分析掉髮對人的困擾
- 說明掉髮對健康的影響



2、狗脫毛的原因

余曉晴

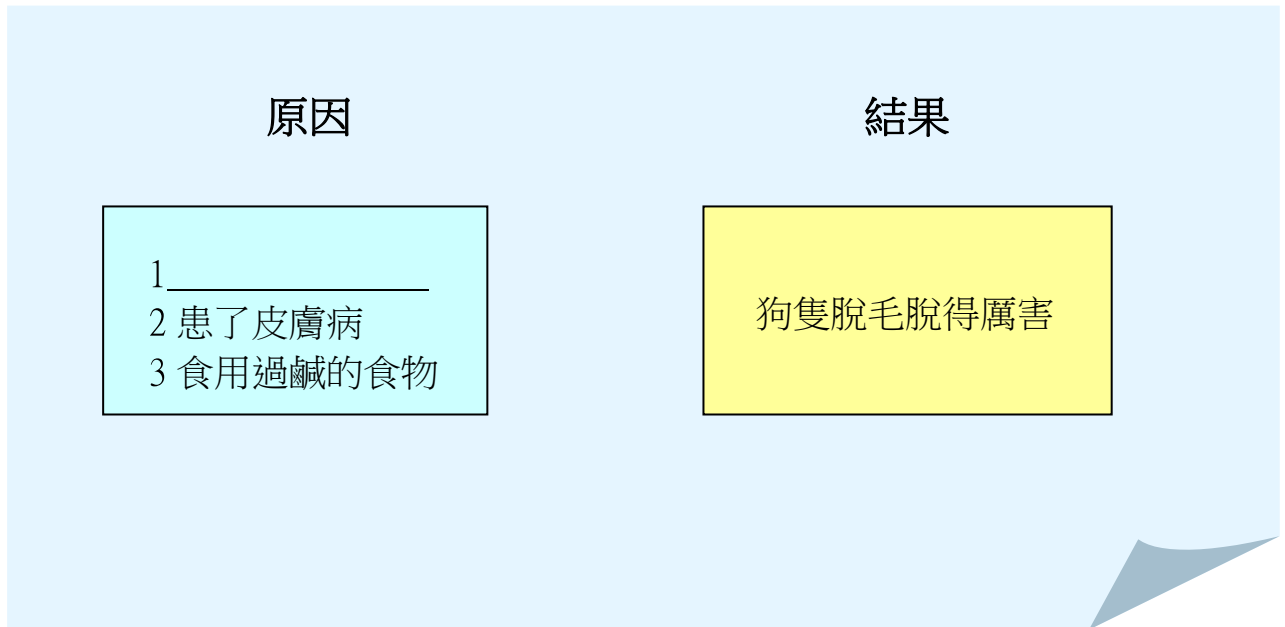
家裏養了狗的人，都會發現狗脫毛這一問題，並常常因為打掃狗毛而煩惱。狗隻為甚麼會脫毛呢？

其實，狗脫毛有幾種原因，主要的是季節性脫毛。這種脫毛現象一般發生在春、秋兩季。夏天時天氣炎熱，於是狗在春末轉夏，氣溫回升時，便會脫掉一些舊毛，以方便散熱，而快到冬天時，狗則會脫掉粗毛，更換成絨毛來保持溫度來禦寒。另一個原因是，狗得了皮膚病時也會有脫毛現象。同時，若人在給狗洗澡時用成人香皂或洗髮水、洗滌劑等鹼性洗滌用品，也會對狗的皮膚造成傷害而導致狗隻脫毛。最後，給狗隻食用過鹹的食物也會使得狗隻脫毛脫得厲害。

