Cornell note: Học cách học

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| STT | Bài học | Nội dung |
| 1 | Cách cornell note khi học | Phương pháp này đề xuất một cách tổ chức các ghi chép hiệu quả khi học. Nó có thể dùng trong công việc hằng ngày, kể cả khi bạn đi học tại các lớp học, tham gia các khóa học online… |
| 2 | Hiểu về não bộ | * chúng ta chỉ sử dụng 10% công suất của não. * Não bộ có tính mềm dẻo, hãy tích cực học tập và hoạt động. * Kết hợp hoạt động tập trung và thư giản thật nhịp nhàng * Học từ từ từn tí một, tránh học dồn. * Vận động và ngủ hợp lý |
| 3 | Ngộ nhận về cách học | Những ngộ nhận:   * đánh dấu văn bản * tóm tắt nội dung bài giảng * đọc đi đọc lại một chương sách * càng tập trung lâu vào 1 bài toán càng tốt. |
| 4 | Nguyên lý của việc học | * Học là tự học, tự giáo dục * Học qua quá trình trải nghiệm, không phải tiếp thu thụ động * Học với người khác cũng tốt nhưng mà đúng cách * Kiến thức không đến trong 1 ngày * Muốn có thói quen tốt phải khổ luyện * Muốn học tốt phải có quy trình tốt |
| 5 | Các kỹ thuật học tập hàng đầu | * Tự kiểm tra * Luyện tập phân bổ * Hỏi đáp chi tiết * Tự giải thích * Thực hành xen kẻ * Phản tư|reflection * Học trong việc làm |
| Tóm tắt nội dung: | | |