|  |  |
| --- | --- |
| **Ý CHÍNH** | **NỘI DUNG CHÍNH** |
| 1. Ngộ nhận về cách học. | - Đánh dấu các ý chính trong sách, vở.  - Tóm tắt lại bài giảng.  - Đọc đi đọc lại 1 trang sách.  - Học đi học lại 1 thứ.  - Tập trung time vào giải 1 bài toán.  🡺 Đây là các kinh nghiệm từ trước đến nay của chúng ta mang lại và được rút ra trong cuốn sách “WHAT WORKS, WHAT DOESN’T. |
| 2. Hiểu về não bộ. | - Não rất mềm dẻo và phát triển liên tục, nên tích cực học tập và hoạt động  - Kết hợp hoạt động tập trung và thư giãn thật nhịp nhàng  - Không nên đốt cháy giai đoạn.  - Học từ từ từng tí một, tránh học dồn.  - Vận động và nghĩ ngơi hợp lí giúp não bộ phát triển. |
| 3. Nguyên lí của việc học. | - Học là tự học, tự giáo dục.  - Học là phát trải nghiệm, không phải tiếp thu thụ động.  - Kiến thức không đến trong 1 ngày.  - Học với người khác rất tốt, nhưng phải đúng cách.  - Muốn có thói quen phải khổ luyện.  - Muốn học tốt cần có quy trình tốt. |
| 4. Các kĩ thuật học tập hàng đầu. | - Tự kiếm tra bản thân.  - Luyện tập phân bổ.  - Tự giải thích.  - Hỏi đáp chi tiết.  - Thực hành xen kẽ.  - Phản tư.  - Học trong việc làm. |