以上這些便是狗脫毛的原因。

 **練習**

請在橫線上，填上適當的答案：



回答下面問題：

1、家裏養了狗的人為何會感到煩惱？

- 因為狗會脫毛
- 因為要提防敏感
- 因為有些狗有皮膚病
- 因為狗愛吃鹹的食物

2、下面哪種情況不是文章所講的造成狗脫毛的原因？

- 狗隻感染了皮膚病
- 狗吃了含鹽份過高的食物
- 經常用手撫摩狗隻的毛髮
- 使用不合適的沐浴露給狗隻洗澡

3、第二段末謂：“最後，給狗隻食用過鹹的食物也會使得狗隻脫毛脫得厲害”。從此可以看出，我們應該怎樣做？

- 給狗隻餵食無鹽的食物
- 給狗隻餵食很鹹的食物
- 給狗隻餵食鹼性的食物
- 給狗隻餵食鹹淡適中的食物

4、第二段在全篇文章中，主要作用是甚麼？

- 抒發議論
- 記敘事情
- 說明原因
- 描寫外形

2、狗脫毛的原因

余曉晴

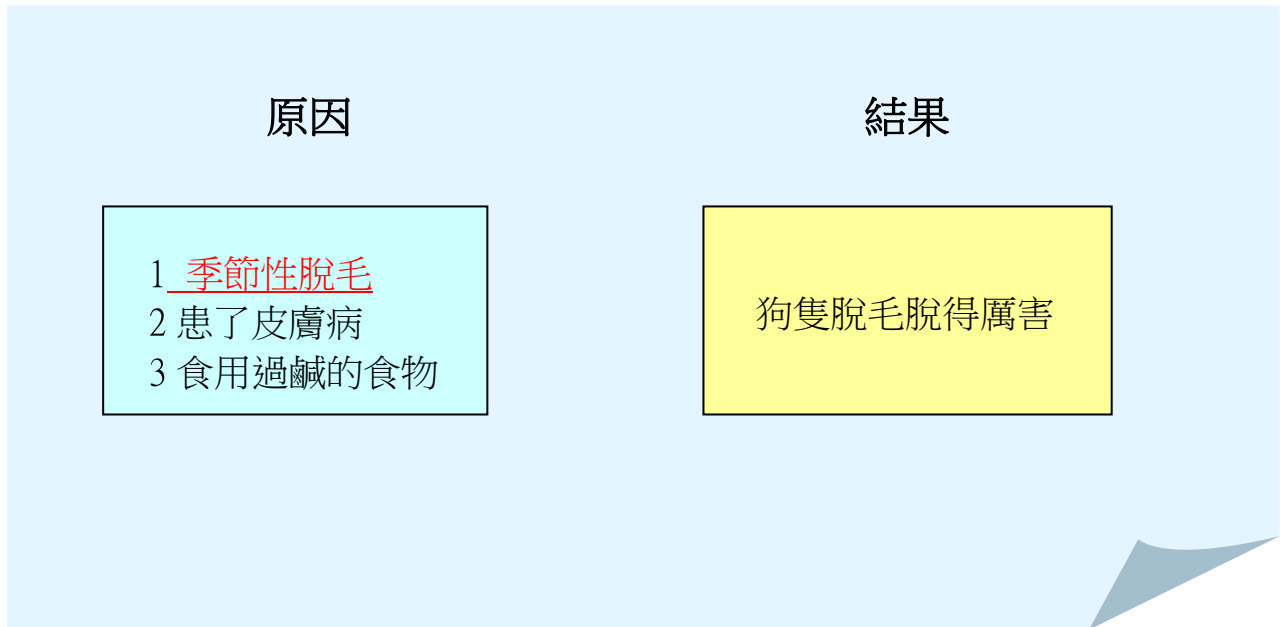
家裏養了狗的人，都會發現狗脫毛這一問題，並常常因為打掃狗毛而煩惱。狗隻為甚麼會脫毛呢？

其實，狗脫毛有幾種原因，主要的是**季節性脫毛**。這種脫毛現象一般發生在春、秋兩季。夏天時天氣炎熱，於是狗在春末轉夏，氣溫回升時，便會脫掉一些舊毛，以方便散熱，而快到冬天時，狗則會脫掉粗毛，更換成絨毛來保持溫度來禦寒。另一個原因是，狗**得了皮膚病**時也會有脫毛現象。同時，若人在給狗洗澡時用成人香皂或洗髮水、洗滌劑等鹼性洗滌用品，也會對狗的皮膚造成傷害而導致狗隻脫毛。最後，**給狗隻食用過鹹的食物**也會使得**狗隻脫毛脫得厲害**。

