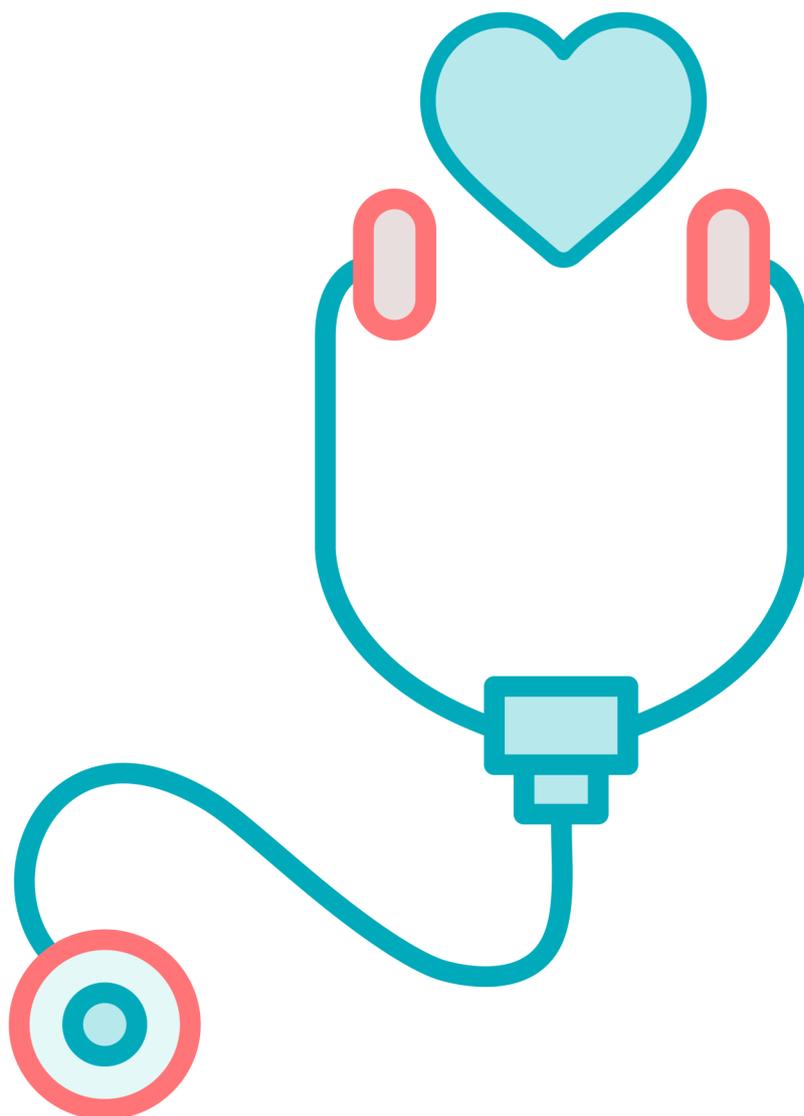


 AMBOSS

**100-Tage-Lernplan**

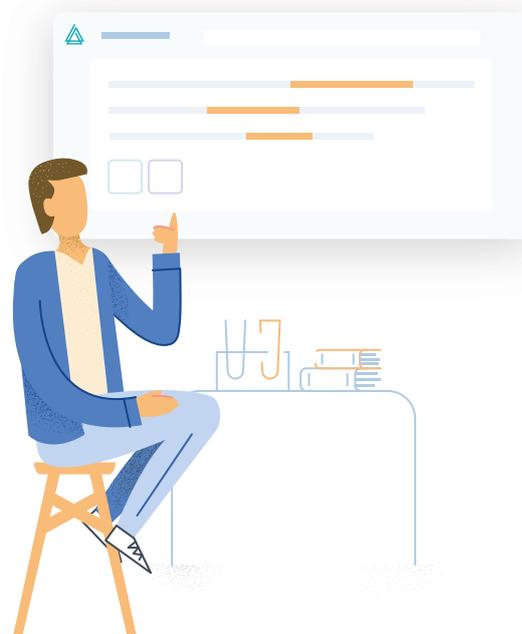
# Examens- Planungsvorlage



## Willkommen bei AMBOSS!

Diese Planungsvorlage ist eine Ergänzung zum AMBOSS-100-Tage-Lernplan, mit der du den Lernplan ganz auf deine eigenen Bedürfnisse abstimmen und deinen täglichen Lernfortschritt protokollieren kannst. Die Vorlage unterstützt dich dabei, den Überblick zu behalten, deine Lern-tage und -ziele individuell zu strukturieren sowie dir Pausen und freie Tage einzuplanen. In AMBOSS haben wir dir dazu Kapitel und Original-IMPP-Fragen zusammengestellt, damit du dich durch eine Kombination aus Lesen und Kreuzen optimal auf dein Examen vorbereiten kannst.

