


Prírodný denník



30-dňový sprievodný denník



Hybridný



Vytvorené pomocou LoomJournals

Ako používať tento denník

Vitajte vo svojom denníku! Tu je niekoľko tipov, ako z neho vyťažiť čo najviac:

- 1 Každý deň si vyhradte niekoľko minút na písanie
- 2 Buďte úprimní a píšete slobodne bez posudzovania
- 3 Skúste písať každý deň v rovnakom čase, aby ste si vytvorili návyk
- 4 Každý týždeň si prečítajte svoje záznamy a všimajte si vzorce

-
- Vyplňte hornú sekciu s miestom, časom, počasím, podmienkami oblohy a pocity teplotou
 - V sekcii 'Všímam si' napíšte všetko, čo pozorujete — farby, tvary, textúry, pohyb
 - V sekcii 'Čudujem sa' premeňte pozorovania na otázky — nemusíte na ne odpovedať
 - V sekcii 'Pripomína mi to' vytvárajte prepojenia so spomienkami, inými druhmi alebo tým, čo ste čítali
 - Vypíšte konkrétne druhy, ktoré ste videli, a zvuky, ktoré ste počuli
 - Použite sekciu na skicovanie pre rýchle kresby s popiskami — umelecké zručnosti nie sú potrebné



Naskenujte pre podrobný návod na používanie tohto denníka

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavaju? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadaju? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstávajú? prečo táto farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstávajú? preco táto farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstávajú? prečo táto farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavaju? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadaju? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavaju? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadaju? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavajú? prečo táto farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane ďalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadajú? spomienka, iný druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)

Dátum: _____

Miesto: _____

Čas dňa: _____

Počasie: _____

Stav oblohy: _____

Pocit teploty: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Všímam si (pozrite sa blizšie - farby, tvary, textury, pohyb, vzorce. čo vám padne do oka?)

Zaujíma ma (ake otázky vyvstavaju? preco tato farba? ako sa to sem dostalo? čo sa stane dalej?)

Pripomína mi to (ake súvislosti vám napadaju? spomienka, iny druh, niečo, čo ste cítili?)

Pozorované druhy (rastliny, živočíchy, hmyz - čo ste videli?)

Počuté zvuky (vtáky, vietor, voda, šušťanie - čo ste počuli?)