以上這些便是狗脫毛的原因。

 **答案**

請在橫線上，填上適當的答案：



回答下面問題：

1、家裏養了狗的人為何會感到煩惱？

- 因為狗會脫毛
- 因為要提防敏感
- 因為有些狗有皮膚病
- 因為狗愛吃鹹的食物

2、下面哪種情況不是文章所講的造成狗脫毛的原因？

- 狗隻感染了皮膚病
- 狗吃了含鹽份過高的食物
- 經常用手撫摩狗隻的毛髮
- 使用不合適的沐浴露給狗隻洗澡

3、第二段末謂：“最後，給狗隻食用過鹹的食物也會使得狗隻脫毛脫得厲害”。從此可以看出，我們應該怎樣做？

- 給狗隻餵食無鹽的食物
- 給狗隻餵食很鹹的食物
- 給狗隻餵食鹼性的食物
- 給狗隻餵食鹹淡適中的食物

4、第二段在全篇文章中，主要作用是甚麼？

- 抒發議論
- 記敘事情
- 說明原因
- 描寫外形

3、無價之寶

何莉

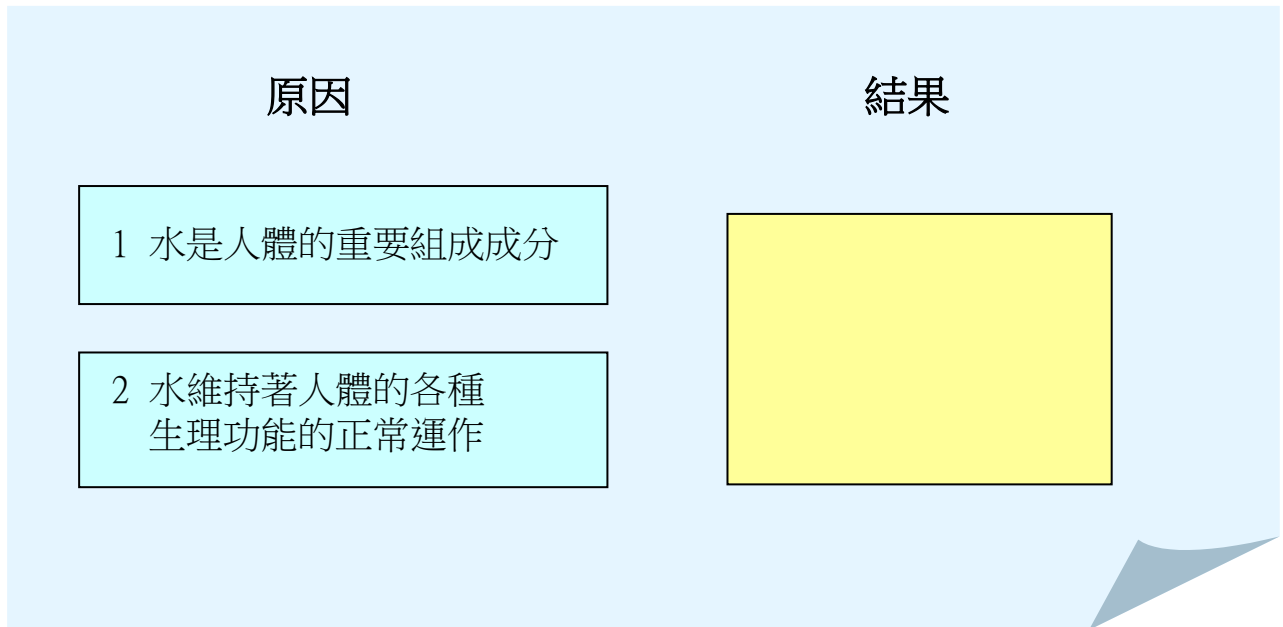
水是生命之源，在日常生活中扮演著極其重要的角色。可以說，水對於我們來說是無價之寶。那麼，你知道為甚麼水是人體的無價之寶嗎？

那是因為水對人體來說是十分重要的。一方面，水是人體的重要組成成分，是細胞和體液的重要組成成分。在人體內，新生兒體內水分約佔體重的 80%，嬰兒則佔 75%，幼兒佔 70%，成人佔 60%。另一方面，水維持著人體的各種生理功能的正常運作。首先，人體的新陳代謝必須在水的參與下才能完成，食物的消化，營養的吸收，體內營養物質的輸送以及排泄都離不開水。其次，水保持著人體的部分血容量。人體中的血液含水量高達 80% 左右。如果體內缺水，則會影響人體的血容量，進而對各種器官產生不利影響，使各種生理功能無法有效運行。再次，水還能夠調節人體的體溫，使人體的體溫達到均衡狀態。最後，水還可以對人體的肌肉等起到潤滑作用。

