中共上海市社会工作委员会
上海市社会建设委员会办公室 联合主办
www.shlxhd.gov.cn www.shshjs.gov.cn 第167期

回归阅读乐趣

如何让人们从紧张的生活中回归阅读？近年，上海一批读书类社会组织正在做着有益的尝试。相关人士表示，全民阅读重在“全民”，需要推进到“末梢神经”；全民阅读社会组织之间的联系需要加强，交流先进经验，共享社会资源和前沿科技，促进全民阅读社会组织协作成长、共同发展；要探索全民阅读产业化之路，拓宽全民阅读社会组织经费渠道，实现自我积累和自我发展，不断增强促进全民阅读事业的硬实力；要充分发挥社会组织优势，不断创新推广方式，让全民阅读事业惠及大家。

■本报记者 **祝越**

《上海市民阅读状况调查分析报告》显示，上海市民阅读习惯有两个趋势，一是阅读碎片化的程度有所提高，“15分钟以内”比例连续三年升高；但另一方面利用较多时间读书的比例也有所上升，“1小时以上提高到20.06%”，这相反的两种趋向同时出现，与大都市快节奏的工作生活状态有关。如何让人们从紧张的生活中回归阅读？上海一批读书类社会组织正在做着有益的尝试。

“阅读马拉松”受热捧

这是一场专心与耐心的挑战，这是一场毅力与体力的挑战，不需要你气喘吁吁，不需要你挥汗如雨……今年4月23日的世界读书日，“上图杯2017阅读马拉松春季赛”在上海图书馆、浦东图书馆等12个场馆展开，共1200名选手参加了这项耗时6小时的比赛。

这是一场阅读比赛。选手在6小时内读完一本书并完成试题，系统计算出答题成绩并与阅读时间进行累加。比赛总成绩由阅读速度分和阅读质量分相加而成，代表选手的综合比赛用时，依照该用时排定名次，用时最少者获得冠军。

为何把“阅读”与“马拉松”结合在一起？“有时读书会的形式会有悖于阅读初衷。”阅读马拉松发起人姜涛表示，“大家有一种快餐式的认识，觉得听别人说说就可以快速掌握一本书的知识。但每本书从它完整的观点到作者的逻辑构架，只有完成全部的阅读，才可能真正体会。”因此，6小时阅读的赛制设定，像马拉松长跑般耗时耗力，旨在帮助大家完成对整本书的深刻理解。

2016年上海图书馆在5月和10月分别举办了“阅读马拉松”的“春季赛”和“秋季赛”，受到读者热捧。“阅读马拉松”组委会发言人沈阅介绍，“上图杯2017阅读马拉松春季赛”报名更是出现了秒杀局面。4月7日零点报名开放，上海图书馆最早报满，40个队伍，2分47秒。当日上午8点，所有市区赛点报满，很多想参赛的选手不得不转战郊区赛场，可见大家对这一活动的喜爱。

比赛当天上午10点正式开始，不同行业不同年龄的读者捧起同一本书开始了他们的挑战。这次活动特别选用了尚未正式出版的《重读经典》作为比赛用书，该书收录了苏童、王安忆等12位名家对自己最喜欢的书籍的解读，有《红楼梦》《水浒》《悲惨世界》等——21.1万字也适宜在6个小时以内阅读完毕。偌大的比赛场地，上百名参赛选手，每一位都非常专注，现场只剩下翻书的“沙沙”声。

中午12点，一些选手完成阅读，拿出手机扫码进入答题页面，不到十分钟的点选，便完成答题，并看到包括阅读时间、阅读速度和阅读质量分数等各项数据。这套系统由“阅马”组委会开发，足以保障1200名参赛选手身处不同场地仍可以“同台”较量。

不少选手的读后感质量非常高，有的选手因感触较多，写满了纸的正反两面。本次比赛书籍的出版方收集了所有选手的读后感和书评，并选择优秀的条目，放入正式出版的《重读经典》——这也是出版社和阅读社群的一种全新互动形式。

若6小时内完成阅读，在测试环节过“奖牌线”，选手便可获得一张完赛证明和一块比赛纪念奖牌。主办方还准备了合影道具，比如“爱阅读，三生三世”“以人民的名义阅读”等。“放下手机和手头的琐事，安安静静地读几个小时的书，这种体验已经好久没有了。”读者小于说。在他看来，参加“阅读马拉松”活动就像“走进了没有纷扰的世外桃源”，尽管考验个人毅力，却也乐在其中。

