



I Can Academy®

Školský
= motivačný diár
2020/2021



Školský

= motivačný diár

2020/2021



Osobné údaje



Meno:

Priezvisko:

Trieda:

Adresa:

Telefón:

E-mailová adresa:

Škola:

Kontakt v prípade núdze:

Obsah




holové

Začni premýšľať o sebe inak.....	4	
Ako používať tento diár.....	6	
Nástenka snov, cieľov a vízií.....	8	<input checked="" type="checkbox"/>
Školské prázdniny.....	10	
Rok 2020.....	12	
Rok 2021.....	13	
Ročný plánovač.....	14	

Mesačné cvičenia

holové

August: Tvoj život z nadhľadu.....	22	<input checked="" type="checkbox"/>
September: Tvoje ciele v školskom roku 2020/2021.....	38	<input checked="" type="checkbox"/>
Október: Dnes ďakujem za.....	50	<input checked="" type="checkbox"/>
November: Montessori tipy pri učení.....	66	<input checked="" type="checkbox"/>
December: Chcem niekam patriť.....	82	<input checked="" type="checkbox"/>
Január: Na týchto 5 vecí si spomeň, keď.....	96	<input checked="" type="checkbox"/>
Február: Dokážeš viac, ako si myslíš.....	110	<input checked="" type="checkbox"/>
Marec: Venuj sa tomu, čo chceš.....	122	<input checked="" type="checkbox"/>
Apríl: Vizualizuj ako šampión.....	136	<input checked="" type="checkbox"/>

Máj: Buď vzorom.....	152	
Jún: Mysli na to, aby ti technológie slúžili a neničili tvoj život..	168	
Júl: Zhrnutie uplynulého školského roka.....	184	

Ostatné

Poznámky.....	196
Moje najlepšie JA	206
Moje obľúbené citáty.....	208
Najlepšie hlášky a komentáre tohto roka	209
Moji spolužiaci.....	200
Slovenský jazyk.....	212
Anglický jazyk.....	213
Matematika	216
Geografia.....	219
Periodická sústava chemických prvkov.....	220
Maľovanka.....	221

Predslov

Začni premýšľať o sebe inak

Každý z nás zažíva niekedy ťažšie chvíle. Zrejme aj ty si mal/a dni, keď sa ti ani nechcelo vstať z postele, pretože ťa čakala nejaká náročná skúška. Obdobia, keď si mal/a pocit, že všetci idú proti tebe a nikto ti nerozumie...

Tiež som ako študent zažil také situácie. A bolo ich veľa. Pamätám si na obdobia, keď som sa cítil menejcenný, pretože som od narodenia trochu kríval. Odkladal som svoje potreby a túžby na vedľajšiu koľaj a hovoril som si: „Hlavné, že ti druhí sú šťastní.“ A aj keď mi učenie išlo pomerne jednoducho, bol som často znechutený tým, že sa musím učiť veci, ktoré nikdy nevyužijem (len na písomke), a naopak, nenaučil som sa také dôležité zručnosti ako: spôsoby, ako byť sebedomejši, ako nadväzovať a udržiavať vzťahy, ako riešiť konflikty...

Dnes viem, že toto všetko bolo mojím pozhnaním a veľkým šťastím, ktoré sa vtedy tváril ako množstvo negatívnych zážitkov. Nebyť toho, čo som zažil a čím som prešiel, nebol by som človekom, akým som dnes. Naučil som sa, že v každom momente sa môžeme rozhodnúť, či dovolíme, aby nás ovládala negatívna skúsenosť, alebo v nej nájdeme ponaučenie a staneme sa silnejšími. Túto schopnosť máš aj ty.

Začni premýšľať o sebe inak. Nemusíš sa hneď vidieť ako majster sveta, ale prestaň sa ponižovať!

