

# Как вести конспекты

Один из самых эффективных способов усваивать любую информацию - это ее запись, ведение конспектов или заметок. Эффективность введения заметок Глеб объяснял в своей [статье](#)

Я попробую собрать разные методики ведения конспектов, чтобы вы смогли выбрать для себя наиболее подходящий. Это статья будет дополнением к моей [статье-пересказ](#) книги Поварина "Как читать книги"

Начну с видео Томаса Франка, где он описывает [5 способов ведения конспектов](#)

## 1. Схематический метод

Схематический метод основан на иерархии и выделении отдельных пунктов. По сути, следуя этому методу, Вы сперва выделяете первичные пункты, отражающие ключевые идеи какой-либо лекции. А затем расставляете ряд подпунктов, отражающих наиболее важные детали.

Тема 1

- Тема 1.1
  - Подтема 1.1.1
- Тема 1.2

Что схожее можно увидеть и у Джима Квика, но про него чуть позже. Его методика мне тоже нравится, называется она "Составление карты". По сути все то же самое, с той лишь разницей, что мы в начале пробегаемся по материалу и составляем примерный план, маршрут из тем, по которым пройдем, а также зададим по нему вопросы. После чего, мы вдумчиво прочтем материал и своими словами ответим на вопросы. Похожий метод можно встретить у [Anastacia Kay](#), только она еще помечает в книге цифрами (индексы вопросов) где находятся ответы на вопросы.

## 2. Метод Корнелла

Делая записи по схеме Корнелла, Вы делите страницу на три отдельные части. В верхней части листа у Вас появятся 2 колонки: слева «колонка подсказок», а справа — «колонка для

записей». А прямо под ними расположено поле для краткого содержания. По ходу лекции Вы ведёте традиционные записи в правой колонке. Однако это единственное сходство метода Корнелла с другими вариантами. Сразу после окончания лекции Вы записываете подсказки и вопросы в колонку подсказок. В дальнейшем они помогут Вам вспомнить необходимые факты. А в последнем поле внизу Вы записываете краткое содержание лекции. Две последние колонки этого метода — «содержание» и «колонка подсказок» — разработаны специально для того, чтобы помочь Вам составить понятную схему уже на занятии.

## ПОДСКАЗКИ

Кто такой  
"такой-то"?

Что такое штука?  
В чем ее  
гениальность?

## КОНСПЕКТ

Такой-то такой-то родился в  
N году

- Любил это
- Имел это

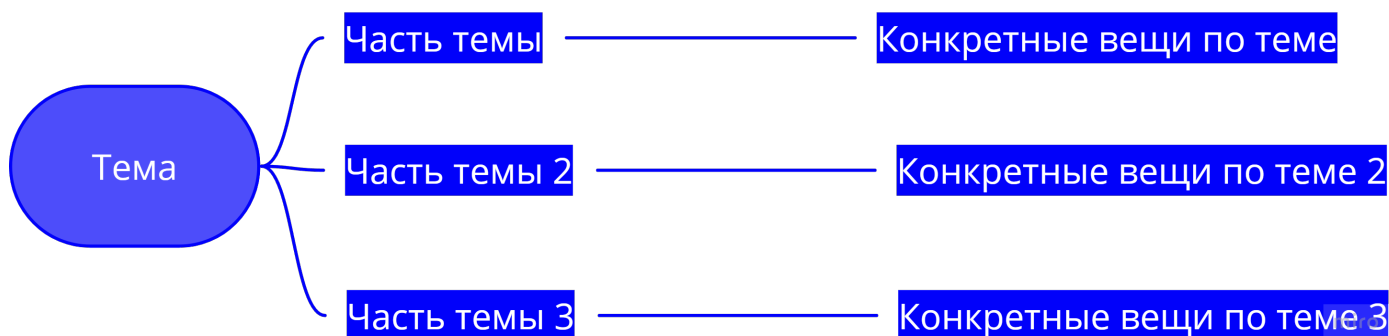
Сделал в 20 лет такую штуку  
- Эта штука была просто  
гениальной

## КРАТКИЙ ПЕРЕСКАЗ

Кратко о Такой-то и какую штуку он сделал и  
для чего

### 3. "Карты сознания"

Говорят, наше сознание подобно карте территории, именуемой «реальностью». Чтобы составить свою собственную «карту сознания», просто возьмите чистый лист бумаги, нарисуйте посередине кружок и напишите внутри основную тему лекции. После чего, приступайте к созданию нескольких ответвлений и добавляйте подтемы. Вскоре Вы создадите немало ветвей, которые и станут Вашей картой сознания.



