

„30 minut přípravy na výuku je efektivnější než hodina učení se po ní.“

Čím více jste na sebe přísní a čím více sami od sebe očekáváte, zvyšujete své nároky, tím větší je pravděpodobnost, že tato očekávání nebudou naplněna.

- Snažte se **dbát na pravidelnost** a věnujte např. **45 minut** (nejméně však 10 minut) **přípravě na výuku a také 45 minut na učení po výuce**. --> Ve zkouškovém období se Vám tento čas mnohonásobně vrátí.
- **Procházejte si** Vaše zápisky, **materiály z vyučování minulého týdne**.
- **Nečekejte na to, až zjistíte** ve zkouškovém období, **že Vám není něco jasné**, kdy už nebudete mít možnost dotázat se na to Vašeho vyučujícího.
- **Budte připraveni** tehdy, kdy máte možnost získat odpovědi na to, co je Vám opravdu nejasné ve správnou chvíli. --> Ve zkouškovém období Vám to ušetří spoustu Vašich nervů.
- V praxi to však často bývá tak, že nemáte čas 45 minut po přednášce či cvičení věnovat se opakování a nejasnostem. --> Proto si **vyhradte např. 3-4 hodiny po dni ve škole a sumarizujte si všechno, co Vám bylo na přednáškách předloženo**.
- **Proberte si** Vaše **poznámky**, kapitoly v knize, skriptech. Můžete si Vaše **poznámky strukturovat např. do myšlenkové mapy**, která Vám pomůže zorganizovat si vše potřebné a také nejasné.