

Akademické prostředí

SSPŠ
OSE4 PVS
2025 / 2026
Ing. Matěj Cajthaml



Skoro každému na VŠ je jedno, co je výsledkem
vašeho vzdělání a co pro to uděláte.

Na VŠ:

- Je pouze zcela vaše věc:
- jestli a jak se učíte
- jak se učíte
- jestli vám to jde
- jestli vám to jde líp než ostatním
- co děláte na přednášce
- s kým se bavíte
- co chcete dělat po škole
- co chcete studovat
- ...

Na SŠ:

- Máte vytvořený rozvrh
- Škola za vás má zodpovědnost
- Učí vás učitelé
- Učitelé vám dávají úkoly
- Učitelé řeší, když vám něco nejde
- Učitel zadává kritéria hodnocení a úkoly
- Můžete volit nějaké předměty

Na VŠ se učíte sami, učitelé to již umí a jen se snaží předat co nejvíce myšlenek. Látky je hodně. Nikdo vám nebude říkat, co máte dělat.

Předmět

SŠ

Nevíte, co od toho očekávat.

Každý vyučující jiné závěry.

Kritéria se mění během výuky.

VŠ

Přesně víte, co předmět obnáší.

Kritéria ihned na začátku.

Nic by vás nemělo překvapit.

* ale...

Na VŠ nemáte šanci být nejlepší.

Na VŠ skoro* na známkách nezáleží.

A group of people, mostly men, are standing in a circle at night. They are all wearing white long-sleeved shirts. Some are also wearing ties. They have their arms outstretched towards the center of the circle. The background is dark, with a few lights visible in the distance. The overall tone is somber and reflective.

Proč lidé nedostudují

Aneb jak se tomu vyhnout

Podcenění prvních semestrů či týdnů

- Začátky mohou být jednoduché
- Většina lidí poté přeskakuje přednášky, nedohání si je
- To, že něco umíte, neznamená, že to umíte na úrovni VŠ
- Ukázka s údálostmi
- Odjede vlak = ztratíte se, nestihnete to již dohnat
- Nepodcenit výuku, radši se učit více, řešit problémy hned
- "To je triviální"
- "To po nás nebudou chtít"

Neumí se učit

- Neumí změnit styl přístupu a myšlení
- Neumí se učit sami
- Nemají motivaci a pohon
- Neumí se naučit se učit
- Problém propojení látky
- Umět vs. zapamatovat si
- Naučit se učit, naučit si pamatovat věci **efektivně**
- "To je moc dlouhé, to nebudu číst"
- "Teď tomu nerozumí, naučím se to později"

Bojí se

- Ze to nezvládnou
- Že vyhoří
- Zeptat
- Způsobuje stres
- Možné fyzické problémy
- Úzkost
- Trénink
- Psychoterapeut
- Psycholog
- Kamarádi, aktivita, **odpočinek**

Odpočinek

- Fyzický odpočinek – regenerace těla, spánek, ležení, relaxační cvičení, teplá koupel
- Psychický odpočinek – meditace, čtení, procházka, hudba
- Sociální odpočinek – samota, klidné chvíle, lidi kteří vás posilují
- Kreativní odpočinek – aktivace sebe, sebevyjádření, malování, psaní, hudba, mindfulness
- Emocionální odpočinek – sdílení pocitů, terapie, deník, uvědomění
- Senzorický odpočinek – odlehčení smyslu, ticho, tma
- A další

Nemají podporu

- Přežití VŠ samostatně je těžké
- Nikoho neznáte => nikam nechodíte => nemáte se koho zeptat => nemáte si komu stěžovat => nemáte se s kým učit => nikoho neznáte => ...
- Obdivování, zpětná vazba
- Ne nutně nejlepší kamarádi
- Účelové kamarádství
- Vzájemná motivace, např. zkoušky, SZZ, společné učení
- Kamarádi, kluby, komunity, sociální sítě, projekty
- Co dělat jako introvert, co dělat jako extrovert

Další informace

- Význam předmětů
- Náhled nad tématy
- Lidi a lidi
- Podvody
- Plagiátorství

Zkoušky a zkouškové období

- Individuální pohled
- Pro někoho nejhorší období
- Pro někoho to neklidnější
- Často dopředu víte, jak vypadá
- Dobré plánování
- Zkoušky v jeden den
- Náročnost zkoušky
- Pokusy

Vaše maturitní zkouška z ČJL, ITP, MVOP, MAP a ANG/MAP odpovídá zhruba jedné zkoušce z jednoho předmětu na vysoké školy. Minimálně velikostí látky a nutnosti pochopení. Za 6 měsíců.

Praktické tipy / 1

- Sežeň si materiály: jak staré, tak aktuální, různé disky, starší studenti, vypracované testy...
- Profilujte si vyučující: každý učitel má "úchylku"
- První termíny lepší než pozdější: dobrá nálada, neodkládat na "později"
- Sumarizujte, nadhled, taháky: přímo je nepoužijete u testu, ale vybrání toho důležitého – co neumíte, vám umí leccos osvětlit
- Knihy: doporučená literatura, knihovny, (ne)legálně online
- Práce se zdroji: wikipedia je dobrá pro obecný overview, jinak k ničemu, knihy, google scholar, sci-hub
- Zápočty jako priorita: často otravnější, než zkoušky

Praktické tipy / 2

- Studijní partáci: viz dříve, někdo, koho se můžeš zeptat, sdílet materiály, zkoušení
- Starší spolužáci: ví nejvíc, mají to za tebou, know-how
- Networking: budoucí spolupracovníci, možné projekty
- Vyučujících se nebojte: mají nadšení, rádi uvidí aktivní lidi
- Fyzikální potřeby: spánek, jídlo, pohyb
- Zjistěte svůj biorytmus
- Strategická absence
- Syllabus
- Neúspěch
- Pomalu, ale jistě

K vyzkoušení

- Změňte mentalitu
- Proč a co se učíte? Co vám to má dát? Co asi bude učitel chtít?
- Efektivní učení, tvorba dobrých poznámek, neztrácejte čas
- Zkuste všude
- Velká zkouška – maturita

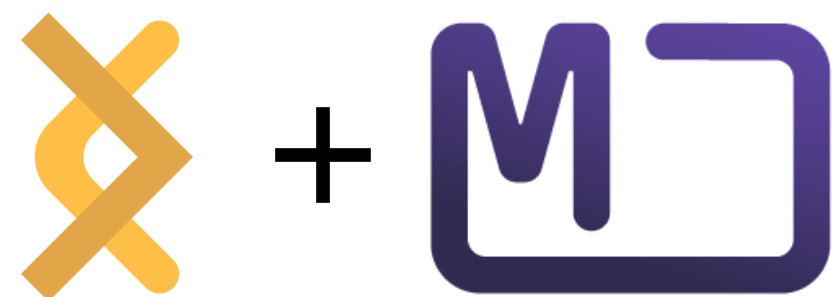
Světové pohledy na akademické prostředí

- Akademické prostředí je kontroverzní
- Dobré ale zároveň špatně
- Břemeno inovace
- Stagnace inovací
- Zhroucení některých oborů
- Granty a co způsobují
- Falšování dat
- Vydání článku, protože se musí nějaký vydat
- Děláním věcí, které jsou populární
- Doporučuji sledovat Sabine Hossenfelder

Děkuji za pozornost

matej.cajthaml@ssps.cz

ssps.cajthaml.eu



Vytvořeno pomocí aplikace Materalist

© 2025 Matěj Cajthaml