



STADION
VMBO-G • VMBO-T

Proefwerkweek

Leerjaar 3



Beste leerlingen, tevens ter info aan je ouder(s)/verzorger(s),

Inmiddels zijn we alweer een paar weken bezig met het nieuwe schooljaar en hebben jullie al een aantal toetsen gehad. Nu komt de proefwerkweek eraan. In de proefwerkweek worden grotere delen van de stof getoetst. De week bestaat dus voornamelijk uit toetsen, je volgt verder geen lessen (behalve D&P op vrijdag).

Voor jullie als derdejaarsleerlingen is dit extra belangrijk, omdat de behaalde cijfers kunnen meetellen voor je schoolexamen (SE) of overgangsrapport (PTA of voortgangsdossier).

De proefwerkweek voor klas 3 vindt dit schooljaar plaats van **vrijdag 10 november tot en met donderdag 16 november**.

In dit boek vind je tips om je goed voor te bereiden op de proefwerkweek.

Neem ze ter harte, zodat je goede resultaten kunt halen! We wensen jullie heel veel succes.

Hoe ziet de proefwerkweek eruit?

- ✓ Je hebt maximaal twee toetsen per dag.
- ✓ Op een van de volgende bladzijden staan de toetsen en de leerinhoud. Noteer dit zodra het rooster bekend is in je agenda!
- ✓ De proefwerken zijn wat langer, maar niet moeilijker dan normaal.
- ✓ Na de laatste toets kun je naar huis gaan om te leren voor je volgende toetsen.
- ✓ Verzuimmelding tijdens proefwerkweek: voor afspraken zoals bromfietsexamen, een bezoek aan de orthodontist, huisarts of tandarts wordt tijdens de proefwerkweek **géén** verlof verleend.
- ✓ Als je ziek bent, moet dit door je ouders/verzorgers bij aanvang van de toetsdag (uiterlijk 08.15 uur) aan de administratie worden doorgegeven.
- ✓ Op vrijdagmiddag gaat de D&P les gewoon door.

Mocht je nog vragen hebben of meer willen weten, neem dan contact op met je mentor of je vakdocent.

Namens de mentoren en alle docenten veel succes gewenst bij de proefwerkweek!

Tips voor je proefwerkweek



- 1. Let goed op tijdens de laatste lessen.**
De docent besteedt dan nog vaak aandacht aan de stof voor de week.
- 2. Begin op tijd met voorbereiden.**
Begin ruim op tijd met het herhalen van moeilijke stof of oefeningen en maak alvast schema's/uittreksels voor de theorievakken.
- 3. Zorg dat je precies weet wat je moet leren, kennen en kunnen.**
In dit boekje kun je opschrijven wat de leerstof is per vak.
- 4. Maak een planning.**
Noteer per dag hoeveel echte tijd je overhoudt om te leren. Verdeel die tijd in stukjes met korte pauzes. Als je te lang achter elkaar leert, word je duf. Wissel je leerwerk af. Achterin kun je je planning opschrijven.
- 5. Gebruik hulpmiddelen.**
 - Maak bijvoorbeeld woordkaartjes met aan de ene kant het Engels of Duitse woord en aan de andere kant de vertaling.
 - Maak schema's of mindmaps voor de zaakvakken met de hoofdzaken van de stof.
 - Leer schrijvend en niet alleen maar uit je hoofd.
 - Gebruik veel kladpapier terwijl je leert.
 - Woordjes en grammaticazinnen oefen je op papier.
 - Veel docenten zetten de stof (voor de toetsweek) en oefenmateriaal in SOM. Dat gebruik je uiteraard ook.
 - Maak sommen en oefeningen uit het werkboek die je moeilijk vond of die belangrijk zijn nogmaals om te controleren of je het begrepen hebt.
- 6. Zorg dat je materiaal in orde is:**
Pennen - Potloden (geslepen) - Geodriehoek - Rekenmachine - Liniaal - Gum - **Lees- of leerboek** (voor als je klaar bent met de toets).
- 7. Zorg voor voldoende rust.**
 - Ga op tijd naar bed.
 - Verwijder alles uit je leeromgeving die je rust verstoren, die afleiden.
 - Vind je het moeilijk om je mobiel weg te leggen, spreek met je ouders af om je daarbij te helpen.
 - Ga pas uitgebreid met die dingen ontspannen als de stof er goed in zit. Dat voelt veel prettiger!
 - Spreek met elkaar af dat je elkaar deze week wat meer met rust laat op social media. Focus!
- 8. Ga niet vlak voor je naar bed gaat nog leren.**
Als je voordat je gaat slapen nog druk in de weer bent, kun je moeilijk in slaap komen. Ook neem je de lesstof 's avonds minder goed in je op. Ga niet een half uur voordat je gaat slapen nog leren of op een beeldscherm turen. Een boek lezen of muziek luisteren kan wel.

