

Een school voor mavo, havo,
vwo, vwo+ en gymnasium. Hier
leer je leiding geven aan jezelf
in verbinding met anderen.

MONTESSORIBOEKJE

KLAS 6V

2025-2026

De bouwers van de toekomst



Inhoud

Welkom	3
Programma montessoriweek	4
Dinsdagochtend: informatieochtend en LOB	6
Informatie 6V	6
LOB	6
Workshops woensdag	7
SPA	7
Wat vraagt de vaag?	7
Kom-in-de-flow met yoga	7
Gewoonte en verslaving	7
Basics eindexamenjaar	7
Omgaan met tegenslagen en gemotiveerd blijven.....	7
De lunch verzorgen	7
In de middag: Crazy 88	8
Donderdag 4 september	8
Vrijdagochtend: lesuren.....	9
Montessoribegrippen.....	10
Coaching	11
De gouden regels.....	11
De nieuwe telefoonregel	11
Begeleidingsuren (B-uren).....	11
Verandering in B-uren door de Pilot Onderwijstijd.....	11

Welkom

Beste HML'ers,

Welkom in 6 vwo! Dit schooljaar werken we met elkaar hard aan het behalen van het diploma. De eerste week staat bol van verschillende activiteiten passend bij het karakter van de montessoriweek.

Je ontmoet je coach en je weet na afloop waarom de eerste stappen en maanden belangrijk zijn ter voorbereiding op het centraal examen.

Het thema van deze montessoriweek is: examen doe je samen.

In deze week gaan we gebruik maken van elkaars kwaliteiten om daarmee allemaal sterker te worden. Als je met elkaar een goede groep bent kan je samen het leerrendement verhogen en dit leidt voor iedereen tot betere resultaten, dus zorg maar dat je uitgerust bent!

Verderop lees je hoe het programma eruitziet. Veel plezier!

Mede namens de coaches en docenten

Met vriendelijke groet,

Marloes Bruinsma
Teamleider 5&6 vwo

Programma montessoriweek

Dag	Tijden	Benodigdheden
Dinsdag 2 september	09:30 – 10:30 Coffeclub met je stamklas	<i>Inschrijven workshops woensdag & groepen maken woensdagmiddag via SOM</i> <i>Een lege maag & vakantie verhalen</i>
	11:00 – 13:00 Het examenjaar, alle informatie en ervaringen.	Pen en papier en laptop voor aantekeningen
	13:00 – 13:30 Pauze	
	13:30 – 15:00 coachwandeling in het Haagse Bos	Goede wandelschoenen

Dag	Tijden	Benodigdheden
Woensdag 3 september	08:30- 13:00 Verschillende workshops inhoudelijk eindexamenjaar en voorbereiding op examens: <i>1. SPA - alleen voor natuurkunde leerlingen</i> <i>2. Wat vraagt de vraag? - iedereen</i>	

	3. Studiekeuze en open dagen - maak nu al de goede keuze 4. Kom-in-de-flow yoga workshop - leer je lijf en je ademhaling kennen 5. Gewoonte en verslaving - Hoe ga jij om met je gewoontes en wat helpt jou? 6. Hoe ga je om met tegenslagen? 7. Lunch maken (alleen het 4^e uur) 13:30 – 14:30 Crazy 88	
	Schoolfotograaf 14:45 – 6VA 15:00 – 6VB/ 6VC 15:15 – 6VD/ 6VE	

Dag	Tijden	Benodigdheden
Donderdag 4 september	08:30 – 10:30 Les volgens rooster- zie SOM	
	13:00 – 16:00 Survival 'examen doe je samen' Locatie GDA Madesteinweg 10, Den Haag	Sportieve kleding die vies en nat mag worden. Schone kleding in plastic zak mee!

Dag	Tijden	Benodigdheden
Vrijdag 5 september	08:30 – 12:00 Les volgens rooster- zie SOM	

Dinsdagochtend: informatieochtend en LOB

Deze ochtend krijg je informatie over zaken die belangrijk zijn in 6VWO.

Informatie 6V

Je bent in het examenjaar aangekomen. Dit is toch een beetje een ander jaar dan de voorgaande jaren. In dit informatieblokje hoor je waar je rekening mee moet houden, hoe het jaar er een beetje uit gaat zien en waar je de informatie kunt vinden die belangrijk is om het jaar door te komen.

