

校医院 王晗晗

检报告透露 疫系统强弱

血检报告单上的那句上或向下的箭头让人摸不着头脑。这些箭头意味着什么？是否暗示着某些疾病在风险？血常规有近 20 项，但是若估自身免疫功能，特别关注白细胞大。它从免疫细胞的来告诉你，自身免疫系统处于何种

白细胞反映的是身体免疫力，因为白细胞是身体的卫兵，当身体发生了疾病，白细胞就“动”了。在看化验单时一般都是通过白细胞总数来判断身体是否发生感染，然后再分类白细胞的数量，断是什么类型的感染。应该使用哪些药物？一般而言，白细胞高则提示体内有炎症，往往也会有发热；白细胞计数偏低表示免疫力弱。如白细胞“大家族”中的粒细胞比率偏高提示细菌感染；中性粒细胞偏低，而淋巴细胞率偏高可能是病毒感染；淋巴细胞偏低与造血功能或者营养有关。由于一般慢性和慢性疾病部位多在淋巴细胞聚集，所以淋巴细胞是慢性病的免疫细胞。

而在血液检查项目中可以看到增高的情况，家也不用恐慌。对发现其他疾病，健康体检者而言，大部分是正常情况，这是抽血前没有喝水、早餐，导致血液浓度使测量指数偏高。血常规，免疫分子还会出现反乙型肝炎。许多人也许都还记得以前体检时都要查指标“两对半”，后增加了两项指标：抗体 IgM、乙型肝炎 S1 抗原)也就变成今天的“三对半”，这也是对免疫分子。通过检测这些可以查出检验者有携带病毒抗原，主注射疫苗后，疫苗有在体内形成抗

校医院 尹琦

上海海事大學報

Shanghai Maritime University Press

凝心聚力 改革创新 扎实推进世界高水平海事大学建设

中共上海海事大学第一次代表大会举行

本报讯（记者 哈斯）12月19日至20日，中国共产党上海海事大学第一次代表大会在临港校区举行。党代会开幕式由校长黄有方同志主持。上海市教卫工作党委书记陈克宏出席，并代表市教卫工作党委向大会的胜利召开表示祝贺。

校党委书记於世成同志代表中共上海海事大学上一届委员会作了题为《凝心聚力,改革创新,扎实推进世界高水平海事大学建设》(摘要另发)的工作报告。

报告回顾和总结了 2002 年 12 月召开上海海运学院第四次党代会以来,学校的主要工作和成绩,以及主要体会和经验。报告指出,全校师生经过 11 年的艰苦奋斗,办学实力有了明显提升,发展模式由外延拓展向内涵发展加快转型,各项事业呈现出科学发展的良好态势。报告从 6 个方面总结了学校 11 年来取得的经验和体会。报告从学校发展面临的机遇与挑战以及学校中长期发展目标等两个方面,深入分析了建

设世界高水平海事大学的形势，并提出了战略设想。

报告部署了今后 5 年的主要工作:创新人才培养模式,提高人才培养质量;完善学科体系,提升科学研究水平;实施人才强校战略,加强师资队伍建设和国际化办学之路,提升国内外影响力;深化体制机制改革,完善服务保障体系。

报告号召全校各级党组织、全体共产党员和广大师生员工凝心聚力,开拓创新,以更加奋发有为的精神状态、更加求真务实的作风、更加扎实有效的工作,加快推进世界高水平海事大学的建设步伐。

参会的 185 名正式代表认真审议了党委工作报告、纪委工作报告和党费收缴、使用和管理情况的报告。

会议期间，与会代表选举产生了 25 名中共上海海事大学第一届委员会委员和 9 名纪律检查委员会委员。

在大会闭幕式上，於世成强



调,各级党组织要认真学习、宣传大会精神,进一步统一认识,达成共识,营造全心全意谋发展的工作氛围;校内各单位要切实贯彻

落实大会精神,理清工作思路,明确工作任务,强化工作责任,制定切实可行的工作措施,认真落实大会提出的各项任务;全体共产

党员和全校师生员工要充分发挥主人翁精神，勇挑重担、多做贡献，以饱满的工作热情推进学校事业的新跨越。 摄影 赵剑红

我校《武术》课程入选 首批市级体育和健康教育精品课程

本报讯 (通讯员 方媚) 根据上海市教育委员会发布的《关于公布 2012 年高校市级体育和健康教育精品课程的通知》精神, 我校文理学院的《武术》课程被评为首批上海高校市级体育和健康教育精品课程。市教委给予每门精品课程 3 万元的建设经费, 课程建

设期为2年,建设期满时市教委将组织专家对课程建设情况进行验收。

在上海市教委学校体卫联席会议办公室组织召开的推进会上,市教委要求各精品课程教学团队在教学实践中努力发掘并充分体现课程的德育功能,注重激发学生对体育的兴趣,养成

参加体育锻炼的习惯,积极与本市高中体育专项化教学改革衔接,帮助学生比较熟练地掌握一项伴其终身的运动技能,提高学生体质健康水平。同时,各课程要紧密结合本校专业特点,积极开发新的课程内容和形式,不断创新。

编辑 哈斯

■ 讲述“95 后”的故事

“95 后”武越：充满梦想的成熟男孩

学生记者 黄颖

你有没有这样一个朋友：他会至少4种乐器，并且考过独唱的证书；他喜欢画画，从最初的儿童画到素描、水彩、油画，无一不尝试；他热爱生活，勇于尝试，充满梦想，在人生的道路上逐渐褪去稚嫩，走向成熟。武越，就是这样的—一个“95后”男孩。

对武越而言,音乐似乎是不可缺少的。和其他人不同的是,他永远在尝试新鲜的事物。小号、口风琴、电子琴和钢琴,可以说是他音乐旅程中最初及最重要的“四件套”了。也许有人会认为坚持并精通一项才是最好的选择,但不得不承认的是,如今的才艺似乎已经变了味,主体从孩子变成家长,兴趣转变成了任务,考级成了主要目的,只为迎合社会的快速发展。能像武越一样,真正爱音乐,愿意为之尝试的,或许才是最幸运的。

在追求音乐的道路上,他总是有着诸多“想法”。在合唱队待了4年后,他意识到合唱队是一个十分有团队意识的集体,但对个人发展助力不大。“这不是现在我想要的,我想要一个属于自己的舞台。”他对自己说。忠于自己内心的声音,他转向了独唱,并且坚持到了现在,乐在其中。

