2017/3/13 22:40

今天晚上的状态不是很好，上午和下午调试过程还是比较认真，中午的休息也比较好，中午没有浪费太多的时间，听了一集TED，感觉对听力特别有帮助，然后就是晚上的时间没有利用好，有太多的时间和同学一起看电视了，没有控制住自己，而且晚上看书的效率比较低，整个一天的工作没有得到提升，很烦，运动量过小。