


Veckoschema (exempel)

Klockan	måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
06-07							
07-08							
08-09							
09-10							
10-11							
11-12							
12-13							
13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							
21-22							

 = schemalagd tid

 = egna studier

 = inplanerad ledig tid

Här ser du ett exempel på hur du kan planera. Om du har långa restider kanske du ska passa på att läsa och repetera på väg till skolan. Planera som det passar dig och din familj bäst, men tänk på att verkligen lägga in minst en ledig dag, även om det kan vara svårt när man studerar. Skjut inte på allt till helgen! Kanske kan du gå upp tidigare om du är morgonpigga eller också studera lite extra länge någon av kvällarna i veckan.

Gör nu en ny planering för kommande vecka på nästa blad. Fyll i de tider du vet att du är schemalagd och planera in tid för att studera på egen hand, så att du verkligen hinner med att repetera, göra skrivuppgifter, läsa och arbeta med skolarbete.

Se till att minst en dag i veckan blir ledig tid, till exempel lördag och gärna också söndag.