



FICHE 1

FOURRE TOUT

TOUT : objectifs/actions/tâches ressources/techniques

- Appliquer méthode SMART
- Parler russe en 365 jours
- Début du défi 1er avril 2018
- Echéance 1er avril 2019
- Récompense échéance : voyage à Moscou
- Choisir des récompenses court terme
- Immersion russe à la maison (post-in, musique, repas)
- Objectif : atteindre le niveau C1
- Suivre la formation de Thomas Russie.fr
- Tester d'autres ressources : Assimil, applications
- Chercher autres ressources
- Trouver un partenaire de langue
- Parler seule à voix haute
- Penser en russe
- Annoncer publiquement mon nouveau défi
- Fixer des objectifs court termes : mensuel/hebdo
- Insister sur la prononciation
- Utiliser la technique enseignement pour mémoriser
- Acheter cahier dédié au russe + calepins
- Définir un créneau quotidien
- Croix sur calendrier chaque jour
- Méthode brosse à dents : mode automatique
- Avoir du fun : 1x par semaine (bd, série, musique)
- Relâcher la pression en cas de baisse de moral
- NE PAS ABANDONNER
- Faire le bilan de la semaine
- Planifier les actions de la semaine à venir
- Apprendre 5 à 10 mots par jour
- Trouver partenaire de motivation
- Se convaincre : je suis capable