# Obsah obrázku Písmo, kruh, Grafika, text  Popis byl vytvořen automatickyMezi 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 se mi podařilo

Nejvíce mě bavilo

Největší radost jsem měl/a, když

Tento semestr jsem se naučil/a

Tento semestr jsem se zlepšil/a v

Nejvíce prokrastinuju, když

Nejvíce motivovaná/ý se cítím, když

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

Tento semestr jsem překonal/a

Tento semestr mi největší problém dělalo

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 prokrastinuju, když

Nejvíce motivovaná/ý se cítím, 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 zápiskům pravidelně vracet. Abyste nezapomněli, můžete si třeba nastavit upozornění na polovinu semestru (např. 3. 4. 2024).*