

<b>Proč paměť?</b>	<b>21</b>
<b>Architektura paměti</b>	<b>27</b>
<b>Devět principů</b>	
<b>1 Řídit informace</b>	<b>41</b>
<b>2 Zefektivnit komunikaci</b>	<b>53</b>
<b>3 Orientovat pozornost</b>	<b>63</b>
<b>4 Regulovat zátěž</b>	<b>73</b>
<b>5 Urychlit elaboraci</b>	<b>85</b>
<b>6 Zpřesnit struktury</b>	<b>95</b>
<b>7 Stabilizovat změny</b>	<b>107</b>
<b>8 Sladit pedagogické přístupy</b>	<b>119</b>
<b>9 Začlenit metakognici</b>	<b>129</b>
<b>Dlouhodobá výuka</b>	<b>137</b>
<b>Děkuju!</b>	<b>141</b>