

2024上海小昆山乡村马拉松赛在万亩良田激情开跑

用脚步丈量乡村之美

本报讯(记者 李光 文 蔡斌 摄) 11月16日,2024上海小昆山乡村马拉松赛在风景如画的万亩良田激情开跑(见右图)。本次赛事吸引了来自全国各地的1500名跑步爱好者,他们齐聚松江,用脚步丈量小昆山镇的乡村之美,感受这里厚重的人文底蕴和秀美的自然风光。

上午7时30分,随着发令枪响,半程马拉松选手从小昆山镇的西泾港路平原街起终点开跑。选手们途经永复公路、白圩村路、永昆公路、曹浜东路、永丰公路等地,沿途饱览万亩良田风光。在21公里长的赛道上,跑者们不仅锻炼了身体,更在奔跑中感受秀美的郊野风光,找寻一份久违的宁静与自然之美。

除了赛道沿线风光秀美宜人,本次赛事同样是一场高水平专业马拉松选手的竞技盛会。经过激烈角逐,来自山东临沂的选手曹天祥以1小时06分53秒的成绩荣获2024上海小昆山乡村马拉松赛男子组第一名,来自上海体育大学的选手张草和盛旺分获女子组第一名和



男子组第二名的好成绩。值得一提的是,曹天祥作为一名专业马拉松运动员,此前曾多次参加国内专业的全马、半马赛事,更于近日在临沂马拉松赛中夺得全程男子组亚军、国内选手第一。他表示:“今天的赛道体验特别不一样,有别

于之前参加的城市马拉松,景色特别好,赛道安排也很舒适安心,在田野里有一种回归大自然的感觉,心情特别舒畅。”

以1小时19分45秒的好成绩第一个冲线的女选手张草是安徽人,目前在上海体育大学读研一,是2023上海女子

半程马拉松赛冠军得主。“今天的天气和赛道都很给力,我非常享受整个比赛过程。”张草说。同样是上海体育大学在读研究生的盛旺刚在本月10日举办的顺德半马夺得男子组冠军,他表示,松江的市民非常热情,一路加油鼓劲,给了选手们十足的动力,氛围非常好。

本届赛事在终点站平原街现场还设立了集市摊位、怀旧经典、创意DIY、农耕打卡、活动舞台等板块,还有小昆山“新十景”打卡通关,循着线索打卡各个区域,完成任务后可赢取精美小礼品,吸引了众多参赛选手和市民参与。

近年来,小昆山镇依托秀美的田园风光、丰富的文化底蕴和优质的生态资源,成功举办了多项体育赛事,如上海市田园亲子健康跑、上海市田园铁人三项赛等。这些赛事不仅推动了小昆山乡村旅游的发展,也深化了农业文化体育旅游的融合发展模式。未来,小昆山镇将继续打造更多精彩的体育赛事和活动,为乡村旅游持续“引流”,让更多的人感受到这里的非凡魅力。

上海发布首批帐篷露营地“白名单”

松江三家上榜

露营旅游业近年来发展势头迅猛,为加强优质文旅产品供给,推动帐篷露营规范化、品质化发展,更好满足人民群众对美好生活的向往,近期,上海市文化和旅游局开展了经营性帐篷露营地资源调查,确定了经营性帐篷露营地首批“白名单”。松江3家榜上有名,分别是橙蓝国际森林营地、松江吾舍农场营地和影视乐园嗨KING电影营地。

橙蓝国际森林营地位于泖港镇朱定公路333号,占地500余亩,以“森林连荫,绿化繁茂”著称,有“绿野仙踪”般的生态湿地森林营地。除了设有精致露营地、活动大草坪、蔬果采摘园、蘑菇王国、萌宠乐园、森林学校、皮划艇码头等不同功能区域,内部还拥有休闲、娱乐、会务等各类帐篷,向市民提供正餐、烧烤、咖啡茶饮等餐饮服务。

松江吾舍农场营地位于泖港镇西厍路108号,农场有7000平方米的室外草坪和6000平方米的室内活动教室,设有农耕课程、民俗课程、户外露营、DIY课程,配有专业辅导、讲解人员等师资队伍,能结合劳动实践教育需求和户外帐篷露营场景,提供有针对性、互动性和引导性的指导服务。

影视乐园嗨KING电影营地位于上海影视乐园景区外滩公园内,面朝和平广场,紧邻苏州河,周边是民国风,打造了电影主题场景。营地设施齐全、功能完备,除了在节假日组织主题活动外,还提供飞盘、营地寻宝等常规户外精彩活动,精致的下午茶套餐、户外烤肉等美食也深受游客欢迎。

