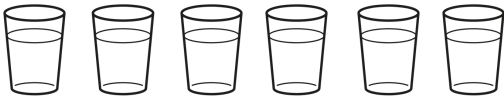


CHECK LIST DE PRODUCTIVIDAD DIARIA

REPETIR 3 VECES AL DESPERTAR:

"Creo que algo maravilloso va a ocurrirme hoy".

Vasos de Agua



Pasos

Páginas leídas

PRIORIDADES DEL DÍA

- TOMÉ 6 VASOS DEL AGUA EN EL DÍA? _____
- CAMINÉ AL MENOS 10 MIL PASOS? _____
- LEÍ MINIMO 10 PAGINAS DE UN LIBRO HOY? _____
- HICE AL MENOS 20 MIN. DE EJERCICIOS? _____
- _____
- _____

Puntaje

Qué hice bien hoy?

Qué pude hacer mejor?

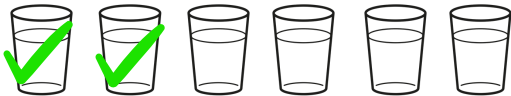
EJEMPLO!

CHECK LIST DE PRODUCTIVIDAD DIARIA

REPETIR 3 VECES AL DESPERTAR:

"Creo que algo maravilloso va a ocurrirme hoy".

Vasos de Agua



Pasos

12220

Páginas leídas

20

EJEMPLO!

PRIORIDADES DEL DÍA

- TOMÉ 6 VASOS DEL AGUA EN EL DÍA?
- CAMINÉ AL MENOS 10 MIL PASOS?
- LEÍ MINIMO 10 PAGINAS DE UN LIBRO HOY?
- HICE AL MENOS 20 MIN. DE EJERCICIOS?
- ESTUDIE MARKETING 1 HORA
- TOMAR NOTAS DE MIS LECTURAS

Puntaje

4/6

EJEMPLO!

Qué hice bien hoy?

- MIRE MUY POCO EL CELULAR
- ESTOY EMPEZANDO A TOMAR MEJORES APUNTES

Qué pude hacer mejor?

- ESTUDIAR LO QUE ME COMPROMETI A ESTUDIAR
- PONER RECORDATORIOS PARA NO OLVIDARME DE TOMAR AGUA!