性格总是体现在方方面面，高一在理科实验班的他，对一大堆的公式和瓶瓶罐罐的化学试剂毫不“感冒”，相反，他爱看书，爱读、爱想。这时，沉寂已久的“小想法”又冒了出来，于是，高二时他转到了文科班，最终选择了他喜爱的专业。这些伴随他的“小想法”带领着他开创出一个个崭新的，他所钟爱的领域，并逐渐形成了他特有的勇于不断尝试的人生态度。

不断接触新事物总是能帮助我们成长、成熟。这个来自山西的男孩告诉我：“高考前可能还不可一世，但结果总有好坏，最好的那个可能不属于你。”他非常赞同班导师的一句话：学校给你的平台而不是舞台，没有高低之分。高考确实是一次成长，但没有什么是接受不了的，没有发挥好不能成为你堕落的理由。最好的状态是不苛求，接受现在的自己，继续前进，这样以后回首，没有遗憾。谁不是在一次次失意后蜕变成成长的呢？现在的武越快乐谈笑，热爱生活，乐观开朗，学习上进，这才是最具正能量的、真正意义上的大学生。

武越告诉我,不要被周围的事物所影响,一个成功的人反之能感染他人,让积极、快乐传递开来。他已经为自己定下了明确的目标,并在为梦想勇往直前。

簡訊

◆日前,2013年度中国港口协会科学技术奖评审结果揭晓,我校两项成果获奖。物流工程学院黄有方教授联合南京港(集团)有限公司共同申报的“GJM30.5t自平衡式集装箱门式起重机的”荣获二等奖(第二完成单位)。商船学

院尤庆华教授联合宁波大港引航有限公司共同申报的“宁波梅山岛国际集装箱码头1#、2#泊位船舶靠离泊操纵研究”荣获三等奖（第二完成单位）。

◆ 2013 年度中国物流采购联合会科学技术奖评审结果揭晓。我校经济管理学院骆温平教授独著的教材《第三方物流》荣获科学技术三等奖。

学生社团在上海市 社团文化节上获佳绩

本报讯（通讯员 梁亮）12月19日，第六届上海市大学生社团文化节闭幕式在上海理工大学举行。我校学生创业协会、Aerobic 律动俱乐部等学生社团分别获得“明星社团”“优秀社团”荣誉称号。

本次社团文化节吸引了全市 60 多所高校的近千个社团参与,入围本届文化节候选社团的有 31 所高校的 86 个社团。经过初选、复赛等层层选拔,我校手创协

会脱颖而出，荣获上海市第六届社团文化节“明星社团”称号，该社团指导老师、交通运输学院团委书记曾令伟获得“优秀指导老师”称号；Aerobic 律动俱乐部荣获“优秀社团”称号。

来自不同高校的公益实践类、理论学习类、社会科学类、学术科技类、文化艺术类和体育健身类社团为现场观众献上精彩的节目表演，充分展现了当代大学生的青春风采。

全国“玩得酷,靠得住”95 后大学生采访大赛揭晓 校报学生记者团荣获二等奖

本报讯 (记者 哈斯) 全国“玩得酷,靠得住”95 后大学生采访大赛日前揭晓,《上海海事大学报》学生记者团荣获二等奖,同时获二等奖的还有复旦大学《九十九度》杂志社。

经过调查研究、深入采访,

校报学生记者们将我校“95 后”大学生的鲜明个性、兴趣爱好、学识才华,以及热爱生活、积极向上的人生态度,以流畅自如的笔墨展现在了大家面前,赢得了专家评委的好评。

在全国范围内寻访“玩得酷,

靠得住”95 后大学生联动采访活动,是由《中国青年报》与“腾讯手机管家”联合发起的。全国共有近百家校园媒体参加了本次活动。大赛设一等奖 5 名,二等奖 20 名,三等奖 30 名。上海市共有 2 所高校获二等奖,3 所高校获三等奖。

“物流杯”大学生创业计划大赛举行

本报讯 (通讯员 梁亮) 12 月 18 日,“物流杯”大学生创业计划大赛暨第九届全国“挑战杯”预选赛决赛在我校举行。

本次大赛历时 43 天,共收到各学院参赛作品 125 份。经筛选,34 份作品进入复赛,最后有 9 支团队脱颖而出入围决赛答辩。作品《心恋在线——基于 SNS

与虚拟模拟技术的网络婚礼》荣获一等奖,作品《海联信复合海缆在线监测系统》《启航科技有限责任公司》荣获二等奖,作品《走地客’移动旅游平台》《朝夕相处社区养老服务有限责任公司》《变形筋钢供应链管理有限

责任公司》荣获三等奖,各参赛队伍的完美发挥为大赛画上了

圆满的句号。

本次比赛由我校教务处、科技处、学生处、团委主办,由物流工程学院、经济管理学院、大学生科创实践中心承办。

本次大赛进入决赛的团队,明年还将有机会代表我校参加第九届“挑战杯”全国大学生创业计划大赛。

我校学生举行模拟电影大赛

本报讯 (学生记者 焦蓬辉) 12 月 11 日,由我校外国语学院梦想工作坊主办的“模拟电影大赛”决赛拉开帷幕。

在前两周的初赛过程中,演员们凭借精湛的演技为各位评委带来了精彩的视觉与听觉的双重享受,在激烈的竞争和评委们的艰难抉择中,共有 18 位优秀的演员成功晋级决赛。

本场比赛共分为两轮。在第一轮比赛中,每组选手分别模仿一个经典电影中的片段,再凭借自己的才华演绎出属于自己的风格和特色。无论是爱情公寓中的搞笑片段,还是个性鲜明的包租婆,抑或是搞笑可爱的丐帮帮主,都给在场的观众留下了极为深刻的印象。在演员们积极准备第二轮比赛的过程中,游戏环节“猜猜剧名”掀起了本次比赛的

第一个高潮。大屏幕上显示出一张张电影剧照,着实考验大家平时对电影的熟悉程度,然而在场的观众却十分踊跃地抢答问题,使得现场气氛十分活跃。

在接下来的第二轮比赛中,选手们根据自己对于剧本的理解,对抽得的情节进行表演,每一情节由两到三组选手进行演绎,最后由评委进行点评。每组选手以自己独有的方式演绎出了不同版本的剧情,同时也展现了最为真实的自己。

在等待最终比赛结果出炉的过程中,由 2013 年外文歌曲大赛冠军得主宋玉婷同学带来的一首《Chasing Pavements》将本次比赛推向第二个高潮。她以动人的歌声和沉稳的台风征服了在场的所有观众,赢得阵阵掌声。

最后,经评委一致评选,王宇

韬同学和汪鑫月同学分别夺得了本次比赛男女主角的桂冠,由孙玉敏老师为其颁奖。与此同时,梦想工作坊微电影制作也将正式启动。

在比赛接近尾声的时候,主持人邀请孙玉敏老师发表感言。她怀着十分激动的心情说:“宇宙里有一个生命不算什么,生命里有一个宇宙才算奇迹。看到这么多有梦、会追梦的孩子,让我觉得年轻真好,希望你们每一个人都能勇敢追求自己的梦想!”

