

SUPPORTO ALLA CONCENTRAZIONE

Descrizione

Questa risorsa è un incentivatore per concentrarsi sui compiti. Crea una foresta virtuale in cui è possibile piantare semi e farli crescere solo quando non si usa il telefono.

Questo strumento sfrutta il rinforzo positivo per incoraggiare il non utilizzo del telefono durante intervalli di tempo prestabiliti.



Stay focused, be present



Prezzo: Gratis

Questa risorsa può essere utile agli studenti con:

- Difficoltà legate all'attenzione
- Difficoltà legate al tempo di studio



Grado di accessibilità

La risorsa favorisce la concentrazione sui compiti di lavoro in un modo visivamente soddisfacente.

Utilizzo pratico

Utilizzare l'applicazione per invogliare lo studente a non usare lo smartphone durante il tempo di studio in cambio di un premio virtuale. Questa risorsa favorisce la concentrazione sul compito per periodi di tempo più lunghi, impostando un intervallo di tempo desiderato e mirando ad estenderlo lentamente. Una modalità di messa a fuoco di gruppo può anche essere impostata.



COME SI USA?

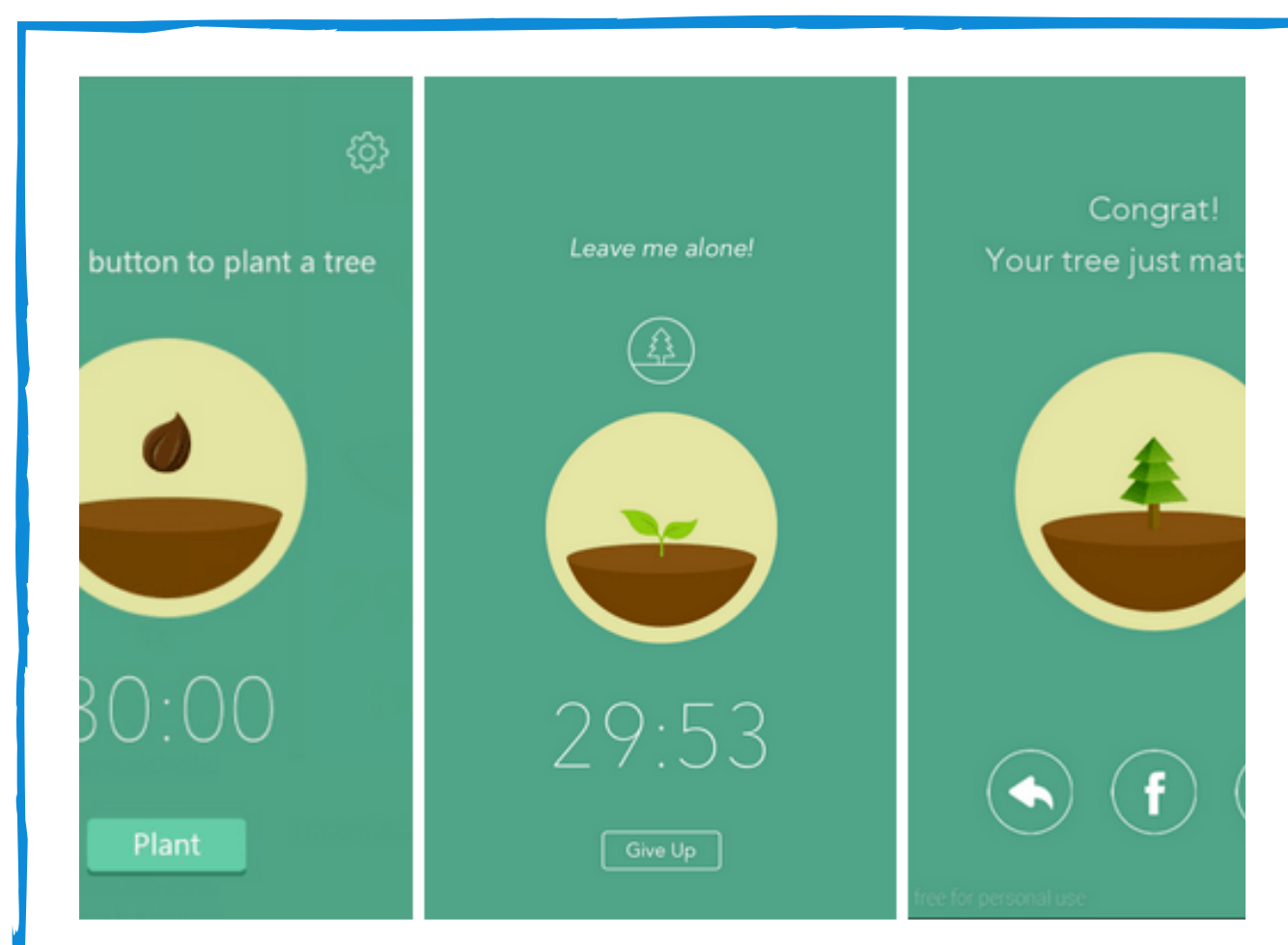


STUDENTE

Pianta un seme, imposta il tempo desiderato e concentrati sui tuoi compiti mentre la pianta cresce. Usa le ricompense in gettoni per ottenere nuove piante e far crescere la tua foresta virtuale personale.

