Choisir un résultat et une liste raisonnable

Student Wyckoff · My Day · 2026-10-25

Choisissez d’abord le résultat qui compte le plus aujourd’hui, puis ajoutez de petites actions si elles tiennent. La règle 1–3–5 sert parfois de repère : une grande tâche, trois moyennes et cinq petites. Ce n’est pas une obligation de remplir neuf lignes. Une seule grande tâche peut occuper tout le créneau disponible. Décrivez une action observable, comme « vérifier deux calculs », plutôt que « tout mettre en ordre ». La table propose un exemple après les engagements fixes ; adaptez sa charge à votre propre journée.

Moment / bloc	Tâche	Condition de fin
Après les engagements fixes	Vérifier deux calculs	Erreurs identifiées et corrigées
Petit bloc suivant	Répondre au courriel nécessaire	Réponse envoyée
Marge	Absorber un retard ou terminer	Reste et prochaine action clarifiés

https://studentwyckoffshop.app/fr/blog/2026-10-25/realistic-daily-plan#daily-plan-template