



我要毕业啦!
I'm Graduating!



封面故事

关于学生乐队的一切

School of Rock





更多职位和详细信息
尽在二维码中！



这是一则 招聘广告！



- ★ 客户主任（北京）
- ★ 菁kids（北京）主编
- ★ 菁kids（天津）编辑
- ★ 菁kids（上海）主编
- ★ 菁kids（上海）编辑

我们不相信等级制度，我们鼓励每个人都参与并贡献自己的力量。

我们开放每一个职位机会，自主创新是我们工作的重点。

国际化的工作氛围，优越的带薪年假，丰富的市场活动，静候您的到来！

简历收取邮箱：employment@truerun.com



[口袋太小，装不下？]



[一键扫码，随时随地]



菁kids《2017-2018上海择校指南》
一个指南，三个版本
网站、微信、杂志

目录 CONTENTS

2017年6月刊

07 卷首语

Editor's Note

16



社区报道

08 活动备忘录

Events

52 简报

The Circuit

58

60

分类信息
Directory

杂志免费取阅点
Distribution



14

音乐、伙伴、品格、青春： 关于学生乐队的一切

School of Rock: What Students Learn from Playing in a Band

16 Ruby Rhythms乐队成员说
Band Members Speak Out

教育

教育者圆桌论坛
Educator's Roundtable

20 “我想让孩子们明白，比音乐更

重要的那些东西”

“Some Things Are More Important than Music”

23 西蒙老师：做孩子们的音乐领路人

Be the Guide for Kids Learning Music

27



校园投稿

School Contribution

36 我要毕业啦！

I'm Graduating!

校园之星

School Stars

41 来自上海民办包玉刚实验学校的校园之星

School Stars from YK PAO School

未来艺术家

Blank Canvas

44 来自上海市进才中学国际部学生的艺术作品

Artworks from Students at Shanghai Jincai High School International Division

为人父母

父母社区

Parents Corner

04 学琴路上远游客

The Long Journey to Learning an Instrument

05 两代人的“间隔年”

Gap Years as Seen by Two Different Generations

32



12 我什么时候成了一位威严的父亲

When Did I Become a Strict Father

51 学会做个好父亲

Learning to be a Good Father

59 两个儿子的“间隔年”

The Gap Year Dreams of My Sons

63 不发言的学生

Thinking on Your Feet

64 瞧，那个少年吉他手

The Young Guitarist

36



家庭推荐

Family Favorites

40 我的家在上海

The Pillette Family Introduces Their Favorite Spots in Shanghai

话题

25 让孩子浸润在音乐里

Let Kids Immerse Themselves in Music

27 一位中产家庭妈妈的价值教育

Can't Buy Me Love: the Values Education of a Middle Class Mom

29 暮春时节学观鸟

Birdwatching in Late Spring

32 坠入美国国家公园的天罗地网

Falling in Love with America's National Parks

美食娱乐

练厨艺

Food for Thought

42 法俄结合：别具一格的沙拉和鸡腿佳肴

The Franco-Russian Connection: The Rakhletsova-Dam Family Shares Their Unique Salad and Chicken Dishes

42



看世界

Family Travel

46 露营，紧贴大地感受西半球

Camping in the US: Feeling the Ground on the Other Side of the Globe



本期封面模特：

本期封面拍摄由上海浦东新区民办协和双语学校 (SUIS Pudong) 学生乐队Ruby Rhythms六名成员共同参与完成。乐队指导老师Jonathon Gilkes、由晓航，市场和招生主管Vicky Song全程协助拍摄，在此表示感谢！

摄影：Echo Chen，时光艺术首席摄影师



学琴路上远游客

The Long Journey to Learning an Instrument



道道专栏

做过6年记者，后改做企宣，工作教子两手抓。小儿云舒刚上小学，不爱卡通爱国学，妈妈也在伴读的道路上温故知新，更觉任重道远。

四岁的云舒被领到老师面前，看一看、摸一摸那把小提琴，听了段老师的现场演奏后，告诉我他想要学。

五年倏忽过去，琴随着人从1/8身长到1/4再到1/2，琴声从呕哑嘲哳到堪能入耳，他既没上过高台领过大奖，也没遇上过伯乐收为亲传弟子。在学琴这条路上，我们是一对漫无目的的远游客，从不在意这条路通向何方，行走的意义只在行走本身。

头两年最是艰难。琴童的所有痛苦记忆也多半集中在这段时间。小提琴入门难，识谱、持琴、手型、音准、节奏须一一兼顾，考验的是眼耳身手意的协调配合，稍一出错就荒腔走板，连调门都找不着。四岁的孩子，眼耳身手又常常各自为阵，练琴的过程像是在训练一群散兵游勇走正步，一声“齐步走”，不是左脚绊倒了右脚，就是走成了同手同脚。

刚学运弓那会儿，只见他左手持琴严阵以待，“预备——起！”嘎儿一弓拉上去了。“不对哦宝贝，你看谱子上标的是下弓（琴弓从上往下拉），我们再来一遍，预备——起！”嘎儿，上去了。“不对不对，好好听妈妈讲，这里用下弓不是上弓，从上往下拉，明白吗？预备——起！”嘎儿，上去了。“你怎么回事？上下分得清吗？”我连比带划：“这样叫上弓，这样叫下弓！脑子清楚点，再错我打了！”他淡定地凝视着我点点头，一脸开悟了的表情，然后手起弓到——嘎儿，又-上-去-了。一瞬间，谱架倒了琴谱掉了娃儿哭了琴躺地上剩三根弦了。不要问我干了什么，我-是-亲-妈。

那时连我自己都讨厌自己，平时挺正常一人，一遇上陪娃练琴这件事立马精分。母爱的小舢舨天天遇上暴风雨——一个附点怎么都拉不对，翻了；一个音怎么都拉不准，炸了；一弓怎么都走不到位，沉了。天天都是船毁人亡。

那段时间，每天一吃过晚饭亲爸立马出门散步，外婆立马关房门开电视，剩我们俩在客厅里搞爆破。时至今日，一提起学琴之初，云舒仍不住叨叨，“还记得你拿牙签戳我的手指吗？你的样子好可怕！”“额……啊……这个问题嘛……今儿的天气不错哈……”

如果说这些苦头好比初次下河的人呛了几口水的话，我俩终究还是幸运地找到了各自泅渡的法门。于他而言，音乐大概确乎生命中应有之意，不论是遭遇翻船还是大刑加身，连哭带嚎之后面对想不想学的终极拷问，小人儿始终银牙紧咬视死如归——学。

而我，也在一次次的身心俱疲后慢慢意识到症结所在。学琴这件事，你可以找出无数高大上的理由——开发左右脑、培养一技之长、凭特长进名校、修炼气质便手撩妹……可这些都非我所想，更非他所愿。仅仅是因为想学而学了，愿意坚持而坚持了一路，这里没有升学率也没有排行榜，不思扬名于一方不求闻达于诸侯，那又何必念念求好求全？没有错的就找不到对的，没有差的就拉不出好的，何不陪他试错，何妨静待花开？

人这一世，越是是对什么执着得深，你就越是被什么限制。但凡物事，你越是增添爱欲，它便越是成为你的救命稻草，可是稻草多了，造化多了，最终都会压垮自己。

这一场无主题奏鸣，在狂轰滥炸的前奏之后，慢慢走向静水深流的主旋律。

苦熬近两年后，我的识谱速度渐渐赶不上云舒，便索性退居二线。奴隶骤然失去脚镣，很快连手铐都自行卸去——上课也不让旁听了。练琴时，我也不再耳提面命，只是在干家务的间歇偶尔蜻蜓点水：高音没拉准……弓再走实些……长音要拉全……后妈变回亲妈，小朋友立马改邪归正。

更大的转机出现在小学三年级。随着功课日益加深，音乐反倒成为繁重日常之外的某种突围，“又要练琴啦”变成“又可以练琴喽”。每每看他运弓如飞的同时作闭目陶然状，便觉得这一路走过的艰辛全都值得。而我也终于鞭收箇里马放南山，彻底告别悲催的陪练生涯。

手艺见长之后，云舒从琴行转去艺校。在这里，他是为数极少的只上一对一课程没进乐队没学乐理的学生。他还仅仅是喜欢，没想过此生就要走这条路。而我亦认为，吃不吃艺术饭这件事，基本上应该像宗教信仰和性取向一样只能听自己的，亲妈也不行。

生在腾飞时代的世界第二大经济体，哪里谋不得一份衣食？越是真爱的东西越要远离名缰利锁，更不要掺和进稻梁之谋。人世已然太闹腾，留一条路独自走走，留一分清净独自享受，人生才有进退的余裕。也才不枉我们稀里糊涂飞叉扬戟地走了这一程。

两代人的“间隔年”

Gap Years as Seen by Two Different Generations



陶太专栏

自由撰稿人，毕业于复旦大学，曾为FT中文网、《经济观察报》等撰文。

Gap year如今真是大火了，如果谁胆敢反对，几乎立刻就会被扣上out的帽子，立马被踢入旧社会群。

Gap year的中文小名叫“间隔年”，其实说白了就是休学，只不过这不是简单的小芳变安迪，小强变庄尼，而是随着中国GDP的牛X冲天，逐渐撑大了的社会肚量。

它间隔的，不仅仅是时间，还是两代人。

有时，真的发自肺腑羡慕这些可以选择“间隔年”的孩子，他们活得那么率性和自然，可以为了自己的理想爱好，为了丰富人生的旅程，丝毫不吝惜时间成本。

以前，这叫任性；现在，这叫个性。

而我们这代人，是根本玩不起“间隔年”的。当时如果听说有人休学，要么恨铁不成钢，要么沉痛惋惜，觉得是天妒英才。不用说，肯定是有病了，不是身体有病，就是精神有病。如果不是“病人”，谁会舍得大学生的光环，特别是家里还眼巴巴指望着他挣钱？

早年贫富没有那么悬殊，因为几乎所有人都穷。孩子早点毕业工作，就意味着娃不用分口粮，没准还能给家里交公粮，家庭经济立即就能翻身，对于农家贫寒子弟更是如此。

那时休学真的都是被动的无奈之举，晚毕业一年，就少一年工龄，提拔都靠后。此外，职称、房子还统统都跟入职时间挂钩。分肉分房的紧要关头，一刀切下来，哭都来不及。无论家庭背景如何，每个人耳熟能详的说法是“一步赶不上、步步赶不上。”

彼时大学里最令人羡慕的不是间隔年，而是提前毕业，而且只有又红又专的学生才能享受这样的待遇，是对优等生的奖励。

当年师姐就提前一年大学毕业，风头无人能及。羡慕了她这么些年，如今我才突然意识到，师姐也许数学不好。在大学晃荡的青春时光多么珍贵，幸好我不够资格，否则让有限的美好人生短一截，让无限的辛苦劳作长一截，用金钱换粪土，一定肠子都要悔青了。

其实，当年真的把间隔年交在我们这代人手里，绝大部分人都不知道该怎么花？完全没有这个想象力。大伙的人生蓝图都很单一，在收听外国广播都能被同班同学揭发的年代，还想着革命工作一辈子，恨不得赶快找个单位把牢底坐穿。休学一年，简直是奇耻大辱，除了一遍遍深刻反省，忍受亲朋好友同情的目光，间隔年就是挫折年的代名词。毫不客气地说，毕业了还不工作，那叫待业青年，不是社会精英，而是帮扶对象。

贫穷没有选择权，在整个社会都等米下锅的年代，没有人有资格做浪子。

因此，当我们这代人，能够对自己的孩子选择间隔年，大声说支持的时候，那几乎需要挫骨扬灰的勇气，把自己一辈子的三观全部颠覆掉。

我身边但凡能够“纵容”孩子选择间隔年的朋友，都是真正的勇者，很早就对人生的意义大彻大悟，自己活明白了，所以孩子也活明白了，更愿意去体验世界一丁点美好，并且愿意努力付出、尽情闯荡。比如，有人旅游，有人去NGO，有人支教，有人创业，从小习惯了做是非题和选择题的中国孩子，终于不用再做标准答案的囚徒，令父母们百感交集。

当然，父母心态的进步，与国人荷包的进步密不可分。从因病而被动休学，到因事、因生活方式而主动休学，说到底，也还是中国社会财富积累到一定程度的结果。

比如，间隔年就是中国经济发展孵出的蛋，饱暖才能思“间隔”。选择间隔年的孩子，绝大部分都家境优渥，不着急上班，更不用挑起养家重担。

可喜的是配套政策也在与时俱进，大学已经有明确规定，允许大学生休学创业。诸如宝洁这样著名的大公司，也特地为中国新人设置了间隔年项目，允许他们在拿到宝洁的offer后，还能够享受半年甚至一年的自由时光，勇敢追梦。大部分人会在间隔年结束后，回到公司上班。

社会宽容了，所以父母也宽容了。这是环环相扣的结果。

只是，间隔年的效果还是因人而异。求职时，有人会因此而加分，有人甚至会减分。如果碰到我们这个年龄的主考官，绝大部分人还是不赞成“啃老式”的间隔年。

而无论怎么间隔，以什么方式间隔，最终还是要重新回归到庸常的人生路。如果选择间隔年的孩子从此不愿再回到学校，不愿再找一份普通的工作，承担基本的责任，爱他们的人都会担惊受怕。

所以，倡导下一代选择间隔年，更要鼓励娃们放得开还收得回，因为人活着，并不只是为了自己追梦那么简单。而人生最奢侈最容易挥霍的，从来不是金钱，而是时间。倘若不踏实前行，还是会“一步赶不上，步步赶不上”，什么时代的人都一样。



A Publication of

True Run Media

Helping the international community get the most out of life in Beijing

True Run Media 出版制作

Advertising Agency

Beijing Agenda Advertising Co., Ltd

广告代理

北京爱见达广告有限公司

Tel/电话: 010-5779 8877

Advertising Hotline/广告热线: 010-5941 0368/69/82/84/85/79

CEO & Founder 创始人及首席执行官
Owner & Co-Founder 联合创始人

魏思得 Michael Wester
马春蕾 Toni Ma

Publisher 出版人

马春蕾 Toni Ma

Shanghai Edition 上海版

Executive Managing Editor 执行主编
Digital Editor 数字媒体编辑

胡苏敏 Sumin Hu
高晴 Cherry Gao
冯玲玲 Lingling Feng

Branding & Content Marketing Editor 品牌和营销内容编辑

Beijing Edition 北京版

Executive Managing Editor 执行主编
Digital Managing Editor 数字媒体运营主编
School & Community Editor 学校和社区编辑
Mom Reporter 妈妈记者

曹新星 Christina Cao
齐琰 Emma Qi
赵晨 Katherine Zhao
季婷 Tina Ji

Contributors 撰稿人

道道、陶太、村头树、Raina、戴如月、Rebecca Kanthor、晚枝尔、芮娅、李川红、程剑飞、吴竞波、李梓新、吴琪

Art Director 艺术总监
Production Manager 制作部经理
Advertising Designer 广告设计

罗肃 Susu Luo
郭挺 Joey Guo
贾静 Yuki Jia

Sales 销售部

胡晓娜 Sheena Hu, 吴瑾 Veronica Wu,
刘潜 Winter Liu, 李希雅 Olesya Sedyshova,
杜利利 Serena Du, 白文轩 Wilson Barrie,
唐奥 Gladys Tang, 胡敏慧 Renee Hu,
江小小 Xiaoxiao Jiang (上海)

Marketing & Distribution 市场发行部

杨莎莎 Lareina Yang, 牟钰 Mu,
尚雁宇 Sharon Shang, 刘可欣 Helen Liu,
余婷婷 Tingting Yu (上海)

IT 技术支持
Finance 财务部
HR & Admin 人事部

严文 Yan Wen, 艾尔威 Arvi Lefvere
赵蕊 Judy Zhao, 崔璇 Vicky Cui
罗永宝 Tobal Loyola, 赵明明 Minna Zhao

Editorial 编辑部
Advertising 广告部
Marketing 市场部
Distribution 发行部
Content Marketing 内容推广
Website 官方网站

bianjibu@jingkids.com
021-6131 6691, bd@jingkids.com
marketing@truerun.com
021-6131 6691, faxing@jingkids.com
DCmarketing@truerun.com
www.jingkids.com

出版发行:

云南出版集团
云南科技出版社有限责任公司

云南省昆明市环城西路609号,
云南新闻出版大楼2306室

地址:

欧阳鹏, 张磊

978-7-900747-94-5



9 787900 747945 >

True Run Media

Helping the international community get the most out of life in Beijing

旗下出版物



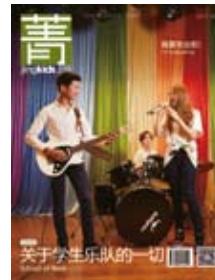
Since 2001 | 2001年创刊
thebeijinger.com



Since 2006 | 2006年创刊
Beijing-kids.com



Since 2012 | 2012年创刊
Jingkids.com



Since 2014 | 2014年创刊
Jingkids.com

北京

上海



扫描上面二维码，
关注微信公众号：
菁kids, **菁kids上海**;
新浪官方微博@菁kids杂志

乐队也是小社会

Band as a Small Society



拍摄这期封面的下午，我也和乐队的学生一起，泡在他们平时排练的礼堂里。为了捕捉照片的现场感，他们边演奏，摄影师边抓拍。有时为了调整pose要喊停，我不得不手舞足蹈地比“停”的手势，除非我的喉咙能盖过电吉他。大部分时候，身体也会随着他们的演奏节奏拍而摆动，到现在还有“余音绕梁”之感。大大过了一把青春的瘾。

初高中的年纪，这些孩子走在一起就有说不完的玩笑话。男孩子们可能是第一次化妆（为了遮盖脸上充满青春活力的痘子和油光），彼此调侃着。忘记带白T恤的，贝斯没绑带的，电吉他没带电线的……小状况不断，好在一一化解。

两个小时的拍摄，我观察着每个成员的个性：有人对摄影师的动作很快心领神会，会帮忙协调队员的站位；有人主动多带了几件白T恤供队员选择；有人特别爱漂亮，提前准备了好几个耍帅的姿势；还有人寡言少语，但鬼马精灵会捣蛋。当一二三开始演奏，他们就收起“孩子”的样子，专注到音乐中来。和谐的旋律和歌声，代表的是无数次的排练和磨合。

一时间，我有点出神，想到了家里七个月大的女儿。告别了小月龄时代，随着记忆力增强，她的性格也逐渐显出端倪。她近来认生得很厉害，陌生人如果向她伸出手，会立马瘪嘴并伴以“嗯哼哼”的抗议声。出门在外，总是不如在家放松愉快，全程眉头轻锁，一副高冷的模样。最专注的时刻，就是坐在爬行垫上摸索她的六面体玩具，可以专注地玩耍，直至需要你的时候，她自然会回头拍拍你的大腿。

在成为真正的社会人以前，我已经忍不住替她憧憬与挂心：她会交到怎样的好朋友、小闺蜜？在友谊中会因何受伤？她的自愈能力如何？得了，更近一些的问题无非是：去游乐场能和小朋友玩在一起吗？被打了会有什么反应？事实是，她昨天刚在野餐垫上“袭击”了拿她玩具的小弟弟。

乐队也是小社会，孩子们一起游戏、一起成长。当你往后翻到他们的文字，会更加明白一首流畅演奏曲目的来之不易。没有大人世界的利益共同体，也没有成人过多地介入指导，孩子们出于对音乐的喜爱而聚首，他们需要克服许多障碍，才到达这里。从曲目的选择，乐器的分配，主唱和伴奏的配合，没有一样不需要沟通和练习。

我也回溯过往，想到自己。虽然没什么艺术方面的才艺，因为字写得端

正，学生时代和同学们一起出了好多年的黑板报。印象中总是在放学后，一干人等呆在教室的最后排与粉笔灰、垫脚的桌椅为伍，一开头总是各种插科打诨和一事无成，眼看着天色将晚，才急吼吼地往黑板上涂抹开来。

当年的自己与这些乐队成员的最大不同在于，他们的选择完全出于自己的兴趣。再加上老师的引导和助攻，已然是一个半专业的小团队。而我总是“任务观点”，带着做苦力的心情去写字画画；更可惜的是，小伙伴们无不如是，所以实在没留下什么珍贵的回忆。

学校教育、家庭教育为每个孩子所营造的场域各不相同。以有限的经验，我想，一个幸运的孩子，就是幼年在大人十足的关爱和保护下习得安全感，少年时又被赋予独立探索的自由，同时不缺乏适时的指导，成年后他方能在心智上真正成熟，懂得进退与取舍。

乐队指导老师一句话很打动我：“不要为了金钱和名声等肤浅的原因去玩音乐，而是为了享受此时此刻，并且在将来能有美好的回忆。”我也很喜欢乐队的这些学生，他们张扬、礼貌、俏皮、认真，重点是，他们的演出真的很棒啊！

胡苏敏

胡苏敏
《青kids》上海版 执行主编



活动备忘录 EVENTS

您有适合亲子参与的精彩活动想发布
在《菁kids》上海版的活动备忘录上吗?
赶快联系我们吧!
电邮: editorjksh@126.com
微信: 菁kids上海



上海英国学校浦东校区欢 乐夏日节

上海英国学校浦东校区 (NAIS Pudong) 将于6月10日 (星期六) 举行今年的欢乐夏日节 ! 此次活动是NAIS浦东的一年中的重要活动之一。活动时间从上午11点至下午3点, 包含的项目有: 工艺美术, 美味的食物, 中心舞台的表演和攀岩墙等等。

时间: 6月10日

地点: 浦东新区军民公路2888号

费用: 学生票100元 (家长免费)

电话: 021-5812 7455

上海英国学校浦西校区游 园会

上海英国学校浦西校区将举办主题为Flower Power的游园会。除了经典的英式下午茶、美食及夏季特饮, 学校还安排了一系列的主题活动, 包括传统英式游戏、现场音乐表演以及慈善抽奖活动等, 活动现场还将评选出最佳着装奖并予以奖励。

时间: 6月10日

地点: 闵行区华漕镇金光路111号

费用: 大人30元, 儿童20元

网址: <https://yoopay.cn/event/GardenParty10062017>

菲索幼儿园夏令营活动

孩子们一般会对世界万物充满了好奇, 大至丰富的自然, 小至家里的厨房, 都布满了他们好奇的脚步。这个暑假, 菲索幼儿园为18个月到6岁的孩子准备了8周不同主题的夏令营, 包括情迷艺术、户外冒险、恋恋大自然、烹饪乐翻天等主题。

时间: 7月23日-8月25日

地点: 浦东新区云山路1988号

费用: 4,000元/周

电话: 021-5588 8396

上海话剧艺术中心招 募“小小戏剧家”

上海话剧艺术中心将变身成为“安福鹿·小小戏剧村”, 众多明星村长将带领小朋友体验台前幕后的演出工作, 活动主要有“小小戏剧工作者”、“小小戏剧创造者”、“小小戏剧表演家”三大版块, 还有讲座、论坛等延伸活动。

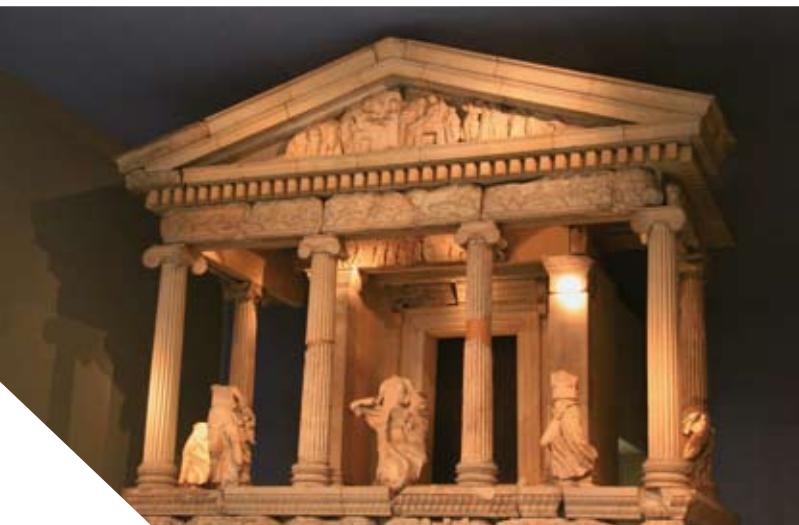
招募对象: 4岁以上

时间: 5月28日-6月17日

地点: 徐汇区安福路288号上海话剧艺术中心

费用: 0-288元

电话: 021-5465 6200



莎士比亚经典喜剧《驯悍记》

《驯悍记》是莎士比亚最著名的喜剧，讲述的是爱的另一面——两性之间无尽的战争。该剧将故事背景设定在1930年代的上海，那里存在着的东西方文化矛盾，就像剧中所讲述的男女之间的战争一样，有犯罪和秩序、穷人和富人、嬉笑和眼泪、生存和死亡。

