

## Inhoudsopgave

Voorwoord .....	3
Studiecontract (voorbeeld).....	4
Begeleiding .....	6
Rooster .....	7
Afspraken.....	8
Statusbepaling LOOT .....	12
Vrijstellingen onderbouw LOOT.....	13
Vrijstellingen bovenbouw LOOT.....	14
Gespreid examen LOOT .....	17
Topsportleerlingen 2020-2021 .....	18
Jaarplanning 2020-2021 .....	22
HOP-map (alleen 1 <sup>e</sup> en 2 <sup>e</sup> jaars) .....	27

## Voorwoord

Op het Koning Willem II College gaan we op zoek naar de talenten van leerlingen; "waarin ben jij koning?". Jullie hebben jullie talent als sporter al gevonden en daarom doen we voor jullie iets extra's. Als topsport-talentschool weten we wat er van topsportleerlingen gevraagd wordt; het is keihard werken, keuzes maken en vooral veel trainen!

Als topsportteam proberen wij jullie zo goed mogelijk te begeleiden bij de combinatie sport en school. We gaan daarin zelfs een stap verder omdat we jullie willen laten excelleren op beide gebieden. Op het veld of tijdens de wedstrijd, maar ook in de klas en tijdens de toetsweken.

Om dit te bereiken maken we samen afspraken in de vorm van dit studiepaspoort. Hierin vind je een studiecontract zodat we beiden weten wat er van ons verwacht mag worden. Daarnaast vind je de verschillende personen waarmee je in contact komt en wat zij voor je kunnen betekenen. Ook vind je de regels m.b.t. huiswerk, toetsen en verlof. En tot slot voegen we een leerlingenlijst, de jaarplanning en de HOP-map toe. Op die manier is alles duidelijk zodat we er samen een geslaagd jaar van kunnen maken.

Topsporters blinken vaak uit in zelfstandigheid en doorzettingsvermogen. Vaak vinden ze het lastig om hulp in te schakelen. Juist daarvoor zijn wij op school. Fouten maken kan gebeuren en docenten, de mentor en de Topsportbegeleiders zijn er om je dan te helpen. Trek dus vooral ook zelf aan de bel als je hulp nodig hebt zodat we het samen kunnen aanpakken.

Heel veel succes komend schooljaar met je sport en school!

Het topsportteam

## Studiecontract (voorbeeld)

Topsportleerling  
Koning Willem II College  
Ouder(s)/verzorger(s)

Het Koning Willem II College, .....(naam leerling) en zijn/haar ouder(s)/verzorger(s) komen onderstaande overeen:

**A** De school biedt extra ondersteuning, begeleiding en faciliteiten aan, voor zover noodzakelijk om studie en sport te kunnen combineren, zoals is voorzien in de regels van de school, de afspraken binnen de Stichting LOOT<sup>1</sup> en in de beleidsregel van het ministerie van OCW<sup>2</sup>. De school verplicht zich ertoe om in dat kader:

- 1) de organisatie zodanig in te richten dat de leerling optimaal wordt begeleid in de combinatie school en topsport, waarbij de mentor en de topsportbegeleider geregeld begeleidingsgesprekken voeren met de leerling;
- 2) te begeleiden en ondersteunen door middel van roosteraanpassingen, door het verplaatsen van toetsen, door het aanbieden van studie-uren, door het meewerken aan het gespreid examen (indien gewenst);
- 3) ouders te informeren over bijzondere, individuele roosteraanpassingen;
- 4) te adviseren m.b.t. vermindering van onderwijstijd en/of ontheffing van één of meer vakken en gespreid examen, uiteraard binnen de bovengenoemde kaders;
- 5) er voor te zorgen dat de mentor en/of topsportbegeleider contact zoekt met de ouder(s)/verzorger(s) wanneer dat naar het oordeel van de school nodig is, bijvoorbeeld bij achterblijvende studieresultaten.

**B** Als lid van de leerlingenpopulatie van het Koning Willem II College verwachten we van de topsporter dat hij/zij:

- 1) zich gedraagt als een leerling van de school en zich niet laat voorstaan op de topsport-status. Het dragen van trainingspak/sportkleding in de school is dan ook niet aan de orde;
- 2) een optimale werkhouding toont zodat de verleende faciliteiten gehandhaafd kunnen blijven;
- 3) de uren in het studielokaal optimaal benut en de daar geldende afspraken nakomt
- 4) hij/zij zoveel mogelijk zelf het initiatief neemt om met de mentor of topsportbegeleider bijzonderheden te bespreken die te maken hebben met de combinatie topsport en onderwijs;
- 5) alle andere schoolregels, zoals die gelden voor alle leerlingen, naleeft.

**C** De school kan – in samenspraak met de sportvereniging en Stichting Topsportopleiding Tilburg - besluiten de vermindering van de onderwijstijd en/of de ontheffing van een of meer vakken te beëindigen dan wel het aantal trainingsmomenten te reduceren wanneer tegenvallende onderwijsresultaten of negatief optreden/gedrag van de leerling daartoe, naar het oordeel van de school, aanleiding geeft; voorafgaande aan het besluit wordt contact gezocht met de ouder(s)/verzorger(s).

<sup>1</sup> In te zien op de website [www.stichtingloot.nl](http://www.stichtingloot.nl), rubriek 'beleidsdocumenten'.

<sup>2</sup> Te raadplegen via de website [www.stichtingloot.nl](http://www.stichtingloot.nl), rubriek 'beleidsdocumenten'.

**D** De ouder(s)/verzorger(s) verplichten zich omtrent het volgende:

- 1) zich te houden aan de regels van de school, de afspraken binnen de Stichting Topsportopleiding Tilburg, de afspraken binnen de Stichting LOOT en de beleidsregels van het ministerie van OCW, voor zo ver op hen van toepassing;
- 2) ervoor te waken dat het onderwijs niet ondergeschikt wordt aan de topsportambitie;
- 3) zelf tijdig contact te zoeken met de mentor of topsportbegeleider wanneer zij weten of het vermoeden hebben dat de studieresultaten niet in orde zijn en/of het in zijn algemeenheid niet goed gaat met hun kind;
- 4) jaarlijks de vastgestelde LOOT- of Stichtingsbijdrage te voldoen.

**E** Algemeen:

- 1) door het ondertekenen van deze overeenkomst heeft de school toestemming om relevante leerling gegevens, zoals NAW en (beeldmateriaal van) sportprestaties, voor gebruik door de school en/of de Stichting LOOT beschikbaar te stellen;
- 2) bij verlies van de LOOT-status wordt de begeleiding op grond van die status stopgezet. De verleende vermindering van onderwijstijd en/of de verleende ontheffingen van één of meerdere vakken en/of leergebieden vervallen tenzij zij naar hun aard onomkeerbaar zijn. De school laat de ouder(s)/verzorger(s) en de leerling schriftelijk weten welke gevolgen het verliezen van de LOOT-status heeft.