姜涛告诉记者，虽然“阅读马拉松”最早在国外产生，但上海的成熟赛制是原创。

为孩子阅读，考验志愿者的互动交流能力

上海市小学生爱心暑托班开班一周，闵行区吴泾镇暑托班开设了一门名为“朗读者”的拓展课程，由接受过专业培训的志愿者老师为孩子朗读儿童读物的优美章节，用他们特有的朗读和讲解方式，激发孩子对阅读的兴趣。设计课程的“朴质公益”是注册在吴泾镇的社会组织。

缺少相关经历和经验的社区到哪里去寻找专业人员、课程等资源？在闵行区吴泾镇，项目被委托给了社会组织——包括负责项目统筹、课程设计、志愿者支持的机构在内，共有七八家社会组织参与其间。退到幕后的镇政府和辖区居委会对社会组织很放心：“他们够专业，人手也多。”

成立3年的“朴质公益”关注困境中的儿童和青少年，开发过不少反响良好的公益项目，为外来务工人员子女学校创立的“小橘灯”朗读服务，曾把阅读课程送进上海多所外来务工人员子女小学。这家机构只有3名专职工作人员，负责课程设计和志愿者培训。真正走进课堂的是他们招募来的志愿者——来自紫竹园区的埃克森美孚化工、上海至纯科技等企业的几十位白领。

晟碟半导体（上海）有限公司团支部也加入到了这一活动之中。团支部书记周群告诉记者，之所以选择加入，是因为企业的公益文化对教育尤为关注。“那些外来务工者的孩子平时没有大人照看，也缺少良好的阅读环境，阅读绘本可以拓展他们的知识，也可以增添他们生活的乐趣。另一方面，也可以让企业的青年接触到这类爱心公益活动，感受到自己的价值。”

紫竹园区内第一批入驻的企业——至纯科技公司的董事长蒋渊，也参与了“小橘灯”朗读服务，“起初讲故事时，孩子们满教室跑。然而，最后看到有男孩听着故事，画出了一幅幅连环画，心里立即感受到自己的价值，觉得动力一下子被激发。”

截至目前，“小橘灯”朗读服务已经举办了4年，累计有9家企业赴紫竹周边的4所外来务工人员子女学校的20个班级开展服务，近千名孩子受益。

“朴质公益”执行部长倪捷介绍，公益项目的特性使得他们偏爱高素质、有活力的志愿者，比如企业员工和大学生，“就绘本阅读课程来说，白领更理想——走上讲台，很考验志愿者的互动交流和场面控制能力。”

推广全民阅读，社会组织在努力

自2006年中宣部、中央文明办、新闻出版总署、文化部、教育部等11个部委联合发出《关于开展全民阅读活动的倡议书》以来，国家和社会各界对全民阅读重视程度不断提高。《全民阅读“十三五”时期发展规划》已经于去年末出台，要求各地建立“全民阅读促进协会”，《全民阅读促进条例》也呼之欲出。

在上海，通过团市委青年家园的扶持，上海即创戏剧文化、哈皮木偶戏剧社、上海绘本学堂、致君诵读汇等一批读书类社会组织正在逐步走进社区，结合戏剧表演、传统朗诵、儿童绘本等方式，让更多市民享受阅读。

7月5日，“全国全民阅读社会组织座谈会”在上海召开，落实《全民阅读“十三五”发展规划》，来自全国10个省市21个致力于推动全民阅读的社会组织共聚一堂，交流经验，探讨如何充分发挥社会组织优势，创新推广方式。

社会组织负责人普遍表示，全民阅读重在“全民”，需要推进到“末梢神经”；全民阅读社会组织之间的联系需要加强，交流先进经验，共享社会资源和前沿科技，促进全民阅读社会组织协作成长、共同发展；要探索全民阅读产业化之路，拓宽全民阅读社会组织经费渠道，实现自我积累和自我发展，不断增强促进全民阅读事业的硬实力。

据了解，今后每年将召开两次“全民阅读社会组织合作大会”，推动形成全国全民阅读社会组织合作机制，凝聚分散在全国各地的全民阅读社会组织、全民阅读研究机构，建立常态活动机制，为建设“书香中国”贡献更大力量。

上图：“图书洄游”活动深受白领欢迎。 **摄影：袁婧**

下图：社会组织正在逐步走进社区，结合戏剧表演、传统朗诵、儿童绘本等方式，让更多市民享受阅读。 **本报资料照片**

用“木偶”阅读绘本

■本报记者 **祝越**

当平面的绘本和跳动的戏剧发生碰撞后，会产生什么样的火花？

6月上旬的一个周五下午，杨浦区扬帆学校多功能教室里传来阵阵欢声笑语。团市委青年家园项目下的哈皮木偶戏剧社走进校园，给全校师生带来了一场别开生面的木偶剧表演。戏剧社负责人纪晞宇生动地讲述了彩虹花的故事，小朋友们时而被老鼠有趣的话语而逗乐，时而为彩虹花的奉献精神而赞叹，课堂里气氛活跃。

