

SOBIVAD VARIANDID ON A, B JA C

KUI TUNDUB, ET LIIGA PALJU ON VAJA ÄRA TEHA LIIGA LÜHIKESE AJA JOOKSUL TEEB SEE PÄRIS PALJU STRESSI.

AIDATA VÕIKS KOHUSTUSTE JUPPIDEKS JAGAMINE: NÄITEKS TÄNA ÕPIN TUND AEGA ÜHTE AINET, SIIS PUHKAN JA SIIS ÕPIN TUND TEIST. VÕI SIIS KASUTADA TEISI AJAPLANEERIMISE TEHNIKAID.

KINDLASTI PEAKS ANDMA VÕIMALUST AJULE PUHATA, SEE AITAB ASJU KERGEMINI MEELDE JÄTTA.

VAHEL VÕIB LIIGA SUUR KOORMUS KA SIISKI ÕPETAJATEGA JUTUKS VÕTTA, EHK ON VÕIMALIK KOORMUST SIISKI PIKEMA AJA PEALE JAOTADA.

VAATA KA PEAASJADE NIPPE



peaasi.ee

