



**Hochschule für Technik  
und Wirtschaft Berlin**

*University of Applied Sciences*

**„Studieneinstieg leichter gemacht“  
Selbst- und Zeitmanagement**

# Kleines Zeitmanagement

- **Der Wochenplan**
- **Semesterüberblick**
- **Ein Lerntag**

# WOCHENPLAN

vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8.00							
9.00							
10.00							
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							
21.00							

NOTIZEN

---

---

---

---

---

---

---

---

- Ziele festgelegt?
- alle Aufgaben eingetragen?
- wichtige Aufgaben gekennzeichnet?
- Puffer eingeplant?
- sozialer/sportlicher Ausgleich?

## Ein guter Wochenplan

- Feste Termine eintragen.
- Vor- und Nachbereitung einplanen.
- Private Termine eintragen.
- Verpflichtungen (sozial, Alltag etc.) einplanen.
- Pufferzeiten berücksichtigen, nicht mehr als 60% der Zeit verplanen.
- Übersichtliche (farbliche) Gestaltung.
- Ein guter Plan bleibt flexibel.

# Auswertung

- Was hat gut geklappt?
- Was lerne ich daraus für die nächste Woche?
- Was sollte ich vermeiden?
- Mein Biorhythmus?



# ToDo-Liste

vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Status/Priorität	geschätzte Zeit	ToDo
<input type="checkbox"/> 		Vor-/Nachbereitung
<input type="checkbox"/> 		
<input type="checkbox"/> 		HA & Referate
<input type="checkbox"/> 		
<input type="checkbox"/> 		Arbeit/Nebenjob
<input type="checkbox"/> 		
<input type="checkbox"/> 		Besorgungen
<input type="checkbox"/> 		
<input type="checkbox"/> 		Sonstiges
<input type="checkbox"/> 		

## Die ToDo – Liste

- Aufgaben nach Kategorien aufteilen.
- Den aktuellen Status markieren.
- Den Aufgaben eine Priorität geben.
- Jeweils ausreichend Puffer einplanen

# Semesterübersicht

Planen Sie die jeweilige Zeitstrecke

(nutzen Sie den Semesterplaner):

- Prüfungszeitraum markieren
- Belegarbeiten / Referate einplanen
- Ferien/Feiertage und Abwesenheit markieren
- Prüfungen aufteilen
- Ab wann kann ich mit dem Lernfach beginnen
- Lernblöcke planen

HTW-Semesterplaner.pdf (application/pdf-Objekt) - Mozilla Firefox

http://www.htw-berlin.de/documents/Presse\_Oeffentlichkeitsarbeit/Infomaterialien/HTW-Semesterplaner.pdf

Meistbesuchte Seiten HTW HTW RZ WebMail.HTW dict.leo.org

Studienalltag - HTW Berlin HTW WebMail.HTW http://webmail.htw-berlin.de/

Kopie speichern Suchen 96% ABC Unterschriften

**Juli 2011**

Fr 1 *Beginn der Rückmeldung zum Wintersemester 2011/12*

Sa 2

So 3

Mo 4 KW 27

Di 5

Mi 6

Do 7

Fr 8 *Ende SemesterSportProgramm*

12

**Juli 2011**

Sa 9

So 10

Mo 11 *Beginn: 1. Prüfungszeitraum* KW 28

Di 12

Mi 13

Do 14

Fr 15

Sa 16

Kalender Sommersemester 2011

**Juli 2011**

So 17

Mo 18 KW 29

Di 19

Mi 20

Do 21

Fr 22 *Fristende: Anträge auf Zulassung zur Diplomarbeit im Wintersemester 2011/2012*

Sa 23 *Vorlesungsende Fristende: Anträge auf Zulassung zur Bachelor- und Masterarbeit im Wintersemester 2011/2012 23.07.2010 oder 30.09.2011*

So 24

Mo 25 KW 30

Di 26

Mi 27

Do 28

Fr 29

Sa 30 *Ende: 1. Prüfungszeitraum*

So 31

Kalender Sommersemester 2011

13

7 von 30

Start Posteingang von spreng... Liveplayer | radioeins hö... HTW-Semesterplaner... studieren mit köpfchen... online-Präsentation.ppt DE 10:52

htw

## Mein individueller Lernplan...

- Was lerne ich?
- Wie lerne ich es?
- Wie lange benötige ich?
- Konkrete Arbeitsschritte planen!

## Die 3 Schritte vor der Prüfung

**Erkundigungen** über Anforderungen einholen:

- Prüfer befragen. Prüfungsordnung studieren.
- Austausch mit ehemaligen und anderen Prüflingen: Gibt es einen Fragenkatalog, eine Klausurensammlung (Fachschaft)?
- **Farbe bekennen** und anhand des Wissensstands einen Lernplan machen.
- **Lernen!**

## Wie plane ich meinen Lerntag?

1. Lernblöcke (à 60 – 90 Min.) festlegen.
2. „Lernblöcke“ mit konkreten Aufgaben füllen.
3. Vermeiden Sie Überforderung und Unterforderung.
4. Mini-Pausen individuelle nutzen und ausreichende Pausen zwischen den Blöcken einplanen.
5. Puffer eingeplant?
6. Biorhythmus berücksichtigen.
7. Den Lerntag auswerten und den nächsten Tag konkretisieren.
8. Wiederholungen zur besseren Abspeicherung des Gelernten einplanen.

## Lernmethoden - Anknüpfen am eigenen Lerntyp!

- Das Lernen mit Karteikarten, regelmäßiges Wiederholen, sich abfragen lassen.
- In der Gruppe, gelerntes wird angewandt, indem es erklärt wird.
- Ein eigenes Skript anlegen.
- Möglichst konkrete Prüfungssimulation durch Musterklausuren/Übungsaufgaben.
- Lernen mit der Locitechnik und Mindmaps.

## Lerntips

- Das Üben über einen Zeitraum verteilen.
- Vor dem Schlafengehen wiederholen.
- Jemanden den Stoff berichten.
- Sich abhören lassen.
- Die 5 wichtigsten Gedanken aus jedem Kapitel aufschreiben.
- Ein visuelles Schema entwickeln (anschauliches Denken wird besser behalten).

## Die Vorlesungsmischrift

- Stift und Papier immer dabei
- Notiere sparsam, aber so, dass du später rekonstruieren kannst.
- Beschrifte das Papier mit dem Titel der Veranstaltung, Datum, Thema, Referent.
- Lass eine seitliche Spalte frei für eigene Kommentare.
- Gleich in den entsprechenden Ordner abheften.

## Studiengruppe - die soziale Ressource

### Lerngruppen mit klaren Regeln

Regel:

- Schaffe einen festen Rahmen (Zeiten)
- Verteile Aufgaben
- Lege gemeinsame Ziele fest
- 3-5 Teilnehmer

## Wo finde ich Anschluss?

- Auf Kommilitonen zugehen.
- Sich zu einer Lerngruppe zusammenschließen.
- Kurse im Hochschulsport (Sportpartnerbörse).
- Ein Sprachtandem über den AStA.
- Engagement in seiner Fachschaft.

## Wo finde ich Unterstützung

- Fachschaft
- Studienfachberatung
- Allgemeine Studienberatung
- Psychologische Beratung
- Sozialberatung des Studentenwerks
- Beauftragte für Behinderte und chron. Kranke

## Literatur:

- Lernen zu lernen: Werner Metzsig und Martin Schuster (2006). Springer Verlag.



Hochschule für Technik  
und Wirtschaft Berlin

*University of Applied Sciences*

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**