Der Plan ist bewusst so aufgebaut, dass die dem einzelnen Tag zugeordneten Fragen sich nicht speziell auf die an diesem Tag gelesenen Kapitel, sondern auf ein komplettes Fach beziehen. Hierdurch wird das Lernen effektiver und nachhaltiger. Wenn du genügend Zeit hast, kannst du dir zusätzliche Fragensessions mit falsch beantworteten Fragen zusammenstellen lassen und auf diese Weise deine Wissenslücken schließen. Achte bei den Kapiteln auf den IMPPact, um heraus-zufinden, wie intensiv du ein Kapitel lernen solltest.



## M2-Examen

- **Tag 1** | Innere Medizin
- **Tag 2** | Innere Medizin
- **Tag 3** | Innere Medizin
- **Tag 4** | Innere Medizin
- **Tag 5** | Innere Medizin
- **Tag 6** | Innere Medizin
- **Tag 7** | Innere Medizin
- **Tag 8** | Innere Medizin
- **Tag 9** | Innere Medizin
- **Tag 10** | Innere Medizin
- **Tag 11** | Innere Medizin
- **Tag 12** | Innere Medizin
- **Tag 13** | Innere Medizin
- **Tag 14** | Innere Medizin
- **Tag 15** | Innere Medizin
- **Tag 16** | Innere Medizin
- **Tag 17** | Innere Medizin
- **Tag 18** | Innere Medizin
- **Tag 19** | Innere Medizin
- **Tag 20** | Innere Medizin
- **Tag 21** | Innere Medizin
- **Tag 22** | Innere Medizin
- **Tag 23** | Infektiologie und Hygiene
- **Tag 24** | Infektiologie und Hygiene
- **Tag 25** | Infektiologie und Hygiene
- **Tag 26** | Infektiologie und Hygiene
- **Tag 27** | Infektiologie und Hygiene
- **Tag 28** | Pädiatrie
- **Tag 29** | Pädiatrie
- **Tag 30** | Pädiatrie

## M2-Examen

- **Tag 31** | Pädiatrie
- **Tag 32** | Pädiatrie
- **Tag 33** | Pädiatrie
- **Tag 34** | Humangenetik
- **Tag 35** | Dermatologie
- **Tag 36** | Dermatologie
- **Tag 37** | Dermatologie
- **Tag 38** | Anästhesie
- **Tag 39** | Intensiv- und Notfallmedizin
- **Tag 40** | Intensiv- und Notfallmedizin
- **Tag 41** | Chirurgie
- **Tag 42** | Chirurgie
- **Tag 43** | Chirurgie
- **Tag 44** | Chirurgie
- **Tag 45** | Chirurgie
- **Tag 46** | Orthopädie
- **Tag 47** | Orthopädie
- **Tag 48** | Orthopädie
- **Tag 49** | Orthopädie
- **Tag 50** | Gynäkologie
- **Tag 51** | Gynäkologie
- **Tag 52** | Gynäkologie
- **Tag 53** | Gynäkologie
- **Tag 54** | Urologie
- **Tag 55** | Urologie
- **Tag 56** | HNO
- **Tag 57** | HNO
- **Tag 58** | Augenheilkunde
- **Tag 59** | Augenheilkunde
- **Tag 60** | Neurologie

## M2-Examen

- **Tag 61** | Neurologie
- **Tag 62** | Neurologie
- **Tag 63** | Neurologie
- **Tag 64** | Neurologie
- **Tag 65** | Neurologie
- **Tag 66** | Neurologie
- **Tag 67** | Psychiatrie
- **Tag 68** | Psychiatrie
- **Tag 69** | Psychiatrie
- **Tag 70** | Psychiatrie
- **Tag 71** | Pharmakologie
- **Tag 72** | Pharmakologie
- **Tag 73** | Pharmakologie
- **Tag 74** | Pharmakologie
- **Tag 75** | Pharmakologie
- **Tag 76** | Radiologie
- **Tag 77** | Radiologie
- **Tag 78** | Arbeits- und Umweltmedizin
- **Tag 79** | Arbeits- und Umweltmedizin
- **Tag 80** | Rechtsmedizin
- **Tag 81** | Rechtsmedizin
- **Tag 82** | Pathologie
- **Tag 83** | Sozialmedizin
- **Tag 84** | Epidemiologie
- **Tag 85** | Alternative Heilverfahren und Rehabilitation
- **Tag 86** | Wiederholung
- **Tag 87** | Wiederholung
- **Tag 88** | Wiederholung
- **Tag 89** | Wiederholung
- **Tag 90** | Wiederholung

