

# The Lucton Post

The Newsletter for Lucton School Shanghai | Issue 9 | November 2021

03 篝火之夜 · 万圣节    05 学术派 · 超级访问    08 Rowing Day



# 校长来信

近日，正值庆祝中华人民共和国成立72周年之际，当下正是反思“团结”与“和谐”该如何帮助我们建设未来的恰当时机。毋庸置疑，教育在这方面起着至关重要的作用。作为两个在国际学校就读的女儿的父亲，我与家长们一样，对学校在她们成长发展的过程中所扮演的角色心怀热忱。当我们的学生毕业时，他们将追求在瞬息万变的世界中留下自己的印记。他们将成为高度依赖技术的劳动力中的一部分，他们将成为日益互相依赖的全球社区中的一份子。这就是为什么我们重视教育我们的学生具有适应能力、灵活变通、多才多艺并具有出色的沟通技巧。这也是为什么全人教育对于我们的学生在离开莱克顿后的生活中能否取得成功至关重要。

在确保我们的学术标准一向出色，且我们的学生为考试做好充分准备的同时。在莱克顿，我们高度重视领导力、团队合作能力、同理心和综合推理等人际交往能力。尽管这些技能本质上已经融入了我们学校的结构中，这些技能仍可以真正体现在我们出色的艺术和体育课程中。沟通和文化意识也将成为未来经济的关键资产，因此，我们今年推出了“莱克顿精神发展计划”。这个雄心勃勃的计划旨在通过全面的学习体验来培养全面发展的年轻人，让我们莱克顿人有机会产生并进行大量有价值的实践体验，旨在培养他们具备关键领导力和沟通技巧。

作为校长，我的目标是支持莱克顿的目标——创建一个多元化、互相关怀并相互支持社区。基于这一点，让我们的家长参与学校的日常生活尤为重要。毕竟，他们在孩子在进入我们的教室前就开始教导他们。实际上，他们是我们的合作伙伴，他们最有价值的作用就是确保孩子与我们在一起的时间，获得了有所助益且丰富的教育。因此，反馈与沟通对于学校，对于确保我们每一个学生的成功都至关重要。一个积极主动、积极参与并相互支持的社区是为我们的孩子提供面对挑战和变化时所需要的品格和坚韧的力量之关键。

说到社区，这一期的莱克顿简报充满了我们近期举办的活动、节日的信息与回忆，其中包括十月的篝火之夜·万圣节主题庆祝活动。在此类活动中，我们经常自豪地说：“一个莱克顿，一个家”。也因此，我们的学生、家长和教职员齐心协力。未来，随着伙伴意识和社区意识的增强，我希望每一个都将“一个莱克顿，一个家庭”，不仅仅视为一句口号，而是真正的社区的召唤，象征着我们珍视彼此，真诚对待彼此，也反映我们在学校里的日常生活——恰如一个家庭。

我希望我们所有莱克顿社区的伙伴们都能享受我们莱克顿简报中记载的回忆，并期待我们在未来的旅程中创造更多快乐的回忆。



Mr Clem Parrish  
Headmaster  
校长



## 篝火之夜·万圣节

撰文/品牌与文化部  
摄影/品牌与文化部 & Everleen Zhang

今年是莱克顿举办的第四届篝火之夜·万圣节活动，我们将充满神秘色彩的英国传统节日与学生们最喜欢的万圣节，绑定在一起，形成了如今最受莱克顿人欢迎的节日之一。在这一天，我们庆祝篝火之夜，举办百家宴，搭建校园集市；学生们则会装扮成喜欢的形象，开设鬼屋游戏，播放万圣节主题影片……在这一天的校园里，各种活动、游戏目不暇给，每一个人都享受在欢乐的节日气氛中。

### 百家宴——美食里是家的味道

百家宴，顾名思义，是由每一个莱克顿家庭带一份拿手菜，汇集而成的“满汉全席”。这一天，美食又布满餐桌，飘香四溢。卤牛肉腱子、紫菜包饭、家乡菜脯煎虾丸、喜宴鱼丸、捞汁海鲜、醉蟹、纸杯蛋糕、越南大虾芒果卷……家长们一边将自己带来的美食放好，一直相互交谈着——这是在家里孩子最喜欢吃的一道菜，这是自己最擅长的一道菜，这是来自他们老家的特色地方美食……确实，每一道菜背后，都有一个家庭的故事与情感。当桌面上放满菜肴，当大家迫不及待的一一品尝，我们都能感受到那美食里传来的家的味道，是我们每个人都回味无穷的味道。它载着每一个家庭的亲情与依恋，汇聚成莱克顿大家庭此刻的温馨与陪伴。

