

# Strategien & digitale Tools zum Selbst- und Zeitmanagement

Digitale Tools & Apps zum Selbst- sowie Aufgabenmanagement

# Eisenhower-Matrix



[File:Oliver Tacke - Eisenhower-Matrix auf Flickr - CC \(BY\).png - Wikimedia Commons](#)

Dieses Bild findest du hier: [- Wikimedia Commons](#) | [Lizenzdetails](#)

Du möchtest wissen, woher diese Informationen stammen? [Weitere Informationen](#)

Dringend

**C**

Delegieren

**A**

Sofort erledigen

Nicht dringend

**D**

Papierkorb

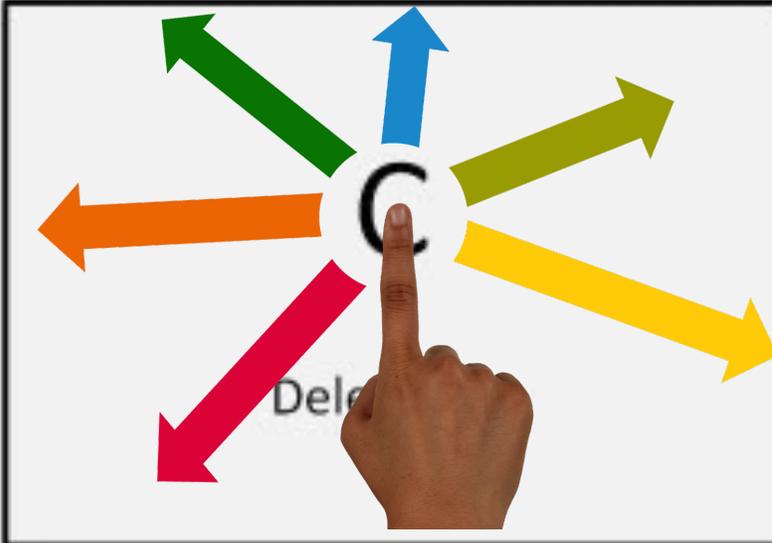
**B**

Erledigung einplanen

Unwichtig

Wichtig

Dringend



Nicht dringend



Unwichtig

Wichtig



ABC-Methode / ALPEN-Methode / SMART-Methode /  
Pareto-Prinzip / Pomodoro-Technik / ...



# IST Analyse

- Persönliche SWOT-Analyse für mehr Selbstkenntnis

<b>SWOT</b>		Interne Analyse	
		<b>Stärken</b>	<b>Schwächen</b>
Externe Analyse	<b>Chancen</b>	Aus welchen Stärken ergeben sich neue Chancen?	Schwächen eliminieren um neue Chancen zu nutzen
	<b>Risiken</b>	Welche Stärken minimieren Risiken?	Verteidigungsstrategien damit Schwächen nicht zu Risiken werden

