

TRƯỜNG THPT TRẦN PHÚ



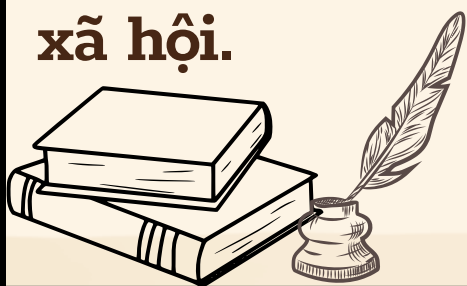
Sách

Người bạn tuyệt vời



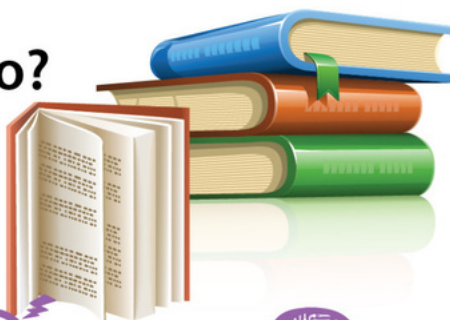
Sách là một khái niệm mở, hình thức sách còn được thay đổi và cấu thành các dạng khác nhau theo các phương thức chế tác và nhân bản khác nhau, tùy thuộc vào môi trường sống và sự phát triển của khoa học công nghệ ở mỗi thời đại.

Sách chứa đựng nhiều giá trị văn hóa tinh thần (các tác phẩm sáng tác hoặc tài liệu biên soạn) thuộc các hình thái ý thức xã hội và nghệ thuật khác nhau, được ghi lại dưới các dạng ngôn ngữ khác nhau (chữ viết, hình ảnh, âm thanh, ký hiệu,...) của các dân tộc khác nhau nhằm để lưu trữ, tích lũy, truyền bá trong xã hội.



Độc sách quan trọng như thế nào?

Độc sách không chỉ đem lại sự hiểu biết về thế giới xung quanh mà còn mang lại nhiều lợi ích cho người đọc.



Kích thích tinh thần



Độc sách giữ cho bộ não hoạt động, giúp làm chậm lại tiến độ căn bệnh Alzheimer và mất trí nhớ.

Giảm căng thẳng



Độc sách giúp bạn thư giãn, giảm dần tình trạng căng thẳng.

Làm giàu kiến thức



Những gì bạn đọc sẽ lấp đầy tâm trí bạn với những thông tin mới mẻ, thú vị.

Mở rộng vốn từ



Càng đọc nhiều, bạn càng có được thêm nhiều từ vựng. Những từ vựng này dần trở thành vốn từ hàng ngày của bạn.

Sự bình yên trong tâm hồn



Ngoài việc thư giãn với một cuốn sách hay, đề tài mà bạn đọc có thể mang lại sự bình yên trong tâm hồn bạn.

Cải thiện sự tập trung



Với những cuốn sách hay bổ ích về lĩnh vực bạn quan tâm, bạn đọc không rời mắt, đây là cách rèn luyện được sự tập trung cao độ của trí óc.