梦想工作坊自成立之初,就一直秉承“勇敢追梦”的信念,举办此次比赛的目的也是希望为众多海大学生提供一个展示自我、追求梦想的舞台。

此次比赛不仅让我们领略到同学们不同的风采,同时也激励了那些怀揣梦想的人勇往直前。

韩国东明大学学生 来校交流学习

本报讯 (通讯员 杨鸣) 12 月 12 日,在韩国东明大学朴永男教授的带领下,43 名优秀学生来我校交流学习。物流工程学院院长助理许晓彦老师热情接待了韩国师生。

许晓彦老师就学院整体情况和对外交流的情况进行了介绍,韩国学生针对他们感兴趣的

内容进行了提问。之后,物流工程

学院精心组织了参观事宜,鹿瑶

老师带领韩国优秀学生参观了学院的重点实验室、并参观了学院重点学生实习基地振华港机。最后,韩国学生与物流工程学院学生进行了交流,并共进午餐。

在韩国学生们脸上洋溢的灿烂笑容和依依不舍的挥别中,结束了本次交流活动。

通过此次活动,不仅增进了韩国东明大学学生对我校的了解,同时也使两校学生结下了友情。

2013“海大人文”系列讲坛 电台主持人淳子 来校讲述传奇故事

本报讯 (通讯员 姜饶君) 12 月 18 日,中国作家协会会员、上海东方广播电台主持人淳子老师做客“海大人文”讲坛,为同学们精彩讲述旧上海的传奇和才子佳人们的故事。

淳子老师用考据的方式,通过丰富的视频和照片,精彩讲述电影《色戒》《长恨歌》《茉莉花开》等的女主角原型郑苹如、蒋梅英、

上官云珠等旧上海佳人们的传奇故事,其间,有风云,亦有风月。这些女子或拥有绝代风华,魅力无限;或才情万千,傲然自立;或人生绚丽璀璨,故事曲折离奇。她们追求自由,敢爱敢恨,每个人都是一部传奇。淳子老师绘声绘色的描述,仿佛带领现场的同学们进入了魔都女子风云和风月的世界里,同学们听得兴味盎然,意犹未尽。

简 讯

◆ 日前,我校第一届 ERP 沙盘模拟对抗大赛暨临港三校邀请赛在经济管理学院报告厅举行。本次比赛由我校学生创业孵化基地主办,大学生职业发展联合会承办。

赛前,大学生职业联合会组织了长达两个月的培训和磨练。通过初赛的层层选拔,我校共有 12 支队伍进入决赛,与上海海洋大学代表队以

及来自上海电机学院的两支代表队同台竞技。通过激烈比拼,最终我校陆佳凯团队夺得冠军。本项赛事旨在融合学生的企业管理与运营知识,增强学生的团队精神,加深校内及校际的交流与互动。

◆ 12 月 7 日至 8 日,2013 年全国地掷球精英赛在广州举行。我校代表队获得比赛亚军。

根据竞赛规程,只有取得全国锦标赛前八名的队伍才能参加精英赛,本次比赛代表着国内地掷球项目的最高水平。

严于“绿”己 共建良好生活环境 学校开展绿色生态素质教育活动

本报讯(通讯员 罗程) 近年来,PM2.5 数值已经成了广大市民平日里关注的焦点,我国多个城市受大范围雾霾天气影响,其中北方部分地区 PM 值甚至逼近了极值,为人们健康带来了隐患。

在信息工程学院团总支征集的意见中,环保项目受到了热捧。针对这一现象,学院开展了以“绿动生活”为主题的一系列活动。“我们希望办的不只是一次活动,而是想引导学生关心自己的生活环境,近距离感受环保,了解我国现阶段环境保护政策,认识环境对人类生活的重要性,增强保护环境的责任感。”信息工程学院学生团总支书记毛思懿同学表达了对此次活动的想法和初衷。

变废为宝 手工 DIY

日前,信息工程学院学生团总支展开了“绿艺——变废为宝手工 DIY”活动的答辩会,评比要求创意性、实用性、美观性、废物利用程度、整体感受各占 10

分。各团支部独具特色的作品让评委们眼前一亮,例如由宣传纸和废弃材料制作成的盆栽,用纸板箱做成的双层抽屉,还有将酒瓶除去商标后涂上花纹的精美花瓶,可见学生们都花了一番心思来完成这份环保手工作品。答辩现场气氛活跃,各支部都抱着欣赏和认可的态度对待其他作品,参与制作的同学认为,虽然产物的实用性不大,但寻找材料制作的过程使自己对环保有了新的认识。最终的获奖作品将在之后的活动中展出,供更多同学观赏。

贩售爱心 收“货”环保

为了能更近距离地和学生进行交流,学院团总支在学校北广场举办了“绿之贩售摊”活动。当日现场气氛活跃,摊位展出了一系列环保知识问答。活动新颖有趣,很快吸引了许多学生驻足参与。现场工作人员耐心地介绍活动详情,并为在场同学答疑解惑,呼吁一起加入环保活动中。

活动最后,参与者在环保树上留下了自己的手印,以示自己对环保的决心,而另人惊讶的是,参与者的人群里还出现了食堂大妈、清洁员大叔的身影,他们纷纷称此次活动具有娱乐性的同时也饱含了教育意义,整场活动持续了将近两个小时。

轻点鼠标 转发绿意

本次“绿动生活”主题活动的另一大特色是线上活动“绿述”,通过大学生圈内普遍使用的微博,人人等线上平台,对活动进行宣传和互动,且得到了广泛支持。学生通过上传身边不文明现象的照片,并 @“信工团总支”进行转发分享,来警醒他人注重环境一同环保。绝大多数环保建议都围绕生活中有关餐饮、用电、以及垃圾处理方面的问题,也有不少人分享了自己的环保愿望和环保标语。