### 校园市集——每一个摊位都是惊喜

由老师、学生、家长们自制的摊位一个个树立在校园的草地上，灯光、条幅、鲜花点缀其中，繁华且热闹。行走在一个个摊位当中，你会惊喜的发现，我们莱克顿人充满创造力和执行力。美味的烧烤也能“搬来”校园；热气腾腾的关东煮一定要来一碗；各种精美的手工饰品“俘获”了多少少女心；含苞待放的鲜花也被大家买去表达心意；还有学生一脸认真的看着卡牌，原来是在“占卜”……更有扭糖饼、套圈等小游戏点缀其间，好不热闹。在校园里琳琅满目、香气四溢、精致有趣、充满欢乐的摊位前，每一个人都找到自己的那份惊喜，每个人都会有所收获，有所期待。





### 万圣节——在自由里看到一份责任

当学校赋予学生自由，他们就会报以惊喜。今年的篝火之夜与万圣节紧紧绑定，于是，在今晚，你会看到各种异想天开的装扮。憨厚可爱的恐龙、优雅活泼的公主、调皮搞怪的小鬼、一袭黑衣的女巫……同时，学生会组织策划了密室逃脱游戏，从剧本的编写到道具的准备、从场景布置到NPC的设定，都是学生自己的创意和策划，他们将教学楼布置成恐怖又有趣的万圣节密室，吸引了一批又一批的学生和家长报名参加，尖叫声伴随着笑声此起彼伏。令人感动的是，整场的活动在学生会的带领下进行的有条不紊，志愿支持活动和做NPC的同学们也是勤勤恳恳的为大家提供服务。在这个节日里，我们不仅能看到莱克顿人的创意、热情和纯真，同时在他们身上，我们还能看到莱克顿人的责任与担当。感谢当天默默付出的学生会成员及志愿者同学们。

随着人们三三两两地离去，夜晚归于静谧。莱克顿第四届篝火之夜·万圣节活动也徐徐落下帷幕，纵然有许多不舍，有许多回味，我们仍可以期盼着明年，期盼着下一次欢聚。对于莱克顿人来说，每一次相伴都弥足珍贵，每一段一起走过的旅程，都是温暖我们前行的力量。

感谢支持本次活动，并且为篝火之夜·万圣节付出的学生、老师和家长们。特别感谢莱克顿学生会团队、志愿者学生、家委会成员等。

**学生会团队:** Lucas C, Juliana W, Karen K, Sean S, Yoyo Y, Jane C, Aily J, Rita R, James Z, Cathy X, Linda Z, Jeffrey Z

**志愿者学生:** Ethan M, Henry C, Chris J, Tom G, Chloe M, Ivy Y, Steven M, Kevin L, Rowell Z, Daniel W, Michael Z, Henry Y, Merliah T, Elise Z



### 震惊! Mr Williams竟是这样的人...

据Mr Williams自己所言，这已经是他第二次来到上海了。早在2012年，他就和同为英国教师的女友一起定居上海，为期两年。他说：“因为以前住在曼彻斯特，那里常年阴雨连绵，又湿又冷，实在是住得太难受了。”于是抱着对亚洲宜人气候的期待，他们来到了中国并定居上海，期间也不断外出旅游，享受各种美丽的风景。

热衷旅游，行万里路的他……

他在亚洲去过大大小小15个国家，疫情开始后在中国更是去过约35个城市旅游，包括南宁、昆明、阳朔、桂林和北上广深等。上海最终成为了他最喜欢的城市（当然这里也有他定居于此的因素），有好吃海鲜和好喝啤酒的青岛，这是他的第二选择。他对风景优美又富有历史内涵的西安也是赞不绝口。

旅游达人也无法适应的……

“我真的很讨厌戴口罩！尤其是当我坐地铁的时候！”Mr Williams很无奈地说，因为他有很多时候都会忘记戴口罩出门，他会经常被地铁工作人员拦下，就只能去旁边便利店买口罩。然后长此以往……陷入了一种怪圈：买了忘带，又买，又忘带……而且有时戴着口罩很闷，也很不舒服。（为了防控疫情，小编建议大家出行还是要好好戴口罩哦。）

### 震惊! Mr Williams对新冠恨之入骨竟是因为...

2019年末的疫情影响了全世界人民的日常生活，打乱了所有人对于未来的计划，Mr Williams也是如此。

从对Mr Williams的采访中发现，他是一个有仪式感、并且不

# 学术派 · 超级访问

主编/Jessica Gao  
采编/Jessica Gao, Eurus Li, Asteria Liu  
摄影/Nicolas Li

甘于平静生活的人。因此疫情的出现，导致他两年时间不能回到故乡——英国，因此他错过了许多有意义的日子，像朋友的生日、婚礼...【好像突然知道了些什么...】

同样，因为疫情原因，Mr Williams停止了他环游世界的脚步，被迫留在了中国整整两年的时间。他说：“如果他呆在一个地方太多时间，会变得懒惰，依赖于舒适区安逸的生活，从而不能挑战自己。”

### Mr Williams首次对House System展开回应...

House System在绝大多数莱克顿人的心中一定是又爱又恨的一个标志，爱自不必说，恨是源于每一次的破冰行动都是在强行社交，诞生了一个又一个经典的社死名场面。因此不可否认，有很多莱克顿学生对此颇有怨言。

