

FIKA MED HANNAH



MIN SVENSKA

12-WEEK SWEDISH STUDY PLANNER

Planera. Öva. Prata.



NAMN:



STARTDATUM:

Min svenska idag

Låt oss börja här. Du är på väg! ♥



1 Min nivå idag

Markera den nivå som passar dig bäst just nu.

A1

A2

B1

B2

C1

C2

2 Min mål-nivå

Vart vill du komma? Markera ditt mål.

A1

A2

B1

B2

C1

C2

3 Varför lär jag mig svenska?

Skriv dina anledningar. Stora eller små – allt räknas.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



4 Det här vill jag förbättra

Vad är viktigast för dig just nu?

- ☐  Tala
- ☐  Lyssna
- ☐  Ordförråd
- ☐  Grammatik
- ☐  Läsa
- ☐  Skriva
- ☐  Uttal



5 Hur mycket tid kan jag lägga varje vecka?

Ungefär hur många timmar i veckan kan du avsätta för svenska?



timmar per vecka



6 Mitt mål efter 12 veckor

Vad vill du kunna, förstå eller känna när 12 veckor har gått?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



★ Inte säker på din nivå?

Gör Fika med Hannahs svenska nivåtest!



Det tar bara några minuter och hjälper dig att hitta rätt nivå.



Du klarar det!



Mina mål

Drömmar + plan = framsteg



Varför är svenska viktigt för mig?

Skriv dina anledningar och drömmar.



Vad vill jag kunna om 12 veckor?

Tänk på vardagen, jobbet, studier, resor och livet.

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____



Mina konkreta mål

Välj 1-2 mål som är speciellt viktiga för mig.

MÅL 1



MÅL 2



Min studie-rutin

När, hur och var ska jag plugga?



När? _____



Hur ofta? _____



Var? _____



Hur länge? _____



Hur? _____



Det som hjälper mig att hålla mig igång

Vad motiverar mig? Vad kan göra det svårt?

Det som motiverar mig



Det som kan vara svårt



Så här kan jag lösa det:



Små steg
varje dag
ger stora
resultat!



Min belöning

När jag når mitt mål ska jag belöna mig med:



Jag väljer att...

- ♥ Göra mitt bästa
- ♥ Vara snäll mot mig själv
- ♥ Fira mina framsteg
- ♥ Aldrig ge upp!



12 veckor med svenska

Din resa. Steg för steg. ♥



Så här funkar det ♥

Varje vecka har ett fokus och ett mål.

Du planerar, övar, använder svenska i vardagen och ser dina framsteg växa.

Lite svenska
varje dag gör
stor skillnad!



Tala



Lyssna



Läsa



Skriva



Ordförråd



Grammatik

VECKA	FOKUS	MITT MÅL FÖR VECKAN	ÖVA PÅ	CHECKA AV ✓
1	Kom igång		♥	☐
2	Vardag & rutin		♥	☐
3	Presentera mig		♥	☐
4	Mat & café		♥	☐
5	Hem & familj		♥	☐
6	Jobb & skola		♥	☐
7	Fritid & intressen		♥	☐
8	Resa & transport		♥	☐
9	Kommunikation		♥	☐
10	Åsikter & känslor		♥	☐
11	Framtid & planer		♥	☐
12	Sammanfatta & fira!		♥	☐

Tips för din resa

- ♥ Planera din vecka på söndag.
- ♥ Använd svenska varje dag, även lite!
- ♥ Skriv ner nya ord och repetera ofta.
- ♥ Väga prata – det är så vi lär oss!



Min belöning efter 12 veckor

När jag har klarat mina 12 veckor
ska jag belöna mig med:

.....
.....



DU KAN KLARA DET! ♥



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:



Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥



Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär ____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:



Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥



Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....

Mina nya ord

Nya ord idag – bättre svenska imorgon! ♥



TIPS!

