

名师能人解析高考数学答题技巧

6月30日开讲,拨打96060报名

随着高考结束,不少高一高二学生开始研究起了今年高考的试卷,希望从命题中总结出考查方向和解题技巧。在我能网之前举办过多场高中学习能力讲座中,不少学生反映高中数学的学习和答题过程中总遇到一些阻碍,希望能向数学教育专家进行咨询。在学生和家长的请求下,本周六(6月30日)上午将举办高考数学试题解析和解题技巧的讲座,请需要报名的同学或家长尽早拨打96060热线报名。

我能网在上学期举办了多场个性化辅导免费讲座,很多同学听完讲座后都反映老师的解题技巧很实用。老师介绍过的估算法、排除法、数形结合法等解题技巧都在数学答题中起到了

作用。此次公益讲座仍然由南京学苑《名师课堂》校长、数学高级教师彭家明老师主讲。他介绍,从今年的高考试题分析,这次数学整体难易度适中,但灵活度高,跨章节和跨知识网的命题较

为突出,对考生的综合能力要求相对较高,甚至一些看似复杂的题目考生如果换个角度用得恰当的解题技巧就会迎刃而解。

为了增强此次讲座的针对性和互动性,此次讲座将针对今年高考数学试卷的试题进行案例解析,并对高中数学解题技巧进行解答。彭老师介绍说:数学解题的思维过程是指从理解问题开始,经过探索思路,转换问题直至解决问题的全过程思维活动。同时必须掌握一些解题的策略,例如:熟悉化、简单化、直观化、特殊化、间接等。这些解题

策略将会在本次讲座中进行细致讲解。据了解,目前市面上打着个性化辅导名义的培训机构相当多,有的培训机构师资力量单薄,只是重复教学内容,毫无方法和重点地教学。针对这一现象,快报我能网便民服务牵头组织过硬的师资队伍,将陆续为广大中学生开展各类个性化的讲座,敬请关注。即日起,家长和考生只需拨打96060热线成功报名,就可以于6月30日上午9:00直接前往洪武北路55号置地广场8楼快报会议室免费参加讲座。
钱坤

食疗能人教你夏天怎么吃

夏天人体代谢和生理状况都容易对高温环境产生应激反应,如果热负荷超过机体调节适应的限度,加之体内热量散失少,就会发生中暑,引起人体倦怠无力、头昏头痛、食欲不振、精神不振等症候,我能网食疗能人“一品农庄”说,只要在饮食上多加注意,就可以预防夏季中暑,健康度过夏天。

暑热会减弱食欲及肠胃的消化功能,我能网食疗能人“一品农庄”推荐夏季解热防暑方法:第一,要常吃富“钾”食物,如草莓、桃子、菠菜、马铃薯、大葱、芹菜、毛豆等,这些食物里面的含钾量特别大,热天多吃既可消暑,又能补充身体流失的钾,可谓一举两得。第二,多吃“苦”味食物,天热食“苦”胜似进补,苦味食物具有抗菌消炎、解热去暑、提神醒脑、消除疲劳等多种医疗、保健功能。常见的苦味食物有苦瓜、蒲公英、啤酒、茶叶、咖啡、巧克力等,但苦味食品一次食用不宜过量,过苦容易引起恶心、呕吐、败胃等不适反应。第三,可多食“酸”味食物,夏季出汗多,适当吃些酸味食物,如番茄、柠檬、草莓、乌梅、葡萄、山楂、菠萝、芒果、猕猴桃之类,能够起到收敛止汗,预防流汗过多而耗气伤阴的作用,同时是夏季打开食欲、健胃消食的佳品。若在菜肴中加点醋,醋酸还可杀菌消毒防止胃肠道疾病发生。此外,“一品农庄”还建议夏季喜欢冷饮、吃寒凉食物的人们,平时多喝羊奶可缓解受凉而引起的胃肠功能紊乱、腹痛、腹泻等状况,因为羊奶成分接近母乳含有20多种维生素,且不含牛奶中可致过敏的异性蛋白,能促进食欲帮助消化,改善精神状况。

详情请登录我能网(www.wonengw.com)向食疗能人“一品农庄”咨询或拨打“一品农庄”热线电话:400-710-8258,了解更多乳制品相关知识。
汪慧

儿童营养专家坐诊我能网

炎热的夏季,是人体能量消耗最大的季节。这时,人体对蛋白质、水、无机盐、维生素及微量元素的需求量有所增加,对于生长发育旺盛的儿童更是如此。但随着天气越来越热,孩子的食欲不佳,挑食、偏食现象也逐渐增多,一些孩子甚至就只喜欢吃冷饮、瓜果梨桃的。

夏季如何分配儿童的饮食?

