

PLANNEN IN ÉÉN LES



1. WAT BEDOELLEN WE MET PLANNEN & PRIORITEREN?

Besprek samen met je klasgenoot wat plannen en prioriteren voor jullie betekent. Schrijf hieronder in 1 zin op waar jullie samen op uit zijn gekomen:


Zo meteen ga je jouw week plannen, maak hiervoor gebruik van het stappenplan hieronder. Voordat je dat gaat doen ga je eerst kijken wat voor jou eigenlijk belangrijke en urgente taken zijn.

- 1** Belangrijke en urgente taken en momenten voor school.
- 2** Belangrijke en urgente dingen die niet met school te maken hebben.
- 3** Terugkerende activiteiten die niet urgent zijn, maar wel belangrijk.
- 4** Terugkerende activiteiten die urgent zijn en daarna de overgebleven terugkerende activiteiten.
- 5** Herinneringen en to-do's.

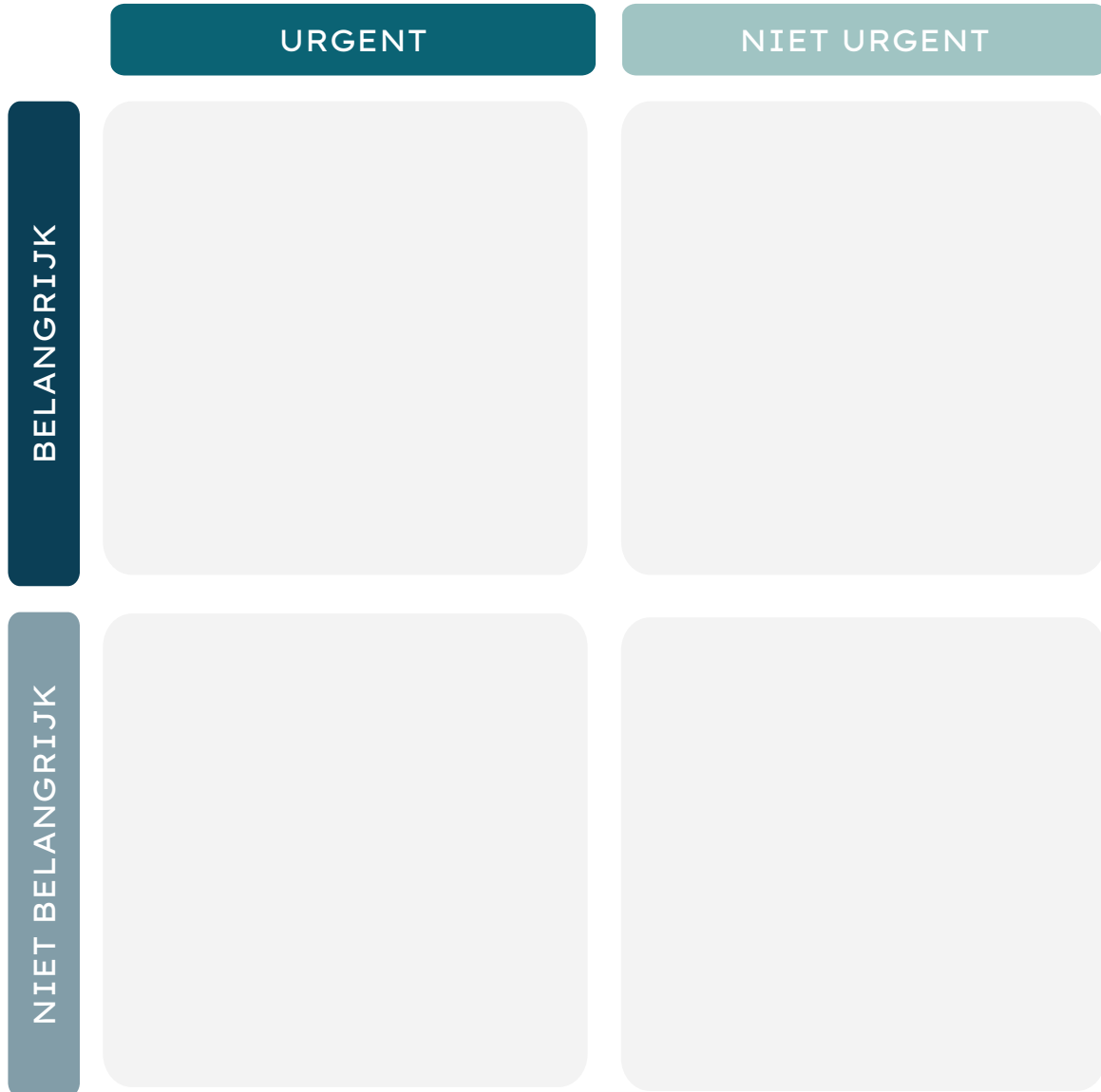


2. WAT MAAKT IETS BELANGRIJK EN/OF URGENT?

Soms voelt een taak of afspraak super belangrijk, maar is die dat in werkelijkheid helemaal niet... Of denk je dat iets écht meteen nu gedaan moet worden, maar kon het ook op een later moment.



Dat gaan we nu eens even uitpluizen, want eigenlijk kan je dit best goed van te voren al bepalen. Dat doen we met een kwadrant, of wel een vierkant met 4 vakken. Je gaat van alles dat je de afgelopen week hebt gedaan bepalen of dat belangrijk, onbelangrijk, urgent of niet urgent was.



Belangrijk betekent: Als je het niet doet heb je een probleem. Denk aan een deadline voor een huiswerkopdracht.

Urgent betekent: Als je het niet nú doet heb je een probleem. Denk aan bijvoorbeeld nu je oma bellen omdat ze jarig is.

Plan nu je komende week met het stappenplan van pagina 2.

MAAND:

FOCUS VAN DE WEEK:

MAANDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

DINSDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

WOENSDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

TAKEN VOOR DEZE WEEK

BELANGRIJK

DONDERDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

VRIJDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

ZATERDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

ZONDAG

7 _____

8 _____

9 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____

16 _____

17 _____

18 _____

19 _____

20 _____

21 _____

NOTITIES

3. KIJK EENS BIJ JE KLASGENOOT!

Tijdens deze les moedigen wij je aan om af te kijken bij je klasgenoten! Plannen en prioriteren is namelijk iets dat je moet leren, je kan het niet automatisch. Kijk daarom eens bij je klasgenoot hoe die het heeft aangepakt.

Vraag ook even door, bijvoorbeeld:

1. Wat zijn voor jou belangrijke taken deze week?
2. Heb je rekening gehouden met reistijd?

Wat heb jij van je klasgenoot geleerd?

Het helpt om een doel voor jezelf te hebben, wat wil je eigenlijk bereiken met beter plannen? Wil je meer tijd overhouden, je tijd beter besteden of minder vaak te laat komen?

Beschrijf kort wat voor jou een doel is om beter te leren plannen:



4. MAAK HET PERSOONLIJK

Je hebt nu veel over plannen en prioriteren geleerd. Het is tijd om jouw Moves te maken! Dit betekent dat je hieronder voor jezelf gaat opschrijven, tekenen of met foto's gaat vastleggen wat voor jou werkt.

Denk even terug aan wat je van anderen hebt geleerd, en wat jouw eigen doel is om te blijven werken aan plannen en prioriteren.

PLANNEN & PRIORITEREN



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

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

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