听完故事，小朋友们开始尝试创编大象小黑和彩虹花的故事，并两两合作出演皮影戏，把大象、彩虹花演得活灵活现。在互动的过程中，孩子们体会到木偶戏剧带来的快乐，也懂得了乐于助人的道理。

这是哈皮木偶戏剧社带来的阅读模式——借助绘本木偶剧，让绘本“动”起来。

木偶情怀由创新来传承

“每当听别人说木偶这种东西就应该进博物馆时，我会很生气，同时也会有很多的不甘心。”当纪晞宇还是上海戏剧学院一名木偶专业的学生时，她就萌生了打造一家具有影响力的木偶工作室的想法。毕业后，她曾在上海木偶剧团担任演员、导演和监制，独立编导了五六部大型儿童剧目，还获得过联合国木偶联合会奖项及多个青年创业大赛奖项。

随着专业上的不断成熟，把曾经的梦想变为现实的愿望也更加强烈了，纪晞宇说：“小时候，经典的木偶剧给我们带来了很多快乐。如今，我也希望能把这份快乐带给更多的人。”

创业初期，最困难的就是寻找合作演出平台。当时互联网还没有如今这么发达，纪晞宇只能一个人出去跑市场，找渠道。在同窗好友的帮助下，2008年，哈皮木偶戏剧社终于成立了。

如今，哈皮木偶戏剧社由上海戏剧学院、上海音乐学院专业戏剧团队与上师大、上外教育专家团队共同组成，纪晞宇的许多师弟师妹都是工作室的演员。

成立9年，纪晞宇和她的木偶剧社赢得了多方认可，而她和伙伴们也在编排一部部木偶戏以及和孩子们的交流中逐步成长。

在和孩子们的互动中受到启发，纪晞宇在木偶剧中加入了全息影像的新技术——不是简单投影动画效果，而是用木偶进行表演，然后投影到舞台的纱幔上，这样投影和表演就能浑然天成，带给小朋友们更为逼真的观赏效果。

收获果实的人必先细心播种

一直以来，木偶剧都被视为幼儿娱乐项目，针对低龄儿童而设计。但在哈皮木偶戏剧社的努力下，木偶戏除了具有观赏娱乐性之外，更走进了课堂，成为孩子兴趣的启蒙老师。

近几年，平南小学、上海进才实验小学、上海实验东校、福山外国语小学等学校的一到三年级的孩子们都陆续接触了木偶戏剧。为了让孩子们了解中国传统民间艺术木偶剧的形式和由来，每次走进校园，哈皮木偶社的老师们总会给小朋友们介绍木偶、皮影和布偶等木偶剧的各种相关形式，并一一进行展示。通过讲解，同学们对木偶戏产生了浓厚的兴趣。

在相关课程中，纪晞宇和她的伙伴们会设立主题，让孩子发散思维，创作木偶形象和剧本。每一个孩子都可以尽情发挥想象力，创作自己喜爱的故事并参与演出。在木偶社老师们的指导下，大家还尝试制作皮影和纸偶，并在戏剧互动的过程中，尽情融入剧情，把一个个角色演得活灵活现。也正因此，在完成自己的作品后，孩子们往往自信满满，充满成就感。

纪晞宇说，木偶对儿童具有天然粘性，戏剧社旨在以木偶戏剧为载体，培养青少年语言表达、美术创作、音乐律动、人际交往以及逻辑思维等多项综合能力；并结合以木偶为主角的故事切入，引导青少年对色彩、形状、肢体、音乐、影像、多媒体等的探索，引发孩子们主动认知和实践能力。

为了能编排出孩子们喜爱的木偶剧，纪晞宇没少花心思。从木偶形象开始，她会把前期所有成型的造型图稿拿给孩子们看，让他们挑出最喜欢的那个，确定为后期舞台上木偶的形象，并以孩子们选出的木偶形象为核心进行编剧创作。在舞台剧背景的制作上，纪晞宇更是不敢丝毫懈怠，常常在工厂里一呆就是一整天，亲自检查每一个道具成品。

