



LA FORMULA

PARA SACARLE PROVECHO

¡A ESTE CURSO!

www.inglespamigente.store

UNA SOLA REGLA:

¡TERMÍNALO!

Comprométete a ver desde la clase 1 hasta la clase 12, TODAS. Ya que trabajan en conjunto, así verás un avance y diferencia, si las ves todas de la 1-12.

EXTRA TIPS

1

Intenta ver **UNA A LA SEMANA** y hacer cada tarea semanalmente. Elige un día y una hora y un lugar y comprométete a esa cita cada semana.

2

Si en algún momento pasa algo en tu vida y te quedas a mitad de curso, ¡RETOMA!
¡RESUCÍTALO!

Vuelve a ver la última clase que recuerdas haber visto y empieza de nuevo. No pasa nada si rompes la racha. Yo estaré aquí para ti hasta que llegues a la clase 12.

3

Aprovecha mi acompañamiento en WhatsApp para enviarme tus dudas y preguntas sobre cada clase que veas .

4

Si un tema no te entra muy bien, repite la clase varias veces.

5

Intenta ver las clases en las horas donde nuestro cerebro está más receptivo: Recien levantado o justo antes de acostarte.

6

Mira las clases en un lugar de estudio (no la cama) e intenta que sea un lugar limpio y ordenado, ya que esto también influye en la retención y el entendimiento:

Un estudio publicado en la revista Journal of Neuroscience mostró que el desorden afecta el córtex prefrontal, que es el área del cerebro involucrada en la toma de decisiones y la regulación de la atención. Esto significa que un entorno desordenado puede disminuir la capacidad para mantener la concentración.