

Przyjemna i skuteczna nauka języka?  
Piszę się na to!

Hallo!

नमस्ते

你好

Goedemorgen!

# Notatnik językowy

¡HOLA!

bonjour

ola

HEJ

Guten tag

Привет!

Ciao!

안녕

Hoi!

SALUT!

こんにちは

hello

# Notatnik językowy

---



# Moje dane

IMIĘ I NAZWISKO

JĘZYK

TELEFON

ADRES



# Cele językowe

1. ....  
.....
2. ....  
.....
3. ....  
.....
4. ....  
.....
5. ....  
.....

Pamiętaj, że cel powinien być określony w czasie i jak najbardziej konkretny.  
Aby dowiedzieć się, jak wyznaczyć taki cel, zajrzyj do sekcji:

**JAK WYZNACZAĆ CELE W NAUCE?**

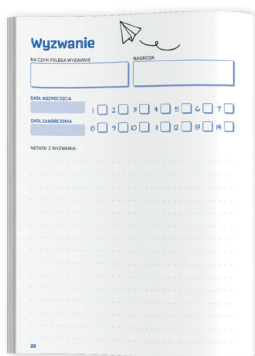
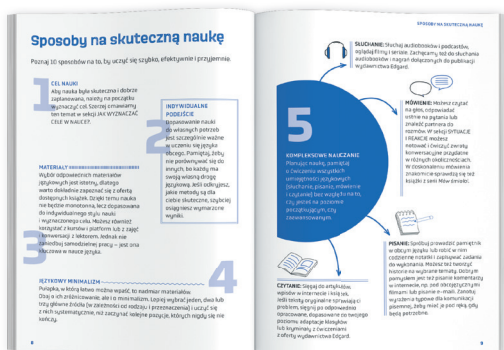
# Jak korzystać z notatnika językowego?

Notatnik językowy powstał z myślą o wszystkich uczących się języka obcego na każdym poziomie zaawansowania. Znajdziesz tu cenne wskazówki dotyczące skutecznej nauki, motywację do działania, miejsce na wpisywanie zagadnień gramatycznych i nowego słownictwa oraz na powtórki materiału. Dzięki niewielkiemu formatowi i grubszej oprawie możesz schować go do plecaka lub torebki, i korzystać z niego, gdziekolwiek jesteś.

## Jak korzystać z poszczególnych części notatnika?

### METODY NA SKUTECZNĄ NAUKĘ JĘZYKA OBCEGO

W tej sekcji dowiesz się, jak się uczyć, aby szybko i trwale przyswajając materiał, i w konsekwencji biegle posługiwać się językiem obcym. Zapoznaj się z omówionymi radami i wciel plany w życie. Nie zapomnij od czasu do czasu wrócić do tego materiału, aby na nowo zainspirować się do nauki.

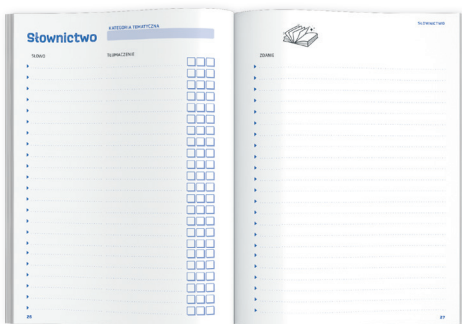


### WYZWANIA

W czternastodniowych wyzwaniach ty decydujesz, co chcesz przećwiczyć. Może to być odsłuchanie odcinka podcastu, powtarzanie słownictwa przez 30 minut albo napisanie podsumowania dnia w danym języku. Ważne, żeby sukcesywnie wykonywać ustalone zadanie. W tabeli odznaczaj dni, kiedy udało ci się to zrobić. W wyznaczonym miejscu zrób notatki z nauki. Pamiętaj, aby przed rozpoczęciem wyzwania wymyślić dla siebie nagrodę – to świetna motywacja do pracy.

## ĆWICZENIA POWTÓRKOWE

W sekcji PRZEĆWICZ! znajdziesz ćwiczenia powtórkowe, takie jak mapa myśli, historia do napisania lub szukanie piosenki z danym słowem. Przeczytaj dokładnie polecenie i wykonaj zadanie. W ten sposób powtórzysz słownictwo poznane do tej pory. Dzięki systemowi powtórek na dłużej zapamiętasz materiał.

