

# Obsah

Úvod .....	5
<b>1. Co ovlivňuje učení .....</b>	<b>7</b>
1.1 Jak si něco zapamatovat a pamatovat .....	7
1.2 Kolik se toho máme učit? .....	8
1.3 Křivky učení a zapomínání .....	11
1.4 Stáří vzpomínek .....	13
1.5 Vyvolávání informací .....	14
1.6 Učíme se pomocí obrazů .....	16
1.7 Čas před učením a po učení .....	18
1.8 Sláva zapomínání .....	23
1.9 Shrnutí .....	24
<b>2. Předpoklady pro učení .....</b>	<b>25</b>
2.1 Co od vás žáci očekávají? .....	26
2.2 Jakých výsledků chcete dosáhnout, učíte-li se vy sami? .....	27
2.3 Jak zacházet s chybami? .....	29
2.4 Humor .....	31
2.5 Šiřte radost, a zvyšujte tak efektivitu učení .....	34
2.6 Bez emocí to nejde .....	37
2.7 Shrnutí .....	38
<b>3. Ve škole .....</b>	<b>40</b>
3.1 Jak se jenom ten člověk jmenuje? .....	40
Tak se učí mozek .....	41
Systém čtyř S .....	42
Konkrétní použití systému čtyř S ve škole .....	44
Cvičení: Seznam jmen .....	45
Další možnosti využití .....	47
Shrnutí .....	49
3.2 Jak ona vlastně vypadá? .....	52
Každá tvář je jiná .....	52
Přiřazení jména k obličejí .....	54
Cvičení: Spojení jmen a tváří žáků a žákyň s obrazy .....	56
Návrhy kódování ke jménům a obličejům .....	59
Jak uspořádat představovací kolečka .....	62
Další tipy pro zapamatování jmen a obličejů .....	64

3.3	Kdo kde sedí? .....	65
	Metoda Locí .....	65
	Další cesty učení .....	68
	Metoda příběhů .....	71
	O co, že ...? .....	72
3.4	Kdy on má vlastně narozeniny? .....	73
	Pro začátek krátké cvičení .....	74
	Dejme číslům význam .....	75
	Systemy číselného kódování .....	78
	Použití .....	81
3.5	Tři zlatá pravidla pro výuku .....	84
	Základní vědomosti a klíčová témata .....	84
	Od obecných informací k detailům .....	87
	Učíme malou násobilku .....	88
	Shrnutí .....	91
<b>4.</b>	<b>Doma .....</b>	<b>92</b>
4.1	Plánování je polovina úspěchu aneb „Dvakrát měř, jednou řež!“ .....	92
	Co kdy udělat? .....	94
	Sestavujeme plán .....	95
	Cvičení .....	96
4.2	Psací stůl: pracoviště, nebo smetiště? .....	97
4.3	Pomoc, nemůžu nic najít! .....	99
	Pořádkový systém ORKI .....	99
	Hromadění .....	102
	Pořádkové systémy na PC .....	103
<b>5.</b>	<b>Závěrem .....</b>	<b>105</b>
	Předem tři tipy .....	105
	Třicetidenní program pro učitele ke zlepšení schopnosti učení .....	106
	<b>Doporučená literatura v českém jazyce .....</b>	<b>109</b>
	<b>Doporučená cizojazyčná literatura .....</b>	<b>110</b>