Chcem, aby si hneď teraz vedel/a, že dokážeš oveľa viac, ako si myslíš. Tvoje neúspechy a ťažké skúsenosti nerozhodujú o tom, akú máš hodnotu alebo čo dokážeš. Nevydarený test nehovorí nič o tom, čo sa v budúcnosti môžeš naučiť a zvládnuť. Aj keď sa osobne možno nepoznáme, som presvedčený, že je v tebe viac, ako teraz vidíš. Viem to, pretože som to zažil na sebe. A týmto diárom ti chcem pomôcť, aby si to v sebe uvidel/a aj ty.

Každý mesiac tu nájdeš cvičenia, ktoré ti pomôžu objaviť a posilniť tvoje sebedovetie, vnímať život z lepšej stránky, ľahšie zvládnuť školu, neustále sa zlepšovať a veriť svojim snom.

5 krokov k úspešným týždňom (nielen) v škole...

Školský motivačný diár ti pomôže začať týždne a dni týmito piatimi krokmi. Vytvor si z nich nový zvyk. Uvidíš, pomôžu ti nielen v škole, ale aj neskôr v živote.

1.

Začni zámerom týždňa, nech vieš, na čo sa chceš sústrediť. Napíš tam to, čo je pre teba v danom týždni dôležité. Môže to byť referát, skúška, šport či vlastnosť, na ktorej chceš pracovať.

3.

Každé ráno

si napíš, za čo si vďačný/á.
Je to zvyk, ktorý ti pomôže ľahšie zvládnuť aj ťažšie chvíle a vidieť príležitosti tam, kde iní vidia len problémy.

2.

Stanov si tri najdôležitejšie úlohy, ktoré ňa čakajú počas najbližších 7 dní. Toto je tým, na čom najviac záleží.

4.

Na záver týždňa si napíš to najlepšie z uplynulých 7 dní. Pomôžu ti v tom zoznamy 3 vecí, ktoré nájdeš na konci každého týždňa.

5.

Vždy večer ohodnot svoj deň, a ak chceš niečo na druhý deň zlepšiť, zapíš si to.

Michal Hrehuš,

zakladateľ I Can Academy
a spoluautor motivačných diárov,
www.ican.sk

Ako používať tento diár

Zámer týždňa:

Maj pred očami to, na čom ti najviac záleží.

September 2020

ZÁMER TÝŽDŇA: Dokončiť esej

Cítat týždňa:

Inšpiruj a zamysli sa, ako ti môže pomôcť práve táto myšlienka.

*Neboj sa svojej odvahy,
tvoj osud nie je vo hviezdach, ale v tebe.
Splň si svoje sny.
- neznámy autor -*

TRI NAJDÔLEŽITEJŠIE VECI NA TENTO TÝŽDEŇ:

- Dokončiť esej na AJ.
- Výlet s kamarátmi.
- Kúpiť mame darček k narodeninám.

Tvoje priority:

Maj prehľad, čo je tento týždeň pre teba dôležité.

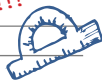
7 PONDELOK HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆ MARIANNA, MARIANA

16:30 stretnutie s Martínom.

- Test - Matematika



DOKÁŽEM TO!!!



☺ DNES ĎAKUJEM ZA: dobrý spánok, vydarený test, super kamarátov

8 UTOROK HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆ MIRIJAMA

- AJ - odovzdať esej.

15:30 hodina spevu

Priniesť Eve sľúbenú knihu.

Denná vďačnosť:

Každé ráno si napíš vďačnosť a začneš sa pozeráť na svet pozitívne.

Priestor pre teba:

Zapiš si čokoľvek, čo je pre teba dôležité, označ si priority a odškrtni, keď máš hotovo.

☺ DNES ĎAKUJEM ZA: _____

9 STREDA HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆ MARTINA

☺ DNES ĎAKUJEM ZA: _____

10 ŠTVRTOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

OLEG

Doučovanie - angličtina.

☺ DNES ĎAKUJEM ZA: _____

11 PIATOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

BYSTRÍK

Kúpiť darček!

voľno :)



☺ DNES ĎAKUJEM ZA: _____

12 SOBOTA

MÁRIA, MARIKA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

výlet s kamošmi.

☺ DNES ĎAKUJEM ZA: _____

13 NEDEĽA

CTIBOR

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

Oslava



Deň pozitívneho myslenia
Napiš, čo dobré ti dnešný deň priniesol.

