

**Tygodniowy
Zeszyt
Językowy**



week



Czym jest Tygodniowy Zeszyt Językowy?

Tygodniowy Zeszyt Językowy to zestaw planerów, fiszek i map myśli na każdy tydzień Twojej nauki języka.

Planowanie jest niezwykle ważne i jak mawiają mądrzy ludzie, stanowi podstawę inteligencji, a odpowiednie przygotowanie to klucz do sukcesu.

Twoje zadanie będzie polegało na cotygodniowym drukowaniu stron, które stworzą swego rodzaju zeszyt na dany tydzień nauki. Strony do wydruku nie są ponumerowane, dlatego drukuj ich tyle ile chcesz i wpinaj w segregator.

Te strony to:

- **Jaki mam cel?**
 - **Weekly Study Planner** (+podziękowanie sobie)
 - **Monthly Study Planner**
- (tę kartkę wepnij do segregatora na dany miesiąc)
- **Weekly Set**

(zestaw/lista zwrotów/zdań i gramatyki)

- **ReFiszki**

(wydrukuj tyle ile potrzebujesz na dany tydzień)

ReFiszki mogą być wycięte i stanowić pojedyncze kartoniki do powtórki, albo wpięte w zestaw tygodniowy, zgięte na pół pionowo i być idealnym materiałem do powtórki.

Weekly Set może być tylko listą zwrotów/zdań i zagadnień gramatycznych, ale zrobiłam też miejsce na Twoje notatki i Mapy Myśli.

Pamiętaj, aby powtarzać aktywnie, bo samo czytanie i nawet pisanie niewiele Ci da.

"Kluczem do sukcesu jest przede wszystkim odpowiednie przygotowanie"





Kiedy powtarzać?

Pierwsza powtórka powinna nastąpić zaraz po zakończeniu lekcji lub nauki własnej.

POWTÓRKA 1 - do 20 minut po zakończeniu nauki

POWTÓRKA 2 - do 24h od dnia nauki (następnego dnia)

POWTÓRKA 3 - w czwartym dniu od dnia nauki

POWTÓRKA 4 - w siódmym dniu od dnia nauki

POWTÓRKA 5 - w dziesiątym dniu od dnia nauki

POWTÓRKA 6 - po miesiącu od dnia nauki

Potem należy powtarzać po dwóch i około sześciu miesiącach, ale jeśli zrobisz to wcześniej, to tylko w służbie Jej królewskiej Mości - Nauki Angielskiego.

DNI	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	
TYDZ 1	Dzień Nauki	powtórka 1	powtórka 2	wolne	powtórka 3	wolne	wolne	powtórka 4
TYDZ 2	wolne	wolne	powtórka 5					
TYDZ 3								
TYDZ 4	powtórka 6							

W pokazanej tabeli znajdują się rozpisane powtórki jednej partii materiału (na jeden tydzień) na przestrzeni miesiąca.

Pola zielone to dni nauki, a pola żółte to tzw. LUZ :) Na czerwono zaznaczyłam dzień nauki (założyłam, że uczyć się w czwartek).

Oczywiście to tylko propozycja i możesz uczyć się kiedy chcesz. Najważniejsze, żeby zapisać kiedy chcesz się uczyć, czego konkretnie i potem trzymać się planu.



Teraz twoja kolej. W pierwszym szarym polu wpisz dzień, w którym Ty zaczynasz naukę i potem wpisuj kolejne dni, aż zapełnisz siedem dni w tygodniu. Tym sposobem wyjdzie ci kiedy dokładnie masz powtarzać.

Spójrz na przykład poniżej. Zaczynam naukę w czwartek, a więc wpisuję jako pierwszy dzień mojego cyklu powtórek CZWARTEK, potem w tabelkę wpisuję kolejne dni i sprawdzam kiedy powinnam się uczyć / powtarzać (pola zielone) i kiedy mam wolne (pola żółte).

