

# 康乃爾筆記法 (Cornell Notes system)

康乃爾筆記法 (Cornell Notes system)，又名 **5R 筆記法**，是康乃爾大學教授於 1940 年代提出的一種筆記方法。康乃爾筆記法為筆記提供了一個系統的格式，筆記紙被分為三欄：筆記欄通常在右邊，是左側的索引（關鍵詞）欄的兩倍。頁面底部留出五至七列作為總結欄。演講或課堂中的筆記寫在筆記欄中，使用短句子掌握要點且要留下一定的空白以便將來複習，相關的問題或關鍵詞應及時寫在索引欄中。康乃爾筆記法可以用在各種場合，例如閱讀書籍，觀看 DVD，聆聽講座等。康乃爾筆記法也鼓勵學生複習與反思，所以在記完筆記後的 24 小時內，學生必須寫下問題與摘要總結。當複習筆記時，學生可以遮擋右側的筆記欄並嘗試解答左側問題欄中的問題，重述課堂上講過的內容。