最终网络平台、公共主页将所有建议汇总并发布出来,活动方式虽普通,但线上互动对学



生们来说更容易接受,通过阅览一些简单的文字与图片,却能使同学们心中逐渐建立起环保的意识和观念,在自己的交际圈中树立起榜样。

环保意识 袋袋相传

如今提到环保,就不得不说“白色污染”。为使学生们养成用“环保袋”的意识和习惯,学院团总支将此观念融入到“袋袋相传”这项活动中,用制作环保袋的方式呼吁同学们参加。许多团支部上交了作品,为了突出“绿色”的寓意,多数都用环保标语、口号作为封面,并用花草树木作

为背景,也有的将自己的青春梦想融入了画面中,体现“青”涩年华不应被污染,还有学生用当下火热的“小黄人”作为创作理念,来倡议身边人抵制“白色污染”。方式虽然简单,却能让学生切身体会到白色污染带来的危害之大,将环保意识以小小的环保袋作为第一步传承下去。

作为大学生,在提倡环保的大背景下,应在自己的小范围内树立榜样。相信通过这次活动,大家会对此时面临的环境问题有更进一步的了解,也相信校园环境会得到更大程度的改善。

中风的 7 大危险因素

脑血管病专家介绍,中风的危险因素包括:

高血压

是目前公认的引起中风的首要危险因素,且血压的高低和高血压持续的时间与中风的发生率成正相关关系。如果高血压长期得不到控制,将大大增加中风的发生概率,即使无明显症状的高血压病患者亦是如此。

心脏病

感染性心脏病、冠心病、心房纤颤、心功能不全等都是中风的危险因素。许多心脏病包括急性心肌梗塞、心肌病、风湿性心脏病、梅毒性心脏病等,都是引起中风的重要原因。积极预防和治疗这些心脏病,无疑可以降低中风的发生。对冠心病而言,现在最常见的治疗方法包括口服小剂量阿司匹林和抗凝疗法,都证明可以有效的预防中风的发生。

糖尿病

糖尿病是最常见的内分泌疾病,也已被确认为中风的危险因素。糖尿病不仅可以诱导和加速动脉粥样硬化,还可通过多个途径使血栓、栓塞的危险性显著增加。

颈动脉疾病

动脉粥样硬化一般是全身性的,如影响到颈动脉系统,则可以造成颈动脉管腔狭窄,也容易引起附壁血栓或微栓子脱落而导致中风。现在医疗技术应用多普勒超声检查能很准确的早期发现颈动脉狭窄和动脉粥样硬化斑块。如狭窄超过了管腔的百分之五十,则应该早日进行介入性治疗,对脑栓塞中风能起到积极的预防作用。

高脂血症

血液胆固醇、甘油三脂、低密度脂蛋白的增高和高密度脂蛋白的减少将促进胆固醇的沉积,形成动脉硬化,并增加血液黏度。故而降低血脂是中风防治的重要一环。

饮食与肥胖

高脂肪、高盐、低钙饮食对脑血管是不利的。食用过多胆固醇和脂肪酸饮食将造成高脂血症,促进动脉硬化的形成。高盐饮食能导致高血压已得到公认。

吸烟与饮酒

烟草中的尼古丁等成分可导致高血压、血液黏度增加,并使动脉硬化程度加重。饮酒可引起高血压、高凝状态、心律不齐,这些情况对中风都是危险因素。

(下转 1、4 版中缝)

中风的 大危险因素

脑血管病专家介绍, 危险因素包括:

高血压
是目前公认的引起的首要危险因素, 血压的高低和高血压时间与中风的发病正相关关系。如血压长期得不到控制, 将大大增加中风的几率, 即使无明显高血压病患者亦无。

心脏病
感染性心脏病、冠心病、心房纤颤、心力衰竭等都是中风的危险因素。许多心脏病包括心肌梗塞、心肌病、主动脉瓣病、梅毒性心脏病, 都是引起中风的病因。积极预防和治疗心脏病, 无疑可以减少中风的发生。对冠心病, 现在最常见的治疗包括口服小剂量阿司匹林和抗凝疗法, 都可以有效的预防中风。

糖尿病
糖尿病是最常见的慢性疾病, 也已被确认为中风的危险因素。高不仅可以诱导和动脉粥样硬化, 还通过多个途径使血栓形成的危险性显著增加。

颈动脉疾病
动脉粥样硬化一般慢性的, 如影响到颈动脉系统, 则可以造成颈动脉腔狭窄, 也可引起附壁血栓或微栓脱落而导致中风。医疗技术应用多普勒检查能很准确的发现颈动脉狭窄和粥样硬化斑块。如超过了管腔的百分之五十, 则应该早日进行手术治疗, 对脑中风能起到积极的预防。

高脂血症
血液胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白和载脂蛋白B等促进胆固醇的沉积, 形成动脉硬化, 并增加血液黏度。故而降低血液流动性, 是中风防治的重要环节。

饮食与肥胖
高脂肪、高盐、低钙的饮食对脑血管是不利。食用过多胆固醇和饱和脂肪将造成高脂血症, 促进动脉硬化的发生。高盐饮食能导致血压升高, 已得到公认。

吸烟与饮酒
烟草中的尼古丁等可导致高血压、动脉硬化, 并使动脉粥样硬化加重。饮酒可导致高血压、高凝状态、血液不凝, 这些情况都是危险因素。

(下转 1、4 版中缝)

凝心聚力 改革创新 扎实推进世界高水平海事大学建设

在中国共产党上海海事大学第一次代表大会上的报告(摘要)

党委书记 於世成
(2013 年 12 月 19 日)

各位代表, 同志们:

现在, 我代表中共上海海事大学委员会向大会作工作报告, 请各位代表审议。

2002 年 12 月, 学校召开了上海海运学院第四次党代会, 会议提出了把学校建设成与上海国际航运中心地位相适应的一流海事大学的奋斗目标。十一年过去了, 当前, 国家发展继续处在重要的战略机遇期, 上海海事大学正处在加快推进世界高水平海事大学建设的关键阶段。此时, 我们召开上海海事大学第一次党代会, 具有承前启后、继往开来的重要意义。

一、过去十一年工作的回顾

(一) 主要工作和成绩

十一年来的工作, 概括起来主要有以下几个方面的成绩:

