

Voorbeeld van een les uit Breingeheimen Studievaardigheden voor groep 7 en 8

De eerste keer of keren dat u de les geeft, leest u voor de les het lesvoorstel in de handleiding. De handleiding kunt u bij ons bestellen, maar ook via uw schoolboekhandel. Werkt u digitaal? Dan vindt u de handleiding en het werkboek in uw online docentenaccount.

In de handleiding ziet u bij iedere les een inleiding. Daarin staat didactische informatie. Het doel van de les en te gebruiken materiaal staan ook omschreven. Extra materialen die u naast het werkboek nodig heeft herkent u aan het teken *

Handleiding - Thema 6 les 1, inleiding

les 1
thema 6

Les 1 Stress voor de eindtoets?

Didactische informatie

Omgaan met stress is belangrijk als leerlingen voor een belangrijke toets staan. Een beetje stress kan helpen om alerter te zijn en beter te presteren, blijkt uit onderzoek. Maar teveel stress is nadelig. Daarom is het van belang om het met leerlingen over dit onderwerp te hebben.

Bij deze les vindt u kopieerbladen met oefenopdrachten voor de eindtoets. U kunt die gebruiken om leerlingen te laten wennen aan de vraagstelling. Stress neemt meestal af als leerlingen weten wat hen te wachten staat.

Doel van de les

De leerlingen:

- geven met behulp van een vragenlijst aan of ze gestresst zijn voor de eindtoets
- vergelijken hun antwoorden met een klasgenoot
- oefenen een aantal voorbeeldvragen om vertrouwd te raken met de vraagstelling van de eindtoets

Materiaal

WETEN:	werkboek blz. 75	Inleidende tekst Eindtoets? Geen probleem! en Waarom de eindtoets?
ERVAREN:	* kopieën van het oefenblad voor de eindtoets, handleiding blz. 115	
DOEN 1:	werkboek blz. 76	Inleidende tekst Stress voor de eindtoets? en Vergelijk je antwoorden
DOEN 2:	werkboek blz. 77	Je voorbereiden op de eindtoets en Een paar voorbeelden: Taal
	werkboek blz. 78	Een paar voorbeelden: Rekenen en Let op! en Oefenen voor de eindtoets
DOEN 3:	* kopieën van het oefenblad voor de eindtoets, handleiding blz. 116	

Weten

Iedere les begint met het onderdeel **Weten**. Een voorbeeld uit de handleiding en het werkboek ziet u hieronder.

Handleiding - Weten

Lesvoorstel


WETEN

Lees samen met de leerlingen de inleidende tekst **Eindtoets? Geen probleem!** op blz. 75 van het werkboek en **Waarom de eindtoets?** onderaan de bladzijde.


Werkboek - Weten

thema 6

Thema 6 Eindtoets? Geen probleem!



Wat zijn jouw engste dromen? Dat je achterna gezeten wordt door levensgrote spinnen met harige poten? Dat de tandarts met een grote snerpende boor op je afkomt? Of... dat je de eindtoets moet maken en je ineens helemaal niks meer weet? Als dat laatste voor jou geldt, dan heb je geluk! In dit thema leer je hoe je ervoor kunt zorgen dat de eindtoets niet meer zo spannend voor je is. Maar ook als jij de eindtoets fluitend tegemoet ziet, kun je in dit thema veel leren. Niet alleen voor de eindtoets, want je krijgt allerlei tips en oefeningen die je ook in andere (spannende) situaties kunt gebruiken.



Waarom de eindtoets?
De eindtoets is er om te kijken welk soort middelbare school bij jou past. Je juf of meester kent je langer dan vandaag, daarom heeft hij/zij daar al een idee over en er advies over gegeven. Maar voor de zekerheid doe je nog de eindtoets om te kijken of dat wel klopt. Dus probeer het zo goed mogelijk te doen, maar maak je er niet al te druk om.

© Princep 75

Van scholen kregen wij regelmatig de vraag of er ook filmpjes bij het materiaal waren. Op internet hebben wij filmpjes gevonden die u bij de lessen kunt gebruiken. De lijsten met filmpjes kunt u bij ons opvragen. Bij deze les kunt u bijvoorbeeld gebruiken:

Blz. 75 <https://youtu.be/BYG7HeVvqUQ>

Centrale Eindtoets groep 8 van start, Citotoets blijft spannend (2:02 min.)

