

# JAK KORZYSTAĆ Z PLANERA

Do czego służą te wszystkie strony? Do czego służy łańcuszek produktywności i kalendarz? Odpowiedzi znajdziesz na następujących dwóch stronach.

## ILE JĘZYKÓW ROCZNIE ZMIĘŚCI SIĘ W KALENDARZU POLIGLOTKI?

Możesz stosować kalendarz do dowolnej liczby języków. Pierwsze dwie strony przeznaczone są na roczne planowanie. Jeśli chcesz zaplanować naukę więcej niż pięciu języków w ciągu roku, musisz po prostu wydrukować te strony o tyle razy więcej, ile masz języków. Jednak nie radziłabym stawiania sobie ogromnej ilości celów już na początku roku. Nie musisz wypełniać wszystkich pól z celami i priorytetami od razu. Możesz wypełnić tylko kilka z nich a resztę uzupełnić w ciągu roku, kiedy twoje plany i cele będą ewoluowały w miarę postępów. Jeśli nie masz wyjścia, ponieważ wymaga tego od ciebie praca lub szkoła, i musisz pracować nad wieloma językami jednocześnie, znajdziesz na nie miejsce w kalendarzu po wydrukowaniu dodatkowych stron. Jeśli jednak nie jesteś zmuszona do uczenia się wielu języków na raz, radziłabym jak najbardziej ograniczyć ich liczbę. Pamiętaj, że kalendarz jest dla ciebie i nie musisz uczyć się pięciu języków, jeśli chcesz uczyć się tylko jednego.

## WYDRUKUJ WIĘCEJ STRON MIESIĘCZNYCH,

jeśli planujesz w ciągu miesiąca pracować nad więcej niż jednym językiem. Na jeden język przypadają po dwie strony na miesiąc. Jedna z łańcuszkiem systematyczności, a druga z kalendarzem/planerem. Na pierwszej stronie możesz zapisać swoje tygodniowe cele z danego języka i prowadzić łańcuszek systematyczności. Na drugiej stronie w kalendarzu możesz zaplanować swoją naukę i ustalić w jaki sposób chcesz pracować nad językiem każdego dnia.

## POSTAW SOBIE MAŁE CELE - PLANOWANIE DZIENNE W KALENDARZU

Staraj się stawiać sobie małe, konkretne cele. Nie stawiaj celów zbyt ogólnych typu “będę pracować nad słownictwem”, lecz mniejsze i szczegółowe cele, np. “Opracuję słownictwo z artykułu... (dowolny)... i zbuduję po dwa zdania z każdym nowo poznany słowem”. Będziesz wtedy wiedziała od czego masz zacząć naukę danego dnia i łatwiej będzie ci się zdyscyplinować. Inne dobre, małe cele. to “Napiszę rozprawkę na temat...”, “Przeczytam w gramatyce rozdział o... i zrobię pięć zadań”, “Odbędę lekcję online i będziemy rozmawiać na temat....” itd.

## METODA MAŁYCH KROCZKÓW - PLANOWANIE TYGODNIOWE

Na początku stoi przed tobą ogromny cel - nauczyć się obcego języka. Jeśli nie podzielisz tego celu na mniejsze, możesz się szybko zniechęcić. Postaraj się obierać realne cele i takie, do których wiesz, jak dążyć. Np. celem tygodniowym może być “Po tygodniu będę umiała opowiedzieć płynnie swoje ostatnie wakacje w czasie przeszłym” a następnym “Będę umiała wypowiedzieć się na interesujący mnie temat (zależy od ciebie), wyjaśnić go i powiedzieć moje zdanie” albo “będę bezbłędnie rozumieć nie uproszczoną prognozę pogody i umieć ją opowiedzieć”.

# ŁAŃCUSZEK SYSTEMATYCZNOŚCI

Do każdego miesiąca (i każdego języka - jeśli zdecydujesz się na więcej niż jeden) dołączony jest językowy łańcuszek systematyczności.

## SYSTEMATYCZNOŚĆ

Zasada działania łańcuszka jest prosta: każdego dnia, systematycznie pracujesz nad swoimi celami językowymi i kolejny dzień odznaczasz w łańcuszku. Tak, aby nie było żadnej przerwy. Jeśli będziesz codziennie odhaczać w łańcuszku kolejny dzień, który przybliżył cię do celu, będziesz miała więcej ochoty i samodyscypliny do nauki w kolejnych dniach. Pamiętaj, że systematyczność jest bardzo ważna w nauce języków. Codzienna praca nad językiem, choćby przez krótki czas, o wiele prędzej przybliży do celu, niż pojedyncze, szalone zrywy :)

## JAK WYPEŁNIAĆ POLA?

Wystarczy, że codziennie będziesz w łańcuszku odznaczać kolejne dni, ale możesz to robić w taki sposób, jaki tobie się najbardziej podoba. Może to być zwykły “dziubek”, możesz zamalować kolorami całą kratkę, zalepić naklejką, to zależy od ciebie. Ja preferuję wersję kolorową, tak jest weselej :)

## POSTAW SOBIE MIESIĘCZNE CELE

Bardzo trudno jest dotrzymać jakiegoś celu, który stawiamy sobie na początku roku. Cel jest często ogromny a rok bardzo długi. Mamy więc mnóstwo czasu na zrealizowanie go. Ogrom tego celu nas przeraża, a jednocześnie cały czas nam się wydaje, że mamy przecież cały rok przed sobą. I w taki oto sposób pod koniec roku zostajemy z nie zrealizowanym celem i wyrzutami sumienia. Natomiast stawiając sobie mniejsze cele co miesiąc i co tydzień, pracujemy nad nimi systematycznie. I powoli, ale uparcie dążymy do większego, rocznego celu. A każdy kolejny miesiąc nas do niego przybliża.

## CODZIENNIE TROSKĘ

Ustal sobie codzienny limit czasowy, poniżej którego nie będziesz schodzić. Jeśli masz naprawdę mało czasu, może to być choćby tylko 15 minut. Ale pamiętaj wtedy, że musisz pracować nad językiem przynajmniej 15 minut, i ani minuty krócej, aby móc odhaczyć kolejny dzień w łańcuszku.

## CIĄGŁOŚĆ ŁAŃCUSZKA

Oczywiście im łańcuszek jest dłuższy, tym bardziej będziesz miała ochotę kontynuować. Pomyśl tylko jaka smutna byłaby taka samotna, niezaznaczona krateczka :) Im dłużej będziesz pracować nad językiem i zaznaczać sukcesy kolejnych dni na łańcuszku, tym łatwiej będzie ci się zdyscyplinować do kolejnych dni. Nie tylko po to, aby nie przerwać łańcuszka, ale również dlatego, że codzienna nauka wejdzie ci w nawyk.