**Leerling ..... is geplaatst in klas ..... en maakt daarmee automatisch gebruik van de hieronder aangekruiste roosterfaciliteiten. De leerling wordt geacht om in de vrijgestelde uren, gebruik te maken van het topsportlokaal om aldaar te werken aan schooltaken.**

Onderbouw

- 0 twee uur ontheffing lichamelijke opvoeding
- 0 een uur ontheffing beeldende vormgeving
- 0 een uur ontheffing muziek
- 0 anders: .....

Bovenbouw

- 0 ontheffing lichamelijke opvoeding
- 0 ontheffing ckv
- 0 ontheffing maatschappijleer
- 0 anders: .....

Tilburg, ..... (datum)

Namens de school

Naam:

Handtekening:

Ouder(s)/verzorger(s)

Naam:

Handtekening:

Leerling

Naam:

Handtekening:

## Begeleiding

De personen die onze topsporters begeleiden zijn vaak te vinden in het topsportlokaal of het topsportkantoor. Dit is kantoor A.103, in het A-gedeelte van het gebouw, boven de gymzalen. De volgende personen zijn belangrijk om te onthouden:

### **Topsportcoördinator – Marjolein Riemslag**

- beoordeelt, administreert en communiceert de topsportverlofaanvragen ([topsportverlof@willem2.nl](mailto:topsportverlof@willem2.nl));
- beoordeelt en communiceert eventuele aanvragen voor uitstel en het verzetten van toetsen van klas 1, 2 en 3;
- is te bereiken via [m.riemslag@willem2.nl](mailto:m.riemslag@willem2.nl)

### **Topsportbegeleider leerlingen onderbouw – Lotte de Vries**

- maakt en verwerkt roosteraanpassingen in Magister, in samenspraak met de studietoetscoach;
- beoordeelt en verwerkt vrijstellingen van vakken;
- heeft de contacten met ouders en leerlingen over zaken die het mentoraat overstijgen;
- heeft (eventueel) de contacten met de trainer/coach;
- is te bereiken via

### **Topsportbegeleider leerlingen bovenbouw – Arjen Lodewijks**

- maakt en verwerkt rooster-/PTA-aanpassingen in Magister, in samenspraak met de studietoetscoach;
- beoordeelt en verwerkt vrijstellingen van examenvakken;
- heeft de contacten met ouders en leerlingen over zaken die het mentoraat overstijgen;
- heeft (eventueel) de contacten met de trainer/coach;
- is te bereiken via [a.lodewijks@willem2.nl](mailto:a.lodewijks@willem2.nl).

### **Topsportstudietoetscoach – Brenda Nguyen**

- maakt en verwerkt rooster-/PTA-aanpassingen in Magister, in samenspraak met de topsportbegeleiders;
- houdt toezicht in het topsportlokaal en zorgt voor een studieuze sfeer aldaar;
- ondersteunt topsporters in het 'leren-leren' en draagt in de onderbouw zorg voor het bijhouden van de HOP-map die gericht is op: planning, doelen stellen, reflectie;
- is te bereiken via [b.nguyen@willem2.nl](mailto:b.nguyen@willem2.nl)

### **Stichting Topsportopleiding Tilburg – Geert Toemen**

- bemiddelt, waar nodig, tussen school en ouder(s)/verzorger(s) omtrent speciaal verlof;
- draagt zorg en heeft aandacht voor de balans in de combinatie sport en school;
- is te bereiken via [geert.toemen@tilburg.nl](mailto:geert.toemen@tilburg.nl).  
website: [www.topsportopleidingtilburg.nl](http://www.topsportopleidingtilburg.nl)

### **Mentor**

- is voor ouder(s)/verzorger(s) en topsportleerlingen het eerste aanspreekpunt;
- draagt zorg voor het goede verloop van de dagelijkse gang van zaken op school en volgt de schoolprestaties;
- draagt zorg en heeft aandacht voor de balans in de combinatie sport en school;
- voert de topsportbegeleidingsgesprekken, met behulp van het ontwikkelde format;
- is te bereiken via het persoonlijke e-mailadres (per klas verschillend).

## Roosters

De topsportleerling volgt zoveel mogelijk het klassikale rooster. In principe krijgen alle topsportleerlingen voor een aantal vakken een aangepast lesprogramma, zodat er ruimte is om te studeren of om te trainen. In de onderbouw wordt ruimte in het rooster gemaakt door vakken als lichamelijke opvoeding en beeldende vormgeving in minder uren te volgen. De trainingstijden worden bij voorkeur tijdens tussenuren, ontheffingen en/of roostervrije delen gepland. Mocht dat roostertechnisch niet lukken dan organiseren we maatwerk. Als alle gegevens bekend zijn, kunnen rooster en trainingen vanaf het begin van het schooljaar op elkaar worden afgestemd. Dit wordt gedaan door de topsportbegeleiders en de topsportstudiecoach.

Alleen topsportleerlingen met een NOC\*NSF-status (LOOT) kunnen daarnaast in aanmerking komen voor eventuele ontheffingen. Er is geen sprake van een vaste procedure inzake ontheffing van vakken of lessen; dit wordt per leerjaar of individueel bekeken. Hiervoor houden wij ons aan de actuele LOOT-regeling waarin per afdeling vermeld staat wat de mogelijkheden zijn. Uitgangspunt is dat aanvragen voor ontheffingen zoveel mogelijk aan het begin van het schooljaar bekeken worden. In enkele situaties wordt gedurende het schooljaar in overleg met vakdocent, afdelingsleider, topsportbegeleider en topsportcoördinator vrijstelling verleend voor een vak.

Daarnaast kan een topsporter met een NOC\*NSF-status twee jaar over het eindexamenjaar doen.

Een aangepast rooster is in magister te vinden. Hierin kun je behalve je normale lessen de volgende zaken tegenkomen:

- de uren waarop getraind wordt tijdens lessen staan als afwezig met code LT in magister (vrijstelling LOOT);
- de inhaaluren komen als gezamenlijke afspraak in je rooster tussen de leerling en de docent. Dit zijn verplichte uren, niet op komen dagen betekent spijbelen;
- mocht je een uur missen (vaak STT) omdat er een inhaaluur wordt gepland dan sta je voor dit uur afwezig met de code IL (inhalen LOOT).
- ook kunnen er extra topsportstudieuren in je rooster staan. Dit zijn uren die je in het topsportlokaal, de mediatheek, aula 1 of op een andere locatie besteed aan studeren. Uren van een vak waarvoor je vrijstelling hebt, worden automatisch als studieuren ingeroosterd.





Mocht je het fijn vinden dan kun je hieronder jouw persoonlijke rooster nog eens opschrijven.

