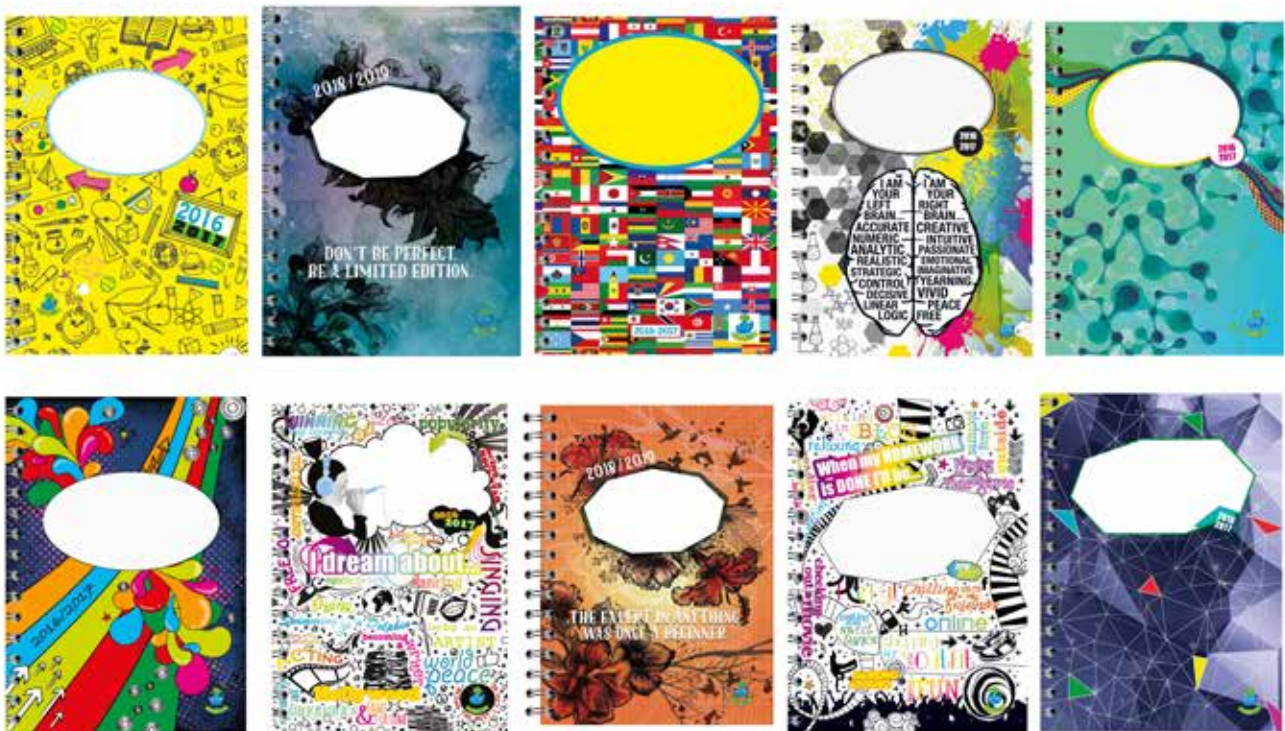


Lesbrief CitrusPers Agenda 2021-2022

1. Waarom heb je een agenda nodig?
2. De CitrusPers-agenda
3. Waarom is de CitrusPers-agenda gemaakt?
4. Huiswerk
5. Plannen
6. Hoe gebruik je de CitrusPers-agenda?
7. De Tijdmachine helpt je bij de planning
8. De CitrusPers-agenda heeft meer handige dingen
9. Sociale vaardigheden
10. Extra's

CitrusPers heeft 14 verschillende covers waaronder:





Kijk op www.citruspers.net voor meer info.

De agenda

1. Waarom is een agenda handig?



Veel scholen geven huiswerk op. Dat begint vaak als leerlingen ongeveer 11 jaar zijn.

In het begin is het nog niet zoveel. Dan kun je misschien nog onthouden. Maar er komt een tijd, dan is het handig dat je alles op schrijft.

Maar opschrijven alleen is vaak niet genoeg.

Veel jongeren zijn erg druk. Ze hebben na schooltijd van alles te doen:

- vrienden
- een baantje
- sporten
- hobby's
- huiswerk

Dat geldt vast en zeker ook voor jou?