今天——我们House System的发起人，终于第一次就此进行了回应……

Mr Williams：“创立House的初衷是因为，我想看一看每个莱克顿人为集体荣誉感而奋斗的样子。在我看来莱克顿是一个Family School，这里的每个人就如同家人一样，而House则是像一个润滑剂，让大家之间更好的融合。”

“对于我来说，我认为学生时期是最好交到朋友的时间，当一个人离开学校进入社会，交朋友的机会将会大大减少。因此我希望House的成立，帮助很多刚刚来到这个学校的学生，以最快的速度融入集体，交到朋友。同样，一些已经有了好朋友的同学们，也可以在这里扩大他们的交友圈。”

在Mr Williams的想法中，他希望每一个Lucton House可以成为一个团结、友爱、包容的一个团体，每个House成员间可以成为除家人外最亲近的朋友。

为此，他想出了很多办法来实现这一憧憬。例如，Lucton House曾经拥有一套完整的奖励机制，为此来给予每个House成员对于获取House Point的动力。不过这个奖励机制由于难以实行而半途夭折。



### Who's next?

Mr Williams作为首位被采访的老师拥有一个特别的权利——可以指定下一期刊被采访的老师，并且向ta提问。

而，下一个老师将是...Miss Clarke!

Mr Williams→Miss Clarke: 对你而言Perfect Sunday是怎样的? (答案将在下一刊揭晓~)

神秘彩蛋: 对Mr Williams而言，他的Perfect Sunday是...

一觉睡到自然醒(不用5点起床去健身房)，与女朋友一起寻觅美食，再找一个喜欢的电影、喝点酒，然后期待新一天的到来。



# 学术派 · 课堂演讲

主编/Asteria Liu  
采编/Asteria Liu, Yoyo Yang, Eurus Li  
摄影/品牌与文化部

本学期的学术课堂，同学们带来了非常精彩的课堂演讲，本期Newsletter邀请到了三名同学分享做课堂演讲的感受与收获。



## 商科

在商科课上，我们进行了小组演讲。我们组的课题是Market Segmentation，也就是细分市场。细分市场是一群共享一个或多个市场的人共同的特征，以及可能希望拥有相同特征的人，事物，从一个产品和反应到一个类似的营销举措道路，每个细分市场的客户都有不同的需求，不同细分市场的消费者对产品的需求不同。公司应该在他们的市场中识别细分市场。这是所谓的市场细分。然后他们应该使用他们的分析，细分市场，并决定他们应该瞄准哪些细分市场去销售他们的产品或服务。产品或服务市场细分最常见的方法有:Demographic, Geographic, Income, Behavioral, Psychographic.公司可以根据各个地区的人口数量，地理位置，收入统计，人们的行为和心理，从而进行市场分析。如果一个公司想要更好地售出自己的产品，那就要根据以上内容从不同角度去细分市场。我们的老师Daniel在我们演讲之后，还给我们更详细地举例了一些市场细分的案例，以便于同学们更好地了解什么是Market Segmentation和进行Market Segment的重要性。

Helen Chen Y12



## 心理学

心理课上，我们学习了我最喜欢的课题Psychology of Sleep，其中包括不同的睡眠周期，REM（一种叫做快速眼动睡眠的睡眠状态）与NREM（一切不属于REM的睡眠状态），生物钟，以及睡眠的功能等。Du Venage老师把全班分成了三组，给了每组同学一个研究课题并进行课堂分享。我和Albert同学从进化心理学(Evolutionary Approach) 的角度探究了睡眠对日常生活的意义和功能。我们主要探讨了Predator-prey status以及Hibernation theory。它们提出睡眠的一种功能是让生物在狩猎者活跃的时段内或食物极度稀缺（比如寒冬）时通过暂时性的休息避开危险同时保存能量。此外，我们还一起学习了Lesku et al.的理论。他分别从食物阶层，睡眠在环境中的暴露程度（比如睡在开阔的草原上或睡在山洞里）等角度讨论了这些因素是如何影响生物的睡眠周期及状态的。

当然，虽然这些理论为我们的讨论提供了一个理论框架，它们依然在不断地被挑战与更新。其他同学在后面的课堂分享中讨论了包括Restoration Theory与Memory Consolidation等几种截然不同的睡眠理论。通过这样的课堂分享从不同的角度理解一个课题鼓励我一直带着多元的视角学习。