Blz. 75 https://youtu.be/W3wNvUZv8GY?list=PLo6ZoP9vg5R0hqZKXftuanDiAZAT9PH_r

Instructievideo IEP Eindtoets groep 8 (3:15 min.)

Maakt u geen gebruik van de IEP Eindtoets, dan kunt u dit filmpje overslaan.

Blz. 75 <https://youtu.be/TkdYIFBQe6w>

Tips voor de eindtoets (8:24 min.)

Ervaren

Bij het onderdeel **Ervaren** gaan leerlingen actief aan de slag met de lesstof. Vaak worden er groepsactiviteiten gedaan. Een voorbeeld uit de handleiding ziet u hieronder. De oefenbladen waarnaar verwezen wordt ziet u op de volgende pagina.

Handleiding - Ervaren

ERVAREN

Weten wat je kan verwachten

Uw leerlingen oefenen waarschijnlijk al voor de eindtoets met toetsen van vorige jaren. Vertrouwd raken met de vraagstelling en opdrachten maken, geeft leerlingen het gevoel dat ze weten wat ze kunnen verwachten en kan een flink deel van de spanning wegnemen.

Aan het eind van deze les vindt u een **Oefenblad** met vragen in de stijl van de eindtoets. Kopieer het **Oefenblad eindtoets** blz. 115 van deze handleiding voor uw leerlingen en laat ze de **vragen 1 t/m 3** beantwoorden.

Vervolgens bespreken ze hun antwoorden in groepjes van vier. Ook geven ze aan wat ze eventueel moeilijk vonden aan deze opdracht.

Bespreek daarna de opdracht met de hele klas.

De antwoorden zijn: 1d, 2b, 3b.

Wat vonden ze eventueel moeilijk?

Afronding

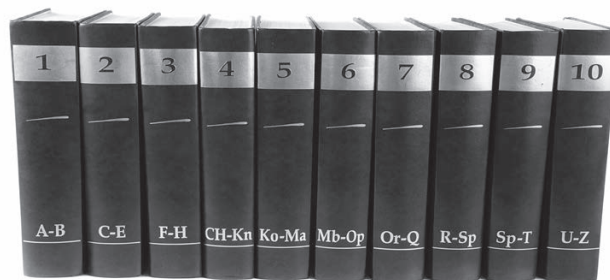
1. Waarom is het belangrijk dat je weet hoe de eindtoets er ongeveer uit ziet?

(Je weet dan beter wat je kunt verwachten en vindt het meestal minder spannend.)

OEFENBLAD EINDTOETS

In de eindtoets kun je vragen verwachten die er ongeveer zo uitzien:

1. Pim moet een werkstuk maken over de schilder Leonardo da Vinci, die de Mona Lisa schilderde. Zijn internet werkt niet, maar zijn ouders hebben gelukkig nog de encyclopedie die je hieronder ziet in hun boekenkast staan. Hij wil informatie over de schilder opzoeken in die encyclopedie. In welk deel van de encyclopedie kan hij het beste zoeken?
Omcirkel het juiste antwoord.
A In deel 1
B In deel 4
C In deel 8
D In deel 10



2. Een woordenboek ligt open. Het eerste woord op de linkerbladzijde is 'dromenland'. Het eerste woord op de rechterbladzijde is 'droogbloeiër'. Welk woord kun je zeker op de linkerbladzijde vinden?
A dringen
B dronkaard
C droogschuren
D droevig
3. Isa heeft gespaard en wil een mooie nieuwe lamp kopen voor in haar kamer. Ze heeft een catalogus van een woonwinkel. In welk deel van de catalogus kan zij het beste zoeken?
A opbergmeubelen
B verlichting
C keukens
D slaapkamers

Doen

Het onderdeel **Doen** bestaat altijd uit meerdere activiteiten. In deze les zijn dat er drie. Hierna ziet u de bladen uit de handleiding en het werkboek die horen bij de eerste activiteit.

Handleiding - Doen, activiteit 1

les 1

thema 6

DOEN

1 Stress voor de eindtoets?

Lees met de leerlingen de **inleidende tekst** bij **Stress voor de eindtoets?** bovenaan op **blz. 76**. Vervolgens lezen de leerlingen de uitspraken en zetten een kruisje in de hokjes vóór de zinnen die voor hen gelden. Daarna bespreken ze de zinnen die ze aangekruist hebben met degene die naast hen zit.

