

---

# CORNELL NOTES

## PHƯƠNG PHÁP GHI CHÉP HIỆU QUẢ

---

Nguyễn Khắc Nhật.

Cornell Notes là một phương pháp để ghi chép được phát minh vào những năm 1950 bởi giáo sư Walter Pauk thuộc trường Đại học Cornell (thuộc nhóm những trường tốt nhất nước Mỹ). Đây là một trong những phương pháp ghi chú tốt nhất hiện nay.

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, xem video trên mạng, đọc sách,... thì Cornell Notes vẫn đạt được hiệu quả rất tốt.

Để ghi chép theo phương pháp Cornell, bạn chia tờ giấy (hoặc trang vở) ghi chép của mình thành 2 cột: Cột bên trái để ghi các ý chính (hoặc các câu hỏi, các từ khóa), cột bên phải để ghi chép những chi tiết liên quan đến ý chính tương ứng ở bên trái. Ở phần cuối của trang giấy, bạn dành khoảng 5-7 dòng để ghi lại bản tóm tắt toàn bộ nội dung những gì mình đã học. Một Cornell Notes có dạng như sau:

Ngày tháng	
Tên bài học	
Câu hỏi ... Ý chính ... Khái niệm ...	nội dung chi tiết  nội dung chi tiết  nội dung chi tiết
Tóm tắt nội dung	

***Cấu trúc của một tờ ghi chép Cornell***

Khi bạn xem video (hoặc nghe một bài giảng, đọc một cuốn sách), khi bạn gặp một ý mới quan trọng (hoặc bạn có một câu hỏi liên quan đến nội dung đang xem/nghe/đọc) thì bạn ghi sang cột bên trái. Sau đó, bạn ghi chép những chi tiết cần thiết của ý đó vào cột bên phải.

Sau khi xem/nghe/đọc xong một phần (hoặc toàn bộ) nội dung thì bạn rà soát lại nhanh nội dung vừa học được và ghi lại tóm tắt ngắn ở phía cuối cùng của tờ giấy. Việc này giúp cho bạn có thể ghi nhớ lâu hơn, đồng thời cũng là lúc mà bạn suy nghĩ (reflect) về nội dung đó. Đây là một hoạt động hữu ích để tăng cường tính hiệu quả của quá trình học tập.

Một thời gian sau, nếu bạn cần tra cứu lại nội dung mà mình đã học thì bạn sử dụng tờ ghi chép này.

Nếu bạn cần rà soát lại các ý chính thì chỉ cần nhìn vào cột bên trái là đủ.

Nếu bạn cần tìm hiểu lại sâu hơn về nội dung (ví dụ, để chuẩn bị đi thi, lấy dữ liệu cho một buổi thuyết trình,...) thì cần đọc thêm cột bên phải.

Nếu bạn muốn giới thiệu với một người khác (ví dụ, nói chuyện, đề xuất cho người khác đọc một cuốn sách,...) thì chỉ cần sử dụng đoạn tóm tắt ở phía cuối trang ghi chú.

Phương pháp ghi chép này đã được chứng minh không chỉ có tác dụng ghi nhớ rất tốt mà còn đặc biệt hữu ích khi muốn áp dụng kiến thức học được vào trong thực tế. Hiện nay, tất cả các khóa học của Học viện Agile đều áp dụng phương pháp ghi chép này.

Một vài hình ảnh về việc ghi chép theo phương pháp Cornell:

