**Studiegewoonten.**

Mijn studiegewoonten zijn dat als ik niet geconcentreerd ben snel afgeleid wordt door mijn telefoon of facebook. Het ligt eraan hoe ik mij voel. Als ik weet dat ik niet extreem geconcentreerd ben doe ik muziek aan op mijn mobiel met oortjes in mijn oren. Ik weet dat ik daar meer geconcentreerd van raak.

Ik heb ook moeite dat ik soms te laat begin aan mijn voorbereidingen voor toetsen. Dit komt omdat ik dit uitstel om te gaan leren, dit is een ding wat ik echt moet gaan leren.

Als ik aan het leren ben, ben ik gedetailleerd bezig. Ik schrijf alle hoogte punten op maar dit kan nog wel eens teveel tijd in nemen. Ondanks dat ik hier veel van leer, het is verstandig dat ik hier verandering in ga brengen zodat ik sneller kan leren.

Wanneer ik studeer probeer ik af te wisselen in mijn manier van leren. Als ik iets moet leren, dan schrijf ik dit op in een schrift. Dit laat mij het leerstof goed onthouden. Ik schrijf het op, of ik lees eerst een stuk in het boek. Ik neem af en toe pauzes van 5 a 10 minuten. Doe de ene keer muziek op en de andere keer niet. Om toch afwisseling in mijn omgeving ook te hebben. Ik gun mijzelf om de zoveel minuten/uur even een break om op mijn mobiel te kijken. Ik maak vaak samenvattingen en de belangrijke dingen geven ik een kleur.

**Tijdindeling en studieplanning.**

Als ik weet dat ik iets belangrijks heb bijvoorbeeld, werk of een verjaardag. Dan kijk ik van te voren wanneer ik het beste tijd kan vrijmaken voor of na het werk om toch nog stof te kunnen leren. Ik maak altijd wel een planning van wat ik nog wil doen en wanneer ik het overzicht duidelijk heb wat ik moet doen kijk ik in mijn tijd planning wanneer ik het beste het stof kan gaan leren, om zo toch als ik 3 a 4 toetsen heb in een week alles te kunnen leren. Als er iets op schuift voor een reden stel ik het bij in mijn planning.

**Manier van studeren.**

De manier hoe ik studeer is afwisselend om door de afwisseling het stof te onthouden. De ene keer leer ik via mijn laptop om het stof op te zoeken of om opdrachten door te nemen. De andere keer neem ik het specifieke boek voor me om er een samenvatting van te maken met de hoogte punten te beschrijven in een schrijft die ik heb voor een specifiek vak. Meestal als ik het idee heb dat ik iets echt moet weten voor de toets, geef ik deze zin een kleurtje om te omringen dat ik deze goed moet onthouden. Ik geef mijzelf wanneer ik aanvoel dat ik een pauze nodig heb, of mijn concentratie verlies even een pauze. Dit duurt meestal 5 a 10 minuten. De ene pauze geef ik mijzelf even een break om op laptop rond te kijken, de andere keer om wat drinken/eten te halen en de andere keer om even op mijn mobiel te kijken. Pauzes plan ik dus verschillend in, soms is het na een half uur, soms na een uur, soms na anderhalf uur. Soms heb ik ook de neiging wanneer ik weet dat ik niet extreem geconcentreerd ben om muziek in mijn oren te doen. Omdat ik weet dat ik hier wel geconcentreerd van raak. Meestal leer ik ook in complete stilte. Ik vind beiden fijn, het ligt er net aan in wat voor stemming ik zit.

**Concentratiemoeilijkheden.**

Soms merk ik dat ik niet geconcentreerd kan raken, dan weet ik van mijzelf dat ik er wel in kan komen wanneer ik mijzelf afsluit voor mijn omgeving door middel van muziek op te doen of mijzelf te verwijderen van mensen om mij heen. Het ligt er bij mij net aan in wat voor stemming ik ben en hoe ik mij voel. Soms helpt het ook bij mij als ik dus wel mensen/geluid om mij heen heb. Dan zoek ik dit ook op. Door middel van kleine pauzes, gun ik mijzelf tijd zodat ik niet voor een lange tijd uit mijn concentratie raak.