Skriv orden, använd dem i meningar och repetera ofta.
Då stannar de kvar i minnet! ♥

♥ Nytt ord

★ Repetera

★ Kan ordet!

NR. ♥	SVENSKA ORDET	BETYDELSE	EXEMPEL I EN MENING	REPETERA		
				1 dag	3 dagar	1 vecka
1				♥	★	★
2				♥	★	★
3				♥	★	★
4				♥	★	★
5				♥	★	★
6				♥	★	★
7				♥	★	★
8				♥	★	★
9				♥	★	★
10				♥	★	★

SNABB CHECK

Hur många av dessa ord kan du utan att titta?

- ☐ 0–3 Fortsätt öva!
☐ 4–6 Bra jobbat!
☐ 7–8 Väldigt bra!
☐ 9–10 Fantastiskt!

ORD JAG VILL REPETERA MER ♥

- ♥
 ♥
 ♥
 ♥
 ♥

Små steg
varje dag
ger stora
resultat! ♥

Du klarar det! Fortsätt framåt! ♥

Ord jag vill repetera

De svåra orden blir enklare med repetition



Varför repetera?

När vi lär oss nya ord glömmar vi bort dem om vi inte repeterar. Den här sidan hjälper dig att hålla kvar dem i minnet!

TIPS!

Repetera lite och ofta – hellre 5 minuter varje dag än mycket en gång i veckan.

NR. ★	SVENSKA ORDET ♥	BETYDELSE 📖	EXEMPEL I EN MENING	REPETERA				
				1 dag	3 dagar	1 vecka	2 veckor	1 månad
1.				♥	♥	♥	♥	♥
2.				♥	♥	♥	♥	♥
3.				♥	♥	♥	♥	♥
4.				♥	♥	♥	♥	♥
5.				♥	♥	♥	♥	♥
6.				♥	♥	♥	♥	♥
7.				♥	♥	♥	♥	♥
8.				♥	♥	♥	♥	♥
9.				♥	♥	♥	♥	♥
10.				♥	♥	♥	♥	♥

SÅ HÄR KAN JAG REPETERA

- ♥ Skriv ordet flera gånger
- ♥ Gör egna meningar
- ♥ Använd ordet i en konversation
- ♥ Lyssna efter ordet i en podd / video
- ♥ Gör flashcards
- ♥ Översätt till och från svenska

MINA SVÅRA ORD

Vilka ord känns svårast för dig just nu?

1.
2.
3.

FRAMSTEG! ★

Jag blir bättre för varje dag som jag övar.



SNABB CHECK

Har du repeterat dina ord den här veckan?

- ☐ Ja, varje dag!
 ☐ Några gånger
 ☐ Inte än, men ska börja!



Kom ihåg:

Repetition är nyckeln till flytande svenska! ★
Du klarar det! ♥

Min utveckling

Se tillbaka. Fira framsteg. Fortsätt framåt. ♥

Hur känns det att ha kommit hit? ♥

Vad har du lärt dig om svenska – och om dig själv?

.....

.....

.....

.....



Mina vinster ♥

Vad är du stolt över? Vad har gått bra?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



Mina utmaningar ♥

Vad har varit svårt? Vad vill du bli bättre på?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



Det som har hjälpt mig mest

Saker, rutiner eller resurser som har gjort skillnad.

- ♥
- ♥
- ♥
- ♥



Från och med nu... ♥

Vad vill jag fortsätta med?

Vad vill jag ändra på?

.....

.....

Du växer
för varje ord
du lär dig!

Mitt löfte till mig själv ♥

Jag lovar att fortsätta min resa med svenska.

Jag väljer att...

.....

.....

.....



Hur skulle jag
betygsätta mig själv? ★

Sätt en stjärna!



Bra jobbat! ♥

♥ Var stolt över dig själv – du gör ett fantastiskt jobb! ♥



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:



Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥



Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär ____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:



Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥



Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....

