

---



# Språklæringsjournal

---



En 30-dagers veiledet dagbok



Hybrid

Laget med LoomJournals

---

# Slik bruker du denne dagboken

---

Velkommen til dagboken din! Her er noen tips for å få mest mulig ut av den:

- 1 Sett av noen minutter hver dag til å skrive
- 2 Vær ærlig og skriv fritt uten å dømme deg selv
- 3 Prøv å skrive til samme tid hver dag for å bygge en vane
- 4 Gå gjennom notatene dine ukentlig for å oppdage mønstre



Skann for en detaljert guide om hvordan du bruker denne dagboken

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

**Dato:** \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

**Dato:** \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---

Dato: \_\_\_\_\_

Studieminutter: \_\_\_\_\_

Målspåk: \_\_\_\_\_

Ferdighetsfokus: \_\_\_\_\_

Sesjonsvurdering:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Rekkedag: \_\_\_\_\_



**Det jeg lærte** (hva nytt lærte du i dag? grammatikkregler, uttaletips, kulturell innsikt?)

---

---

---

---

---

**Nye gloser** (list opp nye ord eller uttrykk du lærte i dag - inkluder uttalenotater og eksempelsetninger)

---

---

---

---

---

**Øvde fraser** (viktige fraser eller setninger du øvde på i dag)

---

---

---

---

---