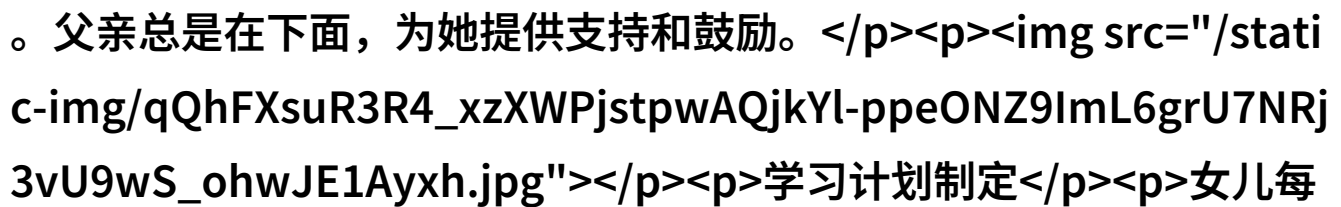
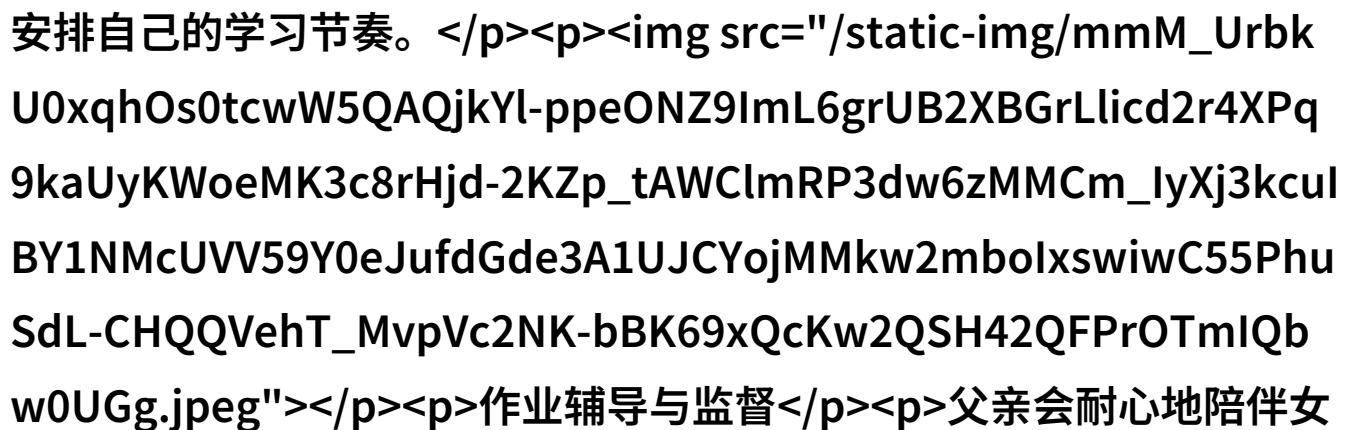