☺ DNES ĎAKUJEM ZA: _____

3 veci, ktoré ma inšpirovali:

1. Tento diár. :)
2. Skvelý film.
3. Výhľad z vrcholu

Môj úspech týždňa:

Napísal som výbornú esej.

1*

3 veci, ktoré...

Zhodnot' svoj týždeň vždy novou otázkou.

Tvoje úspechy:

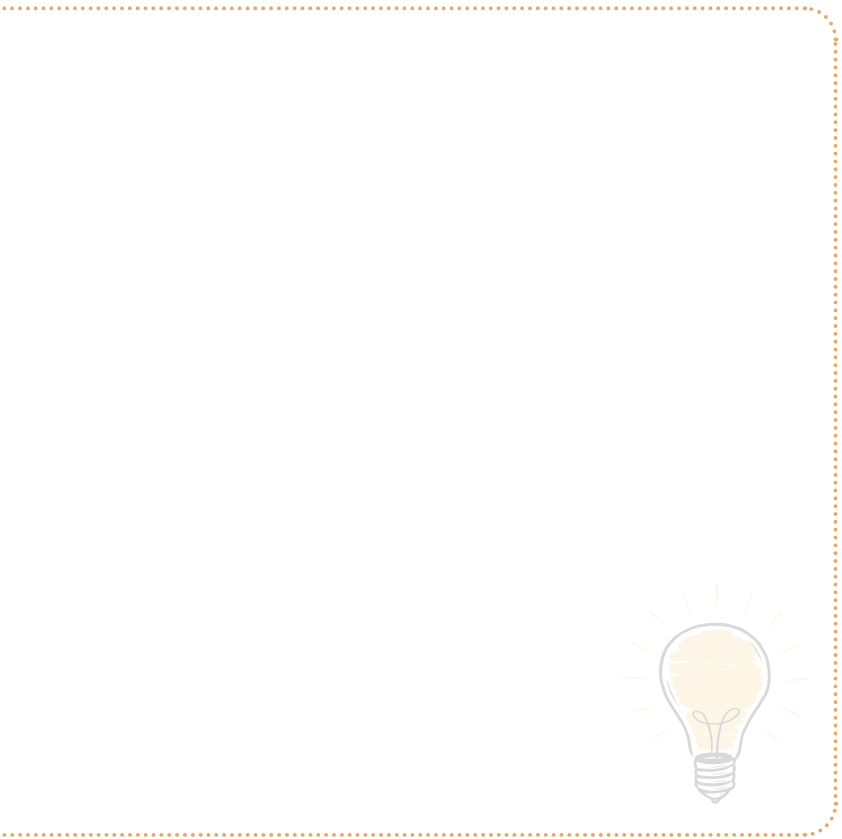
Čo sa ti podarilo?
Aké úspechy si chceš zapamätať?
Napíš ich sem.

SEPTEMBER 2020

Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30																		

Nástenka snov, cieľov a vízií

Na tieto dve strany nalep obrázky toho, čo chceš v živote mať, čo chceš zažiť a kým sa chceš stať. Prezeraj si svoju nástenku vízií často a predstavuj si, ako už máš to, po čom túžiš. Pomôže ti to uveriť, že to naozaj dokážeš zrealizovať.



Školské prázdniny

Termíny školských prázdnín na školský rok 2020/2021

— 2021

Prázdniny	Posledný deň vyučovania pred začiatkom prázdnín	
Jesenné	28. október 2020 (streda)	
Vianočné	22. december 2020 (utorok)	
Polročné	29. január 2021 (piatok)	
Jarné	Banskobystrický kraj, Žilinský kraj, Trenčiansky kraj	12. február 2021 (piatok)
	Košický kraj, Prešovský kraj	19. február 2021 (piatok)
	Bratislavský kraj, Nitriansky kraj, Trnavský kraj	26. február 2021 (piatok)
Veľkonočné	31. marec 2021 (streda)	
Letné	30. jún 2021 (streda)	

Špeciálne dni voľna:

Termín prázdnin	Začiatok vyučovania po prázdninách
29. október - 30. október 2020	2. november 2020 (pondelok)
23. december 2020 - 7. január 2021	8. január 2021 (piatok)
1. február 2021 (pondelok)	2. február 2021 (utorok)
15. február - 19. február 2021	22. február 2021 (pondelok)
22. február - 26. február 2021	1. marec 2021 (pondelok)
1. marec - 5. marec 2021	8. marec 2021 (pondelok)
1. apríl - 6. apríl 2021	7. apríl 2021 (streda)
1. júl - 31. august 2021	2. september 2021 (štvrtok)

Rok 2020

JANUÁR

po	ut	st	št	pi	so	ne
			1	2	3	4 5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FEBRUÁR

po	ut	st	št	pi	so	ne
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

MAREC

po	ut	st	št	pi	so	ne
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

APRÍL

po	ut	st	št	pi	so	ne
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

MÁJ

po	ut	st	št	pi	so	ne
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JÚN

po	ut	st	št	pi	so	ne
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JÚL

po	ut	st	št	pi	so	ne
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AUGUST

po	ut	st	št	pi	so	ne
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

SEPTEMBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OKTÓBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVEMBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

DECEMBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Rok 2021

JANUÁR

po	ut	st	št	pi	so	ne
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

FEBRUÁR

po	ut	st	št	pi	so	ne
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

MAREC

po	ut	st	št	pi	so	ne
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

APRÍL

po	ut	st	št	pi	so	ne
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

MÁJ

po	ut	st	št	pi	so	ne
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JÚN

po	ut	st	št	pi	so	ne
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

JÚL

po	ut	st	št	pi	so	ne
				1	2	3
				4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AUGUST

po	ut	st	št	pi	so	ne
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SEPTEMBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

OKTÓBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
					1	2
				3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

NOVEMBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

DECEMBER

po	ut	st	št	pi	so	ne
			1	2	3	4
			5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Roční plánovač

AUGUST 2020

1 SO
2 NE
3 PO
4 UT
5 ST
6 ŠT
7 PI
8 SO
9 NE
10 PO
11 UT
12 ST
13 ŠT
14 PI
15 SO
16 NE
17 PO
18 UT
19 ST
20 ŠT
21 PI
22 SO
23 NE
24 PO
25 UT
26 ST
27 ŠT
28 PI
29 SO
30 NE
31 PO

SEPTEMBER 2020

1 UT
2 ST
3 ŠT
4 PI
5 SO
6 NE
7 PO
8 UT
9 ST
10 ŠT
11 PI
12 SO
13 NE
14 PO
15 UT
16 ST
17 ŠT
18 PI
19 SO
20 NE
21 PO
22 UT
23 ST
24 ŠT
25 PI
26 SO
27 NE
28 PO
29 UT
30 ST

OKTÓBER 2020

1 ŠT
2 PI
3 SO
4 NE
5 PO
6 UT
7 ST
8 ŠT
9 PI
10 SO
11 NE
12 PO
13 UT
14 ST
15 ŠT
16 PI
17 SO
18 NE
19 PO
20 UT
21 ST
22 ŠT
23 PI
24 SO
25 NE
26 PO
27 UT
28 ST
29 ŠT
30 PI
31 SO

Roční plánovač

NOVEMBER 2020

1 NE
2 PO
3 UT
4 ST
5 ŠT
6 PI
7 SO
8 NE
9 PO
10 UT
11 ST
12 ŠT
13 PI
14 SO
15 NE
16 PO
17 UT
18 ST
19 ŠT
20 PI
21 SO
22 NE
23 PO
24 UT
25 ST
26 ŠT
27 PI
28 SO
29 NE
30 PO

DECEMBER 2020

1 UT
2 ST
3 ŠT
4 PI
5 SO
6 NE
7 PO
8 UT
9 ST
10 ŠT
11 PI
12 SO
13 NE
14 PO
15 UT
16 ST
17 ŠT
18 PI
19 SO
20 NE
21 PO
22 UT
23 ST
24 ŠT
25 PI
26 SO
27 NE
28 PO
29 UT
30 ST
31 ŠT

