

Študujem efektívne?

Checklist pre štúdium na Seduo

- Stanovil/a som si konkrétny cieľ — viem, čo chcem po skončení kurzu vedieť.

- Viem, kedy mám prirodzene najviac energie, a tomu som prispôbil/a čas štúdia.

- Mám v kalendári pravidelne vyhradený čas na učenie.

- Eliminujem rušivé vplyvy — telefón, nerelevantné záložky, hluk.

- Nesledujem lekcie pasívne, ale po každej si kladiem otázky a robím si poznámky.

- Skúšam naučené vysvetliť vlastnými slovami (Feynmanova technika).

- Opakujem si látku druhý a tretí deň po štúdiu.

- Čo najskôr skúšam naučené v praxi — a o mesiac vyhodnotím, čo naozaj používam.

- Mám jedno miesto, kam si ukladám poznámky a kľúčové poznatky.

- Keď mi niečo nejde, pridám slovo „zatiaľ“ — a vrátim sa k tomu.
