

PLANNEN IN ÉÉN LES

Handleiding



WAAROM PLANNEN & PRIORITEREN?

Goed kunnen plannen en prioriteren helpt jongeren om te structureren wat ze moeten doen. Het stelt hen in staat om zich te richten op de belangrijkste taken en doelen. Wanneer jongeren dit inzicht voor zichzelf kunnen creëren, kunnen ze tijd en middelen effectiever gebruiken en efficiënter werken. Dit zal hen helpen om hun doelen te bereiken en zo hun succes en welzijn te vergroten.

Wanneer leerlingen goed kunnen plannen en prioriteren, zal dat een aantal voordelen opleveren. Leerlingen...

- leren om meer verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen werk. Welke docent wil dat nu niet?
- kunnen hun tijd beter beheren en taken op tijd voltooien. Dit zorgt ervoor dat leerlingen zelf controle nemen over hun tijd en niet het gevoel hebben dat het hen overkomt.
- kunnen onnodige stress of het inleveren van afgeraffeld werk voorkomen. Dit zorgt voor betere cijfers en minder kans op de ontwikkeling van toetsstress.
- leren om doelgericht te werken en efficiënter te zijn in hun werk. Plannen en prioriteren heeft een grote invloed op alle facetten van executieve functies en doelgericht werken is er één van.
- leren omgaan met complexe taken door deze op te breken in kleine, behapbare stukjes. Dit zorgt voor meer overzicht en rust, leerlingen zullen ervaren dat dit hen helpt om grote opdrachten op tijd klaar te hebben.



Leerdoelen van deze les

1. De leerling kan uitleggen wat plannen en prioriteren betekenen en onderscheid maken tussen belangrijke en urgente taken.
2. De leerling kan eigen taken en activiteiten analyseren en deze indelen in een prioriteitenkwadrant (belangrijk/urgent).
3. De leerling kan een realistische weekplanning maken waarin schooltaken, persoonlijke activiteiten en prioriteiten overzichtelijk worden gepland.

LESOPZET

- 1. Voorkennis activeren:** Stel een aantal korte vragen om het onderwerp te introduceren, hiermee laten we leerlingen beseffen dat planning een probleem kan oplossen.
 - Wie heeft wel eens huiswerk op het laatste moment gedaan?
 - Wat gebeurt er als je alles tegelijk moet doen?
 - Wat helpt om overzicht te houden?
- 2. Uitleg twee begrippen:** Leg kort de twee begrippen van deze les uit: **Plannen** = bepalen wanneer je iets gaat doen. **Prioriteren** = bepalen wat eerst moet. Geef voorbeelden zoals: leren voor de toets van morgen, training en gamen. Wat moet er eerst?

Let op: Geen goed of fout, laat leerlingen uitleggen waarom ze iets belangrijker vinden.
- 3. Stappenplan voor plannen:** Bekijk samen met de leerlingen het stappenplan. De leerlingen gaan zometeen zelf hun week plannen in deze volgorde.
- 4. Kwadrant invullen:** Leerlingen gaan voor zichzelf het prioriteiten kwadrant invullen. Leg hen kort uit wat ze gaan doen: Leerlingen vullen de taken van de afgelopen week in binnen de vier vakken. Zij maken voor zichzelf keuzes, oordeel niet maar vraag door. Vraag bijvoorbeeld: “wat gebeurt er als je dit niet doet?”
- 5. Week plannen:** Leerlingen gebruiken pagina 4 en 5 om hun komende week te plannen. Ze gebruiken hiervoor het stappenplan van pagina 2. Loop rond en denk mee met leerlingen. Vul niet in, maar bevraag hun keuzes.
 - Heb je reistijd meegenomen?
 - Is je planning realistisch?
 - Wat gebeurt er als er iets opeens bij komt, heb je dan buffer?
- 6. Leren van anderen:** Leerlingen vergelijken hun planning met een klasgenoot. Laat de leerlingen opschrijven wat ze van de ander geleerd hebben. Bespreekvragen:
 - Wat vind je slim aan de planning van de ander?
 - Wat ga jij misschien ook doen?
- 7. Motivatie:** Om ervoor te zorgen dat leerlingen zelf zien wat plannen en prioriteren hen kan opleveren vraag je hen op te schrijven waarom dit voor hen belangrijk gaat zijn.
- 8. Maak het persoonlijk:** Zoals iedere Movenda opdracht eindigen we met een “Move”. Dat betekent dat leerlingen datgene dat ze hebben geleerd persoonlijk maken. Dit kan door het vast te leggen als tekening, tekst of een foto. Deze “Move” herinnert leerlingen aan hun nieuwe gewoonte.



Meer leren over executieve functies en het effect op
leerpotentieel, gelijke kansen en zelfovertuiging?

Ga naar: **www.movenda.nl**

Of mail: **info@movenda.nl**