合理的饮食需要哪些注意事项?即日起至7月4日,南京妇幼保健院儿保所营养专家张敏医生坐诊我能网(www.wonengw.com)为大家支招解答相关问题。据张敏医生介绍:夏季最好给孩子吃清淡易消化、少油腻的食物。在菜中可以加点醋,也能增加食欲,宜多让儿童饮用西瓜汁、鲜果汁,不宜在饭前大量饮

水或吃大量冷饮,需注意室内通风降温,给儿童创造一个良好的休息环境。

网友“淡雅清香”提问:我家孩子今年8岁特别爱挑食,从小就喜欢吃肉,不爱吃蔬菜,担心他身体的营养成分不够均衡,就买了一些维生素给他吃,这样好吗?我能网“健康顾问”张敏医生建议:蔬菜中不单含有维生

素,还含有叶绿素、花青素等其他的营养素,家长可以补充复合维生素,但不能以此来代替蔬菜,还是应该慢慢让孩子接受蔬菜,这样才能保证营养均衡。

参与方式:登录我能网(www.wonengw.com)(新浪或腾讯微博账号可直接登录),搜索“张敏医生”,点击“问TA”,向TA求助,专家将及时回复。吴慧慧

比卖场便宜 比网购靠谱 厨卫家电“我能”更优惠

快报我能网便民服务推出的灶具、热水器、油烟机等厨卫电器“零利润”特惠价销售服务受到了市民的欢迎。为答谢快报我能网便民服务老用户的支持,即日起凡持有快报我能网便民服务旧回执单的客户,可在优惠价的基础上再减100元。

除了拨打96060预约厨卫家电服务外,读者还可以前往快报我能网便民服务指定认证的秦

虹南路40号“万和电器”直营专卖店现场选购咨询。

据了解,这家直营专卖店是万和电器在南京开设的首家直营专卖店。因为是直营店,没有进场费和导购费,价格自然比卖场便宜。

在快报我能网便民服务购买厨卫家电的读者在享受全国统一售后质保的同时,还将享受有11年优质服务基础的快报我

能网便民服务团队进行使用指导和保外维修服务。

目前,便民服务项目除了家电销售以及以旧换新服务外,还有家电维修、办公设备维护、家政保洁服务以及搬家、修锁、马桶节水等特色服务。若有需要,可以随时拨打24小时服务热线96060或登录我能网(www.wonengw.com)预约专业的便民服务。

■本期明星产品

燃气灶具产品型号:万和N-B06X
产品特点:专利双聚能内燃火技术。热效率高达63%,比普通灶具节能四分之一左右;有效火力达到2.65KW,行业最大值,火力大,炒菜更快。

便民服务特惠价:999元(凭便民服务老回执单可再减100元)
钱坤

现代快报 南京家居行业精品名家十日联展

弘阳集团企业成员 RSUN 红太阳家居

热卖 99天DAYS 保价100% 6.9-8.12 红太阳家居三店联动,全城低价行动

灯具/窗帘墙纸/电工电料/电动工具/板材 专场特卖(6月22日-7月1日)

6月22日-7月1日 窗帘区定金双倍返不停 交300变600!

7月7日-7月15日 橱柜、地板、电器惠装节
7月21日-7月29日 五金、吊顶、油漆惠装节
8月4日-8月12日 家具、移门、木门惠装节

弘阳广场店 苏明灯饰 A2/4219 特价90元/套 TB8781-1白限23套 市场价900元/套 地址:南京市大桥北路48号(弘阳广场内) 025-68822799

JDL 月星·家得乐 YUEXING JIADALE 居家生活连锁 6月浓情 惠 SALE 满全城 活动时间:2012.06.25-07.01

满300立减20 满600立减50

SHILIN 石林家居 (光华门店) 石林家居连锁 石林家家乐 (卡子门店)

百万豪礼 大放送 50变300 瓷砖券

品质家居 石林家居年中特惠盛典 活动时间:2012年6月22日-7月1日

石林家居 地址:城东光华路2号 电话:85016500 详情请见店堂公告
石林家家乐 地址:卡子门大街88号 电话:86976500 www.shilincn.com