

## Příloha 7d: Sebereflektivní list kompetence k učení výstupní

### Výstupní úroveň kompetence k učení

Aspekt kompetence k učení	Sebereflektivní škála	Slovní komentář subjektivního posunu kompetenční úrovně
Svoji kompetenční úroveň hodnotím:	1 = nejhorší / žádná / ☹ 10 = nejlepší / nejvyšší / ☺	
Vyhledávání obecných informací na internetu	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Vyhledávání odborných informací na internetu	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Třídění vyhledaných informací	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Čtení odborného textu s porozuměním	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Porovnání informací z různých zdrojů	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Výběr hlavních informací z textu	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Sdělení hlavních informací z textu	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Schopnost využívat metodu brainpool	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Schopnost využívat metodu I.N.S.E.R.T	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Schopnost využívat metodu SQ4R	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Schopnost skupinové práce	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Schopnost vizualizace (ztvárnění) informací	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Schopnost zhodnocení informací na základě experimentu	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	
Přenos vědomostí do praxe / běžného života	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	

## Výstupní úroveň vědomostního rámce

Aspekt vědomostního rámce	Seberefektivní škála 1 = nejhorší / žádná / ☹ 10 = nejlepší / nejvyšší / ☺	Slovní komentář subjektivního posunu vědomostní úrovně
Svoji vědomostní úroveň u těchto témat hodnotím:		
Pitný režim	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	
Hydratace a dehydratace organismu	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	
Denní doporučené množství tekutin	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	
Nápoje vhodné pro častou konzumaci bez omezení	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	
Nápoje vhodné pro častou konzumaci s omezením	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	
Nápoje vhodné pro občasnou (sporadickou) konzumaci	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	
Nápoje nevhodné pro pitný režim	1–2–3–4–5–6–7–8–9–10	

