

Sechs-Wochen-Trainingsplan

Schreibkompetenz kontinuierlich steigern

Ich möchte ...

Trainings- wochen	Übungen	Wann?	Bewertung +++ bis - - -	Auswertung
Woche 1				
Woche 2				
Woche 3				
Woche 4				
Woche 5				
Woche 6				

Beispiel

Sechs-Wochen-Trainingsplan

Schreibkompetenz kontinuierlich steigern

Ich möchte ...

Trainings- wochen	Übungen	Wann?	Bewer- tung	Auswertung
Woche 1	<i>Gedankensprint</i>	<i>Täglich</i>	<i>+++</i>	<i>Erst ungewohnt, dann super! Wenn ich dranbleibe, habe ich was davon. (Disziplin!)</i>
	<i>Schreibstaffel</i>	<i>Montag</i>	<i>+</i>	<i>Für ein bestimmtes (wichtiges) Thema funktioniert es gut. Gefahr, dass es zu aufwändig ist → Ab und zu machen.</i>
	<i>Verdichtung</i>	<i>Dienstag</i>	<i>--</i>	<i>Nichts für mich</i>
	<i>Denkskizze</i>	<i>Freitag</i>	<i>+++</i>	<i>Macht Spaß, könnte ich viel mehr üben, gar nicht so unkünstlerisch, wie ich erst dachte</i>
Woche 2	<i>Cluster</i>	<i>Täglich</i>	<i>+</i>	<i>Gedankensprints gefallen mir besser</i>
	<i>Der innere Kritiker</i>	<i>Freitag</i>	<i>+++</i>	<i>Sehr interessant: O-Ton mein Vater!</i>
	<i>Gefühle verstehen</i>	<i>Samstag</i>	<i>-</i>	
	<i>Minischlaf</i>	<i>Sa + So</i>	<i>+++</i>	<i>...</i>
Woche 3	<i>Fokussprint</i>	<i>Täglich</i>		
	<i>...</i>	<i>...</i>		
Woche 4				
Woche 5				
Woche 6				