时间：6月21日-7月2日

地点：徐汇区安福路288号上海话剧艺术中心

费用：150-380元

电话：400 133 8888

大英博物馆100件藏品展

展览将总共展出大英馆藏的100件/组珍品，整个展览如同一册微缩的人类历史，展示不同历史时期的人类行为与思维。展览中每一件展品背后都有一个故事，而最后第101件展品将由每个展地挑选一件能够代表现今世界且具有当地特色的展品。

时间：6月29日-10月8日

地点：黄浦区人民大道201号上海博物馆

费用：免费

电话：021-6372 3500



上海市燎原双语学校

SHANGHAI LIAOYUAN BILINGUAL SCHOOL

全球视野 Global Perspectives 国学传承 Chinese Wisdom 科学精神 Scientific Spirit 人文素养 Humanistic Literacy



聚焦全人教育，引领终身发展

上海市燎原双语学校以“全球视野、国学传承、科学精神、人文素养”为育人目标，坚持国际教育和传统教育的融合、多元智能和个性发展的结合、国家课程和校本课程的整合，将学生培养成既有深厚底蕴的中国情结，又能昂首挺胸走向世界的优秀学子。



学校官网：www.liaoyuanedu.org

学校邮箱：service@liaoyuanedu.org

校办电话：021-54803754

招办电话：021-64805828/021-64808043

021-34225774（英文部）

学校地址：上海市闵行区平阳路150号

邮 编：201102



活动备忘录 EVENTS



大型儿童舞台剧大耳朵图图之《细菌王国历险记》

温情家庭喜剧教育片《大耳朵图图》系列动画片自2001年创作至今，已经完成五个系列共130集。而这一次的图图舞台剧与其他剧目相比，更加注重儿童的参与性。作为一个成熟的动画人物，图图将和孩子们一起去发现生活中的数学。

时间：7月1日

地点：兰心大戏院

费用：60-180元

电话：400 609 5509

豆荚宝宝儿童音乐会《奇幻旅程》

本次音乐会将伴随着一声火车汽笛音拉开帷幕，豆荚宝宝们将带领家长与3岁以上的孩子们一同踏入音乐世界，整场节目由豆荚宝宝dodo、rere、mimi担当向导，以打击乐为媒介，透过趣味故事、缤纷生活元素来串连呈现每件作品的精妙与热情。

时间：6月24日-25日

地点：浦东新区丁香路425号上海东方艺术中心

费用：120-480元

电话：400 680 9888

地球与自然系列视听交响音乐会《生命的脉动》

音乐会现场将同步播放超大屏幕的高清视频，用来展现千奇百怪、色彩缤纷的大千自然。大海中雄性虾、蟹有着雌性不能媲美的大螯；雄性孔雀具有如屏风般华贵的尾羽，雄性鸳鸯身着五彩斑斓的羽毛……各种版本的爱情神话，也将在交响乐团现场演奏中呈现。

时间：6月24日

地点：浦东新区丁香路425号东方艺术中心

费用：160-360元

电话：400 680 9888

“猫和老鼠的莫扎特”世界经典钢琴名曲亲子视听音乐会

本场演出过程中，大屏幕将同步播放《猫和老鼠》的动画片：顽皮的老鼠、气急败坏的汤姆猫、熟悉的追逐画面，再配上熟悉而经典的音乐。据统计，《猫和老鼠》这部动画片是使用古典音乐最多的动画片，通过动画的形式，让抽象的古典音乐变得具体形象。

时间：6月2日-8月19日

地点：黄浦区延安东路523号森海塞尔上海音乐厅

费用：80-360元

电话：400 680 9888



舞台剧《宝石星球历险记》

该剧以英语交流互动的舞台剧形式，依靠绚丽的环境式舞台布景、结合先进的4D特效感官体验，让孩子在观看舞台剧的同时也能饶有趣味地学习英语。故事讲述的是麦小鹿、米来和小伙伴为了帮助多多救回妈妈，乘坐飞船来到了魔法星球开始了一场冒险之旅。

时间：6月9日-11日
地点：黄浦区延安东路433号ET聚场上海共舞台
费用：80-380元
电话：400 680 9888

儿童剧《猫》

百老汇音乐剧《猫》是由剧作者韦伯根据艾略特为儿童写的诗改编的，这次的儿童剧也得到了百老汇成员的支持，适合4岁以上的小朋友观看。故事讲述的是一群被遗弃的流浪猫，各自有着不同的身世和故事，徘徊在对人类的依赖和不信任之间，盼望人类能够善待它们。

时间：6月25日
地点：泰晤士小镇626号城市规划馆
费用：150元
电话：400 680 9888



Baby Class to K2 (18 Months - 6 Years Old)



New Yulin Campus : 021-6449 0166
Jinkui Campus : 13651928414



Dongfang Campus : 021-5875 1212
Hongqiao Campus : 021-5458 0508
Longyang Campus : 021-5039 8797
Yaohua Campus : 021-5880 3988
Jintaiyang Campus : 021-5070 4300
OCT Campus : 021-3359 2301
Tiandi Campus : 021-5875 9020
Sentosa Campus : 021-5417-9425
Shidai Campus : 021-6590-6081
Xinlicheng Campus : 021-5063-3492
Hongkou Campus : 021-6567-8699

AdvancED www.fkis.com.cn

NOW Jinkui and Yulin International Stream
2017-2018 Admissions Now Open



我什么时候成了一位威严的父亲

When Did I Become a Strict Father



村头树

自由撰稿人，毕业于复旦大学，曾为FT中文网、《经济观察报》等撰文。



大概是前天晚上吧，陈乐水发了三条微信给我：

hey

模拟人生在哪玩啊

被黑恶势力吓哭（一个表情，上面的文字如是）

我当时大概是在忙别的事情，没有看到，过了一会，她老妈来电，我以为是问我什么时候下班回家呢，我刚要说还早还早，老婆说，你等下陈乐水要跟你说。

她一说才知道，她是想问我，游戏在电脑的哪个盘里。

前些天，她说想要玩个游戏，让我给她下载，我下载后忘记告诉她把游戏存在了哪个目录下，所以她来电问我。

我电话里告诉了她游戏的具体位置后，刚想再和她贫几句，没等我说完，那边哦了一句，电话就挂了。

现如今，陈乐水和我打电话就是这样——哦，对了，和她老妈也差不多如此——从不闲扯，干净利落几句话后，不容分说就给你挂掉，你根本没机会和她在电话里探讨一下人生啊柳絮杨花啊之类的事情。

这其实也没有什么，我倒是很喜欢这样风格的小女生，我以为顶多是她和她老爸装酷而已嘛。

但后来老婆告诉我说，她之所以让她老妈先给我打电话，是她觉得有点怕我，觉得我有些威严。

老婆这样一说，我倒是想起来了，之前也有过什么事情，陈乐水她要让我办，也是先通过她老妈转达，然后她再惴惴地来问我。

我问老婆你说我威严嘛，老婆说没有感觉你威严啊，我说，“我多么地平易近孩啊……”

要不是之前这几件事，我还蒙在鼓里呢。我什么时候成了一位威严的父亲？

不行，让我先理一理头绪。

看过我之前的《村头树育儿无术记》系列的人，应该都知道我们父女俩那可是整天嘻嘻哈哈你来我往不分

辈分的。

那时候，我叫她小屁孩，她叫我臭老爸。

她几岁时，我带着她在公园里撒欢地玩。上小学后，带着她去郊外穿越，和她一起骑着自行车在附近转悠，和她一起在游戏机上玩游戏，在电脑上魔兽的世界里徜徉，也带着她去哈尔滨的冰雪世界里玩大滑梯……

说到去哈尔滨，我写过一篇《老爸你慢点走》的育儿记，里面记述了去哈尔滨的经历。连续两年，她都要求元旦时我带她去哈尔滨玩，注意，只是我带着她。那时，她告诉她老妈说，就让老爸一个人带我去，老爸好玩，就我俩去。

不过，等她上了初一以后，她就再也没有类似的要求了。

有人说，孩子到了初一，就该开始青春期了，各种反叛各种中二，我经常被朋友们问到诸如你家陈乐水是不是开始反叛了，开始如何如何之类的问题，我的回答是没有啊，我没有觉得她有类似的问题啊。

说真的，我是真的没有觉得陈乐水如何叛逆中二，我之所以没觉得她如此，也可能是我心里压根就没觉得叛逆中二是个问题。

因为，我以为，孩子到了初一这个年龄后，父母要做的事情是：保持与孩子的距离，给她自己的空间，而不是仍旧和小学一样，步步紧跟。我们要做的是远观，而不是近爱。

所以，我和她老妈基本没有和陈乐水有过任何冲突，之所以没有冲突，也与我们在某些事情上的“无所谓”有关：

1、我们不在意陈乐水的学习成绩，中考要考什么样的高中是她自己的事情，她或努力或不努力，取决于她自己的追求。所以，放学回来后，她在自己的房间里做什么事情我们从不过问。在初一初二，她自认为成绩不理想的时候，我们反而会劝她不要那么紧张；在初三



之所以说到上面的话题，是因为《青kids》杂志约我写一篇有关父亲节的文章，从一个父亲的角度谈一谈感悟。说实在的，我对很多节日都无感，包括母亲节父亲节之类的节日。

虽然对父亲节没什么感觉，但我对“父亲”这两个字倒是一直保持着敬畏之心。

记得我说过，当我得知到我做了父亲时，我是有些蒙圈的，那个时候，我刚踏入社会没两年，自己感觉一切还懵懵懂懂呢，一不留神竟然开始为人父了，欣喜之余剩下的就是惴惴了。

所以，在2003年，我当时给自己的育儿记命名为“育儿无术记”，序言是这样写的：

最初的时候，俺是不想用这个“育”字的，因为一个“育”便意味着俺要有有着诲人不倦的精神头，要有着毫不为己专门利人的优良品质，最重要的是，俺要有个像其他已经成为别人老爹的老爹的样子。然而，直到今天，他老爹俺自己还没摸索出人生的什么哲理来，却要对她指指点点，岂不是要俺在她面前丢面子吗？再说了，指点的好了，那是她的造化，指点的不好，全成了她老爹俺的责任，这吃亏的买卖俺是万不能做的。

俺这个人向来是主张平等的，即便是和俺家的那个小丫头片子。一个“育”字拉开了俺与俺闺女的距离不是？再说了，俺跟她学的东西也有不

时，她想要提升自己数学成绩，我们给她报辅导班——是她在意，我们只是提供人道主义帮助。

2、也许正是基于上述的1，所以才有我们不在意是否能管控陈乐水的时间。周末，她和同学相约去游玩、聚餐，还是写作业，我们一概不限制，因为觉得那是她自己的时间，她有权自己处置。

可以说，日常生活我们都是和谐相处的，她做她自己的事，我们做我们自己的事，各不相干。不过，有一件事倒是几乎每天都有交集，那就是每天晚上的读书时间。

从幼儿园开始到现在，差不多十年了，几乎每天晚上，陈乐水都要听至少半个小时的老妈读书，边听边玩，书从最开始的绘本，到后来的林格伦的全部、《哈利·波特》，再到《杀死一只知更鸟》和《法律的历程》等等，总之，几乎每晚她老妈必读，她必听。

在她听书的时候，我偶尔会插科打诨几句，三口人嘻嘻哈哈一下，然后读书继续，然后各回各屋，各做各事。从来没有因为所谓青春期的叛逆而父女相杀或者母女相杀。

因为，我们想让她做她自己。

那天，和朋友聊天我也提到了这一点，家庭教育是孩子成长的关键因素之一，父母对孩子的影响深远。我就是怕陈乐水成了我，有太多我的影子，所以，我要和她保持一定的距离，给她自己的空间，让她成为她自己。

也许，这就是她觉得我变得威严的原因吧。

少，怎么到头来是我育的她呢？这岂不是像俺单位领导一样，自己什么活都没干，到头来功劳全是他自己的。（注：关于领导这句话，现如今看来是大错特错。）

然而，搜肠刮肚了一个下午，我也没想出一个更合适的词来，后来一想，为师的要有为师的尊严，做爹的也总得有点做爹的尊严吧，于是便不管三七二十一毫不犹豫的用了这个“育”字。

只是写完了标题才想起了那句老话：“成人不用管，管死不成人。”

鲁迅有一篇文章叫做《我们怎样做父亲》，我在没为人父的时候读过，在做了人父以后，又温习过多次。

这篇文章的内容我就不复述了，推荐没有读过的父母读一下，最好是多读几遍，每读一次，就会多一层理解。

这篇写于九十多年前的文章，我读完后的感慨就是：九十多年过去了，绝大多数人依然不懂得怎样做父亲。

包括我自己。

但我在努力，努力让自己学着做父亲，所以我才会记述了那么多自己的育儿历程，以后如果有机会把这些文章集解成书的话，我会把这本书的书名叫做：《她的理想，关我鸟事》。

音乐、伙伴、品格、青春： 关于学生乐队的一切

School of Rock: What Students Learn from Playing in a Band

文：苏敏 图：Echo Chen, Jonathan, Yoyo提供



提到学生乐队，你会想到什么？玩票、固执、青春期的荷尔蒙，还是伙伴关系、磨合、快乐，亦或是未来、梦想？

晓辉说，当她第一次看到一个中学生乐队的演奏，深深被他们的大方和专注吸引了。

本期封面故事，我们邀请到上海浦东新区民办协和双语学校 (SUIS Pudong) Ruby Rhythms乐队的成员，讲述属于他们这个团体的故事。



RUBY RHYTHMS

乐队成员说

Band Members Speak Out

图: Echo Chen、Jonathan、Yoyo提供

Jonathon Gilkes老师

Head of Mathematics Department

数学组组长, 英国人

刚成立Ruby Rhythms这个乐队时, 几位学生都还投入在自己其他的爱好中, 并不清楚身处一个乐队意味着什么。他们对乐队的了解, 只限于网上和电视上的视频。而我自己也从来没有管理过一个乐队, 所以开始的几周对我们来说都比较困难。

在几周的努力排练下, 大家开始学会了互相倾听, 并能够开始跟着节奏演奏。但是在排练时, 几位同学仍然会看上去很懊恼, 有时候甚至难以继续排练下去。我知道如果我在当时直接否定他们是不会给他们任何帮助的, 所以我一直鼓励他们继续尝试。

这段时间里, 乐队内有许许多多的争论, 有时我们还得停下来重新提醒自己参与这个乐队是为了什么目的。

乐队的第一个里程碑, 绝对当属第一次不放伴奏音乐完整演奏完一首歌曲的时刻。在那一刻, 他们意识到了自己真的是一个能演奏的乐队。从此以后, 他们的自信心开始生长, 排练过程也简单轻松很多。

慢慢地, 他们开始扩展演奏的曲目, 并且尝试改良自己的演奏风格。未来, 我希望他们能够继续享受在乐队里演奏, 并不断地寻找不同的机会展示自己的才能。我也希望他们能探索各种不同音乐风格、挑战自我。

孩子们: 你们应该多多学习别的有经验的乐队, 并且认识新的朋友, 让他们启发你。不要为了金钱和名声等肤浅的原因去玩音乐, 而是为了享受此时此刻, 并在将来能有美好的记忆。最后我想说, 能不解散就别解散, 但要注意各自艺术品位的区别, 因为很多矛盾都是因此而起。



不喜欢音乐玩什么乐队

中音主唱Eric JI季振诚, G7

我是乐队的一员，担任中音主唱的角色。

当初听说学校要组乐队了，我挺兴奋，不过并没有在第一时间说要参加。后来是因为Carter说：Eric你唱歌不错，来我们乐队玩玩吧。可惜的是，我来了，Carter却因为一些原因退出了。

当初加进来的时候，还记得排练的第一首歌是MJ的《BEAT IT》。当时声音还是很高的来着，最近倒是变低沉了。那个时候，6个人一人一把椅子，围成一圈，坐在一起，弹吉他的弹吉他，打鼓的打鼓，唱歌的唱歌。大家都是纯粹地爱音乐，至少我是，压根没想全校表演什么的。

其实很早我和音乐就有一段渊源了。幼儿园中班吧，听了第一首英文歌，好像是Justin Bieber的《BABY》。在那和音乐的第一次接触以后，我就开始音乐谈恋爱了。大班毕业时，在一大堆家长面前唱了首《I BELIEVE I CAN FLY》。

一进小学，我就被选进合唱团了，而且我还是唯一一个一年级的。然后我就在合唱团里呆了五年，除了第一年，每年一次的比赛都拿了第一名。

就这样，我慢慢爱上了音乐，不对，是越来越爱音乐。平常出门不戴个耳机我要难受死的。

大部分人应该都知道乐队在去年9月份的那场演唱会吧，在准备的过程中都也是历经坎坷。我们曾经因为选歌意见不合而使整个乐队陷入僵局。但是因为老师和团员们最终共同的协调和努力，还是克服了困难，结果表演很成功。我们乐队第一次表演就受到了这么高的欢迎程度，所有人都很开心。在困难后成功给我了一种“重生”的感觉，真正感到我们是一个乐队，不是胡乱唱歌，而是一群怀爱着热爱音乐的心，真真正正好好做乐队的一群中学生！



要是当初我没有那么早就和音乐打交道，我觉得我的生活会完全不一样，可能音乐对我来说并不重要，但现在我已经陷入音乐这家伙的陷阱了，怎么逃也逃不出去，那还不如越陷越深，说不定哪天闯出些名堂来。那个时候，我应该才会真正认可自己，真正意识到，我到底选对了没有。

我们的乐队

吉他手Tingting XU 徐楚之, IGCSE

我们乐队由两个吉他手，一个贝斯手，两个主唱，和一个鼓手组成。

由于我们整个乐队比较活泼，在排练的时候也不免会出现一些混乱的情况，比如过完一首歌之后我们的乐手就会开始“自嗨”，然后就停不下来了，因为很吵所以大家都听不到有人在试图维持秩序。经过一段时间后我们也改善了，基本上只要有一个人叫停大家都立马停下然后去听那个人说话。当然那个人一般都是我们乐队的主唱，因为她威慑力比较大。

有的时候我们也会在选歌上出现问题，比如歌手想唱某首歌，但是鼓手觉得太难了，或者纯粹有人觉得不好听。一开始我们也会有一些争吵，但是后来我们就遵守一个规则，我们跟随多数人的意见。就算鼓手觉得难，但是其他所有人都想做，那么这不幸的鼓手就只能去苦练了。

在日常生活中，我们也是很好的朋友，经常会一起出去玩。特别是贝斯手和另一位吉他手，我们也都在足球校队里，所以我们会有很多时间在一起训练，还有踢比赛。总之我们之间的感情很好，矛盾也都很快会被解决，我觉得我们乐队能继续一起玩下去。

我们的演出故事

主唱Susannah XIE谢贝贻, IGCSE

第一次演出当天,我留了很多汗。不仅仅是因为在户外表演,在大太阳的暴晒下。更是因为兴奋,紧张,和观众炙热的眼光。我们所有人都很害怕:害怕弹错调,唱错词,打错节拍。但是演出结束后,我们做到了。完完整整地,为在场所有人献上了三首曲目,富有了我们对乐队的感情,对演出的向往以及对音乐无瑕的热爱。

从乐队成立到第一次演出之间,乐队经历了种种挫折。但是在演出的那一天,在老师们同学们和家长们的期待下,我们还是站在了那个舞台上。在选曲过程中,队友们有过各式各样的纠纷,五花八门的意见。有的喜欢激情澎湃的,有的喜欢抒情柔和的。通过一系列的争执和妥协,最后乐队成员们选出了三首所有人都满意的歌曲。

训练时,音乐教室里的氛围总是欢快愉悦。有时大家开心过头了,可以仰头大笑,笑个没完没了。排练时,大家的“好伙伴”从来没有离过各自的手。吉他手试音调音拨弄琴弦,贝斯手低着头与自己的贝斯做着眼神交流,鼓手心疼着刚刚不小心太用力击打的军鼓以及我寻找着能更好和我的麦克风配合的方式。从来没有人觉得我们吵,甚至有几次,还会有老师来串门,跟着我们又唱又跳,仿佛回到了我们这个年纪,跟着我们一起感受音乐。

经历过种种,在那次演出后我们得到了观众的赞赏和大家的认同。



我如何平衡乐队与学业

吉他手William DAI戴文豪, G8

关于如何平衡乐队与学业这一问题,我觉得我处理得还是不错的。

首先,因为我们乐队排练时间是每周五放学后,而周末有很多时间可以完成作业,所以我排练时并没有很多作业的压力。

关于学业,我妈妈确实为我操了很多心,并且付出了许多。她会让我做一个表格,把一周要参加的所有活动都填进表格,然后除去这些活动时间,接下来剩余的时间里面就要规划什么时候写作业、什么时候看电视玩游戏等。最后,我会把一周所有的作业拿去给一个学习机构里的全科老师全部复习一遍,问些问题,把没有做好的作业做好,再加一些科目的预习。所以你看,我的学业并没有受到很大的影响。

因为我非常喜欢吉他,喜欢练琴,所以我会给自己每天都安排一个合适的练琴时间,再安排作业和复习预习的时间。每周做的计划表也都会贴在墙上,时刻提醒自己,然后严格按照计划表格执行各项任务。迄今为止,我觉得我做得还不错,我的学业和音乐没有什么冲突。



我与贝斯的缘

贝斯手Joe ZHU朱锦祥, IGCSE

我十分热爱音乐,会玩好多种乐器,但每一样都算不上炉火纯青。

当初我在乐队里扮演的是吉他手这个角色,但当时连我在内已有三位吉他手了,于是我便有了玩贝斯的想法。

可惜梦与现实还是有一定的差距,我没有一把属于自己的贝斯。每天回到家后,我百般向我父母请求帮我买个贝斯,他们知道我音乐天赋比较好,但是我不理想的成绩却成为了绊脚石。

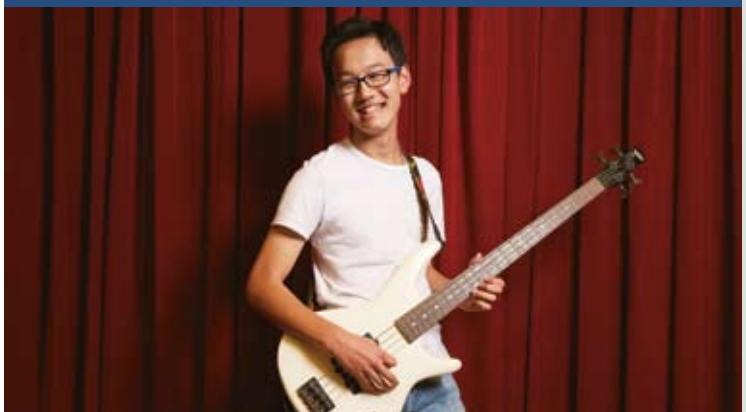
终于有一天,我的家教发现我对贝斯有强烈的兴趣,他直接送了我一把贝斯。也就是从那时起,我就是乐队当中的贝斯手了。

虽说贝斯容易上手,但是它那极宽的品格让我的手指在琴弦上滑动得极其僵硬,同时也因为贝斯弦的不同厚度,有些音很难按出来。

时间飞逝,通过不断的练习,我渐渐把贝斯练好了,节奏抓得比以前稳,也能确保每个音都能清晰地弹出来。

虽然我还不会贝斯里的slap,但我敢肯定我对音乐的执着不会有一丝的改变。

对于音乐的热爱是推进你玩好一个乐器的动力,也是你把一个乐器玩下去的理由。这种坚定的信念将成为你心中一堵无法攻破的城墙。与此同时,我也坚信,任何对音乐抱有激情并持上进态度的人都应该被铭记,正因为他们的这种精神,将传给世世代代,使得音乐永葆繁荣。





我与鼓的渊源

鼓手Loic Gilkes, G6

我学鼓已经两年半了。之所以会选择学打鼓，一方面因为我觉得对我将来音乐方面的发展很有益；另一方面，鼓这件乐器也很符合我的性格特点，我很喜欢它爆裂的声音，觉得特别帅。

第一次学鼓是在苏州，跟一个菲律宾老师学习。我们不仅是师生，也是很好的朋友。他教会了我很多东西，比如架子鼓不同部分的功能是什么，如何握住鼓槌以及基本的演奏技巧。我的老师非常棒，所以我对打鼓一直都有很强烈的兴趣。

来上海后，我和一个中国老师学习。他教了我一些中国的流行歌曲，我

非常喜欢。在加入学校乐队之前，我曾经在另一个乐队中公开演出过。后来我就加入了学校乐队。我们有过很多次演出机会，比如学校圣诞节音乐会以及义卖演出。我非常喜欢在台上受人瞩目的感觉，所以我希望我们乐队今后可以有更多的演出机会。

作为乐队中唯一一位外籍成员，而且是年龄最小的成员，说实话，一开始我是有些害怕与其他成员相处的。在排练期间，我们也因为选曲等原因起过冲突。但是摩擦之后的重新开始，让我更加珍惜彼此在一起排练的机会。从这些高年级成员的身上，我也学到了不少与人的相处之道。

