

OBSAH

O autorech	9
Ohlasy	11

ÚVOD

Proč mít dobrou paměť	13
Skrytý potenciál paměťových technik	14
Jak pracovat s knihou	20

1. ČÁST

PAMĚŤOVÉ TECHNIKY

Jak funguje naše paměť	25
System spojování	39
Krátké paměťové techniky	42
Metoda paměťových cest	47
Paměťové techniky na čísla	53

2. ČÁST

PAMĚŤOVÉ TECHNIKY

JAKO POMOCNÍK V PRÁCI I KAŽDODENNÍM ŽIVOTĚ

Jak si zapamatovat nákup	71
Jak si zapamatovat seznam věcí na dovolenou	74
Jak si zapamatovat seznam úkolů	77
Jak si zapamatovat body k diskuzi	82
Projev nebo prezentace bez papírku	85
Nespoléhejte se na mobil – hesla a kódy v paměti	90
Jak si zapamatovat denní plány	92
Jak nezapomenout na výročí nebo narozeniny	95

Jak se neztratit – zapamatujte si adresy, ulice, zastávky nebo názvy mostů!	97
Jak si pamatovat místa z dovolené aneb Proč v Barceloně přistál Concorde	102
Jak si zapamatovat jména	105

3. ČÁST

PAMĚŤOVÉ TECHNIKY JAKO POMOCNÍK PŘI UČENÍ CIZÍCH JAZYKŮ

Angličtina	128
Němčina	132
Španělština	136
Francouzština	140
Jak si zapamatovat pravopis cizích slovíček	146
Naučte se nepravidelná slovesa jednou provždy	149
Jak zvětšit slovní zásobu o 300 % – naučte se více významů k jednomu slovíčku za pár vteřin!	153
Jak zvládnout gramatiku levou zadní – kde je „dělat“ <i>do</i> a kde <i>make</i>	156
Mluvte anglicky bez chyb – jak vyžrát na slovesné vazby	159
Jak si zapamatovat časy	162
Strašák jménem frázová slovesa	165
Jak na předložky, které se pletou	169
Zatracené členy nejen v němčině – jak na ně!	172
Pět tipů, jak se cizí jazyk naučit rychle a trvale	175

4. ČÁST

PAMĚŤOVÉ TECHNIKY JAKO POMOCNÍK PŘI STUDIU A UČENÍ SE S DĚTMI

ČESKÝ JAZYK

Pravopisně bez „vyjímek“	186
Vyjmenovaná slova	189

Peklo jménem pravopis – jak si zapamatovat, kde psát měkké „i“ a kde tvrdé „y“	192
Jak jsem syna naučil abecedu... v jeho třech letech	195
Jak si zapamatovat díla autora	197

ZEMĚPIS

Jak si zapamatovat státy a hlavní města	201
Jak si zapamatovat řeky, moře nebo jezera	206
Znáte naše nejvyšší hory?	209
Jak na slepou mapu	212
Jak si zapamatovat vlajky států	217

CHEMIE

Jak se naučit značky chemických prvků	220
---	-----

PRÁVO

Jak si zapamatovat paragrafy	223
------------------------------------	-----

HISTORIE

Sypte z rukávu letopočty a čísla jako profík	228
Posloupnost prezidentů	231
Jak si zapamatovat umělecké směry	235

MEDICÍNA

Latinské pojmy	237
Učení nemusí být mučení aneb Jak správně opakovat	240

ZÁVĚR	243
--------------------	-----