

# Studuju efektivně?

Checklist pro studium na Seduo

- Stanovil/a jsem si konkrétní cíl — vím, co chci po skončení kurzu umět.

---

- Víím, kdy mám přirozeně nejvíce energie, a studiu jsem přizpůsobil/a časový plán.

---

- Mám v kalendáři pravidelně vyhrazený čas na studium.

---

- Eliminuji rušivé vlivy — telefon, nerelevantní záložky, hluk.

---

- Nesleduji lekce pasivně, ale po každé si kladu otázky a dělám si poznámky.

---

- Zkousím naučené vysvětlit jednoduše vlastními slovy (Feynmanova technika).

---

- Opakuji si látku druhý a třetí den po studiu.

---

- Co nejdříve si naučené zkouším v praxi — a za měsíc zhodnotím, co z kurzu opravdu používám.

---

- Mám jedno místo, kam si ukládám poznámky a klíčové poznatky.

---

- Když mi něco nejde, přidám slovo „zatím“ — a vrátím se k tomu.

---