



Med+Gurus

## **12 Wochen MedAT Lernplan der MedGurus**

## Einleitung und wichtige Hinweise zum 12 Wochen MedAT Lernplan der MedGurus

Herzlich willkommen in unserem 12 Wochen Lernplan für den MedAT! Diese kleine Einleitung ist dafür gedacht, Dir einen groben Überblick über den Lernplan generell zu verschaffen und Dir ein paar Tipps mitzugeben, wie Du am besten mit unserem Lernplan arbeiten kannst. 🐉

### Das Wichtigste vorab:

Lernpläne sind eigentlich super individuell und müssen immer an Deine persönlichen Kapazitäten (Zeit, Konzentrationsphasen, Tagesablauf etc.) und Deine Stärken bzw. eher Schwächen (😏) angepasst sein.

Außerdem haben wir in unseren Lernplan sogenannte „Choose Yourself“-Tage eingebaut, an denen Du, basierend auf Deinen Stärken und Schwächen, selbst entscheiden musst, welche Untertests Du trainierst. 🙌

### Freie Tage:

Ein Tag in der Woche ist ein komplett freier Tag. Du kannst diesen Tag natürlich dahin legen, wo er Dir am besten passt. Hier solltest Du Dich möglichst nicht mit dem MedAT beschäftigen und Dich mit entspannten Dingen ablenken bzw. Dein Gehirn ein bisschen verarbeiten lassen, damit Du anschließend erholt – und vor allem wieder motiviert – weitermachen kannst. 🌴

### E-Learning & Bücher:

In den ersten Wochen unseres Lernplans stellen wir sicher, dass Du sowohl das E-Learning als auch unsere Bücher kennenlernst. Gerade die kurze Simulation in unserem E-Learning ist perfekt für den Einstieg, um einfach mal zu sehen, mit welchen Stärken Du in Deine MedAT-Vorbereitung starten kannst. 😊

Anschließend ist im Lernplan meist nicht weiter angegeben, ob Du die Untertests im E-Learning oder im Buch bearbeiten sollst. Das gibt Dir Freiheit und schafft Abwechslung. Bist Du z.B. gerade im Zug unterwegs und möchtest nicht alle Bücher mitschleppen, kannst Du ganz easy mit unserem E-Learning üben. Sitzt Du jedoch entspannt an Deinem Schreibtisch und möchtest testnah auf Papier trainieren, bieten sich unsere Bücher natürlich perfekt an. Wichtig ist aber, dass Du Dir nach einiger Eingewöhnungszeit

selbst einen Timer stellst bzw. auf die Uhr schaust, wenn Du mit Deinen Büchern übst, damit Du Dich an den Zeitdruck der jeweiligen Untertests gewöhnst. 🙌

### **Reihenfolge:**

An sich kannst Du die Reihenfolge der Untertests an den einzelnen Tagen nach Deinem Gusto gestalten. Achte aber an Tagen, an denen „Gedächtnis & Merkfähigkeit“ trainiert wird, darauf, dass Du die im Lernplan vorgegebene Reihenfolge einhältst! Hier liegen nämlich zwischen Lern- und Prüfphase immer 35 Minuten, in denen Du die Untertests „Zahlenfolgen“ und „Wortflüssigkeit“ bearbeiten wirst. Außerdem haben wir den Untertest „Textverständnis“ immer bewusst ans Ende Deines Lerntages gelegt, da Du zu diesem Zeitpunkt schon müde bist und das perfekt die Situation im MedAT simuliert! Auch Deine freien Tage kannst Du innerhalb der Woche dorthin legen, wo sie Dir am besten passen. Aber Achtung – „Gedächtnis und Merkfähigkeit“ ist bewusst immer so eingeplant, dass zwischen den Übungstagen mindestens ein Tag Pause liegt, damit Du in Deinem Gedächtnispalast wieder schön Platz für neue Informationen schaffst und die alten Ausweise herausgelöscht werden. 🧠

### **Fehlerquellen:**

Unser Lernplan wird Dich immer wieder dazu anweisen, Deine Untertests genau nachzubereiten und Deine Fehler aufzudecken bzw. Liste über Deine häufigsten Fehler zu führen und diese Liste auch immer wieder zu aktualisieren. Denn nur wenn Du Deine Fehler erkennst, kannst Du daraus lernen und Dein Niveau weiter verbessern! 💡

Jetzt haben wir erstmal genug gelabert und wünschen Dir ganz viel Erfolg und Spaß in den nächsten 12 Wochen!