**Naam:** .....

**Klas:** .....

**Sport:** .....

**Knelpunten in rooster periode .....**

Dag	Uur	Vak	Doc	INHALEN OP	Dag	Uur	Vak	Doc	Lokaal
.....	.....	.....	.....		.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....		.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....		.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....		.....	.....	.....	.....	.....

## Afspraken

Om samen de leerling zo goed mogelijk te laten excelleren in sport en school hebben we een aantal afspraken gemaakt (zie studiecontract). Hieronder staan de belangrijkste afspraken nog een keer op een rij.

### Gedragcode

Topsportleerlingen voelen zich thuis op het Koning Willem II College. Dat komt omdat schoolleiding, docenten en leerlingen ingesteld zijn op de situatie waarin de topsportleerlingen zich bevinden. De school heeft een (top)sportvriendelijk klimaat; er is aandacht en begrip van iedereen, die bij de topsportleerlingen betrokken is, voor de sportieve ambities en de bijzondere inzet die dit vereist.

Aan de andere kant vraagt dit ook van de topsportleerlingen een bepaalde houding. Van de topsportleerlingen wordt het volgende verwacht:

- zij gedragen zich als een leerling van het Koning Willem II College, dat wil zeggen dat zij zich niet laten voorstaan op hun topsport-status. Het dragen van trainingspak/sportkleding is dan ook niet aan de orde;
- zij houden zich aan de algemene schoolregels;
- zij tonen een optimale werkhouding, zodat de verleende faciliteiten gehandhaafd kunnen blijven;
- zij nemen zoveel mogelijk zelf het initiatief om met hun mentor of topsportbegeleider bijzonderheden te bespreken die te maken hebben met de combinatie topsport en school;
- zij nemen zelf initiatief voor het aanvragen van sportverlof;
- zij nemen zelf initiatief voor het uitstellen van toetsen en/of huiswerk;
- zij benutten de studie-uren in het topsportlokaal zo optimaal mogelijk.

### Huiswerk

De topsportleerling gaat, wat vordering betreft, gelijk op met zijn/haar klasgenoten. Omdat de beschikbare tijd in verband met trainingen beperkt is, zal het huiswerk zoveel mogelijk op school moeten worden gemaakt. Zelfs wanneer de studie-uren efficiënt worden gebruikt, zal er buiten schooltijd nog weleens gewerkt moeten worden huiswerk of aan de voorbereiding van proefwerken/(school)examens. Ook van de topsportleerling verwachten we namelijk dat het huiswerk in orde is. Een zorgvuldige planning is hierbij van groot belang. Desondanks kan het een keer gebeuren dat het maakwerk niet af is, omdat sportactiviteiten (onverwachts) beslag leggen op de beschikbare tijd. In dat geval kan de topsportleerling de volgende dag vóór het begin van de eerste les bij de afdelingsleiding een door de ouder(s)/verzorger(s) ondertekende huiswerkbrief (zie pagina 10) laten ondertekenen. Gebeurt dit niet dan is achteraf geen verhaal mogelijk. De topsportleerling toont het getekende formulier vervolgens aan de betreffende docent en levert deze aan het einde van de dag in bij de loge.

### Uitstel toetsen

Het kan voorkomen dat de topsportleerlingen bepaalde toetsen niet op hetzelfde tijdstip kan maken als zijn/haar klasgenoten. Als daar een goede reden voor is, maakt de topsportleerling uit klas één, twee en drie minimaal 2 dagen voorafgaand aan de toets met het uitstelformulier toetsen (zie pagina 11) een afspraak met de topsportcoördinator of afdelingsleiding over het uitstellen van de toets. Bij akkoord zal de topsportleerling daarna met de betreffende docent een nieuw toetsmoment plannen. Is de topsportleerling te laat met de aanvraag dan moet het werk op het oorspronkelijk vastgestelde moment worden gemaakt.

Voor de topsportleerlingen vanaf klas 4 geldt dat zij rechtstreeks met hun docent een inhaalmoment afspreken. Ook dit moet ruim voor de toetsdatum gebeuren. Is de topsportleerling te laat met de aanvraag dan moet het werk op het oorspronkelijk vastgestelde moment worden gemaakt

Het kan voorkomen dat een schoolexamen tegelijk valt met een training of andere topsportverplichting. Mocht dit aan de orde zijn, dan heeft het schoolexamen in alle gevallen voorrang. Van deze afspraak zijn de sportverenigingen op de hoogte. Slechts bij zeer hoge uitzondering is het mogelijk om van deze regel af te wijken. Mocht dit aan de orde zijn, dan gaat dit altijd in overleg met de topsportcoördinator, de afdelingsleiding en de examencommissie.

## **Topsportverlof**

In principe geldt dat de topsportleerlingen alleen in bijzondere gevallen toestemming krijgen om te verzuimen. Speciale sportactiviteiten, zoals wedstrijden en/of trainingsstages, kunnen een reden zijn voor de aanvraag van dit verlof.

Bij de topsporters die individueel hun topsport bedrijven verwachten we minimaal twee weken van tevoren een e-mail naar [topsportverlof@willem2.nl](mailto:topsportverlof@willem2.nl). In de mail moet duidelijk staan: voor- en achternaam, klas, datum/data afwezigheid, reden afwezigheid. Bovendien ontvangen we graag de schriftelijke uitnodiging van de bond/trainer/coach.

De topsportcoördinator zal middels een bevestiging via mail het verlof goedkeuren. Onder bijzondere omstandigheden kan dit verlof echter worden geweigerd: dit geldt in ieder geval voor de periodes van de schoolexamens en het Centrale examen of wanneer de onderwijstijd in het geding is. Maar dit kan ook voorkomen wanneer de mentor, afdelingsleider en/of topsportbegeleider van mening zijn dat vorderingen en resultaten van de leerling zodanig zijn dat afwezigheid niet verantwoord is.

Mocht er bijzonder verlof nodig zijn voor de verschillende teams van de ijshockeyers van Destil Trappers en de voetballers van de Willem II Voetbalacademie, dan wordt bijzonder verlof centraal door beide verenigingen aangevraagd. Het is dan niet nodig ook nog individueel verlof aan vragen.

Als de topsportleerling door afwezigheid lesdagen moet missen worden voor die periode in overleg met de mentor werkafspraken gemaakt. Op die manier heeft zijn/haar afwezigheid geen gevolgen voor de studieresultaten. Bij terugkomst meldt de leerling zich bij de mentor om de vorderingen te bespreken en inhaalwerk te plannen.



## Huiswerkbrief



<b>STAP 1</b> <b>Ouder(s)/ Verzorger(s)</b>	Datum: .....-.....-..... Naam: ..... Klas: ..... Heeft voor <input type="checkbox"/> de vakken ..... <input type="checkbox"/> alle vakken het huiswerk (alléén maakwerk) niet in orde. Reden: ..... ..... ..... Handtekening ouder(s)/verzorger(s): .....
--	---

VÓÓR HET BEGIN VAN HET EERSTE LESUUR VAN DIE DAG!!

