

# TIJDBEHEER & CONCENTRATIE

## KORTE OMSCHRIJVING LESSENPAKKET

Dit lessenpakket kan gebruikt worden door jou, als leerkracht of leerlingenbegeleider, nadat de leerlingen van de derde graad de online tool Columbus hebben ingevuld. Leerlingen krijgen via deze tool inzicht in vaardigheden die het studiekeuzeproces versterken. Ze krijgen feedback die je met hen kunt bespreken en waarmee je aan de vaardigheden kunt werken waar ze minder goed op scoorden. Dit pakket is gericht op het bewerkstelligen van een beter tijdbeheer en het verhogen van de concentratie. Het pakket sluit aan bij meerdere vakoverschrijdende eindtermen en ontwikkelingsdoelen van de derde graad. Een overzicht hiervan is opgenomen in bijlage.

De eerste twee lessen zijn gewijd aan het thema tijdbeheer. In de eerste les worden tips gegeven alsook een stappenplan aangeboden dat gevolgd kan worden bij het opstellen van een planning. Tijdens deze les dienen de leerlingen zelf een planning op te stellen voor de komende week. Ze krijgen ook de opdracht hun tijd te registreren. De tweede les bouwt hierop verder en zoomt specifiek in op tijdverspillers en uitstelgedrag. Via oefeningen krijgen de leerlingen strategieën aangereikt om hun tijdbeheer te optimaliseren. De volgende twee lessen behandelen het thema concentratie. Beide lessen werken rond afleiders, waarbij les drie focust op interne en les vier op externe afleiders. De derde les start bovendien met een oefening rond bewustwording van afleiders. Hierbij brengen de leerlingen alle mogelijke afleiders in kaart. Het lessenpakket wordt afgesloten met een terugblik op de verwachtingen en doelen die tijdens een verkennend gesprek (voorafgaand aan de lessen) werden opgesteld.

Een terugkerend element aan het begin van de lessen is een terugblik naar de vorige les. Dit is een belangrijke toets van wat de leerlingen hebben gedaan met de input uit de lessen. Tijdens deze terugblik kan je als leerkracht/ leerlingenbegeleider nagaan welke tips in de praktijk werden omgezet en welk effect dit had op de leerlingen.

Bij iedere les wordt omschreven wat de doelen zijn, hoe deze 'gecheckt' worden (hoe en wanneer er wordt nagegaan of de doelen gerealiseerd worden) en wat de behoeften zijn voor die les. In het lesschema wordt op een overzichtelijke manier weergegeven hoe de les wordt ingedeeld qua timing, hoe de onderwijsleersituatie eruit ziet (wat er gedaan wordt binnen dat onderdeel van de les) en waarom gekozen werd voor bepaalde werkvormen en/of activiteiten (verantwoording)..