Deine Gurus



## 1. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Den MedAT kennenlernen - Aufbau, Untertests, Zeitlimit, ...  (Leitfaden, S. 8-28)	Mach Dich mit dem E-Learning vertraut!  Kurze Simulation (E-Learning)	Gedächtnis & Merkfähigkeit: Major-System & Loci-Methode kennenlernen  1 Ausweis lernen ohne Zeitbegrenzung	Wortflüssigkeit: Strategie kennenlernen & Übungen  Zahlenfolgen: Strategie kennenlernen & Übungen  Wiederhole Deine Major-Liste!	Implikationen erkennen: Strategie kennenlernen & Übungen  Wiederhole Deine Major-Liste!	Figuren zusammensetzen: Strategie kennenlernen & Übungen  Textverständnis: Strategie kennenlernen & Übungen  Wiederhole Deine Major-Liste!	<b>Frei</b> 😊
Zeitaufwand: ca. 1h	Zeitaufwand: ca. 1,5h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2h	
Nachbereitungszeit: -	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	
Gesamtzeit: ca. 1h	Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	

**Eingewöhnungsphase:** In den ersten beiden Wochen wirst Du in aller Ruhe die einzelnen Untertests des MedATs kennenlernen. In dieser Zeit empfiehlt es sich, die Untertests noch ganz ohne Zeitdruck zu trainieren. 🧐 Übung macht den Meister – in ein paar Wochen wirst Du zeitlich auf Testniveau sein!

**Keine Panik:** Der **BMS-Teil** startet bewusst erst in der zweiten Woche! 🧐 Aus Erfahrung braucht der **KFF-Teil** nämlich einen längeren Trainingszeitraum, da es hier um viel Übung geht. Die **SEK-Untertests** brauchen vergleichsweise weniger Zeit, daher lernst Du sie erst in der 3. Woche kennen!

**Major-Liste:** Diese ist eines Deiner wichtigsten Hilfsmittel für “Gedächtnis & Merkfähigkeit”. Damit Du Deine Liste in- und auswendig kannst, ist es aber wichtig, dass Du sie **regelmäßig** wiederholst. 😊

Du möchtest dafür ein gutes System? Kein Problem – downloade Dir gerne unsere Karteikarten [hier](#)! 🧐



## 2. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Biologie  Implikationen erkennen  Zahlenfolgen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Gedächtnis und Merkfähigkeit: 8 Ausweise in 20 Min. (E-Learning) oder 8 Ausweise ohne Zeitbegrenzung (Buch)	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Physik  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Mathe  Implikationen erkennen  Wortflüssigkeit	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Gedächtnis und Merkfähigkeit: 8 Ausweise in 20 Min. (E-Learning) oder 8 Ausweise ohne Zeitbegrenzung (Buch)  Textverständnis	<b>Frei</b> 🤪
Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 1,5h	Zeitaufwand: ca. 1,5h	Zeitaufwand: ca. 1,5h	Zeitaufwand: ca. 1,5h	Zeitaufwand: ca. 2h	
Nachbereitungszeit: ca. 30 min	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 min	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	
Gesamtzeit: 2,5h	Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	

**BMS:** Diese Woche lernst Du den BMS-Teil des MedATs genauer kennen. Damit Du die Themen der Stichwortliste nicht nur 1 x lernst und dann wieder vergisst, setzen wir auf Wiederholung! 🔄 Daher findest Du nach jedem Tag, an dem Du für den BMS-Teil lernst “15 Min. Wiederholung vom Vortag”.