由晓航Yoyo

中学音乐教师，乐队负责老师

虽然顶着“乐队负责老师”的名头，但其实这群“摇滚明星”们并没有让我费多少心。

从选歌到排练，都是他们一力承担。乐队成员们对音乐的理解和演绎有自己的想法，我觉得这样很好，因为音乐本来就没有一个所谓正确的模式。在他们的技巧可以达到的范围内，可以任由他们把脑中自己想象的音乐的样子演绎出来，这对他们来说是非常酷的事情。所以即使在专业方面，我也几乎不会干涉他们。只有在他们权利范围内搞不定的事，如场地预订、比赛报名、乐器购买等方面，才轮到我出手相助。这也是我觉得我们乐队最帅的一点：完全由学生主导。

我们乐队的成员们都是热情、真性情的孩子，在这浮躁的社会下，这种品质是我非常欣赏和羡慕的。不过也正因如此，有时他们也会因为选曲、排练时间等问题产生争论。这其实是好事，思想不碰撞，如何产生火花？但是也正是因为这样，偶尔，成员的情绪会沮丧甚至抵触。就像上学期结束后，他们对排练和乐队似乎倦怠了，这学期开始时，排练停滞了一段时间。我觉得这帮孩子可能是碰到瓶颈期了，必须得推一把了。于是建了个群，召集了成员们，吼了一句“趁你们还没到G2那么忙，最后再嗨一把呗？”然后我们成员们立马活了过来，并表示：“再不嗨就老了！”接下去，排练一直顺利进行，直到现在。

这些敢说真话、有魄力、有魅力、有热情的孩子们，即使他们今后离开乐队，在人群中，他们也定是耀眼的星，因为他们永远也离不开音乐。



“我想让孩子们明白， 比音乐更重要的那些东西”

“Some Things Are More Important than Music”

文: Raina 编: 苏敏 图: JZ School提供

甲戌
资助教之
特立此碑
万元以
记千秋





上海法租界武康路里弄里藏着一个U型四层白色小院，这是一个由音乐家顾忠山等人创立的音乐学校。用就职于此的Anthony L. Smith（下称“Tony”）老师的话来说，未来5-10年里，惊艳世界的原创中国音乐有可能就诞生于这里。

不同肤色的“上海小孩”

周末，这个白色小院，比平日更加繁忙。不同种族的孩子们背着自己的乐器走进小楼里。他们是来自不同国家的上海居民，通常会说几种语言。在周日的阳光下，在白色小院的天井里，钢琴演奏声、架子鼓和吉他声此起彼伏。这些孩子们的创造力令他们老师都感到惊艳。

Tony说，如果要问来自法国、意大利的学生和中国学生有什么不同，其实并没有那么显著。他们都在相同的环境——上海成长。“上海非常特别。不管他们是西方还是中国小孩，他们都从中受益。”

他解释，上海这个地方特别之处在于，不少孩子都在多语言环境中生长。没准儿你和一个中国学生聊天，他说出的是原汁原味的美式英语，如果闭上眼睛，你完全无法判断他来自于哪里。语言很大程度上影响了思维方式，所以，上海小孩的思维方式生来就是多元的。

与洛杉矶、纽约的多元相比，上海的多元又具有独特的魅力。正是这种魅力，让Tony选择在这里生活。2010年，Tony和他的太太第一次来上海看世博会。当他看到这里的老人自由自在地逛公园，女人可以在街上独自行走，而一点不担心自己的人身安全，他感觉自己的世界观被刷新了。上海不像在洛杉矶或者纽约，这里除了多元，还有包容、平和，以及对每个人的尊重。

在他看来，上海独特的跨文化语境让这些上海小孩们想法相当酷。他们又不同于他们的父母，他们这一代认为与众不同是很正常的事。但他们也不是西方的感觉，他们是别的存在。他们找到一种方式，独立又原创，但语境中却又融合了一点传统的中国风。

就拿三个不到10岁的中国孩子组成的草蜢乐队来说吧。成员Michelle、Leona和Felix，最小的才7岁，都说一口纯正的中文和英文。他们受过专业京剧训练，也能玩得一手专业的摇滚乐。在新近创作的音乐里，他们将京剧元素注入摇滚乐中，让Tony惊叹不已。

“如果硬要说他们有什么特别的地方，可能就是中国的小孩，他们会将中国式传统教育中的纪律和勤奋带入到音乐学习中。”Tony说，“他们一定会创造出独特的，带着中国烙印的，全新的音乐。”

让音乐帮孩子们找自己

对于点燃这些孩子们对于音乐的热情，Tony有绝招。比如他只用10分钟，便能用一个简单的数学公式或者简单的比喻，就让毫无音乐基础的人明白旋律的结构以及如何作曲。

“你知道音乐和数学，很多时候有异曲同工之妙吗？”Tony对记者说，“我发现了这样一个有趣的事，我的学生们如果掌握了音乐之后，学数学也很快。”

随即他写下了这样一个公式：

$$Ts = Fg/Cp / \Sigma(Pt)n$$

他解释道，Ts意思是旋律结构。Fg是我们平时能够感受到的旋律，就像在海面上的船，每个人都能看到，Cp则是和声，就像海面下的小鱼和波浪，有些人能够看到，有些人则不能；而 $\Sigma(Pt)n$ 则是基音，深埋在海底，然而它决定了旋律的基调和走向。

种种类似的方法，让孩子们很快能够掌握音乐技巧，但组乐队、训练顶级音乐技术和技巧，却并非Tony想要带给孩子们最重要的东西。

16岁的Lola来自法国里昂，刚来上海的时候，是一个挺害羞的小孩，他父母想让她变得不那么害羞。她并不知道自己将要学什么乐器，也不了解自己喜欢什么音乐。Tony每次见到她，倒是不会跟她硬聊音乐，反而会花



Fg 我们平时听到的旋律，就像海面上的船，每个人都能看到

Cp 和声，是藏在海面下的，有些人能够感受到

$\Sigma (Pt)n$ 深藏于海底。很多人都并不知晓，然而这是旋律的根基。决定了旋律的基本和走向

旋律结构 $TS = \frac{Fg}{Cp} \Sigma (Pt)n$

旋律 和声 基音



时间问她学校今天有什么开心事，谈谈她的一天，喜欢什么，对什么感到厌烦。

了解每个学生，是Tony认为自己工作中最重要的部分。这并不是出于什么老师应该和学生应该成为朋友的哲学，真正的原因是，这对于发现孩子喜欢并适合自己的音乐风格至关重要。

如果不和Lola深聊，你不会发现这个瘦而白皙的女孩其实很喜欢摇滚的直接和真实。如果你不再深入了解她多一层，你不会发现她兼有适合蓝调的神秘、可靠，带着点随性的优雅。

在Tony的教学体验中，Lola渐渐地发现了自我。她有时候会高兴地将自己发现的新音乐带来给Tony，问他，自己是否适合演奏这首歌。

在训练早期，Tony会让孩子选择自己想要演奏的音乐风格、选择那些对他们有特殊意义的歌，这是他的基本原则，但并不是完全的民主。如果这首歌的技巧对她现在的技巧提升毫无意义，Tony也会建议孩子换一首更适合的歌。

当孩子们的水平发展到一定程度，Tony会推荐给他们更难的歌曲。Tony也会悉心观察，当有一天某个孩子开始展现出作曲倾向时，他会教他们作曲。作曲是一种天生而非能够习得的天赋。对于那些没有展现出这种天赋的孩子，他会继续让他们锤炼演奏技艺，体验音乐的魅力。

音乐还具有社交魅力。每个孩子都会带着自己选择的喜欢的音乐彼此交流，而音乐就像是一种社交中的破冰神器，当你建立了关系，它又是一种能够将灵魂紧紧黏在一起的东西。

当Lola在学校中发现同学Sylvia也在JZ School的时候，她感觉彼此的距离一下子近了很多。她们经常在一起发掘新的音乐。

另一个让Lola觉得惊喜的变化是，自己不再那么害羞了。因为学习音乐需要经常上台，在几百人面前表演。舞台成为孩子们生活的日常，他们从害羞、不了解自己要什么到认识自己、渴望舞台。在练习一段时间之后，每个孩子都希望加入自己的乐队，只要时机合适。

让孩子发现自我、更加自信地表达和交流，只是Tony给孩子们的发现之旅中的第一站。“我更像是教练，而不是老师。我是为了让孩子们成为他们更好的自己而存在的。对我而言，最有意义的事情不是帮助孩子们获得奖牌。我想通过音乐告诉她们更重要的一些东西，即便她有天不再弹吉他，这些他从吉他、从音乐中得到的更重要东西能够伴随她生活的每一天。”他说。

比音乐更多的是……

当被问及什么是比音乐更重要的东西，Tony提到了“艺术”这个词。在他的字典里，艺术不是一个高高在上的词，它更像代表着——用怎样的方式去表达和生活，是关于人、关于社会，关于如何让这社会变得更好。

比如他会将Bonnie Raitt推荐给Lola。因为Lola弹吉他，喜欢蓝调音乐，而Bonnie Raitt是美国著名的蓝调歌手。于是他给她这样一个弹吉他的榜样，她将多种音乐元素融入至布鲁斯音乐中，使之成为一种独一无二的主流风格。她不仅写歌赚钱而已，也同时是一位社会活动家。她的歌曲的主题常常是关于如何让社会变得更好。

这是Tony觉得工作中最重要的意义。他希望给孩子们的不仅是演奏技巧，或者作曲谋生的本事，而是想要让孩子们明白，原来可以这样生活。

“毫无疑问，如果你能够写歌，你就拥有了一种成为亿万富翁的可能。能够写歌，你就能够生产音乐工业赖以存在的最重要的东西——商品本身。而且没人能将这项技能从你身上夺走，除非你自己。但我要我的学生明白的不是这些。”他说。

Ceci是Tony的另外一个学生。她是法国籍，但事实上她更像上海人。因为从小她就随父母生活在上海，直到去年她回到法国，看到无处不在的暴力恐怖主义事件，她作为一个年轻人对这个社会的未来充满了焦虑。她对Tony说，她不明白这个国家怎么了，这个国家未来会好吗？

Tony对她说，歌曲是有力量的，小女孩们会吟唱你的歌，在吟唱的同时，她们很可能会真的相信你写的每句话。所以你应该写些好的东西，写些让法国变得更好的歌，写一些能够帮助那些小孩子做正确的事的歌。

“音乐，或者说是一种艺术，如果我能够通过音乐给他们带来一些了解人生、应对人生的工具，我想这就是比音乐更重要的意义。”Tony说。





西蒙老师： 做孩子们的音乐领路人

Be the Guide for Kids Learning Music

文：戴如月 图：Simon提供

“我曾经在学校操场上无意中听到有一些学生在唱歌，其中有几个还唱得特别好。所以我就去问，‘嘿，你们唱得很不错，有没有兴趣来学校的音乐工作室练习、录音或者学音乐？’”上海法国学校的音乐老师（Music Coordinator）西蒙（Simon Tolza）用一口流利的中文分享了他在学校音乐工作室和学生的故事。

“当时她们都是初中生，正处于青春期，性格可能有一点点叛逆，所以

会觉得我的邀请很奇怪。但因为我是老师，所以她们又觉得没办法，就来了一次音乐工作室。但是来了以后，她们的态度都比较散漫和无所谓，也不是很专注，所以来了一次以后就没有再来。”

后来隔了三年，这些学生已经是高中生了，当时的其中一个女生有天忽然来找西蒙，希望他可以帮助她练习唱歌和学习乐理知识。因为她发现自己对音乐有很浓厚的兴趣，而且还想自学钢琴。所以现在她会定期在课外时间



法国学校学生的音乐剧Osons l'Opera



法国学校音乐工作室

来工作室学音乐。“她比三年前更成熟很多，但最重要的是，她发现了自己对于音乐的兴趣。因为喜欢，做自己想做的，才是最好的，兴趣是最好的老师。”

在采访中，西蒙提到频率最高的词就是“兴趣”，他觉得作为学生课程表以外的活动，学音乐必须是学生自发的兴趣驱使，不然他们即使学得很好很成功，也不快乐，那就失去了学音乐本身的意义。

自发的学生乐队

上海法国学校青浦校区和德国学校共用同一个校区，从幼儿园到高三有上千名学生。西蒙是法国学校的音乐老师，但他的工作繁琐得很：他给学生上音乐课，但不是课表上的音乐课而是课外的乐器课程，包括爵士鼓、吉他和贝斯；除了上课以外，学校有一个很专业的音乐工作室，西蒙在这个工作室里指导和帮助学生乐队练习和录音，给学校戏剧社制作后期音效，甚至还有学生网络电台的录音和导播工作。

西蒙强调，无论是学乐器、组乐队还是做网络电台，这些都是学生自发组织的，他只是给这些有兴趣的学生提供音乐上的专业指导，但绝对不会想要说服他们做自己不感兴趣的事情。

自发的学生乐队每年都有，多的时候一个学期有五六个，今年目前有三个。这三个学生乐队分别有2人、4人和7人，音乐风格各异，有爵士、流行摇滚和R&B等等，平时练习主要是翻唱一些他们喜欢的歌曲，西蒙会帮助他们协调和录音；偶尔一些乐队成员也会想要尝试自己创作，

西蒙也会教他们乐理知识和改正错误；甚至在乐队遇到困难和缺乏灵感的时候，西蒙也会通过聊天的方式开导和支持他们。

他定义自己不只是一个音乐老师，而是“给感兴趣的孩子做音乐领路人”。

法国父母也怕音乐“负效应”

但和很多中国的父母一样，法国的父母对于孩子学音乐也常常抱着矛盾的心态：一方面觉得学音乐能够陶冶情操，不仅培养孩子的气质，说不定还能刷出漂亮的课外活动的履历；但另一方面也会担心学音乐占据了主课学习的时间，让孩子分心，影响考试成绩。尤其当孩子如果流露出未来想要以音乐艺术为生的想法时，父母通常会因为音乐道路的不确定性而为此持保留态度。

那个隔了三年主动去找西蒙学音乐的女孩，就向他表达过矛盾和迷茫，她对唱歌和钢琴的浓厚兴趣让她未来想要从事音乐相关的工作，但是她的父母却希望她可以读金融类的专业更好就业。

西蒙说，到目前为止，还没有家长因为孩子学音乐影响课业而来找他的，但他认为其实很多学生都很自律，会安排好自己的时间。“而且那些擅长时间管理的学生通常都是家长给予很多自由度的学生。如果一个孩子在家庭教育中总是被很严格的安排，几点几分该做什么，反而有可能会让孩子失去自我管理时间的能力。”他再次强调了孩子的自主性。

“想做音乐，就要百分百投入”

作为一个音乐和人类学专业出身的老师，西蒙有一个有趣的观点，他认为学音乐能够提高人的协调能力，因为做音乐会锻炼到大脑平时锻炼不到的地方；同时，学音乐还能够提高人的专注力和自信心，因为做音乐时需要巨大的专注力，而做成了任何作品时都能够让孩子很有成就感。

至于在要不要选择未来走上音乐道路这件事情上，他对家长的建议是：“自己选择自己的未来，尤其是高中生这样比较成熟的孩子，无论家长和老师都不应该替他做决定。如果孩子真的非常想做音乐，那就要做到百分百的投入”，

“但是我不建议他们，帮他们做决定。如果他们必须做一个自己不喜欢的事情，也许也能成功，但不会那么成功。因为兴趣是最重要的事情。”

爱因斯坦在生活中十分热爱小提琴演奏，托马斯·杰斐逊是出色的大提琴、古钢琴和小提琴演奏家，诸葛亮不仅会弹奏古琴用空城退敌还填词创作了《梁父吟》，有不少名人虽然不是音乐家，但在音乐上也颇有成就。让孩子学习音乐的好处很多父母都非常清楚，但却常常因为各种实际问题而导致父母瞻前顾后，可能就像西蒙说的，给对音乐有兴趣的孩子自己选择的机会，我们都应该支持他们做决定。



音乐不是一节课， 让孩子浸润在音乐里

Let Kids Immerse Themselves in Music

文: *Rebecca Kanthor* 译: 冯小瑜 编: 苏敏 图: *Rebecca* 提供



如何让孩子热爱音乐？我相信大多数家长时不时会思考这个问题。但是我们为什么不转而问自己另一个问题：如何与孩子一起分享音乐？我自己就是通过第二个问题，逐渐对第一个问题有了答案。

在我们家，“教”孩子音乐的第一步——也是最重要的一步就是：每天都和孩子一起分享音乐。音乐不是一节我让孩子去上的课。取而代之的是，让孩子处在一个充满音乐的环境里，从白天到黑夜都一直能接触到音乐。让我来解释一下。

我的丈夫刘健和我最初相识，是我在一间酒吧看他表演。所以，从一开始，音乐就在我们的生活中扮演了很重要的角色。现在我们有了一个四岁的女儿和一个一岁的孩子，从他们出生，我们就自然而然就和他们分享音乐。

和孩子一起发现新歌

早上，大人、孩子们一醒来，家里就开始播放音乐了。我们家有时候很“喧嚣”，特别是孩子们正在为小事斗嘴时。但听音乐可以帮助孩子们重新集中注意力，并且改善心情。这些天，我女儿很喜欢听迪士尼电影《海洋奇缘》的原声带，吃早饭时，我们就会一起唱里面的歌。

随着我们洗漱完毕准备去学校，邻居弹奏古典钢琴的声音就慢慢透过公寓隔音效果不怎么样的墙壁飘进了我们家。她每天会弹好几个小时的钢琴，我们无意间成为了她的忠实听众。

在出门上学前这段时间，我喜欢分享各种各样的音乐，看看孩子们对这些不同的音乐做出什么样的反应。最近给他们听的音乐来自世界各地，不同风格的乐队。也会放一些我自己成长过程中喜欢过的歌，以及我眼下正在学

着去欣赏的乐队的曲目。我们很享受一起探索发现新歌曲、找到新爱好的过程。

在屋子里听五花八门的音乐的尝试，给了我丈夫举办中国第一个专门针对孩子和家庭的音乐节的灵感。我们想要向中国的家庭介绍这些来自世界各地的美妙儿童音乐。

一起听音乐不仅有探索新音乐新风格的乐趣，更是一种极好的促进语言技能的方法。女儿会经常问我她听到的歌词具体是什么意思，我也就顺水推舟教她新的词汇，很快她就可以记住这些歌词然后自己唱出来了。

别着急上课，让孩子真正享受音乐

很快，就到了我要送女儿去学校的时候了。我们跳上单车，开始编造一些简单的歌曲，一路唱过去。“今天会是美好的一天”，我们在路上一边蹬车一边跟着唱，把一天里要做的事情都加入到歌词里。

对女儿而言，上学并不总是幸福的，但在上学路上唱歌可以帮助她忘记一部分焦虑。对我而言，在短短的上学路上创造音乐也是一种工作日上班开始前释放压力的方式。

放学后和周末时间，我和孩子们通常都可以欣赏到我丈夫弹吉他。我到现在还记得，在我们的小儿子还是小月龄宝宝的时候，就会跟着他爸爸音乐的节奏晃脑袋的可爱模样。现在，两个孩子除了听爸爸演奏，也开始尝试自己轻扫吉他弦来摸索、弹奏了。

我不是一个音乐家，但最近我开始学Ukelele了。在孩子们玩耍时，我就练习弹奏Ukelele，有时候也会给女儿展示弹奏简单的和弦。我像很多孩子一样去上音乐课，但这也是我最不喜欢的部分。老实说，我真的不擅长音乐，音乐课程也不怎么有趣。女儿告诉我她也想学Ukelele，但是我不会急着让她去学。我希望她能够真正享受音乐，这是最重要的，我不想让她觉得音乐是她被迫去完成的一件事。

在晚餐前后，我们家常常会有一个即兴舞蹈party。在那些夜晚，我和孩子们一起随着最喜欢的新乐队“Lucky Diaz and the Family Jam”的音乐舞动，他们创作了属于孩子的摇滚乐。我家孩子会跳上床，跟着音乐舞动，喜欢得不得了。

随着孩子们一整天的“撒野”，“电量”耗光，就到了上床睡觉的时间。有时女儿睡不着，会让我给她唱一首摇篮曲。我柔声唱着摇篮曲，她也慢慢合上双眼睡着了。

我认为我们给孩子的音乐教育最重要的是要一起手拉手欣赏音乐，而不仅仅是坐在一边等我孩子的音乐课下课。这么做同时，我们也积攒了许多美好的家庭回忆。

附：最近我们家一起分享的音乐

Lucky Diaz and the Family Jam Band (USA)- Thingamagig

Hippe Gasten (Netherlands)- Een beetje Pippi

They Might Be Giants (USA)- Seven Days of the Week I Never Go to Work

Elizabeth Mitchell and Dan Zanes (USA)- Now Let's Dance

Mrs H and the Sing-along Band (UK)- Get on the Train

Hevisaurus (Finland)- Rayh



Rebecca Kanthor

现居上海的美国记者，正与丈夫——中国民谣摇滚音乐家、制作人刘健一起，组织筹办中国第一个全家共享的国际音乐节。



一位中产家庭妈妈 的价值教育

Can't Buy Me Love: the Values Education of a
Middle Class Mom

文：晚枝尔 图：晚枝尔提供

最近春暖花开，临近下班的时候，我接到先生的电话说“来接我”。这让我非常好奇，因为我们并没有买车，他这话说得，好像待会一辆玛莎拉蒂就要停在我公司楼下似的。于是我问他：“怎么来接我？”他轻笑，“坐地铁啊。”是啊，就是这么简单，不是买不起车，而是因为生活中几乎没有这个需求。出门尽量坐地铁，赶时间就打的或者订车，哪怕带着娃。当生活适时，走路的机会自然也就多了，对自己的身体也是一种放松；当生活忙碌时，也不用浪费时间和精力在驾驶上。

这也是我们生活中的一个共识：我们希望保持生活的简朴，满足自己的

需求，但是不迎合自己的欲望。我们为自己的生活定下了其中一种度量衡，即幸福感，对于那些没法为我们额外增加幸福感的东西，我们不会为此支付更多。说起来很空，落到生活中却非常实际。比如，自己开车，不会给我们带来额外的幸福感，那么我们就不需要买车。

简朴不是节约，而是返朴归真，化繁为简。恰好，我找到了一个用以解释我这种生活习惯的思维方式，觉得满认同的，在此分享给大家。埃隆马斯克，特斯拉和SpaceX的创始人，推广了一种物理学的思考方法，即第一性思考原理。在思考一个问题时，尽量不要通过类比，也不要把答案停留在别

人的感性观点和经验之谈上，而是从最基本、最核心的原理出发去推导。

如果用第一性原理解读，我们就可以发现，对我们个人体验来说，让我们感觉自己“feel alive（活着）”其实是我们生活的真正动力，比如幸福感、开心、成就感、安全感、得到他人肯定时的自豪，帮助别人时的快乐等等这些发自内心的情感。我们做各种决定，不论是职业发展，还是投资决策，购物或者娱乐，说到底，还是希望能够获得这些情感，有时候是短暂的，有时候是长期的。比如“不开心，买包包”，“包治百病”，其实是希望通过购物这种手段获得幸福、快乐，甚至他人的羡慕的目光，获得他人的认同。每个人心目中“feel alive”的情感是不一样的，因此度量衡也是不一样的。比如有的人特别喜欢别人羡慕的目光，那他的度量衡就是“自豪感”。

现在我们当起了父母。我们爱孩子，舍得为孩子花钱。如果有条件的话，恨不得给孩子买光全世界，比如名牌服装、好玩具，甚至头等舱，高级车，学区房。更别提教育方面的投资，比如进早教班，进补习班，进名校。但凡能为孩子花钱的地方，我们不遗余力。大部分情况下，优渥环境中生长的孩子，还真是“仓廪实而知礼节”了。我见了太多的这样的年轻人，他们精于吃穿，长于打扮，举止得体，生活有品，精神有趣。我想他们的父母是非常欣慰的。我自然也希望自己的女儿像他们一样。所以我也会为孩子买光全世界，如果我财力足够的话。

不过现实是，我没有那么富裕。我们家庭不过是个“中产”家庭，夫妻俩毕业于不错的大



学，顺着好世道，有一份相对来说稳定和富足的收入。资源的有限，注定了我们要合理支出，还得教会女儿如何花钱。与其靠不停地教，还不如陪着她一起生活，让她从我的言行举止中体会父母的价值观。

首先，我会在实际生活消费中，贯彻第一性原理。我不去花时间参加早教班，而是在家或者在户外和她共享亲子时光。还是运用第一性原理来思考，作为一个婴幼儿，我女儿真正要获取的，是“被爱”的情感需求和“游戏”的发育需