Na dole tabelka do uzupełnienia dla Ciebie. Kiedy już dowiesz się kiedy masz powtarzać, oznacz dni nauki i powtórek w planerze tygodniowym/ miesięcznym z kolejnych stron tego mini e-booka.

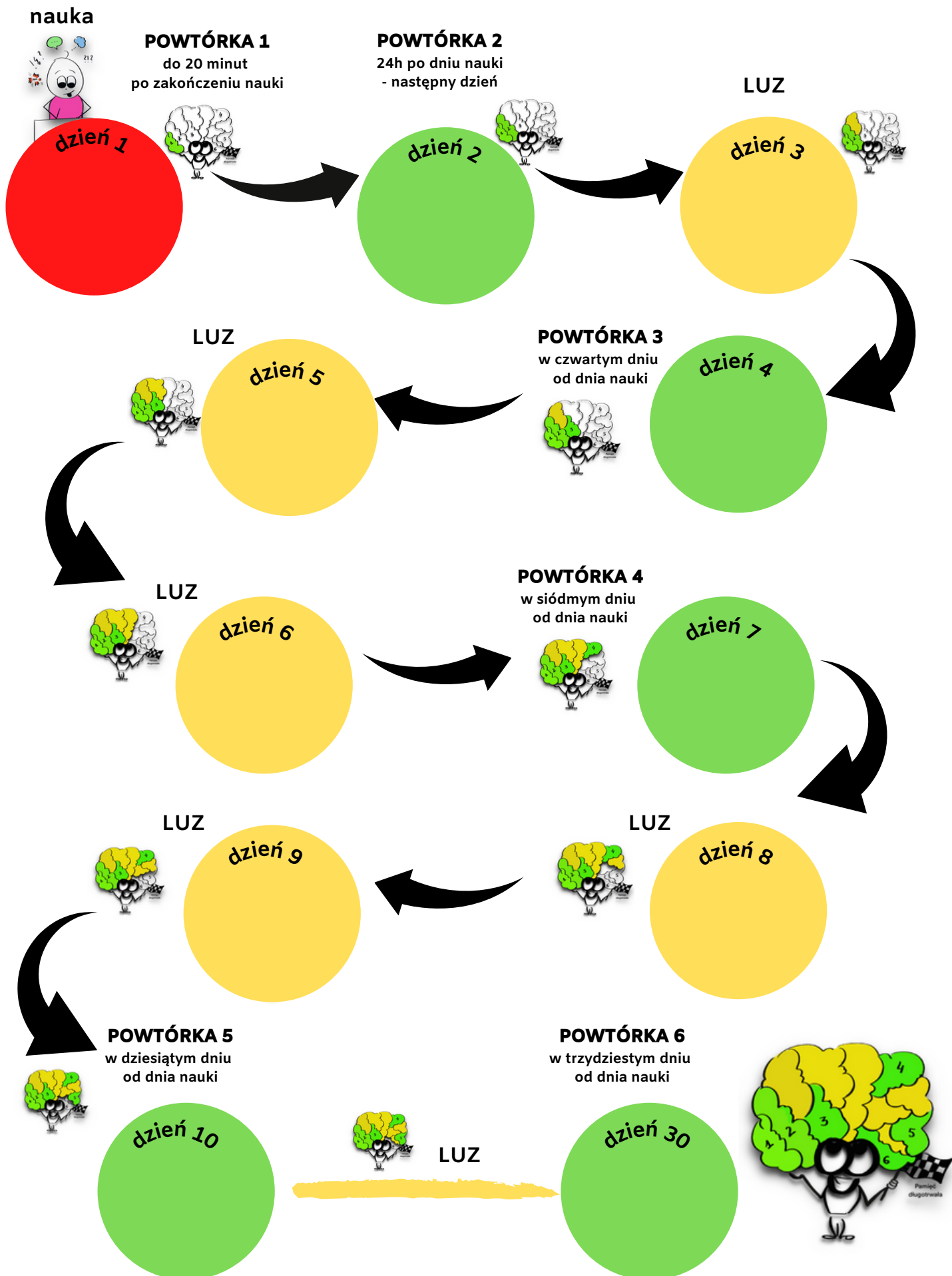
DNI	CZWARTEK		PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA
TYDZ 1	Dzień Nauki	powtórka 1	powtórka 2	wolne	powtórka 3	wolne	wolne	powtórka 4
TYDZ 2	wolne		wolne	powtórka 5				
TYDZ 3								
TYDZ 4	powtórka 6							

