

## Mezi semestry

Datum .....

Semestr .....

Akademický rok .....

### Ohlédnutí za minulým semestrem

*Tip: Projděte si diář nebo galerii fotek a zamyslete se nad proběhlým semestrem a zkouškovým.*

### Reflexe výukových týdnů

Tento semestr mě nejvíce bavilo .....

.....

Podařilo se mi .....

.....

Největší radost jsem měl/a, když .....

.....

Tento semestr jsem se naučil/a .....

.....

Tento semestr jsem se zlepšil/a v .....

.....

Nejvíce motivovaná/ý se cítím, když .....

.....

Nejvíce prokrastinuju, když .....

.....

Můj (studijní) návyk, který nejvíce ovlivňoval průběh mého semestru, je .....

.....

Tento semestr mi největší problém dělalo .....

.....

Tento semestr jsem překonal/a .....

.....

Během semestru jsem se cítil/a .....

.....

Moji náladu a výkon ovlivňovalo .....

.....

## Reflexe zkouškového období

Ve zkouškovém období se mi podařilo.....

.....

Za svůj největší úspěch tohoto zkouškového období považuji.....

.....

Nejvíce motivovaná/ý se během zkouškového období cítím, když .....

.....

Během zkouškového období nejvíce prokrastinuju, když .....

.....

Můj návyk, který nejvíce ovlivňoval průběh zkouškového období, je .....

.....

## Co si z toho celkově odnáším

Co mi v tomto semestru fungovalo a chci dělat nadále? .....

.....

Co mi nefungovalo a chci přestat dělat? .....

.....

Co chci začít dělat?.....

.....

## Plány na tento semestr

V tomto semestru se nejvíce těším na .....

.....

Nejvíce se obávám.....

.....

Chci se naučit.....

.....

Mimo školu se těším na.....

.....

*Tip: Pro aktivní reflexi a efektivní plánování doporučujeme se k zápiskám pravidelně vracet. Abyste nezapomněli, můžete si třeba nastavit upozornění na polovinu semestru (např. na 3. dubna 2024).*