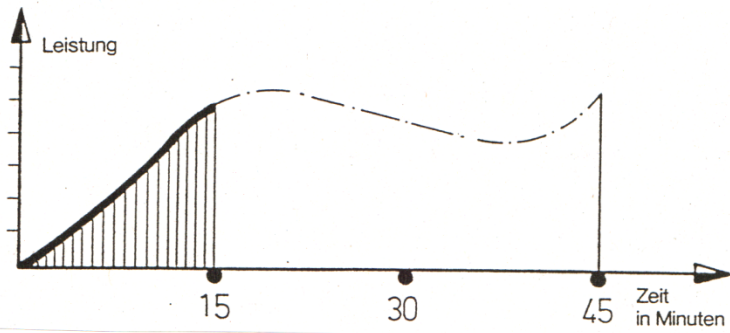
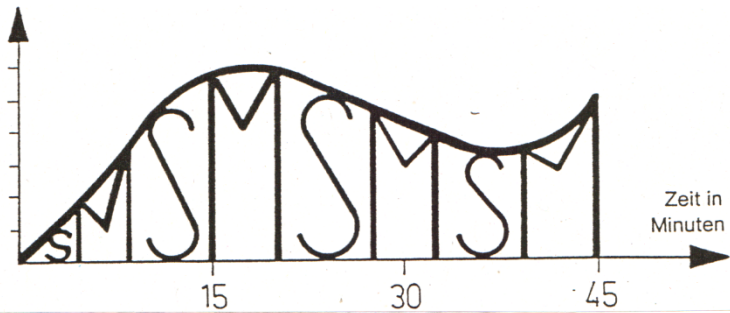


Meine konkrete Planung der Hausaufgaben

1. Womit beginne ich?



2. Wie teile ich mir die Hausaufgaben ein?



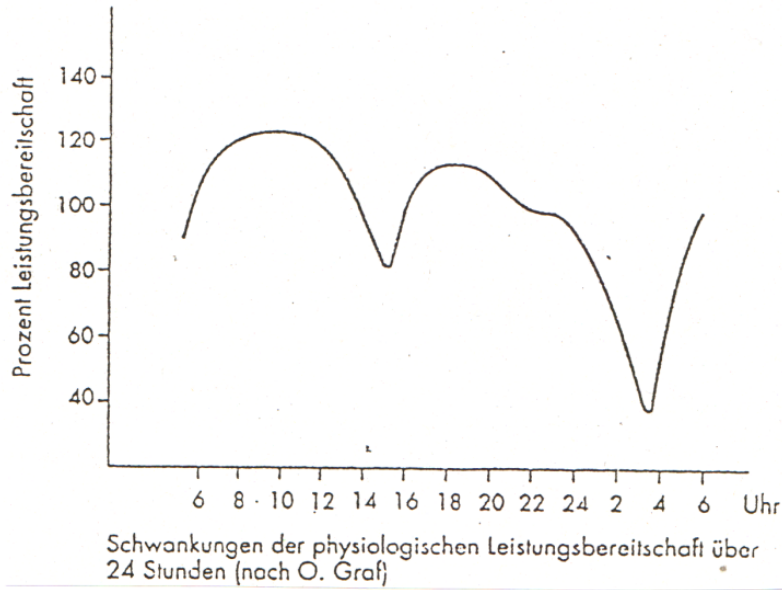
3. Wie gehe ich konkret vor?

Englischtext
S. 33

Mathe S. 25,
Aufg. 3

Biohefteintrag

4. Wann arbeite ich?



5. Wann mache ich eine Pause?

$$\text{Arbeitszeit} = \text{Lernzeit} + \text{Pausen}$$

Pausenart	Bisherige Arbeitsdauer	Pausendauer	Pausenbeschäftigung
Minipause	20- 30 Minuten	2- 5 Minuten	z.B. Fenster öffnen und frische Luft atmen
Maxipause	1,5- 2 Stunden	15- 20 Minuten	z.B. Tee trinken
Erholungspause	3 Stunden	1- 2,5 Stunden	z.B. Spaziergang machen