# Wie gestalte ich meine Aufgaben- und Zeitplanung?



# PERSONAL KANBAN

- Visualisierung von Arbeit/Aufgaben
- Limitierung der parallelen Arbeit

englisches Erklärvideo auf YouTube:  
<https://youtu.be/a8MRGJTyvII>

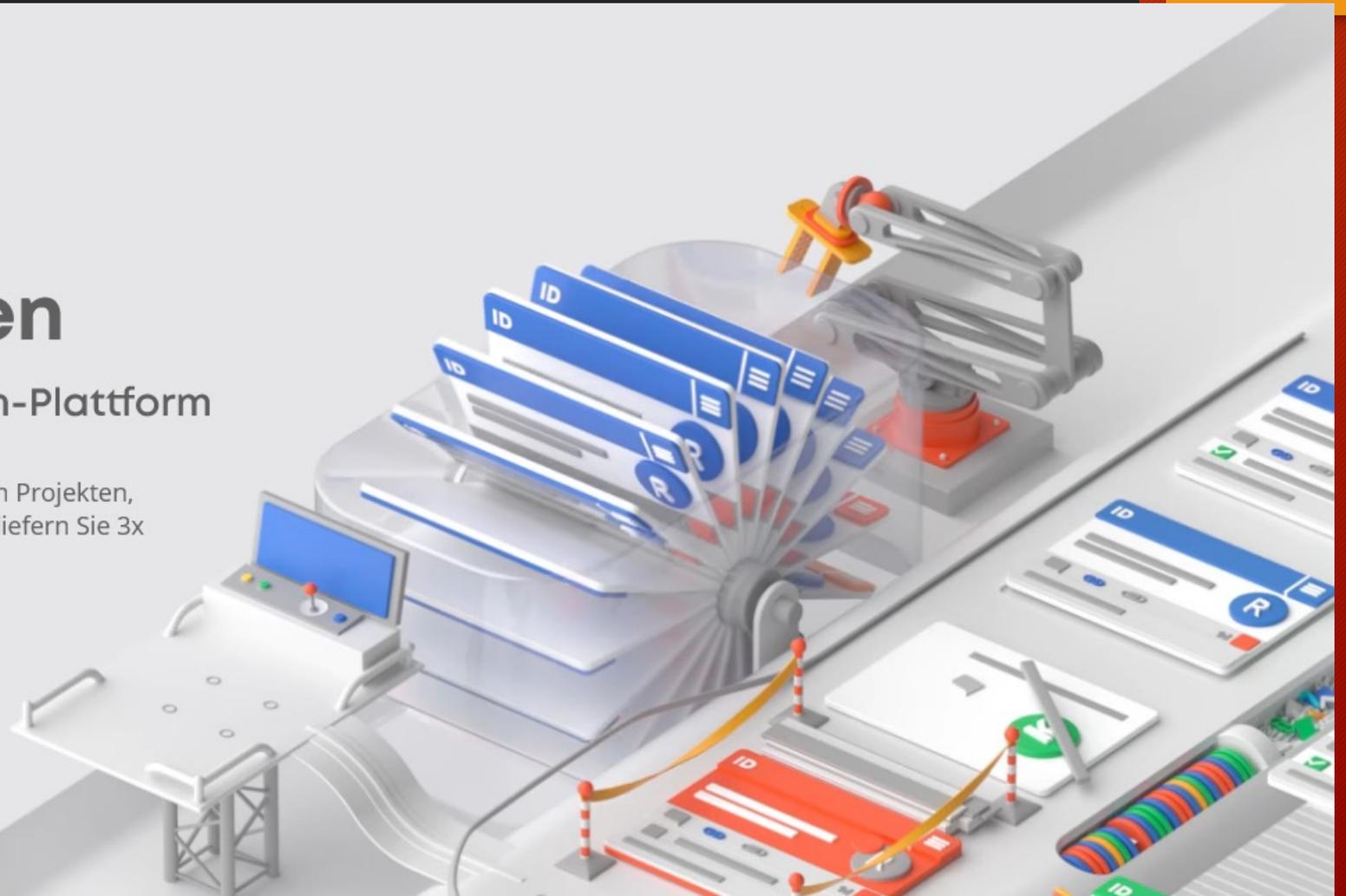
- <https://projekte-leicht-gemacht.de/blog/pm-methoden-erklaert/personal-kanban/>

