

# 本市38所乡村学校少年宫“开张”

## 丰富乡村学生课余生活,今后将覆盖上海所有乡镇

**本报讯** (记者 陆梓华)放学了没伙伴玩,双休日无处可去,虽然同样生活在上海,但相比中心城区的孩子,不少农村娃面临着“学校——家庭”两点一线的单调生活。

如今,这样的情形有望得到改变。记者昨天从市文明办、市教委获悉,本市已在金山、奉贤、浦东、崇明等区县率先建立起9所全国级乡村学校少年宫、29个市级乡村学校少年宫,并已投入运行。今后,“乡村学校少年宫”将逐步覆盖上海所有乡镇。

### 不设学科类项目

“学校少年宫”建在校园,由学校现有的各类活动室、实验室扩容和升级而成。“七色花少年宫”“太阳花少年宫”“彩虹少年宫”……一个个充满朝气的名字,寄托着乡村学校少年宫的创办宗旨——让孩子们感受童年的快乐,培养阳光的个性,拥有梦想。

奉贤区四团小学校长胡爱花说,建设少年宫之前,学校在全校学

生和家长中展开问卷调查。结果发现,95%以上的学生双休日不参加任何学习班和培训班,在被问到“是否希望双休日能参加像少年宫或学校组织的活动”时,每个孩子都回答了“是”。文体类、科普类、社会实践类的项目分列最受学生欢迎项目前三名。

不设学科类项目,让孩子们自由选择,是每一所乡村学校少年宫共同的坚持。在浦东新区石笋中学,老师们采纳了学生的建议,增加了棋类项目,将传统的刺绣改成了更易上手的“十字绣”,将“非物质文化遗产”锣鼓书改编成表演剧,激发学生了解传统文化的渴望。

### 统一开发“资源包”

除了40万元的前期建设经费,全国级乡村学校少年宫每年可以获得10万元运行费用,市区级少年宫也将获得相应的运行经费。

各校除了组建由本校相关科目教师组成的辅导队伍外,还组建了一支科艺中心辅导教师、社区文化

中心指导教师、民间艺人、家长志愿者等组成的辅导员队伍。

即便如此,记者了解到,寻找师资和课程开发仍是各校遇见的普遍难题。一些项目不得不面临着一名

老师独臂支撑的局面。中福会少年宫计算机主任冯耀武透露,为了让更多农村孩子也能享受优质教育资源,受市文明办委托,中福会少年宫开发完成了《信息技术》、《创新科技》、《墨

画与书法》等3个资源包,将逐步下发到各乡村学校少年宫,更多资源包也在陆续开发之中。同时,“乡村学校少年宫”网上信息平台也已开通,供广大基层学校分享经验。

# 午休时,校园“变身”少年宫

## ——探访金山区山阳中学“太阳花少年宫”

当不少学校把午休变成了安静的作业时间时,金山区山阳中学的“太阳花少年宫”却很热闹。记者走进化学实验室,各年级的孩子们饶有兴致地跟着老师研究“空瓶生烟”“牛奶变水”等科学小实验;各专用教室内,山阳故事说唱、陶艺、管乐、古筝、马林巴等不同兴趣班,吸引着各自的粉丝;操场上,毽球队、龙狮舞队练得正欢。

校长蒋水清介绍,如今,新学期开学,学生们除了拿到一张课程表,还会收到一份少年宫活动指南,涵盖了七大类36个项目。除了午休和

放学后的一小时,“太阳花”每周六上午还会准时绽放,受到本校学生热烈欢迎,山阳小学和不少周边社区的孩子也闻“香”而来。

“8-1>8”,这是上海市教书育人楷模、76岁的山阳中学艺术特级教师吴永祥总结出的规律。在这名从教超过半个世纪的老人看来,给孩子们痛快地玩一小时,其他时间的学习效率反而会大大提升。

放弃区内“名校”,从较为发达的石化地区到山阳中学这所普通公办学校就读,山阳中学预备班男生倪天乐说,爸爸妈妈很大程度上

就是冲着这儿新建的少年宫而来,另一方面,也希望这个顽皮的男孩,能在参与管乐、模型制作等项目的过程中,静下心来。“现在和同学们一起参加乐队排练,听到大家一起演奏出很舒畅的音乐,非常有成就感,不知不觉就陶醉在音乐里面了。”小倪还觉得,中午,在自己喜欢的音乐或科技世界里徜徉一番,下午上课“不容易打瞌睡,更专注了”。国庆长假,他还要代表学校去东方绿舟参加上海模型节的比赛。

本报记者 陆梓华

## 本市政府网站故障率降两成

**本报讯** (记者 马亚宁)上海市、区两级政府部门网站已开展备案管理和实名认证,今年本市政府网站平均故障率下降22%,各类安全漏洞下降了44%。昨天,上海市信息安全保障工作会议举行,国家工业和信息化部杨学山副部长,市委常委、副市长艾宝俊出席大会并讲话,共同为上海市网络与信息安全应急管理事务中心揭牌。

## 赛诺菲与中国携手医药科研

**本报讯** (记者 施捷)世界领先医药健康企业赛诺菲昨天下午在沪宣布,赛诺菲中国研发中心与中国医药工业研究总院签署合作备忘录,共同进行我国首个罕见病领域疾病诊断及治疗的联合研究;同时,赛诺菲与中国医学科学院药物研究所就“新型抗凝血剂”的合作研发项目也正式启动。