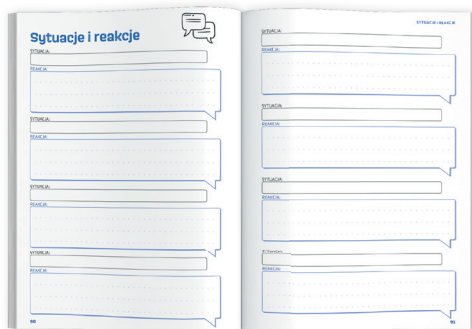


## SŁOWNICTWO

Tu zapisuj nowo poznane słowa i wyrażenia – w lewej kolumnie w języku obcym, w prawej polskie tłumaczenie. Na kolejnej stronie znajdziesz miejsce na wpisanie przykładowego zdania z tym słowem lub wyrażeniem. Pamiętaj, że użycie danego zwrotu w kontekście zdania ułatwi jego zapamiętanie. Co więcej, im zdanie będzie bardziej nietypowe, np. zabawne lub abstrakcyjne, tym lepiej je zapamiętasz, więc puść wodze fantazji. Aby przećwiczyć materiał, zasłaniaj na zmianę lewą lub prawą kolumnę, tłumacząc słowa na język polski lub obcy. Jeśli zrobisz to zadanie poprawnie, zamaluj jeden kwadracik. Następnie wróć do tego materiału po kilku dniach i zrób to samo. Jeśli nie odpowiesz dobrze, przećwicz jeszcze raz materiał. Trzy zamalowane pola oznaczają, że materiał został opanowany.

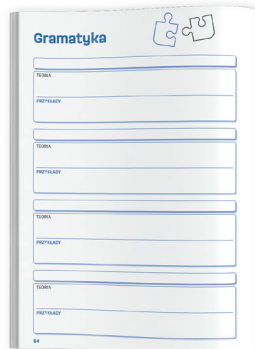
## SYTUACJE I REAKCJE

Tu zapisuj przydatne zwroty, które można wykorzystać podczas rozmowy. To też dobre miejsce na przećwiczenie odpowiedzi. Wymyśl dowolne tło wydarzeń – sytuację kłopotliwą, denerwującą, zabawną itd. Następnie napisz zdania, które będą właściwą na nie reakcją.



## GRAMATYKA

W tej części zapisuj zagadnienia gramatyczne, których chcesz się nauczyć. W pierwszym polu opisz dane zagadnienie, najlepiej swoimi słowami. To sprawi, że lepiej je zrozumiesz i zapamiętasz. W drugim polu notuj przykładowe zdania, ilustrujące opisaną przez siebie zasadę. Dzięki umieszczeniu konstrukcji w kontekście zdania, które samodzielnie wymyślisz, łatwiej będzie ci ją zapamiętać.

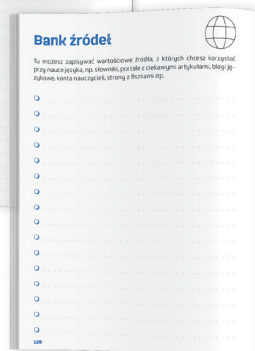


## SŁOWNICTWO Z FILMÓW I PIOSENEK

W tym miejscu notuj ciekawe i użyteczne słowa oraz wyrażenia, które pojawiają się w filmach, serialach, podcastach i piosenkach. Nawet gdy się relaksujesz, a nie siedzisz z nosem w książce, warto słuchać i oglądać z uważnością, bo przy okazji możesz nauczyć się czegoś wartościowego. Dlatego zachęcamy, aby zawsze mieć *Notatnik językowy* w zasięgu ręki – dzięki temu, gdy tylko usłyszysz coś, co zechcesz zapamiętać, od razu to zanotujesz.

## NOTATKI

Tu dajemy ci wolną rękę – wykorzystaj tę przestrzeń, jak tylko chcesz. Możesz ćwiczyć krótkie formy pisemne, planować swoją naukę, tworzyć tabele (pomogą ci w tym wykropkowania) i wiele innych rzeczy. Twórz notatki według własnych potrzeb i preferencji.



## BANK ŹRÓDEŁ

Wypisz źródła, które uważasz za przydatne i interesujące w nauce języka obcego: strony internetowe, blogi, stacje radiowe, podcasty, aplikacje mobilne, słowniki, konta na mediach społecznościowych itd.