Steven Li Y13



## 日语

在2021学年第一个学期的（这个时间好像有问题，我考虑自己改成恰当的）一个星期，我们日语班的同学被告知我们要做一份日语的演讲，内容是针对日本国内的教育。准备的时间只有短短的三天，当时内心十分的紧张，毕竟演讲只给这么点时间准备，上课也只是读了一度相关文献而已。但是抱怨归抱怨，我们还是动手去做了各自的演示文稿和演讲稿，可以说是做尽了准备。演讲当天光临的听众大多是低年级的同学和学校的老师。在正式演讲之前，我们亲切的日语老师，Ms. Stella Dong也听了我们的彩排，给出了正面的鼓励，同时指出了我们的不足。接着就是演讲了，演讲没什么大问题，只是稍微有点紧张，以至于彩排的时候的东西稍微忘了一点。我个人感觉这次演讲十分不错了，毕竟这是我第一次用日语进行这么长篇的演讲，相信我以及我们班的同学们都是一次挑战，大家都将自己最好的一面展示的淋漓尽致。我们的演讲也收到了许多来自同学和老师的好评及鼓励。相信随着学习的继续我们也会越来越好的，也感谢我们的恩师为我们付出的一切。

Jack Bian Y12

# 校园生活 · 中秋

主编/Eurus Li  
撰文/Amber Yang, Michael Wang, Mikasa Yu  
摄影/Nicolas Li

中秋之际，圆月挂上树梢。在莱克顿的校园里，一场充满欢乐的“中秋节睡衣派对”也开场了。莱克顿是一个大家庭，在中秋之夜，也有你我彼此相伴。对于新加入莱克顿的同学们来说，这或许是第一次在学校里过中秋节，却也是一番特别的感受，于是，我们邀请了几名同学分享当天的心情。



中秋节是中国的一个传统节日，莱克顿在那天也举办了有趣的中秋活动，延续了中华文化传统美德，也让我们感受到学校强调的“中国心”的思想。在剧院里，许多有才艺的同学纷纷展示自己，献上了精彩的歌舞表演，为中秋活动增添了色彩。活动表演结束后，大家便走出剧院，来到操场上一起赏月吃月饼。当晚的水果和蛋糕也很受大家欢迎。这是我在莱克顿过的第一个中秋，我认为这次活动十分有趣，期待下一次再和大家一起过中秋！

Amber Yang Y10

天道左行，秋中归校，月色皎洁，然不见以己。晚霞饭矣，入大堂，与二百余人共庆中秋。自总角至于现在，每逢月祭皆全家团聚。今日身在异乡，不见家中亲朋，正逢秋中时分，眼侧偏生几滴泪，值时未觉，却感心中酸涩。抹去眼角几许白露，仰头向国庆奋进。

辛丑年九月廿三辰时记于校

Michael Wang Y10

在中秋之时，我们在学校欣赏了许多有才艺的同学的表演。在剧院里，有的同学独舞，惊艳四方；有的同学自行组成乐队，奏出青春最美好的声音；台下大家的热烈的掌声此起彼伏，自然流露出的享受与喜悦，便是对这次中秋活动的最佳反馈。在剧院的精彩表演结束之后，大家还在操场上分享美食，在中秋佳节之时，赏月吃月饼。

Mikasa Yu Y10



我是12年级的Lucas，在本届学生会担任会长一职。作为会长，我的职责就是管理这一届的学生会，确保每人都做到了自己应当做到的事情。在学生会组织活动的时候，我会四处查看来保证活动能正常进行。同时，我在周晨会等公开场合，需要代表学生会来发布一些通知，当然，如果同学们有任何关于学生会的问题也可以来找我解答。

学生会会长 Lucas Chen

我是来自11年级的Juliana，担任学生会副会长。我会积极参与协调并组织学生会活动，尽力让每一次活动都让学生和老师很融入，且能够有一定的参与感。在进行学生会周会时，我会记录下大家的想法，尽力帮助去解决每一个问题，做出适当的调剂。当有问题或者要处理的事情时，我也会视情况而协助与之相关的学生会成员。而在有需要的情况下，我所要做的就是组织，协调，并解决问题。

学生会副会长 Juliana Wu

我是来自11年级的Sean。非常荣幸，我成为了这届学生会的学生之声，顾名思义，我的工作就是收集学生的意见并且汇集报告给老师再加以处理。在意见相悖时我也会与老师进行讨论是否能达成一致。我会通过意见箱与在线意见箱收集学生的反馈。当然了，在日常生活中我也会注意是否有尚未解决的问题以提升学生的住宿与学习体验。

学生会学生之声 Sean Shen

我是12年级的Karen，我是本届学生会的学术支持。学术支持主要负责学校目前已有的Peer Education Program和教室预约系统。PEP是学生之间的学习互帮小组，学有余力的同学会在课余时间帮助其他同学共同解答难题，在考试之前梳理知识点便于大家复习。其次，这学期为了满足同学们非学术时段外使用教室的需求，我们对教室预约系统也做了部分调整。

学生会学术支持Karen Ke

我是12年级的James。作为学生会的ICT Coordinator，我的职责是为学生会和全体同学提供技术支持并积极参与学生会年度活动，全力保障学生会网站和剧院设备的正常使用。同时，在其他学生会成员和学生遇到技术性问题或提出需求时，我会尽快做出相应的解决方案并第一时间给予帮助和解答。在每周学生会会议中，我会听取建议并实现改变从而让学生们更便捷高效的使用教室预约系统和软硬件设备。

