

Чи готові Ви через рік бути там само, де є зараз?

Можливо, Ви вже досягли бажаного рівня і вважаєте, що можна взяти павзу на рік?

Латинське прислів'я говорить: Non progredi est regredi. Якщо ти не йдеш вперед, отже, ти йдеш назад.

Американський баскетбольний тренер Пет Райлі перефразував цю думку так: *"Коли Ви припиняєте свої спроби стати ліпшими, Ви автоматично стаєте гіршими"*.

Якщо цей щотижневик потрапив Вам до рук, отже, доля до Вас прихильна і знову дає Вам шанс зробити своє життя ліпшим!

Щотижневик, що його Ви зараз тримаєте в руках, – це Ваш особистий мовний наставник (коуч). Він допоможе структурувати думки, розібрати англійську мову за навичками, зрозуміти, що Вам треба, поставити цілі та отримати результат. І найголовніше – він буде **ПОРУЧ УВЕСЬ РІК** і в потоці справ допоможе тримати увагу на тому, що для Вас важливо. Допоможе не зупинитися на півдорозі, а дійти до фінішу!

Good luck!

+ 2 місяці

підтримки у телеграм-каналі або у Facebook!





Hello! Вітаю!

Вивчення іноземної мови – цікавий процес, що, крім безпосередніх умінь та навичок, дає нам можливість розвиватися як особистість. Найперше, чого він нас вчить, – це визначати пріоритети і виділяти час на першочергові цілі, а також вчить організованості та зібраності, щоб упорядкувати хаос численних мовних ресурсів, методик і шкіл. Хтось завоює цей урок і робить перший / наступний крок з вивчення мови, але більшість (якщо немає вагомої загрозливої потреби) так і залишається на тому самому місці. Причин тому багато: людині страшно, не знає, з чого почати, вона не впевнена, що вийде, боїться втратити комфорт, не має багато вільного часу, обмежений бюджет тощо.

Уже 20 років я, Ірина Савченко, допомагаю опанувати англійську мову. Я навчаю саме мови? Так. А ще я навчаю впевненості й віри у свої сили, бо без цього неможливе перше. Саме для цього я навчалася у Школі професійних коучів.

Мої учні часто запитують мене, як вони можуть зробити англійську мову частиною свого життя, якщо живуть в Україні. Коли робота з мовою не пов'язана, особисті контакти з іноземцями обмежуються коментарями в ютубі, а окремі мовні конструкції використовують кілька разів на рік під час відпустки. Для цього я і створила цей щотижневик, який буде Вашим справжнім помічником упродовж року.

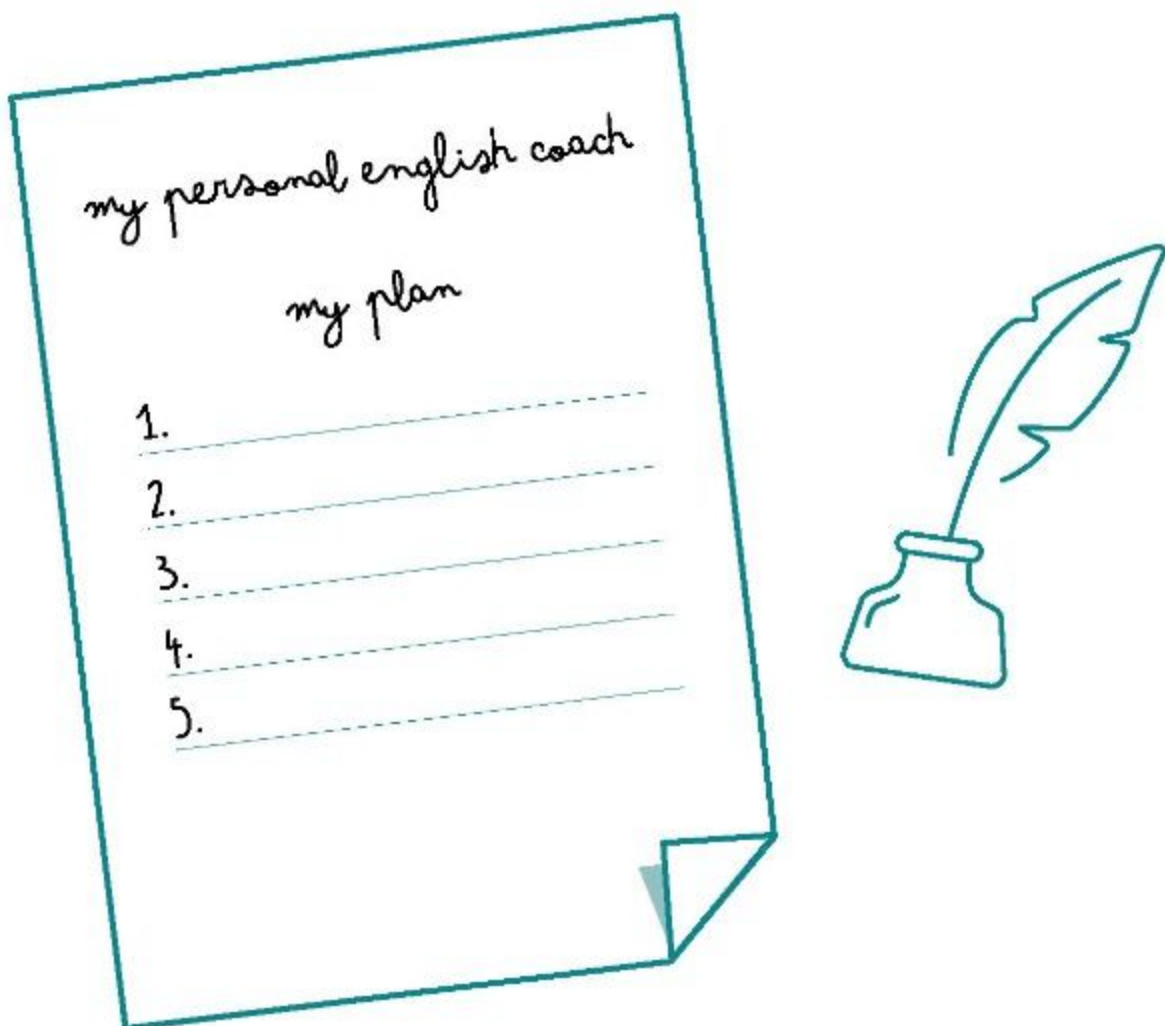
Щотижневик не просто допоможе Вам спланувати свій день, тиждень, місяць, рік, а й допоможе вписати англійську мову у Ваше життя і зробити так, що вона буде постійно разом із Вами. 53 вміщених тут завдань точно не залишать Вас байдужими та принесуть не просто задоволення, а й почнуть змінювати Ваше життя.

