

Forest APP

STUDENT

AJUTOR PENTRU CONCENTRARE

Descriere

Această resursă este un stimulent concentrat pe sarcini. Creează o pădure virtuală în care poți planta semințe și le poți crește doar atunci când nu folosești telefonul.

Acest instrument exploatează întărirea pozitivă pentru a încuraja neutilizarea telefonului în intervale de timp prestabilite.



Stay focused, be present



Preț: Gratuit

Această resursă poate fi utilă pentru studenții cu:

- Dificultăți legate de atenție
- Dificultăți legate de intervalul de timp de studiu



Gradul de accesibilitate

Resursa stimulează concentrarea asupra sarcinilor de lucru într-un mod satisfăcător din punct de vedere vizual.

Utilizare practică

Utilizați aplicația pentru a tachina studentul să nu folosească smartphone-ul în timpul orelor de lucru în schimbul unui premiu virtual. Această resursă încurajează concentrarea sarcinilor pentru perioade mai lungi de timp prin stabilirea unui interval de timp dorit și urmărește să-l extindă încet. Un mod de focalizare pe grup poate fi, de asemenea, setat pentru a asigura concentrarea grupului.

Deschideți Play Store sau App Store pentru a descărca aplicația.



DIGITALL

CUM SE UTILIZEAZĂ?

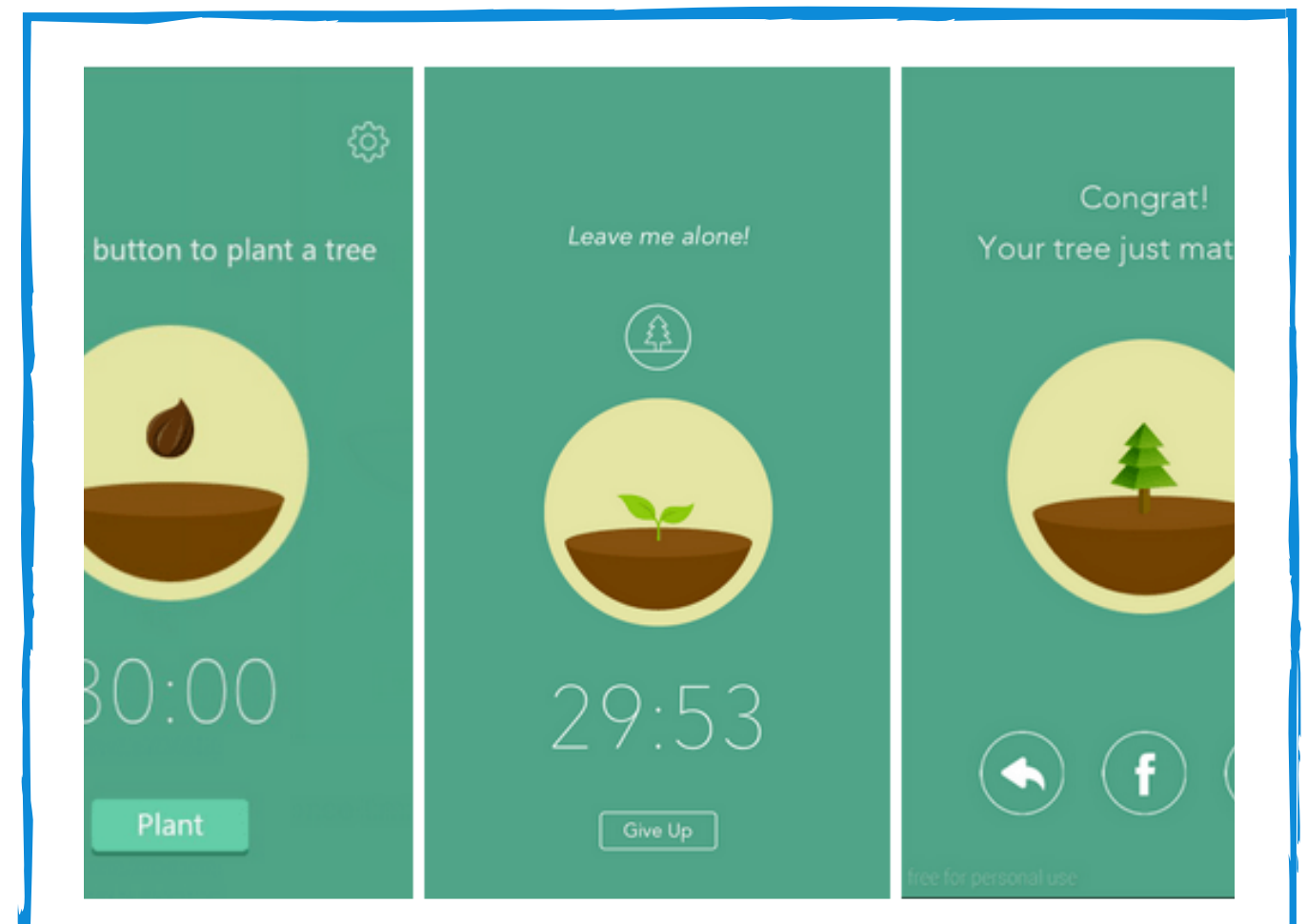


STUDENT

Plantați o sămânță, setați timpul dorit și concentrați-vă asupra sarcinilor dvs. în timp ce planta crește. Folosiți recompense simbol pentru a obține noi plante și pentru a vă crește pădurea virtuală personală.