求。前者来自于我们的陪伴；对后者，早教中心的课程是有些作用的，然而我也可以通过学习知识，掌握孩子生长发育的特点，对孩子进行科学的引导。毕竟，最了解孩子发育情况的还是当妈妈的，因材施教比起统一的课程更有效。而我通过和孩子一起学习、游戏，获得“爱”的体验、珍贵的亲子回忆，这是最重要的，也是早教中心不能提供更多给我的。

到了我女儿稍微长大点，需要有更专业的教育，比如学习舞蹈，只要她有兴趣能投入，我就一定倾其所有供她学习成长。因为在我看来，能投入地做一件事情，是让我女儿“feel alive”的。简而言之，我选择把资源放在那些为我们制造情感体验的事物上，尤其是长期的可以继续提升的情感体验。而对于那些非必需的，比如一些一次性的消费品，我们就选择放弃，而朴素地生活。

其次，我希望给她的生活制造一些留白，为她设置不太奢靡的生活享受标准。这样等她大一点，当她感受世界的能力更细腻的时候，她就可以像打开一扇扇窗户一样去体会一些生活中的细节和层次。比如我自己，我始终记得自己第一次吃到米其林三星菜的时候的那种新奇和惊艳；始终记得喝到法国Grand Cru佳酿时，觉得自己已经能品尝出区别的那种开心自得。生活自然是需要享受的，当你准备好了的时候。

我希望我的女儿，能和我还有我先生一起，在黄昏中，牵着手，边走边唱：And the winner is : la vie, and the winner is: I' a mour。（最后的胜者是，生活，还有爱。）我们仨倒影留在地上，长长的，割舍不断的，又是黝黑而安静的，仿佛我们眷恋着自己的生命，不浪费，不奢侈，珍惜地过好这一生。



晚枝尔

上班妈妈一枚，现在某顶级咨询公司工作。原本惫懒三十载，去年得女后，技能点全开，精力值满分。顿觉教娃无遗力，育儿先育己，此事需躬行。

暮春时节学观鸟

Birdwatching in Late Spring

文：赵晨 编：曹新星 图：唐瑞提供

在美丽的暮春时节，一年中最美好的季节里，你可曾了解那些玲珑婉转的鸟儿们有着怎样的精彩世界？本期，我们请来了著名的英国观鸟专家唐瑞（Terry Townshend），为大家介绍他所从事的观鸟活动以及去年开始的北京杜鹃项目，一起来认识观鸟世界的奇妙！



观鸟，是一项还不为大多数国人熟知的活动。然而，这些小生命的一举一动，展现了大自然中生命本身所蕴含的种种奇迹与温情，吸引了世界上众多精英人士的关注。它们的飞行和活动表现，也成为了众多观鸟爱好者们的研究对象。

“北京杜鹃”项目是北京野生救援与康复中心、中国观鸟协会、英国鸟类信托基金会、以及北京观鸟网几家机构共同合作的项目。2016年的5月，这些机构捕捉了一些北京的欧亚杜鹃，并在它们身上安放了定位装置来进行飞行路线追踪和研究。

菁kids：您目前从事的观鸟项目都包括哪些内容？

去年我们开始了北京杜鹃项目，今年，我正在着手扩展该项目，希望不

仅仅在北京，而是能够给更多的鸟儿带上定位器。我们想去东北的黑龙江省，在那里给更多鸟儿带定位器，并与当地的学校展开互动。

菁kids：您能否简单介绍一下北京杜鹃项目，从开始到现在，这个项目的进展情况如何？

北京杜鹃项目在规划的时候有着两个目标。其中的一个目标是，首次去研究东亚的杜鹃们去往哪里过冬，以及如何去那里。另外的一个目标是，带动社会，特别是学校的学生们，去认识鸟类迁徙中的种种奇妙现象。到目前为止，我们对项目的进展非常满意。

当时，从北京佩戴了定位器的其中3只杜鹃在今年2月份的时候飞到了非洲南部的莫桑比克。它们自从带上定位器以后，一共飞过了12,500多公



里，跨越了19处国际边境。这些鸟儿们吸引了众多媒体的关注，包括新华社、中国日报、北京青年报、印度时报、非洲时报、卡塔尔论坛报；其中最为轰动的是，纽约时报的头版！这些北京的小鸟们真是激励了世界各地的人们。

菁kids：这些鸟儿们最初是怎样捕捉，怎样挑选确认合适的呢？它们所佩戴的定位器是什么样的？

我们采用特制的软网，用预先录制好的雌性杜鹃的叫声来诱使鸟儿们进网。雄性杜鹃为了了解雌性的叫声进到网中，我们以此来捕捉它们。我们会非常小心地对待它们，尽快给它们戴上定位器，以便减少鸟儿的不安。只有那些体重超过100克的鸟儿们才会被带定位器。碰到小一点的鸟儿们，我们一般不放定位器都放飞了。英国鸟类学信托基金会已经使用这样的定位器很多年了，鸟儿们佩戴上定位器也似乎没有什么明显的不适。然而，我们会尽量减轻它对鸟儿们的影响。随着科技的进步，定位器越来越小，也越来越轻。我们对定位器有着严格的标准，只有当定位器的重量不超过鸟儿体重5%的时候，我们才会给它们佩戴定位器。这将确保定位器的重量不会影响到鸟儿们的行为或是生存机会。

菁kids：用来记录或追踪鸟儿飞行路线的仪器设备是怎样的？

为了对鸟儿们进行追踪，我们给它们佩戴了微型发射器，发射器的体积非常微小，重量也只有大约4.5克。用一个像背包一样的装置固定，发射器通过一个微型的太阳能板来充电，它发出的信号由卫星接收，而卫星不断绕着地球运转。通过使用精密的软件，可以对卫星所发出的数据进行分析，用来确定发射器的位置。然后，这些数据又被上传到一个数据库，接着被传送到项目团队。我们可以从谷歌地球文件夹上下载这些数据，绘制地图来显示鸟儿们的最新方位。因为数据几乎都是实时获取的，所以我们每天都可以看到鸟儿们的动态。

菁kids：北京杜鹃项目吸引了大约多少人的参与，包括行动者、关注者、支持者等等？

这个项目得到了来自北京野生动物救援与康复中心、中国观鸟协会，英国鸟类学信托基金、以及北京观鸟网等机构的员工与义工的参与。此外，还有鸟儿捕捉地的员工们，包括翠湖湿地、汉石桥湿地、以及野鸭湖自然保护区，总共有约20人直接参与了鸟儿捕捉和定位器的佩戴。而在社交媒体上，关注该项目的人则有几百万，既有在中国国内的，也有在海外的。各个学校的参与是本项目中的一个重要部分，我们曾在很多的学校进行过活动，比如德威英国国际学校和延庆二中。

菁kids：您的团队如何在北京杜鹃项目中进行合作？

因为我们的机构成员有在北京，也有在英国的，所以我的一个职责就是作为一个促进者来确保各方之间的顺畅沟通。我会定期与中方团队的伙伴们见面，来规划和商讨各种事项；也常常会与英国的伙伴们通过电子邮件或电话来保持大家的信息及时更新，我们属于一种“网上团队”。

菁kids：当这些鸟儿们回来以后会有什么安排？

在项目进展过程中，我们了解到了很多新的科学现象。在此项目开展以前，科学家们不知道东亚的杜鹃们是去往哪里过冬，认为有可能是东南亚和印度。现在我们已经知道了，鸟儿们原来是经过印度一路飞去了非洲的南部，这是一个新的发现。我们还了解到了这些鸟儿在飞行途中是在哪些重要的地方停留休憩。它们到达非洲前有的是从印度飞越了阿拉伯海，而另一些从北京出发的鸟儿们，比如北京褐雨燕，则会选择一条经过中东和海湾的路线，避开跨洋飞行。自然保护者们非常需要了解这些关键的信息。显然，为了保护这些杜鹃，我们需要保护北京周边的各个鸟类栖息地，以及它们飞往非洲途中的栖息地。

菁kids：对您来说，一个通常的观鸟日是怎样的一天？需要带些什么？

我去观鸟的时候，通常都会在日出之前就起床了，这样才能在拂晓以前抵达预定的地方。那个时候正是鸟儿们最为活跃的时候，我总是带上一副望远镜，方便看到鸟儿们。我还会带一个笔记本，来记录所看到的现象。穿合适的衣服也很重要，因为如果我感觉太冷或太热的话，就会很难集中注意力。我热爱观鸟，数鸟儿们的数量，听它们的啼鸣。我每次去观鸟的时候都能学到一些新的知识，要么是看到了一种之前没有见过的鸟，要么是看见了一种常见的鸟做了新的表现，或是发出了一种新的声音。可以学习的东西真是很多！

菁kids：在您的观鸟旅程中，有过哪些不可思议的见闻？

很多时候，观鸟会将你带到大自然中美好的地方，往往是远离人群，周围常常有着令人叹为观止的环境，比如山川、湖泊或是草原。在这种环境里，人可以非常放松。通过安静和保持不动，还能够见识到一些不同寻常的野生动物，即便是在北京！比如，冬天在沼泽上空捕猎的猫头鹰；春天跳着求偶的舞蹈的大凤头䴙䴘 (pì tī) 鸟；夏天在林地上进行拂晓合唱的鸟群；或是秋天排成V字型的野天鹅团队……这些都是我在观鸟时经历到的。

菁kids：您对观鸟入门者有些什么建议？

可以先买一副便宜的望远镜，去到附近的公园，试试观看那里的鸟儿们，可以记录下来自己的所见所闻。如果你不知道一种鸟的名字，可以先记下来它的大小、颜色、行为、栖息之处（比如，是在一棵树上，在地面上，还是总是在飞？）等到回家以后，再用这些信息来查找参考书或是通过上网来辨别鸟儿。这样，很快你就能了解所有常见鸟儿的名字。这时，你可以开始去到更远一点的野外看更多的鸟类！一段时间之后，你可能就会想要买一副更昂贵的望远镜或是照相机来拍些照片。

菁kids：在北京或周边地区有哪些适合观鸟的地方？

哦，有很多。在北京市区，奥林匹克森林公园和植物园都是很好的地方。再往远一点，靠近延庆的野鸭湖自然保护区也是很棒的地方。春天和秋天的时候，数百万的鸟儿们迁徙经过北京，任何公园或是绿地都能迎来很多不同种类的鸟儿。截至目前为止，北京记录在案的鸟儿已经有超过480种，真是一个绝佳的观鸟之地！

菁kids：针对年轻的观鸟者们，您会推荐哪些书籍或学习资源？

对于讲英文的观鸟初学者来说，最好的一本指南书是《东亚地区观鸟实地指南》，作者是马克·巴西。对于在北京进行观鸟来说，这是一本最好的指南。此外还有一些很不错的网站，比如，东方鸟类影像里面有亚洲地区数千张鸟儿照片，非常有益于帮助鉴别鸟类！初学者们还可以加入一个本地的俱乐部，结识其他对此感兴趣的人们，向更有经验的观鸟人士学习。中国观鸟协会常常组织观鸟活动，“生地行”机构微信公众号 (EcoAction) 也有一个特别的观鸟俱乐部，可供小观鸟者和家人们参加。

如果您希望进一步了解观鸟，了解北京杜鹃项目和唐瑞，请访问英文网站：www.birdingbeijing.com



Terry Townshend, 唐瑞

来自英国，曾在环境法领域工作了10年，是国际鸟类生活机构的全球顾问委员会委员，重点研究气候变化。目前他在国内一家倡导环境教育以及可持续生态旅游的文化机构“生地行”担任负责人，同时也是野生动物保护领域里的独立顾问。

PROFESSIONAL KIDS PHOTO STUDIO

时光
艺术

TIME ART.



时光艺术，匠心品质



Shanghai Beijing Paris Tokyo HongKong
TEL:021-61273964/18117278973

从西雅图出发， 坠入美国国家公园的天罗地网

Falling in Love with America's National Parks

文：芮娅 图：麦口儿张

美国国家公园，这是烙印在所有户外爱好者心中的品牌，被全世界追捧。在地图上设计Pacific Northwest（大西洋西北地区）整套行程的时候，我突然发现西雅图的得天独厚，被三大国家公园环抱，都在一两个小时的车程范围内，而且都有着极好的带娃线路。捡个周末，说走就能走，逛国家公园跟去后花园没什么区别。这回天气不好？野花没开？雪峰没出现？动物没看见？没关系，下次再来！这种唾手可得的幸福，也不知道西雅图人有没有意识到？

North Cascades国家公园Diablo Lake



西雅图

西雅图，这座一年三百天阴天多云，动不动就下雨的城市，只有在7、8两个月才会露出灿烂的脸，难怪这里是夏令营的热门之选。我们带着儿子MJ虽然不是为了夏令营，却也是看准了这个季节的好天气，西雅图周围的三个国家公园在这个时候也是黄金季。飞机在西雅图机场一落地，就可以清楚地看到远处白皑皑的Mt. Rainier，壮美！

为了不辜负这千载难逢的好天气，我们从机场直奔Kerry Park，这个有着全西雅图最美风景的小小观景台。果然，这里聚满了时不我待的观山人群，雪山与Space Needle电视塔遥相呼应，码头港湾也尽收眼底。

Pike Place Market，美国最古老的农贸市场之一。西雅图是星巴克的诞生地，而第一家星巴克就在这个派克市场里。尽管游客如织，派克市场也却是本地人的钟爱：玲琅的美食小店，别样的街头表演，热闹的蔬果摊位。

Chihuly Garden and Glass，玻璃博物馆，是我们在西雅图的最爱。Chihuly博物馆就像Chihuly本人一样，看似庞然，却缜密如丝。这座博物馆室内展陈和室外花园相连，在室内被巨型玻璃造型震撼到语无伦次之后，走近花园，看到根据花园植物造型设计的玻璃艺术品与花园本身默契的共融，天衣无缝，这才领悟艺术果真源于生活，甚至是一草一木。

坐游轮是看西雅图天际线的不二之选。我们登上了游轮，回首望去，原本高耸的高楼大厦却变成了平面图画，层楼叠榭中勾勒出了西雅图的

那道明信片上的轮廓。

傍晚，我们到了西雅图南边一个海港重镇Tacoma。为了看到粉红色的浪漫Mt Rainier，我们匆匆吃过晚饭，劲走了1.5公里，却发现观景台原来就在餐厅反方向几百米。眼看着夕阳西下，红了半边天，不甘心错过美景的我们随即掉头，开始另一个1.5公里上下坡冲刺跑。终于，就在Mt Rainier被刷成红粉佳人的那一刻，我们准时报到观景台。先生麦子拿出摄影师精神，顾不上休息，扛上器材就去咔嚓了。我蹲在一边气喘吁吁不用说，胃里还一片翻江倒海。



玻璃馆花园一角夜景

Mount Rainier National Park

出发之前，我为Mt. Rainier设计了一套超级行程。但是登山那一天，天阴沉得随时要下雨，云层越卷越厚，开在盘山路上，随着海拔的增高，心情也变得愈发沉重！天气不好，是看不见雪山的，这一点我们心知肚明。到达Paradise Visitor Center的时候，眼前一片雾里看花，连几十米外的游客中心都被深埋在雾气中，似有似无，更别说雪山了。但即使这样，游客中心停车场仍然爆满，不知道这其中有多少像我一样失望至极的人。

我仍然不死心，拉着大小两个男人去了游客中心，凑到工作人员面前，问了最白痴的问题：今天能看到雪山么？谁知那个年轻的男孩慢条斯理地说道：你们要是不介意再开两个小时翻到山那边去，Sunrise Visitor Center现在是蓝天白云，所以还可以看到雪山。我浑身触电了一样跳起来，拽着麦子胳膊就开跑，一边回头喊向帅哥：多谢啦！我们这就去！

麦子一路开足马力，2个小时的崎岖山路他

(雷尼尔雪山国家公园)

硬是一个半小时开到了。翻过山头，在我们第一眼看到Mt. Rainier的雪峰从云层中探出头的时候，麦子拿出早就准备好的Mt. Rainier牌啤酒兴冲冲地要求合影。对于不爱照相的他来说，这无疑是一张期待已久的留念。我边按快门边说：幸亏没放弃，要不你这规定动作也完不成啊！MJ在旁表微微抗议：怎么没有Rainier Cherry？Rainier樱桃是俄勒冈和Mt. Rainier的特产，我们一路走，一路吃，已经成了“瘾君子”。在MJ眼里，樱桃比啤酒重要多了！

接着，我们在Sunrise停车场东侧的Trailhead寻了一条短线路开始徒步，尽管没有去成Paradise著名的Skyline Trail，一波三折过后能与雪山如此亲密接触已经是失而复得的惊喜了。

以Sunrise Visitor Center为中心有很多条发散型的徒步线路，都是砌砖铺成的，非常容易走，也都能看到雪山。可以根据体力时间选择线路。



奥林匹克国家公园Hurricane Ridge顶峰



Olympic National Park (奥林匹克国家公园)

奥林匹克是在罗斯福任总统时全力推动下被列为国家公园的，现在已经成为了世界遗产。最著名的就是太平洋海岸的潮汐，中部的温带雨林和东部的高海拔山区。

到达Ruby Beach的时候是傍晚，掐着时间去看Tide Pool (潮池)。Olympic公园的太平洋海岸是著名的观看海洋生物的地方。每天伴随着潮水的褪去，众多海洋生物像天使坠落人间一样，被留在了大大小小的潮池中。我们沿着浅滩散着步，向礁石走去。看到几米外的一块岩石，猜想着上面有水洼，我踏着水蹦到了岩石上，弯身一看，密密麻麻的绿色海葵挤在一起，伸展着密密

麻的触手。这是我第一次看到海葵，MJ听到我在岩石上召唤，等不及麦子，小心翼翼爬上了岩石，他记得我的话：小心不要踩到海葵，它们会受伤的。

海葵还没看够，又听到不远处有人喊“star fish”。我和MJ都没见过野生的海星，于是，我们的兴奋程度也空前匹配，丢下还在拍海葵的麦子，冲向了下一个潮池。MJ印象中的海星都是绘本里的，这一次真的开了眼界。这是赭色海星，通体明亮的橙黄，肉感饱满。据说一般的海星只有4-5年的寿命，而这种海星可以活20年。

雷尼尔山徒步

亚马逊的热带雨林在我看来有些遥不可及，所以当我第一次听说Olympic温带雨林，这里就成了我的必去之地。最有名的温带雨林就是Hoh Rain Forest，不长的林中徒步却带给我们完全不一样的世界：参天的茂林，缠绵的树挂，养眼的葱绿，润湿的气息，让我们的每一口呼吸都变成了深呼吸，似乎可以感受到这里草木的一张一合。

来到Crescent Lake，原本是为了走一段徒步，站在湖边，吹着清风，看着远山和清澈的湖水，却突然挪不动了脚步。于是租了条独木舟，漫无目的地在湖中荡起了双桨。忘掉了时间，抛掉了行程。

海拔5000多米的Hurricane Ridge是奥林匹克最后一站，实时监控里看到的并不理想，云层很厚，视野混沌。但我们还是决定去试试运气。开到半山腰的时候，突然就进了雾气中，能见度几乎为零，连盘山路的拐弯处都看不清，前后也没有一辆车，在这样诡异的气氛中我有些紧张。好在没多久，我们就冲出了雾气层，到了山顶。尽管云层压得很低，我们还是看到连绵的雪山，高山草甸，连黑尾鹿都来凑热闹，大方地让我们随意拍，一显“主人”的热情好客。我一向是喜欢水的，但是这一次的美国西北之行，让我彻底迷恋上了在巅峰之上感受到的广阔，也真正解读了从小就倒背如流的“会当凌绝顶，一览众山小”中的气吞山河。

North Cascades National Park (北喀斯喀特国家公园)

比起美国的其他国家公园，North Cascades名气真的小太多。记得多年前在论坛扒攻略，有人问：美国什么国家公园最值得去？有前辈给出了非常淳朴而中肯的建议：只要名字里带“National Park”，你就去吧！当时对美国国家公园完全没概念的我一听这个，立马就释怀了。有选择强迫症？没关系，这里没有选择题，而是全选题！

North Cascades 景观公路环线是华盛顿州最美的自驾景观线路。North Cascades 国家公园就是重要一站。随着20号公路自西向东，沿途山峰险峻，层峦叠嶂，每一个转角都是不一样的风景，真正的“横看成岭侧成峰”。峰顶被300多个冰川覆盖着，飘逸的瀑布飞流直下，高山湖水也呈现宝石般的翠绿。在Crater Lake看到了那么纯粹的幽蓝，这里却又是那么浓厚的莹绿，都是湖水，却有着各自的绝代风华。我们暗自庆幸没有因为天气预报而放弃North Cascades，山区天气瞬息万变，预报也只能说个大概，至于能不能赶上拨云见日的那一刻，只有去了才知道。

我们没有时间贯穿整个North Cascades大环线，只沿着国家公园内的景观公路完成一个折返，浮光掠影，浅尝辄止。离开North Cascades国家公园，只觉得行色太匆匆，但是我们终究会再回来的，不是么？



芳娅

微信公众号“旅行未完待续”（ID: VoyageTBC）的主人，加籍华人。用自己的亲身经历与所有计划与孩子一起看世界的父母分享线路选择，行程秘籍和旅行感受。执着地实践并推广“带着Baby去旅行”的时尚旅行达人。

North Cascades国家公园



我要毕业啦！

I'm Graduating!

文：苏敏 图：SSIS、SUIS WY、Dulwich提供

六月栀子花开，又到毕业季。虽然毕业生们忙于考试，但我们还是邀请到上海市民办万源城协和双语学校、上海德威英国国际学校和上海新加坡国际学校的六名学生为菁kids上海撰稿。你会读到丰富的初高中生活、令人期待的暑期计划，当然也有离愁别绪、寄语后生。



我毕业了

曾健乐，Year 10, SSIS

就要和初中生活道别了。

还曾记得七年级有一次周会，坐在我身后的同学是Diamond班的同学。当时在我眼中，他们班的同学都很聪明。我看到一个高高的男孩子，他脸上充满自信——那是安久。坐在他旁边的女孩叫Effie，看上去非常独立。还记得在那当下，我顿时泛起了压力和兴奋，我迫不及待地想要去找他们做自我介绍，也想和他们比赛、挑战他们。

转眼我也已经十年级了，一路走来，每一次和他们“挑战”我都失利了。虽然有些“不满”，但是每一次我都从中学到了很多东西，这使得我在学校的这段时光变得非常有意义。

中学这一路走来，我交到了许多好朋友。跟他们在一起的这几年是我人生中最快乐的时光。

然而离别即将来临。今年夏天，我将跟随家人离开上海去澳洲定居，不得不和我的好朋友们说再见了——尤其是我最好的朋友David。我真的好想要跟我的朋友们再多相处一会儿，跟他们一起捣乱，一起说笑话，一起在中文课上和老师聊天……

但离别总是会到来，我也该继续往前走。我会想念在这里的时光，也会祝福我的好朋友们。这几年快乐的时光让我明白了一件事：不要惧怕未来。所以，我想要笑着和大家一起说——我，毕业了！

我的初中好友们

邓婕, Year 10, SSIS

快毕业了, 我一个人坐在操场的台阶上, 怀念着这几年的校园生活。真不敢相信已经过了三年的时光, 刚步入SSIS的情景似乎就在昨天……

我来到SSIS上学的第一天, 班主任老师笑容满面地欢迎我进入G8 Ivory班, 把我介绍给了班上的其他同学。我性格比较害羞内向, 刚刚来到新学校, 有段时间我感到特别孤独, 也十分想念以前的学校、以前的朋友。

渐渐地, 我开始慢慢融入新环境, 并且认识了几个好朋友: 钟慧耀和陈冠劭还有施凯勋。

钟慧耀个子高, 皮肤白, 体型胖嘟嘟的, 好像《超能陆战队》里的充气机器人。凯勋身材跟他差不多, 不过皮肤比较黑。他走路时大摇大摆, 还是个话痨——总是说个不停。他这个人特别有趣, 非常外向, 善于与别人交往, 把所有人都当作他“最好的朋友”。凯勋有个独特的打招呼方式, “嗨, xxx, 我最好的朋友!”或者, “哎! xx老师, 我最喜欢的老师!”他时常还会自嘲自己的黑皮肤。

陈冠劭和其他两个男孩的不同点就是身材比他们瘦小, 他当时身高和我差不多。戴着牙套, 发型还是典型的“蘑菇头”。我的外号是“D.J.”, 他却偏偏要用中文名称呼我, 喜欢把我的名字叫成“灯借”(邓婕)之类的。陈冠劭的行为举止虽然经常表现得有些幼稚, 但他说话时却很一本正经, 也很会分析细节。他的思维偶尔会有些古怪, 但就是因为如此也展现了他独特的幽默感, 他常常说一些很聪明的笑话来逗别人。

这三个活泼可爱、说话幽默的男孩子, 为我在一个原本陌生的环境中带来了欢乐, 让我慢慢的适应了新学校。

遗憾的是, 才认识几个月的朋友没过多久就要离开学校了。我刚刚从新加坡搬到上海, 他们就要从上海搬回新加坡了。我依依不舍地看着施凯勋和钟慧耀离开。班上的两个开心果走了之后, 课堂上便安静了许多。少了他们两个捣蛋鬼, 教室里也像失去了活力似的。

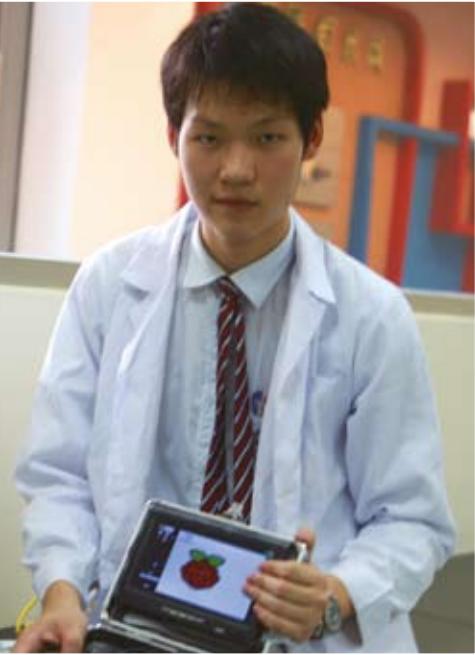
到了九年级, 我们的课程安排有了很大改变。我有了更多的机会认识其他同学, 朋友圈也比去年大了许多。尽管如此, 我仍然还是会感到孤独。这时, 一个新同学出现了。

第一次见到林钡俐是在九年级的第一堂美术课。她坐在我对面, 身上穿着很漂亮的衬衫和短裤。她的坐姿非常优雅, 双腿并拢地坐在座位上, 双手搭在膝盖上, 抬头挺胸很认真地在听老师讲课。当时我心想: 啊! 终于多一个女生了! 不久, 我们俩就熟悉了起来, 最终成为了形影不离的伙伴。

就像安久说的: “我一直感觉十年级的生活是从秋游以后才开始。”这一年的秋游之后, 我们建立了一个好友圈: 安久、赖子阳、陈冠劭、曾健乐、当然还有林钡俐和我。

马上毕业了, 但是我却没有毕业的感觉。明年我还是会在同一所学校读书, 还是会碰上这一群人。我只希望我们可以快乐地度过高中的两年, 珍惜我们在一起的时光。因为十二级毕业后, 我们很可能就再也没有机会碰到对方了。所以我的愿望就是能跟我的朋友们一起顺利读完IBDP, 实现我们各自的梦想!





