

## 闸北区校园深化“光盘行动”

# “温馨菜谱”受学生欢迎

近期沪上的一项调查显示,同学们在在选择喜爱学校的因素中校园环境是重要的指标之一,而其中午餐的可口与否更是受到同学们的关注。近期,闸北区各中小学在积极开展“光盘行动”的基础上,通过调查问卷、菜场走访、食堂考察、成本核算、品尝投票等一些列活动,推出了受全区同学欢迎的“温馨菜谱”。



彭浦初级中学、保德中学、彭浦第三中学同学来到菜场调研

记者 王钰倩

“下面这些菜你最爱吃哪一个?”“食堂的叔叔阿姨们每天6点不到就开始准备午餐了呢!你知道他们是怎样准备午餐的吗?”“你对学校食堂还有哪些建议?”中午时分,久隆模范中学的赵嘉轩、施慧琳、罗尔成三名同学带着亲自设计的问卷在校园食堂、教室、操场穿梭。闸北区少先队总辅导员金艳老师告诉记者,在开展“光盘行动”中,一些学校的同学表示,做不到“光盘”是因为午餐不合胃口。那怎样的午餐才能既美味又营养呢?于是,在全区范围内推出“温馨菜谱”活动的想法应运而生。区内各校分工合作,设计调查问卷是第一步,接着同学们又走进菜场,来到食堂,了解一顿营养午餐的“诞生记”。

“阿姨,这西红柿怎么这么贵呀?”周四下午,来自彭浦初级中学的周孜、姜语焉两名同学来到平

路菜场就蔬菜、肉类、副食品的价格进行调研,和他们一起来的还有保德中学和彭浦第三中学的同学。彭浦第三中学的刘雅同学告诉记者,这是自己第一次来菜场,很是兴奋,可通过询价才知道要挑选新鲜食材,还要控制成本真不是件容易的事,他们将根据调查完成菜价报表,为制作属于同学们自己的“温馨菜谱”控制成本。

午餐时分,上海外国语大学苏河湾实验中学的同学们正一面津津有味地吃着午餐,一面饶有兴趣地欣赏着由同学们亲自拍摄的短片《光盘后……行动》。短片中,同学们用镜头记录了食堂叔叔阿姨一天辛勤的劳动。为了短片的拍摄,胡昕杰、陈柏如、贾芳三名同学早晨6点就来到学校,换上干净的工作服,洗干净双手,他们走进了食堂,“阿姨们已经在洗菜了。”一天辛苦跟拍,同学们才知

道每天中午这一顿看似简单的午餐,凝聚的是食堂叔叔阿姨辛勤的汗水。“现在每天的午餐吃起来更加美味了,同学们也更自觉地‘光盘’。”胡昕杰说道。

了解了菜品的价格和制作工艺后,各校的“温馨菜谱”设计就开工了。“我们汇总了各校的菜谱并制作选票,分发给各个学校,进行‘最喜爱的菜谱’评选。最终推出既迎合同学口味,又符合食堂实际的‘温馨菜谱’。”负责“温馨菜谱”项目的岭南中学大队辅导员吴燕频说道。咕咾肉、清炒菠菜、西红柿炒鸡蛋、紫菜虾皮汤,在“温馨菜谱”中记者看到不少标准为7.5元、三菜一汤、色香味俱全的完美搭配。“‘温馨菜谱’是‘光盘行动’的延续,同学们亲自参与调查、设计、制作,收获的不仅是美味、营养,更是爱惜粮食、杜绝浪费的习惯。”吴燕频老师说道。

## 我与院士面对面

记者 吴燕

日前,著名核物理学家,复旦大学教授、中国科学院院士、第三世界科学院院士、宁波诺丁汉大学校长杨福家,做客上海科技馆“上海科普大讲坛”,以《科学与文史》为题,与现场热情的师生及听众进行了互动。