### 4. Последовательный метод

Для этого метода Вам не нужно стараться записывать все возможные факты в тетрадь; Да и вообще, расшифровка лекции не является целью этого метода. Вы стараетесь её усвоить уже на занятии. Ваша цель во время ведения записей — создать документ, отражающий Ваше личное представление о предмете. То есть Вам не нужно дословно записывать все слова лектора. И по ходу дела Вы можете возвращаться к предыдущим пунктам, добавлять новые факты, рисовать стрелки и чёрточки, чтобы создать свою уникальную схему.

[Автор метода, и некоторые ответы на вопросы.](#)

### 5. "Заметки на листах"

Если преподаватель разрешает вам скачивать слайды своей лекции ещё до занятия, то будет весьма удобно сразу распечатать их в компьютерном классе и делать заметки прямо на них. Одно из главных преимуществ этого метода — слайды так или иначе отражают динамику лекции. И делая заметки на слайдах, Вы практически ведёте хронологию событий. Вам не придётся много писать, ведь на листах уже есть почти вся информация.

Один из ярких примеров использования этого вида конспектирования можно увидеть в [этом](#) видео. Только с некоторой особенностью, ведь вы не просто один раз пишете заметку на листе, а действуете следующим образом:

- Вы пишете 1 предложением смысл 1 абзаца

- Вы пишете 1 предложением смысл 2 абзаца
- (Представим, что на странице всего 2 абзаца) Вы пишете несколькими предложениями смысл всего текста на странице, НО ориентируясь только на предыдущие заметки выше
- Прodelать так со всем информационным источником, где в завершении из конспектов всех страниц, составить 1 конспект всей книги

## 6. Метод Джима Квика

Метод конспектов [Джима Квика](#) заключается в том, что вы делите заметку на 2 части. В левой колонке вы пишете основную информацию, которую вам необходимо записать, а в правую - вы пишете зачем и в чем вам пригодится эта информация. Для второй колонки задавайте себе следующие вопросы: Как я могу это использовать? Почему я должен использовать это? Когда я буду это использовать. Необходимо четко себе осознавать зачем мы впитываем ту или иную информацию, вырабатывать осознанность восприятия информации, а не пассивно ее проглатывать.

Также Джим советовал еще один способ, а именно делить лист заметки на 7 разделов с заголовками Кто, Что, Где, Когда, Куда, Откуда, Почему. Кто действующие лица? Что произошло? Где происходили события? Когда происходили события? Куда двигались герои/события? Откуда двигались герои/события? Почему это произошло (действия героев, события)?

## 7. Метод Q/E/C или В/Д/З

[Этим методом](#) активно пользуется Кэл Ньюпорт, автор книг Deep work и Digital minimalism и многих других. Процесс изучения материала вы рассматриваете с точки зрения Вопросов (Questions), Доказательства (Evidence) и Заключения (Conclusion). Как вы помните, такую же методику предлагает и Поварнин. Если есть какие-то выводы или идеи мы ставим рядом точку (.), если доказательства и примеры, то ставим рядом прочерк (-). И после, когда мы просматриваем свои записи, мы задаемся вопросом: На какой вопрос хотел ответить этим автор? Еще пример: Возьмем "Атомные привычки", заголовки разделов уже будут подобием будущих вопросов. Спускаемся ниже по тексту, ищем идеи и ставим рядом с ними точку. После примеры, потому ставим прочерк. И после всех пометок сложить все воедино в одну заметку.

## 8. Метод Маргулана Сейсембаева

[Суть метода](#) в том, что у нас есть стикеры определенных цветов, где каждый цвет за что-то отвечает. Например у Маргулана, такая цветовая палитра и значения (он рассматривает процесс чтения, как процесс приема пищи, которая состоит из определенных

микроэлементов, необходимых для жизнеобеспечения человека):

- Белки (лайфхаки, приемы, инструменты) - красный цвет. Клеит красные стикеры внизу страницы.
- Углеводы (то, что дает энергию; мотивация, заставляет задуматься, удивило) - оранжевый цвет. Клеит оранжевые стикеры сверху страницы
- Жиры (что интересно, приятно читать, приносит удовольствие, случаи которые стоит запомнить) - желтый цвет. Клеит сбоку (справа) страницы
- Витамины (анекдоты, красивые цитаты) - зеленый цвет. Сбоку страницы
- Клетчатка (ссылки, цифры, факты, статистика) - синий цвет. НЕ НАДО ЗАПОМИНАТЬ. Сбоку страницы

Для более удобного ориентирования в выделениях стоит пользоваться маркерами или карандашами/ручками тех же цветов, что и стикеры.

