




# Mentoraat Leerjaar 1 periode 1

Executieve functies	Wat moet ik kennen of kunnen?	Zo kan ik dit laten zien:	Dit kan ik!
	Ik kan verantwoordelijkheid nemen voor mijn eigen materiaal.	Ik draag mijn ei een week mee naar iedere les en breng hem heel terug naar de volgende mentor les. Wanneer ik of iemand anders mijn ei breekt, moet ik opnieuw beginnen.	<b>2</b>
<b>Planning &amp; Prioriteren</b>  <p>PLANNING Voor overzicht zorgen als er veel te doen is</p>	Ik kan mijn studiewijzer gebruiken. Ik ken het verschil tussen belangrijk, dringend en urgent.	Uit de informatie van de studiewijzer kan ik een onderscheid maken tussen wat grote en kleine taken zijn. Ook kan ik inschatten hoeveel tijd ik nodig heb voor de grote taken.	<b>6</b>
<b>Organisatie</b>  <p>ORGANISATIE Belangrijke informatie en materiaal ordenen en terugvinden</p>	Ik kan voorbereid (op tijd inclusief het juiste materiaal) bij het klaslokaal staan. Ik kan mijn werk ordenen.	Ik kan in de ochtend voordat ik vertrek de roosterpagina checken voor eventuele roosterwijzigingen en de inhoud van mijn tas op de wijzigingen opnieuw controleren. Ik kan mijn eigen agenda gebruiken.	<b>4</b>
<b>Emotieregulatie</b>  <p>EMOTIEREGULATIE Omgaan met je emoties</p>	Ik kan mijn emoties onder controle houden, ook al ben ik het niet met de situatie eens.	Ik leer van de grenzen van anderen om mijn eigen grenzen bij te stellen. Ik kan mijn eigen grenzen aangeven.	<b>4</b>
Deze ruimte laten we open voor onverwachte situaties, waarop moet worden ingespeeld tijdens de mentor les. Hier zullen adequate oefeningen bedacht worden, waar naar professionele vrijheid van de mentor al dan niet punten aan toegekend worden. Deze zullen benoemd worden op Magister met een totaal puntenaantal erachter, opdat het inzichtelijk wordt op welk gebied ik een ontwikkeling door moet maken om de punten te behalen.			<b>8</b>
			<b>Totaal 24</b>

# Mentoraat Leerjaar 1 periode 2

Executieve functies	Wat moet ik kennen of kunnen?	Zo kan ik dit laten zien:	Dit kan ik!
<b>Timemanagement</b> 	Ik weet hoelang iets duurt en hoelang ik er over kan doen.	Ik kan inschatten hoe groot de opdracht is en of ik dat moeilijk of makkelijk vind en hoeveel tijd mij dat kost.	<b>2</b>
<b>Taakinitiatie</b> 	Ik kan hoofd- en bijzaken van elkaar scheiden. Ik weet wat ik moet doen om weer aan het werk te gaan.	Ik kan benoemen wat ik moet doen om iets beter te maken/ergens beter in te worden. Ik kan mijzelf weer aan het werk zetten.	<b>4</b>
<b>Volgehouden aandacht</b> 	Ik ontwikkel vaste routines bij het binnenkomen, volgen en verlaten van een les. Ik train mijn vermogen om problemen op te lossen.	Ik kan benoemen welke taak moeilijk is, maar begin er desondanks toch aan. Ik kan goed aangeven wat ik lastig vind aan afleidend gedrag van anderen en wat ik hier zelf aan zou kunnen doen.	<b>6</b>
<b>Doelgericht gedrag</b> 	Ik leer omgaan met problemen in de groep. Ik leer werken met takenlijsten. Ik leer omgaan met afleiding tijdens mijn werk. Ik ken mijn eigen valkuilen als het gaat om mijn aandacht bewaren.	Ik kan mij focussen op wat ik moet doen en wat prioriteit heeft. Ik kan mijn eigen doelen formuleren. Ik vraag aan de docent of hij/zij helpt om mijn doel(en) te behalen.	<b>2</b>
<b>Reactie inhibitie</b> 	Ik leer omgaan met uitgestelde aandacht. Ik kan wachten met reageren op een ander.	Ik kan vertellen wat er wel en niet goed gaat. Ik ken de regels van de feedback. Ik kan luisteren naar de ander voordat ik zelf ga praten.	<b>2</b>
Deze ruimte laten we open voor onverwachte situaties, waarop moet worden ingespeeld tijdens de mentor les. Hier zullen adequate oefeningen bedacht worden, waar naar professionele vrijheid van de mentor al dan niet punten aan toegekend worden. Deze zullen benoemd worden op Magister met een totaal puntenaantal erachter, opdat het inzichtelijk wordt op welk gebied ik een ontwikkeling door moet maken om de punten te behalen.			<b>8</b>
			<b>Totaal 24</b>

# Mentoraat Leerjaar 1 periode 3

Executieve functies	Wat moet ik kennen of kunnen?	Zo kan ik dit laten zien:	Dit kan ik!
<b>Werkgeheugen</b> 	Ik leer manieren om mijn geheugen te trainen en leer mijn eigen grenzen op dit gebied kennen.	Ik kan op verschillende manieren aantonen dat ik woordjes/begrippen/feitjes leer, oefen en kan onthouden.	<b>8</b>
<b>Flexibiliteit</b> 	Ik leer hoe ik mij opstel in een groep. Ook leer ik hoe anderen mij beïnvloeden.	Ik kan mijn gedrag en zo de uitkomst van de verandering aanpassen om een goed resultaat te krijgen.	<b>4</b>
<b>Metacognitie</b> 	Ik reflecteer op mijn gemaakte ontwikkelingen dit schooljaar.	Ik kan reflecteren op mijn gedrag na een situatie. Wat was handig wat ik deed? Waar ging het wanneer mis? Wat kan er beter?	<b>4</b>
Deze ruimte laten we open voor onverwachte situaties, waarop moet worden ingespeeld tijdens de mentor les. Hier zullen adequate oefeningen bedacht worden, waar naar professionele vrijheid van de mentor al dan niet punten aan toegekend worden. Deze zullen benoemd worden op Magister met een totaal puntenaantal erachter, opdat het inzichtelijk wordt op welk gebied ik een ontwikkeling door moet maken om de punten te behalen.			<b>8</b>
			<b>Totaal 24</b>