Pasul 1.

Alegeți planta pe care doriți să o creșteți și setați timpul de așteptare dorit.



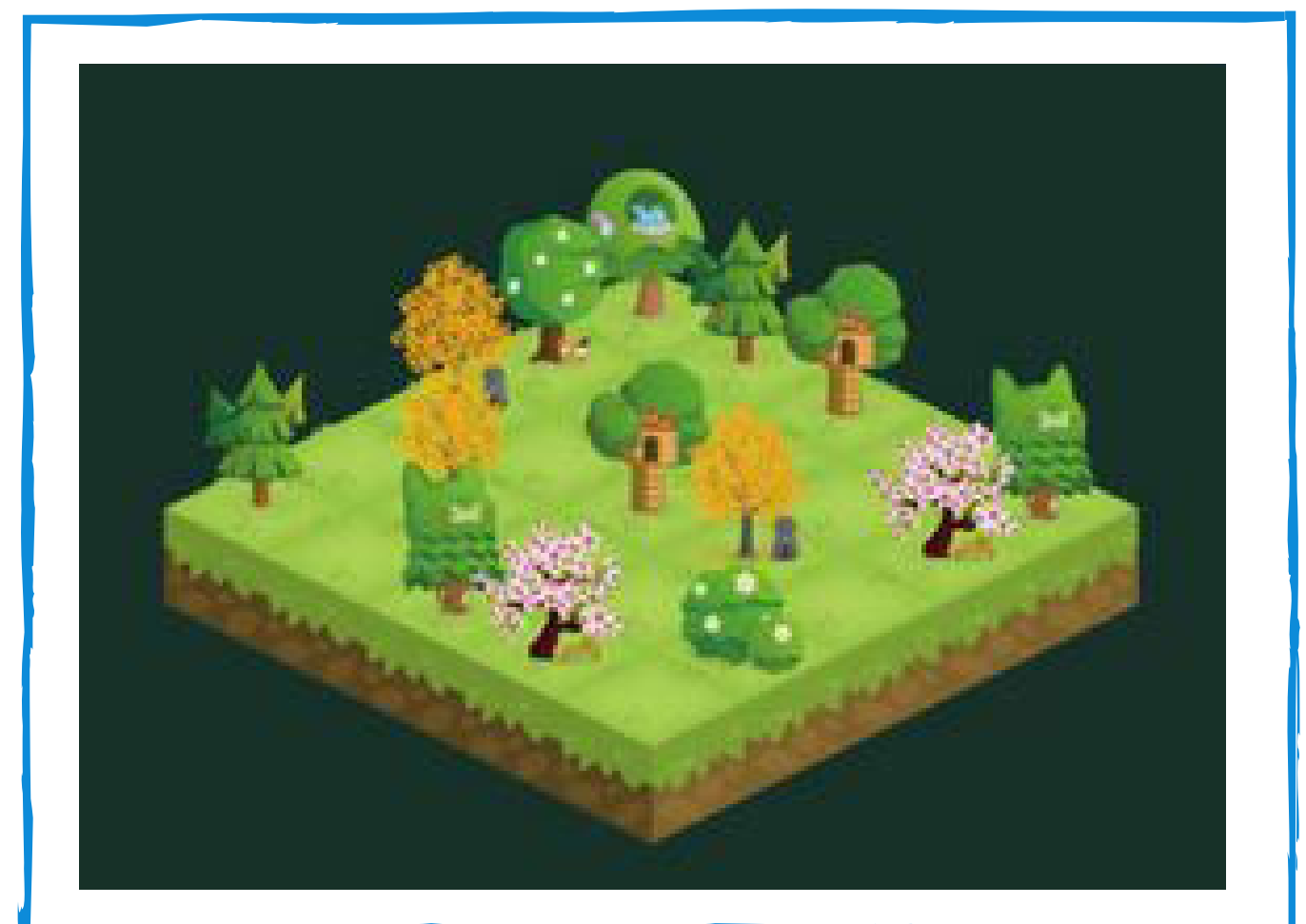
Pasul 2.

Utilizați jetoanele pe care le-ați câștigat pentru așteptare pentru a obține plante noi.



Pasul 3.

Plantați copacii crescuți într-o mică pădure virtuală. Analizați statisticile planului dvs. de focalizare.



Deschideți Play Store sau App Store pentru a descărca aplicația.