

OEF 3

**MAAK EEN TIJDSHEMA
IN KLEUR**

HOEVEEL TIJD HEB JE
VOOR JE HUISWERK?

**Aan de hand van dit schema kun je
precies zien hoe jouw week eruitziet.
Zo kun je zien op welke dagen van
de week je veel of weinig huiswerk
kunt maken en waar je rekening
mee wilt houden.**

Gebruik onderstaande kleuren om aan
te geven op welke tijd van de dag je
waarmee bezig bent. Je kunt naast de
gekleurde hokjes invullen om welke acti-
viteit het gaat. Bijvoorbeeld je hobby's.

- BLAUW als je slaapt
- GEEL voor school
- ROOD voor hobby's
- ORANJE voor andere dingen;
eten, tv-kijken, enz.
- GROEN voor huiswerk
- PAARS _____

Bedenk wanneer voor jou een gunstig
moment van de dag is om huiswerk te
maken. Als je dit moment aanhoudt,
wordt het een gewoonte en steeds
makkelijker.



| | zaterdag | zondag | maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag |
|---------|----------|--------|---------|---------|----------|-----------|---------|
| 05.00 u | | | | | | | |
| 06.00 u | | | | | | | |
| 07.00 u | | | | | | | |
| 08.00 u | | | | | | | |
| 09.00 u | | | | | | | |
| 10.00 u | | | | | | | |
| 11.00 u | | | | | | | |
| 12.00 u | | | | | | | |
| 13.00 u | | | | | | | |
| 14.00 u | | | | | | | |
| 15.00 u | | | | | | | |
| 16.00 u | | | | | | | |
| 17.00 u | | | | | | | |
| 18.00 u | | | | | | | |
| 19.00 u | | | | | | | |
| 20.00 u | | | | | | | |
| 21.00 u | | | | | | | |
| 22.00 u | | | | | | | |
| 23.00 u | | | | | | | |