Voor het vormen van paren kunt u bijvoorbeeld de leerlingen een klasgenoot laten kiezen die een kledingstuk in dezelfde kleur draagt als hij/zij. Of iemand die in dezelfde maand jarig is.

De paren bespreken de zinnen die ze aangekruist hebben en vergelijken hun antwoorden. Ze kunnen elkaar vragen stellen over de zinnen die ze aangekruist hebben, bijvoorbeeld:

Waarom ben je bang dat je tijdens de eindtoets opeens niets meer weet?

Tot slot volgen de paren de aanwijzingen onder **Vergelijk je antwoorden** blz. 76 van het werkboek.

Bij vraag 2 kan het zijn dat leerlingen al met personen gesproken hebben die in eerdere jaren de eindtoets hebben gedaan. Mogelijk hebben ze op internet ook ervaringen gelezen van leerlingen die eerder de eindtoets deden. Hebben ze dit niet gedaan? Geef dan eventueel het advies om dit in de komende tijd alsnog te doen.

Bij vraag 3 onderaan de bladzijde schrijven ze een aantal ervaringen op die ze onder punt 2 gehoord hebben.

Afronding

1. Hoe vond je het om met een klasgenoot te praten over stress voor de eindtoets? Wat was het voordeel ervan?

(Je hoort dat anderen er misschien ook tegenop zien en voelt je geen uitzondering als jij dat ook hebt, daardoor voel je je mogelijk meer ontspannen.)

2. Wie van jullie heeft totaal geen last van stress voor de eindtoets? Hoe komt dat?

(Deze leerlingen kunnen misschien goed leren en halen meestal hoge cijfers of er kan een groep in de klas zijn die het mogelijk onverschillig laat, omdat ze toch al weten dat ze naar bijvoorbeeld vmbo-basis gaan en dat prima vinden.)

les 1
thema 6

Les 1 Stress voor de eindtoets?

Het kan zijn dat je op de eindtoets net zo reageert als op andere toetsen of taken. Maar misschien vind je de eindtoets wel extra spannend. Een beetje spanning voor een toets is heel normaal. Het is zelfs nuttig: een beetje spanning helpt om je beter te concentreren.

Hieronder staan een paar uitspraken. Zet een kruisje in het hokje ervoor als de uitspraak voor jou geldt.

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | 1. Ik maak me zorgen of ik de eindtoets wel goed zal maken. |
| <input type="checkbox"/> | 2. Voor andere toetsen maak ik me geen zorgen, voor de eindtoets wel. |
| <input type="checkbox"/> | 3. Ik ben bang dat ik door de eindtoets niet naar de school kan gaan waar ik heen wil. |
| <input type="checkbox"/> | 4. Ik ben bang dat ik met mijn score voor de eindtoets mijn ouders teleurstel. |
| <input type="checkbox"/> | 5. Ik denk dat ik niet goed zal slapen voor de eindtoets. |
| <input type="checkbox"/> | 6. Ik ben bang dat ik tijdens de eindtoets ineens niets meer weet. |
| <input type="checkbox"/> | 7. Ik word zenuwachtig voor de eindtoets omdat anderen zich er druk om maken (bijvoorbeeld ouders, klasgenoten). |

Als je een aantal kruisjes hebt gezet, is het tijd om ervoor te zorgen dat de eindtoets niet zo spannend meer voor je is.

Vergelijk je antwoorden

1. Is je klasgenoot meer of minder zenuwachtig? Leg aan elkaar uit hoe het komt dat je wel of niet zenuwachtig bent voor de eindtoets.
2. Ken je iemand die de eindtoets vorig jaar of eerder gemaakt heeft? Misschien een oudere broer of zus, neef of nicht, vriend of vriendin. Vraag dan eens wat hij of zij ervan vond. Je kunt ook op internet zoeken naar ervaringen van andere kinderen. Misschien helpt dat je al een beetje om er minder tegenop te zien.
3. Schrijf hieronder een aantal ervaringen van anderen op die je nuttig vindt.

Begrijpen

Nadat alle activiteiten gedaan zijn kunt u afronden met het onderdeel **Begrijpen**. Door een aantal vragen te stellen aan de klas vat u de belangrijkste punten van de les samen.