由此可以看出，水對人是非常寶貴的。如果人體缺水嚴重，達到一定程度時，人的生命就停止了。因此，每天定時定量喝水是十分重要的。

 練習

閱讀文章後，請把適當答案填寫在空格內



回答下列問題：

1、根據本文，水被譽為甚麼？

- 萬物之靈
- 生命之源
- 大地之母
- 生命之光

2、文章用了下列哪個詞語去形容水？

- 無中生有
- 無以取代
- 無價之寶
- 無窮無盡

 練習

3、在末段，作者呼籲人們做甚麼？

- 珍惜食水
- 人體不要缺水
- 每天要定時定量喝水
- 重視水對人類的價值

4、下面哪一項描述是錯誤的？

- 水能夠調節人體的體溫
- 水阻礙著自然界的各種循環
- 水是細胞和體液的重要組成成分
- 水維持著人體的各種生理功能的正常運作

3、無價之寶

何莉

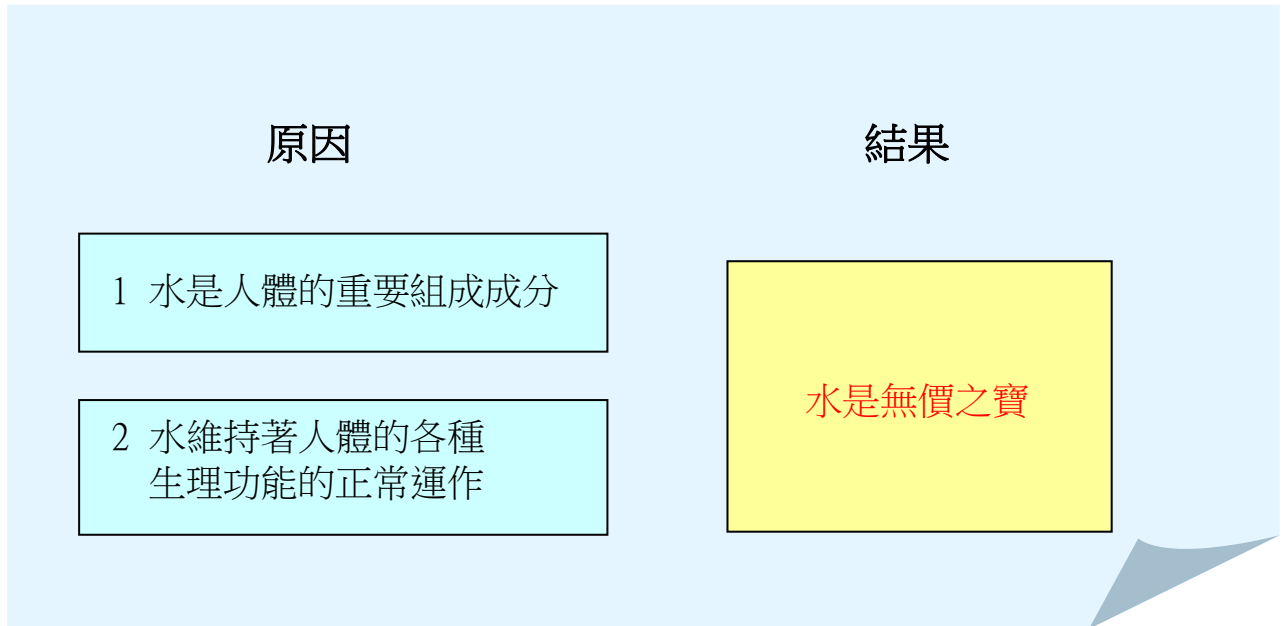
水是生命之源，在日常生活中扮演著極其重要的角色。可以說，**水對於我們來說是無價之寶**。那麼，你知道為甚麼水是人體的無價之寶嗎？

那是因為水對人體來說是十分重要的。一方面，**水是人體的重要組成成分**，是細胞和體液的重要組成成分。在人體內，新生兒體內水分約佔體重的 80%，嬰兒則佔 75%，幼兒佔 70%，成人佔 60%。另一方面，**水維持著人體的各種生理功能的正常運作**。首先，人體的新陳代謝必須在水的參與下才能完成，食物的消化，營養的吸收，體內營養物質的輸送以及排泄都離不開水。其次，水保持著人體的部分血容量。人體中的血液含水量高達 80% 左右。如果體內缺水，則會影響人體的血容量，進而對各種器官產生不利影響，使各種生理功能無法有效運行。再次，水還能夠調節人體的體溫，使人體的體溫達到均衡狀態。最後，水還可以對人體的肌肉等起到潤滑作用。

由此可以看出，水對人是非常寶貴的。如果人體缺水嚴重，達到一定程度時，人的生命就停止了。因此，每天定時定量喝水是十分重要的。

 答案

閱讀文章後，請把適當答案填寫在空格內



回答下列問題：

1、根據本文，水被譽為甚麼？

- 萬物之靈
- 生命之源
- 大地之母
- 生命之光

2、文章用了下列哪個詞語去形容水？

- 無中生有
- 無以取代
- 無價之寶
- 無窮無盡



3、在末段，作者呼籲人們做甚麼？

- 珍惜食水
- 人體不要缺水
- 每天要定時定量喝水
- 重視水對人類的價值

4、下面哪一項描述是錯誤的？

- 水能夠調節人體的體溫
- 水阻礙著自然界的各種循環
- 水是細胞和體液的重要組成成分
- 水維持著人體的各種生理功能的正常運作

4、細嚼慢嚥

張家文

父母經常提醒我們吃飯時應該細嚼慢嚥，不要狼吞虎嚥。這不單單是關乎吃相問題，更與我們的健康有著莫大關係。那麼，你知道為甚麼吃飯時應該細嚼慢嚥嗎？

其實，這關乎我們身體各個方面的健康呢！首先，細嚼慢嚥後的食物被磨得很細，因而能更好地被消化。其次，細嚼慢嚥能促進唾液分泌，而唾液中的酶可以起到殺菌、清潔口腔的作用。再次，細嚼慢嚥還可以鍛煉面部肌肉，也能使牙齒、牙齦更加健康。同時，在細嚼慢嚥中，我們還可以發現食物中的魚刺或是變味的部分等，避免吃得太快而吞食了，以致對身體產生不利影響。最後，細嚼慢嚥還有助於養生延年。據說有人做過實驗，吃同一種食物，分別讓一人細嚼，另一人則粗略咬食。結果，細嚼的那個人對食物中營養物質的吸收有效得多。因此，細嚼慢嚥常常是長壽之人的秘訣。