<b>STAP 2</b> <b>Afdelings- leiding</b>	Akkoord: JA / NEE Handtekening afdelingsleider: .....
--	---

NA DE LAATSTE LES DIT FORMULIER INLEVEREN BIJ DE LOGE!!



<p><b>STAP 1</b></p> <p><b>Ouder(s)/ Verzorger(s)</b></p>	<p>Datum: .....-.....-.....</p> <p>Naam: .....</p> <p>Klas: .....</p> <p>Vak: .....</p> <p>Datum toets: .....-.....-.....</p> <p>Reden: .....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Handtekening ouder(s)/verzorger(s):</p> <p style="text-align: right;">.....</p>
---	--

**MINIMAAL TWEE DAGEN VOORAFGAAND AAN DE TOETS!!**

<p><b>STAP 2</b></p> <p><b>Afdelings- leiding of topsport- coördinator</b></p>	<p>Akkoord: JA / NEE</p> <p>Handtekening afdelingsleider/topsportcoördinator:</p> <p style="text-align: right;">.....</p>
--	---

<p><b>STAP 3</b></p> <p><b>Docent</b></p>	<p>Nieuwe datum toets: .....-.....-.....    Uur: .....    Lok: .....</p> <p>Paraaf docent:</p> <p style="text-align: right;">.....</p>
---	--

**HET FORMULIER INLEVEREN BIJ DE AFDELINGSLEIDING!!**

## **Statusbepaling LOOT**

Om in aanmerking te komen voor vrijstellingen en of gespreid examen moet een topsportleerling in het bezit zijn van een geldige LOOT status. Deze status wordt door de sportbond toegekend.

De topsportleerling dient, het liefst aan het eind van het schooljaar maar in ieder geval voor eind september, te controleren of zijn/haar naam in het systeem van NOC\*NSF vermeld staat en of de persoonlijke gegevens van de status kloppen. Mocht dit niet het geval zijn dan dient dit doorgegeven te worden aan de sportbond.

De verantwoordelijkheid voor deze invoer ligt bij de topsportleerling. Om in te kunnen loggen in het systeem krijg je een wachtwoord van de bond.

Vrijstellingen of gespreid examen kunnen alleen verleend worden indien de leerling met een geldige status in het systeem vermeld staat. Uitzondering hierop zijn de topsporters die bij Willem II VA voetballen. Voor hen is de status via de KNVB geregeld, welke een aparte lijst aanlevert die wij als school mogen inzien.

## Vrijstellingen onderbouw topsportleerlingen

### Algemeen

Bij de start van het schooljaar worden er minimaal 2 zelfstudie-uren ingepland (stt-uren). De school maakt hiervoor binnen het reguliere rooster ruimte door in de eerste klas 2 uur LO en 1 uur BV vrij te stellen. In klas 1 houdt een leerling nog 2 uur LO in zijn/haar rooster. In klas 2 en 3 gaan er 1 a 2 uur uur af van de vakken BV en of muziek. Hiervoor in de plaats komen dus de STT uren. Vrijstelling voor het vak LO in de onderbouw is op aanvraag en slechts enkel voor LOOT leerlingen van toepassing.

### Op aanvraag bij LOOT leerlingen

Naast het vak LO kunnen ook de vakken BV en MU vrijgesteld worden. Dit gebeurt op aanvraag van de ouders en/of op aanraden van de topsportbegeleider of mentor (vaak afhankelijk van het trainingsschema). Deze beslissing gaat altijd in overleg met de afdelingsleider en de topsportcoördinator. *Let op; MU en BV mogen niet gedurende de hele onderbouw vrijgesteld worden. Dat wordt per leerjaar opnieuw bekeken i.c.m. de officiële richtlijnen vanuit stichting LOOT.*

Op het jaarlijks ondertekende studiecontract staan deze vrijstellingen per leerling nog eens aangegeven.

\*Let op: vanaf dit schooljaar is het ook mogelijk om, in overleg met topsportbegeleider, mentor en vakdocent, een stt-uur in te plannen tijdens een uur van een ander vak. Op deze manier trachten we meer maatwerk te bieden.

## Vrijstellingen bovenbouw LOOT-leerlingen

### Algemeen, start van het schooljaar

Bij de start van het schooljaar wordt er de mogelijkheid gegeven om één of twee vakken niet te volgen. De leerlingen moeten hiervoor een document ondertekenen waarop ze aangeven of ze wel of niet gebruik maken van deze ontheffingen/vrijstellingen. Extra vrijstellingen worden apart aangevraagd door de ouders. Het aanvragen van extra vrijstellingen moet schriftelijk (per brief of mail) gebeuren bij de afdelingsleider vóór 15 april van het lopende schooljaar. Alle aanvragen voor extra vrijstellingen kunnen na bevestiging door de ouders, mentor, decaan en topsportcoördinator door de afdelingsleider gehonoreerd worden. De betreffende cijfers worden niet verstrekt aan de inspectie.

De vakken die bij de start van het schooljaar aangeboden worden voor vrijstelling zijn:

LO	(Hele bovenbouw)
CKV	(H4, V5)
Maatschappijleer	(M4, H5, V6)

### Op aanvraag Mavo 4

Naast het vak LO en maatschappijleer dat bij de start van het schooljaar wordt aangeboden voor vrijstelling kunnen er maximaal twee extra vrijstellingen worden aangevraagd in het vrije keuzedeel. Deze vakken staan **vetgedrukt** in het overzicht hieronder.

<b>Gemeenschappelijk deel (2 talen + 3 algemene vakken)</b>	
Nederlands	LO (standaard)
Engels	Maatschappijleer (standaard)
	Kunstvakken 1

<b>Sectordeel (3 vakken)</b>			
Economie	Landbouw	Zorg en Welzijn	Techniek
Economie	Wiskunde	Biologie	Wiskunde
Wiskunde of Frans of Duits	Biologie of Natuurkunde	Wiskunde of Geschiedenis of Aardrijkskunde	Natuurkunde

<b>Vrije keuzedeel (2 vakken)</b>
<b>Frans of Duits of Geschiedenis of Aardrijkskunde of Wiskunde of Natuurkunde of Scheikunde of Biologie of Economie of Muziek of Tekenen</b>

<b>Extra vak</b>
Voor dit vak kan altijd vrijstelling verleend worden.

### *Opmerkingen:*

*Een vak dat na het 2<sup>e</sup> leerjaar is weggefallen kan niet meer worden gekozen.*

*Het kan verstandig zijn om Maatschappijleer en CKV te volgen i.v.m. het combinatiecijfer.*

*Let bij het verlenen van vrijstelling op de mogelijkheid om door te stromen naar de havo. Zowel de vrijstellingen die gelden op de havo als een slim gekozen extra vak zijn dan van belang.*

Op aanvraag havo 4 / 5

Naast de vakken LO, CKV (h4) en maatschappijleer (h5) welke bij de start van het schooljaar worden aangeboden voor vrijstelling kunnen er extra vrijstellingen worden aangevraagd. Dit geldt voor één vak uit het profieldeel of één vak uit het vrije keuzedeel. Deze vakken staan **vetgedrukt** in het overzicht.

