

VOCABULARY · EPISODE 45

A New English Plan for the Year

Key words & expressions · English + Deutsch

10 words

Your English Toolbox

1

to map out

durchplanen · einen detaillierten Plan aufstellen

DEF

to plan something in detail, organising all the steps and stages before you begin

Map out is richer than 'plan' — it implies a visual, spatial thinking where you lay out all the pieces before committing. A new year in English needs to be mapped out, not just wished for.

DE

Etwas im Detail planen, alle Schritte und Phasen vor dem Beginn organisieren.

Reicher als 'planen' — impliziert ein visuelles, räumliches Denken, bei dem man alle Teile ausbreitet.

Before January starts, map out your English goals for the year — be specific.

Before January starts, map out your English goals for the year. -> Bevor der Januar beginnt, plane deine Englischziele für das Jahr durch.

She mapped out a twelve-month English plan that balanced listening, speaking, and reading.

She mapped out a twelve-month English plan that balanced listening, speaking, and reading. -> Sie stellte einen detaillierten Zwölf-Monats-Englischplan auf, der Hören, Sprechen und Lesen ausbalancierte.

2

to stick to a plan

an einem Plan festhalten · den Plan durchhalten

DEF

to continue following a plan without giving up or changing it, especially when it becomes difficult

Sticking to a plan is harder than making one — life intervenes, motivation fluctuates. The ability to stick to a plan through difficult days separates people who reach their language goals from those who don't.

DE

Einen Plan weiter verfolgen, ohne aufzugeben oder ihn zu ändern, besonders wenn es schwierig wird.

An einem Plan festzuhalten ist schwerer als einen zu machen — das Leben greift ein, die Motivation schwankt.

The plan is only useful if you stick to it — even on the days when you don't feel like it.

The plan is only useful if you stick to it — even on the days when you don't feel like it. -> Der Plan ist nur nützlich, wenn du daran festhältst — auch an den Tagen, an denen du keine Lust hast.

She stuck to her English plan for the whole year and by December she felt like a different person.

She stuck to her English plan for the whole year and by December she felt like a different person. -> Sie hielt den ganzen Jahr an ihrem Englischplan fest und im Dezember fühlte sie sich wie eine andere Person.

3

a milestone

ein Meilenstein · ein wichtiger Zwischenerfolg

DEF

a significant point or achievement in a process or journey; a marker that shows how far you have come

Milestones are how long journeys stay motivating — they break the distance into celebrated sections. In a year-long English plan, milestones might be: 'hold a five-minute conversation', 'watch a film without subtitles', 'read a full article'.

DE

Ein bedeutender Punkt oder eine Leistung in einem Prozess oder einer Reise.

Meilensteine sind der Grund, warum lange Reisen motivierend bleiben — sie unterteilen die Strecke in gefeierte Abschnitte.

Set milestones every two months — small wins that keep the motivation alive.

Set milestones every two months — small wins that keep the motivation alive. -> Setze alle zwei Monate Meilensteine — kleine Siege, die die Motivation am Leben erhalten.

Her first milestone was finishing one episode of an English series without rewinding. She never forgot it.

Her first milestone was finishing one episode of an English series without rewinding. -> Ihr erster wichtiger Zwischenerfolg war es, eine Episode einer englischen Serie ohne Zurückspulen zu beenden.

4

to set a goal

ein Ziel setzen · sich ein konkretes Ziel stecken

DEF

to decide on a specific outcome you want to achieve and commit to working towards it

Set a goal is the foundational action of any learning plan. Vague intentions become concrete plans when you set a goal. In English learning, goals need to be specific — not 'speak English better' but 'hold a five-minute conversation about my work without switching languages'.

DE

Ein spezifisches Ergebnis festlegen, das man erreichen möchte, und sich verpflichten darauf hinzuarbeiten.

Die grundlegende Handlung jedes Lernplans. Vage Absichten werden zu konkreten Plänen wenn man ein Ziel setzt.

Set a goal for your English that excites you — excitement is the fuel that makes goals stick.