Je moet aan veel dingen denken en veel dingen plannen. Want... je kunt maar één ding tegelijk.



2. De CitrusPers-agenda



Een agenda die je extra helpt om dingen goed te plannen is de CitrusPersagenda.

De agenda heeft als leus:

Beter omgaan met je tijd, elkaar en school is wèl zo leuk!

Op de site staat de volgende informatie. Misschien is het ook handig dat jij dit weet?

- **Waarom** is deze agenda gemaakt?
- **Voor wie** is deze agenda gemaakt?



3. Waarom is de CitrusPers agenda gemaakt?

Veel leerlingen zijn druk.

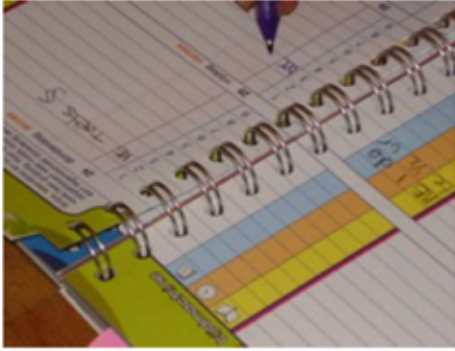
Veel leerlingen moeten veel doen.

Dat heb je hier al gelezen.

Zij moeten aan veel dingen denken en veel dingen doen.

Om alles makkelijker te kunnen onthouden is de CitrusPers agenda gemaakt.





Dat kunnen leuke dingen zijn
of dingen die nu eenmaal moeten.

Het is dan handig
dat je de tijd goed kunt indelen.

Zo krijg je een goed overzicht
van je tijd.

1. In de rij onder het boek zet je het vak.
2. In de rij onder de klok zet je hoelang je denkt nodig te hebben.
3. In de rij onder de kalender zet je wanneer het klaar moet zijn.

Een planning maken en je eraan houden,
dat is iets dat je kunt leren.



Als je het door hebt hoe dat moet
dan heb je daar veel plezier van.

Niet alleen op school
maar ook voor later.

Als je goed plant:

- dan weet je wat je moet doen,
- en heb je het huiswerk op tijd af.



Daardoor:

- krijg je een rustig gevoel,
- en houd je tijd over voor leuke dingen.



4. Huiswerk

- Heb jij al ervaring met huiswerk?
- Kun jij je huiswerk goed plannen?
- Houd je tijd over voor andere dingen?

Of ben jij iemand:



- die dingen uitstelt?
- die alles op het laatste moment doet?
- die 's morgens voor school alles nog moet afmaken of leren?
- die nooit klaar is?

Misschien slaap je daardoor slecht
of voel je je onrustig?
Dat is, denk ik, niet prettig.



Vaak merk je dan op school
dat je de lesstof niet goed weet.

Dan maak je je werk slecht
en krijg je lage cijfers.

Dat schiet niet op! Je kunt beter gaan plannen.

5. Plannen

Plannen is niet alleen
alles opschrijven.
Je moet ook goed kijken
hoeveel huiswerk je
op een dag klaar moet hebben.

Dat lukt niet altijd in één dag.





Soms omdat het te veel huiswerk is om in één keer te maken of te leren.



Soms omdat iets anders moet doen of wilt doen.

- Je moet bijvoorbeeld werken.
- Je wilt naar de film.



Soms omdat het zo moeilijk is, dat je het niet in één keer kunt onthouden.

Hoe kun je beter omgaan met je tijd?

Gebruik de agenda:

- om je huiswerk op te schrijven
- om je afspraken op te schrijven
- om de dingen die je wilt doen op te schrijven.

Bijvoorbeeld:

TVGiDS^{nl}

TVGiDS^{nl}

TVGiDS^{nl}

- de film die je wilt zien
- de wedstrijd die op tv komt
- wanneer je moet werken
- de verjaardag van je oma
- dat je naar de tandarts moet



Als je de agenda goed gebruikt,
zie je wanneer je druk bent
of juist tijd over hebt voor leuke dingen.