1. 临港新校基本建成, 办学条件显著改善

2004 年, 学校明确现代化、信息化、人文化、园林化的新校区建设目标, 坚持高质量、高标准地建设临港新校区。投资 20 多亿元的临港新校于 2007 年基本建成。学校周密制定搬迁方案, 广大共产党员和师生员工, 克服夏季持续高温和交通不便等困难, 分期分批进行搬迁, 确保了新老两校区的平稳运行和顺利交接。学校从占地 300 多亩、建筑面积不足 20 万平方米、硬件设施薄弱的民生路校区, 搬迁至占地 2000 亩、建筑面积 60 多万平方米、环境优美、设施设备比较齐全的临港新校区, 办学空间得到极大拓展, 办学条件有了显著改善, 奠定了创建世界高水平海事大学的硬件基础。

2. 办学规模逐步扩大, 教育质量稳步提高

2002 年至今, 本专科生人数从 12494 人增加至 19329 人, 研究生从 1368 人增加至 2889 人, 全日制在校生达到 23000 余人。本科专业数从 26 个增加至 45 个, 除水上专业外, 本科已基本实现一本招生。

3. 学科布局不断完善, 科研实力明显增强

通过对校内学科的系统梳理, 进一步凝练了发展方向, 初步形成了交通运输工程(水路运输工程)、物流工程与管理、海洋工程与材料、航运经济与管理、国际航运政策与法律等 5 个学科群。现有国家重点(培育)学科 1 个, 部市级重点学科 12 个, 上海高校一流学科(B 类) 3 个。新增航运技术与控制工程交通行业重点实验室、集装箱供应链技术教育部工程研究中心等省部级重点研究基地 7 个。

学位点建设不断取得突破。现有博士后科研流动站(交通运输工程、电气工程) 2 个, 一级学科博士学位授权点 2 个(交通运输工程、管理科学与工程), 二级学科博士学位授权点 17 个, 一级学科硕士学位授权点 13 个, 二级学科硕士学位授权点 57 个, 专业硕士学位授权点 5 个, 工程硕士学位授权领域 9 个。

学校联合 21 家单位共同发起成立了“上海国际航运研究中

心”, 承担了“上海国际航运中心建设‘十二五’规划”等重大项目, 提出的相关建议得到国家和有关部门的高度重视。上海市社会科学创新研究基地和上海发展战略研究所在学校共同设立上海国际航运中心方向的工作室, 提交的研究报告引起市委、市政府的关注。学校重视上海国际航运中心建设相关研究工作, 一批研究咨询成果被政府采纳, 学校正成为上海国际航运中心建设的政府和行业智库之一。

过去十一年, 学校共承担各级各类科技项目 4508 项, 科技总经费 16.26 亿元, 年递增率超过 25%; 获国家级奖 2 项, 省部级奖 57 项, 累计发表论文 8675 篇, 其中三大检索论文 2574 篇次, 出版学术专著 777 部, 申请专利 2194 项(其中发明专利 453 项), 授权专利 1765 项(其中发明专利 113 项)。科研逐步实现从量的积累到质的提升, 反哺教学的能力有所提升。

4. 管理改革继续深化, 师资队伍日益壮大

通过加大师资培养和引进力度, 学校基本形成了一支老中青结合、以中青年骨干教师为中坚力量的师资队伍。师资队伍结构渐趋合理, 现有专任教师 969 名, 其中教授 140 名、副教授 325 名, 具有博士学位的占 47.8%, 最后学历从外校获得的为 73.6%, 高层次人才逐步集聚。

5. 国际合作不断拓展, 开放办学逐步推进

积极拓展国际合作办学领域, 与更多的境外高校开展学生交换项目, 与海外的校际合作培养项目达到 33 个, 涵盖学校本科专业的 60%。更多的教师出国(境)交流或进修, 师资队伍的国际交流能力进一步增强。学校与加纳中西非地区海事大学合作举办的物流管理本科教育项目实现了上海市高校境外办学项目零的突破。积极发展留学生教育。国际教育学院开始实体化运作。2012 年 6 月, 学校经教育部批准成为“接受中国政府奖学金来华留学生院校”。

6. 教育投入逐年增加, 支持保障扎实有效

临港新校实验室建设共投入资金 28450 万元, 学校现有实验实训中心 16 个, 仪器设备总值达 46900 万元。航海实验教学中心获批为国家级实验教学示范中心。学校拥有国家级工程实践教育中心 5 个、上海高校示范性校外实习基地 2 个。投资 2.73 亿元的 4.8 万吨散货教学实习船顺利建成并投入使用。基于 ISO 9000 系列质量标准的教育质量管理体系进一步完善。

7. 党的建设全面加强, 和谐校园基础厚实

十一年来, 校党委始终坚持围绕学校改革发展的中心任务, 扎实推进党建工作。建立了学院党委, 调整充实了基层党组织, 全校现有 10 个二级党委、7 个党总支和 7 个直属党支部, 基层党支部数达到了 226 个。积极慎重做

好党员发展工作, 本科生党员比例达 15%, 研究生党员比例达 50.5%, 教师党员比例达 58.2%。坚持党委领导下的校长负责制, 进一步完善“三重一大”的决策机制。积极推进党内民主建设和党务公开。教职工平均收入逐年增加。完成临港新校区平价配套商品房的配售工作, 争取到临港“宜浩佳园”配套商品房 225 套。

十一年来, 校党委始终坚持以社会主义核心价值体系统领学校思想文化建设。获“上海市安全文明校园”称号。连续 6 次获得“上海市文明单位”称号。

(二) 主要体会和经验

回顾十一年来的工作, 我们深刻体会到:

1. 发展是治校兴校的第一要务

学校工作千头万绪, 但核心只有一个, 那就是发展。发展是硬道理。过去十多年中, 我们始终把发展作为第一要务, 坚持以科学发展观为指导, 科学决策。

2. 把握机遇是干事创业的前提

学校发展之路漫长, 但紧要处往往只有几步。过去十多年学校的建设和发展就是不断勇抓机遇的过程。学校抓住机遇, 建设临港校区, 组建上海高级国际航运学院。

3. 科学发展观是统领学校教育事业发展全局的理论指南

我们渴望发展、追求发展, 但发展什么、如何发展, 却须求真务实, 统筹兼顾。发展的本质要求是科学发展。唯有贯彻落实以人为本, 全面、协调、可持续发展的科学发展观, 发展才能聚人心、出实绩、有后劲。

4. 培养人才、服务社会、坚持特色、提升水平是学校发展的主题

学生人数主要反映学校的规模, 人才质量则体现学校的内涵和实力, 因此, 学校坚定不移、千方百计地谋求学生在德智体美诸方面的全面发展, 注重学生创新精神与实践能力的培养锻炼。