# Agile Skalieren

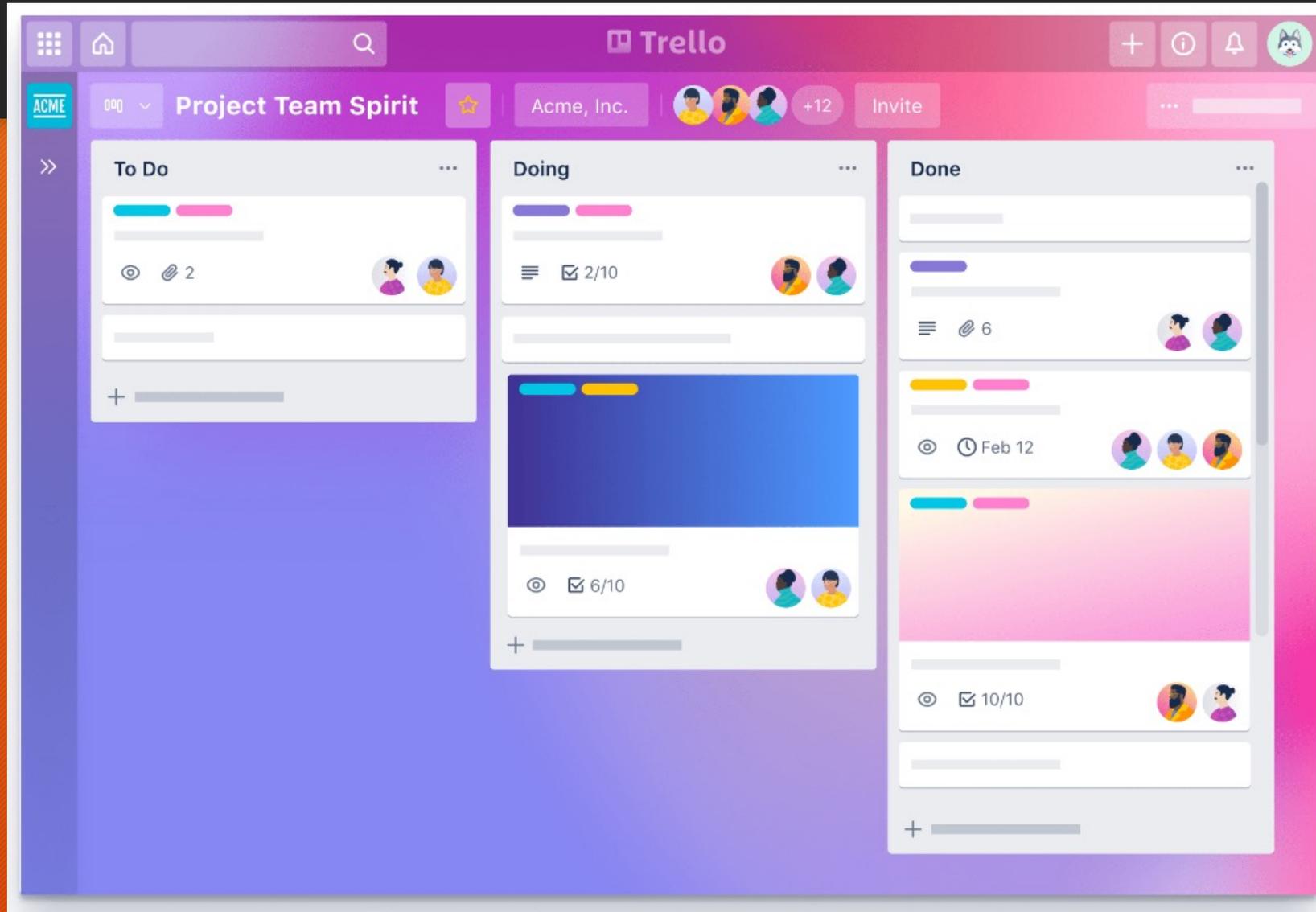
mit der führenden Kanban-Plattform

Verschaffen Sie sich den Durchblick bei allen Projekten, verbinden Sie Planung mit Umsetzung und liefern Sie 3x schneller.

Kostenlos Testen



# Trello



# Trello.com



## Bildungsvorlagen



### Remote Class Template

von Kelly Theisen, Assistant Professor of Chemistry

Stay organized in a remote learning environment.

📄 21.402 👁 99.717



### Homeschool Trello Template

von Amalia Anwar, Customer Success Manager @ Atlassian

A template for homeschooling with goals for the day, school assignments, fun activities, and chores.

📄 18.788 👁 75.614

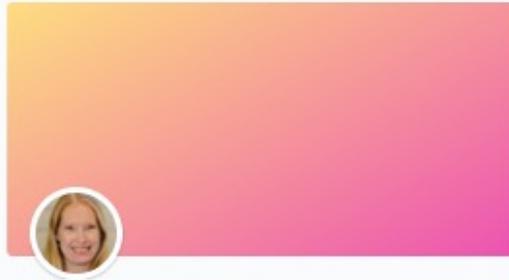


### Academic Literature Review

von Ann Gillian Chu, PhD researcher @ the University of St. Andrews

Keep track of what you've read and your notes in one place for long writing projects, like dissertations.

📄 5425 👁 19.729



### Teaching: Weekly Planning

von Emma Trentman, Associate Professor of Arabic @ University of New Mexico

A board per class. The lists are the weeks of the semester, cards are things I need to do for class each week.

📄 22.702 👁 120.425



### Project Based Learning

von Michael Burke, Educator @ Bel Air High School

A key aspect of organizing projects is creating a timeline, responsibilities, and checklists.