LOB

Je gaat dit jaar de keuze maken voor jouw vervolg na het HML. Ga je voor een numerus fixus studie, dan is de deadline voor inschrijven 15 januari 2026. Ga je een reguliere opleiding doen zet dan de deadline van 1 mei in je agenda. Je werkt naar deze momenten toe door tenminste twee open dagen en/of meeloopdagen te bezoeken. Zorg dat je je daarvoor op tijd inschrijft. Het aantal bezoekers op open dagen is vaak gelimiteerd. Overweeg je daarnaast ook een tussenjaar? Ga dat dan ook onderzoeken.

In deze sessie gaan we het LOB PTA programma bespreken. Neem je laptop mee zodat we samen aan de slag kunnen met jouw studiekeuze!

Workshops woensdag

Op woensdagochtend volg je verschillende workshops over het examenjaar en daarna.

SPA

SPA betekent “systematische probleemaanpak” en is bedoeld voor leerlingen met natuurkunde in hun pakket. (Een lesuur)

Wat vraagt de vaag?

De workshop “Wat vraagt de vraag?” bereidt je voor op hoe je op effectieve wijze de examenvragen kunt gaan beantwoorden. Je analyseert een vraag en daarmee kom je sneller tot een goed antwoord. (Een lesuur)

Kom-in-de-flow met yoga

Veel stress zorgt voor spanningen in je lichaam. Hoe kan je daarmee omgaan? Hoe zorg je dat je je lijf aanvoelt? En wat doe je met je ademhaling? Je kunt leren je te ontspannen en je lijf gebruiken, ook al moet je met je hoofd aan de slag. (Twee lesuren)

Gewoonte en verslaving

Verslaafden? Dat zijn toch van die mensen die stinken en niet meer goed voor zichzelf zorgen? Over verslaving in je eigen omgeving wordt vaak liever niet gepraat. Door verschillende modules en stemkastjes ervaar je hoe een “verslaving” al gauw dichterbij komt dan je denkt: sociale media, gamen, alcohol, roken, blowen en eetstoornissen. Niemand kiest ervoor om verslaafd te raken, maar toch gebeurt het bij 1 op de 10 mensen. Tijdens onze workshop gaan we dieper in op al deze onderwerpen en leer je de symptomen van een beginnende verslaving herkennen. (Een lesuur)

Basics eindexamenjaar

Natuurlijk volg je alle lessen hier op school, de I uren en B uren. Maar hoe bereid je je nou voor op je schoolexamens? Wat is een “N-term”, wat is “SSL”, de “kernvakkenregel” om maar iets te noemen. En hoe bereid je je voor op je schoolexamens en eindexamens? (Een lesuur)

Omgaan met tegenslagen en gemotiveerd blijven

Wat doe je op het moment dat het tegenzit? Als je bijvoorbeeld een minder goed cijfer haalt, of de omstandigheden niet meewerken. Hoe blijf je dan gemotiveerd? Wat kun je doen om een tegenslag te verwerken? (Twee lesuren)

De lunch verzorgen

Genoeg met je hoofd gedaan. Even iets gezelligs voorbereiden. “Examen doen we samen”, was het niet zo? Dus gaan we hier een lunch voorbereiden die we lekker met de hele groep zullen opeten! (Alleen het 4^e uur)

In de middag: Crazy 88

In een uur 88 punten behalen met elkaar. Zoveel mogelijk gekke opdrachten voltooien en daarna weer terug naar school voor een leuke klassenfoto!

Donderdag 4 september

Introductielessen schooljaar 25/26

De eerste twee uur heb je introductie lessen over het schooljaar 25/26. Kijk in SOM voor je lesrooster.

Middagprogramma

In de middag gaan we met heel 6 vwo tegen elkaar strijden in een examensurvival.

Om 12:30 verzamelen we bij de locatie Stichting sporthal GDA, Madesteinweg 10 in Den Haag. Om precies 13:00 starten we met de survival.

Kleding advies

Tijdens deze evenementen is het aan te raden sportieve kleding en stevige (sport) schoenen aan te trekken. Voor een wateronderdeel zoals vlotbouwen of survival is het aan te raden een setje droge kleding mee te nemen.

In principe gaan alle activiteiten ongeacht het weer gewoon door. Daarom adviseren we om regenkleding en een setje droge kleding mee te brengen.