Головне і єдине правило: **БУДЬТЕ ЧЕСНИМИ ІЗ СОБОЮ**. Якщо у тренажерній залі Ви не можете підняти 100 кг, то беріть гантелю 5 кг і на совість зробіть вправу стільки разів, скільки зможете. Не можете написати англійською мовою 5 речень – напишіть одне, але напишіть! Однак Ви точно впевнені, що не можете написати п'ять речень?

Honesty is the best policy. Все, що Ви робите, – робите для себе. Іноземна мова – це спорт. Там, де халтура, м'яз не росте. Мета щотижневика – допомогти Вам наростити мовні м'язи. Починайте негайно!

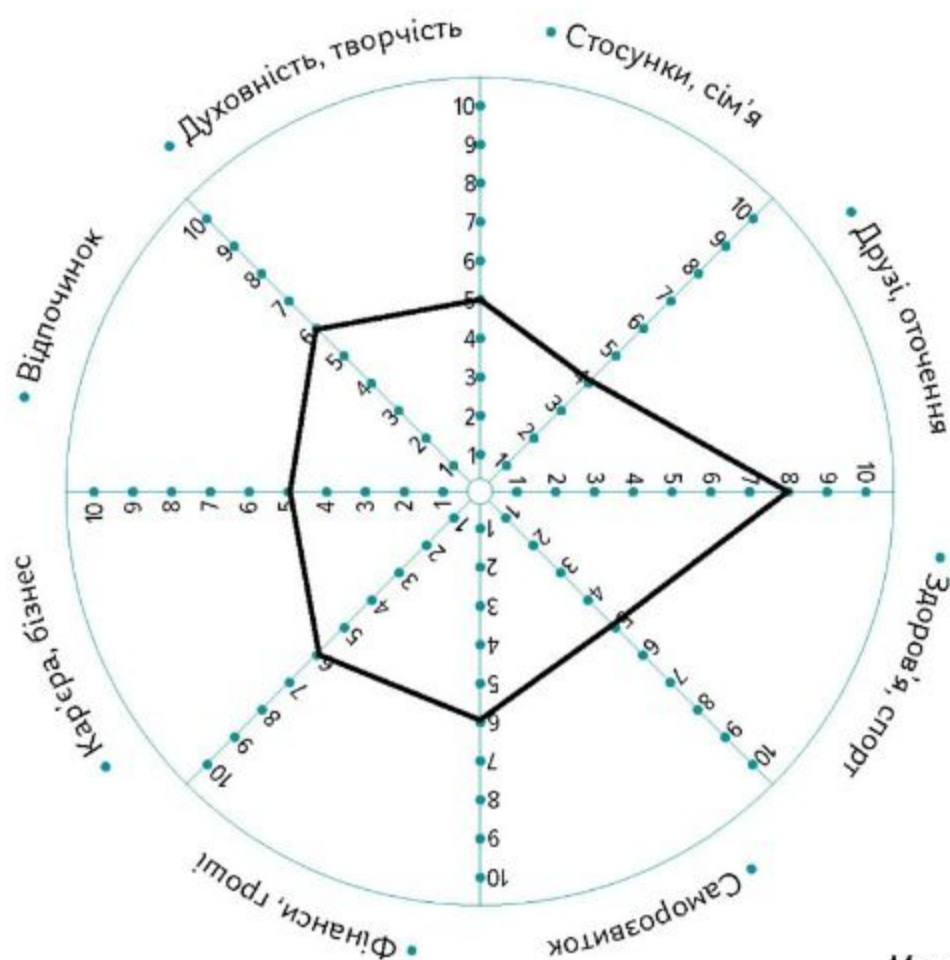
*Ваш особистий мовний наставник (коуч)
Ірина Савченко.*

