

家有儿女

给娃报名学帆船 爷爷奶奶不乐意了

“儿子的五节帆船课已经学完，每次课上他和小伙伴们都玩得不亦乐乎，考虑到教练给出的价格也很优惠，所以我想给他报上一年的兴趣班呢。”近日，南京网友“玉兰花香”发帖说道。孩子有兴趣，家长也支持他学帆船，这本来是一件好事情，可没有想到家里的老人不乐意了。“儿子的爷爷奶奶都觉得学帆船不安全，而且以后天气热了，孩子学帆船太晒了。”“玉兰花香”感慨：“给娃学个帆船，真是太难了。”

实习生 陈娟 现代快报记者 戎华



在很多市民心中，帆船虽然同属于运动类项目，但似乎更“奢侈”些。因为从帆船到孩子一身的装备，几乎都要自个去配齐。因而对于不少家长而言，帆船依然是“贵、难、怕”的代名词。但事实真是这样吗？

分得清东南西北就可以学了

作为小众且潮的运动，帆船的入门门槛会不会很高？“一般上了一年级的孩子就可以学习帆船了。”南京一家体育运动俱乐部的工作人员庄丽说。由于帆船是通过“捕捉”风的方向，及时调整帆的角度，靠风力和水流来驾驭帆船前行，“因此需要孩子能够分清东南西北，而一年级的孩子这一点是能够掌握好的。”

现代快报记者了解到，从2009年开始，游府西街小学国际部就要求每个学生都要到水上运动学校上帆船课，秣陵路小学也成立了帆船队，还有自己的帆船报。“初学时，教练都会教孩子们正确的拿帆方法，一手抓桅杆，一手抓横杆。即使一年级孩子的个子不高，也能把帆顶起来。”

初学者先不急买船

“通常情况下一次课是400元，要是办会员的话，全年是2000元，但是不含船和孩子的装备。”庄丽告诉记者。帆船课通常都是每周六和周日在玄武湖开展，下午1:30-5:00，共三个半小时。“至于帆船的话可以自己买也可以租借俱乐部里面的。租借费用全年是4200元。”这样算来，全年的费用就是6200元，每周两次课程，平均下来，一次课是65元，在价位上和普通的兴趣班收费差不多。

不过，庄丽建议初学的孩子最好先不着急买。因为船型不同，面对风时的阻力也不同。如果买了帆船后，孩子就只能玩这一种类型的帆船，在应对不同风向时，就有些不知所措。而俱乐部里不同类型的帆船很多，教练会根据不同的风向给孩子们挑选合适的船型。“等孩子上了4年级，身高和体重都达到一定的标准之后，家里经济条件许可，可以考虑购入一条帆船。这样以后去了海边，也能开心地玩起来。”

建议

夏季来临，防晒服、帽子、眼镜都不能少

“没想到孩子学了帆船之后，带动了全家一起玩，上个周末我们刚在青岛参加了帆船比赛呢。”南京的范女士告诉记者，自己的孩子就在游府西街小学上5年级，虽说是个业余的帆船爱好者，但是范女士和爱人的帆船知识可都是12岁的儿子教的。“眼看着天气越来越热，在孩子玩帆船的装备上，除了帆船鞋、对讲机、手套之外，还要配备防晒服、帽子和眼镜呢。”庄丽建议道。

教你一招

手机只有16G，感觉不够用了怎么办？

刚拍了几张照片、下载了些APP之后，突然发现手机的内存满了，你在用只有16G的手机时，绝对会碰上这个问题！

不过，既然已经买了，我们也不好抱怨什么，现在我们要做的，就是尽量用好这16个G的空间，同时尽量保证手机留有足够的内存。

现代快报记者 吴双



其实，任何16G手机的可用内存都不会有16G，以未越狱的16G版iPhone6 Plus为例，说是16G，它真正可用内存其实只有10G左右。这倒不是手机商家在坑人，而是手机的系统和预装应用也要占用一定的内存空间。知道自己手机的内存比想象的小，我们在下载APP或者文件时就不要太大手大脚，并且养成经常检查手机的内存的习惯。

照片存储：尽量存网盘

一张iPhone拍摄的照片大小一般为2-3MB，大家可千万不要以为这些照片很小，也千万不要低估了自己对于拍照的喜爱。想想看，自拍、拍食物、拍糗事，你每天有这么多的事情可以拍。

拍照拍得太狠，在内存空间不足的时候，你可能就不得不壮士断腕，把一些老旧或者不太重要的照片删除。不过，现在有了网盘和icloud，大家完全可以把照片存在网上。

APP缓存：定时检查清理

很多APP本身其实都不怎么占空间，但它们的缓存就难说了。像微信、QQ这样的聊天社交软件，其本体大小也就100MB出头，但大家在查看APP的用量时，它们的大小则能达到500MB以上，这多出的400MB就是APP的缓存。

很多APP为了方便用户能快速打开程序，都会选择将一些图片和资料，以缓存的形式保存在手机里。这样做的好处不少，但副作用自然就是占用空间。

好在大部分APP都有清除缓存的功能，不过缓存都是“悄悄”地积累起来的，在发现手机内存莫名变少的时候，我们就需要在设置的“通用”一栏里找到“用量”这个选项，通过这个选项，我们能看

到APP的大小，并借此判断哪些APP的缓存需要清理。

附：Safari浏览器的缓存清除

虽然大部分APP都有清除缓存的选项，但Safari浏览器却没有。作为主要苹果内置的浏览器，Safari缓存清除方法被放置在了手机的设置里，大家只要在设置里找到Safari选项，选择进入后，就可以清除Safari的历史记录与网站数据了。

下载音乐：可在云播放器上听

在手机上听音乐已经成了不少人的习惯，很多人的手机里都下载有上百首的歌曲。

那么，一首网上下载的音乐有多大呢？在很多人的印象中，一首歌的大小也就5MB左右，就算下100首，也只占用500MB的内存，根本不算多少。

实际情况是，现在网上中高音质音乐的大小一般在8-10MB，虽然这些音乐的音质更好，但100首下来就占掉了16G手机内存的十分之一。

如果大家真的很想听音乐，现在手机上的云播放器很多，大家可以把喜欢的音乐存为歌单，用播放器在线听。

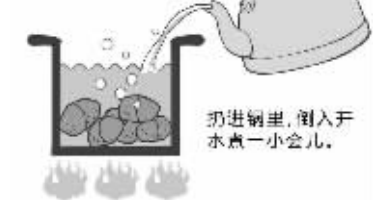
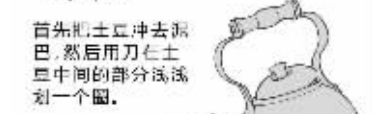
下载游戏：选择中小型游戏

中小型手机游戏的大小一般在100到300MB，大型游戏多为1-2G，大家可以根据游戏的具体大小，自行选择要不要下载到手机里。

需要提醒的是，很多手机网游刚下载时一般都不大，但随着游戏内容的下载和更新，很多原本200-300MB的游戏，最后大小能达到恐怖的1G以上，而且这些多出来的内容不属于缓存，除非把整个游戏都删掉，否则无法删除。

每日一图

另类削土豆



漫画 胡晓晶