

家有儿女

孩子做家庭作业 记住这几个时间黄金分割点

“进度有点快,作业有点多。”进入史上最短学期,家长们普遍反映,孩子的压力有点大。提高效率成了孩子家长们的关键词。如何让孩子高效地完成作业,是集中突击还是分散学习,是争分夺秒保证时间,还是适当减量,让孩子更坐得住?记住这些做作业时间的黄金分割点,可能会事半功倍。

现代快报记者 乐媛

55分钟好过1小时

如果你想要孩子做1小时功课,就把规定时间缩短为55分钟或50分钟。虽然事实上时间短了,但效率却可能更高了。因为这短短的5-10分钟,会被孩子默默地放大好几倍。这种心理其实不难理解,一件2000元的衣服,和一件1980元的衣服,你是不是也觉得后者便宜很多似的?

4小时是极限

有家长觉得孩子一回来就关书房用功是件好事,其实不然。有调查显示,一个高中生平均在家能够集中精力写作业的时间,以四小时为最大限度;而专注力不高的小学生,顶多坚持两个小时。再继续读下去,效率不但不能和时间成正比,反而有可能会伤害孩子身心,严重的还可能让孩子讨厌读书学习。作为家长,要记住关键的时间点,及时把孩子从书桌前引导出来。

家庭作业的几个关键词

规定时间: 根据平时孩子做作业的时间制定一个规定时间(可根据每天作业多少进行调整)。如果到了规定时间没有做完,也不要让孩子做了。开始可能会出现因为贪玩或精力不集中而导致被老师批评,或者哭着上学的情况。但如果坚持下来,就会帮助孩子养成高效完成作业的好习惯。

家长签字: 明确家长的工作不是检查,而是签字。检查的工作应该由孩子完成。签字时只要问一个问题,“都检查无误了吗?”只要孩子肯定,你就签字。即使看到有错的题,也不要指出来。第二天作业本上的红叉会让他学着成为负责任的人。在入学时,就应该让孩子明白,学习是为自己的人生打基础,不是为了家长,让孩子学着自我管理自己。

默写: 试着用默写代替听写。让他把能想到的所有的生字都默写出来。记忆效果棒棒哒。

以20分钟为单位做计划

同样的作业二十次集中做,和一天一次分为二十天做,后者的作业效能比前者高出百分之三十。因为连续强记会使记忆的内容重复搞混,休息之后再记就不会。

这就像考试前一天临时抱佛脚,拼命死记只能救急,但因为没有深入理解,忘得也快。

所以在为孩子,尤其是为小学生拟定学习计划时,与其以1小时为单位,不如以20分钟为单位。这样做效率更高,记得也更牢。



吃饭前后1小时效率最低

从生理学上来说,吃饱饭后,全身的活动能量都集中在消化器官,头脑活动相对迟缓。而空腹时,身心动向都集中于“食物探索行动”中,所以,吃饭前后一小时,心力是最不倾向于头脑的时间。这段时间应该让孩子好好休息,或者做点家务劳动,储备写作业的有效能量,才是上上策。

整理衣橱吧(3)



来整理柜子和衣橱吧!

这里仍然可以按照上轻下重的顺序放置衣服和物品。



柜子按照物品的使用频率分为上中下三层,便于寻找单品:

挂衣顺序由长到短,下方形成倾斜的空间,可以放置小物件和包袋



扁平的物品(熨衣板、滑板、绘图板、樟木板等)

爱好相关的物品

衣橱里只放当季最经常使用的衣服和单品:

帽子和包包都可以大套小,节省很多空间



旅行箱、吸尘器等大件从矮到高放置

图书、杂志或其他较沉重的物品

都市DIY

十字绣已经out了,“白领绣娘”在绣什么

对于热爱刺绣的南京姑娘们来说,用十字绣法,轻轻松松绣个花草草的,早已不是问题,但是有3D视觉的刺绣小镜子收容袋,你会绣吗?近日,南京网友“Happy徐”在朋友圈晒出了几张自己绣的小镜子收容袋,这上面的花朵栩栩如生,好不可爱。瞬间获得了好友们的诸多好评。

实习生 陈娟 现代快报记者 戎华

“Happy徐”告诉现代快报记者,自己从初中就爱上十字绣了,是个十足的“刺绣控”,那时候绣得最多的就是钥匙扣这样的小物件。不过现在早已厌倦了十字绣的绣法了,还是立体绣更有挑战性。“happy徐”的说法赢得了不少少女们的共鸣。“上了大学,看到室友绣了一只蝴蝶,这翅膀都能摸得到,真的神了。”在新街口上班的周倩说道,后来她也开始改变“绣风”,尝试别的DIY绣,发现每种都能带来惊喜。

3D效果的立体绣令人痴迷

“见惯了平面绣,第一次看到立体绣时,真是让人大吃一惊。”周倩说,后来她开始苦心钻研这立体绣,发现这是一种在立体绣面料上,利用专用毛线,按照设计步骤,根据图纸的设计要求来体现对象立体效果的一种DIY绣。立体绣最大的魅力就是绣完以后,呈现出的花草或者虫鱼,都是栩栩如生、惟妙惟肖。“如果说十字绣是一种平面化的手工绣,那么立体绣就如同你带了3D眼镜观赏到的艺术品。每一只蝴蝶,每一只蜻蜓,仿佛就要从花丛中翩跹起舞。

让“鸡肋”衣服重获新生的珠绣

对于时尚达人来说,会买会搭配服饰已不是难事,如果面对一件平淡无奇的白色针织衫,你还能拿起针线立马开始“DIY”,这才不愧为“时尚小魔女”的称号。这不,南京的吴菲就有这样技能。用针穿引珍珠、玻璃珠、宝石珠,在衣服上巧妙地镶上各式珠子,经光线折射具有浮雕效果,同时色彩明快且协调。这就是珠绣的魅力了。总能在日常穿着上带给我们惊喜。“春天的街头,若是穿上手工DIY的珠绣裙,肯定是百分百的回头率。”

“万花丛中笑”的丝带绣

丝带绣最大的特点就是色彩丰富,质感细腻的缎带为原材料,同时色彩大胆而明亮。绣出的鲜花层次分明,跃然于布面之上。“丝带绣不仅针法多,还要自己做花,做出的花型无论美丑,但是其乐无穷啊。”网友“DearShane陈”说道。用“留连戏蝶时时舞,自在娇莺恰恰啼”来形容丝带绣给人的感觉是再合适不过的了。



丝带绣

坐垫、枕套们的福音是绒绣

绒绣是用彩色绒线在特制的网眼麻布上进行绣制的一种手工艺品。由于绒线本身没有反光,具有毛绒感,绣品浑厚庄重。所以在坐垫和枕套中可以自行拼色。曹璐表示,“居家讲究温馨,在原本单调的枕套上,绣上绒绒的卡通图案,这枕套立马‘活’起来了。”像今天居家装饰中的浪漫欧陆风情,都是这一阵阵“绒绣风”中引发的。“枕着自己绣上的图案睡觉,这心情也是萌萌哒。”