因此，吃飯時應該細嚼慢嚥，且必須常年堅持。

 練習

閱讀文章後，請把適當答案填寫在空格內的橫線上。

原因	結果
1 細嚼慢嚥後，食物更好地被消化	作者建議我們 <hr/>
2 細嚼慢嚥，可促進唾液分泌	
3 細嚼慢嚥，可鍛煉面部肌肉	
4 細嚼慢嚥，可養生延年	

回答下面問題：

1、通過文章，我們明白了吃飯時一定要怎麼樣？

- 用心來吃
- 精挑細選
- 細嚼慢嚥
- 不要太快

2、“細嚼慢嚥”的“嚼”的部首是甚麼？

- 口
- 目
- 寸
- 爵

 練習

3、吃飯時，多嚼食物，把食物嚼細的主要目的是甚麼？

- 鍛煉面部肌肉
- 使牙齒更加健康
- 促進唾液中酶的分泌
- 使得食物更易於被消化，營養被吸收

4、根據文章分析，細嚼慢嚥有何好處？

- 可享受美食
- 它對牙齒無害
- 它是長壽秘訣之一
- 它可令人生多美好

4、細嚼慢嚥

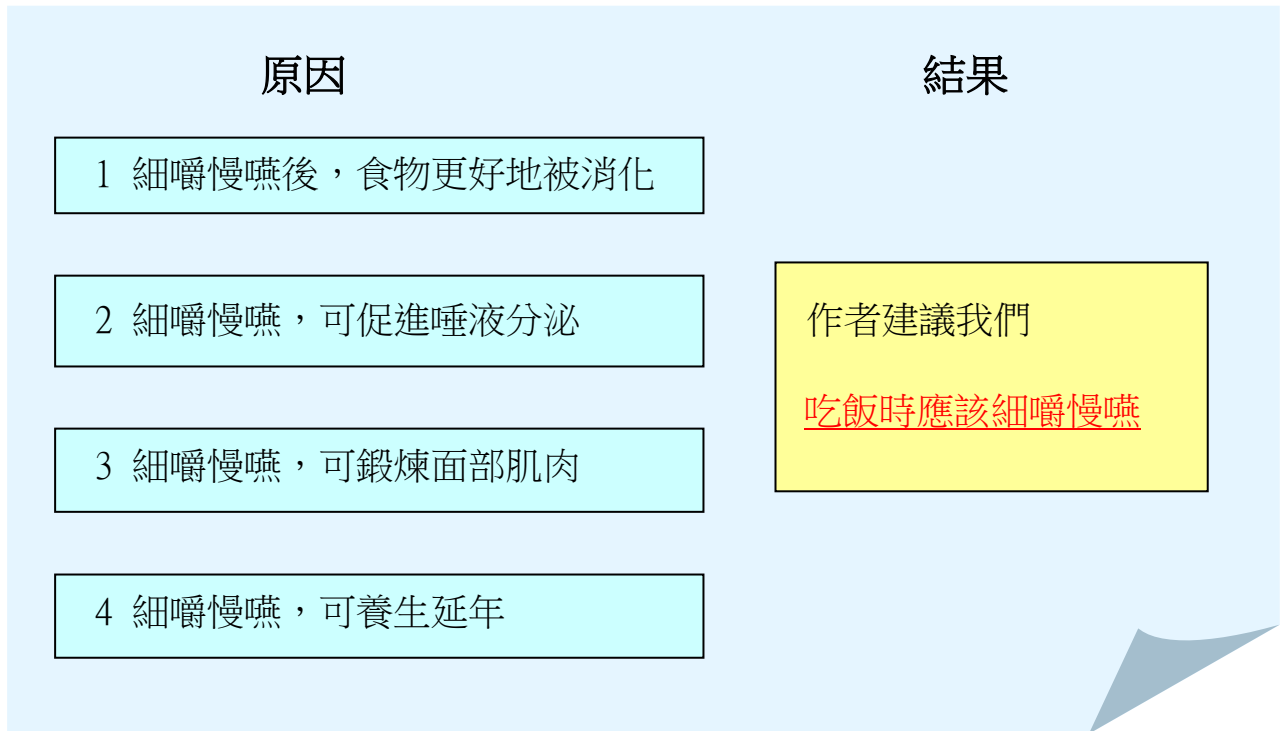
張家文

父母經常提醒我們吃飯時應該細嚼慢嚥，不要狼吞虎嚥。這不單單是關乎吃相問題，更與我們的健康有著莫大關係。那麼，你知道為甚麼吃飯時應該細嚼慢嚥嗎？

其實，這關乎我們身體各個方面的健康呢！首先，**細嚼慢嚥後的食物被磨得很細，因而能更好地被消化**。其次，**細嚼慢嚥能促進唾液分泌**，而唾液中的酶可以起到殺菌、清潔口腔的作用。再次，**細嚼慢嚥還可以鍛煉面部肌肉**，也能使牙齒、牙齦更加健康。同時，在細嚼慢嚥中，我們還可以發現食物中的魚刺或是變味的部分等，避免吃得太快而吞食了，以致對身體產生不利影響。最後，**細嚼慢嚥還有助於養生延年**。據說有人做過實驗，吃同一種食物，分別讓一人細嚼，另一人則粗略咬食。結果，細嚼的那個人對食物中營養物質的吸收有效得多。因此，細嚼慢嚥常常是長壽之人的秘訣。因此，**吃飯時應該細嚼慢嚥**，且必須常年堅持。

