

# Examenplanner



## Hoe maak je een examenplanning?

1. Maak een overzicht van je opleidingsonderdelen (zie achterkant van dit document). Hoeveel tijd heb je nodig om elk opleidingsonderdeel in te studeren (begrijpen, structureren, memoriseren, herhalen ...)?
2. Vul de dagen van je examens in op de examenplanner.
3. Vul de dagen dat je niet kan studeren (bijv. door familiefeest) in op de examenplanner.
4. Vul de dagen dat je elk opleidingsonderdeel zal studeren in op de examenplanner.
5. Maak je examenplanner concreter door bv. aan het begin van elke week een concrete weekplanning te maken.



### Contactgegevens STIP

Kan je extra hulp gebruiken bij het uitwerken van een goede planning of om in een goed (studie-)ritme te geraken? Je kan hiervoor terecht bij de studiecoaches van het STIP

T +32 (0)3 265 48 72  
stip@uantwerpen.be

[www.uantwerpen.be/stip](http://www.uantwerpen.be/stip)  
Blackboard: ondersteuning



Universiteit  
Antwerpen

# OVERZICHT OPLEIDINGSONDERDELEN


Om een goede planning te maken, is het belangrijk om eerst, los van je examenrooster, in te schatten hoeveel dagen je in het ideale geval zou nodig hebben om het opleidingsonderdeel onder de knie te krijgen. Daarna kan je tellen hoeveel dagen je effectief hebt voor elk opleidingsonderdeel tijdens de blok- en examenperiode.




Deze twee vergelijken kan confronterend zijn, maar het is wel nodig om bewuste keuzes te kunnen maken over je aanpak. Zie je dat het ideale geval niet overeen komt met de realiteit? Wellicht moet je dan voor bepaalde vakken prioriteiten leggen: beslis wat je zeker gaat doen en wat minder belangrijk is; bijvoorbeeld: bepaalde hoofdstukken enkel globaal overlopen; niet alle hoofdstukken herhalen; minder oefeningen maken... Doe de prioriteiten eerst en kijk daarna wat je verder nog kan doen.



Opleidingsonderdeel (OO)	Aantal dagen nodig om dit OO onder de knie te krijgen voor het examen ( <i>ideaal</i> )	Aantal dagen effectief beschikbaar voor dit OO ( <i>effectief</i> )		
		tijdens de examenperiode (T)	vóór de examenperiode (V)	Totaal (T+V)

**Ideaal** = **effectief** →  Dat komt goed uit! Je kunt beginnen je examenplanning in te vullen.

**Ideaal** > **effectief** →  Je hebt te weinig tijd om alles gestudeerd te krijgen zoals je wilt. Je zult keuzes moeten maken en prioriteiten moeten stellen. Hulp nodig? Contacteer het STIP.

**Ideaal** < **effectief** →  Denk goed na of je grondig genoeg bezig bent. Is jouw inschatting realistisch?  
Zo ja, doe zo voort en geniet ook eens van pauze.   
Zo nee, bekijk het nog eens opnieuw en contacteer het STIP als je hulp nodig hebt. 

# DECEMBER 2022



MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24 Uantwerpen gesloten	25 Uantwerpen gesloten
26 Uantwerpen gesloten	27 Uantwerpen gesloten	28 Uantwerpen gesloten	29 Uantwerpen gesloten	30 Uantwerpen gesloten	31/01 Uantwerpen gesloten	1/01 Uantwerpen gesloten

# JANUARI 2023

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
2	3	4	5	6	7	8 Einde kerstvakantie
9 Start examenperiode	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1/02	2/02	3/02	4/02 Einde examenperiode	5/02



# WEEKPLANNER



	MA	DI	WOE	DO	VRIJ	ZAT	ZON
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

## Hoe invullen?

Plan elke week in hoe je je tijd gaat spenderen. Begin door je vaste afspraken erin te zetten en vul daarna de vrije momenten op met zelfstudie, ontspanning, buffertijd... Zorg voor voldoende korte pauzes tussen het studeren.

Gebruik voor iedere soort activiteit een andere kleur:

- **Lessen**
- **Studietijd:** notities bijwerken - verwerken - memoriseren - oefeningen maken - ....
- **Noodzakelijke activiteiten:** opstaan - eten - slapen - verplaatsing
- **Ontspanning:** vrije tijd - hobby - sporten - vakantie
- **(Sociaal) engagement:** job - religie - vrijwilligerswerk - ...
- **Buffer**

## Tips

- Plan **buffertijd** in om momenten waarop je gepland had te studeren maar het niet gelukt is, te kunnen opvangen.
- Meet jezelf een **vaste routine** aan, bijvoorbeeld 8-8-8 indeling: 8u studie- en lestijd, 8u ontspanning (incl. eten) en 8u slapen per dag is een mooi ritme.
- Stel het verwerken van de leerstof niet uit tot al je taken gedaan zijn.
- Plan je studiemomenten in tijdens je **productieve uren**. Ben je een ochtend- of avondpersoon?
- Studeer je in de bib? Check dan zeker eerst de openingsuren op de website!



## Contactgegevens STIP

Kan je extra hulp gebruiken bij het uitwerken van een goede planning of om in een goed (studie-)ritme te geraken? Je kan hiervoor terecht bij de studiecoaches van het STIP

T +32 (0)3 265 48 72  
stip@uantwerpen.be

[www.uantwerpen.be/stip](http://www.uantwerpen.be/stip)  
Blackboard: ondersteuning