Twoja tabelka

DNI								
TYDZ 1	Dzień Nauki	powtórka 1	powtórka 2	wolne	powtórka 3	wolne	wolne	powtórka 4
TYDZ 2	wolne		wolne	powtórka 5				
TYDZ 3								
TYDZ 4	powtórka 6							



Ten przykład jest dla dusz artystycznych.
W kółkach wpisz nazwy dni i daty.
Sprawdź kiedy się uczysz, a kiedy odpoczywasz.

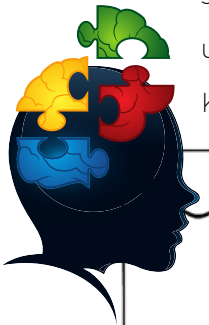




Jaki mam cel?

Wpisz czego konkretnie chcesz się w tym tygodniu nauczyć. Pamiętaj, że mają to być jak najbardziej precyzyjne cele. Do tego dołóż planowanie systemu nauki, czyli jak będziesz się uczyć poszczególnych rzeczy, co konkretnie zrobisz. Na kolejnych stronach uzupełnisz tymi zadaniami planer na cały tydzień (to-do list).

Kiedy wykonasz zadania na dany dzień, wstawisz ptaszek w odpowiednim polu.



W tym tygodniu nauczę się:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Zrobię to w następujący sposób:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Weekly Study Planner

TO-DO LIST

CHECKLIST

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY

I WANNA THANK MYSELF FOR ...





MONTH:

.....

