

HELP

Mijn kind heeft een PARTweek

Ilse Lalieu & Joyce de Jong



de
breul

VRAGEN:

Wat is een een PARTweek?

Waarom een PARTweek?

Hoe vaak is een PARTweek?

Hoe bereid je je voor op een PARTweek?

Hebben ouders een rol in de PARTweek?



Schooljaar op de Breul:

- 4 periodes
- Elke periode wordt afgesloten met een PARTweek
- PART = Periode van Activiteiten, Reflectie en Toetsen

<https://www.youtube.com/watch?v=KSPczHSvYEU>

Ouders kunnen hun kinderen helpen door:

- een structuur te bieden voor schoolwerk, zoals een rustige werkplek en een dagelijkse routine.
- een coachende rol aan te nemen in plaats van het werk over te nemen.
- het kind zelf de verantwoordelijkheid geven
- Begeleiden bij keuzes.



Ruim van tevoren beginnen:

- met een planning,
- de stof op te delen,
- actief te leren met samenvattingen of oefeningen, en
- voldoende pauzes te nemen voor optimale concentratie en resultaat.
- een opgeruimde leeromgeving
- gezonde gewoontes zoals genoeg slapen, eten en drinken.

Drie aspecten van groot belang

1. Planning en organisatie

2. Leerstrategieën

3. Leefstijl

Planning en organisatie

Begin op tijd:

Start 2 á 3 weken van tevoren om stress te verminderen en voldoende herhaling in te plannen.

Maak een overzicht:

Noteer alle vakken en de specifieke stof per vak (paragrafen, powerpoints, etc.).

Stel een realistisch rooster op:

Plan leerblokken in, de duur en de volgorde van vakken en vrije tijd.

•Verzamel al je spullen:

Ruim je leerplek op en zorg dat alle benodigde materialen klaar liggen.

Maak een overzicht van de toetsstof

Schrijf per vak precies op wat je voor de toets moet leren.

Het kan handig zijn een tabel te maken.

Gebruik hiervoor de **STUDIEWIJZER**

Vak (toets)	Te leren stof	Hoeveel tijd?
Duits	Woorden 1-300, naamvallen en werkwoorden	
wiskunde	Hoofdstuk 4.1 t/m 4.5	
biologie	Alles van hoofdstuk 1&2 (inclusief bonus-vragen!)	
Nederlands	Bladzijde 12, 13, 15-20, en 27	
enz...	enz...	

→ Bedenk hoeveel tijd je nodig hebt per vak, zodat je de stof goed kunt verdelen in je planner

Leerstrategieën

Verdeel de stof:

Hak de leerstof in behapbare stukken, zoals paragrafen of hoofdstukken.

Leer actief:

Lees de stof niet alleen, maar pas deze toe door samenvattingen te maken of oefenopgaven te maken.

Herhaling is essentieel:

Herhaal de stof regelmatig om het beter te onthouden. Dit kan door jezelf of elkaar te overhoren.

Maak samenvattingen:

Het verwerken en opschrijven van informatie helpt je om het te onthouden.

Gebruik flashcards of apps:

Dit kan een effectieve manier zijn om feiten en begrippen te oefenen.

Maak een 'spiekbriefje':

Dit is een oefenbriefje met belangrijke informatie die je tijdens het oefenen bij de hand mag houden om jezelf te testen zonder constant in je boek te kijken.

Leefstijl

Neem pauzes:

Plan regelmatig korte pauzes (bv. 5 minuten na 30 minuten leren) en een langere pauze (bv. 30 minuten na 2 uur).

Eet en drink gezond:

Zorg voor voldoende water en gezonde voeding, dit helpt je hersenen optimaal te functioneren.

Zorg voor voldoende slaap:

Slaap is cruciaal voor je concentratie en denkvermogen. Leer niet door tot middernacht.

Beweeg:

Een korte wandeling kan helpen om je hoofd leeg te maken en ruimte te maken voor nieuwe leerstof

BEGIN MET HET MOEILIJKSTE

Dit kost het meeste energie en kun je maar gehad hebben.

DE TELEFOON MOET WEG!

Bepaal zelf wanneer en hoelang je de telefoon mag pakken.
Zet dit in je planner!



Het kind is en blijft eigenaar!

"IK KAN HET ZELF"
daar word je
wijzer van!

