Ngộ nhận về cách học

Huỳnh Ngọc Thành, 17-4-2020

|  |  |
| --- | --- |
| Ý nghĩa | Nội dung chi tiết |
| Những ngộ nhận về cách học | Đánh dấu văn bản  Tóm tắt nội dung bài giảng  Đọc đi đọc lại 1 chương sách  Học đi học lại 1 thứ  Tập trung hàng giờ tìm cách giải quyết 1 vấn đề |
| Hóa ra là sai hết cả |  |
| Cơ chế của não bộ | Não hoạt động theo 2 cơ chế khác nhau:  Tập trung (focused mode) và thư giãn (diffused mode) |
| Những cách hữu hiệu để gia tăng hiệu quả học tập | Tích cực làm các bài luyện tập  Học tập các kiến thức theo hình thức luyện tập phân tán với các khối kiến thức được chia nhỏ và học tập qua thời gian đủ dài |