Monthly Study Planner

MON

TUE

WED

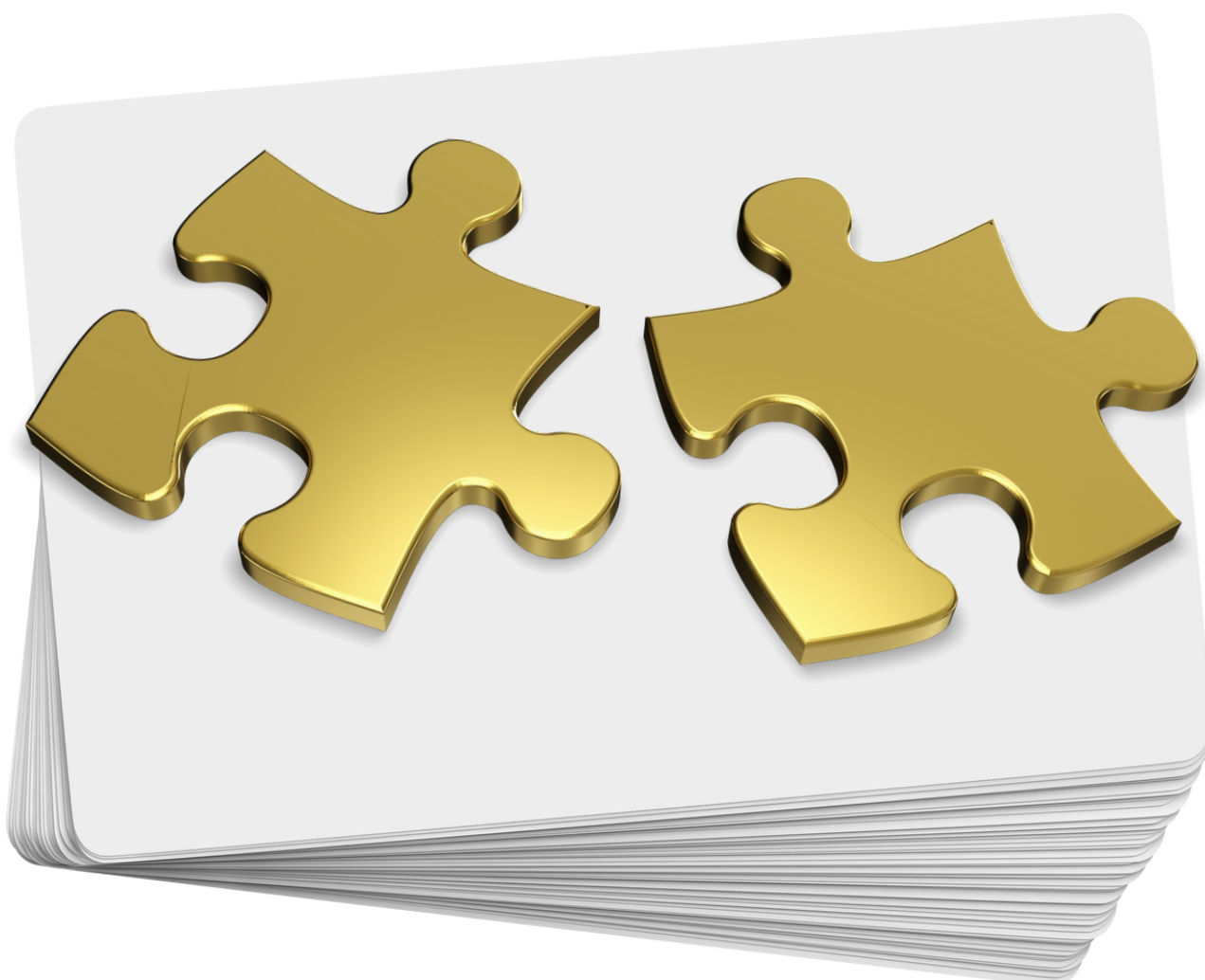
THU

FRI

SAT

SUN

ReFiszki





ReFiszki

ReFiszki (= Fiszki Renaty) powstały z mojej własnej potrzeby posiadania fiszek do nauki hiszpańskiego, ponieważ chciałam mieć coś co pozwoli mi aktywnie powtarzać materiał, wykonując jakiś ruch. Zeszyt jawił mi się jako przepastne źródło, a małe kartoniki wydawały się być najlepszą opcją.

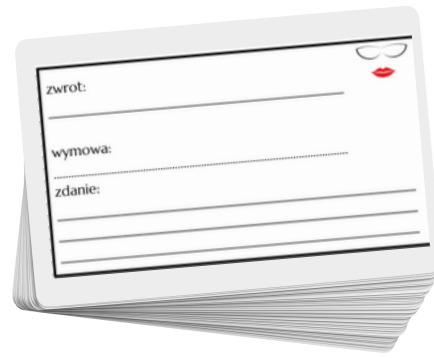
Na ReFiszkach umieściłam nagłówki, aby potem nie zastanawiać się co gdzie mam wpisać, tylko skupić się na zwrotach i zdaniach. A jak wiesz, jestem zwolenniczką pisania odręcznego, ponieważ pisanie pobudza w mózgu obszary odpowiedzialne za mowę, myślenie i pamięć.

ReFiszki to też fajne ćwiczenie do porannej kawki, herbatki czy soczku. Wystarczy pięć minut, aby powtórzyć dany materiał.



Jeśli nie chcesz wycinać kartoników, zrób sobie z tego zeszyt i tylko zginaj kartki pionowo na pół.

Wiem, że są osoby, które muszą mieć tzw. BIG PICTURE czyli ogląd wszystkiego w całości, dlatego na kolejnej stronie masz miejsce na zapisanie listy zwrotów/zdań oraz kwestii gramatycznych do nauki na dany tydzień.



