

记忆曲线

今晚学的知识，睡一觉之后，大概，会忘记 60% 的内容

忘记是正常的

知道如何重新记起即可
久而久之就自然记住了

不要中断学习超过一周！

不要中断学习超过一周！

不要中断学习超过一周！