<b>Gemeenschappelijk deel (2 talen + 3 algemene vakken)</b>	
Nederlands	LO (standaard)
Engels	CKV (standaard, h4)
	Maatschappijleer (standaard, h5)

<b>Profieldeel (4 vakken)</b>			
CM	EM	NG	NT
Geschiedenis	Geschiedenis	Scheikunde	Scheikunde
Frans of Duits	Wiskunde A of Wiskunde B	Wiskunde A of Wiskunde B	Wiskunde B
<b>Aardrijkskunde of Economie</b>	Economie	Biologie	Natuurkunde
<b>Frans of Duits of Kunst beeldend of Kunst muziek of Kunst drama of Filosofie</b>	<b>Frans of Duits of Aardrijkskunde of M&amp;O (Bedrijfseconomie)</b>	<b>Aardrijkskunde of Natuurkunde of NL&amp;T</b>	<b>Informatica of Biologie of NL&amp;T</b>

<b>Vrije keuzedeel (1 vak)</b>			
<b>Kunst beeldend of Kunst muziek of Kunst drama of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Biologie of Economie of Wiskunde A BSM</b>	<b>Kunst beeldend of Kunst muziek of Kunst drama of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Biologie BSM</b>	<b>Kunst beeldend of Kunst muziek of Kunst drama of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Economie of Geschiedenis of NL&amp;T of Natuurkunde BSM</b>	<b>Kunst beeldend of Kunst muziek of Kunst drama of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Economie of Geschiedenis of NL&amp;T of Biologie BSM</b>

<b>Extra vak</b>
Voor dit vak kan altijd vrijstelling verleend worden.

*Opmerkingen:*

*Het kan verstandig zijn om Maatschappijleer en CKV te volgen omdat het samen met het profielwerkstuk een combinatiecijfer is en eventueel compensatie kan opleveren.*

*Let bij het verlenen van vrijstelling op de mogelijkheid om door te stromen naar het vwo. Op het vwo moet je een tweede vreemde taal hebben en er wordt op het vwo geen NL&T gegeven.*

#### Op aanvraag vwo 4

Naast het vak LO dat bij de start van het schooljaar wordt aangeboden voor vrijstelling kunnen er eventueel extra vrijstellingen worden verleend op basis van vervroegde profielkeuze.

#### Op aanvraag vwo 5 / 6

Naast de vakken LO, CKV (v5) en maatschappijleer (v6) welke bij de start van het schooljaar worden aangeboden voor vrijstellingen kan er voor één vak extra vrijstelling worden aangevraagd. Dit geldt voor een vak uit het profieldeel of uit het vrije keuzedeel.

Deze vakken staan **vetgedrukt** in het overzicht.

<b>Gemeenschappelijk deel (3 talen + 3 algemene vakken)</b>	
Nederlands	LO (standaard)
Engels	CKV (standaard, v5)
Frans of Duits	Maatschappijleer (standaard, v6)

<b>Profieldeel (4 vakken)</b>			
CM	EM	NG	NT
Geschiedenis	Geschiedenis	Scheikunde	Scheikunde
Wiskunde A of Wiskunde C	Wiskunde A of Wiskunde B	Wiskunde A of Wiskunde B	Wiskunde B
<b>Aardrijkskunde of Economie</b>	Economie	Biologie	Natuurkunde
<b>Frans of Duits of Kunst beeldend of Kunst muziek of Kunst drama of Filosofie</b>	<b>Frans of Duits of Aardrijkskunde of M&amp;O (Bedrijfseconomie)</b>	<b>Aardrijkskunde of Natuurkunde</b>	<b>Informatica of Biologie of Wiskunde D</b>

<b>Vrije keuzedeel (1 vak)</b>			
<b>Kunst beeldend of Kunst drama of Kunst muziek of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Economie</b>	<b>Kunst beeldend of Kunst drama of Kunst muziek of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Wiskunde D<sup>1</sup></b>	<b>Kunst beeldend of Kunst drama of Kunst muziek of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Wiskunde D<sup>1</sup> of Economie of Geschiedenis of Natuurkunde</b>	<b>Kunst beeldend of Kunst drama of Kunst muziek of Dans VOF of Aardrijkskunde of Duits of Frans of Filosofie of Informatica of M&amp;O of Wiskunde D Economie of Geschiedenis of Natuurkunde</b>

1. Wiskunde D kan alleen in combinatie met wiskunde B

<b>Extra vak</b>
Voor dit vak kan altijd vrijstelling verleend worden.

#### Opmerkingen:

Het kan verstandig zijn om Maatschappijleer en CKV te volgen omdat het samen met het profielwerkstuk een combinatiecijfer is en eventueel compensatie kan opleveren.

## Gespreid examen LOOT-leerlingen

Een topsporter met een LOOT-status heeft de mogelijkheid om gespreid examen te doen. Dat wil zeggen dat de topsporter zijn gekozen eindexamenvakken verdeelt en deze over 2 jaren afrondt. De procedure voor een gespreid examen staat hieronder, evenals de voor- en nadelen.

### Procedure

Indien een topsporter gebruik wil maken van het gespreid examen gaat deze gedurende het 1<sup>e</sup> eindexamenjaar met zijn ouder(s)/verzorger(s) een gesprek aan met de afdelingsleider en de topsportcoördinator. In dit gesprek komen in ieder geval de achterliggende motivatie, inhoudelijke capaciteiten, vervolgopleiding en voor- en nadelen aan bod. Na dit gesprek en wellicht een bedenktijd wordt het gespreid examen wel of niet in gang gezet, altijd in overleg met de decaan. Wanneer er definitief wordt gekozen voor gespreid examen wordt dit door middel van een ondertekende brief (alle drie de partijen) bekrachtigd.

Het verzoek om gespreid examen moet uiterlijk in april schriftelijk ingediend zijn bij de afdelingsleider. Dan gaan de SE-cijfers van de vakken waarin de kandidaat examen doet naar de inspectie. De inspectie hoeft geen goedkeuring te geven voor het gespreid examen, de beleidsregel van stichting LOOT is daar leidend in.

