番茄钟使用说明书

1. **番茄工作法简述**

番茄工作法是一种简单易行的时间管理方法。

使用番茄工作法时，使用者需要首先选择一个待完成的任务，将番茄时间设定为标准番茄时间，即25分钟，并在这段时间内尽力专注于正在进行的任务，避免其他事物的干扰，直至番茄钟计时结束的提示灯亮起，即可进行5分钟的休息，然后开始下一个标准番茄时间。

1. **番茄钟的功能**
2. 启动后为用户显示标准番茄时间和休息时间，即标准番茄时间25分钟，和休息时间5分钟。
3. 在番茄时间和休息时间均为用户提供倒计时的计时方式。
4. 当番茄时间计时结束后，计时结束指示灯1亮起，告知用户当前番茄时间计时结束，准备进入休息时间；当休息时间计时结束后，指示灯2亮起，告知用户休息时间结束，准备进入下一个番茄时间。
5. 为用户提供在任意时间终止计时的功能。
6. 为用户提供番茄时间数量的统计功能，即终止计时后用户可以获知已专注于当前工作的番茄数。
7. **番茄钟操作方法**
8. 按指定键（设为按键1），设置标准番茄时间（25分钟）和标准休息时间（5分钟），同时显示标准番茄时间。
9. 按指定键（设为按键2），启动番茄钟计时（倒计时）。
10. 当LED灯1（设为LED1）亮起时，表示番茄钟的标准番茄时间（25分钟）结束，准备进入标准休息时间（5分钟）。
11. 当LED灯2（设为LED2）亮起时，表示番茄钟的标准休息时间结束，准备进入下一个标准番茄时间。
12. 按下指定键（设为按键3）即停止当前计时。
13. 按下指定键（设为按键4）可显示截至按键时专注工作的完整番茄数
14. 再次按下按键1可以使番茄钟重新设置。