



Tips voor thuiswerken



Hoe is jouw werkruimte ingericht?

Zorg voor een rustige plaats, waar je goed kunt werken. Maak je bureau leeg en voorkom afleiding.



Hoe begint jouw lesdag?

Jouw instelling maakt alle verschil. Dat begint 's ochtends. Wees op tijd. Douche, steek je in de kleren en ontbijt 's ochtends. De lesdag begint. Daar ga je!



Gebruik je je camera tijdens de les?

Doe je camera aan. Docenten mogen dit vragen. Zo is er namelijk contact tussen jou, je medeleerlingen en de docent. Je wordt meer betrokken bij de les.



Maak je aantekeningen tijdens de les?

Wist je dat je volgende week 90% vergeten bent van wat er vandaag verteld wordt in de les? Maak daarom actief aantekeningen. Welke informatie is belangrijk... Welke stof wordt uitgelegd? Wat moet je weten voor de toets of huiswerkopdracht? Waar kun je dit precies naslaan?



Werk je gefocust?

Voorkom afleiding. Maak afspraken over telefoon, games, enz. Focus op je les, dan heb je na afloop van de lesdag alle tijd voor jezelf.



Stel je vragen?

Tijdens online lessen kun je vragen stellen. Steek je hand op, gebruik de microfoon of de chat. Bedenk: je docent en mentor zijn er voor jou!



Houd je de planning bij?

Zorg dat je een overzicht hebt van alle opdrachten en toetsen. Zo word je nooit verrast. Je kunt bijvoorbeeld een planbord maken met alle vakken in rijen onder elkaar. Op post-its noteer je de toets of opdracht, de datum, de plek waar je informatie hierover kunt vinden op Itslearning, enz.



Hoe studeer je

Alleen luisteren of lezen voor een toets werkt niet. Leren moet je op een actieve manier doen. Maak schema's. Leg jezelf de stof uit. Overhoor jezelf of laat je overhoren door je ouders.



Hoe is het ritme??

Structuur is heel belangrijk. Zorg dat je op gezette tijden opstaat, eet en slaapt. Daardoor voel je je fit en actief.



Waar krijg je energie van deze dagen?

De lockdown vraagt veel van je. Je wilt niet in een negatieve spiraal belanden. Doe daarom naast je studie dingen waar je energie van krijgt. Praat bij met je klasgenoten, ga naar buiten, maak muziek, sport, beweeg, enz. Doe dit buiten schooltijd, maar ook tussen de lessen door