P.s. Цей рік точно буде особливим. Щоб мозок не злякався нового і не почав Вас рятувати, я подумала про додаткову підтримку. Приєднуйтеся до мого телеграм-каналу [@MyPersonalEnglishCoach](https://t.me/MyPersonalEnglishCoach) або сторінки у Facebook www.facebook.com/spanglishBC, де впродовж місяця Ви отримуватимете мої професійні поради, як заповнювати щотижневик. Через пів року отримаєте підказки, як аналізувати проміжні результати, а в кінці року разом підсумуємо і перейдемо у новий рік розумнішими, задоволенішими, щасливішими.



**A journey of a thousand miles
must begin with a single step.**

Колесо життєвого балансу



Мал. 1

Перед Вами – колесо життєвого балансу, що допоможе зрозуміти, з яких сфер складається Ваше життя і що Ви хочете змінити. На Мал. 1 приклад, на Мал. 2 Ви відтворите своє життя.

Мінімальна кількість сфер – 4, максимально рекомендують малювати 8 сфер, бо цього досить, щоб мати повноцінне життя. Однак якщо Вам хочеться більше, то малюйте більше – це ж Ваше життя! Ваше життя – Ваші правила :) Якими є ці сфери і як вони називаються – залежить лише від Вас. Ось підказки:

1. На Мал. 2 впишіть ті сфери, які хочете, щоб були у Вашому житті. Більшість із них, імовірно, вже є, деякі з них – нові, вони лише будуть створені.
2. Поставте кожній сфері оцінку від 0 до 10. Робіть це швидко, не задумуючись, інтуїтивно, це те, що у Вас є зараз. 0 – ця сфера станом на зараз відсутня, 5 – наявна на 50%, 10 – мегасупер, перевищує ваші очікування. Бали можуть бути як різними для всіх сфер (1, 8, 6, 7), так і повторюватися.
3. З'єднайте точки (бали) однією лінією.

Для чого Вам англійська мова?

- Знайти кращу роботу.
 - Для навчання.
 - Переглядати фільми, серіали, відеоблоги.
 - Читати в оригіналі: книжки, журнали, соцмережі, сайти (з рецептами, порадами для психологів / бухгалтерів тощо).
 - Подорожувати, подружитися з кимось, спілкуватися.
 - Свій варіант:
-
-
-

Від цілі залежить те, що найперше треба розвивати. Наприклад, якщо Ваша ціль читати новини в оригіналі, то Ваші першочергові сфери – читання, словниковий запас і граматики. Якщо ж метою є спілкуватися з друзями, то говоріння, слухання та словниковий запас.

Мої першочергові сфери:

На наступних сторінках дослідіть кожну першочергову сферу.

Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>

СФЕРА 1:

 Труднощі:

 Бажаний результат:

Як досягти результату:

Крок 1

Крок 2

Крок 3

Крок 4

Крок 5

Мова. Мовлення. Яка різниця?

Основне завдання щотижневика – допомогти Вам розвинути мовленнєві навички: говоріння, слухання, читання, письмо. Тому щомісяця будемо приділяти більше уваги одній із них, а говорінню і письму (*продуктивним навичкам*) – постійно.



“Як вивчити іноземну мову за 15 хв на день. Мова та мовлення.”



Додаткове завдання щотижневика – допомогти Вам виробити звичку практикувати англійську мову щотижня.



“Як подолати мовний бар'єр. Ч.1”



Поміркуйте і напишіть:

Для чого мені ця звичка? (*Загляньте у своє колесо життєвого балансу.*)



“Як подолати мовний бар'єр. Ч.2”