杨院士从“钱学森之问”谈起,指出一个有科学创新力的

人,不但要有科学知识,还要有文化艺术修养。杨院士向大家介绍了哈佛、剑桥等一流大学的办学理念和精神内涵,指出他们在科学上的贡献都与文化有关。杨院士还特别送给台下青年学子四句话:“做人第一,修业第二”、“抓住机遇”、“文理兼学”、“保持质疑精神”。

杨院士的谆谆教诲让台下来自进才中学、延安中学等校的同学

受益匪浅。进才中学高二年级“科学艺术班”的班主任吴威告诉记者,开办“科学艺术班”是进才培养和提高学生综合素养的一大创新及尝试。平时,学校会经常邀请专家、名家进校与学生面对面;同时,还带领学生走出校园,去文化场馆亲身体验。这次,同学们纷纷报名前来聆听杨院士的讲演。“对于青年学子而言,方向比努力更重要,而方向的获得正需要有像杨院士这样大家的引导。”

## 多彩活动 共逐航天梦

记者 王钰倩

小蝙蝠与小老鼠玩捉迷藏。为什么蝙蝠能够轻易找到老鼠?这是因为,蝙蝠能产生短促而频率高的声脉冲,遇到附近物体便反射回来。蝙蝠听到回声,能够确定猎物及障碍物的位置和大小。

这是来自闵行三中第五届航天科技节的首场活动“东方少年

科学讲坛”的专题讲座。此次闵行三中刘辉工作室特意邀请了上海市少科院的张祥根教师给预初年级同学们带来了《航天科技与发明创造》主题讲座。张老师以丰富的资料讲述了动物界与航天科技之间的关系,并且列举了由于受动物的启发而产生的航天方面的发明创造。张老师还把航天领域与生活中的创新点

做了一系列的列举,开阔了同学的知识视野,启发了同学的创造思维。此次讲座也拉开了闵行三中第五届航天科技节的精彩序幕。随后航天科技节还将有“航天种子栽培比赛”、“我们心中的航天梦”科幻画比赛等丰富多彩的活动,而“太空植物园”、“苏烨航天科学院”也将在闵行三中正式成立。

本报讯 记者 王钰倩

能骑行发电的野外多功能自行车,电动折叠拉杆箱,自动化密集型树阵式轿车停车系统,能为植物生长补光的光纤引光系统……近日,由沪上中小學生发明制作的一系列节能环保创意产品在2062上海新能源主题公园集中展示。此次展示活动也正式拉开了上海市第十届青少年科技节的序幕。

据悉,本届青少年科技节由青少年创新论坛、青少年科技创新实践成果展以及《上海市第六届青少年创新峰会暨2013年上海市青少年科学研究院年会优秀创新成果集》三部分内容组成。活动覆盖了全市大中小学、中等职业学校,近千名在各类创新活动中获得优异成绩的青少年学生和上海市青少年科学研究院的优秀青少年代表,汇聚在一起,共同倡导创新精神、交流创新体验、展示创新成果。

本届青少年科技节的一大特色就是以基层活动为重点,立足普及,重在参与。各区县都充分利用各种教育资源,结合本区域和学校特点,组织同学们到社区进行科技传播、实践活动。部分高校也将面向学生开放自己的实验室和陈列室,并在全市广泛开展具有时代内涵,符合青少年特点的科技特色活动,打造科普活动的品牌项目。

## 中学生 戏剧展演举行

本报讯 记者 王钰倩

日前,上海中学生戏剧教育展演在上海话剧艺术中心戏剧沙龙成功举办。此次上演的中学生话剧剧目,分别是来自洋泾东校的《百万英镑》、储能中学的《最后一根常春藤叶》和《半截蜡烛》、君莲学校的《习字风波》以及市西中学的《如影随形》。话剧展演吸引了两百多名观众。

据悉,上海话剧艺术中心10多年来与上海市多个中学形成长期共建的合作关系,不仅帮助这些学校开展每周一次的戏剧教育兴趣课程教学,把优秀剧目送入校园巡演,还每学期邀请中学生参观剧场、欣赏演出,为沪上中学生打造戏剧平台,让更多的中学生有机会以戏剧的方式表达自己、展示自我。