

Links van de Expert

- [Neurohabits Brein quiz](#)
- [Multitask test](#)
- [Tedex Motiverende TED talk voor studenten](#)

Podcast en boeken

- Podcast: [Over het geheugen Bob \(VPRO\)](#)
- Boekentip: *Getting things done* – David Allen
- Boekentip: *Focus aan/uit* - Mark Tiggelaar
- Boekentip: *The one thing* - Gary Keller

Tips voor (online) tools

- Trello: een gratis, online planningsbord, waarin je taken en doelen kunt toevoegen.
- Microsoft Planner: lijkt qua vormgeving op Trello, maar kan gekoppeld worden aan Microsoft Teams. Het werkt als scrum, maar dan digitaal.
- Microsoft ToDo: (binnenkort samen met Wunderlist): een tool waarmee je al je taken op één plek kunt verzamelen.
- Plenda: een praktische tool om te leren plannen, maar ook om inzicht te krijgen in de eigen leerstrategie.
- Greenbook: een soort whiteboard-boekje, waarin je oude taken kunt wegvegen.
- Rocketbook: digitale layouts voor onder andere agenda en to-do-lijsten. Handig voor leerlingen!
- Maak to-do-lijstjes in je online agenda.
- Werk binnen de platformomgeving die op jouw school wordt gebruikt: Microsoft, Google, etc.
- Werk je met een papieren agenda? Kies dan voor een agenda waarin ruimte is voor het rooster met bijbehorende deadlines, een tijdplanning waarin het maak- en leerwerk gepland kan worden en met ruimte voor notities.

Tips voor coaching

- Werk met een doelenlijst: 's ochtends denken leerlingen na over leerdoelen en taken/opdrachten. Aan het eind van de dag reflecteren ze en kijken ze wat ze gedaan hebben en wat er doorschuift naar de volgende dag.
- Planningsvaardigheden zijn met name belangrijk om te bespreken tijdens een mentorles. Je kunt je afvragen of dit al in de eerste klas moet of pas later. Het kan elk jaar worden herhaald. Laat leerlingen de taken op de telefoon opslaan, bijvoorbeeld 'Tasks' met datum e.d.
- Werk met leerdoelen en pas tussendoor formatief evalueren toe. Ga als mentor in gesprek met de leerling over zijn eigen doelen.
- Houd met al je leerlingen een kennismakingsgesprek en een aantal ontwikkelgesprekken per jaar. Daarnaast is een coachgesprek per week aan te raden. Daarin worden dan de leer- en persoonlijke doelen besproken.
- Houd als coachend mentoraat elke 3 weken een gesprek met leerlingen over hun doelen. Elke week een kwartier per leerling bijvoorbeeld.
- Leerlingen kunnen vaak de kleine stappen wel bedenken, maar vinden het lastig om zichzelf te dwingen het ook echt te doen. Laat ze hun bedachte stappen aan de mentor geven en "val ze vervolgens lastig" als ze hun eigen deadlines niet halen. Sommige leerlingen stellen zelfs straffen voor, zoals nablijven tot het af is. Laat ze straffen voor zichzelf bedenken! Het is leuk om te zien dat leerlingen dan ineens snappen dat leraren straffen geven om ze te helpen.

Tip over gebruik mobiele telefoons

- Forest: een handige web-app waarmee je apps op je telefoon en pc voor een bepaalde tijd kunt uitzetten.
- Gebruik een telefoontas in de klas waar alle leerlingen hun telefoon in moeten doen.
- Of zet de telefoons juist in in de les, bijvoorbeeld voor muziek op tijdens het zelfstandig werken. Geef leerlingen 2 minuten om een playlist aan te zetten en de meldingen uit. Leg de telefoon dan met het scherm naar beneden en ze mogen ze niet meer aanraken. Dan kan de docent extra uitleg geven aan kleine groepjes zonder dat ze afgeleid raken.