学生会技术支持 James Zheng

我是来自12年级的Yoyo，在本届学生会担任活动策划的职位。活动策划的职责在我看来就是能够给同学们学习之余的课外生活带来更丰富的体验，让他们在闲暇之余也可以玩得开心，得到放松。这很考验一个人的组织与沟通能力，但我有信心完成今年所有活动的策划，争取让每位同学都能享受活动的过程，也期待在日后的活动中看到大家积极参与的身影！

学生会活动策划 Yoyo Yang

# 学生会,上任!

主编/Yoyo Yang  
撰文/学生会团队  
摄影/品牌与文化部

在2020-2021学年末，学校进行了新一届学生会成员的选举，学生们积极参与竞选，通过报名，演讲，实习等过程，考察并锻炼了他们的能力，新一届学生会团队诞生了。9月27日的周晨会上，由上一届学生会主席Steven L向大家宣布：新一届学生会团队正式出任，他们将从上一届学生会手中接过重担，带领同学们的学习与生活。负责各项事物、工作，为同学们树立榜样，成为领头人。以下是新一届学生会成员介绍。



我是12年级的Jane，我的职位是辅助和策划活动，对于今年，希望每一次活动都举办的很顺利，大家都玩的开心，我会尽我所能去完成好每一次活动，也会鼓励更多同学一起加入和参与到活动中来。

学生会活动策划助理 Jane Cai

我是来自12年级的Aily，在本届学生会中担任艺术总监一职。平时的工作是给活动部门策划活动设计海报来宣传学生会的活动。画画一直是我的兴趣爱好，因此我对这份工作充满热情，希望我能在之后的日子里把海报画得更加精美，更好地宣传学生会的活动。也希望我画的海报能让更多的同学们得知学生会的活动并且想要加入到其中，让他们充分享受我们学生会策划的活动，在闲暇的时间里得到放松。

学生会艺术总监 Aily Jin

我是来自11年级的Rita，今年我将会在莱克顿学生会里就任慈善总监。我会去努力在疫情期间里尽量给学生们提供更多做慈善项目的通道，让大家的生活中充满爱心。我会在学校里给学生们更多的机会去接触公益项目。校外的活动也是不可避免的，但我会确保大家安全的前提下筛选项目。在其余时间内，我将会给各个部门提供帮助。

学生会慈善总监 Rita Ruan

大家好，我是来自12年级的Linda，在学生会担任体育部负责人一职。在日常工作中我主要负责协助学校体育部老师做一些日常工作，例如加强老师与学生之间的沟通。更多的是策划与举办体育相关的活动。我们的任务，目标是想让所有的莱克顿学生都找到自己喜欢的运动，去享受运动体会运动的魅力所在。

学生会体育部长 Linda Zhao

大家好，我是11年级的Jeffery。在学生会担任体育部副部长一职。在日常工作中，我们主要负责协助学校体育部的老师做一些日常工作，如加强师生之间的沟通。它更多的是计划和组织与体育相关的活动。我们的目标是让莱克顿的所有学生找到自己的运动，享受运动，体验运动的魅力。

学生会体育部副部长 Jeffery Zhang

我是来自12年级的Cathy。财务的职责所在便是将所有账单和采购分门别类，以确保活动部门和财务部门能够清晰直观的感受他们当前的预算和资金余额。我会和活动部门及慈善部门建立良好合作关系，丰富莱克顿学生们的校园生活。当然了，资金的流入和减少很大程度会限制学生会的活动范围，必须规划清晰未来一年的财务收支。

学生会财务 Cathy Xie

# Rowings Day

主編/Yoyo Yang  
撰文/Linda Zhao  
采編/Nicolas Li  
攝影/Nicolas Li



大家好，我是上海莱克顿学校学生会成员。我担任学生会体育负责人一职。在前段时间，我校举办了一年一度的赛艇日。

我们全校师生以“House”划分出四个组展开了划船器接力赛，个人五百米划船器比赛，八单（八人单桨）的比拼以及我校赛艇队四双（四人双桨）比赛。这一天，我们来到莱克顿赛艇中心首先看到的就是室外场地上排排的划船器，立刻营造出了良好的氛围感，使我们更加期待比赛进行时的样子。怀揣着期待，比赛正式开始。第一项的划船器接力赛每个House每一队每个人都在尽自己的努力想要夺得冠军。耳边是此起彼伏的加油呼喊声，还有那风箱因拉力而转动沙沙的风声。在那一刻，很荣幸我是参与者，亲身体会到了那种强大的凝聚力。

八单比赛是真正的水上比拼，报名组队的老师、同学，几乎都是第一次接触。那天天气很好，艳阳高照风平浪静。大家没有畏惧阳光和炎热，尽力学好动作认真完成每一桨。赛艇真的很难，它不仅仅是一项单纯的“运动”，它需要近乎完美的配合，整齐划一的节奏动作还有团结一致的心。这正是我们要培养学生的优秀品质。在最后我们赛艇队的队员开展了一场友谊赛，展现出了赛艇队的默契配合与良好的实力，从中也可以看出他们日常训练的刻苦和吃苦耐劳的优秀品质。