 **答案**

閱讀文章後，請把適當答案填寫在空格內的橫線上。



回答下面問題：

1、通過文章，我們明白了吃飯時一定要怎麼樣？

- 用心來吃
- 精挑細選
- 細嚼慢嚥
- 不要太快

2、“細嚼慢嚥”的“嚼”的部首是甚麼？

- 口
- 目
- 寸
- 爵

3、吃飯時，多嚼食物，把食物嚼細的主要目的是甚麼？

- 鍛煉面部肌肉
- 使牙齒更加健康
- 促進唾液中酶的分泌
- 使得食物更易於被消化，營養被吸收

4、根據文章分析，細嚼慢嚥有何好處？

- 可享受美食
- 它對牙齒無害
- 它是長壽秘訣之一
- 它可令人生多美好

5、青少年容易沉迷於網路的原因

田麗琴

現今這個時代，電腦幾乎成為了許多人生活中必不可少的一部分，而很顯著的一種現象是：青少年很容易沉迷於網路。這是為甚麼呢？

其實，這個問題應該從多個方面去找原因。首先，沉迷於電腦的青少年有很大一部分是不太喜歡與人溝通的，這可能是家長沒有給孩子應有的關注而造成的，他們在現實生活中的孤寂，使得他們不得不去網路中，尋找另外一個世界。其次，青少年由於學業負擔重，成績不好，常常會壓抑躁動。通過網路，他們便可以宣洩自己的情緒；另外，由於青少年本身的發育還不夠成熟，對自己的生活不能進行好的規劃，加上控制力又不強，因此投身於網路便無法自拔。最後，網路本身承載著大量的資訊，加上網路所提供的活動更是豐富多彩的，因此對青少年的吸引力極大。

了解了這些原因後，家庭、學校與社會都應該更加關注青少年的成長狀況，努力營造出一種良好健康的環境，這樣，這個問題才能得到有效解決。

 練習

閱讀文章後，請把適當答案填寫在空格內。

原因	結果
1	青少年很容易沉迷於網路
2	
3 青少年控制力又不強	
4 網路對青少年的吸引力極大	

回答下列問題：

1、根據本文，下面哪類人群最易沉迷網路？

- 兒童
- 學生
- 青少年
- 成年人

2、請在文章的第二段中，挑選一個詞語，填在下面的句子裏。
我在大海邊大聲地吼叫、瘋狂地奔跑，以（___）內心的苦悶。

- 壓抑
- 沉迷
- 承載
- 宣洩



練習

3、在第二段，青少年在現實生活中感到甚麼？作者用了下面哪個詞語來形容他們？

- 狐寂
- 孤寂
- 孤宿
- 狐叔

4、末段在全文中有何目的？

- 總結全文
- 提出建議
- 說明原因
- 補充說明

5、青少年容易沉迷於網路的原因

田麗琴

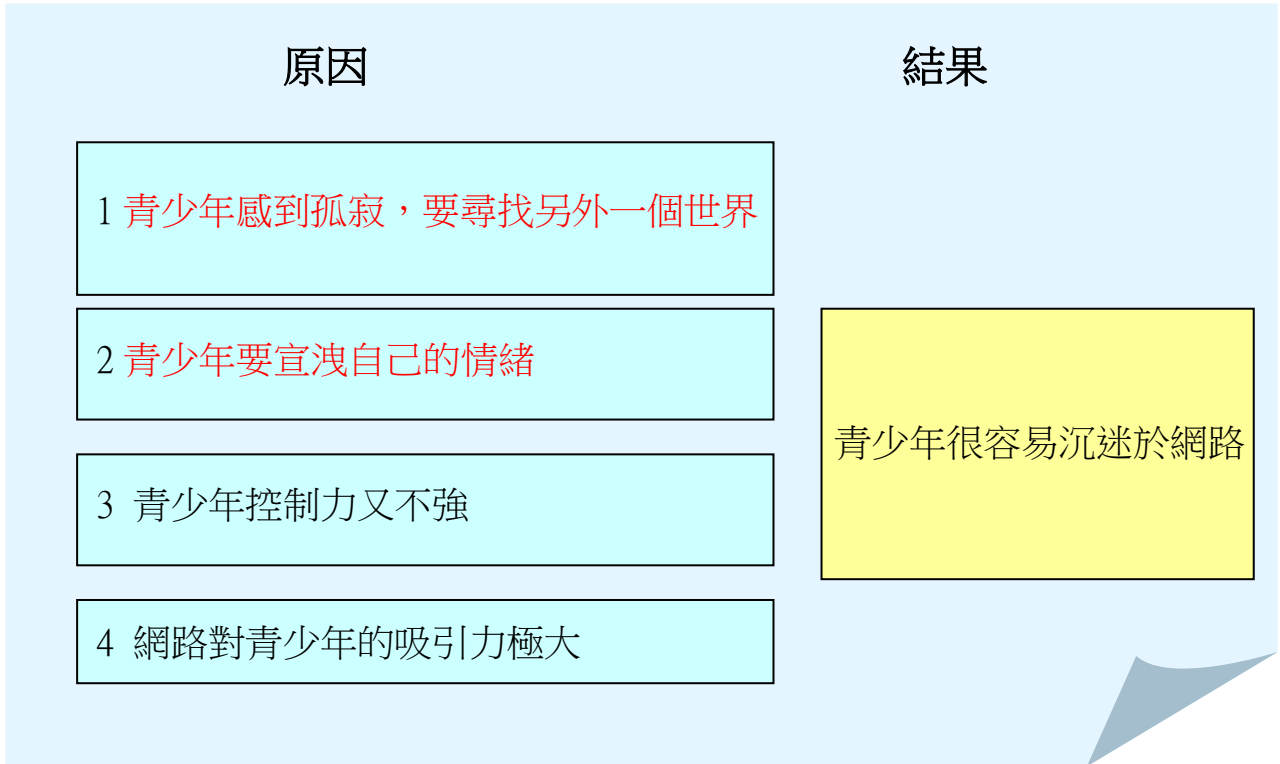
現今這個時代，電腦幾乎成為了許多人生活中必不可少的一部分，而很顯著的一種現象是：**青少年很容易沉迷於網路**。這是為甚麼呢？

