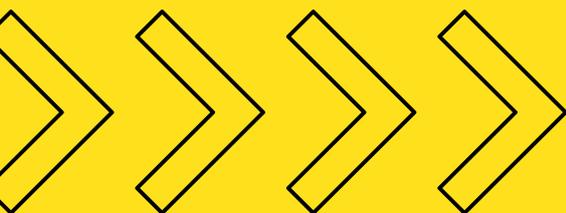
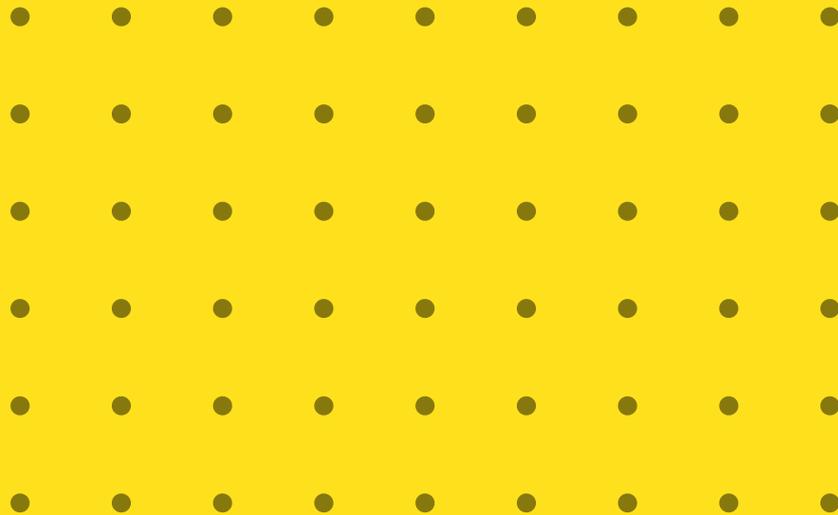


PIANI DI STUDIO SETTIMANALI

PER STUDENTI UNIVERSITARI



GUIDA ALLA COMPILAZIONE



PIANI DI STUDIO SETTIMANALI PER STUDENTI UNIVERSITARI

1. STAMPA IL DOCUMENTO

- Stampa la pagina 3 con l'orario settimanale per compilare il tuo piano di studio

2. SEGNA GLI IMPEGNI FISSI

- Lezioni universitarie;
- Impegni non rimandabili;
- Eventuali attività extra (appuntamenti, hobby).

3. AGGIUNGI PRIORITÀ E ALTRE COSE DA FARE IN GIORNATA

- Nel box "Cose da fare" → scrivi le attività giornaliere che devono essere completate, senza distinzione di importanza.
- Priorità → Attività più urgenti e importanti in giornata. Usa questo box per le attività che non puoi rimandare ad un altro giorno.

4. DEFINISCI I MOMENTI DI STUDIO

- In base ai tuoi impegni e ai giorni in cui avrai gli esami, scrivi in ogni blocco orario l'attività di studio che devi svolgere. Se hai dubbi, leggi il nostro articolo da cui hai salvato questo documento!

5. SCRIVI ANCHE I MOMENTI DI PAUSA E I PASTI

- Per migliorare il tuo controllo del tempo!



PIANO SETTIMANALE

da _____ al _____

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							

DA FARE

PROMEMORIA