Step 1.

Scegliete la pianta che volete coltivare e impostate il tempo di attesa desiderato.



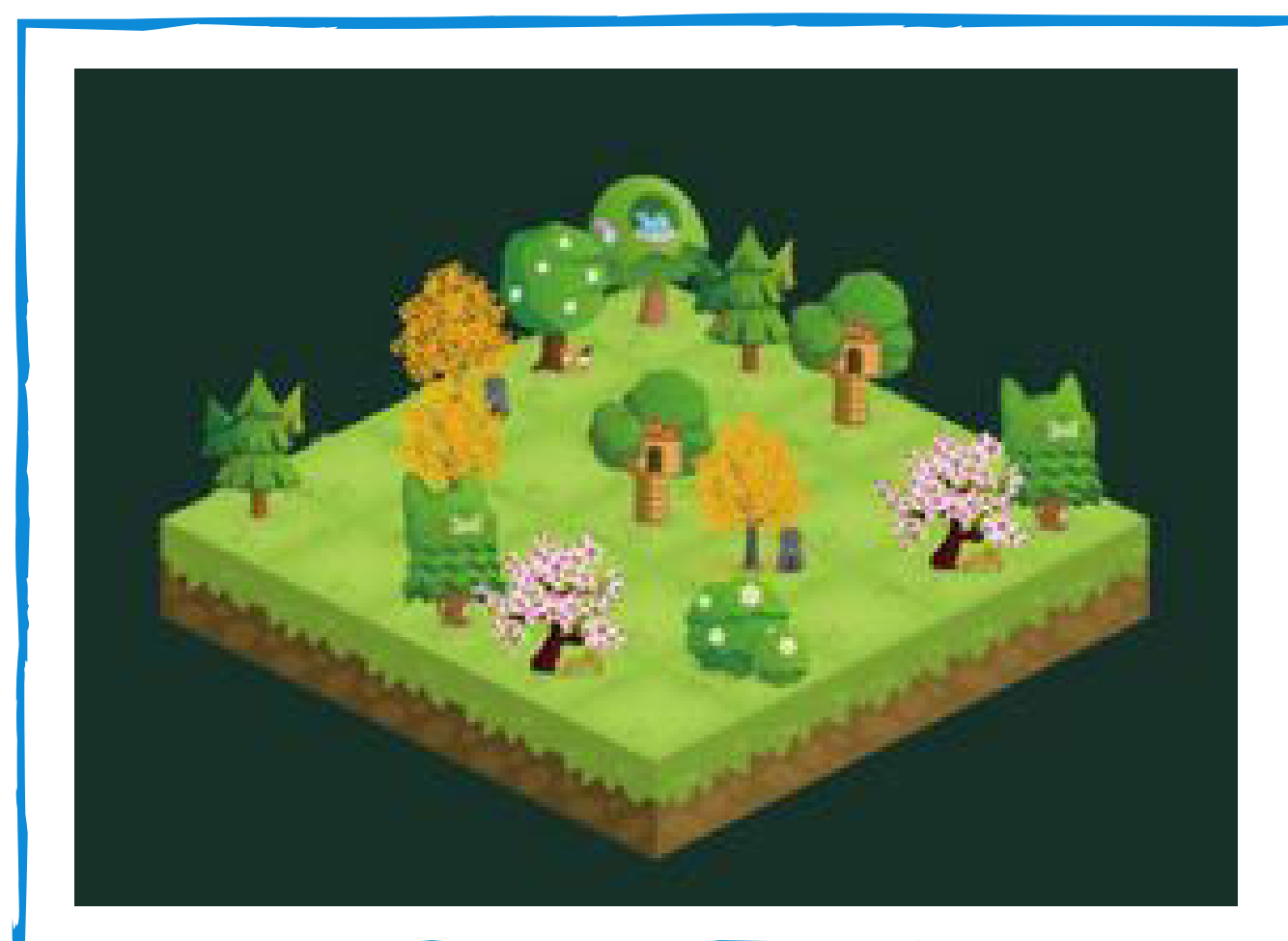
Step 2.

Usa i gettoni che hai guadagnato nell'attesa per ottenere nuove piante.



Step 3.

Pianta gli alberi cresciuti in una piccola foresta virtuale. Analizza le statistiche del tuo "focus plan".



[Aprire Play Store o App Store per scaricare l'app.](#)