

Leitfaden Lernplanung



1 Was sind meine Ziele für die Prüfungen? → Statusliste

Den Überblick über alle Prüfungsfächer gewinnen und sich entscheiden, welchen Anteil der gesamten Lernzeit für jedes Fach investiert werden soll.

- Welche Fächer werden geprüft?
- Was ist mein Ziel pro Fach (z.B. "mit Mindestnote bestehen", "vertiefte Kenntnisse erwerben, um im 3. Semester XYZ besser zu können" etc.)?
- Was ist meine Ziel-Note pro Fach?
- Für jedes Fach: Wo stehe ich heute mit meinem Wissen in Bezug auf mein Ziel? Wenn morgen die Prüfung wäre, wie sicher fühle ich mich? (Status heute)
- Wie sind die Fächer gewichtet (NG = Notengewicht)?
- Welchen Anteil der mir zur Verfügung stehenden Zeit möchte ich in das einzelne Fach investieren? Was ist **meine** Gewichtung (in %)?
- ...



2 Wie viel Zeit steht mir zur Verfügung? → Grosser Lernplan

Die gesamthaft zur Verfügung stehende Lernzeit feststellen und lern-freie Zeiten planen.

- Wie viele Halbtage stehen mir total zum Lernen zur Verfügung?
- Wann sind die Prüfungen? Termine eintragen, falls bekannt.
- Wann mache ich Ferien? Wann finden Familienanlässe statt?
- Welche regelmässigen Verpflichtungen habe ich? (Arbeit, Verein, Chor ...)
- Wann erhole ich mich regelmässig während der Lernphase? An welchen Tagen?
- Wann finden PVKs statt? Welche möchte ich besuchen?
- ...

3 Wie viel Zeit investiere ich pro Fach?

→ Statusliste

Die für jedes Fach zur Verfügung stehende Lernzeit festlegen.

- Wie viele Halbtage stehen mir total zur Verfügung? (Übertrag aus gr. Lernplan)
- Wie verteile ich diese Halbtage auf die einzelnen Fächer? (meine Gewichtung)
- Stimmt diese Verteilung so oder muss ich meine Gewichtung anpassen?
- ...

4 Was ist in welchem Fach wichtig?

→ Fachliste

Rahmenbedingungen für Prüfungen klären, die inhaltliche Übersicht gewinnen und einzelne Inhalte und Lernmaterialien relativ zueinander priorisieren.

Vorderseite

- Was sind die Rahmenbedingungen für die Prüfung?
- Welche Lernmaterialien sind geeignet und wichtig?
- Welche Lernaktivitäten sind geeignet?
- Wer oder was kann mich in der Lern- und Prüfungsphase unterstützen?

Rückseite

Auf der Rückseite ist eine thematische oder eine chronologische Aufstellung möglich.

- Chronologisch: Was wurde in den einzelnen Semesterwochen behandelt? Was waren jeweils die wichtigsten Punkte?
- Thematisch: Was wurde in den einzelnen Kapiteln behandelt? Was waren jeweils die wichtigsten Punkte?
- Wo stehe ich? (Ampel-Beurteilung je Zeile) Was fehlt noch?
- Was ist relevant? (für die Prüfung / für mich?) Wo sind meine Prioritäten?
- Wie viel Zeit möchte ich für welches Thema einsetzen? (Spalte "Stunden")
- ...

Die Spalten "bearbeitet" und "Lernstand" können später zur Lernfortschrittskontrolle genutzt werden.

5 In welcher Woche mache ich was?

→ Grosser Lernplan

Über die gesamte Lernphase festlegen, wann welches Fach gelernt wird.

- Wann bearbeite ich welches Fach, welche Themen?
- Womit beginne ich zuerst? Was lerne ich am Schluss?
- An welchen Themen muss ich konstant dran bleiben?
- Welche Fächer kann ich zusammen kombinieren?
- Was tue ich, wenn mein Lernplan nicht aufgeht?
- Wie gestalte ich die Puffer-/Repetitionsphase?
- Wie gestalte ich die Prüfungsphase? Was repetiere ich zwischen Prüfungen?
- ...



6 An welchem Tag und wann lerne ich was? → Wochenplan

Wöchentlich festlegen, wann, wo und mit wem welche Inhalte gelernt werden.

- An welchen Wochentagen lerne ich? Und an welchen mache ich "lern-frei"?
- Zu welchen Zeiten genau lerne ich?
- Wann sind überhaupt meine konzentrationsstarken Zeiten?
- Und zu welchen Zeiten habe ich "lern-frei"?
- Was lerne ich wann?
- Wo (örtlich) lerne ich?
- Mit wem zusammen lerne ich?
- Wann kann ich mir wöchentliche Pufferzeiten einrichten?
- Wie sieht meine typische Lernwoche aus?
- ...

Den Wochenplan kann man z.B. immer am Wochenende erstellen, wobei der aktuelle Lernfortschritt einbezogen werden kann.

7 Wie gestalte ich die Prüfungsphase?

Die Prüfungsphase und die Prüfungen bewusst planen und gestalten.

- An welchen Tagen repetiere ich welches Fach – und wie?
- Wie erhole ich mich wo nach den einzelnen Prüfungen?
- Wie belohne ich mich nach den einzelnen Prüfungen?
- ...

Für und während einer Prüfung

- Was muss ich alles unbedingt mit dabei haben?
- Was hilft mir, zu fokussieren?
- Was hilft mir, gelassener / ruhiger zu sein?
- Wie sieht meine Strategie aus, wie ich in jeder Prüfung vorgehen möchte?
- ...



8 Wie kann ich die Lern- und Prüfungsphase abschliessen?

Die Lernphase und Prüfungszeit reflektieren und Schlüsse für die Zukunft ziehen.

- Inwiefern habe ich meine Ziele erreicht?
- Wie verlief die Lernzeit? Was lief gut, was weniger? Was hat sich bewährt?
- Was übernehme ich für die nächste Lernphase?
- Was möchte ich das nächste Mal anders machen?
- Welche Tools möchte ich dafür nutzen?
- Wie kann ich diese Tools noch besser meinen Bedürfnissen anpassen?
- Was oder wer unterstützt mich den Lernplan einzuhalten?
- Wie kann ich mich und meine Leistung würdigen und mich belohnen?
- ...

ETH Zürich
Student Services
Beratung und Coaching
Rämistrasse 101
8092 Zürich

www.sts.ethz.ch

erstellt: April 2017