JANUÁR 2021

1 PI
2 SO
3 NE
4 PO
5 UT
6 ST
7 ŠT
8 PI
9 SO
10 NE
11 PO
12 UT
13 ST
14 ŠT
15 PI
16 SO
17 NE
18 PO
19 UT
20 ST
21 ŠT
22 PI
23 SO
24 NE
25 PO
26 UT
27 ST
28 ŠT
29 PI
30 SO
31 NE

Roční plánovač

FEBRUÁR 2021

MAREC 2021

APRÍL 2021

1 PO	
2 UT	
3 ST	
4 ŠT	
5 PI	
6 SO	
7 NE	
8 PO	
9 UT	
10 ST	
11 ŠT	
12 PI	
13 SO	
14 NE	
15 PO	STŘED
16 UT	↓
17 ST	
18 ŠT	
19 PI	
20 SO	
21 NE	
22 PO	VÝCHOD
23 UT	↓
24 ST	
25 ŠT	
26 PI	
27 SO	
28 NE	

1 PO	ZÁPAD
2 UT	↓
3 ST	
4 ŠT	
5 PI	
6 SO	
7 NE	
8 PO	
9 UT	
10 ST	
11 ŠT	
12 PI	
13 SO	
14 NE	
15 PO	
16 UT	
17 ST	
18 ŠT	
19 PI	
20 SO	
21 NE	
22 PO	
23 UT	
24 ST	
25 ŠT	
26 PI	
27 SO	
28 NE	
29 PO	
30 UT	
31 ST	

1 ŠT	
2 PI	
3 SO	
4 NE	
5 PO	
6 UT	
7 ST	
8 ŠT	
9 PI	
10 SO	
11 NE	
12 PO	
13 UT	
14 ST	
15 ŠT	
16 PI	
17 SO	
18 NE	
19 PO	
20 UT	
21 ST	
22 ŠT	
23 PI	
24 SO	
25 NE	
26 PO	
27 UT	
28 ST	
29 ŠT	
30 PI	

Roční plánovač

MÁJ 2021

JÚN 2021

JÚL 2021

1 SO
2 NE
3 PO
4 UT
5 ST
6 ŠT
7 PI
8 SO
9 NE
10 PO
11 UT
12 ST
13 ŠT
14 PI
15 SO
16 NE
17 PO
18 UT
19 ST
20 ŠT
21 PI
22 SO
23 NE
24 PO
25 UT
26 ST
27 ŠT
28 PI
29 SO
30 NE
31 PO

1 UT
2 ST
3 ŠT
4 PI
5 SO
6 NE
7 PO
8 UT
9 ST
10 ŠT
11 PI
12 SO
13 NE
14 PO
15 UT
16 ST
17 ŠT
18 PI
19 SO
20 NE
21 PO
22 UT
23 ST
24 ŠT
25 PI
26 SO
27 NE
28 PO
29 UT
30 ST

1 ŠT
2 PI
3 SO
4 NE
5 PO
6 UT
7 ST
8 ŠT
9 PI
10 SO
11 NE
12 PO
13 UT
14 ST
15 ŠT
16 PI
17 SO
18 NE
19 PO
20 UT
21 ST
22 ŠT
23 PI
24 SO
25 NE
26 PO
27 UT
28 ST
29 ŠT
30 PI
31 SO

Žiadne

nehody ani náhody
neexistujú.

Všetko,
čo prežiješ,
je poučenie.

Dan Millman



Školský
= motivačný diár
2020/2021



**PONDELOK****UTOROK****STREDA**

3	4	5
10	11	12
17	18	19
24	25	26
31		

2020

8

ŠTVRTOK

PIATOK

SOBOTA NEDEĽA

		1	2
6	7	8	9
13	14	15	16
20	21	22	23
27	28	29	30



Tvoj život z nadhľadu

Keď sa chceš niekam dostať, musíš vedieť dve veci. Kam ideš a kde sa teraz nachádzaš. Na začiatku sa pozrieme na to, odkiaľ vychádzaš. Budeš jasne vidieť, v ktorých oblastiach života sa ti darí výborne a ktoré miesta potrebuješ zlepšiť, aby si cítil/a viac spokojnosti a šťastia.