6. Hoe gebruik je jouw CitrusPersagenda?

De CitrusPersagenda lijkt op andere agenda's.
Toch heeft deze agenda een paar extra's:

- de Tijdmachine
- 'plan'stickers.

De Tijdmachine

De Tijdmachine staat aan het einde van elke regel èn
op het rechterblad onderaan.

In de Tijdmachine geef je aan:

- voor welk vak je iets moet doen
- hoeveel tijd je ervoor nodig hebt
- wanneer het af moet zijn



Tijdmachine

Uitleg

(Kijk ook op YouTube!)

De Tijdmachine staat aan de rechterkant van iedere regel.

16 maandag Monday					
1	WI Toets 5 12	Fr	15	Wo	
2					
3	AK Topo Rusland				
4					
5					
6					

De Tijdmachine in de agenda helpt je ook om betere cijfers te halen en tijd over te houden!


In de Tijdmachine kun je aangeven:

-  voor welk vak je iets moet doen (FR=frans, AK=aa rdrijkskunde, WI=wiskunde, NL=Nederlands, BIO=biologie etc)
-  hoeveel tijd je ervoor nodig hebt (10 = 10 minuten, 30 of 1/2 = half uur, 15 of 1/4 = kwartiertje etc)
-  wanneer het af moet zijn (ma = maandag, di = dinsdag, wo = woensdag etc.)

In het weekend loopt de Tijdmachine door zodat je op zondag je huiswerk in kunt plannen. Daaronder staat er nog een waar je in kunt vullen wat je over 2 of 3 weken af moet hebben. Een werkstuk bijvoorbeeld, of een grote toets. Dit kun je dan 2 of 3 weken achter elkaar in jouw Tijdmachine zetten, zodat je iedere week er aan herinnert wordt wat je moet voorbereiden.

Tijdmachine voor over 2 of 3 weken	voor wanneer?	af
vak Nederlandse boekbespreking	voor in	lezen vrijdag 26 sep
vak	planning	

Rak de stickerjes op tijd in je agenda zodat je niet voor verrassingen komt te staan.



PlanHokjes: rechtsbovenin zie je 5 hokjes met de dagen. Hier kun je heel overzichtelijk je toetsen in opschrijven voor volgende week. Zo zie je in één oogopslag wat je die week aan toetsen kunt voorbereiden.



- Heel erg handig zijn de **stickertjes** voor in je agenda. Deze stickerjes helpen je herinneren dat je iets moet doen voor de volgende week. Zo kun je aan de zijkant van je agenda afzien dat je iets moet doen. Op deze manier kun je goed je tijd inplannen. Het zijn korte strookjes met een opdracht er op:
-  Toets
 -  Schriftelijk
 -  Mondeling
 -  Boekbespreking
 -  Werkstuk/Presentatie
 -  Sport
 -  Muziekles
 -  Tandarts



Plak ze in de week dat je iets af moet hebben aan de rand van een bladje in je agenda. Vouw het stickerje op de stippe lijn om en plak het vast aan de andere kant van de bladje. Op de dag dat je iets af moet hebben schrijf je dit ook gewoon in je agenda. En als die week over is, kun je de stickerjes gewoon afscheuren.




Zo blijft je agenda overzichtelijk.

Veel plezier dit jaar met je agenda!





Hoe gebruik je de Tijdmachine?

1.  In de rij onder het boek zet je het vak waar je iets voor moet doen.
(FR=frans, AK=aardrijkskunde, WI=wiskunde, NL=Nederlands, BIO=biologie etc)
2.  In de rij onder de klok zet je hoelang je denkt hiervoor nodig te hebben.
(10 = 10 minuten , 30 of $\frac{1}{2}$ = half uur, 15 of $\frac{1}{4}$ = kwartiertje etc)
3.  In de rij onder de kalender zet je wanneer dit vak klaar moet zijn.
(ma = maandag, di = dinsdag, woe = woensdag etc.)

PlanHokjes: rechtsbovenin zie je 5 hokjes met de dagen. Hier kun je heel overzichtelijk je toetsen voor deze, OF voor volgende week in opschrijven. Zo zie je in één oogopslag voor welk vak je die week een toets hebt!

In de Tijdmachine onderin bij het weekend heb je nog ruimte waar je in kunt vullen wat je over 2 of 3 weken af moet hebben.