副市长沈晓明在会议期间会见了赛诺菲全球研发总裁曾和礼博士,并鼓励跨国制药企业加强和中国科研院所的合作,协同创新。

## 节日举办青少年近弱视公益筛查

**本报讯** 新视界中国公益复明行动联合上海光明热线52069999,将开展青少年“近视、弱视、斜视三项免费筛查”。9月30日到10月7日,学子及家长凡拨打热线预约,均可享受视力、眼压、电脑验光3项免费检查,以及近视配镜10项免费服务。患近视需做激光近视矫正术的18岁以上的大学生,还可免术前15项检查费用。贫困地区大学生、志愿参军者、城市青年志愿者,还可享受激光近视矫正术费用的减免服务。(若夕)

**上海市经济管理学校**  
**升学就业双通道 素质技能双具备**  
**www.sems.cn**



## 海洋明星节日献礼

上海长风海洋世界的白鲸表演馆内,海狮明星在表演间隙摇头摆尾地在观众席中“巡视”一番,从中选取幸运观众送上中秋礼品……这是昨天启动的“长风海洋世界中秋国庆特别表演周”中的有趣一幕。海狮、白鲸等海洋明星将轮番上阵,为中外游客献上精彩演出。  
本报记者 孙中钦 摄影报道

# 沪上42家科普场馆节日开放

**本报讯** (记者 马亚宁)双节长假,沪上42家科普场馆向市民开放。黄浦区的上海城市规划展示馆、宝山区的上海长江河口科技馆、崇明县的上海奶牛科普馆、奉贤区的上海都市菜园、嘉定区

的上海汽车博物馆、浦东新区的上海中国航海博物馆、普陀区的上海纺织博物馆、徐汇区的上海昆虫博物馆、青浦区的中国兵器博览馆、松江区的上海天文博物馆、长宁区的上海儿童博物馆等

多个场馆,节日8天均照常开放。市民可以来此走走,沐浴假日里的休闲科普风。

中秋、国庆上海市专题性科普场馆具体开放日期及时间,可登录新民网(www.xinmin.cn)查询。

# 营养专家教你怎么“吃”月饼—— 月饼不宜当早餐 空腹食用胃难堪

中秋佳节,月饼是必不可少的应景糕点,可是传统月饼重油重糖,各类花式月饼又层出不穷,怎么选择既适合自己口味,又适合自己“体质”的月饼?记者采访了浦南医院膳食科营养师程琪医生,请她谈一谈怎样吃月饼才能安全又健康。

### 月饼属“三高”食品

传统月饼包括广式月饼、苏式月饼,制作过程大多重油重糖。程琪医生介绍说,传统月饼中的原料虽然是核桃仁、红豆、杏仁、莲子、枣子等健康食品,但制成馅料时会加入大量的糖、猪油或者黄油。此

外,月饼皮的淀粉含量也很高,为了产生油光酥软的效果,会加入大量起酥油,产生“坏胆固醇”,使得月饼成为高油、高糖、高脂肪的“三高”食品,糖尿病、心脑血管疾病患者多吃不但会使血糖、血脂增高,还不利于胃肠健康。

程琪医生表示,糖尿病患者食用月饼一定要适量,最好是浅尝辄止,吃过月饼后,要相应地减少主食摄入量,一次食用一整个月饼绝对不可取,即使是无糖月饼、净素月饼也不能大意,因为淀粉会在人体内转化为糖分,餐前餐后可以测下血糖,以掌握自身病情。

### 分而食之有助消化

由于中秋节前后许多家庭都会收到月饼作为礼品,一时吃不完,就喜欢拿来当作早餐。程琪医生指出,这样的吃法既不符合膳食营养均衡的原则,也不利于胃肠道的健康。因为月饼中含有的油脂和糖分比较高,但是蛋白质、纤维素却很少,长期吃会造成营养不良。一大早空腹吃甜腻的月饼,会使胃酸分泌引起泛酸,可能使胃炎、胃溃疡病人的黏膜进一步受损,引起胃肠道的不适。即使健康人群,也应在饭后或半空腹的状态下将月

饼分切进食,不给肠胃增添负担。如今市场上的月饼花样繁多,做法与传统月饼有所不同,诸如冰激淋月饼、养生月饼、无糖月饼等,程琪医生提醒说,由于这些月饼的营养元素有所差异,消费者应该选择有明确配料名称和标注营养成分含量的月饼,参考月饼包装盒上的营养元素表适量食用。

医生建议,食用月饼时可以喝点茶,有助于消化分解油脂。此外月饼忌高温又怕潮,放久了馅会变质,消费者切莫久存,但不可为图“新鲜”而大量食用。

本报记者 金恒

**在学生心中播下创新种子**  
**向明中学纪念“创造教育”三十周年**

**本报讯** (记者 陆梓华)由上海市教育学会、中国创造学会创造教育专业委员会、上海市教育基金会、黄浦区教育局、上海市实验性示范性高中校长联谊会联合主办的向明创造教育三十周年纪念活动暨学术论坛昨天在向明中学举行。

本次论坛以“搭建创造实践平台,让学生在创造实践中感悟”为主题。向明中学从上世纪80年代开始,较早提出了“创造教育”的办学理念,要求学生思想自由、勇于挑战、梦想成真。向明中学学科研究室主任丁姗介绍,该校从小创造、小发明、小制作的“三小”活动开始,搭建第二课堂的平台,充分让学生在创造实践中体验和感悟。此外,向明中学创建了初高中“创新素养培育实验班”,架构并实施以创造性人才培养为核心的创造教育课程体系。

据悉,向明中学将于10月6日迎来110周年校庆,活动现场将全面展现“创造教育三十年”成果。