



**STADION**  
VMBO-G • VMBO-T

# Proefwerkweek

## Leerjaar 3



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

De proefwerkweek komt er weer aan! 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 15 maart tot en met donderdag 21 maart**.

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.
- ✓ Op vrijdagmiddag 22 maart: les volgens rooster.

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 15 maart	Zie Zermelo	Engels	Leesvaardigheid <i>(woordenboek toegestaan)</i>
Vrijdag 15 maart	Zie Zermelo	Geschiedenis	H. 5 Koude oorlog
Vrijdag 15 maart	Zie Zermelo	Nask 1	H. 4 Stoffen H. 6 Warmte
Maandag 18 maart	Zie Zermelo	Economie	H. 5 Is er werk voor jou? H. 6 Productie en markt
Maandag 18 maart	Zie Zermelo	Nederlands	Woorden en spelling H. 2.5 / 2.8 / 3.5 / 3.8
Dinsdag 19 maart	Zie Zermelo	Wiskunde	H. 5 en H. 6 en H. 7.1 en 7.2
Dinsdag 19 maart	Zie Zermelo	KV2d	Toets reader H. 1 en H. 2 <i>(Laptop en oortjes nodig)</i>
Dinsdag 19 maart	Zie Zermelo	LO2	Zwemmen en Wintersport <i>(laptop nodig)</i>
Woensdag 20 maart	Zie Zermelo	Nask 2	H. 3 Mengsels H. 4 Nieuwe stoffen maken
Woensdag 20 maart	Zie Zermelo	Aardrijkskunde	H. 5 De Brug 1 t/m 3 en H.6 Thema grenzen en identiteit
Woensdag 20 maart	Zie Zermelo	Maatschappijleer	Nederland en de wereld
Donderdag 21 maart	Zie Zermelo	Biologie	Ecologie en duurzaamheid <i>(Laptop nodig)</i>
Donderdag 21 maart	Zie Zermelo	Duits	Kapitel 3 + leesgedeelte <i>(Laptop nodig)</i>

Let op: op vrijdag 15 maart gaan de D&P lessen 's middags gewoon door.  
Vrijdag 22 maart: les volgens rooster.

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