

# **Mega-Problem mit Planung und Durchführung von Unterricht - Perfektionismus, Nervosität, Belastung**

**Beitrag von „Schmeili“ vom 20. Januar 2008 09:45**

Ich habe nur einen ganz kleinen Tipp für dich, aber die anderen hatten ja schon sehr viele Ratschläge.

So wie ich das lese, bereitest du den Unterricht/die Arbeitsblätter von Tag zu Tag vor. Ich halte es (für mich) effektiver, möglichst eine Woche im voraus zu planen. Wenn das nicht möglich ist, könntest du versuchen, zumindest einen Tag im voraus zu planen, also montags für mittwochs, dienstags für donnerstags. Das hätte den Vorteil, dass du dann schon am Dienstag die ABs für Mittwoch kopieren kannst, diese ins Lehrerzimmer legen und am Donnerstag schnappst du dir dann einfach nur den Stapel - ohne nochmal überlegen zu müssen, ob du irgendwas vergessen hast.