Mina nya ord

Nya ord idag – bättre svenska imorgon! ♥



TIPS!

Skriv orden, använd dem i meningar och repetera ofta.
Då stannar de kvar i minnet! ♥

♥ Nytt ord

★ Repetera

★ Kan ordet!

NR. ♥	SVENSKA ORDET	BETYDELSE	EXEMPEL I EN MENING	REPETERA		
				1 dag	3 dagar	1 vecka
1				♥	★	★
2				♥	★	★
3				♥	★	★
4				♥	★	★
5				♥	★	★
6				♥	★	★
7				♥	★	★
8				♥	★	★
9				♥	★	★
10				♥	★	★

SNABB CHECK

Hur många av dessa ord kan du utan att titta?

- ☐ 0–3 Fortsätt öva!
☐ 4–6 Bra jobbat!
☐ 7–8 Väldigt bra!
☐ 9–10 Fantastiskt!

ORD JAG VILL REPETERA MER ♥

- ♥
 ♥
 ♥
 ♥
 ♥

Små steg
varje dag
ger stora
resultat! ♥

Du klarar det! Fortsätt framåt! ♥

Ord jag vill repetera

De svåra orden blir enklare med repetition



Varför repetera?

När vi lär oss nya ord glömmar vi bort dem om vi inte repeterar. Den här sidan hjälper dig att hålla kvar dem i minnet!

TIPS!

Repetera lite och ofta – hellre 5 minuter varje dag än mycket en gång i veckan.

NR. ★	SVENSKA ORDET ♥	BETYDELSE 📖	EXEMPEL I EN MENING	REPETERA				
				1 dag	3 dagar	1 vecka	2 veckor	1 månad
1.				♥	♥	♥	♥	♥
2.				♥	♥	♥	♥	♥
3.				♥	♥	♥	♥	♥
4.				♥	♥	♥	♥	♥
5.				♥	♥	♥	♥	♥
6.				♥	♥	♥	♥	♥
7.				♥	♥	♥	♥	♥
8.				♥	♥	♥	♥	♥
9.				♥	♥	♥	♥	♥
10.				♥	♥	♥	♥	♥

SÅ HÄR KAN JAG REPETERA

- ♥ Skriv ordet flera gånger
- ♥ Gör egna meningar
- ♥ Använd ordet i en konversation
- ♥ Lyssna efter ordet i en podd / video
- ♥ Gör flashcards
- ♥ Översätt till och från svenska

MINA SVÅRA ORD

Vilka ord känns svårast för dig just nu?

- 1
- 2
- 3

FRAMSTEG! ★

Jag blir bättre för varje dag som jag övar.



SNABB CHECK

Har du repeterat dina ord den här veckan?

- ☐ Ja, varje dag!
 ☐ Några gånger
 ☐ Inte än, men ska börja!



Kom ihåg:

Repetition är nyckeln till flytande svenska! ★
Du klarar det! ♥



Min utveckling

Se tillbaka. Fira framsteg. Fortsätt framåt. ♥

Hur känns det att ha kommit hit? ♥

Vad har du lärt dig om svenska – och om dig själv?

.....

.....

.....

.....



Mina vinster ♥

Vad är du stolt över? Vad har gått bra?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



Mina utmaningar ♥

Vad har varit svårt? Vad vill du bli bättre på?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



Det som har hjälpt mig mest

Saker, rutiner eller resurser som har gjort skillnad.

- ♥
- ♥
- ♥
- ♥



Från och med nu... ♥

Vad vill jag fortsätta med?

Vad vill jag ändra på?

.....

.....

Du växer
för varje ord
du lär dig!

Mitt löfte till mig själv ♥

Jag lovar att fortsätta min resa med svenska.

Jag väljer att...

.....

.....

.....



Hur skulle jag
betygsätta mig själv? ★

Sätt en stjärna!