5. 深化改革、锐意创新、艰苦奋斗、自强不息是学校发展的动力

发展是进步, 更是突破。改革是发展之路, 创新是发展之源。这些年, 我们因改革而激发出的创新智慧不断迸发, 创新作为持续涌现, 学校在改革创新中变强变大, 师生在改革创新中受惠受益。

6. 加强党建、凝聚合力是学校发展的保证

党组织的作用, 干部的素质、能力, 党员的觉悟、形象, 是保证学校全面、协调、可持续发展的关键。通过开展保持共产党员先进性教育活动、深入学习实践科学发展观、创先争优, 党的先进性得到保持和发扬, 保证学校朝着正确的方向发展。

二、建设世界高水平海事大学的形势分析和战略设想

(一) 学校发展面临的机遇与挑战

我们面临的机遇前所未有:

十八届三中全会通过的关于全面深化改革的决定中指出, 高校要创新人才培养机制, 办出特色, 争创一流。为实施《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020 年)》, 国家相关部

门出台了《关于全面提高高等教育质量的若干意见》《关于实施高等学校创新能力提升计划的意见》及《关于进一步提高航海教育质量的若干意见》, 从政策措施上为提升学术水平、提高教育质量、提升创新能力提出了一系列硬招实招。

从交通行业来看, 我国目前的发展阶段决定了航运业仍处于重要的发展机遇期。目前, 世界航运重心东移, 中国的地位举足轻重, 学校的区位优势明显, 国家海洋强国战略实施和航运强国建设, 给学校服务社会提供了广阔舞台。部市共建使学校得到上级部门更多的指导与扶持。

我们面临的挑战也前所未有:

作为上海办学历史悠久的高等航运院校, 经过长期积累, 学校航运技术与管理相关学科专业形成了明显的办学特色和传统优势, 在学科建设层次和水平、学术梯队及结构、科研成果数量及质量、知识服务能力和水平等方面还存在不小差距, 支撑国际航运中心建设的能力有待加强, 在学科领域与行业内的话语权有待提高。

(二) 学校中长期发展目标

到 2015 年, 在有特色、高水平、多科性、国际化、教学研究型海事大学的建设上取得突破性进展, 成为航运及相关领域高层次人才培养、交通科技创新与科技服务的主要基地之一。到 2020 年, 基本建成世界高水平海事大学。

三、今后五年的主要工作

(一) 创新人才培养模式, 提高人才培养质量

人才培养质量是学校的生命线。紧密结合交通运输行业发展需要, 不断优化专业结构和专业设置。继续巩固航运、物流等专业的国内先进地位, 构筑相关专业的新一轮优势。以课程建设为核心, 鼓励教师不断进行教学内容、教学方法和教学手段的改革创新。进一步加强教学条件建设。深化研究生教育综合改革, 建设研究生创新培养基地, 不断提高研究生培养质量。不断提高高职、船员培训等职业教育的层次、水平、质量和效益。以提高学生综合素质为目标, 创新和完善学生工作体系。

加强高层次、国际化和创新型人才培养。构建上海国际航运中心建设高端服务型人才的教育高地, 使上海在航运与物流高端人才培养上位于全国前列。

(二) 完善学科体系, 提升科学研究水平

高水平大学必须有一流的学科作为支撑。要紧跟学科发展前沿, 加强研究型实验室建设, 进一步提高科技创新质量。优化学科结构, 提高学科竞争力。进一步加强“交通运输规划与管理”国家重点学科建设, 建设好上海高校一流学科, 确保学科建设目标的实现。培育国家级重点研究基地。着力增强科学研究能力。加强学位点建设。

(三) 实施人才强校战略, 加强师资队伍队伍建设

建设世界高水平海事大学的

关键在教师。深入实施人才强校战略, 创造条件, 进一步增加用于教师队伍建设的投入。坚持引进与培养并重, 进一步扩大专任教师规模, 优化师资队伍结构。

(四) 走国际化办学之路, 提升国内外影响力

建设具有世界高水平海事大学必须具有开阔的国际化视野。巩固与 IMO、BIMCO 等海事领域著名国际组织的关系, 进一步发挥学校在 IMLA、IAMU 等机构中的作用, 凸显上海高等教育国际化的地域优势。全面落实已签署的各类合作协议。依托“接受中国政府奖学金来华留学生院校”, 切实发挥国际教育学院的作用, 大力发展留学生教育, 加强发展留学生教育所需的师资队伍、基础设施、课程教材等建设。

(五) 深化体制机制改革, 完善服务保障体系

科学管理是建设高水平大学的重要保障。要始终坚持以人为本, 继续深化改革, 不断完善体制机制, 进一步激发办学活力, 为师生员工创造良好的工作学习生活环境。

四、凝心聚力, 改革创新, 切实加强和改进党的建设

加强内涵建设, 实现学校发展目标, 关键在提高各级领导班子办学治校能力, 关键在充分发挥广大党员干部的积极性、主动性和创造性。

(一) 以制度建设为抓手, 进一步加强校院二级领导班子建设

继续贯彻落实《中国共产党普通高等学校基层组织工作条例》, 坚持和完善党委领导下的校长负责制。进一步落实三个议事规则, 推行民主科学决策。

进一步密切干群关系。加强对统战工作、群众团体的领导, 做好老干部工作。

(二) 以先进性建设为核心, 进一步加强基层党组织建设

党的基层组织是党的全部工作和战斗力的基础。学院党组织认真执行《学院党政联席会议制度》, 完善学院党政分工合作、共同负责的领导体制。做好党员服务工作, 扩大党建工作的覆盖面。继续加大发展优秀人才入党的工作力度。

(三) 以作风建设为重点, 进一步加强干部队伍建设

要继续学习贯彻党的十八大和十八届三中全会精神, 认真学习贯彻《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》和《上海市高等学校党政领导干部廉洁从政规定》, 落实党风廉政建设、责任追究制、领导干部经济责任审计制, 确保“一岗双责”落到实处。做好年轻后备干部的培养和选拔工作。

各位代表、同志们:

学校事业的发展, 是一个承前启后、继往开来的历史过程。办好一所大学需要持久的信心与恒心, 更需要全体师生员工的奉献与创造。上海海事大学的辉煌由一代又一代海大人共同铸就, 上海海事大学第一次党代会肩负着在新的起点上不断总结经验, 继续改革创新、不断砥砺前行历史使命。我们坚信, 只要全校上下紧密团结起来, 同心同德、接续奋斗, 与时俱进、锐意创新, 本次党代会确定的各项目标就一定能够实现!