# Wyzwanie



NA CZYM POLEGA WYZWANIE

NAGRODA

DATA ROZPOCZĘCIA

1  2  3  4  5  6  7

DATA ZAKOŃCZENIA

8  9  10  11  12  13  14

NOTATKI Z WYZWANIA:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

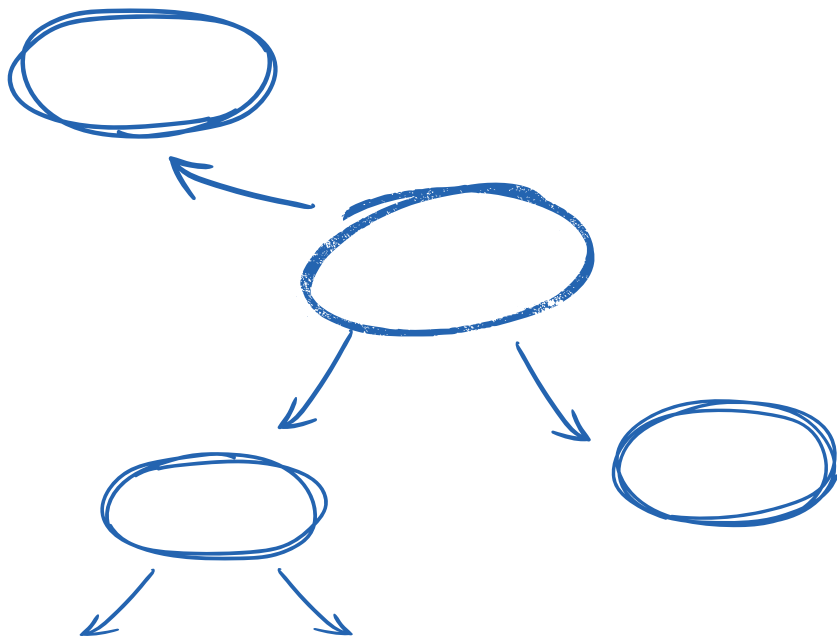
.....

.....



# Przećwicz!

Uzupełnij mapę myśli nowo poznanymi słowami i wyrażeniami z wybranej kategorii. Dorysuj kolejne pola i wpisz w nie hasła, które chcesz zapamiętać.





# Słownictwo

KATEGORIA TEMATYCZNA

Wpisz słowo lub wyrażenie w języku obcym, polskie tłumaczenie i dopisz przykładowe zdanie. Zakrywaj kolumny i odgaduj zakryte słowa. Jeśli dobrze odpowiesz, zamaluj odpowiedni kwadracik.

SŁOWO	TŁUMACZENIE			
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▶ .....	.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Sytuacje i reakcje



SYTUACJA:

REAKCJA:

.....

.....

.....

SYTUACJA:

REAKCJA:

.....

.....

.....

SYTUACJA:

REAKCJA:

.....

.....

.....

SYTUACJA:

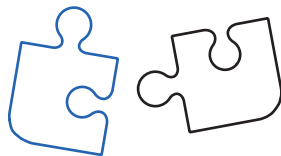
REAKCJA:

.....

.....

.....

# Gramatyka



Tu zapisuj zagadnienia gramatyczne, których się uczysz. Przepisanie struktur, wypisanie zasad tworzenia konstrukcji i wymyślenie własnych zdań pomoże ci zrozumieć zagadnienie. Spróbuj opisać je swoimi słowami, bo dzięki temu lepiej się go nauczysz i je zapamiętasz.

TEORIA

---

PRZYKŁADY

TEORIA

---

PRZYKŁADY

TEORIA

---

PRZYKŁADY

## Poznaj 10 sposobów na skuteczną naukę języka.

Dowiedz się, jak uczyć się efektywnie, aby szybko, ciekawie i na długo przyswoić materiał.



Chcesz, by nauka języka przyniosła wyczekiwane efekty, ale też sprawiała radość? Nie wiesz, jak zapanować nad wszystkimi materiałami językowymi, notatkami oraz inspiracjami? Motywacja do nauki pojawia się i znika?

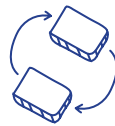
**Weź naukę języka w swoje ręce!**  
**Notuj, planuj i powtarzaj**  
**– stwórz językowy kurs na miarę twoich potrzeb.**

## Zarządzaj swoją nauką aktywnie!

W końcu to nie ty musisz dostosować się do kursu językowego lub zawartości podręcznika.



**Stwórz swój własny system powtórek.** Ucz się tego, co jest ci rzeczywiście potrzebne i powtarzaj tak, jak lubisz w sekcji **Przećwicz to!** Monitoruj postępy w trackerze.



**Zanurz się w języku na własnych zasadach.** Miej wszystkie ważne dla ciebie słowa i zwroty, notatki oraz inspiracje w jednym miejscu. Korzystaj z gotowych kreatywnych sposobów na naukę języka na co dzień.

**Stawiaj przed sobą wyzwania językowe.** Dzięki nim zadbasz o motywację do nauki i efekt świeżości w całym procesie poznawania języka.