📄 16.505 👁 122.101



### Learn A Language

von Luis von Ahn, CEO of Duolingo

Learn a language by breaking up your study into small, achievable tasks.

📄 22.423 👁 104.149

# Vorlagen in trello.com

Board **Homeschool Trello Template** | Mediendozent Free | Für Team sichtbar | Einladen | Kalender-Power-Up | Butler | Menü anzeigen

Goals for the day | Monday, MM/DD | Extra Credit School Activities | YAY! 🎉 | Fun Activities | Chores | Tuesday, MM/DD

Add your goals for the day to this list!

+ Eine weitere Karte hinzufügen

Here is your list of school things to do today! Focus on the ones with the blue "FOR GRADE" label on them - you'll get graded on these by your teachers. We will move them into the "YAY!" list when you finish them!

EXAMPLE: Read "Goods and Services, and complete the "Goods or Service Sort and post on Seesaw."  
🕒 24. Apr. 2020

EXAMPLE: Listen to the poem "Help!"  
🕒 8. Mai 2020

+ Eine weitere Karte hinzufügen

Your teachers gave us some extra school activities if you want to do them after finishing required assignments!

EXAMPLE: Social Studies Extension  
📝 0/2

+ Eine weitere Karte hinzufügen

We can move cards to this list when you finish them!

+ Eine weitere Karte hinzufügen

Once you finish your required school activities for the day, you can work on these extra things!

EXAMPLE: Do a Cosmic Kids Yoga class

EXAMPLE: Watch and draw: Lunch doodles with Mo

EXAMPLE: Listen to the Brains on! podcast: Joy Overload! The science of tickles and cuteness

+ Eine weitere Karte hinzufügen

If you have extra time, here are a few things you can do to help around the house.

EXAMPLE: Bring cups + plates to the sink

EXAMPLE: Tidy the playroom

+ Eine weitere Karte hinzufügen

Note: Move these lists into view as needed.

+ Eine weitere Karte hinzufügen

# Vorlagen in trello.com

The screenshot displays a Trello board named "eCourse Workflow" with a top navigation bar including "Board", "Mediendozent Free", "Für Team sichtbar", and "Einladen". The board is organized into seven columns, each representing a different stage of the course creation process:

- Resources:** Includes cards for "What the labels mean (click here)", "Progress Report", "DIY Tools", "Delegation Tools", and "Inspiration".
- Planning & Strategy:** Features a "Strategy Session" card, a "Planning & Strategy Checklist", and a "Concept" card.
- Branding:** Contains a "LIVE. YOUR BRAND" card, a "Branding Checklist", "Target Audience", "Mood Board", and "Logo Design" cards.
- Creating:** Lists "Content Creation Checklist", "Content Creation Tips", and six "Module" cards (Module 1-6), plus a "Promo Video" card.
- Sales Systems:** Includes "Sales Checklist", "Pricing", "Funnels", "Marketing Integrations", and "Affiliates" cards.
- Launching:** Shows "Launch Checklist", "Social Media", "Press", "Ads", "Guest 'Appearances'", and "Ongoing Audience Building" cards.
- Student Relations:** Contains "Attention Given to Students", "Coaching Session with Jane Doe.", "Quarterly student evaluation.", and "Check-in call with John Doe." cards.

Each card typically includes a title, a progress indicator (checkboxes and numbers), and a "hamburger" menu icon. The interface also shows a keyboard and a pen in the bottom right corner, suggesting a workspace environment.

# Tipps und Tricks für dein Personal Kanban

Schneis dich über 35.000 Abonnenten an: [Jetzt kostenfrei anmelden](#)

 Projekte leicht gemacht

Home Blog & News ▾ PM-Methoden ▾ Nützlich ▾ Über uns Shop  

[Startseite](#) » [Blog](#) » [PM-Methoden erklärt](#) » Personal Kanban: Das System für mehr Produktivität und Fokus



**PERSONAL KANBAN**  
Das System für mehr Produktivität und Fokus

Veröffentlicht: 21. November 2019    Letztes Update: 16. Dezember 2019

## Personal Kanban: Das System für mehr Produktivität und Fokus

er kennen es doch alle: Wir haben **dutzende Aufgaben** auf dem Schreibtisch liegen – die einen riesig, die anderen winzig. Eines haben sie gemeinsam: Alle müssen bearbeitet werden. Doch **was ist wirklich wichtig?** Was steht als nächstes an? Und wie um Gottes Willen schaffst du es, **nichts Wichtiges zu vergessen?**

