

Lernplan

Gut geplant, ist halb ...

FACH / PRÜFUNG

PRÜFUNGSTERMIN

WOCHE VOM

BIS

1 · PUFFER ZUERST RECHNEN

Lerntage bis zur Prüfung _____
– Tage mit Job / Sport / Sonstigem _____
= **echte Lerntage** _____
× 0,8 (20 % Puffer) ≈ _____

Ohne diesen Puffer ist jede Zeitschätzung von Anfang an zu knapp — egal wie sauber die restliche Rechnung aussieht.

2 · STOFF SORTIEREN, NICHT ZÄHLEN

Muss _____
Sollte _____
Kann _____

Nach Klausurrelevanz sortieren (Altklausuren, Gewichtung in der Vorlesung) — nicht nach Seitenzahl im Skript.

3 · DER ANKER FÜR HARTE TAGE

Damit der Plan nicht abbricht, weil ein Block ausfiel. Trage täglich mindestens ein:

- Zahl (1–10):** Deine Verfassung an diesem Tag — Energie, Konzentration, wie viel überhaupt ging. Keine Note für "wie gut gelernt", sondern eine Momentaufnahme deines Zustands.
- Wort:** Der Hauptgrund dafür — z. B. "erkältet", "Prüfungsstress", "gut geschlafen", "Familie".

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Feste Termine							
Block 1 25–50 Min	   	   	   	   	   	   	   
Block 2 25–50 Min	   	   	   	   	   	   	   
Anker 1–10 + Wort	1 10 _____	1 10 _____	1 10 _____	1 10 _____	1 10 _____	1 10 _____	1 10 _____

Fester Check-Termin diese Woche — was ist liegengeblieben, wohin verschiebst du es?

CHECK-TERMIN _____ LIEGENGEBLIEBEN → VERSCHOBEN AUF _____