Kilka wskazówek jak zapisywać zwroty na ReFiszkach:

- zwrot zapisz wielkimi literami
- wymowę najlepiej ołówkiem (możesz zrobić zapis fonetyczny, taki jak w słownikach: www.diki.pl; www.dictionary.cambridge.org; lub po swojemu, tak jak słyszysz)
- zdanie może być zdaniem np.: z dialogu serialowego czy filmowego, albo Twoje własne
- z tyłu ReFiszki zapisz polskie tłumaczenie
- sekcja skojarzenia jest dla wszystkich tych, którzy uczą się obrazami, na podstawie rymu z innym słowem lub skojarzenia z jakimś wydarzeniem, osobą, itp. Tutaj wpisujesz to, co pomoże Ci potem podczas powtórki przypomnieć sobie zwrot i zdanie.

Weekly Set



Zestaw tygodniowy - tutaj wpisz wszystkie zwroty/zdania jakich będziesz uczyć się w tym tygodniu. Mogą tu znaleźć się także zagadnienia gramatyczne.



A series of horizontal dotted lines for writing, contained within a frame defined by a vertical line on the left and a horizontal line at the top.



A series of horizontal dotted lines for writing, starting from a solid top line and extending down the page.

ReFiszki

zwrot: _____ 

wymowa: _____


.....

zdanie: _____

tłumaczenie: _____

skojarzenia: _____

langexpert.eu

zwrot: _____ 

wymowa: _____


.....

zdanie: _____

tłumaczenie: _____

skojarzenia: _____

langexpert.eu

zwrot: _____ 

wymowa: _____


.....

zdanie: _____

tłumaczenie: _____

skojarzenia: _____

langexpert.eu

zwrot: _____ 

wymowa: _____


.....

zdanie: _____

tłumaczenie: _____

skojarzenia: _____

langexpert.eu

zwrot: _____ 

wymowa: _____

.....

zdanie: _____

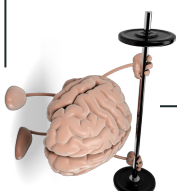
tłumaczenie: _____

skojarzenia: _____

langexpert.eu



Mind Map





My Notes

Moje notatki

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

Kim jestem?

Nazywam się Renata Kądziela. Od ponad 20 lat uczę języka angielskiego.

Jestem certyfikowanym Neurolanguage Coach® - (Nerojęzykowym Trenerem)

i uczę według modelu stworzonego przez Rachel Marie Paling, która otrzymała nagrodę "Reimagine Education" w dziedzinie nauczania języków obcych.

W swojej pracy łączę coaching z angielskim. Motywuję do działania i tę motywację stale podtrzymuję. Otwieram ludzi do mówienia i pokazuję, że nauka języka może być przyjemna i skuteczna. Jestem fanką efektywnej nauki, dlatego nie brakuje mi pomysłów na stosowanie technik pamięciowych i prowadzenie zajęć tak, aby zapadały w pamięć.

Prowadzę kursy online dla dorosłych i młodzieży, tworzę materiały edukacyjne i kursy do samodzielnej nauki.

W mediach społecznościowych poznasz mnie po moich rysunkach

i nietuzinkowym sposobie powtarzania materiału w relacjach Facebookowych i Insta Stories oraz w postach, zwłaszcza gramatycznych.