精彩的高中时光

韩路遥, Year 12, SUIS WY

当收到加州大学录取通知书的欣喜之际,我立马意识到:毕业不再遥遥无期。当我的大学生涯开始之时,这些珍贵的回忆定会向我涌来。

对STEM(科学、科技、工程、数学)的着迷与热爱带我走过了高中里无比令人兴奋的一段旅程。一路走来,我已发掘出自己内在钻研科学的潜能、英文的表达能力、团队合作以及领导力。我想对父母、同伴,当然还有对我进行各方面专业训练的老师,表达深深的感谢。

在高中三年里,我不仅在学术方面修得正果,还在科学与工程方面完成了许多项目。而更重要的是对自我及未来的认识。平时我也热衷于用相机记录下一些实验的过程并发布。

我尤其想要感谢Doyle老师和白老师。是Doyle把我拉入了STEM训练营。他给我的印象总是如同科幻小说中的疯狂科学家一样,不时地谈论着科技、激光之类的。

受他影响,我逐渐被激光切割机、3D打印等等酷炫的技术吸引了,并开始自学Multism电路设计,基于8051单片机的C语言编程,以及后来的bash linux计算机语言学习。在他的带领下,我认识了最基础的工程学知识,和科学在生活中的应用。当然,这也少不了我的父母对我至始至终的支持。

白老师一直激励着我对物理的执着。三年以来,无论何时,只要我向她探讨新的研究方向,她总是会耐心地给予指导。另外她还影响了我坚持“客观对待问题”的态度。

各种各样的经历已经将我推向接受高等教育的台阶,而我也将在未来脚步前行。更大的挑战等待于我。我要毕业了而我并不畏惧,我的学习之路并不会停滞。

高中的每一天,都是礼物

鲍幸, Year 12, SUIS WY

我高一的时候还是短发,打篮球,从来不穿裙子。因为之后想要学美术,也是因为不想中考,可以说“逃”到了上海读国际学校。像一只无头苍蝇撞进来之后,经历了三年,也稍微长了些脑子,长了些经验;现在头发长了,开始打扮了,每天穿着裙子去学校。

要毕业了。这句话仿佛在昨天还是一个遥不可及的表达,但是到了今天,每一天过得都比以往快了一倍,于是这句话变成了我的口头禅:“我要毕业了,我要走了。”原本是一个让人期待的结局,但是现在每次提到这句话就感觉心里有什么地方空了一点。

我还记得第一天遇到我的室友,第一次上台表演,第一个男朋友;还有当上学生会长时,抱着我的队友感觉哭又哭不出来,笑也笑得僵硬,激动地心跳一个下午还没有平静下来的感觉。不敢相信现在这些事情都已经成为过去式。

总有一天,我会因为积存的各种经历,逐渐把高中的这段回忆放进一个小铁盒里,由它在角落里积灰;但是我之后也肯定会小心翼翼地拿出来,擦一擦上面的灰尘,看着那些泛黄的笑脸,然后再把它放回原位,继续珍藏。

我来到这里的每一天,不管下雨晴天,都是礼物。我的高中生活,是一份礼物。





我要毕业了！

Celine, Year 13, Dulwich College Shanghai

我要毕业了！再过两个星期，这一届的十三年级就要毕业了。经过几个月日以继夜的埋头苦干后，我们终于可以呼一口气了。

能到自己心仪的大学读书，我们都感到非常兴奋。美国、加拿大、新加坡、印度……我的朋友们将会遍布全世界。而我呢？我打算到英国去追随我的梦想。若考试成绩理想，我就会按照计划到那里就读建筑系。如有时间，我还会一边上学，一边打工，靠自己的能力赚学费。

每当想到快要离开德威学校时，我的心情都会非常忐忑。我在这里学习了十年，对同学、老师、甚至校园都产生了深厚的感情。要离开，实在有点依依不舍。课堂开始的钟声、狭长的走廊、明亮的教室、食堂的三明治、唱过几百遍的校歌……学校的每一点一滴都蕴含着无数的回忆。

在英国，我将要一个人生活在一个陌生的城市，无依无靠，凡事都要自己照顾自己，这也让我感到害怕。可是，这也许是人生必经的阶段。或许这次的探险会让我大开眼界，学会独立，学会怎样对社会作出更多的贡献。

我亲爱的学弟学妹们，请记得，要珍惜在中学的时光。珍惜身边与你大笑过的同学，珍惜时刻为你担忧的老师。即使考大学的路途上遇到挫折，也千万不要灰心、不要放弃。时光飞逝，不知不觉，站在礼堂里最后一次唱响校歌，拿着毕业证书的就是你们了……

时间飞！

Su Mi, Year 13, Dulwich College Shanghai

不知不觉，我马上就要毕业了。在德威就读的这几年带给了我许多难忘的记忆。我在德威学习了七年，参加了各种各样的课外活动，获得了丰富的经历。要离开德威我感到依依不舍，难以用语言表达。虽然我不确定会到哪里上大学，但不管去韩国或者英国，对我来说都是一个好机会，能让我更广泛地了解世界。当然，离开德威我就再也看不到我最爱的餐厅、咖啡店和各位老师了。我想通过这篇文章来表达对您的帮助与热情的感谢。

进入五月份，我们十三年级就要考“高考”了。我感到有些忐忑，但我有信心在考试到来之前会做好充分的准备。

考试过后，离大学开学还有两到三个月的假期，我计划和朋友们一起去国外自助旅游。通过旅行来了解各地的文化、开阔视野。此外，通过自助游的方式还能提高我们的独立能力，带来特别的经验。比如：制定计划、解决食宿、交通、语言、文化差异等难题。这段旅行经历会对我们将来学习有所帮助。

最后，我想对低年级的同学说：好好享受你们在学校的时光，因为离开学校以后，再也回不到这样美好的时候了。请端正你们的学习态度，多和老师们沟通。你们的问题都能得到老师的帮助，不要浪费机会！



我的家在上海

The Pillette Family Introduces Their Favorite Spots in Shanghai

大家好，我们是一个混血家庭：我是妈妈Stephanie Wang,来自上海,爸爸Patrick Pillette来自美国。爸爸此前由摩托罗拉公司外派到上海，并担任全球采购部总监。我们相识于2003年的一次朋友聚会上，现育有一对活泼可爱的混血龙凤胎：儿子Patrick Daniel Pillette (王彦华)，女儿Rachael Jaquelin Pillette (王思懿)，他们今年7周岁，就读于上海西华国际学校。我一直热衷时尚，于2005年在上海开了第一家自己的精品时尚女装店，在此后的三年里还陆续开了三家分店。2010年，由于龙凤胎的降临，关闭了其中两家店。至今，我的服装店依然经营得很好。

在上海最喜欢的家庭餐厅是哪家？

一个是蓝蛙 (blue frog)，因为孩子们喜欢他们的迷你汉堡，而且那里有play room，小朋友可以在里面玩乐；另一个是香天下火锅，儿子喜欢他们的牛肉和鹌鹑蛋，女儿最爱羊肉和南瓜饼，老公喜欢他们的豆腐，我最爱他们家的招牌糖滋年糕，加上服务态度好，还有孩子喜欢的即兴表演，所以我们一家周末会经常去光顾。

如果花一天时间去短途旅行，你们会选择去哪？

天热的时候，我们会选择佘山的艾美酒店。早上开车到那儿休息一会儿后，就可以全家一起享用一顿丰盛可口的午餐。饭后孩子们都会迫不及待地去游泳，艾美酒店的泳池特别适合孩子玩耍，孩子们还可以在泳池旁挖沙，他们在那里呆一个下午也不会有一句怨言，我和老公这时就可以享受一下美酒加阳光的二人世界。晚上可以选择在酒店吃顿简餐，之后开车回到上海市区，整个车程也就一个小时到一个半小时。

最喜欢去哪里购物？

由于我本人就是做服装的，所以最喜欢新乐路服装一条街。我的服装店就开在那里，空的时候，就逛逛新乐路的精品店，吸取一下其它买手的时尚经验。买品牌的话，我本人最喜欢去恒隆广场，估计女人都喜欢在那里购物，香奈儿、巴尔曼、红底鞋都是我的首选。



在上海通常会去哪里玩？户内、户外的请分别介绍。

户内是Jump360，最近发现这个地方是孩子们的最爱。儿子、女儿今年生日派对也是在那里办的。那里不只是玩的地方，更是让孩子运动的地方，同时爸爸妈妈可以在外面休息室一边工作一边等，两全其美。

另外还推荐市中心的Cages，方便出入。孩子们最喜欢在那里打棒球，那里有专业教练教，老公喜欢那里的汉堡和啤酒，孩子玩的时候我和老公可以在那里看比赛。

户外的话，首选就是我家小区的花园了，孩子可以在那里踢球，小区步行区没有车辆，适合小孩骑自行车、溜滑板。天热了，我和老公周末经常带孩子去波特曼酒店的室外泳池游泳，那里还有室外小型游乐场和充气城堡。

周末的话，一家人会有什么安排？

一直以来，只要爸爸在上海，周末都是以他的爱心早餐开始的：有女儿和我最爱的华夫饼，儿子最爱的牛排加煎土豆。下午，儿子女儿都有自己喜爱的课外活动，如足球、模特课、钢琴课等。

如果是下雨天，你们家一般会安排什么活动？

我们先会看看最近有没有适合孩子看的电影，有的话，全家去嘉里中心的电影院看电影，没有的话，我和老公会在家陪孩子打游戏，或选孩子喜欢的卡通DVD一起看。

来自上海民办 包玉刚 实验学校的 校园之星

School Stars from
YK PAO School

席时雍David (九年级)

作为包校学生会和社区实地考察社团的成员，我平时积极参与和策划各类校内外活动，如慈善义卖、学术论坛、校际竞赛等。今年1月，我还作为学生导演帮助老师策划了中国新年大型演出。我喜爱历史和创新写作，平时会利用课余时间去读历史文献及小说，然后进行一些自己的创作。在八年级时，我曾和另一位同学合作出版了一部历史战争小说《光明与黑暗之书》，这次成功的经历也鼓励我继续写作，目前第二、第三部小说也即将封笔，争取在将来发表更多的作品！



吴欣仪 Daisy Wu (四年级)

我是一个热爱旅行、运动和艺术的女生。我和父母至今已经游历了18个国家，我喜欢去感受各个国家之间文化和传统的不同，喜欢徒步在大山和神秘海滩之中。我也非常喜爱排球和游泳，从二年级开始，我就坚持游泳晨训和排球训练。同时，我也积极参加学校合唱团的排练和演出，并且在今年1月份和以色列Bat Shir合唱团在上海音乐厅合唱了《茉莉花》。我希望我将来可以多学习历史和地理方面的知识，去更多的地方，成为一名旅行家。



何程林Tony (八年级)

我是一名辩手，曾代表学校参加了许多辩论比赛。目前，我在NSDA (National Speech and Debate Association, 全美演讲与辩论联盟) 辩论积分榜上位列第一。我曾夺得五次冠军，也曾和我的搭档一起作为中国代表团唯一组初中组的选手，赴美参加NSDA全美总决赛，取得了中国代表队历史最好成绩。我对辩论的兴趣开始于四年级，当时，Victoria老师向我介绍了World Scholars Cup辩论比赛。在学校的帮助下，我还创办了初级辩论俱乐部。这些都让我慢慢向成为了一名优秀的辩手和领导者靠近。



陆诗敏Sammi Lu (十年级)

我是一名戏剧爱好者，在包校的五年中演了大大小小的13个角色，并在今年的美国戏剧协会全国青少年戏剧节中获得了双人情景剧组冠军。我在校内开创了学生戏剧捕鼠器社团，还在周末期间担任长宁初职学校课本剧兴趣班的任课老师。我同时还是校学生会的秘书、国际方圆组织 (Round Square) 包校的联合主席。



薄玲笑Phoebe (四年级)

我是一个性格古灵精怪的女孩，可能是因为我是水瓶座。我十分热爱运动，尤其是排球，我还是排球一队B组呢！我还非常喜爱音乐，在学校我会经常去音乐房唱歌。我会弹钢琴和尤克里里，这让我十分享受。读书会让我放松、开心。我总会发现一些书中的道理，正所谓“书中自有黄金屋”。





法俄结合： Rakhletsova和Dam夫妻俩 别具一格的沙拉和鸡腿佳肴

The Franco-Russian Connection:
The Rakhletsova-Dam Family Shares Their
Unique Salad and Chicken Dishes

圖: Dave's Studio

Rakhletsova和Dam的家中有一个标准的家庭传统——观看“厨艺大师”系列节目（美国版或澳大利亚版）后，俩人喜欢去网上寻找食谱，然后尝试烹饪类似的美食。这个法俄家庭是一个三口之家：爸爸Dam Chi Quyen，妈妈Oksana Rakhletsova和4岁女儿Nina。Dam是一个沙龙的主席，Rakhletsova是一家制药公司的老板，Nina在北京的法国国际学校上学。Nina能说一口流利的法语、俄语和汉语；虽然她懂英语，但聊起她对摄影和相机的喜爱时，她倒是更乐意用法语和俄语。

Quyen和Rakhletsova于12年前的除夕在北京相遇，那天晚上，Quyen为Rakhletsova做了晚餐。时至今日，每次Rakhletsova出差，Quyen都会为全家人做饭。Rakhletsova回忆说：“他家族的人刚开始不相信他会做饭，后来看到他在厨房的身影才相信。”Quyen和Rakhletsova喜欢做法国和俄罗斯的食物，有时也会做中国菜。Quyen在北京学会了做饭，他建议各家庭跟随食谱激发的灵感去烹饪，而不要完全遵循菜谱。“你可以遵照食谱上的主要步骤，但你也可以根据自己的口味添加或替换一些成分，体现自己的烹饪风格。”



圣女果茄子奶酪沙拉

材料：

- 圣女果
- 马苏里拉奶酪
- 意大利香菜
- 茄子
- 橄榄油
- 盐和胡椒

做法：

1. 茄子切片，平底锅里放橄榄油，中火煎，撒适量盐和胡椒
2. 圣女果切成两半，装盘
3. 马苏里拉奶酪撕成小块
4. 茄子煎好后，放凉
5. 盘中加入调料——少许橄榄油、盐和胡椒，然后将茄子置于沙拉顶部，撒上马苏里拉奶酪，撒上意大利香菜。上桌。



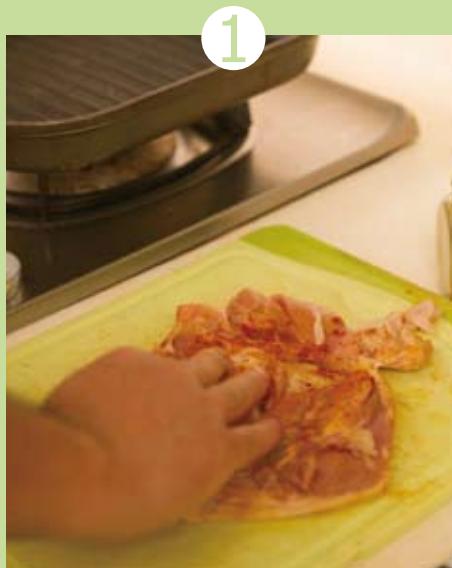
香辣无骨鸡腿

材料：

- 一个去骨鸡腿
- 辣椒粉
- 黄姜粉
- 橄榄油
- 盐和胡椒

做法：

1. 将鸡腿用辣椒粉、黄姜粉、盐和胡椒腌制。
2. 平底锅里加入少许橄榄油，用中低火煎制鸡腿肉，多次翻面，直至两面都煎至焦黄色。
3. 煎好后，将鸡腿切块，装盘。





WinstonZhang, G12, Tension



Makoto Saito, G12, Strength for Females

来自上海市进才中学国际部学生的 艺术作品

Artworks from Students at Shanghai Jincai High School International Division



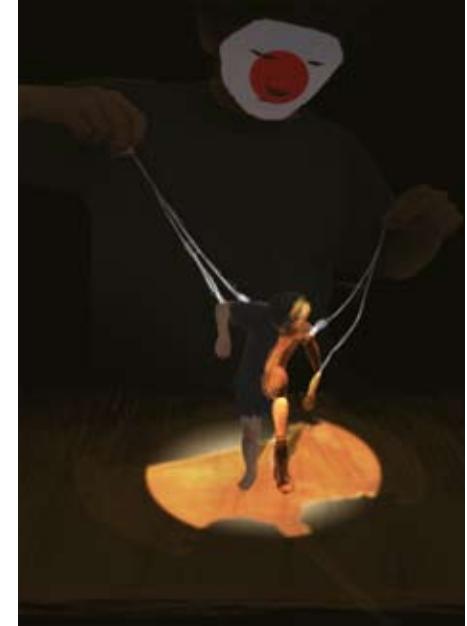
Michael Lin, G12, Hollow



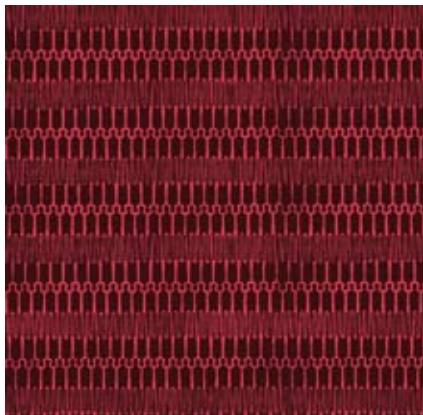
Michael Lin, G12, Isolation



Makoto Saito, G12, The Power of Justice



Makoto Saito, G12, Puppet in the justice theatre



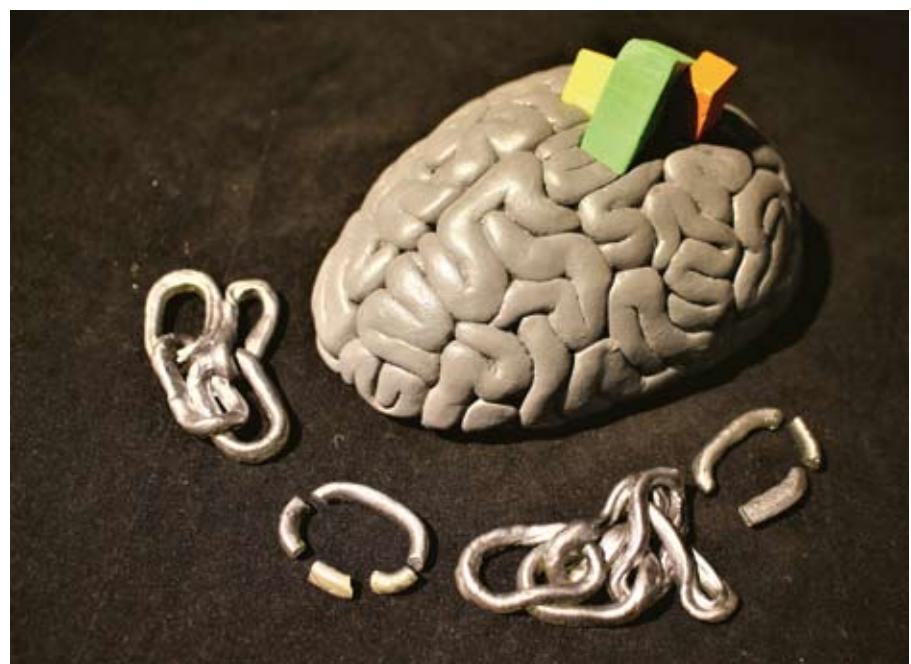
Winston Zhang, G12, Overcrowded



Makoto Saito, G12, Gavel



Sho Kuraoka, G12, Dancing Vividly



Winston Zhang, G12, Creative Minds

露营， 紧贴大地感受西半球

Camping in the US:
Feeling the Ground on the Other Side of the Globe

文、图：李川红 编：曹新星

张罗孩子到处旅游，逐渐成为我生活中的一大乐趣。看到孩子开心的笑容，我的内心无比满足。小欧很小的时候，我就带着她到处走，慢慢地步伐越迈越大。经历了俄罗斯自由行、澳大利亚房车游、瑞士自驾游，美国行还能玩出什么花样来呢？最终，我们的美国行增加了露营和夏令营的元素。



繁琐的准备工作

提前一年，我找了合适时间和合适价格的2016年夏天美国行机票，开始张罗一起大家出行。一通电话下来，我就联系到了九位成员——5个成人、4个孩子，机票一天之内全部敲定。

组团时我有几个考虑：就孩子来说，四个孩子年龄差不多、有一定的胆量和英文能力参加五晚六天的夏令营，彼此之间能宽容相待，组成了一个小小的团队。

而大人的队伍呢，整个团队配备了三个司机（开两辆车），还有懂户外知识、会做饭（露营）的。

定好机票，我开始设计行程。经过甄选，最终定下来斯坦福大学、黄石公园、圣迭戈的夏令营、羚羊谷、大峡谷是必去的地点。接下来我开始做攻略，主要方式就是在网上看各种攻略和孤独星球，先用美图打动自己，圈下几个目的地，然后开始看地图，算距离。

首先，我们查看了各种地图。一是美国地图，二是城市地图，三是景点地图。我还买了电子地图，装在手机上，算距离。每天晚上住哪儿，都要提前规划好：一是带着孩子现找酒店，内心比较发怵；二是如果两个酒店距离算错，晚上可就赶不到了。

其次，比较选择交通工具。城市里不租车，城市之间的交通，机场到酒店、酒店到景点的交通，用什么样的交通方式性价比高，经过多方比较。最终，机场到酒店，我们选择了包车；酒店到景点，我们有时候用Uber，有时候用滴滴，或者公共交通。查交通方式的办法很多，最直接的做法就是去官网查。比如，旧金山去斯坦福大学，我就是从斯坦福大学上查到具体的交通方式，然后上交通官网看线路，采用了公交加铁路的交通方式。至于黄石公园、羚羊谷和大峡谷，自驾就很简单了，配上导航仪，去哪里都很方便。

我们这次一共租过两次车：一段是黄石公园，在比灵斯机场取还车；一



段是大峡谷羚羊谷，在圣迭戈机场取还车。我们一行9人，租了一辆7人座和一辆5人座的SUV。中间遇到过一些小问题，比如在比灵斯机场提车后发现车尾灯坏的，换了一辆后，又发现轮胎漏气，然后就没车可换了，工作人员马上去修车，耽误了两三个小时才出发。我建议，最好是从国内自带导航仪，在城市里可以用Google，但是黄石公园里完全没有手机和网络信号。

