



WOCHENPLAN NR.

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

WICHTIGSTES WOCHENZIEL

HINWEISE ZUR UMSETZUNG

**PERSÖNLICHE TODOS UND
VERPFLICHTUGEN**

FOKUS IST DER SCHLÜSSEL ZU HOHER PRODUKTIVITÄT!



ANLEITUNG ZUR NUTZUNG DES WOCHENPLANS

Der Wochenplan soll Unterstützung und nicht lästige Pflicht sein, deshalb lohnt es sich, wenn du ihn gewissenhaft ausfüllst und ihn immer wieder deinem eigenen Bedarf anpasst.

Vorab solltest du dir klar machen, wieviel Zeit realistischer Weise fürs Lernen zur Verfügung steht. Etwa 60 bis 80% davon kannst du verplanen. Pausenzeiten dürfen auf keinen Fall zu kurz kommen.

Insgesamt sollte der Plan zwar fordernd, aber nicht überfordernd sein.

Der Wochenplan wird auf Grundlage deiner Lernziele und Lerninhalte gestaltet, die du hoffentlich vorab bereits gut dokumentiert hast.

Das Wochenziel gibt dir dabei eine Richtung vor und sollte dich möglichst gut motivieren.

Für die konkrete Planung wird das Wochenziel dann in passende, einzelne Tagesaufgaben heruntergebrochen.

Idealerweise priorisierst du die Aufgaben und gibst einen ungefähren Zeitbedarf an. Natürlich solltest du dann auch überprüfen, wie gut deine Zeitplanung funktioniert und sie gegebenenfalls anpassen 🕒

Die Aufnahme der persönlichen ToDos soll dir helfen, mögliche andere Verpflichtungen bewusst zu machen und zu verhindern, dass du dir zu viel vornimmst.

Ich wünsche dir viel Erfolg und viel Freude beim Arbeiten mit dem Wochenplan und freue mich sehr über Feedback und Rückmeldungen an office@lerne-lernen.com

Wenn du noch etwas mehr Unterstützung brauchen kannst bei deiner Prüfungsvorbereitung und Lernplanung, dann melde dich schnell an für den kostenlosen Kompakt-Email-Kurs

[ZUR ANMELDUNG](#)