## M2-Examen

- **Tag 91** | Wiederholung
- **Tag 92** | Generalprobe
- **Tag 93** | Generalprobe
- **Tag 94** | Generalprobe
- **Tag 95** | Generalprobe
- **Tag 96** | Generalprobe
- **Tag 97** | Generalprobe
- **Tag 98** | Generalprobe
- **Tag 99** | Generalprobe
- **Tag 100** | Generalprobe

## Planungsvorlage

Hier zeigen wir dir anhand eines Beispiels, wie du mit unserer Vorlage deine Lerntage nach deinen individuellen Bedürfnissen strukturieren kannst. Druck sie beliebig oft aus.

Tag: 1 Innere Medizin			
 <b>Datum:</b>	 <b>Vormittags:</b> 1. Hälfte der Kapitel lesen	 <b>Mittagspause:</b> 13-14 Uhr :)	 <b>Nachmittags:</b> 2. Hälfte der Kapitel lesen und Kreuzen
<b>Kapitel gelesen:</b> ✓		<b>Fragen gekreuzt:</b> ✓	
		<b>Selbsteinschätzung:</b> 75% richtig	
<b>Wichtig:</b>	Evtl. Fragen zum AV-Block nochmals Kreuzen und Kapitel wiederholen!		

Tag:			
 Datum:	 Vormittags:	 Mittagspause:	 Nachmittags:
Kapitel gelesen: ●		Fragen gekreuzt: ●	Selbsteinschätzung:
Wichtig:			

Tag:			
 Datum:	 Vormittags:	 Mittagspause:	 Nachmittags:
Kapitel gelesen: ●		Fragen gekreuzt: ●	Selbsteinschätzung:
Wichtig:			

Tag:			
 Datum:	 Vormittags:	 Mittagspause:	 Nachmittags:
Kapitel gelesen: ●		Fragen gekreuzt: ●	Selbsteinschätzung:
Wichtig:			

## Meine Wiederholungsphase

In dieser Vorlage kannst du nach dem Kreuzen der Wiederholungsexamen und der Generalproben festhalten, welche Themen du nochmal durcharbeiten möchtest und wie gut du gekreuzt hast.

Tag:		
 <b>Datum:</b>	 <b>Examen:</b>	 <b>Erreichte Prozentzahl:</b>

**Kapitel zum Wiederholen/  
Wichtig(!):**

Tag:		
 <b>Datum:</b>	 <b>Examen:</b>	 <b>Erreichte Prozentzahl:</b>

**Kapitel zum Wiederholen/  
Wichtig(!):**

## Meine persönliche To-do-Liste

### Hast du noch ein paar Tage Zeit? Hier ein paar Vorschläge:

- Möchtest du dir deine Lücken im Lernradar anschauen?
- Willst du dir eine Session mit falsch beantworteten Fragen erstellen, um deine Wissenslücken zu schließen?
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### Kurz vor dem "großen Tag":

- Lege dir deine Ladung und deinen Ausweis bereit.
- Packe dir Getränke und Snacks ein (Nüsse, Apfel, Wasser etc.).
- Stecke sicherheitshalber Stifte und eine Armbanduhr ein.
- Brauchst du einen Gehörschutz (z.B. Ohrstöpsel)?
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

### Während der Prüfung:

- Plane genug Zeit ein, um deine Antworten auf den Antwortbogen zu übertragen (übertrage diese am besten parallel zur Bearbeitung).
- Plane Pausen ein, um dich neu fokussieren und ggf. kurz strecken zu können.
- Wenn du eine Antwort nicht weißt, rate und wähle direkt eine Antwort aus. Ggf. kannst du am Ende noch mal zu dieser Frage zurückkehren.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Viel Erfolg bei der Prüfung wünscht dir dein AMBOSS-Team!