最后，提前了解景点。每个景点都有官网，一般我都要提前学习，有很多词语如果一点都不看，到了现场那真是一点都听不懂了。还有，如果是热门景点，能提前预定一定要预定并打印。比如，去羚羊谷的最好时间段是正午，这个时间段比较热门，最好提前预定。

即使如此，我一般就做基本功课，明白大概交通方式，知道每天晚上住哪里，预定好热门地儿的门票，其他就是到了当地再具体解决，兼顾了行程的大概安排和现场实际处理问题能力，也保留了一点新鲜感。





暴走斯坦福大学

既然亲子游，斯坦福大学肯定要走一遭。由于旧金山城区停车不方便，我们在旧金山全部采用公共交通，搭公交转火车到斯坦福大学站。斯坦福校园很大，里面可以租自行车，也可以自带自行车（火车设有自行车车厢），也有免费导游。我们到的时间不合适，就在游客中心取了一张地图，开始暴走自助游。校园里的鲜花、草丛、回廊和教堂都非常漂亮。

偶遇记者问能采访一下吗，于是隆重推出小朋友。小欧和当当落落大方地接受了采访。

斯坦福校园内的代表性建筑是胡佛塔，登上塔顶可鸟瞰校园。这座塔是为了纪念该校第一届毕业生，美国第31任总统赫伯特·胡佛而兴建的。他退休后捐款成立胡佛研究中心，内设东亚研究所，是美国研究亚洲事务最富声望的研究机构之一。



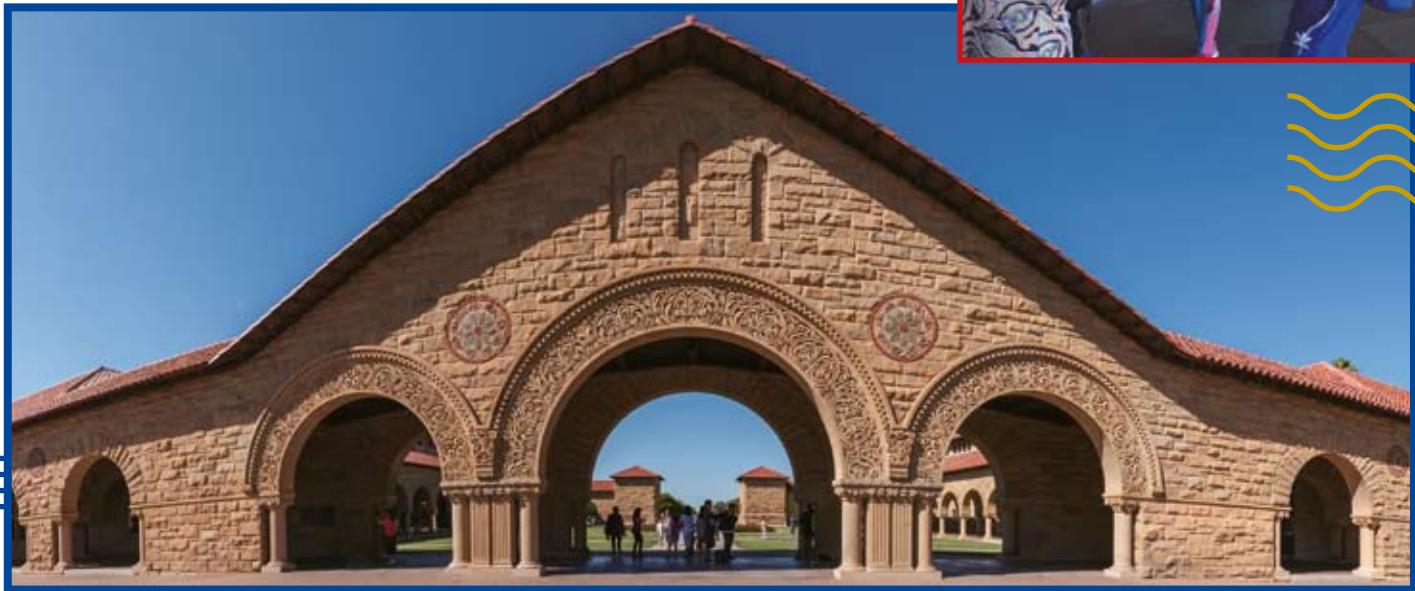
预定夏令营和露营营地

听说YMCA的夏令营比较抢手，需要很早预定。因此，营地一开放报名，我就赶紧给三个孩子交了定金。美国的YMCA夏令营历史悠久，比较放心。事实也是如此，孩子们住在小木屋里，每个屋里11个孩子，有两个教练全程跟着，并且住在一起。如果孩子要去卫生间，老师会让两个孩子结伴一块儿去。我们今年又报了西雅图的YMCA夏令营，感觉非常严谨，光是小孩子的健康安全问题，都填了8页纸，会问到什么时间打过什么预防针，对什么过敏，有没有在看医生、服用什么药物之类。

毋庸置疑，语言是参加美国本地夏令营不可回避的问题。我没有去测试过孩子是什么水平，三个孩子都挺愿意去，而且跃跃欲试，家长自然全力支持。事实证明，没什么大问题，小欧说她交到一个好朋友，如果有大段的内容听不懂，那个好朋友会用比较简单的词汇给她复述。

露营无疑是本次出行最让孩子心神向往的项目之一。黄石公园里的酒店，价格贵不说，即便条件一般，因为游客太多，也供不应求，能提前数月订上就已谢天谢地了。而且冬季黄石公园闭园，赚一季管一年。酒店不好定，价格又贵，对于我们资深驴友来说租营地也是最好不过的选择。不过黄石公园的营地也非常紧俏（尤其7、8月份），也需要提前订好。营地分大小号，可以搭不同规格的帐篷和停放不同规格的汽车，也可以根据自己的喜好选择离卫生间远近。

出发之前，我把黄石公园的官网好好研究了一番，带着孩子露营，还是谨慎点好。黄石公园里的动物很多，为了避免动物对人的食物产生依赖性，黄石公园的垃圾桶都是金属的且必须用手费力才能打开。我跟小欧提前打了预防针，小欧吓着了，决定自掏腰包买瓶防熊喷剂。





黄石公园露营

黄石公园附近有几个机场，从旧金山飞往位于黄石公园东北门的比灵斯最经济实惠。到了比灵斯，我们先去了24小时营业的沃尔玛超市采购。在黄石里露营三天，所有供给一次采购完毕，气罐也买到了。

比灵斯机场很小，工作人员效率很低，折腾好久才提到车。一开始租了霸气的美国特工车，发现灯是坏的；第二天一早返回机场换了辆丰田微型客车，又发现胎漏气，工作人员忙开去车行修车，回来已然中午。倒腾完行李后准备出发，导航又频频死机。我们当机立断，拐进沃尔玛买了个豪华版GPS，开机那一刻，犹如盲人重见光明，非常激动。

我们走的是熊牙公路，从东北门进入黄石公园。之后的几天，我们在黄石公园完全处于失联状态，无手机信号、无网络。不仅跟外界联系不上，我们内部也是一出门就失联。两辆车，早上开出去，再见已然是天黑。

在黄石公园露营的几天，每天回到营地都很晚。十点后营地就得保持安静，我们还在手忙脚乱地烤玉米、土豆、棉花糖、茄子，做饭涮火锅。孩子们兴奋异常，躲在帐篷里疯来疯去，逼得油子假装老外，在帐篷外用英语吼了一声：

“Stop, you are in trouble!”吓得孩子们马上熄灯禁声。小朋友们激动的心情实在摁捺不住啊。

我们露营的装备，大部分是从国内带过去的。在此强调一下，关键装备必须在国内准备好。虽然美国的户外装备非常好，种类齐全，但是如果行程设计紧凑，没有那么多时间去找户外店购物，会严重影响到行程和游玩的心情。帐篷、睡袋、蛋槽垫、锅、气炉都从国内带过去，到了美国只需要买气罐就可以使用了。

黄石公园内的公路呈“8”字型分布，只要把这“8”字绕一圈，就基本把主要景点逛完了。因为营地就在黄石湖边上，我们的第一站就选在了位于“8”字东南角的黄石湖。从地图上看黄石湖，它宛若一只拇指向西的OK型的手，西拇指就位于大拇指前端的位置，故此而得名。由于第一站的美景我们用力过猛，结果体力透支、审美疲劳，接下来的饼干盆地、黑沙盆地，大家连车也不愿意下了。

后来，我们来到了中间歇泉盆地。那里最主要、也最壮观的，就是大棱镜泉了。由于大棱镜泉的场面太大，在地面或栈道上面，是无法观看到全景的，即使能看到，但由于角度问题，也无法领略到他的壮观。按照攻略介绍，油子和当当手脚并用爬上了对面山头，拍下了珍贵的照片。

黄石公园游玩，被我们戏称，就是从一个开水锅奔赴下一个开水锅，看看咕嘟咕嘟沸腾的开水，闻闻臭鸡蛋味。

参与当地夏令营

从比灵斯飞到圣迭戈，机场取车后，我们早早赶到营地门口，把三个孩子送到营地，度过五晚六天的冲浪夏令营，而我们则是前往大峡谷和羚羊谷。选择位于圣迭戈的YMCA夏令营，兼顾了家长的需求，因为附近有合理距离的景点供家长游玩。

我们比规定时间提前到达了营地门口，没等多久，陆续来了很多营员。每个人都带了很多东西，我看看小欧的双肩包，准备得实在不够齐全，到底是没有经验。报到的一套流程走下来，我感觉很放心，按房间分配营员，一个房间11个小孩子，配2个教练，教练24小时陪同孩子，同住小木屋。参观食堂、小卖部后，我们给了每个孩子20美金，用来买小零食和水。

小欧的房间还有一个中国人，豪的房间也有一位中国人，当当说自己最惨，他屋里一个中国人都没有。过了几天，豪去找当当交流，当当说，“你再不来，我就要发疯了，一个中国人都没有，一句中国话都不能说！”这不就是家长希望的效果吗？当当的亲妈一定在偷笑。

离开之前，我一再叮嘱孩子，如果动手了，赶紧跑，人家体格我们打不过。实际上是我想多了，当当说同屋小朋友很友好，不像要打人的样子，而且很快交了好朋友，预计要被打掉的一颗牙保住了；文一豪要妈妈快走，放飞自由；小欧则让我放心，没空想妈妈。安顿好小欧，我扭头离开那一刹那，眼泪差点掉下来，放不下的永远只是父母。

孩子入营后的第二天，家长们傍晚到达了大峡谷的南部威廉姆斯小镇。从超市出来，我接到急电，叽里呱啦一阵以后，好像是Simon吃坏肚子要家长接回。但是我又不太确认，紧急联系美国同学与营地联系，再次了解了具体情况。同学联系后告诉我们，孩子身上有东西需要取出来（但是没听明白具体是什么东西），必须家长同意，大家一阵讨论到底是什么东西呢。正在这时候，当当的电话就来了，带着哭腔告诉我们，他脚上扎进木刺，需要取出来，疼哭了，估计下不了水了。大家顿时恍然大悟。Sam不是simon，wood不是food，take out是“取出”不是我们“带出营地”……看样子英文还得继续学呀。



大峡谷和羚羊谷

从圣迭戈一路往东，赶往科罗拉多大峡谷。传说在美国西部，最好玩的自然景区就是黄石国家和科罗拉多大峡谷。把三个娃娃送去夏令营后，我们就像放风的孩子样一路欢声笑语，不带孩子顿时轻松多了。

科罗拉多大峡谷的门票是每车30美元，进入公园后就像九寨沟一样，乘坐公园里的交通车自由选择景点下车即可，只是这里公交车比较多，分线路。公园很大，分蓝、橙、红线，因为我们只有一天时间，所以只游览了主线路——红线。科罗拉多高原是一个典型的“桌状高地”，也就是说，整个高原的顶部就像“桌面”一样的平坦，峡谷就像这片“平地”上的一条大裂痕，澎湃壮丽，而这条“大裂痕”就是科罗拉多河的杰作。大峡谷的奇幻色

彩全靠云朵和光影的千变万化来创作。大峡谷的天气也是变化莫测，时而倾盆大雨，时而艳阳高照，时而彩云满天。想要红色岩壁与光影一起舞动是需要早上或者黄昏入园的，我们是观光客走马观花，油子哥只好“含鼙不语恨春残”了。

从大峡谷出来，驱车前往羚羊谷，当天晚上我们露营在位于佩吉的鲍威尔湖。到了营地，我一个劲儿地质疑，是不是搞错了，怎么这么大？是不是误订成房车营地了？三块营地差不多一千平米呐！号称五星级的鲍威尔湖营地面积也太奢华了吧。吹着风烫着小火锅，踩着湖边的细沙，再拍出星空美图，五星级营地确实名符其实。

有朋友看了羚羊谷的照片，说是我在抖丝巾。去羚羊谷之前，我曾经看过羚羊谷的图片，羚羊谷的出口，就是一条地缝，游览完后，就从缝里钻出来，入口则有楼梯下去。下羚羊谷一定要选择中午时段，大自然的一切色彩都来自于太阳的赠予，在正午阳光的不断变换下，羚羊谷仿佛变成了一个色彩魔术的舞台，每一处都在上演令人称奇的魔幻表演。

短短十多天的美国行，至今小欧还屡屡提起，妈妈，黄石公园里露营太好玩了，我好想念夏令营的好朋友！小欧前几天甚至写了篇作文《我想对你说》来表达对好朋友的思念。



李川红

十岁孩子的妈妈。曾经在国企、央媒、IC企业工作二十多年，现任职于互联网广告公司。多年的职业生涯从未改变对自然和远方的向往，近十年来，更是因为孩子而发展成深度自由行驴友。

学会做个好父亲

Learning to be a Good Father

来美国之前，初为人父的我对“父亲”这个词的理解一直是“严厉、不拘言笑、高高在上”，因为我的父亲，以及我身边很多亲戚、同学好友的父亲都是这样的。“紧皱眉头、瞪大眼睛、巴掌扇来”对童年的我们都是家常便饭。父亲的严厉让我们之间缺乏沟通，不会表达爱。虽然我知“父亲是为我好”，但在我心里，父亲一直都是一个让我小心翼翼、不敢亲近、不愿倾诉的父亲。

从小到大的潜移默化，让我这个新生代父亲在女儿面前不知不觉也扮演了严父的角色，不论是她小时候不乖乖睡觉，还是吃饭撒一地，或是对大人指令的响应速度慢半拍这等小事，我都是要求极高地干预管教，时而还忍不住用难看的脸色和震慑的语气“吓唬”她。女儿“怕”我，吃喝玩乐都找妈妈，渐渐地，我的角色也变成“工作日是上班爸，周末假日是拎包爸或是加班爸”。不论是因“工作忙”、“好累想休息”这等借口，还是因“不知如何陪伴”这句大实话，我和女儿之间一直保持着“不温不火”的关系。

来到美国硅谷，这个好山好水好寂寞的环境反而给了我与女儿更多相处的机会。没有了国内那时隔三差五的聚会和应酬，生活变的很简单，也让我有更多的时间可以陪伴家人。感谢这种外人看似“寂寞”的生活，更感谢周围很多把家庭放在第一位的“模范父亲”对我的积极影响，让我越来越感受到“家庭第一，陪伴家人，当好丈夫和父亲，这是我向往的生活！”现在，女儿经常会把自己最喜欢的宝贝以礼物的形式放到我的床头，她说这是让她最喜欢的宝贝们陪我入睡。我很开心能成为女儿无话不说的好朋友、崇拜的大偶像，女儿的口头禅是“爸爸，你太牛了！”“爸爸，我爱你！”，夸赞之词偶尔也会逗的我捧腹大笑，比如，女儿有次特激动地说“爸爸是超人耶”，接着补刀“但是超人不戴眼镜呀！”也是让我哭笑不得。

细细想来，我这个父亲角色的改变，与遇到的第一任房东、在美国结识的一群好朋友，以及身边无数不认识的“爸爸们”有着千丝万缕的关系。

我的第一任房东是个美国人，妻子是中国人。这位美国爸爸的育儿态度对我影响特别大。他整天笑眯眯的，空闲时间都是变着花样带孩子们疯玩，带孩子们劳动、学本领、读故事，孩子们和他在一起总是一片欢声笑语。我与这位美国爸爸聊育儿，他告诉我“只要不是什么原则性的错误，尽量不批评，父亲的微笑和温柔是晴朗的蓝天，一点都不影响父亲的尊严和权威，反而能让父亲的形象在孩子的心中更为高大。”



程剑飞专栏

程剑飞，IT通讯业打拼十余年，世界阳光文化传播有限公司创始人之一。现全家移居硅谷，用心记录4岁小女儿的成长故事。

听了他的话，我慢慢改变自己，放低自己的姿态，学着走进女儿的内心世界，拉近心与心的距离，我和女儿的关系真的越来越亲近了。美国爸爸告诉我，在这里人工成本高，所以家里的很多事情都得亲力亲为，正好可以身体力行地教育孩子们通过劳动获得所需。他的孩子们从小就跟着看他修水管、铺地砖、修车、刷漆、围篱笆、打理花园、拆装家具、修理家电和玩具，孩子们也乐在其中，不但亲子关系越来越亲密，生活技能也得到了锻炼提高，还时不时一起搞点小发明创造。

在这位美国爸爸的带动下，越来越多的时间，我都在高品质地陪伴女儿。不论是陪女儿学跳舞、弹钢琴、逛公园、看电影、徒步、参观科技馆等学习娱乐，还是带着女儿一起植树、养花、种菜、做美食等家务劳动，我们的快乐无处不在。

在美国，我很幸运地结识了一群已为人父的好朋友们，大家喜欢带着孩子们聚会和旅行，每次的地点和吃喝玩乐项目都首先考虑是否适合孩子们。我们这群父亲们经常在群里策划下个周末、下个节日去哪儿玩，真有点儿像老百姓版的“爸爸去哪儿”。孩子们跟着我们滑雪、钓鱼、捡蛤蜊、烧烤、骑马、海边堆沙城堡、郊外野营……每逢有孩子过生日，我们又一起精心筹办生日派对，为每个小朋友准备礼物。看着孩子们在一起“闹翻天”，我们笑称“这是世界上最美的风景”。

我的女儿以前胆小敏感，不善于与小朋友玩，在与人交际方面一直很被动。通过这一次次的家庭聚会，我欣喜地发现，她不但收获了友谊，在小朋友面前还变得更加勇敢自信、主动积极、热情友善，竟然有时能当“孩子王”了。我也收获了父亲们间的友谊，更从他们身上学到了如何做位好父亲。

平时带女儿去公园、图书馆等很多公共场所，我还惊奇地发现，父亲们无处不在，不论是白人还是西裔，几乎每个孩子都有父亲的陪伴。这些父亲们不是在玩手机，而是真心陪着孩子一起学一起玩。我们家内部装修时，工长告诉我，“我们周末都不上班，因为周末属于家人。”这个“规则”在美国真的非常普遍，大家都以家庭为重。刚来美国时，我的同事告诉我，“如果老板让你周末或假日加班，你可以拒绝，因为周末属于家人。”对于有双倍加班费这种美差事竟然拒绝，开始我还真不理解，慢慢地，我也开始“拒绝老板”，老板还真一点都不介意。

现在，我很珍惜和女儿在一起的时光，和女儿一起闹，一起玩耍，和女儿一起成长，获得女儿的认同和敬仰，享受为人父的快乐和幸福，和妻子一起分担养育女儿这份甜蜜的责任。

简报 THE CIRCUIT

“简报”栏目以图文形式直击学校和家庭活动现场。想展示您的活动吗？请将活动日期和说明（150字）发送至editorjksh@126.com，编辑将与您联系图片事宜。

上海私立蒙特梭利幼儿园慈善行活动闭幕

4月8日至4月10日，上海私立蒙特梭利幼儿园（MSS）的学生家庭和教职工代表们组成的志愿者团首次远赴遵义市湄潭县、正安县，进行为期三天的慈善行活动。志愿者团中还包括5名MSS在校学生代表。10号当天，在遵义市正安县名流渡镇，和平学校的学生们同MSS志愿者团一起参加了“舒怡阅读吧——遵义和平站”揭幕仪式。仪式后，MSS教师志愿者们以如何提高学生阅读兴趣为话题，与当地5所学校的幼儿教师们进行了交流。



上海不列颠英国学校音乐剧The Rocky Monster Show上演

近日，上海不列颠英国学校Key Stage 2的学生们演绎了摇滚音乐剧‘The Rocky Monster Show’。学生们惟妙惟肖地模仿表演了Phantom of the Opera, Young Frankenstein 以及the Addams Family中的精彩片段。此次为期两天音乐剧表演形式多样，情节丰富、造型多变，现场的布景、灯光、道具等都配合地很好。参与的学生也通过表演体现了他们的团队合作以及创造力。





上海新加坡外籍人员子女学校举办20周年庆典音乐会

4月21日，上海新加坡外籍人员子女学校（SSIS）的两个校区、五个学部经过数月筹备，最终在这天举办了一场包含多种表现形式的音乐会——《我们的故事》，以此庆祝学校成立20周年。音乐会围绕学校20年的历史展开，并以学校价值观贯穿始终，在两个多小时的演出中，充分展现了SSIS 幼儿园、小学以及中学同学们的优秀才艺。



上海包玉刚实验学校开展环保集市活动

4月15日，由家校协力会主办的上海包玉刚实验学校第八届环保集市活动在小学部拉开了帷幕。今年的活动以“呵护地球”为主题，吸引了数百位师生、家长的热情参与。此次活动包含四个部分，分别是“节衣计划”、“环保时尚秀”、“二手集市”以及“环保主题演出”。活动中同学们通过回收旧衣服，利用废旧物品做成衣服，售卖二手物品和表演节目等，来体会环保的意义，树立环保理念。





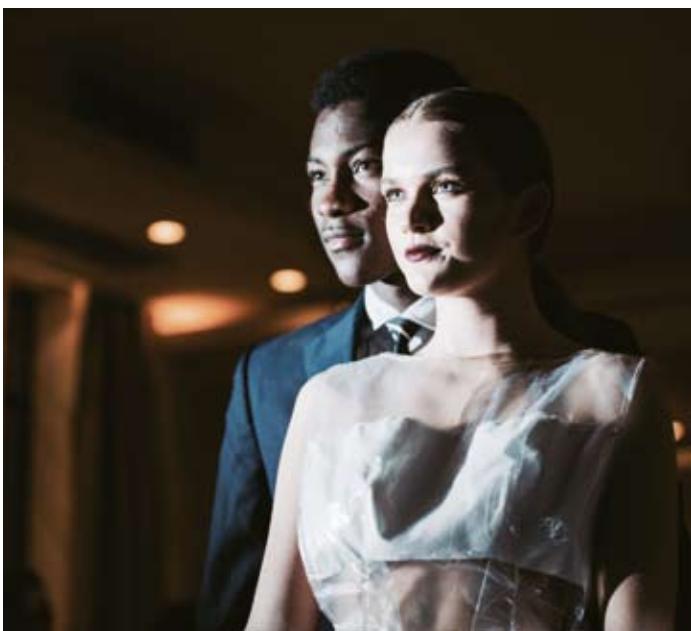
英国威雅公学教学团队到访常州威雅公学

4月中旬，英国威雅公学 (Wycombe Abbey School) 的教学团队一行5人来到位于江苏常州的威雅公学 (Wycombe Abbey International School) 进行了学术交流活动。英国威雅公学位于伦敦的白金汉郡，其学术成绩一直保持在全英三甲，每年有三分之一的学生能够进入牛津和剑桥。此次来访，他们就如其他在常州威雅公学任教的英国老师一样，选择生活在学校里，不仅深入课堂观摩了教学，与任课老师互换建议与心得，还参与了英式寄宿学校特有的各项活动。访问临近尾声时，他们表达了即将离去的不舍，赞赏和感谢了常州威雅公学的师生们。



世界联合书院“关注困境儿童，慈善时装秀”在沪举办

2017年4月21日晚上，Renovare慈善时装秀在上海罗斯福公馆开幕，不同肤色、种族、语言和文化的人们聚集在此。Renovare是2016年由世界联合书院 (UWC) 学生发起的非营利组织，希望以开展废物利用时装秀作为途径，成为世界各地变革者的创意渠道。每个 UWC 校园都为这些来自多达 99 个不同国家和地区的学提供了一起生活和学习的机会。





上海西华国际学校完成柬埔寨公益项目

近期，上海西华国际学校 (WISS) 的学生、老师和家长组建团队顺利完成了柬埔寨公益项目。在和反贫穷组织的联盟下，学校的团队在一个偏远的村庄建立了房屋，种植了芒果和香蕉树，还经营了一个时长两天的牙医诊所，为当地超过200名的学生提供了服务。在这次活动中，团队成员在经过专业培训后，帮助当地小孩清洁他们的牙齿，制作补牙的填充物，涂抹氟保护，同时还为排队等候的孩子提供了娱乐项目。他们还为当地的小孩进行了一些简单的英文教学，玩了相关的游戏，一起去探索了宏伟的吴哥窟寺庙。