Bra jobbat! ♥

♥ Var stolt över dig själv – du gör ett fantastiskt jobb! ♥



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär ____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

*Lite svenska varje dag gör skillnad.* ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär _____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:

Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥

Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....



Veckans plan



DATUM _____ - _____



Mitt mål den här veckan

Vad vill du kunna bättre när veckan är slut?



ORD & UTTRYCK

Tema: _____

Jag vill lära mig ungefär ____ nya ord.



GRAMMATIK

Det här vill jag öva på:



LYSSNA

Jag ska lyssna på:



TALA

Det här vill jag kunna pratta om:



LÄSA

Jag ska läsa:



SKRIVA

Jag ska skriva:



Veckans svenska utmaning

Använd svenska utanför studietiden.

Beställ något
på svenskaPrata svenska
med någonFråga något
på svenska

Min egen utmaning:



Lite svenska varje dag gör skillnad. ♥



Min svenskavecka

Fyll i en cirkel varje dag du gör något på svenska.

	MÅN ♥	TIS 🌸	ONS ★	TOR 🌿	FRE ♥	LÖR ★	SÖN 🌸
 Ord (ord & uttryck)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lyssna (podcast, video, musik, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tala (samtal, övning, självprat, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Läsa (texter, artiklar, böcker, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Skriva (dagbok, övningar, meddelanden, m.m.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐



Jag studerade:

..... minuter



Veckans bästa framsteg

.....
.....



Nya ord denna vecka:

.....



Det här vill jag öva mer på

.....
.....



Humör denna vecka:



Nästa veckas fokus

Något jag vill fortsätta eller göra annorlunda.

.....
.....

Mina nya ord

Nya ord idag – bättre svenska imorgon! ♥



TIPS!

Skriv orden, använd dem i meningar och repetera ofta.
Då stannar de kvar i minnet! ♥

♥ Nytt ord

★ Repetera

★ Kan ordet!

NR. ♥	SVENSKA ORDET	BETYDELSE	EXEMPEL I EN MENING	REPETERA		
				1 dag	3 dagar	1 vecka
1				♥	★	★
2				♥	★	★
3				♥	★	★
4				♥	★	★
5				♥	★	★
6				♥	★	★
7				♥	★	★
8				♥	★	★
9				♥	★	★
10				♥	★	★

SNABB CHECK

Hur många av dessa ord kan du utan att titta?

- ☐ 0-3 Fortsätt öva!
☐ 4-6 Bra jobbat!
☐ 7-8 Väldigt bra!
☐ 9-10 Fantastiskt!

ORD JAG VILL REPETERA MER ♥

- ♥
 ♥
 ♥
 ♥
 ♥

Små steg
varje dag
ger stora
resultat! ♥

Du klarar det! Fortsätt framåt! ♥

Ord jag vill repetera

De svåra orden blir enklare med repetition



Varför repetera?

När vi lär oss nya ord glömmar vi bort dem om vi inte repeterar. Den här sidan hjälper dig att hålla kvar dem i minnet!

TIPS!

Repetera lite och ofta – hellre 5 minuter varje dag än mycket en gång i veckan.

NR. ★	SVENSKA ORDET ♥	BETYDELSE 📖	EXEMPEL I EN MENING	REPETERA				
				1 dag	3 dagar	1 vecka	2 veckor	1 månad
1.				♥	♥	♥	♥	♥
2.				♥	♥	♥	♥	♥
3.				♥	♥	♥	♥	♥
4.				♥	♥	♥	♥	♥
5.				♥	♥	♥	♥	♥
6.				♥	♥	♥	♥	♥
7.				♥	♥	♥	♥	♥
8.				♥	♥	♥	♥	♥
9.				♥	♥	♥	♥	♥
10.				♥	♥	♥	♥	♥

SÅ HÄR KAN JAG REPETERA

- ♥ Skriv ordet flera gånger
- ♥ Gör egna meningar
- ♥ Använd ordet i en konversation
- ♥ Lyssna efter ordet i en podd / video
- ♥ Gör flashcards
- ♥ Översätt till och från svenska

MINA SVÅRA ORD

Vilka ord känns svårast för dig just nu?