### Voor- en nadelen

Aan het gespreid examen zit een aantal voordelen:

- Vaak is door een gespreid examen de combinatie school en topsport beter te combineren. In het geval van veel trainingen en/of (buitenlandse) wedstrijden kan het wenselijk zijn het éne jaar het accent te leggen op topsport en het andere jaar op school (of andersom).
- De leerling mag, in overleg met school, zelf kiezen welke vakken welk jaar worden afgerond. Hier bestaan geen richtlijnen voor. Het kan dus zijn dat het 1<sup>e</sup> eindexamenjaar alleen het vak Nederlands wordt afgerond, en het 2<sup>e</sup> eindexamenjaar alle overige vakken. Er kan ook gekozen worden voor een meer gelijkmatige verdeling. Alleen van de vakken waarin de leerling eindexamen doet, gaan in april de definitieve SE-cijfers naar de inspectie.  
*Let op; het is wenselijk om een vak waar de leerling zwak in is (zeg Engels) in het 1<sup>e</sup> jaar van het examen te doen. Een jaar geen Engels zou namelijk funest kunnen zijn voor het examenresultaat. Een andere optie is Engels 2 jaar te blijven volgen en pas in het 2<sup>e</sup> jaar examen te doen, dit vergroot natuurlijk de kans op een positief resultaat.*
- Per eindexamenjaar is er een herkansingsmogelijkheid. Dat betekent een herkansing extra t.o.v. reguliere leerlingen die maar één herkansing hebben in hun eindexamenjaar.

Het grootste nadeel van het gespreid examen:

- Is het traject eenmaal begonnen dan moet dit worden afgemaakt! Stel dat een leerling in het 1<sup>e</sup> eindexamenjaar, ook na de herkansing, voor 2 vakken zakt dan moet het 2<sup>e</sup> eindexamenjaar worden afgemaakt voordat een leerling verder kan. Pas na het 2<sup>e</sup> eindexamenjaar kan er dan gekozen worden voor VAVO of doubleren. Het is dus belangrijk om goed na te denken over een haalbare verdeling van vakken.
- Een bijkomend nadeel kan zijn dat er een jaar later kan worden begonnen aan de vervolgopleiding.

Het is niet mogelijk om pas na het zakken van het eindexamen te kiezen voor gespreid examen. Indien een leerling met een regulier eindexamen zakt en wil doubleren moet deze wettelijk alle vakken opnieuw maken.



## **Topsportleerlingen 2020-2021**

<b>Klas 1</b>	<b>Sport</b>
Aliu Bah	Voetbal
Donny van Belkom	Ijshockey
Jan Biezen	Ijshockey
Jelle Brands	Voetbal
Senne Borrani	Voetbal
Jordan Conradus	Voetbal
Fenne Denissen	Handbal
Dani Ercan	Voetbal
Lars Franken	Wielrennen
Jonah Heidanus	Ijshockey
Raff Hendriks	Voetbal
Merijn Klessens	Voetbal
Eryk Kowalski	Ijshockey
Jimmi Laarman	Voetbal
Niek Liere	Voetbal
Pieter Mols	Voetbal
Rayen Nivillac	Voetbal
Olivier Piggen	Voetbal
Harm van Schijndel	Voetbal
Lissy Strijbosch	Voetbal
Gelissa Verheijen	Tennis
Pien Verhoeven	Voetbal
Alexander Verhoof	Ijshockey
Niels Vermeer	Voetbal

<b>Klas 2</b>	<b>Sport</b>
Noah van Aarle	IJshockey
Willem Adriaansen	Basketbal
Pepijn Beukers	Voetbal
Christophe van Cleef	Voetbal
Marit Cleven	Voetbal
Mike Cobben	Voetbal
Lucas Driesen	Voetbal
Nick van Dun	Voetbal
Boris van Eck	Voetbal
Sebas van Engelen	Voetbal
Mike van Etten	Voetbal
Tyrese Fraay	Voetbal
Jochem de Groot	Hockey
Bibi Hamers	Klimmen
Kris van Heertum	Voetbal
Job van Heeswijk	Voetbal
Loek Hummel	Voetbal
Jolijn Hurkmans	Zwemmen
Luuk Koppert	Voetbal
Nabil Laghzaoui	Voetbal

Silke Lanser	Voetbal
Quinten de Lepper	IJshockey
Jens Mathijsen	Voetbal
Yara Mels	Zwemmen
Mats Mintjens	Tennis
Noï Moes	Wielrennen
Ismael Mouhoul	Voetbal
Joshwe Oleana	Zwemmen
Jens den Otter	Voetbal
Dim Overeem	Voetbal
Sasha Rutten	Voetbal
Tobias Saat	Basketbal
Daan Santegoets	Voetbal
Ravi Schilders	Basketbal
Stef Schreuders	Voetbal
Cas Tayeb	Voetbal
Jaden Tjon	Klimmen
Juultje van der Veen	Hockey
Luuk Vingerhoed	Basketbal
Sebas Wermenbol	Voetbal
Tars Wildhagen	Voetbal
Bobbie Wortel	Voetbal
Finn van der Zanden	Golf

### **Klas 3**

### **Sport**

Uriel van Aalst	Voetbal
Vince van der Bas	Voetbal
Mohamed-Jaiz Benjaddi	Voetbal
Tygo Beunis	Judo
Yoeri Bondarenko	IJshockey
Nick Braspenning	Voetbal
Julia van Dijk	Kunstschaatsen
Mendo van Dijk	IJshockey
Walterson van Drunen	Voetbal
Julian van Esdonk	Voetbal
Haye van Gemert	Voetbal
Emma van Haaren	Wielrennen
Tristan Hesselberth	Voetbal
Rolf Hooijen	IJshockey
Anne van den Hout	Tennis
Claudia van den Hout	Judo
Cas Krijger	Zwemmen
Stijn Kwantes	Voetbal
Joann Leijten	Tennis
Noah Lessy	Basketbal
Jay van Lieshout	Voetbal
Boet van der Linden	Voetbal

Faysel Louban	Tennis
Jedidiah Manuela	Boksen
Tess Moelands	Twirlen
Huub Neeleman	Voetbal
Lisa Otten	Hockey
Fleur van Oudgaarden	Judo
Joah den Ouden	Voetbal
Colin van Overdijk	Voetbal
Lieve Peter	Hockey
Kayen Scheepens	Voetbal
Jimmy Schoormans	Judo
Daisy Smits	Hiphop
Joep Strooper	Badminton
Georgina Stuiver	Voetbal
Douwe Vernooij	Voetbal
Kaya Wanrooij	Voetbal
Timo Wennekes	Voetbal

#### **Klas 4**

#### **Sport**

Nezar Arjaz	Voetbal
Sabri Azarkane	Voetbal
Yerimia Baruani	Voetbal
Emma van Broekhoven	Handboogschieten
Michelle Burgler	Hockey
Kars Buurman	IJshockey
Luna Catsburg	Hockey
Rayan Damnati	Tennis
Sofie van Es	Hockey
Manou van Gils	Voetbal
Ole Gros	Basketbal
Mees Hoeben	Voetbal
Milan Hofkens	Voetbal
Niek van Kuick	Voetbal
Nina Langenberg	Kunstschaatsen
Karst de Leew	Voetbal
Duane van Lieshout	Voetbal
Teun van der Linden	Schaatsen
Pieter van Maarschalkerwaard	Voetbal
Olivier Maas	IJshockey
Indy Mels	Zwemmen
Sem Iesa Morales	Voetbal
Vera Mulders	Hockey
Jacey Pansa	Voetbal
Kim Roestenberg	Zwemmen
Bregje de Roij	Voetbal
Finn van der Schoot	Tennis