Bijvoorbeeld:

- een werkstuk
- een boekbespreking
- een grote toets

Dit kun je dan 2 of 3 weken achter elkaar in de Tijdmachine zetten.

Zo word je er iedere week aan herinnerd wat je moet voorbereiden.



Kijk maar op dit voorbeeld:

Tijdmachine voor over 2 of 3 weken:		hoeveel tijd nodig?	voor wanneer?	of
vak: <i>Nederlandse boekbespreking</i>	maken of leren	<i>lezen</i>	<i>vrijdag 25 Sep</i>	
vak:	maken of leren			

Druk de stickers op tijd in je agenda zodat je niet voor verrassingen komt te staan

De Tijdmachine helpt je dus om je bezigheden goed te plannen.

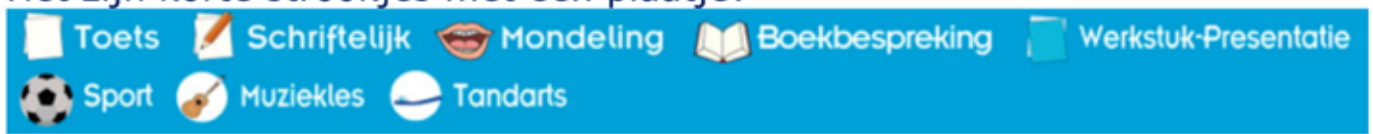
Als je goed wilt plannen moet je vooraf bedenken wat er allemaal moet gebeuren.

Stickers

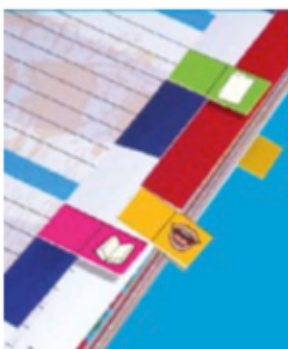
Vóór in de agenda zitten kleine stickers. De stickertjes helpen je er aan denken dat je iets moet doen voor de volgende week.



Het zijn korte strookjes met een plaatje:



- Je plakt het stickertje aan de rand van een bladzijde in je agenda in de week dat je iets moet doen of af moet hebben.
- Vouw het stickertje om en plak vast aan de andere kant.



- Aan de zijkant van je agenda zie je nu al dat je iets moet doen
- Zo kun je beter je tijd inplannen.
- Zo kun je ook de goede spullen van huis mee naar school nemen.



Tijd is iets raars

De tijd gaat snel, de tijd vliegt voorbij.

De tijd gaat langzaam, de tijd kruipt.

Daar besteedt de agenda ook aandacht aan.



7. De CitrusPersagenda heeft meer handige dingen

Door de hele agenda vind je de namen van de dagen en de maanden in verschillende talen.

Je zult de taal niet altijd meteen herkennen dus die kun je via internet of in de bibliotheek opzoeken.

Handig voor je vakantie?

Nederlands	Engels	Frans	Spaans	Duits
maandag	Monday	lundi	lunes	Montag
dinsdag	Tuesday	mardi	martes	Dienstag
woensdag	Wednesday	mercredi	miércoles	Mittwoch
donderdag	Thursday	jeudi	jeuves	Donnerstag
vrijdag	Friday	vendredi	viernes	Freitag
zaterdag	Saturday	samedi	sabado	Samstag
zondag	Sunday	dimanche	domingo	Sonntag

Achter in je agenda staan ook nog zo'n 30 pagina's met studietips, spiekbrieven en informatie over bijvoorbeeld eten, ehbo en zakgeld.



8. Sociale vaardigheden

In de CitrusPers agenda staan overal tips en teksten met doordenkertjes over:

- dingen waar alle leerlingen over na zouden kunnen denken.
- dingen die belangrijk zijn in ons dagelijks leven.



- dingen die belangrijk zijn om goed met elkaar om te gaan.
- tot 10 tellen voordat je boos wordt of agressief wordt.
- dingen die goed zijn om samen te bespreken.

Want er gebeuren teveel nare dingen op straat, op school, thuis en in de maatschappij:

- geweld
- pesten
- vernielingen
- drankmisbruik
- en veel meer.



Samen kunnen we daar iets aan doen.