**Studiemotivatie.**

Aangezien ik altijd interesses heb gehad in het ICT gebied, het leuk vind om te programmeren enzovoort. Is het voor mij niet moeilijk om mijn motivatie op dit moment te verliezen. Ik vind het leuk om mij te verdiepen in ICT onderwerpen. Als ik iets niet snap, vraag ik mijn mede studenten of zoek ik het op in boeken of op google. Ik weet van mijzelf dat ik leergierig ben en ik motiveer mijzelf ook altijd om niet bij de pakken neer te gaan zitten maar te zoeken naar oplossingen. In dat gebied ken ik mijzelf en weet ik wanneer het niet meer gaat of kan lukken dan zoek ik hulp als dit nodig is.

**Actief studeren.**

Het helpt mij om duidelijk te weten waar ik aan toe ben, dus ook welke opdrachten ik nog moet doen. Zodra ik dit weet, kijk ik meestal naar waar we het over gehad hebben, wat de doelen van de lessen waren die ik moest weten aan het eind van de les. Vanuit hier weet ik bijvoorbeeld ook wat het leerstof is wat ik moet weten. Ook al weet ik al een onderdeel van het stof wat ik moet leren, ik leer het alsnog. Want ik weet dat het bij mij werkt, hoe meer herhaling hoe beter ik het onthoudt.

Als ik mijn samenvatting heb opgeschreven, waardoor ik het overigens ook goed onthoudt, lees ik mijn samenvatting goed door en ga ik mijzelf vragen stellen of laat ik mij soms door iemand anders toetsen.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Uren / Dagen** | **Maandag** | **Dinsdag** | **Woensdag** | **Donderdag** | **Vrijdag** | **Zaterdag** | **Zondag** |
| 7.00 | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. | Slapen. | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. | Slapen. | Slapen. |
| 8.30 | School. | School. | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. | Klaarmaken. | Klaarmaken. | Slapen. | Slapen. |
| 9.00 | School. | School. | 9:30 School. | 9:30  School. | 9:30  School. | Slapen. | Slapen. |
| 10.00 | Pauze.  Eten. | Pauze.  Eten. | School. | School. | School. | Slapen. | Slapen. |
| 11.00 | School. School. | School. | School. | School. | School. | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. | Opstaan.  Ontbijten.  Klaarmaken. |
| 12.00 | Pauze.  Eten. | VRIJ.  Naar huis. | Pauze.  Eten. | Pauze.  Eten. | VRIJ.  Naar huis. | Activiteit. | Activiteit. |
| 13.00 | School. | Huiswerk  Of activiteit. | School. | School. | Huiswerk  Of activiteit. | Activiteit. | Activiteit. |
| 14.00 | VRIJ.  Naar huis. | Huiswerk  Of activiteit. | Pauze.  Eten. | Pauze.  Eten. | Huiswerk  Of activiteit. | Activiteit. | Activiteit. |
| 15.00 | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | School. | School. | Huiswerk  Of activiteit. | Activiteit. | Activiteit. |
| 16.00 | Boodschappen doen. | Huiswerk  Of activiteit. | VRIJ.  Naar huis. | VRIJ.  Naar huis. | 16:30  Werk. | 16:30  Werk. | 16:30  Werk. |
| 17.00 | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. |
| 18.00 | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. | Eten. |
| 19.00 | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Werk. | Werk. | Werk. |
| 20.00 | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Werk. | Werk. | Werk. |
| 21.00 | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Werk. | Werk. | Werk. |
| 22.00 | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Huiswerk  Of activiteit. | Vrij werk. | Vrij werk. | Vrij werk. |
| 23.00 | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Gamen. | Gamen. | Gamen. |
| 24.00 | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Gamen. | Gamen. | Gamen. |
| 1.00 | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. |
| 2.00 | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. |
| 3.00 | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. | Slapen. |