作为学生会体育部负责人，在我看来这一天是无限美好的，在比赛和普及赛艇运动的背后是我们莱克顿人的凝聚力，是我们为了达到同一个目标一起努力奋斗的凝聚力。事后我也了解到更多的人喜欢上了赛艇，尤其是为自己的勇于尝试感到自豪。这也是我们所希望看到的。我也希望大家能更加勇于尝试挖掘自己无限的潜能，拥有更多的优秀品质，我也会努力为大家创造良好的环境，项目并实现。

Mr Christopher Warburton:  
今天让我回忆起我14岁时，在利物浦第一次划赛艇的情景。感谢我当时的团队，让我赢了比赛。



Miss Lynn: 今天的天气很棒，大家的专注度和渴望夺冠的气氛达到了顶峰。每个学院的成员都在为自己的队员——尤其是划船器接力队员，欢呼鼓舞。老师和同学们都非常努力，没有人愿意浪费一分一秒。而我，是第一次划赛艇，我所在的队还取得了冠军！



Mr Clem Parrish: 今天可不是我第一次划赛艇，过去，我也划过几次，只是已经很久没再接触了。对于今天那些第一次划赛艇的人，我想说，你们真的很勇敢。



# 暑期·支教手记

主编/Vicky Gong  
撰文/Chris Yang, Austin Li, Vicky Gong,  
Sean Shen, Michelle Wang

在这个炎热的夏天，上海迎来了历史新高温度，部分莱克顿的同学也结伴分为两组去往了西双版纳进行支教。第一组为12年級的Chris Yang, Yoyo Yang, Austin Li, Vicky Gong, 进行了为期五天四晚(7月18日——7月23日)的支教。第二组分别是11年級的Sean Shen, Milly Yu, Michelle Wang, Rachael Bao, Melissa Cao以及10年級的Andrew Ma, 进行了为期六天五晚(8月1日——8月6日)的支教。

在这五天内，我们白天去往社区教书，每个人都有自己所教的小朋友，有一些很乖，当然也有相当调皮的。但在我教他们的时候，真实地感受到了当一个老师并没有那么容易。我也意识到了西双版纳的小朋友们所缺乏的语言课程。我们也会偷偷的给小朋友们买吃的。在最后一次授课时，我们买了一些文具留给他们，他们一开始还很不好意思接受我们的礼物，所以我们用了很长时间去让他们不要觉得不好意思。在支教外的时间我们去了中科院植物园，曼听公园以及星光夜市，养了眼也饱了胃。

Vicky Gong Y12



这次的支教之旅不仅仅是我们去教那些小孩，更是对我们的一课。尽管他们不算严格意义上的贫困儿童，有吃有喝有学上，但我们还是看见了他们精神世界的匮乏，更重要的是他们也意识不到内涵的重要性，这也是我们需要为他们带来的。我不清楚我们是否真的影响到了他们，但我还是希望在那短暂的几天里我们或多或少的改变了他们的人生轨迹吧。

Sean Shen Y11



去西双版纳支教是一次非常好的体验，我不光体验到了傣族的传统文化和美食。更多的是感受到了当地小朋友对学习良好的态度以及对未来生活美好的向往。最后，我也学到了很多，当一名老师不仅仅是只要把课文读好，更多的是要让小朋友们理解课本上的知识以及让他们逐渐热爱学习。

Austin Li Y12



# “



初到当地的支教居委会，对那边的第一印象是这边不适合支教：房屋非常简陋，居委会的桌子也是破旧不堪，环境也非常恶劣。但当时看到一个个小朋友站在那里等着我们去认领的时候，我的心都融化了。他们很听话，我教的小朋友很可爱。她才四年级，她不会的问题就会轻轻拍拍我问我怎么做。炎热的八月，也会让她们不想写作业，我们会买来一大袋冰淇淋给他们消暑。我们也会带着他们玩游戏，看着他们在仅有的一点点空地上奔跑，我还有点羡慕他们，羡慕他们可以无忧无虑。虽然只维持了4天的支教可是让我对他们万般的不舍。最后一天的支教工作，也是很快的结束了。他们一个一个和我拥抱告别。期待下一次的见面。

Michelle Wang Y11



和朋友们一起去的西双版纳做义工，是短暂地重塑了部分精神世界的一周。

偏僻的小镇并没有和最初假想的印象一样贫瘠，以至于看到部分孩子们有手机时，我甚至有些许不解。每每回想起那一刻，也就对自己的偏见和歧视生出越来越多的反感和抵触。是否我们从最开始生出做支教念头的时候，就从始至终带着一种难以言说的优越呢？我们近乎玩闹一般的去和那群孩子相处、结识、教导、交流，而后成为朋友几天便转身离去的行为，到底是帮助他们还是仅仅丰富了自己的经验和精神世界，又在自己的履历上添了漂亮的一笔。好像并不是多负责任的举动，而这些好像对我们很有意义的经历对他们来说大概毫无价值吧。利己亦或是利他大抵在他们长大后模糊的印象里也无所谓了吧。