**Tipps & Erfahrungen von Medizinstudent:innen:** Wenn Du gerne die Lösungsstrategien mit persönlichen Erfahrungen von Leuten, die selbst den MedAT bestanden haben, lernen möchtest, dann bist Du bei unseren Kursen genau richtig! Denn hier wirst Du von MedizinstudentInnen trainiert. Wir haben verschiedene Kursmodelle, die wir sowohl vor Ort in vielen verschiedenen Städten als auch online anbieten. Schau gern einmal vorbei: [MedAT-Kurse](#) ! ❤️

So wie für die Major-Liste, haben wir auch für “Figuren zusammensetzen” eine Lernhilfe für Dich. Egal ob unterwegs im Bus oder zu Hause – damit kannst Du ganz einfach und schnell lernen, Winkel richtig zu erkennen: [MedGurus Winkel erkennen](#) 🦉



### 3. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	<b>Frei</b> 🤖
Biologie	Chemie	Physik	Mathematik	Biologie	Chemie	
Emotionen regulieren: Strategie kennenlernen & Übungen (E-Learning)	Emotionen erkennen: Strategie kennenlernen & Übungen	Soziales Entscheiden: Strategie kennenlernen & Übungen	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 20 Min. (E-Learning)	Textverständnis	Figuren zusammensetzen	
Choose yourself: Implikationen erkennen oder Figuren zusammensetzen			Zahlenfolgen Wortflüssigkeit Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)		Implikationen erkennen	
<b>Zeitaufwand: ca. 2h</b>	<b>Zeitaufwand: ca. 2h</b>	<b>Zeitaufwand: ca. 2h</b>	<b>Zeitaufwand: ca. 1,5h</b>	<b>Zeitaufwand: ca. 2h</b>	<b>Zeitaufwand: ca. 1,5h</b>	
<b>Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.</b>	<b>Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.</b>	<b>Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.</b>	<b>Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.</b>	<b>Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.</b>	<b>Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.</b>	
<b>Gesamtzeit: ca. 2,5h</b>	<b>Gesamtzeit: ca. 2,5h</b>	<b>Gesamtzeit: ca. 2,5h</b>	<b>Gesamtzeit: ca. 2h</b>	<b>Gesamtzeit: ca. 2,5h</b>	<b>Gesamtzeit: ca. 2h</b>	

**SEK-Teil:** Diese Woche lernst Du auch den letzten Teil des MedATs, den SEK-Teil, kennen. **“Emotionen regulieren”** ist 2023 zum ersten Mal Teil des Tests, daher findest Du diesen Untertest noch nicht im Leitfaden. Aber schau doch mal im E-Learning vorbei – dort kannst Du die Lösungsstrategie kennenlernen und den Untertest trainieren. 🌟

**Study-Buddies:** Bist Du noch auf der Suche nach Study-Buddies oder hast Du eine Frage zum Stoff? Dann bist Du auf unserem [Discord](#) genau richtig! Als Teil der Community kann man sich gegenseitig bei Fragen helfen oder auch gemeinsam lernen. Zusätzlich bekommst Du immer wieder **gratis Trainingsmaterial** oder eine **Live-Simulation!** 📁



#### 4. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	Chemie  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	<b>Frei</b> 🤪
Physik  Implikationen erkennen  Emotionen erkennen	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 15 Min. (E-Learning)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)  Textverständnis	Emotionen regulieren	Physik  Mathematik  Soziales Entscheiden  Choose yourself: Implikationen erkennen oder Zahlenfolgen	Choose yourself: Chemie oder Biologie  Figuren zusammensetzen	Biologie  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 15 Min. (E-Learning)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)	
<b>Zeitaufwand:</b> ca. 1,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 1,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 1,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2h	
<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> cc. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	
<b>Gesamtzeit:</b> ca. 2h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 2h	<b>Gesamtzeit:</b> 2,5h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 2,5h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 2h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 2,5h	

**Aus Fehlern lernen:** Diese Woche kannst Du die verschiedenen Untertests ruhig noch ohne Zeitdruck angehen und erstmal akribisch darauf achten, wo sich Deine häufigsten Fehler verstecken! Am besten legst Du Dir eine „Fehlerliste“ an, auf der Du während Deiner Nachbereitungszeit notierst, auf was Du unbedingt achten musst, um Dich zu verbessern. 💡

**Es geht bergauf:** Ein ganzer Monat Lernen liegt schon hinter Dir und so langsam wirst Du sicher die ersten richtigen Erfolge beim Üben bemerken – gratuliere! 🤪 Wenn Du bisher noch ohne zeitliche Vorgaben trainierst, ist das vollkommen in Ordnung. Geh langsam auch diese Hürde an und nähere Dich auch bei “Gedächtnis und Merkfähigkeit” immer mehr dem Testniveau! 🕒



