



**7 HÁBITOS
INDISPENSABLES
EN LA VIDA DE UN
NIÑO/A**

FABIAN PIQUER BARBERA

7 HÁBITOS

LECTURA 20' MIN

Una persona que quiere lograr cualquier cosa debe aprender como lograrlo y la forma mas fácil y rápida es la LECTURA.

01

02

DEPORTE 10' MIN

No solo debes ejercitar la mente también debemos ejercitar el cuerpo, para estar fuerte y ágiles el resto de nuestra vida.

DEBERES 30' MIN

Cuando en el colegio te dan unas tareas y no las cumples obviamente tendrás malas notas y para que tener malas notas pudiendo dedicarle todos los días 30 Minutos y sacar muy buenas notas.

03

04

TUS METAS 5'MIN

Todos los días de tu vida tienes que dedicarle 5 minutos a cerrar los ojos y imaginar tus metas logradas como si ya tuvieras esa meta ese sueño logrado.

DIVERTIRSE

De que sirve leer aprender hacer deporte mejorar si después no tenemos tiempo para disfrutar PUES NO SIRVE PARA NADA, así que permítete todos los días divertirte.

05

06

AFIRMACIONES POSITIVAS

Todos los días decirte 10 15 frases positivas y que te motiven. EJ: Yo pudeo con todo, Yo soy capaz, Yo hoy voy a ser feliz...

OBJETIVOS DEL DÍA

Qué es lo que quieres lograr HOY. EJ: Hoy voy a hacer 10 ejercicios de Mates, hoy voy a salir a correr, hoy voy a leer 10 paginas TUS OBJETIVOS DE HOY.

07

CORREO ELECTRÓNICO DE SOPORTE:

hola@fabianpiquer.com

PAGINA WEB:

<https://fabianpiquer.com>