其中印象很深有个叫玉欢的小姑娘，有双漂亮过分的眼睛，也是我最乖巧伶俐的学生。大概每个老师都很难不对个别孩子生出偏爱吧。一看到她黑珍珠似裹着层水雾的眼睛，就会感叹道，年少的儿童真是充满希望和生命力的美好存在，也常常勾起我的回忆，令我深思自己那段眼神会发光的童年生活是什么时候结束的。

还有个颇为顽劣的小男孩，对学习流露的全部态度就是抗拒和无所谓。心软的性子让我很难说出责怪的话，只能陪他说些他感兴趣的闲聊。倒是问起他的梦想时，他神气地答出想成为外卖员，一下让我愣住了神，才后知后觉环境的影响可能还是不可忽视的造成了他们认知的匮乏。我能够尊重理解他们的想法，能够想象到他们的父辈如何辛勤的工作。将自己的脊背累弯成了一张弓，想要将孩子们从这块称不上富饶的土地弹射出去。不管是经济层面还是精神层面的复杂问题，那几天的见闻展开了讲没有几十页纸的论述是很难言明的。但最重要的点在于我想教育的意义始终在于给予每个人选择的权利，是带来自由平等的意志，是让所有人做到物有平则鸣，是张载说的为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。

Chris Yang Y12

# USAD 竞赛

撰文/Melody Lv

USAD美国学术十项全能是最权威的主题学术团队竞赛，迄今已拥有50多年的运营历史及学术积淀，每年都有超过20000名全球顶尖高中生参与其中，已成为高中生首选的主题通识学术挑战。

USAD每年围绕一个全新主题，科学设计十门学科内容、多元化的评估环节以及标准，旨在通过跨学科的团队式项目制学习提升学术水平与知识框架搭建能力，从而以全新的视角理解文化差异、拓展国际视野、提升审辨思维能力、链接未来的大学学习。

今年的USAD竞赛是以“WATER\_A MOST ESSENTIAL RESOURCE”为主题的，意为“水：溯源”。

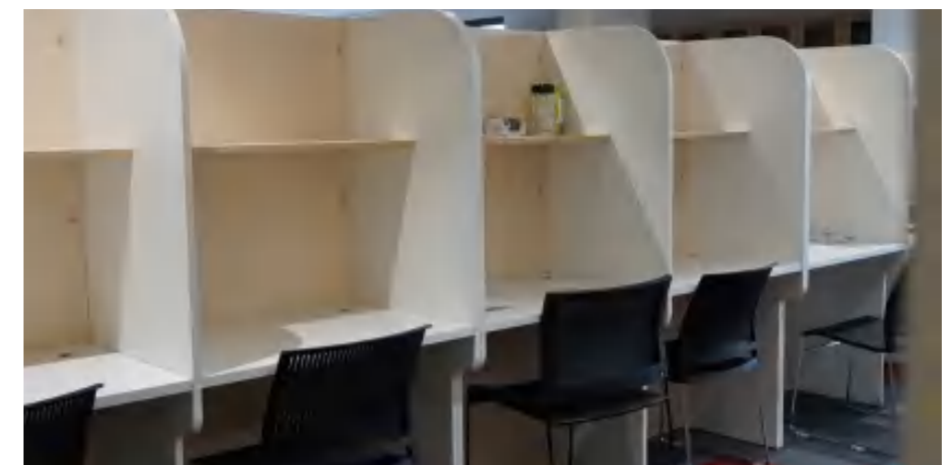
USAD SEED是USAD国际组委会针对非英语母语国家全新推出的USAD平行活动。在传承USAD高含金量、权威性和严谨性的基础上，帮助学生更好地连接USAD与未来自我发展。

上海莱克顿USAD Chapter今年由新任社长Melody Lv带领，由前任社长Nastya Du建立于2018年秋，于2019年冬天正式获得赛委会官方认证。这是一个完全由学生组织并运行的校园非官方社团，今年是第四届参加USAD 比赛，目前已有三名同学报名参加USAD SEED比赛，一名同学报名参加USAD比赛。



## 图书馆改造

本学期学校对图书馆进行改造，将图书室搬迁至宿舍中的家庭室 (Family Room)，方便学生取阅书籍，同时为住宿环境增添了一缕书香。与此同时，图书馆增设了独立自习间 (Silence Area)，为学生们提供安静、私人的自习空间。



## 《上海莱克顿学校沟通交流机制》

9月28日，我校发布了《上海莱克顿学校沟通交流机制》，这份文件概述并简化了莱克顿家庭获取学校信息、联系和参与的渠道。莱克顿一直在努力建立与家长的良好沟通，让家长们更好的参与到学校生活中，共同建设，维护莱克顿社区的和谐稳定。