Set a goal for your English that excites you — excitement is the fuel that makes goals stick. -> Setze dir ein Ziel für dein Englisch, das dich begeistert — Begeisterung ist der Treibstoff, der Ziele haften lässt.

She set a goal of understanding an entire podcast episode without subtitles by the end of the month.

She set a goal of understanding an entire podcast episode without subtitles by the end of the month. -> Sie setzte sich das Ziel, bis Ende des Monats eine ganze Podcast-Episode ohne Untertitel zu verstehen.

5

to break something down

etwas aufteilen · etwas in handhabbare Teile zerlegen

DEF

to divide a large task, topic, or problem into smaller, more manageable pieces

Break something down is one of the most practical phrases in English for studying and planning. Complex learning goals feel overwhelming as a whole; broken down into steps they become achievable. This is the planning verb used by teachers, coaches, and learners alike.

DE

Eine große Aufgabe, ein Thema oder Problem in kleinere, handhabbare Teile aufteilen.

Eine der praktischsten Phrasen im Englischen für Lernen und Planung. Komplexe Lernziele fühlen sich als Ganzes überwältigend an; in Schritte aufgeteilt werden sie erreichbar.

Break your English goal down into weekly targets — one manageable piece at a time.

Break your English goal down into weekly targets — one manageable piece at a time. -> Teile dein Englischziel in wöchentliche Ziele auf — ein handhabbares Stück nach dem anderen.

She broke down her goal of 'learning English' into daily reading, weekly listening, and monthly speaking challenges.

She broke down her goal of 'learning English' into daily reading, weekly listening, and monthly speaking challenges. -> Sie teilte ihr Ziel 'Englisch lernen' in handhabbare Teile auf: tägliches Lesen, wöchentliches Hören und monatliche Sprechherausforderungen.

6

to track your progress

Fortschritte verfolgen · deinen Fortschritt regelmäßig aufzeichnen

DEF

to regularly monitor and record how much you have improved or how far you have moved towards a goal

Tracking progress is the accountability habit that keeps learning honest. Without it, you rely on feeling — which is unreliable. With it, you have evidence. For English learners, tracking might mean recording yourself monthly, timing how long you can speak without stopping, or counting new vocabulary.

DE

Regelmäßig überwachen und aufzeichnen, wie sehr man sich verbessert hat oder wie weit man sich einem Ziel genähert hat.

Die Verantwortlichkeitsgewohnheit, die das Lernen ehrlich hält. Ohne sie verlässt man sich auf das Gefühl — das unzuverlässig ist.

Track your progress by recording yourself speaking at the start of each month — the comparison will motivate you.

Track your progress by recording yourself speaking at the start of each month — the comparison will motivate you. -> Verfolge deinen Fortschritt, indem du dich am Anfang jedes Monats beim Sprechen aufnimmst — der Vergleich wird dich motivieren.

She tracked her English progress in a simple notebook and the evidence of growth kept her going on hard days.

She tracked her English progress in a simple notebook and the evidence of growth kept her going on hard days. -> Sie verfolgte ihren Englischfortschritt in einem einfachen Notizbuch und die Wachstumsevidenz hielt sie an schwierigen Tagen am Laufen.

7 to build a routine

eine Routine aufbauen · eine regelmäßige Gewohnheit entwickeln

DEF

to create a regular, structured habit of doing something at a consistent time and in a consistent way

Build a routine is the planning phrase for habit formation. A routine takes a decision and removes it — you do not decide to practise English each day, you just do it because that is what you do at that time. The most successful English learners all have routines.

DE

Eine regelmäßige, strukturierte Gewohnheit des Tuns von etwas zu einer konsistenten Zeit und konsistenten Art und Weise aufbauen.

Die Planungsphrase für Gewohnheitsbildung. Eine Routine entfernt eine Entscheidung — man entscheidet nicht täglich zu üben, man tut es einfach.

Build an English routine that fits your actual life — five minutes every morning beats one hour once a week.

Build an English routine that fits your actual life — five minutes every morning beats one hour once a week. -> Bau eine Englischroutine auf, die zu deinem tatsächlichen Leben passt — fünf Minuten jeden Morgen schlägt eine Stunde einmal pro Woche.

