

## **Introdução**

Hoje em dia, com a correria do dia a dia, as pessoas se deparam com um grande desafio: o gerenciamento eficaz do tempo e das tarefas. A sensação constante de “falta de tempo” é uma realidade presente na vida de muitos, tornando cada vez mais difícil manter-se produtivo e focado. O ritmo acelerado do mundo moderno gera uma crescente quantidade de responsabilidades, informações e distrações, e com a falta de planejamento adequado, juntamente a procrastinação e a dificuldade de priorizar as obrigações, resultam em atrasos, estresse, ansiedade, problemas de saúde mental e até mesmo baixo desempenho acadêmico ou profissional devido a multitarefa.

Diversos estudos apontam os impactos da dificuldade de organização e gerenciamento de tempo nos dias atuais, seja os efeitos das distrações no trabalho, ou dos malefícios que a grande quantidade de atividades aos mesmo tempo podem levar. O artigo, publicado em 2006 por Roberta Teixeira Reis, “Gestão do Tempo e Qualidade de Vida como Fatores de Produtividade no Trabalho” explora como a administração do tempo ainda é pouco valorizada como um fator de potencialização de produtividade no ambiente de trabalho. Por meio de pesquisas e questionários chegou à conclusão que 75% dos participantes sentem que as obrigações diárias sempre ou quase sempre excedem as horas do dia, ou seja, não conseguem cumprir com suas obrigações no tempo estabelecido para tal.

Tendo em vista as dificuldades de organização na atualidade, a demanda por resultados, e a quantidade de distrações do mundo contemporâneo é essencial encontrar maneiras mais eficazes de gerenciar o tempo e as tarefas para maximizar a produtividade e garantir um equilíbrio saudável entre as obrigações e a vida pessoal.

## **Problema**

A partir do que foi apresentado, o problema que se busca resolver com esse projeto é ter uma maior clareza das tarefas e demandas da rotina, facilitando o estabelecimento de prioridades, tornando mais fácil organizar-se no geral.

## **Objetivos**

O objetivo geral do projeto é criação de um site com um calendário principal, com ferramentas para facilitar a formulação de hábitos e rotinas. Além de um portal oferecendo dicas de ajuda em organização e estudos.

Como objetivos específicos pode-se ressaltar:

- Facilidade em estabelecer tarefas prioritárias
- Clareza na organização das demandas do dia
- Permitir a personalização para melhor visualizar as responsabilidades
- Facilidade de criar horários semanais para organização de aulas e estudos
- Fornecer dicas e ajudas para aqueles com dificuldades com postergação, desorganização e baixa produtividade

### **Justificativa**

A dificuldade de organizar de forma eficiente seu tempo e rotina é um problema universal, porém com as demandas cada vez maiores e a quantidade exacerbada de estímulos na atualidade esse problema é ainda mais agravado.

Além disso, se torna claro a maior fonte de distração dos jovens que, hoje, tem muito mais acesso a distrações. De acordo com o questionário realizado no artigo “A influência digital no meio universitário” pode-se concluir que a maioria dos estudantes utilizam redes sociais e aplicativos de troca de mensagens diariamente.

### **Público Alvo**

Apesar de ser um problema de todos, o foco do projeto será em ambientes acadêmicos, tendo em vista alunos, universitários e professores, a fim de facilitar a organização dos estudos.

### **Bibliografia**

Artigo: Gestão do Tempo e Qualidade de Vida como Fatores de Produtividade no Trabalho.  
Publicação: novembro de 2006. Autora: Roberta Teixeira Reis. FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS – FASA.

URL: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/123456789/857/2/20300778.pdf>

Artigo: A influência digital no meio universitário - Sul de Minas Gerais. Publicação: 11/08/2021.  
Autores: Bárbara Betina Lamana, Diego Vilela Amaral, Gabryela Silveira de Lima Eleutério, Jordana Fernandes Almeida, Thaís Cardoso Machado, Ciderleia Castro de Lima.

URL: <file:///C:/Users/VivoBook/Downloads/18598-Article-233068-1-10-20210811.pdf>