



LEERGIDS

LEREN DOE JE ZO

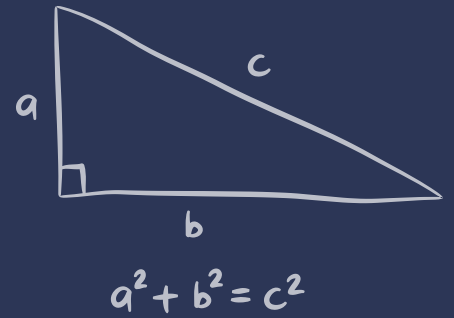
Je kan het wel,  
je wist gewoon nog  
niet hoe!

$$\frac{x}{a} + \frac{y}{b} = 1$$

GESCHREVEN DOOR  
EEN DOCENT



# INHOUD



**5** MIJN BELOFTES

**10** TIJDENS DE LESSEN

Aantekeningen maken  
De cornell Methode

**15** ZO BEREID JE HET LEREN VOOR  
Multitasken  
Volgorde van leren

**20** WANNEER JE MOET LEREN  
Piek- en dalmomenten  
Plannen


**29** ZO LEER JE TEKSTEN  
De pomodoro-techniek  
Stappenplan  
Snellezen  
Cornell-samenvatting  
Actief herhalen  
Extra leertips

# Inhoud

- 47** DE DAG VAN DE TOETS  
Zo ga je met toetsvragen om  
Veelgemaakte fouten te voorkomen
- 51** NA DE TOETS
- 54** WISKUNDE
- 58** VREEMDE TALEN  
Woordjes leren
- 63** WERKSTUK MAKEN
- 68** NEDERLANDS
- 73** UITLEGFILMPJES



# Beste tiener,

 (+ ouder)

Het is tijd voor betere cijfers. En ik weet zeker dat die er gaan komen, als je eindelijk hebt geleerd hoe je moet leren.

Als geen ander weet ik dat de meeste tieners niet zo van lezen houden. Ik weet dus óók dat ik alles wat ik jullie wil leren op het gebied van leren, zo kort en krachtig mogelijk moet houden.

Ik kan een heel boek schrijven over alles wat ik jullie wil meegeven, maar ik wéét dat jullie dat boek niet gaan lezen. Hetzelfde geldt voor zo'n superdure en superuitgebreide cursus waarin je leert leren. Fantastisch, maar de enige die zich daartoe zal zetten is waarschijnlijk één van je ouders. Dat kan niet de bedoeling zijn...

## **Daarom doe ik jullie deze beloftes:**

- Ik beloof dat ik alleen het hoognodige zal vertellen.
- Ik beloof dat je betere cijfers gaat halen.
- Ik beloof dat je minder schoolstress zult hebben.
- Ik beloof dat je meer zelfvertrouwen zult hebben.
- Ik beloof dat het niet te veel moeite en tijd kost.



Ik ga je precies vertellen hoe je moet leren, zodat alles wat je in school stopt eruit zal komen in betere cijfers. Hierdoor gaat je motivatie voor school omhoog, wat ervoor zorgt dat school zooveel leuker is.

Tieners: lees deze gids door, het zal je maximaal een uur kosten. Pak hem er vervolgens geregeld bij om te herlezen waar je op dat moment mee aan de slag gaat. Kijk je liever video's? Bij elk hoofdstuk vind je een QR-code naar een video waarin ik het hoofdstuk uitleg.

Ouders: lees vooral mee, maar probeer je tiener ook wat ruimte te geven om zelf te ontdekken wat voor ze werkt. Misschien vind je tiener het fijn als je deze gids print?

Laten jullie me weten wat je van deze gids vindt? Je mag me altijd een berichtje sturen via TikTok/Instagram (@dietienervanjou) of mail ([judith@dietienervanjou.nl](mailto:judith@dietienervanjou.nl)).

Dat vind ik zo leuk!

**LIEFS,**  
*Judith*



altijd doen



# Aantekeningen maken



Ik ben grote voorstander van aantekeningen maken tijdens de les.



- Aantekeningen dwingen je om op te letten. Je dwaalt daardoor minder snel af.
- Door iets op te schrijven, onthoud je het beter.
- De aantekeningen kun je erbij pakken tijdens het leren, zo weet je goed wat de docent belangrijk vindt en heb je extra uitleg bij de hand.
- Ik ga je leren om volgens de **Cornell-Methode** aantekeningen te maken. Daarmee structureer je de uitleg, oftewel: je ordent het. Hier zijn je hersenen gek op, waardoor ze het makkelijker begrijpen en onthouden.

ZIE VOLGENDE PAGINA





## Boeren + Jagers & verzamelaars, h3, GS

Jager -  
verzamelaars

- Jaagt en verzamelt besjes etc. om zich in leven te houden
- Trokken rond in kleine groepen (20-50)



Waarom  
werden ze  
landbouwers?

2 theorieën



- Klimaatverandering → voedseltekort
- Snelle bevolkingsgroei



minder mobiel



te weinig gewassen



Jager-verzamelaars trokken rond in kleine groepen en leefden van wat ze verzamelden. Wegens klimaatverandering of bevolkingsgroei werden ze landbouwers.



