道人院通過差

寒门也能出贵子

一超演冠军刘媛媛亲授一

00:18

23:38







【二.逆袭技术课】「加课」独家记忆法(3)

○ 1844 ○ 0

2018-05-31 19:47:10

仅供群内使用,切勿传播、商用 更新微信:1561277539

【加课】独家记忆法(3)

■ 主讲人: 刘媛媛

■ 学习可破一切 逆袭根本不难 与您一起引爆学习力 实现颠覆性改变

一. 提取练习

(1) 就目录

第一种:顺序提取

(2) 就标题

第二种:乱序提取(这个就厉害了)

(1) 乱序提取的必要性 第一测试时的提取都不是按照顺序

第二 顺序提取有个坏处, 提示太多

(2) 乱序提取的方法一: 做题

第一,达到随意提取绝对不忘的效果; 第二,这样非常加深对于知识的理解;

从题干到选项去抓取知识点,把选择题变成简答题

第三,记忆效率也会比平时要高; 第四,题目本身考察的都是重点和难点。

用这种方法去过几遍真题,你会发现两个事情: 第一,有一些重点是恒重的,它们一直在反复出现

第二,复习无死角

第一把你需要记忆的内容的定点词写到卡片上,

(3) 乱序提取的方法二: 速记卡

上一个关键词和下一个关键词,然后把你之前 串的那条线记起来。 第二 当你发现你对着这个词什么都说不出来的时候, 你就要给这个卡片做标记。

然后随意抽取练习,对着这个词去回想它的

什么时候去复习效果最好,决定于你要把记忆保持多久

待考时间

1星期

二. 回忆的节奏

1个月 1星期 3个月 2星期

两次学习间隔时间

1~2天

6个月	3星期
1年	1个月
最佳复习间隔	

用excel法。

三. 对记忆的内容有自己的想法。

评价和情绪, 会加深记忆。

四. 对于横纵轴框架比较明显的知识,

下节预告 《深度思考:把问题想明白并且找到解决方式》

社群服务: 扫描二维码,即可加入社群;



也可添加课程小助手微信: yuchuangjiaoyu2015

添加的人数比较多,大家稍安勿躁

收起描述 🔿



0条评论



↑ 回到首页