1. Na čiary okolo kruhu napíš tie oblasti života, ktoré ty osobne považuješ za dôležité (napr. vzťahy, zdravie, voľný čas...).
2. Čiara, ktorá ide od stredu kruhu k obvodu, je stupnica spokojnosti. V strede je 0 – úplne nespokojný/á. Na okraji kruhu je 10 – veľmi spokojný/á. Pre každú oblasť života označ, nakoľko si s ňou spokojný/á.
3. Dookola pospájaj body, ktoré si označil/a, a vyfarbi plochu, ktorú si tak orámoval/a. Vznikne ti graf podobný pavučine.

Nie je cieľom mať 10 bodov v každej oblasti. Postačí, ak budú bližšie k desiatke ako k nule a tvoj kruh života bude pripomínať skutočný kruh.

Keď si spraviš graf, vyber 3 oblasti života, ktoré by si najviac chcel/a zlepšiť. Na nasledovné čiary napíš, čo by sa muselo stať, aby si týmto 3 oblastiam dal/a na konci školského roka 10 bodov.

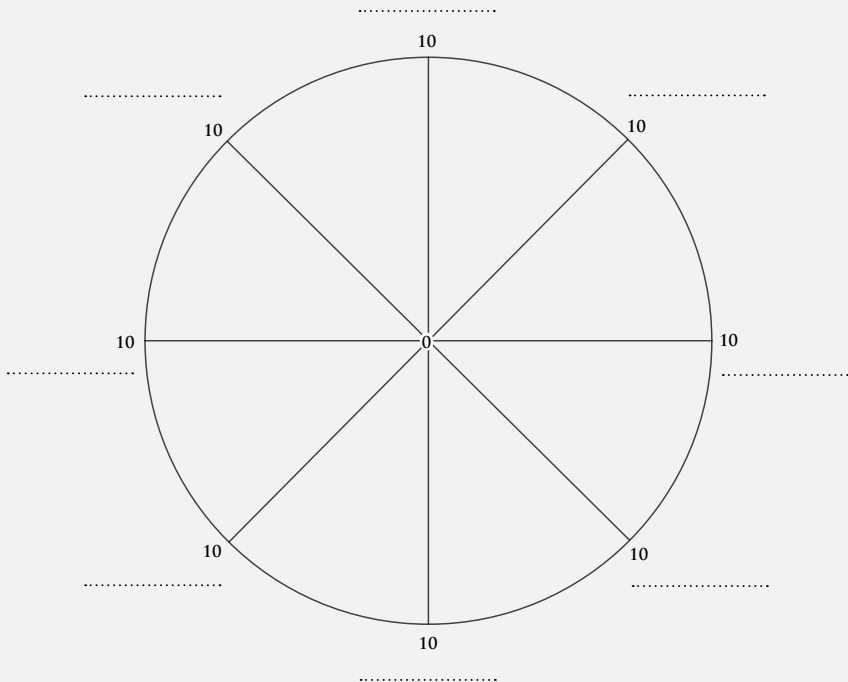
Netráp sa teraz tým, ako sa to stane. Jednoducho si len zapíš, čo by sa muselo stať.

1. _____

2. _____

3. _____

Kruh života



Príklad kruhu života:



„AKÝ JE DEŇ?“
SPÝTAL SA PÚ.
„JE DNES,“
ODPOVEDALO PRASIATKO.
„MÔJ NAJOBĽÚBENEJŠÍ DEŇ,“
POVEDAL PÚ.