Sjoerd de Sévaux	Hockey
Scott Smulders	Motorcross
Sam Soetens	Voetbal
Imme Verbruggen	Hockey
Bregje Vermeulen	Zwemmen
Siebe Vermeulen	Tennis
Bas Waarts	IJshockey
Jens Wildhagen	Voetbal
Hope Woestenberg	Tennis
Niels van Zantbeek	IJshockey

### **Klas 5**

Aidan Andersen	Zwemmen
Marieke van Beurden	Basketbal
Chernet Boersma	Voetbal
Annick van Boxtel	Voetbal
Stan Damen	Voetbal
Saad Danjaoui	Voetbal
Ruben van Eijndhoven	Voetbal
Thomas Ferbeek	IJshockey
Iris van Gisbergen	Voetbal
Pem Hoefmans	Wielrennen
Bart Huis in 't Veld	Voetbal
Sverre de Jong	Voetbal
Bas Pennock	Voetbal
Martijn van der Sande	Voetbal
Daan Smulders	Volleybal
Gwen Verhees	Hockey
Tessa Wouters	Turnen
Maarten Schut	Voetbal

### **Klas 6**

Eef Hoyinck	Hockey
Jolijn de Haan	Volleybal

# Jaarplanning 2020-2021

## Belangrijke data

### Eerste schooldag:

Dinsdag 25 augustus

### Toetsweken:

TWI: 4 november t/m 11 november

TWII: 21 januari t/m 29 januari

TWIIa: 17 maart t/m 24 maart (alleen bovenbouw)

TWIII: 7 juli tm 14 juli

### Lesvrije dagen

12 oktober

3 november

20 november

3 december

18 december

1 februari

5 februari

16 maart

3 juni

30 juni

### PWS presentatie avond H5 en V6

24 februari

### Willem II-dagen:

8 september

9 oktober

19 december

11 februari

8 maart

13 april

### Vakanties:

Herfstvakantie (19 t/m 23 oktober)

Kerstvakantie (20 december t/m 3 januari)

Voorjaarsvakantie (15 februari t/m 19 februari)

Meivakantie ( 3 mei t/m 14 mei)

Zomervakantie (vanaf 26 juli) (lesvrij vanaf 19 juli)

### Reizen klas 4:

29 maart tm 2 april

### SE-dagen:

12 oktober

3 november

3 december

15 december

### Centraal examen:

Eerste tijdvak: 17 t/m 31 mei

Tweede tijdvak: 21 t/m 23 juni

## HOP-map

Voor alle topsporters hebben we een extra faciliteit gecreëerd, namelijk het gebruik van het topsportlokaal. In dit lokaal kun je onder toezicht oog werken aan schooltaken. Wij denken dat iedere topsporter gebaat is met deze extra studieruimte en studietijd. Bovendien kun je de toezichthouder, Brenda Nuygen, vragen voor extra hulp bij het plannen en ook voor studietips kun je bij haar terecht. Leerlingen die deze uren echt goed besteden, hebben thuis veel minder schoolwerk. Dat is prettig, want wij vinden het belangrijk dat je naast al je schoolwerk en sport óók tijd moet hebben om te relaxen. En dat doe je (zoveel mogelijk) thuis!

We willen dat iedere topsporter die gebruikmaakt van het topsportlokaal daar serieus aan de slag gaat. In feite hebben we dat ook gezamenlijk (leerling-school-ouders-sportclubs) afgesproken. En wat we beloven, moeten we ook doen!

We willen daarom de werkwijze en uitgangspunten die we in het topsportlokaal hanteren opnieuw onder de aandacht brengen in deze speciale HOP-map (Huiswerk Onder toezicht Planner). In deze map vind je onder andere de volgende hulpmiddelen:

- Spelregels topsportlokaal
- Tips bij de weekplanning
- Voorbeeld weekplanner
- Studietips
- Voorbeeld studieplanner
- Help: ik heb geen huiswerk meer.

De HOP-map hoort standaard bij de schooluitrusting als je in klas één zit; je neemt deze map iedere dag mee naar school! Vanaf klas 2 gebruik je de HOP-map alleen als je het zelf wil of moet van je topsportbegeleider/studiecoach.

### **Spelregels topsportlokaal**

De HOP-map heb je iedere STT-les bij je en laat je aan het begin van het studie-uur zien aan de toezichthouder. Op de HOP geef je aan wat je in de geboden tijd gaat doen voor school. Het is dus van belang dat je van tevoren goed nadenkt en plant wat je gaat doen tijdens je studie-uur. Het voordeel daarvan is dat je kritisch leert kijken naar je schooltaken en inzicht krijgt in alle tijd die je binnen schooltijd aan school kunt besteden. Je zult merken dat dat echt veel tijdswinst oplevert!

Het kan voorkomen dat je een keertje minder huiswerk hebt. Je kunt dat eens op een pc gaan werken aan extra opdrachten, bijvoorbeeld op het gebied van rekenen en taal. Vind je het moeilijk om te plannen, dan is het invullen van een weekplanner (eventueel samen met de toezichthouder) erg goed om eens te doen.

Omdat je vooraf dus al heel goed weet wat je gaat doen tijdens het studie-uur, kom je altijd met je werk en/of boeken naar het topsportlokaal. Je kunt dan snel en serieus aan de slag zonder iemand te storen. Het voordeel daarvan is dat er rust heerst in het lokaal. Dat is nodig, omdat iedereen zich dan beter kan concentreren.

Daarnaast willen wij je erop wijzen dat het van maandag tot en met vrijdag mogelijk is om ook op momenten van lesuitval in het topsportlokaal te werken. Als er op zo'n moment ruimte is, ben je van harte welkom!

Hieronder staan de spelregels nog even op een rijtje.



- Je hebt je HOP-map iedere dag bij je.
- Je hebt je HOP vooraf ingevuld.
- Je bent op tijd aanwezig.
- Je hebt altijd de juiste boeken en spullen bij je.
- Je stopt je mobiel in de daarvoor bestemde zakken.
- Je mag je mobiel raadplegen of een pc gebruiken, mits noodzakelijk voor het schoolwerk en toestemming van de studietoestelcoach.
- Je werkt zoveel mogelijk individueel en in stilte.
- Na afloop laat je met de HOP zien of je planning klopte.
- Je mag niet drinken of eten in het lokaal.
- Na afloop van de les schuif je je stoel aan en ruim je alles netjes op.

