

Předmluva	9
Úvod	10
Jsem tím, kým jsem	13
Kdo jsem? – analýza slabých a silných stránek	14
Oborově specifické slabé stránky – často pouze otázka motivace	14
Obecné slabé stránky – nebezpečné, nebezpečné	15
Na těchto základech můžeš stavět – tvé silné stránky	16
Zrcadlo, zrcadlo, řekni kdo... – hodnocení sebe sama	17
Být či nebýt – existence úspěšného žáka	18
Kam směřujeme? – naším cílem je úspěšný žák!	19
Cvičení je zábava	23
Pokud se dobře cítíš, vypadáš dobře – vnější vzhled	23
Nebezpečné ponocování – spánkem k úspěchu	24
Fit po celý den – ideální snídaně	25
Energie v průběhu dne – svačina	25
Rozdělení dne – správný denní rytmus	26
Od šachů ke golfu... – sport	26
Šaty dělají člověka – oblečení	27
Marš do vody – správná tělesná hygiena	28
Zvládání školního života	30
Dobré způsoby – o umění efektivní organizace sebe sama	30
Jak si kdo ustele... – pořádek v pokoji	33
Cesta k úspěchu – správné pracovní pomůcky	34
Dobré načasování je půl úspěchu – správné plánování času	35
Čas jsou peníze – používání diáře	36
Kdo šetří, má za tři... – jak najít časové prostoje a využít je	37
Zápisky z vyučování – optimální vedení sešitů	40

Představení začíná	43	Vodka, martini, protřepat, nemíchat – na téma alkohol	85
Výchozí pozice – nejlepší startovací podmínky	44	Co se děje – chování na pěších túrách a výletech	86
Dobře si to rozmysli... – soused v lavici	45	Co kazí zábavu a připraví tě o přátele – třídní „vyvrhel“	87
Dobře vyzbrojen do boje – příprava na hodinu	46	Den poté – po návratu ze školního výletu	87
Představení začíná – aktivita v hodinách	46	Máš e-m@il	89
Přistižen – dopaden při klábosení	47	Velká síť s malými zálužnostmi – „nebezpečí“ na webu	89
Důležitá součást úspěchu – hlásit se	48	Čas běží – jak zabráníš nežádoucím nákladům	90
Líná huba, holé neštěstí – otázky během vyučování	50	K nezaplacení – výhody internetu	91
Třešnička na dortu – zápisky a poznámky	52	Vědět jak na to	92
Umění diplomacie – kritika vyučování	53	Objasnění nepřítomnosti ve vyučování – cesta	
Klíč k úspěchu	56	k profesionální omluvě	93
K čemu je to všechno dobré? – smysl a cíl domácích úkolů	56	Profesionální omluva – jak by měla vypadat	94
Dělat domácí úkoly nebo ne? – otázka priorit	57	Sex a drogy...	95
Dopaden – když domácí úkoly přece jenom nemáš	58	Problém každé školy – násilí a drogy	95
No problem – odstranění problémů s porozuměním	59	Všechno jsem to viděl... – co dělat jako svědek	96
A čas plyne – příliš mnoho domácích úkolů, příliš málo		Uvízl jsi v síti – pokud jsi ohrožován	98
volného času	60	Nejlepší nakonec – láska, love, l'amour... ..	99
Klíč k úspěchu – osobní domácí úkoly	60	Vznášet se v oblacích... – výhody školní lásky	99
Jak zabodovat	64	Odráčená strana mince – nevýhody	100
Všechno nebo nic – o významu písemné práce	64	Pár slov na závěr	102
Všechno má svůj čas – termín písemné práce	65		
O co půjde – zjištění obsahu písemné práce	65		
Možnost volby... – shromáždění a výběr učební látky	67		
Krok za krokem – rozdělení učební látky	69		
Každý podle svého – technika učení	71		
Čas se krátí – krátce před písemnou prací	71		
Don't worry... – jak zacházet se stresem	72		
Hodina pravdy – psaní písemné práce	73		
Zabiják úspěchu – chyby Honzy Lichvy	74		
Velké pokušení – opisování	78		
Rozhodující okamžik – návrat oznamkovaných písemných			
prací a jejich oprava	78		
Chybami se člověk učí – analýza písemné práce	79		
Báječný čas	82		
Důvěřuj, ale prověřuj – plánování školního výletu	82		
Co s sebou – jak si dobře zabalit	84		