Handleiding - Begrijpen

BEGRIJPEN

U kunt de belangrijkste punten van de les samenvatten door de volgende vragen te stellen aan de klas:

1. Hoe kan oefenen voor de eindtoets je stress verminderen?
(Je voelt je meer ontspannen als je weet wat je ongeveer te wachten staat.)
2. Welke voordelen heeft oefenen nog meer?
(Als je geoefend hebt en je weet hoe je bepaalde opdrachten moet maken, haal je vaak een hoger cijfer.)

Een complete les uitproberen in uw klas?

Van *Breingeheimen Studievaardigheden voor groep 7 en 8* zijn twee gratis proeflessen beschikbaar. U kunt die downloaden via <https://www.breingeheimen.nl/downloads/studievaardigheden-basisschool>

Het materiaal is ook digitaal beschikbaar. U kunt het uitproberen door een gratis demo-account aan te vragen. Dat kan via deze link: <https://www.breingeheimen.nl/digitaal-lesmateriaal-demo>

Inhoud van het werkboek

Thema 1 Je brein en leren Les 1 Hoe je brein leert Waarom moet je leren? Hoe wordt leren leuker? Wanneer merk je dat leren belangrijk is? Les 2 Leren, hoe goed wil je het doen? Wat heb je nodig om te kunnen leren? Waarom lukt het soms niet? Advies gevraagd Les 3 Afkijken mag! Beter worden in vakken waar je niet goed in bent Wat vind je moeilijk? Tips die je kreeg van klasgenoten Tips die je gaf Slimme leertips	Thema 4 Woordweb, mindmap en ezelsbruggetjes Les 1 Een woordweb maken Hoe maak je een woordweb? Wanneer is een woordweb handig? Zelf een woordweb maken Les 2 Mindmappen, hoe doe je dat? Hoe je een mindmap maakt Les 3 Slimme ezelsbruggetjes Ezelsbruggetjes om te onthouden Ezelsbruggetjes voor taal	Thema 6 Eindtoets? Geen probleem! Les 1 Stress voor de eindtoets? Je voorbereiden op de eindtoets Oefenen voor de eindtoets Les 2 Zenuwachtig? Ontspan je! Tips en trucs om te ontspannen Tips voor de dag van de eindtoets
Thema 2 Je huiswerk plannen Les 1 Een beetje plannen helpt! Plannen, waarom zou je? Alles in de soep! Waarom je wel of niet gaat plannen Les 2 Hoe maak je een goede planning? Je agenda Wanneer begin je met leren? Planning niet gehaald, wat nu? Een weekplanning	Thema 5 Zo word je slimmer! Les 1 Vraag het maar! Van vragen stellen word je slim! Ben je dom als je een vraag stelt? Open of gesloten vragen Vragen om te weten Een dag vol vragen Vraag het mij maar! Les 2 Vragen stellen om jezelf te overhoren Beoordeel jezelf! Manieren om informatie op een leuke manier te herhalen De beste manieren om te leren Slimmer met kaartjes Les 3 Slimmer door gezonde gewoonten Gezonde en ongezonde gewoonten Gezonde en ongezonde gewoonten-quiz Wat je belangrijk vindt Verslaafd aan je telefoon? Jij en sociale media Les 4 Samen slimmer! Samen kun je meer! Samenwerken aan een project Samen verantwoordelijk! Samenwerken is overal	Thema 7 Naar het voortgezet onderwijs Les 1 Je nieuwe school Wat verwacht je er van? Veranderingen De vakken die je krijgt Een mentor, wat is dat? Alles is nieuw Les 2 Goede vrienden Wat is vriendschap eigenlijk? Een vriend uit duizenden! Wat vind je belangrijk voor vriendschap? Lijk je op je vrienden? Les 3 Nieuwe vrienden: erbij horen en jezelf blijven Contact leggen Stel een vraag! Tips Erbij horen Jezelf blijven
Thema 3 Beter onthouden Les 1 Je werkgeheugen, wat is dat? Doe de Lettertest! Je werkgeheugen, wat doe je er mee? Probeer eens uit! Geheugentest Kraak de geheugencode! Les 2 Je langetermijngeheugen Geheugenquiz Geheugentips Heb jij een goed geheugen?		