

# PLANO POMODORO

Escreve cada tarefa na ordem que a pretendes realizar.

Se tiveres algum pensamento que te distraia, anota-o onde está escrito "PARA FAZER MAIS TARDE", para quando tiveres uma pausa ou quando o teu trabalho estiver concluído.

TAREFA A COMPLETAR	marcar quando concluída	Fizeste o trabalho necessário?	Quanto tempo demoraste?

## Protege o Pomodoro!

Compromete-te a tornar o teu tempo de trabalho eficiente e valioso para que possas aproveitar o tempo livre sabendo que o teu trabalho está concluído.

## A FAZER MAIS TARDE:

---

---

---

---

---