校在临港不羡仙

航海 129 奉起超

昨天去了市区,那份嘈杂,那份拥堵,没过半天,便慌慌张张地逃回来,仿佛在水泥的森林里会窒息一般。

以前总觉得,学校太过偏僻,现在看来,这不是一种遗憾,而是一种幸福。

诸葛孔明不也说过“非宁静无以致远,非淡泊无以明志”吗?

记得曾经看到过这样一段文字:一起看临港云卷云舒,潮起潮落一起看临港夕阳西下,倦鸟回巢。如果你错过了潮起,不要错过了潮落。

如果你错过了在临港的清晨晨跑,不要错过看临港的夕阳晚霞,

如果你错过了临港的夕阳晚霞,不要错过看临港夜空的朗月星辰。

如果你错过了临港的星星月亮,请千万别再错过,

在冬夜的万籁俱寂中,在春夜的阵阵花香中,

在夏夜的清凉海风中,在秋夜的一片蛙鸣中,

和临港一起进入甜甜的睡梦。校在临港,便不要错过海大晨跑的队伍,跑累了,或坐在海燕山的石头上,或停

在东海边,抑或在滴水湖畔止步,然后静静地等待那一缕阳光抛洒在自己的身上。

校在临港,便不要错过这份难得的宁静。远离了喧嚣,我们才可以从容地在某一个午后,一杯清茶,一本小书,再加上耳边的鸟语蛙鸣,这不就是张爱玲所希冀的场景吗? 现世安稳,岁月静好。

校在临港,便不要错过那肆虐的“海大妖风”。一个毕业两年的学长说,只是因为不经意间看到那些被吹断伞骨的小雨伞,心底深处对海大、对临港的记忆,便一瞬间汹涌而来。心情沉闷的时候,那强劲的海风会吹走你心底的阴霾,让你产生一种“好风凭借力,送我上青云”的豪气。

是啊,“好风凭借力,送我上青云”,在拥挤的市区, 人和人挤在狭小的空间,哪里还有如此大气磅礴呢? 而在临港,看我们那广阔的校园,那周围浩浩荡荡的芦苇荡,那一望无际的东海……海阔凭鱼跃,天高任鸟飞,只有在广袤的天地中,人性的自由才得以真正的舒展!

因为校在临港,我们便不再被外界的纷繁嘈杂所诱惑, 真正得以静心养性,徜徉在在书山之美景中,度过人生最美的大学生时光、最美的青春!

写给 2013 的 2014

机电荷 122 于甜甜

真的是一转眼,我们已经在度过 2013 年的最后一个月的时光了。它正如我们度过的前二十几年那样,容不得你去惋惜,容不得你去感慨,就那样挥一挥衣袖地飘走了。

这一年不论大家自认为表现得怎样,或别人眼中你表现得怎样,那都已成为历史,而且将注定尘封成那样子。

仿佛还是昨天,大家还一起去东海,凌晨四点守候着,期待着迎接 2013 年的第一抹黎明的曙光。黑暗的夜,没有吓倒我们迎接黎明的心。我们骑行着,一路上此起彼伏的歌声,划破神秘的夜空。

那时的我们心潮澎湃,脸上挂满了青春的稚嫩。那时的我们精神亢奋,眼中充满了对未来的无限憧憬。

依稀记得,当那期待已久的朝阳温和地亲吻我们脸颊时,我们那饱含青春气息的真诚呐喊:“2013 年,你好,我们爱你!” 我们透露着青春气的肆无忌惮的笑声,“哈哈哈哈哈”,清脆而悦耳,在朝阳的辉映下更添几抹震慑力,散发出我们青春的无限能量。

打开电脑,翻开相册,就会看到我们拍的那些夸张的表情跟一直流行并长久

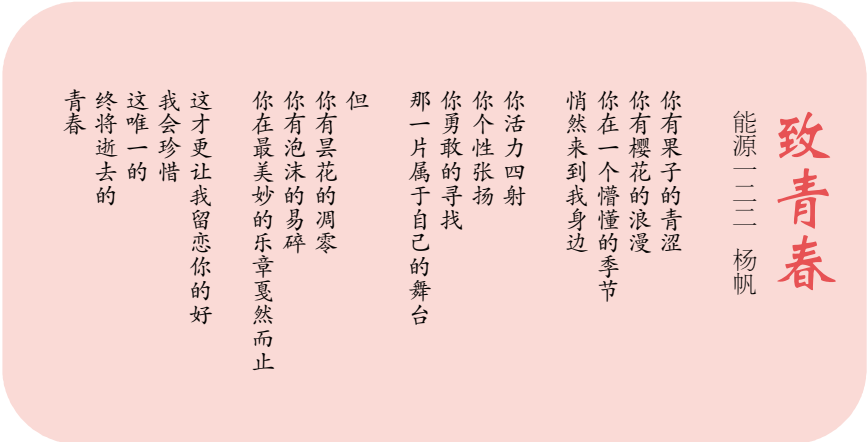
不衰的 V 型照相手势。每个人都面朝太阳,做的那个大大的拥抱。还有双手合十,虔诚地低着头面朝大海与朝阳,微闭双眼,在祈祷,在祝福着什么。

翻着看着,眼睛被一层薄雾迷蒙起来,心也随着微颤。面对着这些美好的回忆,很多情绪的捏合交织在一起,有感动、有失落、有开心、有迷茫,马上就要迎来 2014,为什么我们少了一份激动,多了一份感伤?我抚摸着心头的疑惑,慢慢地告诉自己:因为我们成长了,因为我们成熟了。

是的,经过一年多的磨砺,已脱去了青春那青涩的外皮,对很多事已经不再那么斤斤计较,学会了更高层的宽容,对人生多了一层深刻的理解,对未来多了一些规划,取代了混吃混喝的幼稚和象牙塔下的懵懂。

虽然对那些单纯的青春的逝去有些伤感,但似乎这并不是什么坏的事情,它只是告诉我们到了人生的一个转折点了。每个人都会经历这个时期,我们无须用孩提的畏惧来面对内心的伤感,因为我们已经成长,应该用我们的成熟来期待并迎接明天。

2014,同样美好,请微笑接纳它。



编者按:

