

沪上部分高校刮起“晨读风”

## 早起诵读适合所有学生吗？

陆佳慧（上海应用技术大学） 万乔鹤（华东理工大学） 文 孙晨龙（上海应用技术大学） 摄

进入大学，不少同学都成了“起床困难户”，可最近，上海应用技术大学的早晨却出现了另一幅画面——晨风中，不少学生手捧书本，轻声诵读。这股清新的“晨读风”也吹入了华东理工大学、上海电影艺术学院等沪上高校。究竟是什么“魔力”能让高校学子告别赖床，重拾晨读习惯？晨读是否适合每个大学生呢？



## 鼓励晨读各出奇招

以往，清晨走进上海应用技术大学的校园，也经常能见到一些学生埋头晨读，但大多是“散兵游勇”。校学生会的学生见到后，萌发了将个别同学晨读转变成“组团出击”的想法。

“参加晨读活动，能领取到一张晨读卡，每天盖章签到，集齐一定数量的印章后，可以换一顿免费早餐。”上海应用技术大学学生会的仇彦斌介绍说，学生会还和英语社等学科型社团合作，针对同学们的晨读内容划分为不同的学习小组，帮助大家认识志同道合的小伙伴。

和上海应用技术大学打卡换早餐的做法相比，华东理工大学为了鼓励学生晨读，祭出了“学分诱惑”。根据学校的相关规定，学生需要修满两个创新学分才能申请本校保送研究生。而晨读，相较竞赛而言，是取得创新学分的便捷途径。一些同学起初是奔着学分而被迫早起，但在坚持一段时间后，都真切体会到了晨读的好处。“早上七点多钟，读半小时英语，时间虽然不长，但是每天进步一点点，积少成多，对自己还是很有帮助的。”大一学生陈雨娜说。

## 文化早餐花样繁多

大学生们的晨读内容各不相

同，这顿文化早餐可谓花色多样、营养全面。

利用清晨时间学习外语，是不少同学的首选。“学语言，还是要大声说出来。”上海应用技术大学的姚媛、许奕新和杨舒敏三人组成了“晨读铁三角”，每天早上七点准时在学校滴水湾广场集合，互相抽背单词、对练口语。“有个伴儿陪着我一起练习，更有乐趣和干劲，今年我的英语六级一定能过。”许奕新笑着说。

大三的张熙怡则津津有味地读着东野圭吾的《解忧杂货店》，她给自己定下了一学期读30本书的目标。“大一和大二有些荒废掉了，没

有沉下心来多读几本书，总觉得挺可惜的。快毕业了，希望自己能尽力弥补这份遗憾。”

不同于其他高校的学生清晨俯首翻书，上海电影艺术学院的“晨读”有些特别——操场上、小河边，随处可见艺术类专业的学生在晨风中压韧带、练形体、背稿、练声，多年来这都是学校清晨的别致风景。

## 黄金时间因人而异

在采访中，笔者发现，大学生们对待晨读的态度不尽相同。“台上一分钟，台下十年功。想要日后成功，当然要在大学里打好基础。”上海电影艺术学院的俞金旻支持学校开展

晨读活动，在他看来，这不仅能够帮助同学们强化专业能力，还可以让大学生的生活更规律，养成早睡早起的好习惯。

上海应用技术大学的徐文飞则有不同观点，他笑着说：“晨读对我而言还是一个挑战，我更喜欢在夜深人静的时候，捧一本书静静地读，那样的效果更好。”

在笔者看来，高校开展晨读活动，出发点很好。不过，也应该考虑到：每个人读书学习的黄金时间不一样，应该给大家更多自主权，根据自身特点，自行规划、合理安排阅读时间。抓住大学里的宝贵时光，为自己多多“充电”。

## 中美大学生同台共奏友谊交响曲

中美音乐交流会在上海海事大学成功举行

吉娜（上海海事大学）

3月23日晚，由上海海事大学交响乐团和华盛顿大学交响管乐团联合举办的中美音乐交流会在临港举行。中美两国大学生同台表演美丽乐章，共奏友谊交响曲。

音乐交流会上半场由上海海事大学交响乐团演奏，《1492 交响曲》将交响乐与合唱完美结合，气势恢宏。中西合奏的《茉莉花交响曲》使人耳目一新。《迪士尼幻想组曲》则带人走进如痴如醉的梦幻王国。下半场由华盛顿大学交响管乐团演奏，雄浑的《大峡谷的号角》、欢快的《幸福之光》、低沉的《迷宮里的忒修斯》使人心灵震撼。《第七交响曲》《夏日时光》将全场气氛推向高潮。最后，中美两支大学乐团120名同学合奏《青春之舞》与《歌唱祖国》，并由中美两国指挥分别演奏，音乐会在全场经久不息的掌声中落下帷幕。

华盛顿大学交响管乐团此次来华巡演，与清华大学、中国音乐学院及上海海事大学举办音乐交流会，华盛顿大学音乐学院院长萨



赴美回访。

美国华盛顿大学音乐学院交响管乐团是美国音乐学院管乐团中最好的队伍之一，在萨尔茨曼教授的带领下，乐团参加过多个美国音乐盛典，首演了许多优秀的管乐新作品。

上海海事大学大学生交响管乐团成立于1990年，是由上海市艺教委命名的交响管乐团，2015年组建交响乐团，成功举办多次新年音乐会，多次参加上海之春国际

音乐节，在全国大学生艺术节屡获大奖。乐团积极和国外乐团交流演出，2014年1月与美国盖茨堡大学音乐学院管乐团成功举办新年音乐会，2015年1月与荷兰皇家管乐团举办交流音乐会，获得国外乐团高度评价。

交响有篇章，音乐无国界。中美音乐交流会突破了语言和文化的束缚，提升了大学生的音乐素养，增进了中美学生的了解与交流。

## 《邓世昌》高校巡演启幕

## 海事大学学子“对话”邓世昌

吉娜（上海海事大学）

3月24日晚，“高雅艺术进校园——沪剧《邓世昌》2016上海地区高校巡演暨启动仪式”在上海海事大学大礼堂举行。市教卫工作党委副书记、市教委副主任高德毅、上海沪剧院院长茅善玉、上海海事大学校长黄有方和党委副书记门妍萍出席并观看了演出。

沪剧《邓世昌》是上海沪剧院为纪念甲午战争爆发120周年和抗日战争胜利70周年重点打造的精品

剧目。高校巡演首站选择上海海事大学，并非偶然。黄有方介绍，《邓世昌》讲述了晚清甲午海战的故事，邓世昌、刘步蟾等管带都毕业于船政学堂。这次首演放在上海海事大学，是“两个学堂”学子的相遇，也是海派文化在校园的有力普及。启动仪式上，海事大学旗语队的表现令人印象深刻。学生们精神饱满、动作划一，仿佛用旗语和《邓世昌》的伙伴们时空对话。