### Tips bij de weekplanning

In deze HOP-map zijn enkele weekplanners opgenomen. Wij denken dat je met zo'n planner heel goed kunt werken, want deze geeft je een overzicht van jouw eigen bezigheden in een week. Hoe kun je 'm gebruiken?

Dat is heel eenvoudig, want je kunt met verschillende kleuren aangeven welke 'verplichtingen' je sowieso al hebt. Het groene veld zijn alle uren die je hier op school bent. Linksonder zie je met welke kleuren je andere zaken kunt aangeven.

- Met blauw geef je alle sportactiviteiten aan (trainingen en wedstrijden).
- Vervolgens laat je met grijs zien op welke tijdstippen je aan het reizen bent (van en naar school/training).
- Mocht je in je drukke leven ook nog een baantje hebben, dan geef je dat aan met rood.

Deze velden samen zijn de uren die je niet echt intensief aan je huiswerk kunt besteden. Natuurlijk zijn er binnen het groene veld wél volop uren die je aan je schoolwerk kunt besteden, denk aan de uren in het topsportlokaal of de uren waarop er lesuitval is en je onder toezicht van een waarnemer in de klas kunt leren. En misschien lukt het je wel heel goed om in je reistijd zaken voor school te doen.

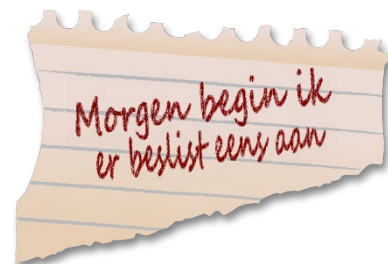
Voor jezelf kun je na het vastleggen van je bezigheden aangeven op welke momenten jij thuis aan je schoolwerk kunt besteden. Geef die momenten aan met geel. Binnen deze 'gele momenten' kun je aangeven wat je gaat aanpakken voor school. Daarbij is het belangrijk om te weten wat er allemaal in je agenda staat. Houd deze dan ook altijd goed bij. Plan nooit te royaal, plan vooral heel reëel!

Regelmatig studeren is belangrijk, alle dagen ongeveer even lang. Bij voorkeur niet de ene dag 3 uur en de andere dag maar een kwartiertje. Als je iets één keer leert, dan ben je het na een paar dagen vaak al weer vergeten. Als je iets vaker bestudeert, en dus herhaalt, dan onthoud je het langer.

Vaak is het fijn als iemand je wilt overhoren, zodat je kunt merken of je de stof beheerst. Ook deze tijd kun je opnemen in je weekplanner.

Nog even over dat reële plannen.....

Het is belangrijk dat je realistisch naar jouw weekplanner kijkt. Hartstikke mooi om op papier alles wel goed te regelen, maar het gaat uiteindelijk om wat je echt doet. Een planning op papier maken is heel eenvoudig, je aan de planning houden is een ander verhaal!







Vaker kort studeren is effectiever. Twee periodes van 5 uur leren, hebben een rendement van maar 8 uur. Beter is het om vijf periodes van 2 uur te plannen. Het rendement daarvan is 12 uur. Tel uit je winst!

Begin altijd met iets eenvoudigs dat niet te veel tijd kost. Je krijgt het gevoel dat je al iets hebt afgewerkt en dat is altijd prettig.

Moet je voor een vak iets maken én iets leren? Begin dan met het leerwerk. Direct daarna doe je het maakwerk.

Wissel de vakken af. Vakken die op elkaar lijken, kun je beter niet vlak na elkaar doen.

Niet te lang hetzelfde stampwerk achter elkaar doen. Woordjes leren kan beter in 4 x 15 minuten dan één uur achtereen!

Zorg voor korte pauzes tijdens het huiswerk. Na ongeveer 45/60 minuten kun je het beste een kwartiertje pauze nemen.

Als iemand je wilt overhoren, dan is dat natuurlijk heel erg fijn. Moet je voor een toets ook woordjes of zinnen goed kunnen schrijven, laat dat dan ook bij het overhoren zien. Laat je dus niet alleen mondeling overhoren, maar zeker ook schriftelijk!



Nog even over die pauzes.....

Tijdens het leren gebruik je je 'leer-accu'. Als je moe bent, of gefrustreerd, raakt die accu sneller leeg. Als je accu leeg is, neem je geen informatie meer op en dan heeft het geen zin om door te gaan. De enige manier om je accu dan weer op te laden is door te pauzeren. Even stoppen met het huiswerk en even iets anders doen. Na zo'n pauze zal je merken dan je weer veel meer stof kunt opnemen.

## Voorbeeld studieplanner

Naam: _____	Klas: _____	<b>HOP</b>
Datum: _____	Lesuur: _____	

<b>1</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>2</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>3</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>4</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>5</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>6</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>7</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

<b>8</b>	_____ minuten
Vak:	
Stof:	
<input type="radio"/> Leren <input type="radio"/> Maken <input type="radio"/> Lezen	

### Tips bij het plannen

1. Begin met iets makkelijk, bijvoorbeeld maak- of leeswerk.
2. Kies daarna leerwerk of iets lastigs.
3. Wissel leer- en maakwerk af.
4. Wissel talen af met andere vakken.
5. Plan belangrijk leerwerk op het einde opnieuw ( $\pm$  5 minuten)

### **Help: ik heb geen huiswerk.**

Mocht je geen huiswerk hebben dan is er altijd wel iets anders wat je kunt doen.  
Hieronder enkele opties:

#### Rekenen

Kies groep 8. Niveau F1 is het rekenniveau van de basisschool.

Mavo is uiteindelijk F2 en Havo en Vwo is F3.

<https://www.rekenen-oefenen.nl/rekenen-groep-8/>

#### Rekenen

Wil je hoger op dan kun je hier oefentoetsen maken.

[http://www.cito.nl/onderwijs/voortgezet%20onderwijs/rekentoets\\_vo/voorbeeldtoetsen](http://www.cito.nl/onderwijs/voortgezet%20onderwijs/rekentoets_vo/voorbeeldtoetsen)

#### Wiskunde voor verrijking

Wil je even een bijlesje over een onderdeel? Je krijgt uitleg in een filmpje.

<http://wiskundeacademie.nl/>

#### Nederlands; spelling en grammatica

Werkwoordspelling, spelling, woordenschat, woordsoorten, zinsontleden

<http://www.jufmelis.nl/>

#### Engels voor klas 3

<http://hoe.cocohvteam3.nl/engelsvwohavo/grammarE/>

#### Woordjes leren voor Engels, Frans, Duits

Je kunt hier de methode vinden die je zelf hebt. Je werkt via wrts.

<http://www.woordjesleren.nl/categories.php>

#### Komt tot rust

Kleur een mandala.

<http://www.mandalakleurplaten.nl/>

#### Topografie

<https://topografieindeklas.nl/>

#### Boek lezen