1.
2.
3.

FRAMSTEG! ★

Jag blir bättre för varje dag som jag övar.



SNABB CHECK

Har du repeterat dina ord den här veckan?

- ☐ Ja, varje dag!
 ☐ Några gånger
 ☐ Inte än, men ska börja!



Kom ihåg:

Repetition är nyckeln till flytande svenska! ★
Du klarar det! ♥





Min reflektion & framsteg

Se tillbaka. Fira framsteg. Lär och förbättra.



★ Vad har gått bra?

Jag är stolt över att...

.....

.....

.....

.....



♥ Vad har varit svårt?

Detta har jag kämpat med...

.....

.....

.....

.....



Saker jag har lärt mig

Nya insikter och upptäckter:

1

2

3

4

5

🚩 Hur känner jag att min svenska har utvecklats?

Färglägg rutorna och se din utveckling!

	VECKA 1	VECKA 2	VECKA 3	VECKA 4	VECKA 5	VECKA 6	VECKA 7	VECKA 8	VECKA 9	VECKA 10	VECKA 12
Samtala	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Lyssna	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Läsa	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Skriva	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Ordförråd	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
Säkerhet & självförtroende	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

Små steg
varje dag
ger stora
resultat!



💡 Vad kan jag förbättra?

Det här vill jag bli bättre på:

1

2

3



🚩 Min plan framåt

Så här ska jag fortsätta utvecklas:

♥ Jag ska

♥ Jag ska

♥ Jag ska

♥ Jag ska

♥ Jag ska



Min belöning

När jag når mina mål
ska jag belöna mig med:

.....

.....

.....



Du gör
detta för
din framtid!

Ett brev till mig själv i framtiden

Skriv några snälla ord till dig själv som du kan läsa när du behöver pepp!

.....

.....

.....



Tack för allt du lägger ner. Du växer varje dag! Fortsätt framåt!

Min summering

Stanna upp. Se hur långt du har kommit. Fira dig! ♥

♥ Hur långt har jag kommit?

Tänk tillbaka på de senaste veckorna.

Vad är jag mest stolt över?

.....

.....

.....

Vad har jag lärt mig som jag inte kunde förut?

.....

.....

.....

★ Mina bästa stunder

Vilka ögonblick har varit roliga, motiverande eller speciella?

.....

.....

.....

🌿 Det här har jag lärt mig

Saker, ord, fraser eller insikter som har fastnat.

1
2
3
4
5

💙 Så här ser jag på mig själv nu

Hur känns det jämfört med när jag började?

	Mycket bättre	Lite bättre	Ungefär likadant	Lite sämre	Mycket sämre
Förståelse	♥	♥	♥	♥	♥
Tala	♥	♥	♥	♥	♥
Läsa	♥	♥	♥	♥	♥
Skriva	♥	♥	♥	♥	♥
Självförtroende	♥	♥	♥	♥	♥

🌸 Utmaningar & framgångar

Vad har varit utmanande? Vad har gått bättre än väntat?

Det som varit svårt

♥

♥

♥

Det som gått bra

♥

♥

♥

🚩 Min plan framåt

Det här vill jag fortsätta göra – och utveckla.

♥ Jag vill fortsätta med

♥ Jag vill fortsätta med

♥ Jag vill fortsätta med

💛 Ett ord som beskriver min resa

Om jag sammanfattar den här perioden med ett ord, vilket ord väljer jag?

.....



Jag förtjänar att fira!

Vad ska jag göra för att fira mig själv och allt jag har åstadkommit?

.....

.....



Mina noter ♥

.....

.....

Kom ihåg: Varje litet steg räknas. Du är på väg mot dina drömmar!
Fortsätt, du är fantastisk! ♥

