

你们专注读书的样子很美

我市50名选手参加2020长三角阅读马拉松 4945人同读一本书

民生头条

□ 全媒体记者 徐志远 文/图

9月中旬以来,2020长三角阅读马拉松大赛举行。我市图书馆50名选手参赛,与来自江浙沪皖四地111个赛点的4945名参赛选手同时阅读一本尚未对外正式发售的书《消费者的决策:行走于理性的边缘》。

据市图书馆副馆长裴陆介绍,阅读马拉松比赛,比的是选手阅读速度和阅读质量,赛的是阅读者的专注与意志力,目的是在展示阅读的同时倡导深度阅读。今年的参赛选手来自各行各业,最小参赛选手的年龄是23岁,最大参赛选手的年龄是60岁,平均年龄是33.8岁,他们当中最快看完这本26.5万字的书只花了三个半小时。

阅读为了更好地传授他人

今年41岁的石俊是大观区十里中心学校的一名语文老师,从事教师工作已有17余年。“我从小就喜欢阅读,现在作为一名语文老师更是每天离不开阅读。”石俊说,这次阅读比赛,他们学校有5位不同学科的老师参加。“阅读不仅可以提升自己,还可以更好地引导学生。通过这次的阅读马拉松比赛,很多老师都学到了阅读技巧,更加快速有效的阅读。明年我们还会参加。”石俊说。

作为一名语文老师,石俊一年下来大概能阅读40本课外书,分别涉及到教育、文学、小说、哲学。除此之外,还一直坚持着亲子阅读,一年下来能陪孩子读完400本绘本。石俊说,通过陪孩子读大量的绘本,可以更好地培养孩子的阅读能力和课本上学不到的知识。

其中,让石俊启发很大的一本书叫《你就是孩子最好的玩具》,书



阅读马拉松比赛中,队员们在市图书馆赛点比赛时的场景。

中提出“情感引导式教育”的方法,让父母时刻关注孩子的内心世界,平等地跟孩子交流。“当家长学会用情感引导的方法帮助孩子学会大量的情感类的词汇,孩子才能够变得善于体会自己和他人的感觉。”石俊说。

教师为人师表,在各方面都应该做学生的表率。“多阅读课外书,不仅是语文老师的事,所有学科的老师都责无旁贷。”石俊说,要让学生爱上阅读,老师自己首先就应该养成阅读的习惯,成为阅读的示范者和引领者。

阅读遇见更好的自己

“生活节奏太快,只能利用零碎的时间选择性阅读纸质书籍。”在港华燃气上班的王倩云告诉记者,自从她上班之后,只能利用睡前或者周末零星的时间阅读,现在两个月大概只能阅读一本书,比毕业之前少了很多。

“参加这次比赛,一开始觉得自己不行,后来被大家一起阅读的这种氛围所感染,觉得代入感非常强,自己也就坚持下来了。难得这次又享受了一次沉浸在书中的美好时光,有种说不出的惬意和快感。”王倩云告诉记者,放下手机,告别朋友圈,阅读马拉松其实是一个训练自己注意力的最好的手段。

由于工作关系,王倩云目前主要

阅读的都是一些实用的书籍,譬如和职业相关的书籍。其次,工作累了也会阅读一些经典之作,从经典书籍中汲取精神营养,让自己在精神上成长,内心变得丰富、充实。

“阅读不但能让人内心丰富,而且能让人心静。”王倩云说,参加工作后,难免内心会变得浮躁,所以经常通过阅读来修心。“出去旅游的时候,也会带一本书,心里有充实感。”她说,闲暇时,还会到新华书店去“淘书”,要是“淘”到好书,就会觉得那天运气特别好。

“长时间不看书,心里就觉得空荡荡的,有点不适应。”一旦碰到心仪的书,王倩云的“书瘾”就上来了。一口气看完后,她还要反复细品慢读。一般在睡觉前,王倩云都要捧着一本书读上一会儿,才能进入梦乡。“读书让人心静,不仅助眠,还能调节好心态。”

“我喜欢阅读通俗易懂的文字,无论是小说还是散文,有时候带着轻松的心情去读书就会觉得很有趣。”王倩云认为,阅读的心态和方式都应该是轻松的。能否从阅读中感受到精神上的极大愉悦,应该是对书本的一种检验。

王倩云说,平时养成阅读的好习惯,可以丰盈我们的内心,开阔视野,修养自身,陶冶情操,洗涤心灵;可以让自己少一些浮躁与世俗,多一份书香与清静。

今日秋分 雨水依旧“赖着不走”

本报讯(全媒体记者 程呈)昨日是周一,市气象局发布最新一周天气预报,根据气象资料分析,本周前期冷暖空气仍较活跃,雨水将常伴左右,气温也跟随雨水下降。好在本周后期以多云天气为主,气温将逐渐回升,大家或将在周末见到久违的阳光。换季期间,天气变化易反复无常,短短10天间,人们从盼着天凉变成盼着天暖。气温起伏伏,提醒大家一定要合理安排衣物的增减,适当锻炼增强体质,远离感冒。

今日安庆的天气和昨日差不多,雨水将继续刷存在感,下下停停,雨量为中雨,天空依旧有些阴沉,雨具仍要随身携带。全天最高气温21℃,仅高于最低气温2℃,早晚和午间都要注意带暖哦。

今天迎来了二十四节气的“秋分”节气,往后昼夜开始均分,夜长开始大于昼长,天气开始转凉。秋分时期,大家多注意调养饮食,防止秋燥,多喝水,吃清润的食物,如芝麻、核桃等。



近日安庆天气情况:

今日,中雨,19-21;
明日,雨止转多云,
19-22℃。

白蚁频“作案” 树木遭侵害

本报讯(全媒体记者 唐飞)“公园的树怎么了?从树根到树干部位,都有黄色的泥巴一样的东西裹着。”9月19日,市民陈先生在游览狮子山公园时,发现不少树木“生了病”,似乎被害虫侵害。

当日上午,记者来到现场,正如陈先生描述的那样,不少树木的树干上被“黄泥”包裹,用手轻轻一按,就簌簌地往下落,而被啃食的树皮下方,发现树干内部有大量白蚁乱窜。

狮子山公园一名工作人员介绍,园区每年都会进行白蚁防治,但白蚁会成群结队地飞到各处去,

因此难以根治。

随后,市白蚁防治所10名蚁害防治专业技术人员来到狮子山公园并对发生蚁害的树木进行集中防治。

市白蚁防治所工作人员姚旺胜介绍,这些在树干上覆盖的类似于黄色泥土的东西被称为“泥被”,是白蚁侵蚀后留下的印记。

姚旺胜提醒广大市民,白蚁不咬人,但极有可能造成群飞现象。家中如果出现白蚁也不要恐慌,不要盲目处理,应第一时间向市白蚁防治管理所求助(联系电话:5593747),进行科学防治。

安庆市金丰房地产开发有限公司 逸龙府小区房屋安置通知

我司开发建设的位于经开区天柱山西路“逸龙府”小区已竣工验收备案,并开始交付使用。现将房屋安置有关事项通知如下:

一、安置楼号:1#、2#、3#、5#、6#、7#、8#、9#楼。

二、安置时间:2020年9月27日—2020年10月6日。

三、安置办公地点:逸龙府项目部(逸龙府售楼中心以西200米)。

四、购房户需持“商品房买卖合同”原件及付款发票,收据原件,以及相关手续和买受人带身份证,结婚证原件及复印件贰份。

五、公积金及银行按揭客户需到行政服务中心三楼不动产中心开具首套房证明。

六、逾期不来办理者,责任自负。

二〇二〇年九月二十二日