

O reto de mellorar a túa concentración na aprendizaxe en liña



Preparados/as?



O reto de mellorar a túa concentración na aprendizaxe en liña

Marca a opción correcta



Verdadeiro



Falso



É conveniente intercalar descansos para recuperar a concentración.



Cando queremos algo de verdade e con forza, mobilizamos moitos dos nosos recursos para tratar de alcanzalo



Non é necesario establecer un tempo para realizar cada tarefa



Antes de empezar cos deberes ou traballos de clase facer exercicio físico axuda a túa concentración



Cando vou facer as tarefas do colexio non é importante evitar distraccións: problemas persoais, de familia, falta de obxectivos, ruidos, etc.