Kỹ năng viết tốt hơn



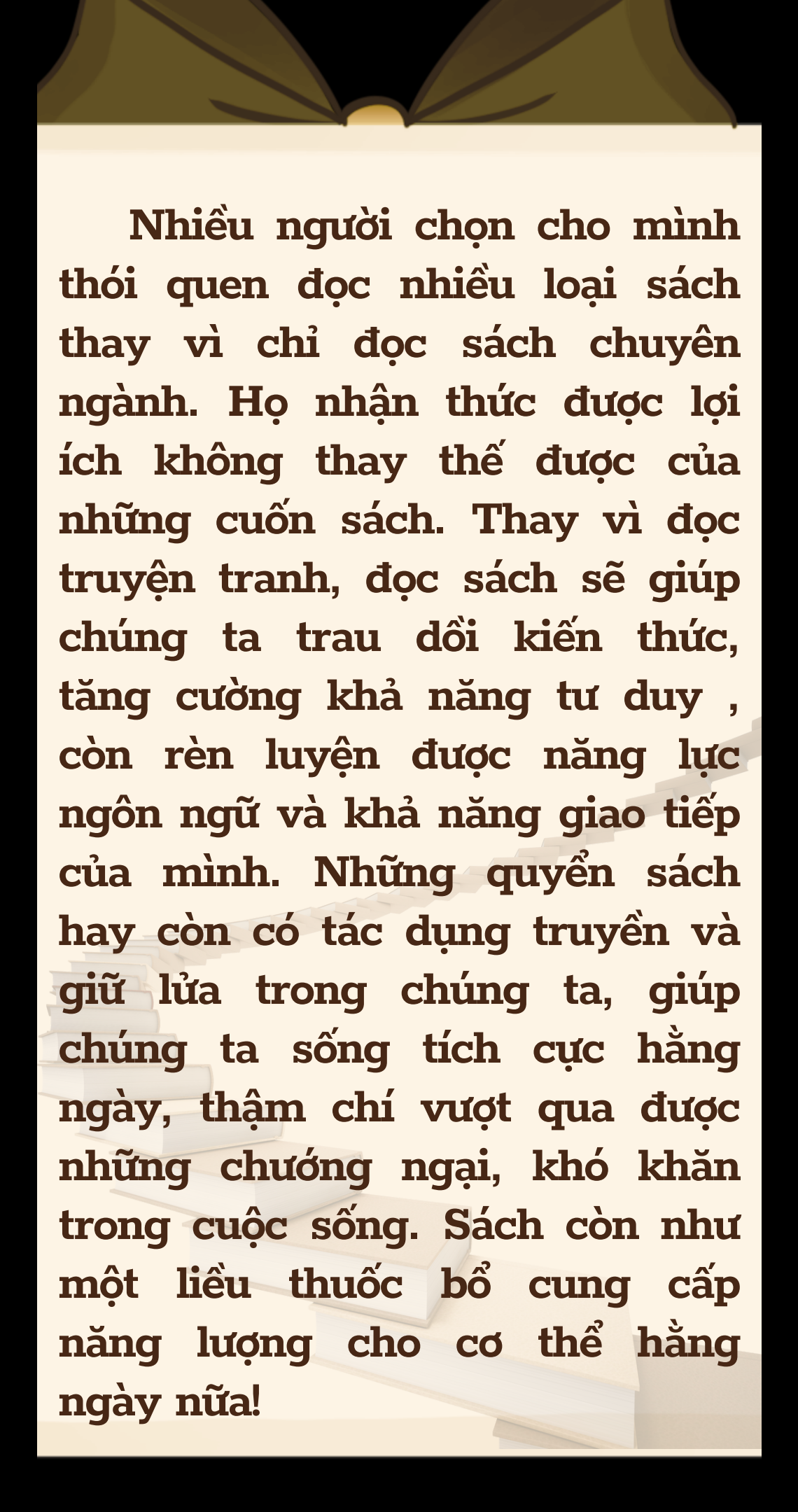
Tiếp xúc với các tác phẩm khác, quan sát nhịp, trạng thái, và phong cách viết của các tác giả khác, sẽ ảnh hưởng đến cách viết của riêng bạn.

Cải thiện trí nhớ



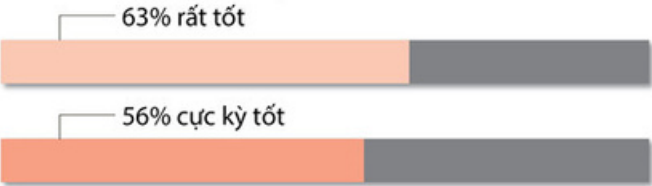
Việc đọc sách giúp kéo giãn các neuron thần kinh theo cùng hướng, giúp bạn ghi nhớ lâu hơn.





Nhiều người chọn cho mình thói quen đọc nhiều loại sách thay vì chỉ đọc sách chuyên ngành. Họ nhận thức được lợi ích không thay thế được của những cuốn sách. Thay vì đọc truyện tranh, đọc sách sẽ giúp chúng ta trau dồi kiến thức, tăng cường khả năng tư duy , còn rèn luyện được năng lực ngôn ngữ và khả năng giao tiếp của mình. Những quyển sách hay còn có tác dụng truyền và giữ lửa trong chúng ta, giúp chúng ta sống tích cực hằng ngày, thậm chí vượt qua được những chướng ngại, khó khăn trong cuộc sống. Sách còn như một liều thuốc bổ cung cấp năng lượng cho cơ thể hằng ngày nữa!

