|  |  |
| --- | --- |
| Học cách học | |
| 1. Những ngộ nhận về cách học | * Đánh dấu văn bản * Tóm tắt bài học * Đọc đi đọc lại * Tập trung lâu vào vấn đề |
| 1. Hiểu về não bộ | * Não phát triển liên tục * Hai trạng thái: tập trung và thư giãn * Không thể đốt cháy giai đoạn * Khả năng tập trung giới hạn * Vận động tốt cho não bộ * Ngủ nghỉ hợp lí |
| 1. Nguyên lí của việc học | * Tự học, tự giáo dục * Tự trải nghiệm, không tiếp thu thụ động * Nên học theo nhóm * Luyện tập bền bỉ * Thói quen tốt, khổ luyện * Có quy trình học tập tốt |
| 1. Các kĩ thuật học tập | * Tự kiểm tra * Luyện tập phân bổ * Hỏi đáp chi tiết và tự giải thích * Thực hành xen kẽ * Phản tư * Học trong khi làm việc |
| Kiên trì, không nóng vội, học phân bổ một cách thông minh và khoa học. | |