She built a morning routine that included ten minutes of listening before breakfast, and it transformed her English.

She built a morning routine that included ten minutes of listening before breakfast, and it transformed her English. -> Sie baute eine Morgenroutine auf, die zehn Minuten Hören vor dem Frühstück beinhaltete, und das veränderte ihr Englisch.

8 a deadline

eine Frist · eine Deadline

DEF

a date or time by which something must be completed or achieved

Deadline is essential planning vocabulary in English — both professional and personal. Giving yourself a deadline for a learning goal transforms it from a wish into a commitment. Without a deadline, a goal has no urgency and is easily postponed.

DE

Ein Datum oder eine Zeit bis zu der etwas abgeschlossen oder erreicht werden muss.

Wesentliches Planungsvokabular im Englischen. Sich eine Frist zu setzen verwandelt ein Ziel in eine Verpflichtung.

Give your English goals a deadline — without one, there is no reason to start today instead of tomorrow.

Give your English goals a deadline — without one, there is no reason to start today instead of tomorrow. -> Gib deinen Englischzielen eine Frist — ohne eine gibt es keinen Grund heute statt morgen anzufangen.

She gave herself a self-imposed deadline of speaking to a native English speaker before the end of the year.

She gave herself a self-imposed deadline of speaking to a native English speaker before the end of the year. -> Sie setzte sich eine selbst auferlegte Frist, bis zum Jahresende mit einem Muttersprachler zu sprechen.

to hold yourself accountable

9

sich selbst zur Rechenschaft ziehen · persönliche Verantwortung für Verpflichtungen übernehmen

DEF

to take personal responsibility for your commitments and ensure that you follow through on what you said you would do

Hold yourself accountable is the self-discipline phrase for learners who work alone. Without a teacher or class forcing consistency, you must hold yourself accountable. Strategies: sharing your goal with someone, setting reminders, tracking streaks. It is what separates intentional learners from passive ones.

DE

Persönliche Verantwortung für die eigenen Verpflichtungen zu übernehmen und sicherzustellen, dass man das durchführt was man angekündigt hat.

Die Selbstdisziplinphrase für Lernende, die alleine arbeiten. Ohne Lehrer, der Konsistenz erzwingt, muss man sich selbst zur Rechenschaft ziehen.

Hold yourself accountable by telling someone your English goal — being witnessed creates commitment.

Hold yourself accountable by telling someone your English goal — being witnessed creates commitment. -> Zieh dich selbst zur Rechenschaft, indem du jemandem dein Englischziel erzählst — Zeuge zu sein schafft Verpflichtung.

She held herself accountable by checking in with her learning goals every Sunday and noting whether she had followed through.

She held herself accountable by checking in with her learning goals every Sunday and noting whether she had followed through. -> Sie zog sich selbst zur Rechenschaft, indem sie jeden Sonntag ihre Lernziele überprüfte und notierte ob sie sie umgesetzt hatte.

10

to prioritise

priorisieren · Prioritäten setzen

DEF

to decide which tasks or goals are most important and give them attention first

Prioritise is the planning verb for deciding what matters. In English learning, you cannot work on everything at once — grammar, vocabulary, listening, speaking, reading, writing. Deciding what to prioritise first, based on your current level and goals, is itself a skill.

DE

Entscheiden welche Aufgaben oder Ziele am wichtigsten sind und ihnen zuerst Aufmerksamkeit schenken.

Das Planungsverb für das Entscheiden was wichtig ist. Im Englischlernen kann man nicht alles auf einmal bearbeiten.

Prioritise speaking over writing if your goal is to travel — you need to produce, not just understand.

Prioritise speaking over writing if your goal is to travel — you need to produce, not just understand. -> Priorisiere Sprechen über Schreiben wenn dein Ziel Reisen ist — du musst produzieren, nicht nur verstehen.

She prioritised listening for the first six months and found that her speaking improved too, naturally and effortlessly.

She prioritised listening for the first six months and found that her speaking improved too, naturally and effortlessly. -> Sie priorisierte sechs Monate lang das Hören und fand, dass sich ihr Sprechen auch natürlich und mühelos verbesserte.