

Tagesplan

Datum: _____

Trage schon am Wochenende Deine Aufgaben für die neue Woche unter „geplant“ ein. Versuche dann, diese in der jeweiligen Woche bestmöglich zu den vorgesehenen Zeitpunkten umzusetzen. Solltest Du in einem Zeitfenster etwas anderes machen, trage dies unter „gemacht“ ein. Du kannst so jederzeit auswerten, ob Du Dich an Deine Pläne gehalten hast und dies in Deine künftigen Planungen mit einbeziehen.

	GEPLANT	GEMACHT
00:00		
00:30		
01:00		
01:30		
02:00		
02:30		
03:00		
03:30		
04:00		
04:30		
05:00		
05:30		
06:00		
06:30		
07:00		
07:30		
08:00		
08:30		
09:00		
09:30		
10:00		
10:30		
11:00		
11:30		

	GEPLANT	GEMACHT
12:00		
12:30		
13:00		
13:30		
14:00		
14:30		
15:00		
15:30		
16:00		
16:30		
17:00		
17:30		
18:00		
18:30		
19:00		
19:30		
20:00		
20:30		
21:00		
21:30		
22:00		
22:30		
23:00		
23:30		