(记者 杨舒涵 整理)



▲小昆山乡村半马集市热闹非凡。

记者 李光 摄

►市民游客积极打卡特色活动。

记者 蔡斌 摄

乡村马拉松“带货”掀起消费热

本报讯(记者 李光) 11月16日至17日,随着2024上海小昆山乡村半马成功举办,小昆山镇平原街上的“小昆山有好市”商旅文体农展集市迎来了“大流量”,现场热闹非凡,摊位云集,商品琳琅满目。集市设立了集市摊位、怀旧经典、创意DIY、农耕打卡等丰富多彩的特色活动板块,汇集了92家商户参与,还有京剧、沪剧、变脸、魔术等精彩演出,为参赛者和游客提供了丰富的购物和娱乐体验。

参赛选手黄宇杰表示:“本来计划

跑完就走的,但是现在可能要多留一天了,集市挺有意思的,体验感也比较好。”黄宇杰的话道出了许多参赛者和游客的心声,他们被小昆山镇的魅力所吸引,愿意在这里多停留一段时间,享受比赛之外的乐趣。

在马拉松赛事的带动下,小昆山镇的酒店、餐饮及零售等行业的销售额均实现了增长。赛前,赛道周边的民宿、酒店等房间被预订一空,全季酒店比赛这一周营业额增长约40%。特色集市上,粮油副食品店“俊标粮油”也迎来了销售高峰,11月16

日当天的销售额8000多元,超过了门店平时3天的总和。餐饮方面,三斗半餐厅销售额增长35%,呈德餐厅更是激增40%。此外,新呈记饭店通过推出融合小昆山镇地标元素的文创好物,也吸引了大量顾客,进一步推动了销售额的攀升。设计师陈瑜斌表示,这些融合了“二陆草堂”“万亩良田”“千年银杏”等小昆山元素的创意作品凭借其巧妙的设计和美观的形象得到了许多选手和游客的喜爱,每天上午带来的产品不到中午就发放一空。

颖楠则忙着为孩子们搭建起简易走秀舞台。“妈妈,我想要设计一件公主风的树叶裙子!”“爸爸,我还要做一个帅气的手杖”……制作树叶时装的过程中,小朋友们不单充当小帮手,也会提出自己的创意。

大约一个小时候,孩子们身穿改良旗袍、披风、公主裙等各式各样的创意树叶服饰闪亮登场。伴随着动感的音乐,一场树叶时装秀就地上演,不管是男孩子还是女孩子,都努力展示起自己和爸爸妈妈的成果。家长们纷纷拿出手机,定格下俏皮可爱的画面。“很棒的亲子活动,特别是制作树叶服饰的环节,孩子们手脑并用。”一名家长说。

刘杉介绍,最近正值幼儿园一年一度的畅玩节,今年的畅玩节基于“回归自然,爱玩乐学”的课程理念,形式丰富多样,除了园级层面的活动,各班均推出了特色主题活动。尽管活动形式有所差别,但都注重引导幼儿在探索中发现,在体验中认识自然,积累经验。“我们班的这次主题活动,在设计上,除了关注幼儿对秋天的认识,还涉及了美术、音乐等艺术体验。”刘杉说。

松江进入深秋 气温较为稳定

本报讯(记者 陈俊杰) 阳光时隐时现,秋风带来阵阵寒意,让人时不时打起寒颤。受冷空气影响,昨日松江天气阴到多云为主,最高气温仅15℃。未来一周,气温较为稳定,在10至17℃之间。气象部门提醒,松江天气已进入深秋,市民在着装上还需及时调整,谨防感冒。

早上9时,天空中覆盖着厚厚一层阴云,阵阵秋风吹过,带来丝丝寒意,不过,此时的上海方塔园里一片热闹。记者看到,由于气温骤降,市民纷纷戴上口罩并穿戴上了棉服、线帽、羽绒马甲等御寒,还有不少市民自带保温茶壶,偶尔喝上几口来暖暖身子。“每天都会来公园散步,带个茶壶方便喝,可以保暖。”市民王先生告诉记者。

气象部门预计,周二(19日)和周三(20日)松江以多云天气为主,周四(21日)和周五(22日)则更为晴朗,适宜晒衣晾被。周六(23日)起云系开始增多,周日(24日)和下周初松江又有一次降水过程。

未来一周具体预报如下:11月19日多云到阴,11至15℃;11月20日多云到阴,10至16℃;11月21日多云到晴,10至17℃;11月22日多云,10至17℃;11月23日阴到多云,11至16℃;11月24日阴到多云转阴有短时小雨,11至17℃。

