



# FICHE 4

# ACTIONS

**Actions à appliquer pendant votre apprentissage**  
(-reprendre éléments restants de la fiche 1)

- Annoncer publiquement mon objectif
- Acheter cahier dédié au russe (pratique de l'écrit) + calepin pour noter vocabulaire
- Acheter calendrier
- Faire une croix chaque jour d'étude sur le calendrier
- Définir un créneau quotidien : ex : 30 min tous les matins
- Fixer des objectifs court-termes
- Choisir récompenses pour les objectifs atteints à court-terme : ex: massage, acheter un vêtement, courir, manger une gourmandise, faire une pause, regarder une série...
- Immersion linguistique à la maison : post-it, cuisiner plats locaux, écouter musiques russes...
- Faire le bilan des semaines
- Penser en russe
- Parler à haute voix (à soi-même)
- Insister sur prononciation
- Enseigner pour mémoriser
- Avoir du fun : 1x par semaine (série/musique..)
- Apprendre 5 à 10 mots par jour
- Trouver un partenaire de motivation
- **SE REPETER CHAQUE JOUR :**  
je suis capable et j'y arriverai !

A VOTRE SUCCÈS ;) )

ps : vous pouvez maintenant jeter votre fiche 1, MAIS accrocher au mur la fiche 2 -objectifs, 3- ressources et 4- actions