## 学子高光

13年級的Sue Feng同学以她出色的AS英语科目考试成绩，荣获“剑桥卓越学子奖”中AS和 A Level阶段的“中国顶尖奖”。

13年級的Eurus Li完成了一个名为“分裂样人格障碍：综述”的研究项目。她的论文将发表在《社会科学、教育和人文研究进展》(ISSN: 2352-5398)上，并提交给会议索引数据库-社会科学与人文科学及中国国家知识互联网。

11年級的Jeffrey Zhang, Chris Ji, Jacob Yu, Kay Yan, Steven Dai和12年級的Jonathan Liu, Sunny Sun在2021FIRST科技挑战赛中国区总决赛中获得了二等奖。

12年級的Alvin Gao在ASDAN模拟商战线上挑战赛中，荣获银牌、商业卓越奖 (Business Excellence Award) 和青年企业家证书。

10年級的Justin Wang在ASDAN模拟商战区域战中，荣获的铜牌、顶级贸易公司奖 (Top Trading Companies) 和青年企业家证书。

# 公告板

撰文/品牌与文化部  
摄影/品牌与文化部

## 莱克顿精神发展项目

在本学期，学校实行了莱克顿精神发展项目，该项目旨在培养学生的品格、能力和生活技能。以确保我们的学生在课堂内外有全面发展的机会。



## 实习生制度

8月，学校推行了实习生制度，即学生们可以通过申请，到学校各部门实习。实习生制度一方面为学生们提供了锻炼自身专业能力或培养未来专业发展方向经验的机会；另一方面，使学生可以更深入地参与学校各项活动、事物，为莱克顿社区的建设添砖加瓦，更具归属感。



## 消防演习

9月8日，学校组织全体师生进行消防演习；9月28日，学校再次组织学生们进行夜间消防演习。两次演习是为了保证学生们都已具备安全意识及逃生能力。安全无小事，责任重于山，保障生命安全是首要大事，学校在保护学生的同时，也会加强培养学生自我保护的能力和意识。



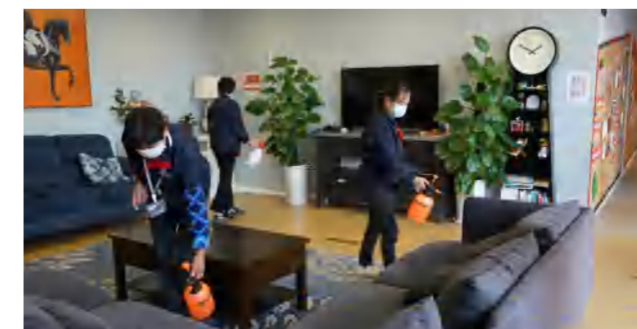
## 周末活动

周末，莱克顿都有丰富的活动，充实学生们的课余时间。如：开心厨房，学生们会烧出一道道美味的菜肴；知识竞赛，一次涨知识的比赛；生日会，让莱克顿大家庭更加的温馨紧密；心肺复苏培训，掌握必要的急救知识；师生羽毛球赛，一场酣畅淋漓的对决……



## 消杀工作

11月2日，学校再次对学生宿舍进行全方面、彻底的杀菌、消毒和清洁。莱克顿一直坚持做好卫生安全保障工作，保持严格的防控清洁措施，保护每个人在校的健康安全。



## 数独游戏

数独 (英语: Sudoku) 是一种逻辑性的数字填充游戏，玩家须以数字填满每一格，而每行、每列和每个宫 (即3x3的大格) 有齐1至9所有数字。游戏设计者会提供一部分的数字，使谜题只有一个答案。

## 本期题目

	6	1		3			2	
	5				8	1		7
					7		3	4
		9			6		7	8
		3	2	7	9	5		
5	7		3			9		2
1	9		7	6				
8		2	4				6	
6	4			1		2	5	

请关注微信服务号“LuctonShanghai”，发送你的答案，前三名发送正确答案的朋友，将有机会获得精美的小礼物哦 (本期答案将在下期Newsletter中揭晓)。



# 馨校园, 新活力, 心记录

《The Lucton Post》莱克顿简报, 是由莱克顿品牌与文化部统筹编辑, 实习生团队采编、撰稿、拍摄并制作视频影像, 共同完成的。旨在记录莱克顿人的在校时光, 展现莱克顿人的校园生活方式。

主编: 品牌与文化部

编辑: Jessica Gao, Eurus Li, Asteria Liu, Merliah Tan, Yoyo Yang, Vicky Gong

摄影/摄像: Nicolas Li, Everleen Zhang, Mike Cao

视频制作: Tina Jin

## 我们的团队



## 互动环节

1. 超级访问互动: 下一期莱克顿简报将访问我们可爱的Miss Clarke老师, 大家可关注微信服务号“LuctonShanghai”, 发送消息, 留言你好奇的问题。
2. 游戏互动: 如上
3. 感谢大家对本期刊的支持, 欢迎大家提供想法、建议或其他感兴趣的板块, 发送到微信服务号“LuctonShanghai”, 我们期待做出更受大家喜爱的校园杂志。