**Herzlich willkommen!**



Projektmanagement ohne Schlips und Kragen: Hier werden Projekte ernst genommen, aber nicht verkrampft gesehen. Viel Spaß bei uns!  
*Andrea Windolph & Dr. Alexander Blumenau*

### Artikelinhalt

- [Typische Probleme im persönlichen Zeitmanagement](#)
- Was ist Personal Kanban?
- Visualisierung im Personal Kanban
- Ablauf von Personal Kanban
- Vorteile von Personal Kanban
- Tipps und Tricks für dein Personal Kanban
- Fazit

<https://projekte-leicht-gemacht.de/blog/pm-methoden-erklaert/personal-kanban/>

# Any.do - deine Listen-App

## Heute

- Jan die Präsentation per E-Mail schicken
- Einen Kuchen für Papas Geburtstag kaufen

## Morgen

- Abschlusszeremonie Vorbereitung

## Anstehend

- Stuur een sms naar johan

SIMPEL

## Ihr Leben zu organisieren war noch nie einfacher

Organisieren Sie Ihre Aufgaben, Listen und Erinnerungen in einer einzigen, leicht zu nutzenden App. Any.do synchronisiert sich reibungslos mit all Ihren Geräten und lässt Sie von überall aus auf Ihre To-Do-Listen zugreifen.

Erfahren Sie mehr über unsere To-Do-Listen

<https://www.any.do/de/>

# Kalender-Blocking

Mithilfe der 5 P kannst du nun deine Aufgaben über deine Woche verteilen. Trage dir die Zeitblöcke so ein, dass du ausreichend Zeit für jede Aufgabe hast. Schließlich soll dich das Calendar Blocking unterstützen – und nicht stressen.

Wenn du magst, kannst du dir Erinnerungen in die einzelnen Termine eintragen, die dich 30 oder 15 Minuten vor Beginn der nächsten Aufgabe daran erinnern, deine aktuelle Aufgabe abzuschließen.

KW 39	Mo. 21.	Di. 22.	Mi. 23.	Do. 24.	Fr. 25.
Ganztägig					
07:00	Jogging-Runde		Jogging-Runde		Jogging-Runde
08:00	E-Mails im Home-Office	E-Mails im Home-Office	E-Mails im Home-Office	E-Mails im Home-Office	E-Mails im Home-Office
09:00	09:15 Logo für Kunde 1 im Büro	09:15 Website überarbeiten im Büro	09:15 Artikel für Magazin XY im Büro	09:15 Bloggen im Büro	09:15 Kapitel schreiben im Büro
10:00					
11:00	11:15 Artikel für Magazin XY im Büro			11:00 Artikel für Magazin XY im Büro	
12:00					
13:00	13:15 Mittagspause	13:15 Mittagspause	13:15 Mittagspause	13:15 Mittagspause	13:15 Mittagspause
14:00					
15:00	14:30 Akquise im Büro	14:30 Artikel für Magazin XY im Büro	14:30 Artikel für Magazin XY im Büro	14:30 Artikel für Magazin XY im Büro	14:30 Puffer
16:00					
17:00	17:00 Yoga unterrichten Yogastudio				17:15 After Work Party bei Kunde YZ
18:00			18:00	17:30 Eis essen mit AB	

Finde deine Zeitdiebe!

Dienstversammlung Handy  
Helfersyndrom  
Perfektionismus  
Internet E-Mails  
Klatsch & Tratsch

# Pomodoro-Technik

Die Technik besteht aus fünf Schritten:

- die Aufgabe schriftlich formulieren
- den Kurzzeitwecker auf 25 Minuten stellen
- die Aufgabe bearbeiten, bis der Wecker klingelt; mit einem X markieren
- kurze Pause machen (5 Minuten)
- nach jeweils vier *pomodori* eine längere Pause machen (15-20 Minuten)

