



CM. Hoe gaat het met u?

Examenplanning zorgt voor betere resultaten

Bijlage

Tips voor een goede planning

1. Begin vroeg met plannen. Begin mei is ideaal als je begin juni met je examens begint.
2. Maak niet enkel een maandplanning, maar deel je werk ook op in kleinere to do-lijsten, bijvoorbeeld in een week- of dagplanning. Zo kun je beter je prioriteiten bepalen, je vooruitgang opvolgen en inschatten hoe realistisch je planning is. En elke to do die je af kan vinken, geeft een gevoel van voldoening.
3. Ga met je planning aan de slag. Evalueer je planning op een vast tijdstip, bijvoorbeeld elke avond of een keer per week. Stel jezelf daarbij de volgende vragen: Lukte het om al het werk gedaan te krijgen? Waarom was het soms moeilijk om je aan je planning te houden? Zijn er aanpassingen nodig?
4. Geef niet te snel op als je merkt dat je achter zit op schema. Plannen leer je met vallen en opstaan.
5. Neem voldoende korte pauzes om je concentratie scherp te houden. Ook pauzes maken deel uit van je planning. Als je vermoeid bent, geraak je sneller afgeleid. Als je twee keer een halfuur aan een stuk blokt, zal je beter onthouden dan wanneer je een uur aan een stuk studeert.
6. Start je dag met de belangrijkste taken. Dat zijn vaak de moeilijkste. Doe ze als eerste, dan lukt het vlotter.
7. Spreid je studeermomenten in de tijd. Als je twee keer dertig minuten studeert, onthoud je het een pak beter dan als je een keer een uur studeert. Op korte tijd veel informatie tegelijk in je hoofd proppen, is minder efficiënt dan je denkt. Studeer dus liever twee vakken op een dag en vermijd om vier dagen na elkaar hetzelfde vak te blokken.