

# Kopf "frei bekommen"

**Beitrag von „Frösche“ vom 17. November 2007 12:57**

Hallo,

ja das kenn ich auch. Bin jetzt in meinem ersten Schuljahr nach dem Ref und da hat man natürlich noch nicht so die Routine. Ich habe jetzt angefangen, mir einen Wochenplan zu schreiben, also was will ich in der nächsten Woche an welchem Tag machen? Und dann blockiere ich nach dem Unterricht mal längere Zeit unseren Kopierer und kopiere mir einen Wochenvorart. Das klappt gerade ganz gut, so dass ich dann für die einzelnen Stunden viel weniger Vorbereitungsaufwand habe. So hab ich zwar einen Großkampftag, an dem viel zu planen ist, dafür danach aber umso weniger.

Was überhaupt gut ist: nach der Schule nicht gleich heimdüsen, sondern noch dableiben und Arbeit in der Schule erledigen. Ich nutze dann das leere Lehrerzimmer und die (zum Glück gut bestückte) Lehrerbib, um ganz in Ruhe schonmal zu kopieren und zu laminieren, Material zurechtzulegen usw. Wenn ich dann heimkomme, ist es zwar später, dafür hab ich aber schon einiges geschafft!