Zapraszam Cię do siebie

www.langexpert.eu

[@langexpert.eu](https://www.instagram.com/langexpert.eu)





Copyright © 2021 – LangExpert® by Renata Kądziała
Wszystkie prawa zastrzeżone

Tytuł: "Tygodniowy Zeszyt Językowy"

Nota dotycząca praw autorskich

Renata Kądziała prowadząca działalność gospodarczą pod nazwą Renata Kądziała No.1 z siedzibą w Warszawie przy ul. Aleja Bzów 47, 02-495 Warszawa, NIP 761 132 77 68 oraz markę osobistą (dalej „LangExpert®”) zastrzega, że wszelkie przekazywane i udostępniane przez nią informacje, pomysły, treści, koncepcje, rysunki, wizerunki, nazwy, w tym nazwy handlowe oraz inne elementy zawarte w przesłanych materiałach (dalej: „Materiały”):

1. są poufne i stanowią tajemnicę marki LangExpert, chronioną m.in. przepisami ustawy z dnia 16 kwietnia 1993 roku o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji, a ich ujawnienie może zagrozić lub naruszyć interes LangExpert;
2. stanowią, w odpowiednim zakresie, elementy będące przedmiotami praw własności intelektualnej, w tym – utwory oraz przedmioty praw własności przemysłowej, chronione w szczególności na podstawie ustawy z dnia 4 lutego 1994 roku o prawie autorskim i prawach pokrewnych oraz ustawy z dnia 30 czerwca 2000 roku Prawo własności przemysłowej;
3. są chronione na podstawie innych obowiązujących przepisów prawa.

Od chwili przekazania Państwu Materiałów nie mogą być one ujawniane w całości lub jakiegokolwiek części osobom trzecim bez zgody LangExpert. Ponadto powinni Państwo także dołożyć starań i podjąć środki w celu ochrony Materiałów przed ich ujawnieniem osobom trzecim oraz przed ich nieuprawnionym użyciem. Materiały wykorzystywane mogą być wyłącznie w celu realizacji kursu językowego i nauki języka. Materiały, żadna ich część czy element, ani żadne treści w nich zawarte nie mogą być bez uprzedniej pisemnej zgody LangExpert w żaden inny, niż wskazany w zdaniu poprzednim, sposób wykorzystywane ani przekazywane lub ujawniane osobom trzecim. Przekazanie lub udostępnienie Państwu ww. Materiałów przez Renatę Kądziała - "LangExpert" nie oznacza przeniesienia praw własności intelektualnej ani udzielenia licencji do korzystania z nich lub ich elementów w jakimkolwiek zakresie. LangExpert jest podmiotem wyłącznie uprawnionym do korzystania z udostępnionych Państwu Materiałów i rozporządzania nimi na wszystkich polach eksploatacji, w tym pobierania wynagrodzenia za korzystanie z nich. LangExpert nie uprawnia Państwa również do wykorzystywania wizerunków utrwalonych w przesłanych Materiałach. Nieuprawnione wykorzystanie lub ujawnienie Materiałów w jakikolwiek sposób stanowić może podstawę dochodzenia przez LangExpert roszczeń z tytułu naruszenia przysługujących jej praw własności intelektualnej do Materiałów oraz naruszenia jej istotnych interesów. W przypadku naruszenia autorskich praw majątkowych do Materiałów Renata Kądziała - LangExpert uprawniona będzie między innymi do żądania zaniechania naruszenia, a także usunięcia skutków naruszenia oraz naprawienia wyrządzonej szkody, na zasadach ogólnych albo poprzez zapłatę sumy pieniężnej w wysokości odpowiadającej dwukrotności, a w przypadku zawinionego naruszenia – trzykrotności stosownego wynagrodzenia, jak również wydania uzyskanych na skutek naruszenia jej praw korzyści, na podstawie art. 79 ust. 1 ustawy z dnia 4 lutego 1994 roku o prawach autorskich i prawach pokrewnych.

Ponadto zgodnie z treścią art. 11 ustawy z dnia 16 kwietnia 1993 roku o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji przekazanie, ujawnienie lub wykorzystanie cudzych informacji stanowiących tajemnicę przedsiębiorstwa zagrażające lub naruszające interes przedsiębiorcy stanowi czyn nieuczciwej konkurencji i uprawnia przedsiębiorcę, którego interes został zagrożony lub naruszony między innymi do dochodzenia naprawienia wyrządzonej szkody oraz wydania bezpodstawnie uzyskanych korzyści.