其實，這個問題應該從多個方面去找原因。首先，沉迷於電腦的青少年有很大一部分是不太喜歡與人溝通的，這可能是家長沒有給孩子應有的關注而造成的，他們**在現實生活中的孤寂，使得他們不得不去網路中，尋找另外一個世界**。其次，青少年由於學業負擔重，成績不好，常常會壓抑躁動。通過網路，他們便可以**宣洩自己的情緒**；另外，由於青少年本身的發育還不夠成熟，對自己的生活不能進行好的規劃，加上**控制力又不強**，因此投身於網路便無法自拔。最後，網路本身承載著大量的資訊，加上網路所提供的活動更是豐富多彩的，因此**對青少年的吸引力極大**。

了解了這些原因後，家庭、學校與社會都應該更加關注青少年的成長狀況，努力營造出一種良好健康的環境，這樣，這個問題才能得到有效解決。

 **答案**

閱讀文章後，請把適當答案填寫在空格內。



回答下列問題：

1、根據本文，下面哪類人群最易沉迷網路？

- 兒童
- 學生
- 青少年
- 成年人

2、請在文章的第二段中，挑選一個詞語，填在下面的句子裏。
我在大海邊大聲地吼叫、瘋狂地奔跑，以（___）內心的苦悶。

- 壓抑
- 沉迷
- 承載
- 宣洩



3、在第二段，青少年在現實生活中感到甚麼？作者用了下面哪個詞語來形容他們？

- 狐寂
- 孤寂
- 孤宿
- 狐叔

4、末段在全文中有何目的？

- 總結全文
- 提出建議
- 說明原因
- 補充說明

6、少吃速食麵

吳堯文

現代生活節奏越來越快，而我們的食物也在適應著這種潮流。可以說，速食產品已經“包圍”了我們。速食麵由於它那快捷方便和便宜的特點，更是在我們生活中扮演了十分重要的角色。但是，從人的健康考慮，速食麵卻是不能多吃的，你知道為甚麼嗎？

速食麵的主要成分是碳水化合物，其他的營養成分，包括維生素的含量極少，因此營養價值是非常低的，長期食用的話會使身體營養不良，所需能量不足，免疫力下降；速食麵中含有味精、食鹽、油脂和其他的添加劑，而這些添加劑對人體是有副作用的。例如，人體若攝入過多的食鹽則易高血壓等，同時還會阻止鈣的充分吸收；而油脂則使人更快老化，也會引起腎病等等。

經常用速食麵代替早餐，時間久了便容易出現頭暈貧血、精神萎靡等症狀。因此，我們在現實生活中應該重視餐飲質量，不要一味圖快圖方便。

 練習

閱讀文章後，請把適當答案填寫在括號和橫線上。

原因 ()

1 營養價值是非常低

多吃速食麵
容易出現頭暈貧血、
精神萎靡等症狀

2 添加劑對人體是有副作用

因此，作者認為_____。

回答下列問題：

1、速食麵的主要營養成分是甚麼？

- 澱粉
- 維生素
- 蛋白質
- 碳水化合物

2、本文作者呼籲人們要重視甚麼？

- 飲食定時
- 食物款式
- 餐飲質量
- 少用添加劑

3、在第一段「但是，從人的健康考慮，速食麵卻是不能多吃的，你知道為甚麼嗎？」作者提出了應從哪個角度來看速食麵？

- 經濟
- 社會
- 健康
- 效率

4、作者的寫作目的是甚麼？

- 告訴我們速食麵是速食產品的一種
- 告訴我們速食產品在現代生活中扮演越來越重要的角色
- 告訴我們使用速食麵對人體弊大於利，要我們少吃速食麵
- 告訴我們速食麵的主要營養成分是碳水化合物，營養價值低