9. **Heb je dingen in je hoofd zitten waarvan je bang bent dat je ze vergeet?**

Maak een 'onthoudbriefje' en bekijk dat elke dag even.

10. **Zorg voor voldoende ontspanning.**

Neem na een bepaalde leertijd (bijv. 3 kwartier, 1 uur) een korte pauze van 10 minuten. Maak in die pauze je hoofd 'leeg'. Ga bijvoorbeeld lekker even naar buiten of speel met de hond. Laat je lichaam even werken en je hersenen rusten. Hou je ook aan die korte pauze en laat het niet oplopen tot een half uur. Vind je het moeilijk om weer naar je boeken terug te keren? Zet dan een timer.

11. **Overhoor jezelf (ook schriftelijk) en laat je overhoren.**

Na verloop van tijd vergeet je vaak wat je precies geleerd hebt. Herhaal de stof regelmatig en laat je na geruime tijd weer overhoren om zeker te weten dat je de stof écht beheerst (d.w.z. hebt opgenomen in je lange termijngeheugen). Overhoren doe je bij voorkeur schrijvend! Zeker bij de talen. Je kunt ook jezelf overhoren.

Proefwerkweek leerjaar 3

Dag	Tijd	Vak	Leerstof
Vrijdag 10 november	Zie Zermelo	Nederlands	Leestoets 1.3 en 2.3
Vrijdag 10 november	Zie Zermelo	Geschiedenis	Nederlands-Indië
Vrijdag 10 November	Zie Zermelo	Nask 2	Hoofdstuk 1 Stoffen en Mengsels en Hoofdstuk 2 Water
Maandag 13 november	Zie Zermelo	Economie	Hoofdstuk 2 en 3
Maandag 13 november	Zie Zermelo	Engels	Leestoets
Dinsdag 14 november	Zie Zermelo	KV2D	H1 Spelgegevens en theater vormgevingsmiddelen en begrippen Categorie, inhoud, algemeen (paarse gedeelte)
Dinsdag 14 november	Zie Zermelo	LO2	Golf, Spinning en MMA Toets <u>digitaal via Quayn</u>
Dinsdag 14 november	Zie Zermelo	Aardrijkskunde	H.1 en H.2 Arm en Rijk
Dinsdag 14 november	Zie Zermelo	Nask 1	Hoofdstuk 2 Weer en Hoofdstuk 3 Krachten
Woensdag 15 november	Zie Zermelo	Wiskunde	Hoofdstuk 1 en gedeelte Hoofdstuk 2
Woensdag 15 november	Zie Zermelo	Maatschappijleer	Criminaliteit
Donderdag 16 november	Zie Zermelo	Biologie	Thema 2: Voortplanting en Ontwikkeling Toets <u>digitaal via Quayn</u>
Donderdag 16 november	Zie Zermelo	Duits	Toets H1 en H2

Op Zermelo vind je terug in welk lokaal je de toetsen moet maken en welke docent aanwezig is.