




# Speak Gym

BUILD YOUR MOUTH



# COME ALLENARSI



- **Accedi a Speak Gym:** scegli una Unit.
- **Scegli una frase e ascolta l'audio in lingua inglese**  **per almeno 3 volte**, questo servirà a creare familiarità.
- **Allenati a dire la frase.** Per ogni frase trovi sempre il numero di parole che la compongono. Prendi adesso delle matite o delle penne. Ognuna di esse rappresenterà una parola e sarà di aiuto per costruire la frase (vedremo in che modo nel video).





- **HELP:** puoi aiutarti **ascoltando la frase in italiano**  oppure, **facendo comparire la frase scritta in inglese**  RICORDA! La pronuncia non corrisponde alla parola scritta, quindi nascondi nuovamente la frase con il tasto .
- Impiega **3 minuti per ogni frase** e fai un allenamento complessivo di **15 minuti al giorno**.
- Al termine di ogni settimana fai un **ripasso di 30 minuti** di ciò che hai già fatto, sarà utile per migliorare la fisicità.