6、少吃速食麵

吳堯文

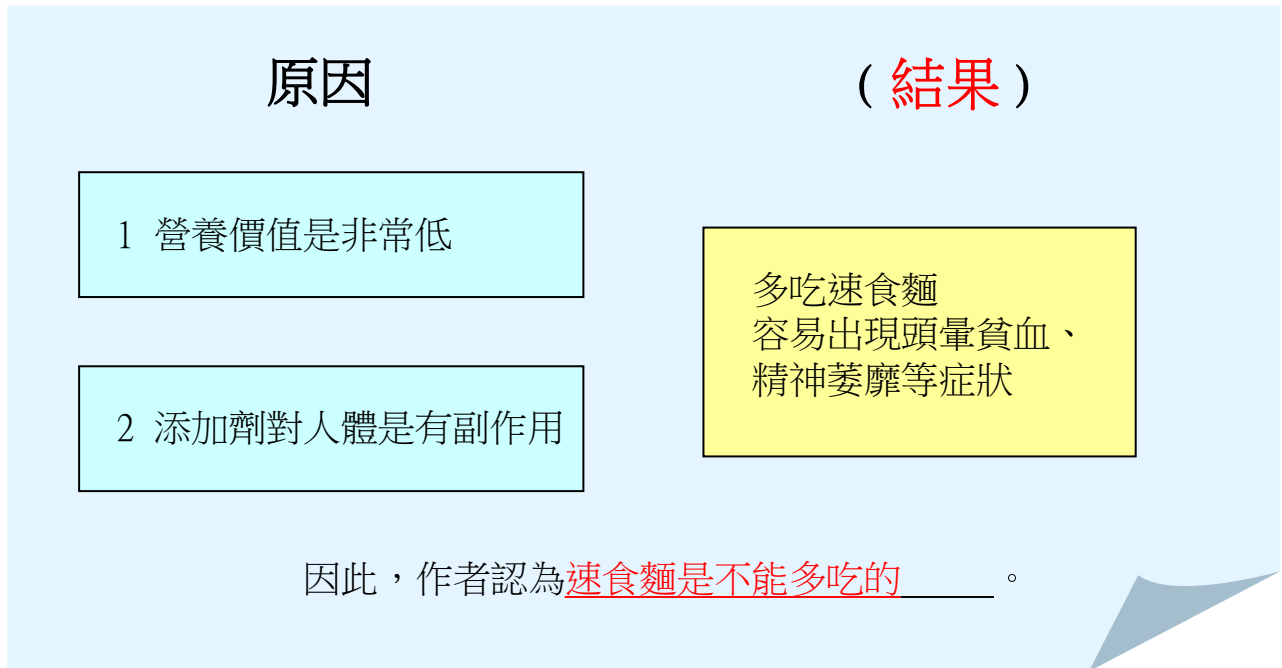
現代生活節奏越來越快，而我們的食物也在適應著這種潮流。可以說，速食產品已經“包圍”了我們。速食麵由於它那快捷方便和便宜的特點，更是在我們生活中扮演了十分重要的角色。但是，從人的健康考慮，**速食麵卻是不能多吃的**，你知道為甚麼嗎？

速食麵的主要成分是碳水化合物，其他的營養成分，包括維生素的含量極少，因此**營養價值是非常低的**，長期食用的話會使身體營養不良，所需能量不足，免疫力下降；速食麵中含有味精、食鹽、油脂和其他的添加劑，而這些**添加劑對人體是有副作用的**。例如，人體若攝入過多的食鹽則易高血壓等，同時還會阻止鈣的充分吸收；而油脂則使人更快老化，也會引起腎病等等。

經常用速食麵代替早餐，時間久了便**容易出現頭暈貧血、精神萎靡等症狀**。因此，我們在現實生活中應該重視餐飲質量，不要一味圖快圖方便。

 **答案**

閱讀文章後，請把適當答案填寫在括號和橫線上。



回答下列問題：

1、速食麵的主要營養成分是甚麼？

- 澱粉
- 維生素
- 蛋白質
- 碳水化合物

2、本文作者呼籲人們要重視甚麼？

- 飲食定時
- 食物款式
- 餐飲質量
- 少用添加劑



3、在第一段「但是，從人的健康考慮，速食麵卻是不能多吃的，你知道為甚麼嗎？」作者提出了應從哪個角度來看速食麵？

- 經濟
- 社會
- 健康
- 效率

4、作者的寫作目的是甚麼？

- 告訴我們速食麵是速食產品的一種。
- 告訴我們速食產品在現代生活中扮演越來越重要的角色
- 告訴我們使用速食麵對人體弊大於利，要我們少吃速食麵
- 告訴我們速食麵的主要營養成分是碳水化合物，營養價值低