После выделения материала по элементам, идет повторное изучение в такой последовательности:

1. Белки. Когда и где это можно применить?
2. Углеводы. Занести в заметки и в свободное время это обдумать. Как это поможет мне измениться?
3. Все остальные элементы оставить в книге

## 9. Метод Элизабет Филипс

[Элизабет Филипс](#) жаловалась на то, что конспекты не помогают ей запоминать материал, что обучение темой "вертикально" не совсем эффективно, поскольку так материал превращается в атомарный и несвязный ни с чем массив информации, который легко забыть. Потому она предлагает делать конспект не только горизонтально, но и вертикально. То есть, помимо того, что выдается сначала тема, а после она ниже подробно расписывается, мы еще берем части этой темы и создаем "горизонтальный" ряд, который обладает схожим рядом признаков, как и в указанной теме. То есть обнаружить и расписать сходство между изучаемым материалом с чем-то что мы знаем или в чем мы видим явное сходство. К примеру у нас идет тема о безболезненных симптомах потери зрения. Наша задача: расписать все возможные симптомы безболезненного потери зрения, чтобы мы могли собрать полную картину того, где этот феномен встречается. Также она предлагает записывать меньше информации, чтобы меньше было запоминать. Если мы хотим запомнить какие-то важные исторические события, то следует расписать целую временную шкалу, к примеру в век, и на каждое десятилетие расписать кратко что происходило, и когда потребуется решать тест, мы интуитивно смогли определить о каком событии и в какой год идет речь.

## 10. Конспект Шаталова

## Полная методика обучения

Суть в том, что весь наш конспект представляет собой сложенный набор из опорных сигналов. Опорный сигнал по Шаталову - это ассоциативный символ, который заменяет некоторое смысловое значение; он способен мгновенно восстановить в памяти известную и ранее понятную информацию. Что с этим делать?

1. Прочитать материал и вычленив основные взаимосвязи и взаимозависимости частей текста
2. Кратко изложить главные мысли в хронологическом порядке
3. Сделать черновой набросок сокращенных записей на листе бумаги
4. Преобразуйте эти записи в графические, буквенные, символические сигналы.
5. Объединить сигналы в блоки
6. Объединить блоки контурами или графически отобразить связь между ними
7. Выделить значимые элементы цветом

Также следует придерживаться определенными принципам:

- Лаконичность (чем меньше текста - тем меньше времени на самоподготовку и тем более привлекательны опорные сигналы)
- Структурность (использование связей, выделение главного и второстепенного, причинно-следственных связей)
- Наличие смысловых акцентов (важные ОС отличаются ото всех остальных цветом, фигурой и тд)
- Автономность (каждый блок должен быть понятен вне зависимости от остальных блоков)
- Ассоциативность и образность (должны возникать четкие ассоциации при виде ОС, чтобы после легче вспомнить содержание ОС)
- Доступность воспроизведения от руки (чем проще воспроизвести - тем легче вспомнить и пересказать)
- Цветовая наглядность (облегчение запоминания за счет зрительной памяти, яркие цвета)

## Что не работает и следует учесть

[Видео 5-летней давности](#) от Али Абдаала, где в самом начале упоминаются распространенные методики изучения информации с исследованиями, которые малоэффективны. К ним относят: перечитывание, выделения в тексте, пересказы

## Что следует учесть?

Стоит использовать активное запоминание/практическое тестирование. Активное запоминание/Практическое тестирование заключается в том, что мы стараемся не что-то запомнить, а наоборот что-то вытащить из головы.

1. [Anki](#) - приложение для флеш-карт, которые всплывают и задача в том, чтобы проверить себя насколько хорошо ты усвоил данную флеш-карту. Хороша для запоминания конкретных фактов и изучения языков.
2. Метод закрытой книги - делаем заметки в материале, после "закрываем" его и пытаемся вспомнить все то, что мы изучили. "Если бы я делал заметки по этой теме, то какие они были?". После сверяем свои заметки с теми заметками, которые были в "книге".
3. Метод Корнелла, о нем шла речь [выше](#).

Автор заметки: Леша С.

---

Revision #2

Created 19 August 2023 12:20:34 by matvey033

Updated 19 August 2023 13:14:42 by Тимур