9. Extra's

In de agenda zitten lege bladzijden.

Die kun je gebruiken voor je eigen foto's, tekeningen of andere versieringen.

Ook staan er recepten in...verras je ouders een keer!



Je agenda heeft dit jaar als thema Symbolen.

Dat zie je aan de afbeeldingen in de weekoverzichten. Er staan allerlei verschillende afbeeldingen en de uitleg van dat symbool rechts boven in. Ook staan er spreekwoorden en gezegdes over het onderwerp, bijvoorbeeld een aap, een appel, een havik of een schelp.

Verder heeft jouw agenda per maand een andere achtergrondkleur zodat je precies weet in welke maand je zit. Het staat er ook boven natuurlijk.

Bij veel agenda's zit een insteekmapje voor je eigen spullen zoals een pasje of een foto of voor KWT uren.

Iedere agenda heeft ook een andere achterkant. Soms kun je ruilen met iemand anders als je die van jou echt niet leuk vindt.

Je kunt ook plaatjes in je agenda plakken over je hobby, of tekenen; paardrijden, voetbal, hockey, turnen, zwemmen, fietsen, dansen etc.. Zo wordt het helemaal jouw eigen agenda.





De agenda (algemeen)

Naam:

Klas:

1 Heb jij al ervaring met een agenda? Ja Nee

2 Gebruik je de agenda veel? (Zet een X in het vakje ervoor.)

<input type="checkbox"/>	iedere dag	<input type="checkbox"/>	een paar keer per dag
<input type="checkbox"/>	af en toe	<input type="checkbox"/>	één keer per week

a

3 Wat schrijf jij in je agenda? (Zet een X in het vakje ervoor.)

<input type="checkbox"/>	huiswerk	<input type="checkbox"/>	verjaardagen
<input type="checkbox"/>	afspraken	<input type="checkbox"/>	sport
<input type="checkbox"/>	club	<input type="checkbox"/>	vereniging
<input type="checkbox"/>	Tv programma's	<input type="checkbox"/>	Anders :

4 Vind jij een agenda handig? Ja Nee
Waarom?

<input type="checkbox"/>	Dan kan ik beter plannen.	<input type="checkbox"/>	Dan weet ik wanneer ik geen tijd heb.
<input type="checkbox"/>	Dan vergeet ik niets.	<input type="checkbox"/>	Dan heb ik mijn huiswerk op tijd af.
<input type="checkbox"/>	Dan gaat het beter op school.	<input type="checkbox"/>	Dan houd ik meer tijd over voor leuke dingen.
<input type="checkbox"/>	Ik kan er leuke plaatjes in plakken.	<input type="checkbox"/>	Anders:

5 Wat ga je in jouw agenda schrijven, tekenen of plakken?

<input type="checkbox"/>	Plaatjes van mijn voetbalclub.	<input type="checkbox"/>	Plaatjes van mijn favoriete zanger of zangeres.
<input type="checkbox"/>	Plaatjes van mijn huisdier.	<input type="checkbox"/>	Vakantie-foto's.
<input type="checkbox"/>	Anders:	<input type="checkbox"/>	Anders:



Werkblad

De CitrusPersagenda

Naam:

Klas:

Opdrachten bij het weekoverzicht.

Op de volgende bladzijde staat een bladzijde uit de agenda.

Het is daar bijna net zo groot
als deze bladzijde in de agenda.

Zet de volgende dingen op het blad :

	Vaste dingen:	Afspraken
Maandag		
Dinsdag	19.00-20.00 uur atletiek	
Woensdag		16.00 uur Ortho
Donderdag	19.30-20.00 uur muziekles	
Vrijdag	18.00-21.00 uur werken	15.00 uur schoenen kopen
Zaterdag	8.00-12.00 uur werken 14.30-16.15 uur wedstrijd	21.00 uur film
Zondag		

Huiswerk

	Afkorting	Vakken en huiswerk	Tijd die je nodig hebt
Maandag			
Dinsdag	Fr	Frans: woordjes leren voor SO	30 min.
Woensdag	Tn	Techniek: werkstuk fiets	2 uur
Donderdag	Ne	Nederlands: spelling	30 min.
Vrijdag	Wi	Wiskunde: 5 opdrachten	45 min.
Zaterdag			
Zondag			
Maandag		Nederlands: spreekbeurt	2 uur.