文艺作品也有科技含量

生活往往会给努力的人回报。在《笑傲江湖》第三季中，纪晞宇和她的伙伴走上舞台，带着一个“海绵人”，用短短4分钟的木偶剧让现场观众笑声迭起，赢得评委的一致好评，进入复赛。

参加完节目后，哈皮木偶戏剧社也接到很多的合作邀约，不过戏剧社的初衷不变，目标仍是打造具有国际影响力的多媒体木偶舞台剧和亲子平台。纪晞宇希望，木偶剧不只是低龄儿童的专利，希望能创作出适合青少年看的木偶剧，并不断丰富演出内容，延伸到科普、国学等领域。

纪晞宇还开启了迷你木偶四部曲——前20分钟用卡通可爱的木偶小短剧让孩子们完全沉浸在戏剧的故事里；接着，原本就对玩偶充满好奇的小观众们，走进台前幕后，来个5分钟的木偶大揭秘；然后，按照揭秘的内容让孩子成为小小玩偶师，制作出自己的小木偶；最后让孩子们带着自己的小木偶走上小舞台，开始自己的表演，成为小小艺术家。

如今，哈皮木偶戏剧社几乎每年都会给孩子们带来12个不同主题的儿童剧和迷你木偶四部曲。目前，戏剧社已走进黄浦区、长宁区、浦东新区、嘉定区等6个区的23个街道，共开展了百余场社区活动。这些活动得到了大家的欢迎，并被上海市妇联评为优秀社区创新项目。

题图左：数据显示，上海市民利用较多时间读书的比例有所上升。 **图：CFP**

题图中：孩子们在阅读经典中找到乐趣。 **本报资料照片**

题图右：在认真阅读的过程中，时间仿佛静止了。 **图：CFP**

让孩子享受吟诵的快乐

■本报记者 **祝越**

在浦东新区航头镇沉香居委会活动中心，傅氏家文化青少年儿童传统文化教育项目开展得如火如荼。与其他阅读方式不同的是，这里采用的是浸入式阅读，孩子们穿上汉服，讲究礼仪，在老师的带领下高声阅读。经过几年的坚持，这些孩子中已有近50人完成《论语》前五篇连背。

致君诵读汇读书服务社前身是致君书店，迄今已有九年的历史。经过这几年的教学实践和探索，服务社的老师们发现中华经典诵读教育的开展，有利于孩子们的成长。

传统六艺是读书服务社的核心课程。老师们说，吟诵是古人对汉语诗文的传统诵读方式，也是一种高效的教育和学习方法。“诵读经典是开发潜能的一种有效方式，可以帮助儿童提高记忆能力和理解能力，有助于提高儿童的注意力。”读书服务社创办人殷雷介绍，“服务社自己编的儿童经典读本首先是《论语》《大学》《中庸》《老子》《庄子》《三字经》《千字文》。无论是四书五经还是其他古书，孩子们背诵就像唱歌一样，轻松愉快。”殷雷认为，读书要高声朗诵，朗读多了，音韵和字义等会在潜移默化中影响朗读者。“真正的背书，不是硬记，而是像唱歌一样，就像小孩子学流行歌曲，跟唱几遍就记牢了。”此外，在诵读的过程中，老师们还特别注重见面礼、上课礼、进餐礼等礼仪的讲解，让孩子们从小懂得自重敬人。

从2008年起，致君诵读汇读书服务社就开始与中小学及幼儿园开展传统文化项目合作，通过包括赠书、演讲、国学夏令营及长期的国学公益课等形式，让越来越多的传统文化教学课程走进校园。殷雷说，我们期待将传统文化公益课推广到更多的校园和社区中，让更多的孩子们受益。

这几年，致君诵读汇读书服务社成员钱佳颖常常带领孩子们一起诵读《论语·学而第一》，随后为每位同学挑选一本国学经典图书。在同学们认真阅读的过程中，时间仿佛静止了，空气中流动着的是每个孩子与自己心灵的对话；“书法画扇”活动则由读书社的成员于静主持，不仅为学生们讲解汉字的演变，还选取隶书中的“福”字教大家书写，从执笔到运笔，许多孩子们在扇子上写出了漂亮的“福”字。

自2016年初开始，致君诵读汇读书服务社启动国学远程公益课程，为江西都昌县沙岭小学在线授课。通过这一年国学课程的学习，沙岭小学的同学们学习了《千字文》全文及《论语》中的《学而》《为政》及《八佾》篇，以及历史故事讲读、神奇汉字、诗经吟诵等各种饶有趣味的国学知识。

上图：孩子们背诵古书就像唱歌一样，轻松愉快。 **本报资料照片**