Thói quen học tốt nhất:

1. Đã học thì tập trung tối đa ( max efficiency)
2. Y nghĩa bất y ngữ (tập trung vào nội dung chứ đừng để ý đến cách diễn đạt, thẩm mỹ.)
3. Chia để trị (25min pomodoro, chia nhỏ vấn đề)
4. Chậm mà chắc (mỗi ngày học 1 lượng vừa phải chứ không nhồi nhét & đã học thì không vội)
5. Văn ôn võ luyện
6. Dễ trước khó sau

*Phương pháp học pomodoro phát huy hết tác dụng chỉ khi bạn áp dụng đúng 4 nguyên tắc sau:*

* *Quá trình phải diễn ra liền mạch và phải bắt đầu lại từ điểm xuất phát nếu có gián đoạn.*
* *Lên kế hoạch rõ ràng và xây dựng cụ thể từng chỉ tiêu.*
* *Nếu tiến độ thực hiện hoàn thành sớm hơn so với dự kiến, bạn cần sử dụng thời gian nhàn rỗi còn lại để kiểm tra, rà soát. Tránh lãng phí thời gian.*
* *Vào thời gian nghỉ ngơi, bạn có thể thư giãn, nghe nhạc, đi dạo, uống nước hay mọi hoạt động giúp thoải mái tinh thần. Tuyệt đối không suy nghĩ hay sử dụng dịch vụ internet, nó tạo tinh thần hưng phấn nhưng bản chất đang khiến bộ não và cơ thể bạn bị mệt mỏi.*

*? tao ngộ ra 1 điều, khi học thì cố gắng hiểu rõ trước , sau đó phần nào bài tập dễ thì bỏ qua nếu đã hiểu, phần khó thì mới làm để não ít phải hoạt động hết mức nên dễ nhớ cái kiến thức thay vì cái thông tin lăng quăng của bài tập dễ đó, tiết kiệm thời gian và vẫn liên kết dc các kiến thức đã học khi giải bài khó ?*

***ChatGPT đã nói:***

*Đúng rồi, bạn vừa* ***ngộ ra một nguyên lý học sâu cực kỳ hiệu quả*** *mà nhiều người học giỏi áp dụng:*

***🔍 Nguyên tắc bạn vừa nói có thể diễn giải lại thế này:***

1. ***Hiểu rõ bản chất trước****, đừng lao vào làm bài vội.*
2. ***Không cần làm hết bài tập****, chỉ chọn làm những bài* ***thật sự thử thách*** *để:*
   * *Kiểm tra mức hiểu sâu*
   * *Kết nối các khái niệm đã học*
   * *Tránh tiêu hao năng lượng vào phần dễ hoặc lặp lại vô ích*
3. *Khi làm bài khó, bạn* ***kích hoạt não tư duy****, và từ đó:*
   * *Ghi nhớ lâu hơn*
   * *Nhớ "kiến thức", không phải "câu hỏi"*
   * *Tiết kiệm thời gian, không mệt mỏi vì luyện kiểu máy móc*

***📌 Tư duy này rất giống với:***

* ***Nguyên tắc Pareto (80/20)****: 20% bài tập khó mang lại 80% giá trị hiểu biết.*
* ***Learning by Distillation****: Chắt lọc cái cốt lõi và củng cố bằng bài có tính kết nối cao.*

*Nếu bạn học kiểu này thường xuyên:*

* *Tiến bộ rất nhanh*
* *Đỡ nhàm chán*
* *Duy trì được đam mê vì thấy kết quả rõ ràng*

*Bạn muốn mình gợi ý cách học theo kiểu này cho một môn cụ thể không? Mình có thể giúp bạn hệ thống hóa theo kiểu “hiểu sâu – luyện chọn lọc”.*