Z ROZPRÁVKY MACKO PÚ A PRASIATKO (PÚ A TAO)



1 SOBOTA BOŽIDARA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

2 NEDEĽA GUSTÁV

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

3 veci, ktoré mi urobili radosť:

- _____
- _____
- _____

Môj úspech týždňa:

AUGUST 2020

So	Ne	Po	Ut.	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

*Afirmácia:**Ja dávam svojmu životu zmysel.*

TRI NAJDÔLEŽITEJŠIE VECI NA TENTO TÝŽDEŇ:

1. _____
2. _____
3. _____

3 PONDELOK HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆ **JERGUŠ**

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

4 UTOROK HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆ **DOMINIK, DOMINIKA**

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

5 STREDA HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆ **HORTENZIA**

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

6 ŠTVRTOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

JOZEFÍNA

8

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

7 PIATOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

ŠTEFÁNIA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

8 SOBOTA

OSKAR

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

9 NEDEĽA

LUBOMÍRA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

3 veci, ktoré sa mi podarili:

1. _____
2. _____
3. _____

Môj úspech týždňa:

AUGUST 2020

So	Ne	Po	Ut.	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Nikdy nelutuj ani deň vo svojom živote! Tie dobré dni ťa spravia šťastnejším, tie zlé dni ťa spravia skúsenejším, tie najhoršie dni ti dajú lekcie a tie najlepšie ti dajú spomienky.

- neznámy autor -

TRI NAJDÔLEŽITEJŠIE VECI NA TENTO TÝŽDEŇ:

1. _____
2. _____
3. _____

10 PONDELOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

VAVRINEC

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

11 UTOROK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

ZUZANA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

12 STREDA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

DARINA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

13 ŠTVRTOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

ĽUBOMÍR



Medzinárodný
deň ľavákov
Napíš svoj úspech
týždňa ľavou rukou.

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

14 PIATOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

MOJMÍR

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

15 SOBOTA

MARCELA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

16 NEDEĽA

LEONARD

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

3 veci, ktoré ma milo prekvapili:

1. _____
2. _____
3. _____

Môj úspech týždňa:

AUGUST 2020

So	Ne	Po	Ut.	St.	Št.	Pi	So	Ne	Po	Ut.	St.	Št.	Pi	So	Ne	Po	Ut.	St.	Št.	Pi	So	Ne	Po							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

*Sme tým, kým sme sa rozhodli byť.
- z filmu spiderman -*

TRI NAJDÔLEŽITEJŠIE VECI NA TENTO TÝŽDEŇ:

1. _____
2. _____
3. _____

17 PONDELOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

MILICA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

18 UTOROK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

HELENA, ELENA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

19 STREDA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

LÝDIA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

20 ŠTVRTOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

ANABELA

8

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

21 PIATOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

JANA

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

22 SOBOTA

TICHOMÍR

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

23 NEDEĽA

FILIP

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

3 veci, ktoré si na svojich rodičoch vážim:

1. _____
2. _____
3. _____

Môj úspech týždňa:

AUGUST 2020

So	Ne	Po	Ut.	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po	Ut	St	Št	Pi	So	Ne	Po							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

*Vždy máme dost času,
musíme ho však správne využiť.*

- Johann Wolfgang von Goethe -

TRI NAJDÔLEŽITEJŠIE VECI NA TENTO TÝŽDEŇ:

1. _____
2. _____
3. _____

24 PONDELOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

BARTOLOMEJ

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

25 UTOROK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

LUDOVÍT

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

26 STREDA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

SAMUEL

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

27 ŠTVRTOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

SILVIA, SILVIO

8

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

28 PIATOK

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

AUGUSTÍN

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

29 SOBOTA

NIKOLA, NIKOLAJ

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

30 NEDEĽA

RUŽENA

HODNOTENIE DŇA: ☆☆☆☆☆

VÝROČIE SNP

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

😊 DNES ĎAKUJEM ZA: _____

3 spomienky, ktoré si chcem zapamätať:

1. _____
2. _____
3. _____

Môj úspech týždňa:

AUGUST 2020

So	Ne	Po	Ut.	St.	Št.	Pi	So	Ne	Po	Ut.	St.	Št.	Pi	So	Ne	Po	Ut.	St.	Št.	Pi	So	Ne	Po							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Úsmev

JE KRIVKA, KTORÁ VŠETKO
UROVNÁ.

PHYLLIS DILLER



Školský motivačný diár si môžete
objednať na stránke:

<https://www.ican.sk/skolskymotivacnydiar/>