杨永发个人画展亮相洞泾镇

本报讯(记者 张立) 庄严肃穆的敦煌壁画、形神兼备的艺术画像、相映成趣的青绿山水……职业画家杨永发今年首个绘画作品展日前在洞泾镇社区文化活动中心亮相,25幅融合了中国传统绘画技巧与西方现代画作技法的彩墨作品为市民带来了一场独具特色的艺术欣赏大餐。

记者在画展现场看到,简单的活动中心摇身一变成为一处人人可享的艺术空间。步入其中,首先映入眼帘的是三幅《鸟瞰》系列画作,青绿色水墨点染下,宛如俯瞰灵动山水,笔触流转间尽显悠远意境。进入过道,则是“别有洞天”,有序陈列在墙的古朴敦煌壁画好似串联而成了一条艺术长河,丰富的色彩与细腻的描绘仿佛古老神话再现于世。紧接而来的则是一幅幅栩栩如生的艺术画像,流畅的线条、斑斓的色彩都似乎为画中人物赋予了活力。

杨永发表示,自己素来对敦煌壁画情有独钟,年轻时更是多次前往敦煌进行实地考察与研究,不论是整体构图还是局部细节,他都耗费了大量精力去研究,并吸纳其中精髓应用于自己的绘画创作之中。“敦煌壁画背后饱含中国传统文化的深厚底蕴,我再将其与我们现代的审美相结合,希望传递出一种宁静质朴、超脱自如的境界。”杨永发说。

据了解,本次画展是杨永发首次以个人名义在洞泾镇举办的小型画展,本次画展持续至11月24日。

走进田间课堂 争当农业好手

本报讯(记者 陈俊杰) 下地、种菜、摘菜……这些农耕实践对于久居城市的学生们而言十分新奇。11月12日下午,在新浜镇的上海春强蔬菜基地里,来自华政附校的近40名学生走进田间课堂,学习菜苗移植、农药残留检测、蔬菜采摘等,在体验农业生产的同时,也收获了不少知识。

“小朋友有没有自己种过蔬菜呀?”“我和奶奶一起在家种过。”“我种过青菜,每天放学回家都会浇水。”……下午1时半,上海春强蔬菜基地里正在开展一堂生动有趣的农业实践课。土壤的选择和改良、种子的选购与种植、病虫害的预防与治理……讲解员以通俗易懂的方式向学生们介绍着这些平时在学校里难以接触到的“新知识”,让台下的学生感到惊奇连连,为课堂注入源源不断的活力。“我本来以为蔬菜种植很简单,埋下种子,然后盖上土就行了,但是上完这节课发现,种植蔬菜还是有很多技巧的,并没有这么简单。”学生刘伊沐感叹道。

学习完理论知识后,学生们走出教室,来到田间课堂,在领取完铲子、耙子和小菜盆等工具后,便急不可耐地走进蔬菜种植大棚,开始尝试移栽菜苗。“我现在知道了蔬菜种植的时候,不能仅仅撒把种子,还要防虫,定期施肥、浇水,移植的时候要带着土一起移植。”学生江宇晨告诉记者。

随后,学生们来到蔬菜大棚里采摘青菜,不一会儿,大家就收获了满满一袋,并结束了这趟农业之旅。“希望通过这样的实践活动,能让同学们了解蔬菜、粮食的来之不易,能够珍惜现在所拥有的美好生活。”华政附校政教处主任胡静介绍。

大手牵小手玩转落叶时装秀

洞泾幼儿园光星部举办亲子自然行走活动



本报讯(记者 王梅 摄报) 11月9日,洞泾幼儿园一学期一次的亲子自然行走活动又上线了。光星部大一班锁定“抓住秋天的尾巴”这一主题,大手牵小手玩转落叶时装秀(见左图)。

活动地点选在幼儿园附近的公园,家长和孩子以天为顶,席地而坐。“秋天的尾巴在哪里?”当老师抛出这一问题时,孩子们四下张望起来。有人说,秋天的尾巴藏在变了色彩的大树上;有人指着小朋友身上的针织衫,说出了自己的看法——“冬天外出要穿羽绒服,秋天才穿针织衫”;还有人从地上捡起黄透了的落叶……关于秋天的讨论就这样展开了。

讨论结束后,孩子们四散开来,组队寻找心仪的树叶。家长们拿出提前备好的废旧材料开始裁剪,纸板箱、塑料包装纸都派上了用场。教师刘杉、郭