


# JAK UCZYĆ SIĘ JĘZYKA ANGIELSKIEGO?





Ograniczona znajomość słownictwa lub znajomość pasywna słówek to częste trudności każdego, kto uczy się języka. Naszym celem jest efektywna nauka słownictwa, zwrotów i wyrażień, które pozostaną w pamięci długotrwałej i dzięki czemu nasze wypowiedzi w języku obcym będą płynne i swobodne.



# Po nauce sam na sobie przeprowadź test z poznanej wiedzy.

Rozwiązanie testu wymaga wyciągania informacji z naszej głowy, dzięki czemu wzmocnimy połączenia neuronowe i zapamiętujemy rzeczy na dłużej. Mogą to być proste formy sprawdzianów z krótkimi odpowiedziami. Im trudniejsza będzie dla nas jakaś forma sprawdzania wiedzy, tym więcej się dzięki niej nauczymy. Zamiast kolejny raz czytać słówka angielskie, sprawdź ile z nich pamiętasz.

W ten sposób nauczysz się dużo więcej.



# Zmieniaj często otoczenie, w którym się uczysz.



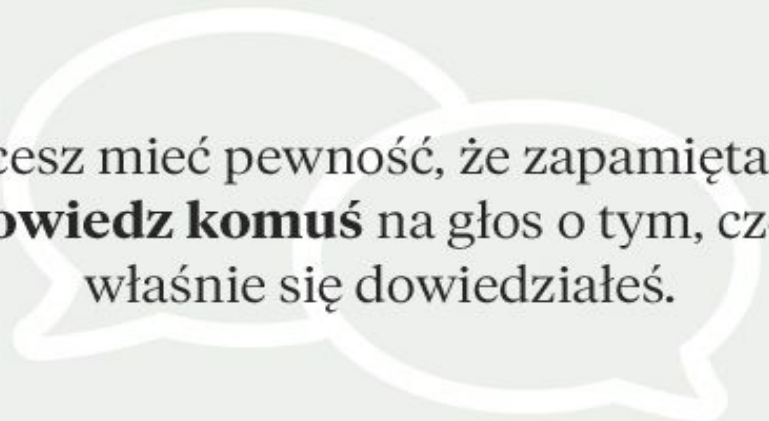
Mózg zapamiętuje lepiej kiedy uczy się czegoś w  
zupełnie nowym miejscu.

Jeśli do tej pory uczyłeś się w swoim pokoju, idź  
do innego, kuchni, wyjdź na balkon.



# Powtarzaj na głos innym.

Kiedy opowiesz innej osobie o tym, czego się właśnie nauczyłeś, wyraźnie zwiększasz swoje szanse na to, że uda Ci się zapamiętać te informacje na dłużej.



Chcesz mieć pewność, że zapamiętasz?  
**Opowiedz komuś** na głos o tym, czego  
właśnie się dowiedziałeś.

# Rozdziel sesje powtórkowe w czasie.



Mądrze zaplanuj naukę w czasie. Jest o wiele efektywniejsza niż nauka “na raz”.

# Znajdź swoją porę do nauki. Ucz się w różnych porach.

Ucz się w różnych porach dnia i obserwuj, kiedy zapamiętujesz najwięcej.  
Gdy będziesz wiedzieć, w jakich porach dnia Twój umysł jest najbardziej chłonny  
i świeży, będziesz wiedzieć, kiedy zabierać się do powtarzania słownictwa.



# Rób częste przerwy.



Gdy za dużo czasu spędzasz na nauce, Twój umysł może zostać przeładowany informacjami. Aby tego uniknąć, rób koniecznie częste powtórki, a w czasie przerw zajmij się czymś zupełnie innym (jeśli siedzisz, w czasie przerwy zrób coś, co wymaga ruchu).



# Skojarzenia.



Zapisz słówko i wokół niego wpisz wszystkie inne słowa, które Ci się z nim kojarzą.

Nie zastanawiaj się zbyt długo, Twoja podświadomość nakieruje Cię.

Może to być obrazek, dźwięk, cokolwiek, co zobaczyłeś lub usłyszałeś. Poświęć nawet kilka minut na to, aby stworzyć śmieszne, wyraziste skojarzenia, w szczególności słówek trudniejszych.

# Zadawaj dużo pytań.



Ucząc się języka angielskiego, na pewno natrafisz na wiele kłopotliwych kwestii.


Zamiast trwać w niepewności, bądź dociekliwy i próbuj je rozwiązywać.

Zapytaj nauczyciela (po to go masz :))

Nie przejmuj się, gdy coś nie wychodzi.



Jeśli czujesz, że postępy nie przychodzą tak szybko, jakbyś tego oczekiwał – co zdarza się wszystkim – nie wmawiaj sobie, że nigdy się nie uda. Najlepiej usuń słowo „nigdy” ze swojego słownika. Ciesz się z małych sukcesów, które cały czas robisz :)



Technik jest wiele, zachęcam Cię do zapoznawania się z nimi stopniowo i testowania na sobie np. dwóch technik w ciągu jednego tygodnia, codziennie. Jeśli wcześniej uznasz, że dana technika kompletnie Ci nie odpowiada, zmień ją.

Zanim jednak to zrobisz, daj sobie kilka dni, żeby w pełni przekonać się czy dana technika służy Ci, czy jednak nie.



“Włam się do mózgu” Radosław Kotarski

<https://wagarowicze.pl/40-sposobow-skutecznej-nauki-slowek/>

<https://londonist.com/london/transport/tfl-bus-hopper-fare-70-minutes>

<http://www.macpherson-institute.de/MLISolutions/learn-english-at-home/>

<https://learningenglish365.com>

<https://www.ef.pl/blog/language/10-sposobow-na-szybka-nauke-angielskiego/>

<https://klosinski.net/8-sprawdzonych-sposobow-na-szybsza-nauke-i-lepsze-zapamietywanie/>

<https://englishlive.ef.com/blog/english-in-the-real-world/top-three-reasons-learning-english/>

<https://lingwistyka.edu.pl/blog/nauka-jezyka-przez-sen-sleep-learning/>

<https://hispanico.pl/nauka-noca-jest-mozliwa/>

<http://www.clanestina.pl/po-co-i-jak-robic-przerwy-w-nauce/>

<https://comoeuaprendiingles.weebly.com/my-history.html>

<https://www.inc.com/jim-haudan/20-questions-to-make-meaningful-connections.html>