## 5. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag  Kurze Simulation (E-Learning)	Biologie  Figuren zusammensetzen  Implikationen erkennen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 15 Min. (E-Learning)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Physik  Figuren zusammensetzen  Emotionen regulieren  Emotionen erkennen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Soziales Entscheiden  Textverständnis	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Mathematik  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 15 Min. (E-Learning)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)	<b>Frei</b> 🤗
Zeitaufwand: ca. 1,5h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	
Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	
Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	

**Simulation:** Diese Woche hast Du Deine erste **kurze Simulation** absolviert, super! 🤗 Lass Dich nicht entmutigen, wenn es in manchen Teilen schlechter gelaufen ist als Du es Dir erwartet hast. Wir sind noch nicht einmal bei der Hälfte des Lernplans! 📖

Wenn bisher beim Lernen Fragen aufgekommen sind oder Du Dir noch **Tipps aus erster Hand** holen willst, dann schau gerne bei unseren **kostenlosen Info-Sessions** vorbei! 🦉 Hier findest Du eine Übersicht zu den kommenden Sessions: [MedAT Info-Sessions](#) 🎥





## 6. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	Frei 🤗
Physik	Chemie	Biologie	Choose yourself: Physik oder Mathematik	Biologie	Kurze Simulation (E-Learning)	
Mathematik	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 10 Min. (E-Learning)	Implikationen erkennen	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase): 8 Ausweise in 10 Min. (E-Learning)	Figuren zusammensetzen	Optional für extra Fleißige: Biologie	
Figuren zusammensetzen	Zahlenfolgen	Emotionen regulieren	Zahlenfolgen	Emotionen erkennen		
Textverständnis	Wortflüssigkeit		Wortflüssigkeit			
	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)		Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)			
			Soziales Entscheiden			
Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 1,5h	
Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: 30 Min.	
Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 2h	

**Halbzeit:** Juhu - herzlichen Glückwunsch! 🥳 Du kannst Dir jetzt gerne einmal kräftig auf die Schulter klopfen und Dir vor Augen führen, wie viel du in den letzten 6 Wochen schon dazugelernt hast! 💪

**Probetest:** Diese Woche hast Du wieder eine kurze Simulation absolviert - super! 🙌 Wenn Du Interesse an einer möglichst **testnahen Simulation** hast, dann schau gern auf unserer Website vorbei! Unsere Probetests gibt es in vielen **verschiedenen Städten** oder **online** und diese werden von Tutor:innen beaufsichtigt, die alle selbst den MedAT bestanden haben. Schau gern [hier](#) vorbei. 😊



## 7. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	Chemie	15 Min. Wiederholung vom Vortag	<b>Frei</b> 🤖
Biologie	Mathematik	Physik	Kurze Simulation (E-Learning)	Figuren zusammensetzen	Biologie	
Emotionen regulieren	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase)	Figuren zusammensetzen		Choose yourself: Zahlenfolgen oder Textverständnis	Chemie	
Emotionen erkennen	Zahlenfolgen				Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase)	
Soziales Entscheiden	Wortflüssigkeit				Zahlenfolgen	
	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)				Wortflüssigkeit	
	Implikationen erkennen				Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)	
Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 1,5 h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 3,5	
Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	
Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 2h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 4h	

**Motivation:** Die MedAT-Vorbereitung kann sich manchmal wie eine richtige Achterbahnfahrt anfühlen. 🎢 Wenn Du einmal einen ordentlichen **Motivationsschub** oder eine Pause zwischen dem Lernen brauchst, dann schau gerne auf unserem [Blog](#) vorbei. 🙌



## 8. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag  Ganze Simulation (E-Learning)	Physik  Figuren zusammensetzen  Choose yourself: ein Untertest des SEK	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)  Textverständnis	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Mathematik  Choose yourself: ein Untertest des SEK	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Figuren zusammensetzen  Implikationen erkennen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Physik  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)	Frei 🤗
Zeitaufwand: ca. 4h	Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 3h	
Nachbereitungszeit: ca. 1h	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	
Gesamtzeit: ca. 5h	Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3,5h	

**Endspurt:** Noch 4 Wochen bis zum MedAT und deswegen hast du diese Woche Deine erste **komplette Simulation** geschrieben. Gratuliere! 🎉 Wir wissen, dass das ein enormer Zeitaufwand ist. 😓 Aber in den kommenden Wochen wirst Du weiterhin regelmäßig kurze oder auch lange Simulationen im Lernplan entdecken, damit Du Deine Konzentration an diese lange Dauer gewöhnst und dann beim MedAT ganz routiniert bist. 😊