SEPTEMBER | OTTOBRE

week 39

September 2021						
Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



27 maandag Lunedì

30 donderdag Giovedì

28 dinsdag Martedì

Week 11 in welke taal die geschreven is?



1 vrijdag Venerdì

29 woensdag Mercoledì

2 zaterdag Sabato 3 zondag Domenica

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									

Tidmacting voor over 2 of 3 weken

voak:	probleem of thema	voor wanneer?	of
voak:			
voak:			

In A2A geloven ze dat een (gepland) leven het beste is voor de wereld. Het ligt er aan door je naam te kiezen. In hoer of zijn dat?

Het levensbestaan steelt ook wel eens een snoepje uit jou. Het is een nieuw signaal voor

10. Waar moet je ook aan denken?

-Reistijd

Hoe lang duurt het voordat je bij de tandarts bent?

Hoe lang duurt het voordat je op je werk bent?

Hoe lang ben je onderweg naar het sporten?



-Sport

Je moet je spullen pakken

Je moet ernaar toe

Je moet je omkleden



Je gaat na het sporten douchen

Je gaat nog even iets fris drinken

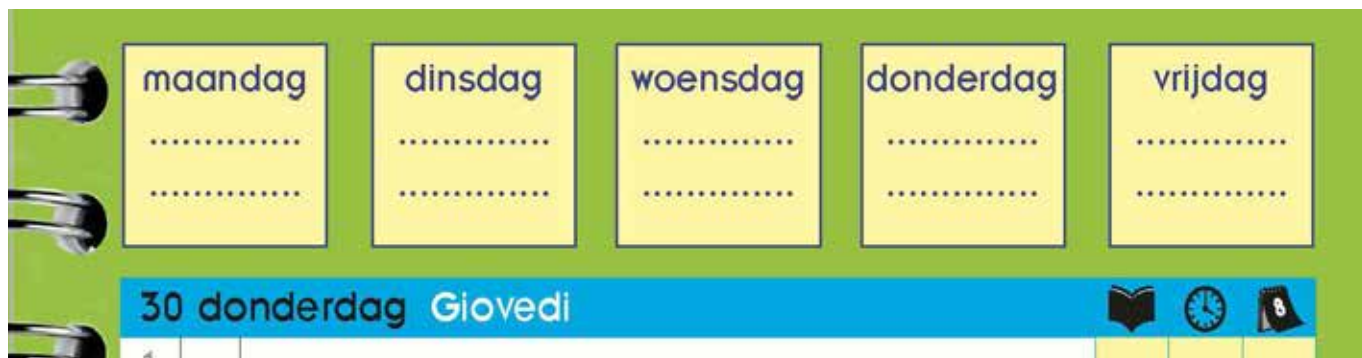
Op welke dagen heb je veel tijd om je huiswerk te maken?

1	2	3
---	---	---

Welke opdrachten kosten veel tijd?



Wat doe je met de 5 hokjes bovenin op de rechterpagina?



Hierin schrijf je op welke dag je voor welk vak een SO of een TOETS hebt. Dan is in één oogopslag te zien wanneer je dat hebt! Wát je daarvoor moet doen schrijf je dan bij de dag zelf in je agenda.

Wanneer plan je de grote opdrachten?

Welke dag?	Hoeveel tijd	Hoe laat begin je?	Vak en huiswerk

Zet dit op het agendabladd bij de tijdmachine.
Net als op het voorbeeld.

Tijdmachine voor over 2 of 3 weken:		hoeveel tijd nodig?	voor wanneer?	af
vak:	maken of leren			
vak:	maken of leren			

Heb je alles ingevuld?

Dan moet je je er ook aan houden.

Vond je dit een moeilijke opdracht?

Ja / Nee

Waarom? Schrijf het in dit vak:



OP: <https://www.youtube.com/watch?v=xggqM-k22Ro>

....zie je de uitleg van de
Tijdmachine en hoe de agenda
werkt.

Bekijk het filmpje met je
ouders en/of verzorgers zodat
zij je ook kunnen helpen goed
te leren plannen!

