


Studijní deník



Řízený deník na 30 dní



Denní záznam

Vytvořeno pomocí LoomJournals

Jak používat tento deník

Vítejte ve svém deníku! Zde je několik tipů, jak z něj získat maximum:

- 1 Každý den si vyhradte několik minut na psaní
- 2 Buďte upřímní a pište svobodně bez sebekritiky
- 3 Snažte se psát každý den ve stejnou dobu, abyste si vytvořili návyk
- 4 Každý týden si své záznamy projděte a všimněte si vzorců

-
- Napište téma, zdroj a čas, který jste studiu věnovali
 - Vysvětlete, co jste se naučili, jako byste to učili dítě — použijte vlastní slova
 - Ohodnoťte svou úroveň jistoty, abyste odhalili mezery v porozumění
 - Zachyťte každou otázku a zvědavost, která se objevila
 - Zavažte se k jednomu či dvěma akčním krokům pro aplikaci nebo opakování látky



Naskenujte pro podrobný návod, jak tento deník používat

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*

Datum: _____

Téma *(jaký předmět, dovednost nebo koncept jste dnes studovali?)*

Zdroj *(kniha, kurz, video, článek, osoba...)*

Strávený čas *(jak dlouho jste studovali?)*

Co jsem se naučil/a *(jakou fotografickou lekci nebo poznatek vám toto focení přineslo?)*

Míra jistoty *(jak dobře tomu rozumíte? (1-10))*

Otázky *(jaké otázky vyvstaly? na co jste stále zvědaví?)*

Akční kroky *(konkrétní kroky, které dnes můžete podniknout směrem ke svému cíli)*