exted the Great Drong

Material de apoio

Gestão de Tempo

Gestão de Tempo

Nesta aula, vou te ensinar a gerir melhor o seu tempo! Vou te explicar a técnica que eu utilizo.

Primeira parte:

Passo 1 - preciso que você liste todas as atividades que você desempenha. Sejam elas legais ou chatas, complicadas ou simples, liste todas elas. Sugiro que coloque pelo menos 20 tarefas.

Só de poder visualizar as suas tarefas, e não ter elas bagunçadas na sua mente, você já vai ter mais clareza do que tem que fazer.

Passo 2 - Aqui vou pedir para você dar uma nota de 0 e 10 para cada tarefa, julgando pela importância dela.

Passo 3 - você deve dar uma nota de 0 a 10 julgando pela urgência dessa tarefa.

Tarefa

Importância Urgência

Tarefa

Importância Urgência