SÁCH GIÚP NGƯỜI ĐỌC PHÁT TRIỂN TƯ DUY



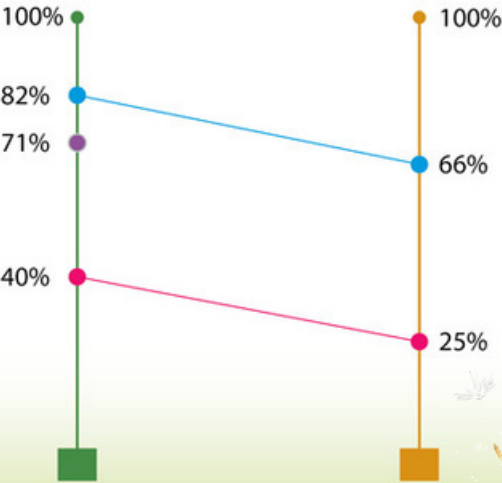
SÁCH GIÚP ÍCH CHO TRẺ EM



- Hiểu biết thế giới
- Hiểu biết giá trị con người
- Nhận biết các giá trị văn hoá
- Nhận biết giá trị thẩm mỹ
- Hiểu biết về an toàn thể chất
- Có những mối quan hệ tích cực



SÁCH ĐỐI VỚI NHỮNG ĐIỀU KHÁC



- Tăng sự đồng cảm giữa con người



- những người đọc sách
- những người không đọc sách
- Tỷ lệ người quyền góp cho các hoạt động xã hội
- Tỷ lệ người tham gia các tổ chức xã hội
- Tỷ lệ người giúp đỡ những người xung quanh

Nguồn: printest.com, TTXVN.



LỢI ÍCH CỦA VIỆC ĐỌC SÁCH

1. Đọc sách giúp tăng cường khả năng giao tiếp
2. Đọc sách giúp rèn luyện năng lực tưởng tượng, liên tưởng, sáng tạo
3. Tăng sự tập trung của não bộ trong mọi hoàn cảnh
4. Đọc sách giúp rèn luyện năng lực ngôn ngữ
5. Đọc sách giúp sống tốt trong xã hội và làm người
6. Giảm căng thẳng
7. Tránh nguy cơ mắc bệnh Alzheimer
8. Cho giấc ngủ lành mạnh hơn



BÍ QUYẾT XÂY DỰNG THÓI QUEN ĐỌC SÁCH

Nếu bạn muốn xây dựng thói quen đọc sách, hãy bắt đầu từ việc khám phá bản thân xem bạn thật sự thích gì, muốn gì và cần gì

Lựa chọn chủ đề theo sở thích



Khi bắt đầu với những chủ đề theo sở thích, bạn sẽ cảm thấy thói quen đọc sách như một thú vui giải trí nên có tác dụng thư giãn rất tốt

Cân nhắc thể loại phù hợp tính cách



Mỗi nét tính cách sẽ phù hợp với một vài thể loại sách nhất định như tản văn, truyện ngắn, tiểu thuyết, kỹ năng sống, chuyên ngành...

Tạo không gian đọc yên tĩnh



Nếu không có phòng đọc sách riêng, bạn có thể thu xếp một góc nhỏ gần cửa sổ hay khu vườn sau nhà để tập trung và thư giãn khi đọc

Kiểm tra sức khỏe đôi mắt



Khi xây dựng thói quen đọc sách, bạn cần chú ý kiểm tra sức khỏe của đôi mắt, nếu cần có thể dùng kính hỗ trợ

Ghi chép vào quyển nhật ký



Hãy chuẩn bị sẵn một quyển sổ tay và cây bút để ghi chép những thông tin hữu ích hay những cảm xúc bất chợt, giúp việc đọc ý nghĩa hơn

Dành ra ít nhất 30 phút/ngày



Dành ra khoảng 30 phút mỗi ngày để đọc sách là một khởi đầu đơn giản để bạn có sức khỏe tốt và vốn tri thức phong phú



"Cuộc đời ta **THAY ĐỔI** theo hai cách:



Qua những người ta gặp và
qua những cuốn sách ta đọc."

– Harvey MacKay –

Anybooks 
Kết nối tri thức

HÃY DUY TRÌ THÓI QUEN ĐỌC SÁCH

