المطبخ وفقًا لتلك التقنية، حتى تنظم وقتها بين إعداد الطعام والاهتمام بباقي أفراد الأسرة.

تقنية تفتح الكثير والكثير من الإنجازات والأفكار التي تجعلنا أن نقوم بتوظيفها من خلالها، فما بين الحياة اليومية والعملية تبرز أهمية تلك التقنيات، لأننا جميعًا يعانى من ضياع الوقت دون فائدة تذكر، ودون عمل يُمارس، فالبومودورو يحل تلك المشكلات، ويجعلك تنظم وقتك وتنجز مهامك بكل انتظام وجودة.

بل وتكون قادر على تقسم الوقت ما بين المهام المختلفة بكل توازن، فمن الممكن أن تستخدمها في إنجاز المهام العملية في المنزل، وكذلك أيضًا من السهل حملها معك في أي مكان، فسواء كانت مؤقت أو برنامج على الموبايل فهي سهلة التوافر في أي مكان.

❖ البومودورو في بحوثنا العلمية :

فدائمًا في بحوثنا العلمية ما نركز على التحصيل الدراسي والإنجاز والدافعية والاتجاه، فتكاد تكون معظم بحوثنا تدور في تلك المتغيرات في معظم المجالات التربوية، لكن من الضروري أن لا نكون أسرى ومقيدين بتلك المتغيرات فقط، فالعالم من حولنا أحدث طفرة كبيرة جدًا في عالم المتغيرات البحثية.

فتلك التقنية تشجع العديد من الباحثين على استخدام متغيرات مثل: تنظيم وإدارة الوقت، إدارة العمل، إنجاز المهام، العصف الذهني الزمني، ويعنى إجراء عملية العصف الذهني وفقًا للبومودورو، حل المشكلات المنظم، جودة الإنتاج، تنظيم المسؤوليات الاجتماعية، إتقان التنظيم الذاتي، التعلم الذاتي المنظم، توقيتات التدريس، العصف الذهني المعاكس.