哈罗上海上演音乐剧——The Bumblesnouts Save The World

近日，来自哈罗上海的低年级学生首演了由Debbie Campbell创作的音乐剧The Bumblesnouts Save The World。温柔的外星人bumblesnouts乘坐一架滑稽的老飞船在宇宙翱翔。然而在到达地球之后，情况却让他们感到震惊。他们被欺负，遭到杀虫的喷洒剂，以及被猎人威胁，所以bumblesnouts试图向人类展示如何更好地照顾自己和自己的星球。从这部音乐剧中，学生们获得的理念是，地球是一个了不起的地方，每一个生物在它有生存的权利。





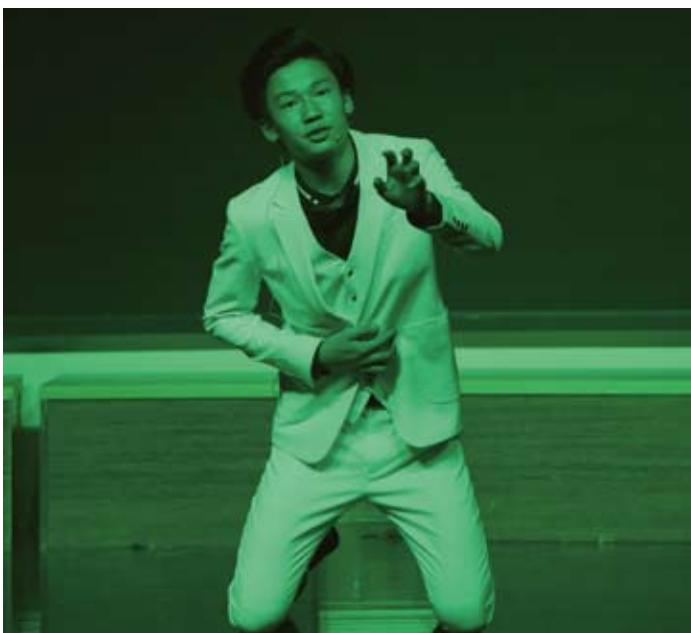
上海万科双语学校举办科学周活动

4月17日至21日，万科双语学校一年一度的科学周活动顺利举办。从周一开幕式演讲、周二至周四的主题活动日、周五的成果展示与评比环节，到最后闭幕颁奖礼，整个科学周与孩子们的日常生活无缝对接。活动中，孩子们学会了分析自己的指纹，制作纸杯电话，用扑克牌制作高塔的模型等。在最后的成果展示时，学生们还主动像来访者分享了自己作品的创意和制作过程。



上海市燎原双语学校上演舞台剧《了不起的盖茨比》

4月28日，上海燎原双语学校在学校大礼堂公演了舞台剧《了不起的盖茨比》。该剧是根据F. Scott Fitzgerald的小说以及2013版电影改编而来。燎原双语英文部戏剧社、舞蹈社、美术部和音乐部的同学共同协作，用他们的方式重新演绎了这个经典故事。这部舞台剧的准备时间长达半年，共50余名学生参与到了演出当中，舞蹈部分囊括芭蕾、中国古典舞、Hip hop、Jazz等多个舞种。





上海惠灵顿第三届夏日嘉年华落幕

近日，在上海惠灵顿外籍人员子女学校举办的第三届夏日嘉年华活动，为逾1500位家长与儿童创造了一个愉快惬意家庭日。除了精心筹备的舞台表演、琳琅满目的小吃和饮料外，还有超过30个适合各个年龄层孩子进行的趣味游戏和活动，包括马术体验、室外攀岩、射箭以及脸部彩绘等。



NBA play zone

**最潮儿童运动乐园
全家尽享无限欢乐**

主题生日派对
NBA吉祥物互动
国际安全认证
进口空气净化系统

Level 2 Hubindao Shopping Center,
150 Hu Bin Rd., (Close to Ji Nan Rd.)
湖滨路150号，湖滨道购物中心二楼（靠近济南路）

+86 21 5302-0520
info@nbaplayzone.com
www.nbaplayzone.com

2017-2018 上海择校指南收录学校名录

菁kids编辑精选83所（杂志+网站）上海幼儿园、国际和双语学校，排名不分先后。

幼儿园 (35所)

安乔国际双语幼儿园
安徒生国际幼儿中心
橙色熊猫国际日托中心
凡骐国际托班中心
菲索幼儿园（碧云校区）
菲索幼儿园松江校区
海富幼儿园
惠灵顿（上海）双语幼儿中心
嘉宝教育
LUC国际儿童中心
Montessori Academy
蒙雅蒙特梭利之家
启德儿童国际教育
启星学校
青瓦花园
StarPlay
上海黄浦区民办玛诺利亚主题幼儿园
上海闵行区摩根亨利幼儿园
上海市静安双美亲子教育培训学校
上海市普陀区奇思幼儿园
上海市泰宁国际幼儿园
上海私立蒙特梭利幼儿园
上海维多利亚幼儿园（浦东园）
上海徐汇区民办安淇儿幼稚园
上海徐汇区民办泰宁田林幼儿园
宜乐儿童之家
上海悦田幼儿园
上海长宁民办哈比桥治幼儿园
宋庆龄幼儿园国际部
伊顿国际学校上海学校区

中欧国际私立学校

上海普陀金宝幼儿园

上海市普陀区美星幼儿园

上海市万科幼儿学院

JES Island English Academy

只招收外籍学生国际学校 (17所)

（含幼儿园、小学、初中、高中）

复旦附中国际部

上海不列颠英国学校

上海德威英国国际学校（闵行）

上海德威英国国际学校

上海哈罗国际学校

上海虹桥国际学校

上海惠灵顿国际学校

上海美国学校

上海市进才中学国际部

上海西华国际学校

上海协和国际学校

上海新加坡国际学校

上海英国学校（浦东校区）

上海英国学校（浦西校区）

上海长宁国际学校

上海中学国际部

宋庆龄学校国际部

招收中外籍学生国际学校 (31所)

（含幼儿园、小学、初中、高中）

创新学习中心

华东康桥国际学校

昆山加拿大国际学校

上海枫叶国际学

上海光华学院（浦东校区）

上海光华学院剑桥国际中心

上海赫德双语学校

上海民办包玉刚实验学校

上海闵行区诺德安达双语学校

上海浦东新区民办沪港学校

上海浦东新区民办协和双语学校

上海七宝德怀特高级中学

上海世界外国语小学

上海市燎原双语学校

上海市民办复旦万科实验学校

上海市民办尚德实验学校

上海市民办中芯学校

上海市闵行区万科双语学校

上海市浦东万科双语学校

上海市世界外国语中学

上海市位育中学国际部

上海市文来中学国际部

上海长宁区耀华专修学校

上海美高学校

上海师范大学附属第二外国语学校剑桥双语部

世界联合学院（中国·常熟）

威雅公学

上海闵行区民办德闳学校

上海康德双语实验学校

宁波鄞州赫德实验学校/宁波海曙赫德实验学校

耀华国际教育学校浙江桐乡校区



扫描二维码，进入
2017-2018上海
择校指南jingkids.
com 专页，了解
学校详情。

两个儿子的“间隔年”

The Gap Year Dreams of My Sons



吴琪专栏

文革后西北大学第一届大学生，主修历史。在政协当过干部、下海经商干过信托投资。1988年与英国长城学者威廉·林赛结婚之后，除了做全职太太之外，辅助丈夫组织NGO的长城环保活动、为威廉著作做翻译，同时做自由撰稿人。

“间隔年”是一个充满未知，又让人着迷的词。早先，它主要指西方国家的青年在升学或者工作前做一次长时间的旅行。后来又有了广义上的意思，它是指从原来固定不变的生活模式中暂时跳出来，去另外一个环境体验新的生活。“间隔”的意思是停顿，在这一段时间里，你可以去游学、当义工，或只是从忙碌的生活中停下来休生养息，思考人生。自从“间隔年”这个概念引入中国后，它一直为年轻人所追捧。

五年前，我家大儿子杰米就萌发了做“间隔年”的梦想。

讲这个故事之前，得先解释一下我们家的一个生活习惯。自从孩子的爷爷奶奶相继去世之后，我们全家就不必每年回英国探亲了，于是我和我先生就产生了利用孩子们的寒暑假去游历世界的想法。

2002年，杰米八岁，汤米一岁半，我们全家开始启动了这个计划。第一个去的是蒙古国。首先它离中国很近，地广人稀适合孩子游戏。具体地讲，那里的草原无边无际，有花有草；那里的动物各种各样，牛羊骆驼，是男孩子们撒欢的地方。当杰米骑马在草原上飞奔的时候，小汤米在蒙古包外面可以摘花拔草，看蛐蛐打架。

九年之后，到了2011年寒假，我们一家人前往新西兰，自驾游历了整个南岛。此时，16岁的杰米已经是一个徒步健将和颇有感觉的摄影师了。10岁的汤米也开始对摄像和徒步产生兴趣，何况新西兰，特别是新西兰南岛本来就是户外徒步和摄影的天堂。在那里，我们用四天徒步了米尔福德，那是100年前，世界第一条为旅行者开辟的徒步路线。瀑布、激流、高山、冰川、森林、珍奇动植物……一回头，你就能看到各种令人惊叹的美景，所以新西兰给孩子们留下了不可磨灭的印象。以至于第二年，我们全家再次来到新西兰南岛，在一个叫做“天堂”的地方一住就是30天。

2013年，正值杰米报考大学，两次新西兰的旅行经历，使他产生了“间隔年”的想法。按照他的打算，中学毕业后，他计划先在新西兰旅行和打工一年，之后去就读位于新西兰南岛的达尼丁大学。但是，事情并没有如愿以偿。

杰米在中学毕业时，得到了校长实名推荐去北京大学读书的机会，并参加了北大教授团的面试，而且成绩不错。虽然他没有报考北大，北大居然录取了他，真可谓“无心插柳柳成荫”。作为一个母亲，我就很动心。首先北大是中国排名第一、世界排名前50名的大学；而且我父亲和叔叔都是在这里毕业的，上北大也曾是我

的愿望（只不过没这个机会）。再说了，北大有着国家的扶植和补贴，学费和生活费都不高，用时髦的话说，“性价比”很高。但是，北大没有给学生“间隔年”的规定。于是，我从学校名气、家庭传统和经济承受力考虑，劝说杰米到北京大学读书，打消去新西兰上学和做“间隔年”的念头。

哥哥的“间隔年”梦想，就这样被我“扼杀”在摇篮里了。然而，弟弟汤米最近也萌发出一个念想：用一年时间，与蒙古国的一家牧民，同吃同住，观察他们的生活和生存方式，并且用影像记录，拍成视频，剪辑并制作出一部纪录片。

这个想法，估计早在汤米一岁半的时候就在心里埋下了种子。那时，还在吃奶，穿着纸尿裤的汤米，就对那一片天高云低、绿草茵茵的土地，和土地上的小牛、小羊看上了瘾，他还特别羡慕那些与牛羊共同生活的蒙古孩子们。10年之后的2012年，汤米跟着爸爸的探险队去蒙古国东部草原，寻找与中国长城相连的“成吉思汗墙”。10天的探险，他积累了丰富的生存经验。每天露宿星光下，清晨迎来美丽的朝霞；经常遭遇疾风暴雨，已经对恶劣的天气无所畏惧。

2016年夏，他再次和爸爸、哥哥，来到这片土地上。这一年，他已经能熟练掌握无人机航拍技术了。他和哥哥拍摄了蒙古大草原上最重要的牲畜——马匹的奔腾场面，而且拍摄到了成千上万只蒙古羚羊，以无人机的飞行速度奔跑穿越“成吉思汗墙”的镜头。

明年，汤米也到了报考大学的时节。根据他的爱好和我们的建议，他也许还会报考北大，或者还和哥哥一样学习世界历史。但他说，他的间隔年可能会放到大学毕业之后。

我的两个儿子有关“间隔年”的梦想，一个虽然被我打消，另一个还没开始尝试，但是无论如何，我很高兴地看到，他们都能独立思考，都有逃离平常的不平常的想法。我更希望他们在未来的生活道路上，不做只拉车不看路的人。在奋勇直前的同时，偶尔停下来，回头看看周围的事物，或许调整一下方向，找到新的路径，看到更美的风景。

杂志免费取阅点

《菁kids》杂志全年12期，若您希望杂志派送上门，请联系：distribution@truerun.com，电话：（021）6131 6691

希望免费拿到每期的菁kids杂志吗？看看下面哪个发行点离您最近。
杂志免费发行点涉及到学校、课外班机构、高端住宅区、医院诊所、餐厅咖啡厅、零售等读者经常出入的场所，在此选登部分地址方便读者免费取阅。

长宁区

| | |
|------------------------------|-------------------------------|
| 虹桥国际学校 | 伊犁南路218号 |
| 皇朝尊会 | 延安西路1116号龙之梦大酒店3楼 |
| 上海长宁区耀华专修学校 | 古北路600号 |
| 上海耀中国际学校 | 古北新区荣华西路18号 |
| 上海不列颠英国学校 | 古北路1988号 |
| 老克勒上海菜 | 新华路160号上海影城2号门3楼 |
| TIMA Harbour Caf é浓越咖啡厅 | 镇宁路11号 |
| 上海和睦家医院 | 仙霞路1139号 |
| 新视野 | 虹许路480号1楼 |
| 百汇医疗(瑞祥门诊部) | 虹桥路2258号 |
| 东田造型 | 华山路1415号 |
| 新元素古北店 | 延安西路2088号7幢一层B101-5单元商铺 |
| 上海长宁国际学校（虹桥校区） | 虹桥路1161号 |
| 上海长宁国际学校（虹桥幼儿部） | 虹桥路2212号 |
| 上海民办包玉刚实验学校（小学部） | 武定西路1251弄20号 |
| 唯儿诺 | 富贵东道199号 |
| 上海和德门诊部 | 红宝石路396号 |
| 元一希尔顿酒店/粤轩中餐厅 | 红松东路1116号虹桥元一希尔顿酒店2号楼1楼(近虹许路) |
| Hollys Coffee 豪丽斯咖啡(古北财富中心店) | 虹桥路1438号高岛屋地下一层 |
| MR PANCAKE House 松饼先生 | 虹梅路3717弄6号107室 |
| 三条 | 安龙路555号 |
| Wagas | 仙霞路86号108室 |
| 晶浦会 | 虹桥路1970号 |
| 卓艺宝贝艺术教育中心 | 仙霞路80号天虹大楼4A卓艺宝贝 |
| 玉海力 | 宋园路109号3楼 |
| 日内瓦餐厅 | 哈密路1876-A |
| 西郊公馆 | 淮阴路496弄，近青溪路，林泉路 |
| 上海天坛普华医院 | 红宝石路388号 |
| 德真会齿科 | 虹桥路1438号高岛屋百货5楼 |
| 华睿洋塾 | 天山路310号海益大厦9楼G座 |
| Vital Tea(南丰城店) | 遵义路100号南丰城丰尚街(紫云路) |
| 剪酷儿童美发 | 遵义路100号南丰城北区309(靠近内侧连廊) |
| 外滩花园酒店新华花园 | 新华路179号(近番禺路) |
| 德国缪诗肖像摄影MUSEE FOTO | 淮海西路570号红坊B101-103 |
| 新元素旗下Vital tea | 长宁区遵义路100号虹桥南丰城 |
| 新视野 | 虹许路480号1楼 |
| Wagas | 长宁路1018号1层1051&1053室 |
| Le Bonheur 莱贝法式手工酸奶、烧烤 | 芙蓉江路388弄仁恒河滨花园会所2楼 |
| 快乐心心乐园 | 天山路341号缤谷文化休闲广场301A |
| 唐宫海鲜舫(维景店) | 东诸安浜路103号维景酒店公寓1-2楼 |
| 拾点十分咖啡pauline | 延安西路1566号龙峰大楼1楼 |
| Porcellino 意大利餐厅 | 愚园路753号B幢1楼(近江苏路) |
| FRANK'S Steak house 弗兰克牛排馆 | 愚园路1265号103-1、103-2室(近安西路) |

浦东新区

| | |
|----------------|--------------------|
| 上海浦东民办沪港学校 | 中国上海市浦东新区临港新城银莲路2号 |
| SEIPS 中欧国际早教中心 | 浦明路1999号云天地广场2号楼 |
| 华师大二附中国际部 | 祖冲之路736号 |
| 上海协和国际学校 | 金桥明月路999路 |
| 上海德威英国国际学校 | 金桥蓝桉路266号 |
| 新加坡伊顿国际幼儿园学校 | 浦城路40号层 |
| 海富耀华幼儿园 | 耀华路550弄1号 |
| 海富金太阳幼儿园 | 金杨路750弄57号1362 |
| LUC国际儿童中心 | 芳甸路779弄御翠坊233号 |
| 上海惠灵顿国际学校 | 耀龙路1500号 |

| | |
|---------------------------------------|-----------------------------|
| 上海市金苹果双语学校 | 巨峰路1555号 |
| 上海市民办中芯学校 | 青桐路169号 |
| 上海师范大学附属第二外国语学校国际部 | 惠南镇拱极路2151号 |
| 上海哈罗国际学校 | 黄杨路6号C座UC 18 2013室 |
| 德意学堂 | 红枫路450弄1楼 |
| 儿童科技馆 | 梅花路1099号1层105室 |
| 小小运动馆 | 世纪大道100号环球金融中心2F |
| 小小运动馆 | 芳甸路300号联洋广场A区301 |
| 百汇医疗(金浦门诊部) | 世纪大道88号金茂大厦裙房金茂时尚生活中心一层 |
| 沃德医疗 | 南泉北路399号6楼 |
| 蓝蛙金桥店: | 金桥碧云路633号1层R3 |
| 蓝蛙环球金融中心店: | 世纪大道100号上海环球金融中心B109室 |
| 蓝蛙浦东嘉里城店: | 花木路1378号浦东嘉里城商场一层L131单元 |
| 蓝蛙正大店: | 富城路12-14号 |
| Soccer school | 国展路189号 |
| 上海市民办尚德实验学校 | 秀沿路1688号 |
| 上海美国学校（浦东校区） | 三甲港凌白路1600号上海林克斯社区 |
| 上海市平和双语学校 | 黄杨路261号 |
| 上海德威英国国际学校（幼儿园） | 金桥蓝桉路425号 |
| Montessori Academy(Lingshan Campus) | 灵山路2000弄56号 |
| 启德儿童国际教育（张江校区） | 科苑路88号德国中心 |
| 光华东道国际课程中心 | 川周公路2788号 |
| 上海市进才中学国际部 | 峨山路26号铺 |
| 上海中学国际部（浦东校区） | 董香路38号 |
| 瑞尔齿科 | 福山路388号2楼 |
| 斯巴顿健身会所(源深店) | 张杨路1515弄19号 |
| Lavazza & Italian Restaurant 天水恋意大利餐厅 | 滨江大道富都段滨江花园内(近富城路),震旦大厦对面 |
| 上海圣欣门诊部 | 长柳路58号101室 |
| 上海东方国际医院 | 即墨路150号12楼 |
| 新元素浦东嘉里城店 | 花木路1378号浦东嘉里城1楼 |
| Big Bamboo | 红枫路381号 |
| Pistolera | 碧云路855号 |
| 飞狐 | 红枫路225号 |
| 剪酷儿童美发 | 花木路1378号浦东嘉里城商场B1楼 |
| 新元素环球金融中心店 | 世纪大道100号2楼205室 |
| 惠灵顿双语幼儿中心 | 上海市浦东新区高青西路328号 |
| 上海众心国际社区中心 | 金桥碧云路1140号A座3层 |
| 儿童艺廊 | 锦绣路2486弄星河湾商业街7号楼2楼 |
| 浦东嘉里城 | 芳甸路1155号305A |
| 上海星扬体育文化发展有限公司 | 云莲路201号三林体育中心飞扬冰上运动中心2楼209室 |
| 新元素金桥店 | 红枫路331号 |
| 彼德西餐 Peter's | 碧云路633号碧云体育休闲中心B23-24号 |
| Qkuts(儿童美发沙龙) | 花木路1378号嘉里城B1 (近屈臣氏) |
| Global Health care GHC 全康医疗 | 世纪大道100号上海环球金融中心商场212室 |
| 德真会齿科 | 浦东丁香路1198号(近大拇指广场) |
| Wagas | 花木路1378号浦东嘉里城商场一层L137号单元 |
| Wagas | 芳甸路199弄证大大拇指广场31号 |
| 新元素张江店 | 祖冲之路1261号E1楼07室 |
| 新元素正大店 | 陆家嘴西路富城路口正大广场底层西北角 |
| Wagas | 张扬路3611弄3座一层120室 |
| 汤臣一品会所 | 花园石桥路28弄 |
| 晶浦会 | 花园石桥路33号花旗大厦4楼 |
| acqua 海蓝意大利餐厅 | 陆家嘴环路1288号上海凯宾斯基大酒店2楼 |
| 浦东文华东方酒店/58° 扒房 | 浦东南路111号文华东方酒店行政公寓大堂1层 |
| 万科翡翠滨江会所 | 昌邑路1500号 |
| 华商游艇俱乐部 Hua Shang Yacht Club | 张杨路1号(滨江大道4088号沿江后排) |
| 正阳高尔夫俱乐部 | 秀浦路99号(浦三路中科院大学村东门入口处) |
| Yanlord Gardens仁恒滨江花园/会所 | 浦明路99弄16号仁恒滨江园会所内 |

| | |
|-------------------------------------|-------------------------|
| 跋氏面包咖啡屋(金桥店) | 白桦路238号, 近碧云路 |
| 花间堂 | 碧云路218号 |
| Peter's Tex-Mex Grill彼德西餐(碧云店) | 碧云路633号碧云体育休闲中心B23-24号 |
| New York Pizza 纽约客匹萨(红枫路店) | 红枫路336号(近碧云路) |
| Blue Marlin Bar & Restaurant蓝枪鱼西餐酒吧 | 芳甸路199弄证大大拇指广场17号 |
| Lapis Thai藏龙泰极(大拇指广场店) | 锦延路288号(近锦绣路) |
| Julie's Food Experience城市公牛 | 锦延路288号(近锦绣路) |
| Da Marco Italian Restaurant大马可意大利餐厅 | 羽山路356号(近桃林路) |
| Maan Coffee(金桥店) | 枣庄路479号(张杨路恒星奔驰店旁) |
| 柚子(陆家嘴店)/Rain 瑞·欧风意酒家 | 陆家嘴环路1000号恒生银行大厦46楼 |
| MANGOSIX(长泰广场店) | 金科路2889弄长泰广场10座1F(近避风塘) |
| Yanlord Gardens仁恒滨江花园/会所 | 浦城路99弄仁恒滨江花园内 |

静安区

| | |
|---------------------------------------|-------------------------|
| 迪士尼英语 | 延平路121号三和大厦20B室 |
| 蒲蒲兰绘本馆 | 愚园路262号蒲蒲兰绘本馆 |
| 百汇医疗(瑞新医疗中心) | 南京西路1376号上海商城西峰203-4室 |
| 上海市静安柏蒙特梭利进修学校 | 武定路1101号 |
| 新元素 | 南京西路1376号上海商城112室 |
| 新元素 | 万航渡路889号悦达889广场壹层L1-15室 |
| 外联出国顾问集团 | 南京西路1539号静安嘉里中心2座7楼 |
| Big Bamboo | 南阳路132号波特曼后门 |
| Wagas | 胶州路265号1楼 |
| 全康医疗 | 南京西路1788号1788国际中心303室 |
| 青瓦花园 | 静安区江宁路958号501室 |
| 剪酷儿童美发 | 南京西路芮欧百货4楼 |
| 新元素静安嘉里中心店 | 南京西路1551号静安嘉里中心1楼 |
| 上海威海幼儿园 | 威海路730号 |
| 贝儿福图文设计(上海)有限公司 | 淮安路668号4楼 |
| 中国福利会托儿所 | 华山路639号(近镇宁路) |
| 飞思乐 | 愚园路168号A座903B |
| Orange Panda | 康定路370号 |
| 齐民市集/芮欧店 | 南京西路1601号芮欧百货4楼(近常德路) |
| 上海文艺活动中心 | 延安西路200号2号楼3层知慧学院 |
| 花马天堂丝绸之路 | 巨鹿路758号(富民路) |
| 御锦轩凯宾斯基酒店/御锦轩大堂吧 EIns Bistro & Lounge | 凤阳路601号御锦轩凯宾斯基酒店内1楼大堂 |
| 寺库奢侈品(上海库会所) | 南京西路758号汇银大厦1-3楼 |
| 梅龙镇酒家(梅龙镇广场店) | 南京西路1038号梅龙镇广场6楼 |
| 席家花园 | 巨鹿路889号巨鹿花园别墅院内龙凤楼对面 |
| 鹭鸶1985 | 延安中路901-909号(近陕西南路) |
| Moller Villa 衡山马勒别墅饭店 | 陕西南路30号(近延安中路) |
| 麦隆咖啡mellower coffee(静安寺店) | 铜仁路70号 |
| Legend Taste 滇道云南特色料理 | 康定路1025号, 近武宁南路 |
| Maya Mexican Restaurant 玛雅墨西哥餐厅 | 巨鹿路568号四方新城俱乐部1楼 |
| PHOCO 越南小馆 | 长乐路920弄1号,近乌鲁木齐路 |
| Porto Matto 意大利餐厅 | 常熟路83号2楼(近巨鹿路) |
| Must grill | 武定路881号2号楼1楼(近常德路) |
| 渝信川菜(招商局店) | 成都北路333号招商局广场3楼 |
| workcafe(沃咖咖啡西餐厅) | 南京西路818号818广场三楼 |
| 上海众心国际社区中心 | 上海市静安区常德路319号2104室 |
| 布鲁餐厅 | 华山路620号-1 |
| 途尚咖啡 | 南京西路931号1楼(近泰兴路) |

