



2006年3月31日星 今期出紙 A4 雙面

北角官立上午小學 英皇道 888 號 北官小記者出版







【本報訊】當聽到悅耳的音樂聲的時候,你會做什麼? 北官的學生會不期然地拾起圖書閱讀。因爲由本學年 開始,學生一回到學校,就可以馬上回課室閱讀心愛

的圖書,直到上課鐘聲響起爲止。同學們在柔和的輕音樂襯托下,展開「清 晨早讀」。

小息的時候,老師再繼續營造閱讀的環境,學生不但可在圖書車或圖書 角借閱圖書,更可到電腦室作網上閱讀。北官一向重視資訊科技教育,學生 從一年級開始已學習使用電腦,因此網上閱讀對他們來說也很方便。在老師 的介紹下,學生可以瀏覽豐富且有趣的電子圖書,難怪特別吸引學生。

放學的時候,乘坐校車的同學也會利用等車的時間閱讀,他們有秩序地坐在禮 堂閱讀,静待上車,一點也不浪費時間。

我們希望同學們從小培養出良好的閱讀習慣,提高他們對閱讀的興趣,旣 可擴闊他們的視野,也可提升寫作能力。



撰稿:歐陽偉、徐凌波、邱凱馨、張昉翹

有人說:「讀書可以陶冶性情。」這個道理很對,讀書的好處的確很多。例如:增強自己奮鬥心和自信心,令自己做每 一件事都一絲不苟。而且,一旦養成讀書的好習慣,思維能更廣闊,容易接納別人的意見,明白各人的立場,提出明智的決 定。因此,讀書是獲得知識最快的方法!

我們認爲現在香港的讀書風氣並不濃厚,理由分述如下:

首先,現在,很多學生被先進的電子玩意所誘惑,例如:電子遊戲機、電視、互聯網等等。他們都不像我們前輩一樣, 喜歡文字,這是多麼可惜,讓人感到遺憾!古今中外的偉人們,沒有不重視讀書的,凡是有較大成就的人,都有良好的閱讀 習慣。

其次,香港人讀書不夠全面,每次我們去圖書館,常常看見很多兒童在漫畫區聚在一起(尤其是中文漫畫);成人則主要 看報紙雜誌。至於其他類型的書籍,在那兒看書的人,就寥寥可數了。其實那些漫畫中可能含有一些暴力或不雅成份,更可 能沒有一點正經的東西; 而有些雜誌竟然肆無忌憚地揭露人們的私隱, 或是內容失實, 這類書籍只是一種無聊和無益的東西。

最後,香港人讀書不夠深入,常常不仔細地讀、不仔細地記,還不做筆記,只是把表面意思輕輕一描,但含意卻沒有 深深理解。這樣,讀更多的書也是徒勞無功的。

為了讓更多人喜愛讀書,這必須要從個人、家庭、學校和社會做起。家庭方面,家長應鼓勵子女多看書,多帶他們去 圖書館,從小養成閱讀的好習慣。學校方面,就全賴老師和同學的互動了,像現時讀書報告,可以以獎勵的形式去鼓勵同學 發表讀後感。社會方面,例如多寫像羅琳寫的哈利波特,吸引年輕讀者閱讀。由此證明,作家們需寫些迎合靑少年的書,充 滿新奇、創意的內容,才能吸引更多人去閱讀。

總而言之,我們應善讀書、擇讀書和喜讀書,並在書本中吸取知識,從中回味和反思,這就是一種很好的讀書風氣了。 當人人都愛上閱讀,則整個社會將會得益,人人心裡都藏有智慧的寶庫,則社會祥和,成為經濟發達的泉源。

小敬事 大道理

從清晨早譜開始

香港之讀書風氣





小故事:

兩個人結伴去旅行,一天在深山裡突然遇到一隻大熊,其中一個人老遠看到熊, 也不通知朋友,便先急急忙忙爬到大樹上去躱了起來。另外一個人來不及逃避,只好急中生智,躺在地上,裝成死人一樣。熊走過來,在他身上聞來聞去,這個人則屏住呼吸,動都不敢動一下。因為熊是不吃死屍的,所以聞了一會兒便走開了。這一幕情景被躲在樹上的人瞧見了,很是好奇,等熊走開後,他便跳下來, 問他的同伴說:「熊告訴我說,不要交那種碰到危難便自顧逃生的朋友!」

大道理:

朋友間應該相互扶持,相互照應;有了好處固然應該同享,遇到危險更應當同心協力地度過難關。能夠「有福同享,有難同當」的朋友,才是真正值得交的好朋友。



給卡通人物的信 —— 談談—件難忘的事

親愛的多啦 A 夢:

四甲 李梓雛

在衆多卡通片中,我最喜歡的角色就是你了。我最欣賞你的地方是你熱心助人,每當大雄有困難時,你都會出手相助,所以我很喜歡你。這次,我有一件難忘的事情想和你分享。

上星期二,突然下大雨,我又沒有帶雨傘,所以回家後,身體突然忽冷忽熱,我想:我應該是着涼了。到了晚上,我發起高燒來,媽媽衣不解帶地照顧我,整晚坐在我的身邊,沒有睡覺。早上,媽媽煮了一個「愛心早餐」給我吃,跟着帶我去看醫生,醫生說我患了感冒,叫我多些休息。回到家後,媽媽餵我吃藥,使我感到溫暖,她一分鐘也沒有離開我。經過媽媽的悉心照顧後,我很快康復了。可是,媽媽突然生病了,由於我要上學,所以沒有時間陪媽媽,幸好她吃過藥後,便很快痊癒。

經過這件事後,我明白到健康的重要和要珍惜眼前人。

祝

生活愉快

多小小

支持者

梓鐴

三月十日

营置

六甲 盧希蕙

黃昏是人們的天堂,

不用辛苦地工作了。

黄昏是月亮的天下,

太陽伯伯下班了, 月亮照射著大地。

黃昏是個藝術家[,] 把大地點綴得十分美麗 供我們欣賞。





五甲 胡詠旋

小寶寶哭的時候,

人們帶著疲倦的身體回家去,像個大鬧鐘,

把正在睡覺的我吵醒了;

小寶寶笑的時候,

像隻可愛的熊貓,

把全家吸引過來。





1157k果的TF確時提

在吃水果的時間上,目前中國人存在一個極大的誤區。把水果當成飯後甜品,其中的有機酸會與其他食物中的礦物質結合,影響身體消化吸收;水果中的果膠有吸收水分、增加胃腸內食物濕潤程度的作用,因此飯後吃水果還會加重胃的負擔。

吃水果的正確時間是飯前1個小時和飯後2個小時左右(柿子等不宜在飯前吃的水果除外)。飯前吃水果,有很多好處。首先,水果中許多成分均是水溶性的,飯前吃有利于身體必需營養素的吸收。其次,水果是低熱量食物,其平均熱量僅為同等重量面食的1/4,同等豬肉等肉食的約1/10。先吃低熱量食物,比較容易把握一頓飯裡總的熱量攝入。第三,許多水果本身容易被氧化、腐敗,先吃水果可縮短它在胃中的停留時間,降低其氧化、腐敗程度,減少可能對身體造成的不利影響。

另外,我們也要注意,不要在晚上臨睡覺前吃水果,不然, 充盈的胃腸會使你的睡眠受到影響。千萬別以為吃水果是件小 事,消除了這些誤區,才能培養出眞正對健康有益的生活習慣。

http://www.hongkong.com/zh_cn/health/life/food/11015508/20050322/12184619.html