由《上海海事大学报》主办的原创微小说大赛 3 篇作品分获最佳作品奖、最佳编剧奖和最佳文字奖。日前落幕。在历时一周的活动期间,共征集到参赛作品 45 篇。经过评选,3 篇作品分获一、二、三等奖, 副刊上开设“原创微小说”专栏,欢迎广大师生投稿。

《八》

英商 121 李小芳

她在屋里辅导儿子做作业,数学题。儿子不会区分八加八和八乘八。讲着讲着,坐在门外的父亲突然大声叫了一句: 什么事。她正心烦地对儿子,回答说关你事。却突然瞥到手边父亲的助听器。
(此文获大赛一等奖)

没有“人”看红绿灯

国航 104 洪杏

一天清晨,爸爸骑车送孩子上学,在十字路口看四周无车,不顾红灯冲到了马路对面。孩子问:“爸爸,老师说‘红灯停,绿灯行’,你为什么闯红灯呢?”爸爸回答道:“现在生活节奏那么快,在这种大都市哪有人看红绿灯啊?”孩子扭过头,看到邻居那只以训练有素著称的狗,在绿灯亮起的瞬间欢快地踱着碎步穿过马路。
(此文获大赛三等奖)

黄河捞尸人

国航 133 俞晨

高原沉睡,大河静淌,村庄上一层月纱,黑夜主导一切。二虎的手电照进一丝光亮,他被称作“水鬼”,作业地方叫“鬼峡”。今天,二虎心情特别好,平时他赚“黑心钱”被人所诟病,但子承父业,习惯也就成自然了,这次做好,他打算明天休息。
从“大裤衩子湾”往下游几里,水电站堆满了垃圾、尸体。二虎一次能赚万把元,而且对讨价毫不手软,家属也被迫接受。
徐静抱着刚满月的儿子站在河边。五天前,丈夫极限漂流,被黄河吞噬,由于是私人的,无人愿意搜寻。死要见尸,她找到了二虎,开出 1000 元的价——仅有的 1000 元。
苦求下,二虎允了。回程,开闸了,水花将羊皮筏打翻。浮上来捆着徐静丈夫尸体的筏子。
明天,是二虎女儿的满月……
(此文获最佳编剧奖)

无声的爱

环境 131 刘艺

叛逆的少年二十年来第一次跪在父亲面前, 明天的航班将带他离开这个熟悉的地方熟悉的人。“老爹,明天我就要去上大学了,今天第一次对你说声感谢, 谢谢你这么多年的辛苦和对我的爱,我都知道的。你一个人在这边照顾好身体,少喝点酒,皮肤病也多看看医生,老中医应该能治得好。妈那边你们虽然离了这么多年了,但我知道你还爱着我老妈,我会照顾好她的。放心,第一学期时间不长,过年我就回来看你,咱爷俩再喝两杯……”
语罢,起身,转头。
身后是那块在夕阳下拉着长影的墓碑。
(此文获大赛二等奖)

原创·微小说

秋天没有向日葵

轮机 125 蔡溢超

他总沉浸于自己喜欢的事,乐此不疲于追求完美。终于他累了,仿佛顽强的战士垂首屈膝。
他的初恋来得晚,就如这年的秋季姗姗来迟。而她,恰如一抹阳光,突然照亮了黯淡的世界,他有了信心继续奋斗。
那天她挽着他:“下周陪我去摘向日葵吧。”他欣然答应,憧憬着韶华。他很快沉浸于热恋中,向她承诺天荒地老。
狂暴的快乐预示着狂暴的结局, 欢愉的刹那一如火与火药一吻即逝。她毅然离去,留下疾首断肠的他。
时间渐逝,秋意渐浓,他依然念如空城。不能紧紧抱着她,却暗暗在心中希望她别受凉。
他总想做得完美,但爱情的完美却是永恒。
“花开是恩赐。”他重新振奋,遥想着未来的恋季。
他一直盼望着带她去摘向日葵,现在他终于知道,秋天是没有向日葵的……
(此文获最佳文字奖)

冷血

交运 111 葛天明

他的名字无人知晓,唯独杀人不眨眼的风格颇具盛名。这次他受雇于人,灭掉某氏集团董事长的整个家族。深夜潜入,大开杀戒,豪宅内 17 人半小时内赶尽杀绝,最后一声孩童啼哭闯进耳膜,“五岁?”他笑问,童哭不止,手起刀落后整个家族彻底根除。他帮孩子合上眼睛,冷言:“不能让你成为下一个我。”
(此文获最佳作品奖)

(上接 2、3 版中缝)

专家提示:有规律的有氧锻炼可以降低中风和冠心病的风险,并能降低血压、防治肥胖和糖尿病。

校医院 王晗晗

血检报告透露免疫系统强弱

血检报告单上的那些或向上或向下的箭头常常让人摸不着头脑。到底这些箭头意味着什么?是否暗示着某些疾病的潜在风险?血常规指标有近 20 项,但是若要评估自身免疫功能,就要特别关注白细胞大家族,它从免疫细胞的层面来告诉你,自身现在的免疫系统处于何种状况。

白细胞反映的是身体抵抗力,因为白细胞是身体的卫兵,当身体感染了疾病,白细胞就会“出动”。在看化验单的时候一般都是通过白细胞的总数来判断身体是否发生感染,然后再根据各类白细胞的数量来判断是什么类型的感染,应该使用哪些药物治疗。一般而言,白细胞计数高则提示体内有炎症感染,往往也会有发烧症状;白细胞计数偏低就表示免疫力弱。如果白细胞“大家族”中的中性粒细胞比率偏高说明是细菌感染;中性粒细胞比例偏低,而淋巴细胞比率偏高可能是病毒感染;淋巴细胞偏低可能与造血功能或者营养有关。由于一般慢性炎症和慢性疾病部位多伴有淋巴细胞聚集,所以淋巴细胞是慢性病的主要免疫细胞。

而在血液检查项中经常可以看到增高的情况,大家也不用恐慌。对没有发现其他疾病,健康的体检者而言,大部分都是正常情况,这是因为抽血前没有喝水、没吃早餐,导致血液浓缩,会使测量指数偏高。除了血常规,免疫分子检测还会出现在乙肝检测中。许多人也许都还记得以前体检时都要查乙肝指标“两对半”,后来又增加了两项指标(核心抗体 Ig m、乙肝病毒前 S1 抗原)也就变成了如今的“三对半”,这实际上也是对免疫分子的检测。通过检测这些指标,可以查出检验者有没有携带病毒抗原,或者注射疫苗后,疫苗有没有在体内形成抗体。

校医院 尹琦