Op de meeste locaties is weinig tot geen mogelijkheid om te verkleed. Wij adviseren dan ook je sportieve kleding van tevoren aan te trekken. Tijdens het evenement kun je je tas meenemen naar de locaties van de activiteit.

Vrijdagochtend: lesuren

Op vrijdag hebben jullie in de ochtend de eerste lesuren volgens het rooster. Samen met je docent neem je het PTA en de eerste nieuwe stof door zodat je goed weet wat er op je af komt – de eerste examenweek nadert met rasse schreden! Je kunt deze lessen gebruiken om je voor te bereiden op de start van dit spannende examenjaar.

In de middag hebben we de schoolband bereid gevonden om voor jullie te spelen en met z'n allen de week af te sluiten.

Montessoribegrippen

Het is belangrijk dat we weten wat deze begrippen betekenen.

Hoofd, hart en handen

We proberen in de lessen over de stof na te denken, te voelen wat het betekent en er praktisch mee aan de slag te zijn

Voorbereide omgeving

Samen zorgen we dat je tijdens een les aan de slag kan

Op ooghoogte werken

We werken vanuit wederzijds respect voor elkaar en luisteren naar elkaar

Niet storen

Mensen die willen werken, kunnen rustig werken

Sociaal leren

We leren met en van elkaar

Binnen en buiten school

We proberen zo veel mogelijk te leren met en van “echte” situaties

Reflecteren

We kijken terug op ons gedrag en leren daarvan

Zelfdiscipline en planning

We proberen zelfstandig ons werk te structureren

Betrokken zijn

We hebben interesse in elkaars leven

Oog hebben voor verschillen

Iedereen is anders en dat is gezellig

Coaching

Je coach is het eerste aanspreekpunt. Je hebt wekelijks contact met jouw coach waarin je in principe zelf aangeeft wat je nodig hebt in het leerproces. Mocht het leerproces stagneren dan kan de coach je begeleiden en/of een opdracht geven om te komen tot goede resultaten. Daarbij bespreek je

o.a. wat je na het HML zou willen doen.

Drie keer per jaar heb je een ontwikkelgesprek (OWG). Dit gesprek voer je met je ouder(s) of verzorger(s) en je coach. Je bereidt het gesprek goed voor.

De gouden regels

Wij helpen elkaar om onze doelen te behalen

Wij gaan goed met het gebouw en de materialen om

Wij respecteren elkaars persoonlijke ruimte en eigendommen Wij zorgen er samen voor dat iedereen zich veilig voelt

Wij vieren de verschillende culturen en geaardheden

Wij zorgen er samen voor dat iedereen goed kan werken Wij stimuleren een gezonde levensstijl

De nieuwe telefoonregel

Sinds vorig schooljaar zijn de telefoonregels veranderd. Telefoons moeten tijdens lestijd thuis of in de kluis zijn. Dit betekent dat je niet met je mobiel op de gang kunt lopen tijdens lestijden.

Begeleidingsuren (B-uren)

Op het HML volg je naast instructie-uren (I-uren) zoals je weet ook begeleidingsuren (B-uren). Dit zijn uren waarbij je zelf mag kiezen naar welk vak je wilt gaan.

Verandering in B-uren door de Pilot Onderwijstijd

Door de Pilot Onderwijstijd zijn de B-uren facultatief geworden (dus niet meer verplicht). In een week heb je 20 uur les (inclusief coaching) en mag je zelf bepalen óf en hoeveel B-uren je inplant. Je hoeft niet meer vijf weken vooruit te plannen. Je mag het per week doen. Wel blijft de regel staan dat je 24 uur van tevoren moet hebben ingeschreven en dat je ook niet mag uitplannen binnen die 24 uur.

Belangrijk om te weten:

We werken vanuit vertrouwen. Samen met je coach kijk je naar welke B-uren voor jou verstandig zijn om te kiezen. Met de leerlingen die op het nippertje over zijn gegaan, maken we goede afspraken over het inschrijven van de B-uren. De oude coach zal de nieuwe coach daarover inlichten en met de leerlingen wordt aan het begin van het jaar een gesprek gepland. Vanaf periode 2 kijken we ook naar de resultaten en naar het verzuim. Leerlingen die op inhalen staan, moeten sowieso B-uren invullen en leerlingen die er niet zo goed voorstaan (lees een onvoldoende voor een vak hebben) plannen ook de B-uren in, in overleg met de coach.