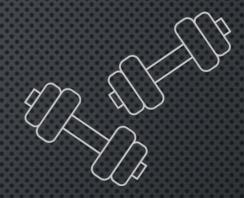
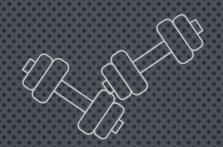


## COME ALLENARSI



- 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 popure, facendo comparire la frase scritta in inglese PRICORDA! 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.