## 9. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	15 Min. Wiederholung vom Vortag	<b>Frei</b> 🤖
Kurze Simulation (E-Learning)	Chemie	Physik	Bio	Chemie	Lange Simulation (E-Learning)	
Biologie	Mathe	Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase)	Physik	Choose yourself: Mathe oder Biologie		
	Figuren zusammensetzen	Zahlenfolgen	Implikationen erkennen	Figuren zusammensetzen		
		Wortflüssigkeit				
		Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)				
<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 2,5h	<b>Zeitaufwand:</b> ca. 4h	
<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 30 Min.	<b>Nachbereitungszeit:</b> ca. 1h	
<b>Gesamtzeit:</b> ca. 3h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 3h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 3h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 3h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 3h	<b>Gesamtzeit:</b> ca. 5h	

**Fehlerquellen:** Achte diese Woche noch einmal ganz besonders auf Deine häufigen Fehlerquellen und aktualisiere Deine Fehlerliste. In den verbleibenden Wochen bis zum MedAT werden wir diese jetzt noch angehen! 💪



## 10. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Biologie  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Kurze Simulation (E-Learning)  Chemie	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Physik  Mathematik  Choose yourself: ein SEK-Untertest	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Lernphase)  Zahlenfolgen  Wortflüssigkeit  Gedächtnis und Merkfähigkeit (Prüfphase)	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Choose yourself: Biologie oder Chemie  Physik  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Lange Simulation (E-Learning)	Frei 🤗
Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 3h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 3h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 4h	
Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 1h	
Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 5h	

**Selbstmotivation:** Erinnerung: Du bist schon weit gekommen und klopf Dir gerne selbst auf die Schulter! Die letzten Wochen Vorbereitung wirst Du auch noch super meistern – Dein Ziel ist schon in Sicht! 🏆



## 11. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Kurze Simulation (E-Learning)  Mathematik	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Physik  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Biologie  Choose yourself: ein SEK-Untertests	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Kurze Simulation (E-Learning)  Physik	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Chemie  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Lange Simulation (E-Learning)	<b>Frei</b> 🤗
Zeitaufwand: ca. 2h	Zeitaufwand: ca. 3h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 2,5h	Zeitaufwand: ca. 3h	Zeitaufwand: ca. 4h	
Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 1h	
Gesamtzeit: ca. 2,5h	Gesamtzeit: ca. 3,5h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3h	Gesamtzeit: ca. 3,5h	Gesamtzeit: ca. 5h	

**Bald hast Du es geschafft!** Deine letzte komplette Vorbereitungswoche ist vorbei – Du hast es fast geschafft! 🏆

**Motivation & persönliche Erfahrung:** Wenn Du noch einmal einen ordentlichen **Motivationskick** bekommen möchtest oder Du Dich vergewissern willst, dass Du am Testtag an alles **Organisatorische** denkst, haben wir genau das Richtige für Dich! 🙌 Denn kurz vor dem Testtag geben Dir zwei unserer Tutor:innen noch abschließend **wichtige Infos** und motivieren Dich noch einmal so richtig für den Testtag. Also schau gern vorbei! Nähere Infos findest Du [hier](#). ❤️



## 12. Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Kurze Simulation (E-Learning)  Biologie	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Biologie  Physik  Figuren zusammensetzen	15 Min. Wiederholung vom Vortag  Chemie  Mathematik  SEK: alle 3 Untertests	Frei 🤗 Mach etwas, das Dir so richtig guttut und Dich noch ein bisschen ablenkt!	Offizieller MedAT-Testtag 🍀	Wir gratulieren, Du hast es geschafft! 🌞  Jetzt hast Du Dir die Ferien richtig verdient! 🌴	
Zeitaufwand: ca. 3h	Zeitaufwand: ca. 3,5h	Zeitaufwand: ca. 3h				
Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.	Nachbereitungszeit: ca. 30 Min.				
Gesamtzeit: ca. 3,5h	Gesamtzeit: ca. 4,5h	Gesamtzeit: ca. 3,5h				

Du hast das super gemacht! Viel Erfolg beim MedAT wünschen Dir Deine MedGurus! 🐉



Med+Gurus