

看视频教程易令人过度自信

观看次数越多 错觉越严重

据新华社电 美国芝加哥大学一项研究显示,观看视频教程容易令人错觉自己也会那些技能,观看次数越多,越是过度自信。

研究人员招募1003名志愿者参与一项在线实验,让他们观看一段视频教程。视频时长5秒,一步步教授如何玩“桌布把戏”,把

一块桌布抽出来而上面所有物品原地不动。研究人员在由美国心理学会旗下期刊《心理学》刊载的论文中写道,与只看视频一遍的志愿者相比,看了20遍的志愿者更相信自己能够玩好这个把戏。而如果让志愿者多阅读几遍文字说明或者多思考一段时间,却不会

增强他们的信心。另一项实验中,研究人员招募193名志愿者测试投掷飞镖能力。那些观看了教学视频20遍的志愿者自我预估的得分高于只看一遍的志愿者,而且认为自己更容易射中靶心、所学技能更多。事实却证明,看视频20遍的志愿者得分并不高于那

些只看一遍的志愿者。美国心理学会网站援引研究人员的话报道,这或能从某种角度说明社交网站视频教程为何能够广泛传播。从烹饪到化妆,从手工到舞蹈,“人们看别人(操作)越多,越认为自己也拥有同样技能,即便他们的能力其实并未得到提高”。

睡眠教学或可增强记忆

据新华社电 英国研究人员发现,在人们睡觉时提示他们学习过的内容,有助于增强记忆。

约克大学和伯明翰大学研究人员招募46人参加实验,让他们把形容词与不相关的物体或场景相匹配,例如“美国的”与香蕉或沙漠景

观配对,检查他们能记住多少组合。然后,实验参与者头戴耳机打盹90分钟。研究人员用脑电图仪检测发现,耳机播放入睡接触过的形容词两秒后,处于睡眠中的实验参与者大脑迅速出现脑电波“睡眠纺锤波”。

研究人员认为,睡眠纺

锤波的出现显示,耳机播放的信息被从负责短时记忆的大脑区域“运送”到负责长期记忆的区域。他们推测,或许可用电磁装置管理睡眠纺锤波,用于帮助认知能力受损的人增强记忆,例如老年痴呆症患者。研究结果发表于美国杂志《当代生物学》。

睡眠教学法在20世纪50年代遭到否定,最近几年却有越来越多研究重新探索这种“有针对性的记忆复活”方法的可行性。英国《泰晤士报》9日报道,约克大学和伯明翰大学的最新研究首次为睡眠教学法的有效性提供证据。



平安指数

●蓝色优秀 ●黄色良好 ●橙色平稳 ●红色预警(平安办提供)

区	街道	万人违法警情宗数	万人消防警情宗数	万人交通警情宗数	平安指数	平安提示
香洲区	狮山	0.382	0	1.272	95	蓝色
	湾仔	0.719	0	2.396	90	黄色
	拱北	1.212	0	2.928	70	橙色
	吉大	0.519	0	2.248	90	黄色
	香湾	0.322	0	1.934	90	黄色
	梅华	0.857	0	2.504	90	黄色
	前山	0.946	0	3.075	80	黄色
	翠香	0.691	0	1.935	90	黄色
金湾区	三灶	0.664	0.074	1.032	85	黄色
	红旗	0.508	0	1.101	95	蓝色
斗门区	白藤	0.215	0	3.445	90	黄色
	井岸	0.51	0	1.233	95	蓝色
	白蕉	0.479	0	0.89	100	蓝色
	斗门	0.231	0	0.231	100	蓝色
	乾务	0.33	0	0.441	100	蓝色
横琴新区	横琴	0.667	0	2.889	90	黄色
高新区	唐家湾	0.723	0.052	0.981	85	黄色
万山区	桂山	0	0	0	100	蓝色
	担杆	0	0	0	100	蓝色
高栏港区	南水	0.178	0	0.356	100	蓝色
	平沙	0.485	0	0.607	100	蓝色

平安提示:本日全市平安状况良(优秀镇街12个、良好镇街11个、平稳镇街1个),无红色预警地区。提醒市民做好家居安全防范,在公共场所注意保管财物,遵守交通规则平安出行。

本地展览

●山花烂漫——狗年九友书画展

内容:所谓“九友”分别是宋礼初老师及他的爱徒刘万群、何子彬、陈忠胜、郑小跃、郑泽明、周健、姜广礼、颜少奎等九人。此展共展出书画作品近百幅,有国画、书法、篆刻等门类,作品表现风格迥异。其中书法作品线条优美、意境深邃、情感充沛,绘画作品花鸟寄情、山川抒怀、人物言志,表达了他们对生活的热爱,对祖国繁荣富强和大好河山的赞美,展示了作者精湛的笔墨技艺、高雅的意趣品格、独特的个性魅力。

主办单位:珠海市图书馆、珠海市工人文化宫、广东客家书画院

展览时间:2018年3月3日至3月15日

展览地点:珠海图书馆精品展厅

公益活动

●活动名称:福贡民俗·风光摄影展

活动时间:3月1日—15日

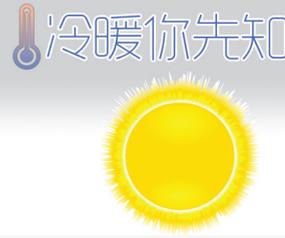
活动地点:斗门区文化馆二楼展厅

主办单位:斗门区文化馆

●活动名称:学习《公共图书馆法》图文展

活动时间:3月2日—31日

活动地点:斗门图书馆四楼展览厅
主办单位:斗门区图书馆
(刘雅玲 整理)



冷暖你先知

◆珠海陆地天气

大致天晴,早晚清凉

温度:14℃-21℃

湿度:55%-85%

风向风速:偏东 陆地2-3级

【浴场预报】

海滨泳场:浪高0.4米,水温20.1℃,水温偏低,不适宜游泳。

三灶金沙滩:浪高0.5米,水温19.6℃,水温偏低,不适宜游泳。

东澳岛南沙湾:浪高0.8米,水温19.3℃,水温偏低,不适宜游泳。

【航线预报】

九州港至蛇口航线:有轻到中浪,海况良好,适宜乘船出行。

香洲港至外伶仃航线:有轻到中浪,海况良好,适宜乘船出行。

香洲港至万山航线:有轻到中浪,海况一般,乘船出行需预防晕船。

【各类生活指数】

过敏指数 不易发 无须担心过敏问题,可以尽情享受生活。

感冒指数 不易发 气温回升,感冒几率较低。

紫外线指数 中等 建议涂搽SPF12-15、PA+的防晒护肤品。

空气污染指数 良好 气象条件有利于空气污染物扩散。

舒适度指数 舒适 白天气温适宜,早晚清凉。

交通指数 良好 气象条件良好,车辆可以正常行驶。

◆珠海未来3天天气

星期一:晴到多云 16℃-22℃

星期二:多云,有阳光 18℃-23℃

星期三:多云,部分时间有阳光,早晚有轻雾或雾 19℃-24℃

PM2.5 每日监测

点位	AQI级别	AQI类别
吉大	I	优
前山	I	优
唐家	I	优
斗门	I	优

截至3月10日18时
数据来源:珠海环保局