女儿的学习日记

在这个温馨而又充满挑战的环境中，女儿每天都会有着不懈的努力。父亲总是在下面，为她提供支持和鼓励。

学习计划制定

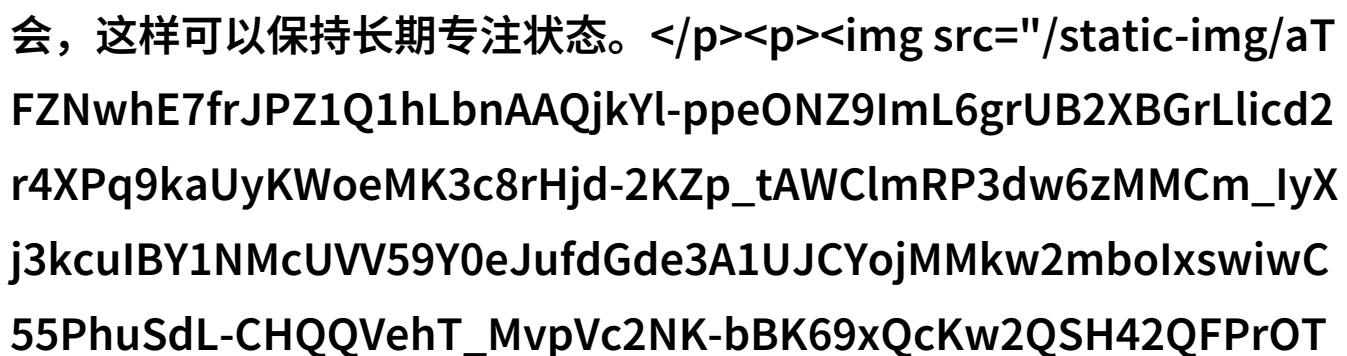
女儿每天早上都会认真地规划好她的学习时间表，从数学到语文，再到科学，她都分配合适的时间来完成作业。父亲通过观察和指导，帮助她更好地安排自己的学习节奏。

作业辅导与监督

父亲会耐心地陪伴女儿一起做作业，当遇到难题时，他会细致分析问题，引导女儿找到解决方法。这不仅让女儿学到了知识，还锻炼了她的独立思考能力。

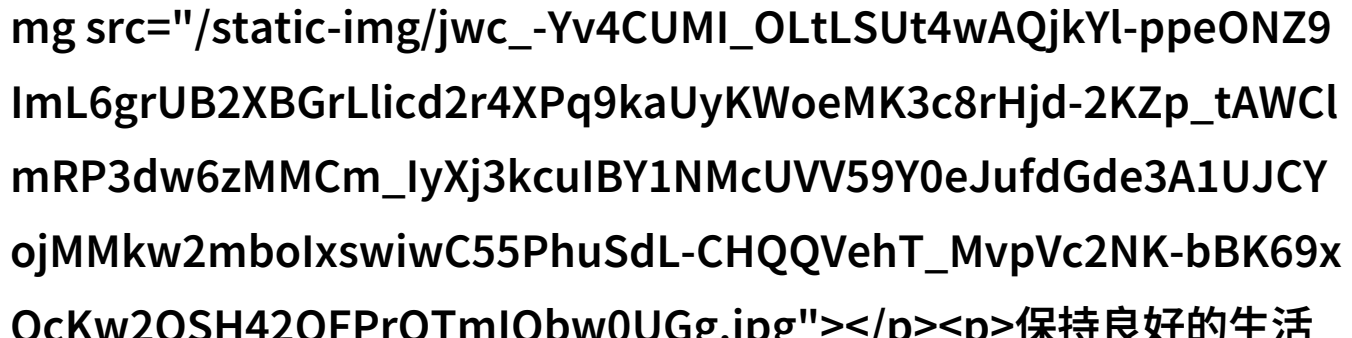
有效使用时间管理技巧

为了提高效率，父母教给了女儿一些简单但高效的时间管理技巧，如番茄工作法，让她能够在短暂集中精力后休息一小会，这样可以保持长期专注状态。

鼓励自我反思

当作业结束后，

父母鼓励女儿回顾一下今天所学到的内容，并思考哪些地方自己需要改进。这有助于提升她的自我意识，也能促进知识深入理解。



保持良好的生活习惯

除了课外辅导之外，父母还强调了养成良好的生活习惯，比如规律饮食、充足睡眠等，这对于girlie(假设名字)的心理健康和身体健康都是非常重要的。

家庭成员共同参与探索新知

周末的时候，一家人经常一起去图书馆或者参加科普活动，不仅丰富了孩子们的大脑，也增进了家庭成员之间的情感纽带。在这样的氛围中，小朋友们对世界也更加好奇和热爱。

[下载本文pdf文件](/pdf/634206-女儿的学习日记.pdf)