

[illegible]

Prénom :

La langue que j'apprends :

Premier jour :

Réviser à J+1, J+7 et J+30

Ce que l'on sait. On oublie vite une grande partie de ce que l'on vient d'apprendre. Les études montrent que l'on retient mieux en répartissant ses révisions dans le temps qu'en les regroupant, et que se tester de mémoire aide plus que relire.

La méthode. Le jour où vous apprenez un mot, c'est J0. Testez-vous ensuite à J+1, J+7 et J+30, c'est-à-dire 1, 7 et 30 jours plus tard. Se tester, c'est cacher le sens (ou le mot) et essayer de le retrouver avant de vérifier.

Ces jours sont un repère pratique, pas une loi. Si vous manquez un jour, faites le test le lendemain : le principe reste le même. Les mots que vous retrouvez facilement peuvent rester là ; ceux qui résistent reviennent dans la colonne « Mots à revoir encore ».

Exemple : un mot appris au jour 10 se revoit aux jours 11, 17 et 40. L'agenda de révision écrit ces jours pour vous.

Mon premier mot du carnet : _____ Son J0 : _____

Comment je me teste (cacher le sens, dire à voix haute, écrire...)

Semaine 1 : jours 1 à 7

Une page par semaine, du jour 1 au jour 90 : la durée, ce que vous avez fait, vos mots et votre ressenti.

Le ressenti va de 1 (pénible) à 5 (agréable) : ce n'est pas une note. Laissez vide un jour de pause.

Du _____ au _____ Mon objectif de la semaine : _____

Séances de la semaine : barrez un jour quand vous avez fait une séance

☐ Jour 1
 ☐ Jour 2
 ☐ Jour 3
 ☐ Jour 4
 ☐ Jour 5
 ☐ Jour 6
 ☐ Jour 7

Jour	Minutes	Ce que j'ai fait	Mots et phrases notés	Ressenti
Jour 1				
Jour 2				
Jour 3				
Jour 4				
Jour 5				
Jour 6				
Jour 7				

Ce qui était facile ou agréable

Ce qui était difficile, et ce que je change la semaine prochaine

Carnet de mots (1)

Les mots et expressions que vous voulez retenir, avec une phrase d'exemple et trois cases de révision.

Écrivez le mot dans la langue que vous apprenez, comme vous l'écrivez. Le jour n° est celui où vous l'avez appris (J0). Cochez chaque test réalisé.

Mot ou expression	Sens, dans ma langue	Phrase d'exemple	Jour n°	J+1	J+7	J+30
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐

Exemple de carnet de mots

Un exemple fictif pour voir comment une page se remplit. Vos mots, votre langue et votre écriture seront les vôtres.

Exemple fictif, non officiel, à titre d'illustration : des mots de la vie courante dans quatre langues différentes. Votre carnet contiendra seulement la langue que vous apprenez.

Mot ou expression library	Sens, dans ma langue bibliothèque	Jour n° 3	☒ J+1 ☒ J+7
Phrase d'exemple « I borrow a book at the library. »			
Mot ou expression شكرا	Sens, dans ma langue merci	Jour n° 5	☒ J+1
Phrase d'exemple « شكرا على مساعدتك. »			
Mot ou expression 你好	Sens, dans ma langue bonjour	Jour n° 8	☒ J+1
Phrase d'exemple « 你好，很高兴认识你。 »			
Mot ou expression agua	Sens, dans ma langue eau	Jour n° 12	
Phrase d'exemple « Quiero un vaso de agua. »			

Les quatre premières lignes montrent des mots de quatre langues différentes : l'anglais, l'arabe, le chinois et l'espagnol. Dans votre journal, une même page contient une seule langue, celle que vous apprenez.

Chaque ligne se remplit de la même façon : le mot, son sens dans votre langue, une phrase entière qui le contient, le jour où vous l'avez appris, puis une case cochée à chaque test.

Mon premier mot : _____ Ma première phrase : _____

electronarium

Mon journal de langue — 90 jours
d'apprentissage et de vocabulaire, pour
toute langue (PDF à imprimer)

**Version complète sur
electronarium.com**

Cet extrait montre 5 pages sur 46.

Le fichier complet est livré en téléchargement
immédiat après l'achat.