

# Min plan till nästa lektion

Vad ska jag arbeta med?

---

---

**Jag vet vad jag ska göra**

- ☐ Jag förstår uppgiften
- ☐ Jag vet hur jag ska börja
- ☐ Uppgiften känns lagom svår
- ☐ Jag tror att jag kan klara det

Om något känns svårt när du övar delar du upp det så här:

---

---

**Varför är det viktigt för mig?**

- ☐ Det hjälper mig att bli bättre
- ☐ Det hjälper mig att lära mig något jag vill kunna
- ☐ Annat: \_\_\_\_\_

**Mitt lilla startmål till nästa gång**

---

---

*Till exempel: öva 10 minuter per dag*

**Min plan**

När ska du öva? \_\_\_\_\_

Var ska du öva? \_\_\_\_\_

Hur länge ska du öva varje gång? \_\_\_\_\_

Saker som kan störa mig:

---

---

*Till exempel: mobilen, datorn, tv, kompisar, syskon*

Så här kan göra för att inte bli störd:

---

---

*Till exempel: lägg mobilen i ett annat rum medan jag övar*

**När jag övar ska jag lägga märke till**

- ☐ Något som blev lättare
- ☐ Något nytt jag lärde mig
- ☐ Något jag blev nöjd med
- ☐ Något jag vill fråga om nästa gång