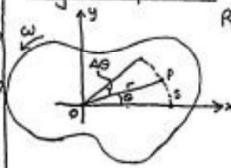
	<p>Psych. 105 - Prof. Martin - Sept. 14 (Mon.)</p> <p><u>MEMORY</u></p> <p>Memory tricky - Can recall instantly many trivial things of childhood; yet, forget things recently worked hard to learn &amp; retain.</p> <p><u>Memory Trace</u></p> <p>- Fact that we retain information means that some change was made in the brain.</p> <p>- Change called "memory trace."</p> <p>- "Trace" probably a molecular arrangement similar to molecular changes in a magnetic recording tape.</p> <p>Three memory systems: sensory, short-term, long-term.</p> <p>- <u>Sensory</u> (lasts one second)</p> <p>Ex. Words or numbers sent to brain by sight (visual image) start to disintegrate within a few tenths of a second &amp; gone in one full second, unless quickly transferred to S-T memory by verbal repetition.</p> <p>- <u>Short-term memory (STM)</u> (lasts 30 seconds)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Experiments show: a syllable of 3 letters remembered 50% of the time after 3 seconds. Totally forgotten end of 30 seconds.</li><li>• S-T memory - limited capacity - holds average of 7 items.</li><li>• More than 7 items -- jettisons some to make room.</li><li>• To hold items in STM, must rehearse -- must hear sound of words internally or externally.</li></ul> <p>- <u>Long-term memory (LTM)</u> (lasts a lifetime or short time).</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transfer fact or idea by:<ol style="list-style-type: none"><li>(a) <u>Associating</u> w/ information already in LTM</li><li>(b) <u>Organizing</u> information into meaningful units</li><li>(c) <u>Understanding</u> by comparing &amp; making relationships.</li><li>(d) <u>Elaborating</u> - fit pieces in like in a jigsaw puzzle.</li><li>(e) <u>Reorganizing</u> - combining new &amp; old into a new unit.</li><li>(f) <u>Rehearsing</u> - aloud to keep memory trace strong</li></ol></li></ul>
<p>How do psychologists account for remembering?</p> <p>What's a "memory trace"?</p> <p>What are the three memory systems?</p> <p>How long does sensory memory retain information?</p> <p>How is information transferred to STM?</p> <p>What are the retention times of STM?</p> <p>What's the capacity of the STM?</p> <p>How to hold information in STM?</p> <p>What are the retention times of LTM?</p> <p>What are the six ways to transfer information from STM to LTM?</p>	
<p>Three kinds of memory systems are sensory, which retains information for about one second; short-term, which retains for a maximum of thirty seconds; and long-term, which varies from a lifetime of retention to a relatively short time.</p> <p>The six ways (activities) to transfer information to the long-term memory are: associating, organizing, understanding, framing, reorganizing and rehearsing.</p>	

- What is the equation for angular displacement?
- What are the units of angular displacement?
- What does  $s$  represent?

## Review of Rotational Kinematics

### Rotational Motion of Rigid Objects

#### angular displacement

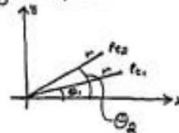


Rigid Object rotating about fixed axis  $O$  in  $z$ -direction

$\Theta = 0$ , when  $r$  is along  $x$ -axis  
 $\Theta > 0$ , CCW rotation  
 $\Theta = s/r$ , where  $s$  is arc length  
 $[\Theta] = \text{radians}$   
 $\Delta\Theta = \text{angular displacement}$

- What is the eq'n for average ang. speed?
- What is the eq'n for instantaneous ang. speed?

#### angular speed



avg. angular speed,  
 $\bar{\omega} = (\Theta_2 - \Theta_1) / (t_2 - t_1)$   
 instantaneous ang. speed,  
 $\omega = d\Theta/dt$   
 $\omega > 0$ ,  $\Theta$  increasing in CCW direction  
 $[\omega] = \text{rad/s}$

- How do we define instantaneous angular acceleration?

#### angular acceleration

avg. ang. acc.,  $\bar{\alpha} = (\omega_2 - \omega_1) / (t_2 - t_1)$   
 inst. ang. acc.,  $\alpha = d\omega/dt$   
 $\alpha > 0$ ,  $\omega$  increases w/ time  
 $\alpha < 0$ ,  $\omega$  decreases w/ time  
 $[\alpha] = \text{rad/s}^2$

Angular displacement is  $\Delta\Theta$ , where  $\Theta = s/r = \text{arc length} / \text{radius}$   
 $[\Theta] = \text{radians}$

Angular velocity is  $\omega$ , where  $\omega = d\Theta/dt = \frac{\text{change in displacement (ang. + wrt)}}{\text{change in time}}$   
 $[\omega] = \text{rad/s}$

Angular acceleration is  $\alpha$ , where  $\alpha = d\omega/dt = \frac{\text{change in angular speed}}{\text{change in time}}$   
 $[\alpha] = \text{rad/s}^2$

**Khóa học: Pragmatic Scrum**

Ý chính	Nội dung chi tiết
Product Backlog	<ul style="list-style-type: none"> <li>là nơi lưu trữ các sản phẩm cần làm</li> <li>Sắp xếp ưu tiên công việc</li> <li>Được PO quản lý</li> </ul>
Sprint Backlog	<ul style="list-style-type: none"> <li>là danh sách công việc cho Sprint</li> <li>Chứa các công việc mà PT làm</li> <li>Được Dev Team quản lý</li> </ul>
User story	<ul style="list-style-type: none"> <li>là một câu ghi chú cần ứng dụng</li> <li>Được viết từ góc nhìn của người dùng</li> </ul>
Đặc nguồn Đầu vào	<ul style="list-style-type: none"> <li>là quy định chung nhất về việc</li> <li>thực hiện một tính năng khi</li> <li>chất lượng hoàn thiện</li> <li>Được Dev Team và PO thống nhất</li> </ul>

Tổng kết: Đạo tạo trong Scrum là Product Backlog, Sprint Backlog và phải tăng trưởng  
Product Backlog, Sprint Backlog, Sprint Backlog  
phải tăng trưởng, Sprint Backlog