

НАВЧИТЬСЯ
ВЧИТЬСЯ

як запустити свій мозок на повну

Перекладач
Артем Замоцний

$$\frac{D}{4} = \frac{b^2}{4} - ac$$

$$\operatorname{tg} \alpha + \operatorname{tg} \beta = \frac{\sin(\alpha + \beta)}{\cos \alpha \cdot \cos \beta}$$

Артем Замощный

$$\begin{cases} a_1x + b_1y = c_1 \\ a_2x + b_2y = c_2 \end{cases}$$

$$\frac{3a^2}{2}$$

$$\frac{5b}{2}$$

$$\Delta_2 / \begin{vmatrix} a_1 & b_1 \\ a_2 & b_2 \end{vmatrix}$$

$$\left\{ \begin{array}{l} \sqrt{x^3} \\ \sqrt{y^3} \\ \sqrt{z^3} \end{array} \right\} = a \neq 0$$

$$z + xy \neq 0$$

$$V = \frac{1}{3} H \cos \alpha \beta$$

$$\frac{\sin(\alpha + \beta)}{\cos \alpha \cdot \cos \beta}$$



Є люди, які не люблять учитися. Є ті, що ненавидять математику й природничі науки. Що між ними спільного? Насправді вони не вміють учитися та не здогадуються, як їх обдурює мозок. Барбара Оклі, як ніхто інший, знає цю проблему із середини. У школі вона ненавиділа математику, тому вступила на філологію. Але у двадцять із гаком відкрила для себе красу арифметики й поезію формул. Нині вона допомагає багатьом людям учитися ефективніше. У цій книжці Барбара Оклі ділиться ефективними навчальними методиками, пояснює причини наших невдач, розкриває поведінку мозку. Авторка допомагає опанувати прокрастинацію, потоваришувати з внутрішніми зомбі, припинити істерити над складними завданнями й урятувати батьків від передчасної сивини.

ЗМІСТ

<i>Передмова Терренса Сейновскі</i>	11
<i>Передмова Джефрі Карпіке</i>	13
<i>Слово до читача</i>	15
1. Відчиняємо двері	17
2. Геніальність у простоті	24
<i>Чому зависока планка може бути причиною невдач</i>	
3. Навчання — це творчість	40
<i>Уроки пательні Томаса Едісона</i>	
4. Фрагментація й уникання ілюзії знання	59
<i>Як стати «бібліотекою формул»</i>	
5. Боротьба з відкладанням на потім	86
<i>Як із власних обтяжливих звичок (зомбі)</i> <i>зробити собі помічників</i>	
6. Скрізь зомбі	94
<i>Глибший сенс звички відкладати на потім</i>	
7. Засвоєння замість заціпеніння	109
<i>Як підвищувати рівень знань і боротися зі страхом</i>	
8. Поради, прийоми й інструментарій	120
9. Про зомбі-прокрастинації: робимо висновки	136
10. Розвиток пам'яті	145
11. Ще трохи про пам'ять	155

12. Учимся цінувати свої таланти	168
13. Як самому «виліпити» свій мозок	176
14. Як розвивати «внутрішнє око» за допомогою поезії формул	183
15. Відродження навчання	194
16. Як уникати надмірної самовпевненості	204
Важливість командної роботи	
17. Тестування	214
18. Вивільніть свій потенціал	227
 Післямова	 236
Подяки	238
Примітки	242
Бібліографія	261