# Voorbeeld

## Volgorde van leren

Aantekeningen

Presentaties Classroom

H1

H3

H2

H6

H4



ZIE JE LEERWERK ALS EEN WORST SALAMI DIE JE IN PLAKJES VERDEELT. JE WEET NU IN WELKE VOLGORDE JE DE PLAKJES TOT JE GAAT NEMEN. IN HET VOLGENDE HOOFDSTOK VERTELIK HOE JE DIT VERDEELT OVER DE DAGEN. ZO KUN JE HET INPLANNEN IN JE PLANNER.

BIJ EEN VAK ALS GESCHIEDENIS ZUL JE SOMS IN DE NORMALE VOLGORDE MOETEN LEREN, OMDAT JE DE HOOFDSTOKKEN ANDERS NIET GOED BEGRIJPT.



# 3. Wanneer leer je?

$$\frac{x}{a} + \frac{y}{b} = 1$$

## Piek- en dalmomenten

De één is op zijn best in de avond en de ander voelt zich fantastisch in de middag. Wanneer heb jij het meeste energie? Wanneer is je hoofd het meest helder? Dan is dát jouw beste leermoment. Probeer daar rekening mee te houden in je planning.

Kom je er niet onder uit om ook in je dalmomenten te werken? Doe dan je maakwerk in je dalmoment en je leerwerk in je piekmoment.



# Voorbeeld



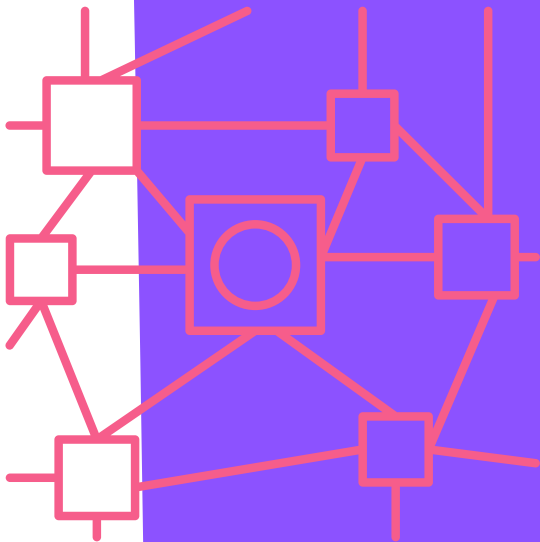
Extra tips bij  
grondig lezen



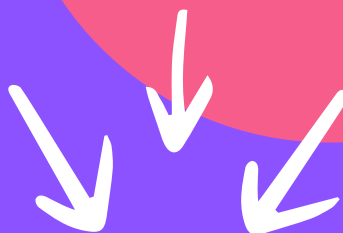
## VERBANDEN LEGGEN

Alle lesstof is één groot geheel. Doordat het één gebeurt, wordt iets anders in werking gezet. In teksten wordt heel vaak uitgelegd wat de oorzaak van iets is en wat vervolgens het gevolg is (en het gevolg daarop en het gevolg daarop...). Probeer die verbanden te zien, terwijl je leest. Je hersenen vinden het dan makkelijker om te onthouden.

Vraag je ook af 'waarom' iets gebeurt, om exact dezelfde reden: je hersenen kunnen de lesstof dan beter verwerken.



De verbanden en  
'het waarom' leg je  
vast in je Cornell-  
samenvatting





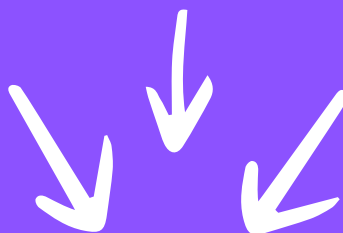
## SNELLEZEN

Normaal lezen gaat van woord tot woord. Door alleen je ogen te gebruiken springen deze van woord tot woord en verlies je tijd bij elke spatie.

Om deze reden gaan we je leren snellezen.

Why?!

- Je kunt 2 x zoveel tekst lezen als normaal in dezelfde hoeveelheid tijd. Aan het begin wellicht lastig, maar hoe vaker je het doet, hoe beter het gaat.
- Snellezen = minder vermoeiend, doordat je fysiek met je handen bezig bent.





TOP

TIPS



# EXTRA TIPS

WISKUNDE

WOORDJES LEREN

NEDERLANDS

UITLEGFILMPJES

# The end

YES! Je weet nu de belangrijkste dingen die er te weten vallen. Print deze gids vooral uit en leg hem op je bureau, zo kun je hem er snel en makkelijk bij pakken.

Onthoud: oefening baart kunst. Oftewel: hoe vaker je iets doet, hoe beter het zal gaan. Alle begin is moeilijk, maar je hersenen leren snel.

Bedenk maar eens hoe sloom je las, die eerste jaren op de basisschool en hoeveel moeite je dat kostte. Inmiddels hebben je hersenen dit geautomatiseerd. Hetzelfde zal gebeuren bij het toepassen van deze leertechnieken: het plannen, goede aantekeningen maken, een slimme samenvatting maken, goede antwoorden leren formuleren...

Ga ervoor en geloof in jezelf. Laat niemand je vertellen dat je iets niet kunt. Je wist gewoon nog niet hoe!

Ik geloof in jou

