

文海九年级学生贾奕人考进浙江首个海军航空实验班 除了成绩好、身体素质强 积极乐观的心态也很重要

本报记者 阮飞霞 通讯员 林霄

下沙出了一名“翱翔的小雄鹰”，文海实验学校901班学生贾奕人，考进浙江省海军航空实验班。

今年3月，海军机关和浙江省教育厅在宁波效实中学合作开设省内首个海航班，首期面向全省仅招收应届初中毕业生60人。

从一开始的网上报名到文化课考试，数千名报名学生能进入最终考核的也只有200人。在宁波进行体检后，贾奕人以总成绩排名13的成绩入选。当时该实验班在杭州地区仅录取6个名额，文海中学的贾奕人成为六分之一，不能说凤毛麟角也能说是万里挑一。

要入选海航班，文化条件是基本要求之一，报考者必须品学兼优，中考成绩有望达到优质高中录取线。“他是一个聪明的孩子，接受能力很强，尤其擅长理科，从入学到现在每个学期都在不断进步。”贾奕人的班主任张振芳老师说。

最让老师欣慰的是，贾奕人被录取后并没有懈怠，本可在家等候开学的贾奕人又回到学校，与同学们一起上课。也许正是这样不松懈的精神，让他能够成为海军航空实验班的一份子。

“我小时候就有一个当飞行员的梦想，而参军对于男孩子来说也是一个很不错的锻炼。”贾奕人说。

为了这次海军航空实验班招生，他也



是做好充分准备。每天7点，他到校参加学校晨练，下午的活动课和同学们一起打篮球、乒乓球，用来增强体质。爸爸妈妈也是贾奕人的坚实后盾，饮食起居无微不至。虽然在准备过程中，贾妈妈也是极不愿意孩子因为这么低的录取率而影响学业，但妈妈尊重他的决定。

“贾奕人不仅学习成绩优异，身体素质过硬，同时面对挑战有着积极乐观的心态，面对学习保持着持续的兴趣和动力。”文海实验学校九年级负责老师表示，“贾奕人在文海接受九年义务教育，作为优秀毕业生的一员，他的成长能够反映出文海在全面育人方面的努力与坚持。”

机票最低一折起，正是出行好时机

转眼，六月已经近在眼前，即将到来的暑假是不少毕业学子出行旅游的黄金时间。当下的机票价格也正上演着“大跳水”，部分从杭州出行的机票已经低至一折，如果你也有出行计划，别浪费这个好时机。

机票上演白菜价 早晚班次折扣率最高

记者查询多家旅游网站后发现，从杭州出发，很多地方的机票都出现“白菜价”，现阶段确实是出游的好时机。

不少网站都在首页推送特价机票，折扣大多在一到两折左右，像杭州到海口，价格为199元起，杭州到天津，价格为237元起，杭州到哈尔滨，价格为320元起。有旅行社工作人员透露，5月、6月通常是旅游淡季，飞国内的特价票相对较多，价格普遍低，早、晚班次的折扣率最高，而中午、下午的航班打折力度相对小一些。一般机票价格一天内还会浮动几次，有闲空的人们可以起个大早淘淘看有没有最便宜的特价机票。

不少旅行社也结合夏季特色，顺势推出一些低价机票抵达地的清凉旅游线路。

在学源街上某旅行社的工作人员介绍：“九寨沟风景宜人，很多人都喜爱在夏天逛逛山山水水，现在价格也十分优惠，七天的行程基本上在三千多左右。”

另外，近期国外机票价格降幅也很惊人，这已经直接影响到出境游的整体价格。比方说像杭州到济州岛价格仅为994元，杭州到大阪1440元。

低价票退票费昂贵 抢票前要三思

低价票固然令人眼馋，但抢票前还需谨慎仔细。要知道，这些特价机票旅行套餐的退票费大多十分高昂。

例如，携程网机票旅行套餐退票费高达90%，这就意味着购买这种优惠旅游套餐的游客，一旦更改行程，就要承担高额的退款费。所以，如果近期想和家人朋友一起乘机返乡最好考虑充分，尽量避免退票。而计划在暑期外出旅游的朋友，要把握好时机，买下特价机票可以省出不少交通费，体验一场划算旅途。

本报记者 胡师睿

不断旋转的指尖陀螺 成新解压神器

在快节奏、高强度的工作压力下，买些新奇的减压玩具给自己舒缓下压力，成了不少工作者的业余爱好。最近，一种名为指尖陀螺的减压玩具因为玩法简单，设计新颖获得了不少人的钟爱。

蹿红的“指尖陀螺”，吸引不少眼球

这种名为指尖陀螺的减压玩具，是一种依靠轴承可以在手指上旋转的手上玩物。起初出现时多为两叶，玩家用双指按住中间轴承部分，轻拨叶片，陀螺就会旋转起来。现在市面上还出现了三叶、多叶指尖陀螺。

此外，一些玩家还自创几种高级玩法，比如单手互换位置，四指轮流接力，左右手凌空飞接，放在其他物体上旋转等玩法。

在价格上，这种玩具的单价从几元钱到上千元都有。

除了新奇好玩，这种指尖陀螺还被营销为能够帮助用户专注，帮助注意力缺失症、多动症、焦虑及自闭症患者减压等用途。

在外企工作的小陈就是指尖陀螺的爱好者，他说，从买第一个指尖陀螺开始，他已经收集大大小小十几个指尖陀螺。“刚开始就是觉得样子很新颖，和其他玩具不一样，玩下来的确觉得能帮助自己放松神经。”

减压玩具品种不少，但效果短暂

除了指尖陀螺外，其实减压玩具还不少。例如魔方六面可以翻滚、按压、摩擦、旋转和滑动等的减压魔方。被制造成各种卡通或是日常用品形象的减压玩具，只要用力捏玩具的其中一部分就会突出来，让玩家发泄情绪。一种被摔烂之后能够自动恢复原状的“发泄果”，一捏就会“惨叫”的“惨叫鸡”玩具。这些减压玩具有的是上班族买来娱乐自己，还有父母给孩子买来减轻学习压力的。

程磊是心路心理咨询机构的心理咨询师，在他看来当下的白领在高强度的工作压力下，觉得身心疲惫从而通过购买减压玩具来释放压力的办法并没有不妥，但在效果上过于短暂。因为一定程度的宣泄之后可以达到情绪上的平复，但是对于心理问题存在的根源是没有作用的。

“老是依赖宣泄，却不从根源上解决问题，只会引起宣泄需求的增大，频率的增加，对于自身并没有好处。”程磊建议，如果在工作生活中感觉压力过大，可以通过陶冶情操和拓展兴趣等多渠道来纾解压力，每天利用半小时或者一小时的时间散步、读书，会收到更好的效果。

本报记者 胡师睿