# Forest app

Die Pomodor-Technik hilft dir,  
die Telefonabhängigkeit zu besiegen



## Forest: Konzentriert Bleiben Empfehlung der Redaktion

Seekrtech Effizienz

★★★★★ 306.844

Jedes Alter

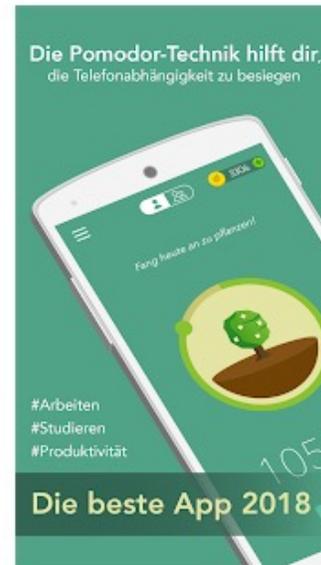
Enthält Werbung · Bietet In-App-Käufe an

Diese App ist für alle deine Geräte verfügbar

Du kannst diesen Artikel mit deiner Familie teilen. [Weitere Informationen zur Familienmediathek.](#)

Zur Wunschliste hinzufügen

Installieren



- ★ Konzentriert bleiben mit dem niedrigsten Gamified Timer. ★
- ★ Google Play 2015-2016 Beste App des Jahres, 2018 Nominierung für die beste Social Impact App, 2018 Google Play Editors' Choice Top Productivity App ★
- ★ Mehr als 6 Millionen zufriedene zahlende Nutzer. ★

<https://www.forestapp.cc/>

# Flat Tomato app

App Store Vorschau



Flat Tomato (Time Management) 4+

Measure and Improve

Jian bu

★★★★★ 4,5 • 152 Bewertungen

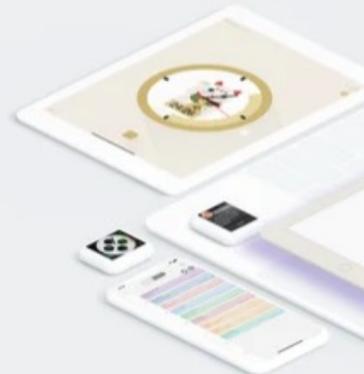
Gratis · In-App-Käufe möglich

Screenshots [iPhone](#) [iPad](#) [Apple Watch](#)

Pomodoro Tech  
Over Millions Users



Sync, Backup  
Across  
All Apple Devices



Pick your  
favorite  
theme



## Bewertungen und Rezensionen

4,5 von 5

152 Bewertungen



Nicky303311, 18.03.2018

Die App ist super :)

Ich vermisse diesen Arschtritt, wenn man dann doch noch am Handy hängt, wie eine konstante Erinnerung daran, dass man wieder arbeiten sollte, aber das muss ich schon [mehr](#)

# Wie bekomme ich das Chaos in den Griff?

Übersichtliche digitale Notizen machen

## Digitale Dateiverwaltung

- Dateiverwaltung
- Sync oder gleich alles online

## App-Unterstützung

- CryptPad
- ScanApp
- ...

# Modell individuelle Förderung digital [MiFd]

- Modelle zur Planung und Reflexion der Unterrichtssituation mit digitalen Lernbegleitern.
- Handlungsfelder der individuellen Förderung / Tiefenstruktur des Unterrichts
- Zugehörige Handlungsebene und deren Effektstärke nach John Hattie.
- Eigenschaften der Apps und ihr Beitrag zur Realisierung der Handlungsebene.
- Beispiele spezifischer Apps, die einen ständigen Wandel unterliegen. Wichtig ist der reflektierte Einsatz in Bezug zu den Modellen im Kern und der jeweiligen Lernsituation

## Die Handlungsfelder:

**Konstruktive Unterstützung** als Ausgangspunkt von IF. Formative Evaluation, Selbsteinschätzung und Reflexion des Lernprozesses sowie Feedback bilden einen in sich geschlossenen Kreislauf.

**Klassenorganisation:** als unabdingbarer Gelingensfaktor von IF. Kommunikation, Organisation und Klassenorganisation schaffen nötige Freiräume, um IF im Unterricht umzusetzen.

**Kognitive Aktivierung** nach Prinzipien der IF ausrichten. Binnendifferenzierende Unterrichtsangebote, alternative Lehr-/ Lernformen und Förderung von 21st-century-skills als Grundpfeiler eines neuen Unterrichtsverständnisses.