青浦区

| | |
|------------------|----------------|
| 上海西华国际学校 | 徐泾镇联民路555号 |
| 宋庆龄小学 | 业辉路2号 |
| 上海德国学校 | 高光路350号 |
| 上海法国学校 | 徐泾镇诸光路399弄30号 |
| 上海悦田幼儿园 | 沪青平公路1358号161栋 |
| 宋庆龄幼儿园(业辉路校区) | 余山赵巷业辉路1号 |
| 上海私立蒙特梭利幼儿园(青浦园) | 高泾路586号 |
| 安乔国际双语幼儿园 | 徐泾镇蟠龙村281号 |

| 闵行区 | |
|--------------------|---------------------------------|
| 上海市民办复旦万科实验学校 | 星站路263号 |
| 上海中学国际部 | 吴中路633弄明申花园124号 |
| 上海英国学校 | 金光路111号 |
| 海富幼儿园 | 莲花路2151弄上虹新村74-1号 |
| 上海美国学校(浦西校区) | 华漕镇金丰路258号 |
| 上海协和双语高级中学 | 红松东路248号 |
| 倍趣科学 | 沪星路105号3楼 |
| 美吉姆早教中心 | 沪星路289弄2号顺恒国际商业广场2楼 |
| 小小运动馆 | 莘松路58号东苑丽宝4号楼3楼301-302(莘庄龙之梦对面) |
| CuCuGua早教中心 | 程家桥支路201-211号智地大厦F楼06室 |
| 新视野 | 虹许路480号1楼 |
| 蓝蛙时尚国际 | 运乐路569弄7号楼 |
| 上海七宝德怀特高级中学 | 虹莘路3233号 |
| 上海天坛普华医院 | 红宝石路388号1楼 |
| Big Bamboo | 虹梅路3338弄20号虹梅休闲街(老外街)内 |
| 创意顶顶 Creative Arts | 虹许路741号一层 |
| 上海市燎原双语学校 | 平阳路150号 |
| 诺拉河谷亲子餐厅 | 运乐路569弄丰尚国际1号139室 |
| 花花姐姐亲子餐厅 | 七莘路3573-2号 |
| 上海新加坡国际学校 | 朱建路301室 |
| 上海万科双语学校 | 星站路263号复旦万科实验学校 |
| 启星学校 | 翠钰路8号6楼 |
| 上海不列颠英国学校 | 古北路1988号 |
| 上海众心国际社区中心 | 华漕镇莘乐东路360号2楼 |
| 诺德安达双语学校 | 金辉路1399号 |
| Heetravel亲子游泳中心 | 吴中路1050号盛世莲花广场5栋北楼101-102 |
| 德威英国国际(闵行校区) | 上海市闵行区马桥镇茜浦泾路2000号 |
| 上海万科双语学校 | 七莘路3568号复旦万科实验学校 |
| 上海民办协和双语学校(虹桥校区) | 虹泉路999号 |
| 上海众心国际社区中心 | 程家桥支路201号智地大厦F07室 |
| 宋庆龄幼儿园(虹梅路) | 虹梅路3908号(近延安西路)国际部招生办 |
| 摩根亨利幼儿园 | 闵行区华漕镇金丰路567号 |
| 赛百味(美国学校店) | 运乐路569弄丰尚广场105单元(近运乐路金丰路) |

黄浦区

| | |
|--------------|--------------------------|
| 玛诺利娅主题幼儿园 | 江阴路57号 |
| 小小运动馆 | 徐家汇路618号日月光中心徐家汇区3楼45-47 |
| 美吉姆早教中心 | 徐家汇路618号日月光中心3层C区 |
| 蓝蛙无限度店 | 淮海中路138号上海广场商场118室 |
| 上海当代艺术馆 | 南京西路231号人民公园7号门内 |
| 天道教教育 | 黄浦北路227号中区广场7楼 |
| 百汇医疗(华鹰门诊部) | 南京西路389号明天广场裙房四楼 |
| 上海当代艺术博物馆 | 花园港路200号 |
| NBA PLAYZONE | 湖滨道150号新天地湖滨道购物中心2楼 |
| 新元素 | 寿宁路98号永银大厦6楼 |



| | |
|--|----------------------------|
| Wagas | 淮海中路300号K11艺术购物中心B127-129 |
| 云南菜一坐一忘 | 湖滨道购物中心湖滨道150号近济南路3楼 |
| 新元素K11店 | 淮海中路300号K11购物艺术中心 4层402号商铺 |
| 瑞尔齿科 | 南京东路300号恒基名人购物中心L404室 |
| One Hour | 淮海中路99号大上海时代广场5楼515号铺 |
| ZOO COFFEE 动物园咖啡 | 马当路388号SOHO复兴广场1楼 |
| 花园饭店/白玉兰中餐厅 | 茂名南路58号花园饭店32楼 |
| 瑞金洲际酒店/大堂吧 | 瑞金二路118号瑞金洲际酒店2号别墅 |
| 笙馆/中国总裁俱乐部 | 绍兴路54号(近陕西南路) |
| 新荣记 | 思南路51号思南公馆55号楼 |
| 慧公馆 | 思南路55号思南公馆酒店59号楼 |
| Jamaicablue 蓝色牙买加咖啡 | 湖滨路222号1号楼2层10号铺 |
| 东田造型 | 淮海中路222号力宝广场3楼 |
| 新荣记 | 淮海中路138号无限度广场5楼 |
| 圆苑(上海广场店) | 淮海中路138号无限度广场301C |
| Lost Heaven on the bund 花马天堂 | 延安东路17号, 近中山东一路 |
| 黄浦会 | 中山东一路3号外滩三号5楼 |
| 慧公馆 | 圆明园路97号安培大楼3-4层, 近北京东路 |
| 威斯汀酒店/帕戈意大利餐厅 | 河南中路88号威斯汀酒店2楼 |
| Jamaicablue蓝色牙买加咖啡 | 九江路700号南新雅大酒店1楼铺面E座 |
| Green Court Serviced Apartment碧云花园服务公寓 | 北京西路55号 |
| 新世界丽笙大酒店/名轩(丽笙店) | 南京西路88号新世界丽笙大酒店3楼 |
| Patisserie Chantilly266法式甜点 | 武定路266号 |
| Mr Pancake House松饼先生 | 武定路877号(常德路武定路) |
| PIER 39(进贤路店) | 进贤路172号(近陕西南路) |
| Skandina斯堪底那 | 南京西路1168号中信泰富广场501G |
| Long House 长屋东南亚餐厅 | 中山南路505号弄老码头7号楼105栋 |
| Baker st贝克街221B | 瑞金二路50号 |

徐汇区

| | |
|-------------------------|-------------------------|
| 弋果美语 | 东安路599号正大乐城二楼1-205室 |
| 精英博蒂 Prestige Education | 零陵路231号天迈商务楼1号楼501-508室 |
| 小伊顿双语幼稚园 | 宛平南路592号 |
| 星贝儿童馆 | 田州路159号10单元 |
| 小小运动馆 | 天钥桥路580号星游城2楼F10-F11 |
| JZ School | 武康路280弄12号 |
| 美华妇儿服务 | 华山路800弄6号裙楼5楼 |
| 两块积木创意馆 | 虹桥路808号加华广场D112 |
| 蓝蛙徐汇店: | 天钥桥路131号地下1层12室 |
| 中国工业设计博物馆 | 逸仙路3000号 |
| 上海话剧艺术中心 | 安福路288号803室 |
| Little Bugz国际儿童会所 | 建国西路285号2楼201室 |
| 上海徐汇区民办安琪儿幼稚园 | 衡山路9弄2号 |
| 上海私立蒙特梭利幼儿园 (徐汇园) | 东湖路21号 |
| 上海市世界外国语小学 | 浦北路380号 |
| 圣瑞医疗 | 永嘉路718弄1号 |
| 美国医疗中心 | 田林路888弄1号东楼 |
| 上海新加坡国际学校 | 徐汇区华泾路1455号 |
| 上海瑞和门诊部 | 虹梅路1801号凯科国际大厦2楼 |
| 费尼餐厅 | 中山南二路699号正大乐城2-104室 |
| 上海保加医疗美容诊所 | 兴国路89弄5号 |
| 上海红枫妇产医院 | 徐汇区淮海中路1209号 |
| 欧登保龄球馆 | 衡山路10号甲欧登大厦3楼企划部 |
| PISTOLERA | 衡山路838号 |
| 新元素港汇店 | 虹桥路1号港汇广场1楼163室 |
| 上海维多利亚幼儿园 | 华亭路71弄1号 |
| 上海客堂间酒店管理有限公司 (游者意大利料理) | 永嘉路335号 |
| 上海马赛餐饮有限公司-MARDI GRAS | 兴国路372弄1号 |
| greensafe超市 | 肇嘉浜路333号亚太企业大厦304室 |
| 拉蒂娜 | 虹桥路1号港汇广场内街166号 |
| 美吉姆早教中心 | 徐家汇路618号日月光中心3层C区美吉姆 |
| 故事星球 | 建国西路691号1幢3楼 |

| | |
|-----------------------|------------------|
| 大董海参店(环贸iapm店) | 淮海中路999号环贸广场L6室 |
| Y+瑜伽生活馆(安福路店) | 安福路322号1楼(近武康路) |
| 懿懿小馆(港汇店) | 虹桥路1号港汇恒隆广场尚味美食街 |
| 新斗记(永新坊店) | 天钥桥路131号永新坊1楼 |
| The Garden Restaurant | 乌鲁木齐中路99弄汇贤居会所1楼 |

卢湾区

| | |
|---------|----------------------|
| 上海七色花小学 | 雁荡路56弄46号 |
| 乐天陶社 | 陕西南路180弄1号甲 |
| 百汇医疗 | 肇嘉浜路108号7楼 |
| 新元素新天地店 | 太仓路181弄新天地北里18号楼02单元 |

虹口区

| | |
|-------------------|--------------------------|
| 上海外国语大学附属外国语学校国际部 | 中山北一路295号 |
| Soccer school | 东江湾路444号 |
| 岩舞空间 | 花园路128号德必运动LOFT一街区A座105室 |

松江区

| | |
|-------------------|-------------------|
| 上海民办包玉刚实验学校 (中学部) | 三新北路900弄1800号 |
| 雲鮰 | 松东路219弄29号颐思殿广场二楼 |
| 上海赫德双语学校 | 茸北路336号 |
| 佘山3号花园俱乐部 | 泗陈公路4388号 |

杨浦区

| | |
|---------|------------------------|
| 美吉姆早教中心 | 淞沪路316号创智天地广场5号楼B1层 |
| 英锐教育 | 淞沪路303号6楼 (创智天地科教广场3期) |
| 复旦附中国际部 | 国权路325号 |

普陀区

| | |
|----------------|---------------------------|
| 小小运动馆 | 大渡河路196号长风景畔广场3楼L3--27/28 |
| SICC上海嘉庭中心 | 泸定路46号 |
| 上海市普陀区奇思幼儿园 | 金沙江路200号 |
| 上海学建教育管理咨询有限公司 | 真南路209弄19-20号市场部 |
| 彼德西餐 | 中山北路3300号4楼4056室 |
| 正道教育 | 丹巴路28弄旭辉世纪广场4号楼310室 |
| 爱儿婴童Spa | 曹杨路710弄31号101室 |
| Soccer school | 真南路2531号 |
| 七田真国际教育 | 真北路788号近铁广场南区 |
| 创意顶顶 | 中潭路91弄45号 |

宝山区

| | |
|--------------------|-----------------------|
| 小小运动馆 | 真华路928号大华虎城第三空间B1楼 |
| 中国工业设计博物馆 | 逸仙路3000号 (近长逸路) 3号楼2F |
| Soccer school | 长江路258号 |
| Martin&Friends儿童乐园 | 共和新路4957号 |

闸北区

| | |
|-----------------|-----------------------|
| 番茄田艺术 | 光复路195号a |
| 蓝蛙大宁店 | 共和新路1918号6幢102A-103A室 |
| 中华国际教育交流协会上海办公室 | 汉中路158号汉中广场509室 |
| 剪酷儿童美发 | 西藏北路198号大悦城北楼B201 |

嘉定区

| | |
|-------------------|----------|
| Soccer school | 墨玉南路博园路口 |
| 上海私立蒙特梭利幼儿园 (嘉定园) | 希望路1313号 |

崇明区

| | |
|----------|------------|
| 崇明金茂凯悦酒店 | 陈家镇揽海路799弄 |
|----------|------------|

不发言的学生

Thinking on Your Feet

经常听到这样的议论：“有个牛娃，被好几个藤校录取了！也难怪，那个孩子不仅成绩好，性格也外向，很受面试老师喜欢。”

普遍的印象是，美国人乐观外向，爱说爱笑。于是，性格外向= 交流能力强= 美国化= 面试加分= 适应美国生活= 将来更容易成功。

这样表面化的逻辑也有一定的依据：在美国教育界，人际交流能力被列为成功的必备素质。教师们认为，在这个喧嚣不停的国家，孩子一定要从小学会发出自己的声音，学会分享观点。而培养这个能力的重要渠道就是课堂讨论。

在美国学校，上课以讨论为主，课堂发言算做成绩一部分。老师就像主持人，提问加引导，一来提醒集中注意力，二来讨论能有效地启发思考。很多美国学生多年养成习惯，所谓thinking on your feet，反应快，回答果断。老师话音一落就开口，边说边想，听的人被带着弯来绕去，但只要过程愉快，结尾也能把自己说明白了，大家就开心，课堂也因此活跃了。

这样的课堂，自然更适于外向性格。美国大学里的有些大课，600-800多人，爱发言的学生自然得到更多关注，老师也喜欢他们来调节气氛。

近几年，畅销书《安静- 内向性格的竞争力》（下称《安静》）在美国教育界引起了反思。作者Susan Cain（凯恩）指出，美国人口中约30%为内向性格。而他们被外放型的主流商业文化贴上了“消极”等标签，被边缘化了。其实，在成功的领导人中（比如比尔·盖茨和Facebook创始人小马），内向者的比例达到70%，远远高于外向性格。

内向者是安静的思考者，善于聆听，经过充分思考之后再发言，分析能力和创造力也很强。而这样的性格在发言越多越好的美国课堂上往往得到负面评价，被迫去学习外向型行为。有调查表明，多数老师对“最理想”学生的描述就是一个标准的外向型，如果把爱因斯坦、著名导演斯蒂文斯皮尔伯格、《哈利波特》作者罗琳等放入这个理想模式，他们都会不合格的。

纽约时报专栏作者Jessica Lahey也是一位高中英文老师。《安静》一书令她开始思考自己的教学方式。但是，她在文章中强调，性格内向的学生仍然需要学会在课堂上发言，越是害怕越应该学习如何发言，不能用内向作借口。文章一经发布，就引来不少批评之声。

华盛顿邮报记者Valerie Strauss写到，课堂讨论一直被定义为：教师提问题，学生当场回答，教师评对错，然后记入评分。对于表现安静的内向学生，这其实是一种惩罚。与其用计分来强迫他们发言，不如探



竞波

北京人，留美15年之后，回国居住12年，在上海加入英文媒体《Shanghai Family》，在北京参与创办国际教育媒体《菁kids》并担任执行出版人。2016年又随全家搬回加州湾区。有两个正值青春期的女儿。

究一下有什么更好的方法让他们参与讨论。在教育也数字化的时代，课堂讨论也需要重新定义，对所有学生都有益的讨论才是最有效的。

《安静》的作者凯恩也发文《请帮助内向的孩子，不要惩罚》。针对内向者习惯想清楚再表达的特点，凯恩提出以下几种方式：

教师提出问题之后，让学生静下来思考，或者先写下来；然后，和一位同学交换看法；第三步才是发言分享给全班。

提出问题后，给出5-10秒钟，让内向的学生有时间整理自己的观点，害羞的学生可以积攒勇气。

鼓励学生通过数字教学平台上发表观点，积累讨论经验。

面对众多的负面评论，Jessica在惊讶之余，重新思考。她再次撰文说，原来自己把害羞和内向混为一谈了。害羞是惧怕负面评论而产生的胆怯；而内向性格则是喜欢在更安静少嘈杂的环境中专心思考和工作，这是不需要纠正的。

另外，照顾不同性格会增加工作量，但从效果看完全值得。曾有一位学生不爱发言，家长强烈要求不要记入课堂讨论分数。Jessica了解到学生越怕越延迟发言，越延迟心理压力越大。她就鼓励学生尽量第一个讲话。结果立见成效，家长也随之释然了。

在美国，不少内向者被迫外向化，所以，内向性格实际比例有可能高于30%。在日本，内向性格明显占多数。至于中国，有评论说，如果不是文化打压，内外比例至少1:1，看看网络上的热闹就知道了。

外向性格的网红们确实冲击了强调内省含蓄的传统文化，“知者不言，言者不知”早就压不住年轻人了。但在学校的课堂上，不过脑子就讲话还是会受到批评。

中国孩子在外留学，课堂发言常常是很大困扰。首先不免遇到语言关。开始听不懂，听懂了也难以快速形成看法，待看法有了，又踌躇口音如何讲清楚。等到准备好，话题已经被美国学生聊到八百里之外了。

所以，过了语言关之后，就需要加紧练习Thinking on You Feet。

离家千里去留学，也促使孩子们超越舒适区，重新认识自己，学会表达自己。了解性格特征，就不会被负面标签吓住。对于老师们教学方式的新尝试，也可以多分享自己的感受，支持他们的探索。

瞧，那个少年吉他手

The Young Guitarist



李梓新专栏

非虚构写作平台“中国三明治”创始人。曾任《外滩画报》主笔，采访过多名大选和名人政要。著作有《民主是个技术活儿：英国民主生活走笔》、《灾难如何报道》等。家有两孩，最近致力于中产育儿现象研究。

每个周五晚上，我都会带儿子其乐去见Anthony。我们要背上电吉他，穿过夜色，有时冒着细雨，来到包着厚厚隔音布的琴房。Anthony是一位脸上总是带着笑的黑人，微微发胖，见个面喜欢伸出拳头互相撞一下，叫一声“Bro”。他来自纽约，跟着华裔妻子来到上海已经有六年了。

插上音箱电源，拨弦，调音，弹一两首歌热热身。《Hotel California》是其乐保留的热身曲目。我其实未曾想象自己的孩子在十岁左右就能弹奏这首我听了20多年一直非常喜爱的民谣，尽管他弹得并不完美。

第一次来跟Anthony学习的时候，其乐也弹了这首歌。结果Anthony一会儿拿贝司给他伴奏，一会打起架子鼓，一会又在钢琴上弹奏和弦。几个回合就让其乐很想跟着他学了。

吉他是一种便携的乐器。它像一艘在身上来回漂移的船舶，让少年们觉得酷劲，又容易有些陶醉。其乐四岁开始学了几年钢琴，弹到经典的车尔尼之前就开始裹足不前了。他并不足够喜欢那些经典名曲。我们很难知道一颗年少驿动的心会因为哪种电光火石迸发出来的兴趣而在某个事情上驻足。

总之，他后来暂时放下了钢琴，从一把木吉他开始他的新历险。再后来，又很快切换到电吉他，因为多变的音色，更符合少年的天然兴趣。其乐成了一位吉他少年。

一下子跨越到电吉他时代，我自己也未曾想到。在我们这一代人心目中，吉他就是木吉他，弹奏在长发飘飘彩霞满天的校园。Rock N' Roll的吉他贝司和架子鼓，只属于我心目中的Beyond，多少还有一点距离感。

现在，我们的孩子很快拥有了最新的设备，而且有家长们积极创造的各种条件。像Beyond那个时代，“夹Band”（组乐队）通常只属于学习成绩不好，留着长发的学生仔。现在，却成了中产阶级家庭的新时尚。

当然，一切时尚的背后，也离不开苦练：左手手指磨出了茧子，各种和弦要烂熟于胸，连我都按不好的大横按，要迅速地切换。打下这些基本功之后，其乐开始找各种他喜欢的歌的乐谱翻弹。《Hotel California》就是这么摸索着弹出来的。这首歌他在我的车上了听过太多次了。

对于像我这样的70后一代，我们并没有太多的古典音乐素养，反而是对国内外的民谣和流行音乐有些浸染。谁没有听过Beatles、Eagles、Beyond呢。在我们自己没有机会学会弹奏这些乐曲的时候，孩子们能在自己的影响下喜欢并比我们更进一步，无论如何是一件高兴的事。

所以我并没有期待学吉他的经历在功利层面能给他带来什么。一个人能有一些超出一般爱好的技艺，虽然也不用达到专业水平，也能影响他的一生，给他带来一些新的视角，和这个世界多一点不同的触感。

现在就读六年级的其乐，身边弹吉他的同学还不太多。所以，慢慢的，班级活动会让他出节目。为了一个班级活动，坐校车的他要分两次把表演设备带到学校，一次带吉他，一次带音箱，然后再分两次带回来，不然一个人抱不动。在很多人从小学钢琴的时候，会弹吉他反而成了一种特色，它使其乐开始得注意表演时的台风了。

“站直了，左右肩头保持平衡。”

Anthony让其乐每一次都要注意站姿端正，那代表一个吉他手的仪态。还要他在弹奏时不要看吉他，慢慢达到“琴人合一”的境界。然后，还要对着麦克风开口唱。这对一个孩子不是容易的事。

最难的地方在于克服害羞，自然地表现出个人的风格。有一次，在虹桥南丰城中庭的演出之前，其乐很紧张，一直对我说：“演出的时候，不要一直把手机对着我拍！”

“一、二、三……”随着鼓手鼓槌的敲击，音乐开始流动起来。那一天他和两个韩国孩子和一个台湾孩子组成了一支临时乐队，演唱一首外国网络神曲《The Fox》，台湾孩子的鼓点打到一半，突然停了下来。剩下的三个孩子也不自觉地停了下来。作为主唱的其乐愣在那里，他估计觉得是一个很尴尬的场面。

倒是旁边那个留着蘑菇头的韩国孩子站到麦克风旁说：“It's ok! Let's Start over.”（没关系，让我们重新开始。）

这些应变的能力，也是一个吉他手必备的技能。

我有时会问其乐，以后他想组一个怎样的乐队，乐队叫什么名字？目前，这都是一些浪漫的假想而已。在他的学校，会弹吉他会打鼓的孩子太少，现在孩子的社交圈，没有社区文化，很难自己组建一个乐队。当然，他知道，组建乐队，最主要的是要有领导力。他已经慢慢意识到，在一个乐队里，除了音乐，还有很多方面的事情。

是啊，很多乐队的分分合合，是学吉他的少年现在不知道也不需要知道的。在最近的一次越洋飞机上，我看了一部Beatles的纪录片，在1960年代的跨美国巡演上，他们其实就是当年的TF Boys，在一群群尖叫的青少年中，一代又一代人，把偶像这种亦真亦幻的意象，烙印进自己的生活里。

菁
jingkids上海

菁kids上海
扫码订阅
每期杂志快递到家





优质英式国际教育臻选

幼儿园到12年级课程申请开放



哈罗公学是英国历史最悠久的著名公学，其第四所哈罗国际学校——哈罗上海国际学校，坐落于富有创新活力的外高桥森兰板块中心地带，继续秉承英国哈罗公学独特的教育理念与高水准的教学质量。

若您想了解有关哈罗上海先进的教育理念和完备的教学设施、杰出的实践领导力课程，以及我们对权威 A-Level 课程的理解，欢迎您与我们联系，来校参观垂询。

Leadership for a better world



HARROW
INTERNATIONAL SCHOOL
SHANGHAI

更多入学信息，请联系
admissions@harrowshanghai.cn
+86 21 6881 8282
+86 21 3891 9700
+86 1891 622 9776

扫描微信二维码关注
www.harrowshanghai.cn

