

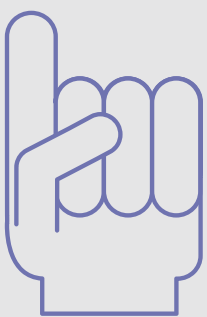


6 IDEAS PARA HACER TUS REVISIONES DIARIAS

1

Bloque 1. Módulo 4. Revisar HAZ VARIAS REVISIONES CADA DÍA

Como mínimo, dos al día. Una al principio de tu jornada, antes o después del desayuno y otra al final, antes de cenar como tarde. La primera te ayudará a saber todo lo que has de hacer; la última a saber lo que queda pendiente y reubicarlo.



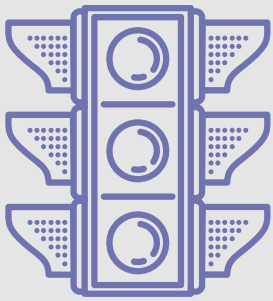
2

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE?

Concreta lo que sea lo más importante, eso no va a poder aplazarse y lo tendrás que hacer hoy. Prepárate para hacerlo de la mejor manera posible. Es tu final de la Champions del día.



Haz clic sobre la imagen para ver el vídeo



3

MARCA LO QUE HAS HECHO

Marca también lo que no has hecho, pero NO TACHES. Para tu revisión semanal necesitarás ver claramente. Te aconsejo una X al lado para lo que sí has hecho y un NO en un círculo para lo que quedará para otro día.



4

¿HAS DEJADO ESPACIO PARA IMPREVISTOS?

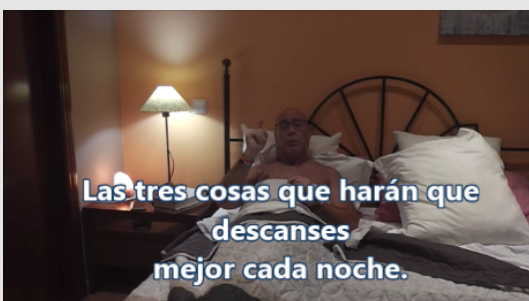
Los imprevistos son el peligro y el tiempo reservado para resolverlos es tu casco de seguridad. Asegúrate de que al empezar el día hay algún tiempo para eso o algunas cosas poco importantes que podrían saltar de día si fuera necesario.



5

¿ESTÁS CALCULANDO BIEN?

Calcular el tiempo que te lleva hacer lo que has de hacer te ayudará a hacerlo cada vez mejor, así que cada día puedes entrenarte reflexionando sobre si lo que haces cada día lo estás haciendo en el tiempo previsto.



6

NUNCA ANTES DE DORMIR

Es muy importante que NUNCA hagas tu última revisión antes de acostarte. Eso hará que descanses peor porque tu mente se pondrá en marcha a planificar y pensar sobre tu día siguiente.



Haz clic sobre la imagen para ver el vídeo con lo que puedes hacer para descansar mejor