
Lentiz | VMBO Maasland
ONTDEK JE TALENTEN
EN KIES DE SCHOOL
DIE BIJ JE PAST
GROEI- EN
ONTWIKKELBOEKJE

Beste leerlingen van groep 7 en 8, leerkrachten en ouders/verzorgers,

Binnenkort maak je de overstap van de basisschool naar de middelbare school. Een grote stap, met nieuwe dingen om te ontdekken. Dit groei- en ontwikkelboekje van Lentiz | VMBO Maasland helpt je alvast op weg.



In drie onderdelen ga je aan de slag met groeien, talenten en kiezen. Je ontdekt hoe jij omgaat met nieuwe uitdagingen, waar je energie van krijgt en wat jij belangrijk vindt bij het kiezen van een middelbare school.

De opdrachten kun je zelfstandig of samen in de klas maken. Praat met elkaar, deel je ideeën en ontdek wat bij jou past. Zo krijg je steeds beter zicht op jezelf én op wat jij zoekt in een middelbare school.

Veel succes en plezier met het maken van je keuze!



Les 1

GROEIEN

Hoe kijk je naar jezelf, leren en uitdagingen?

De overstap naar de middelbare school is best een grote stap. Je krijgt nieuwe vakken, ontmoet nieuwe mensen en ontdekt steeds meer wat bij jou past.

Dat betekent ook dat je niet alles meteen hoeft te kunnen. Op de middelbare school leer je iedere dag nieuwe dingen. Soms lukt iets meteen en soms heb je wat meer tijd of oefening nodig. Juist van proberen, fouten maken en opnieuw beginnen, leer je veel.

Opdracht 1:

De overstap naar de middelbare school

Je gaat binnenkort naar de middelbare school. Dat is best een grote stap. Maar wat weet je er eigenlijk al van?

Welke verschillen denk jij dat er zijn tussen de basisschool en de middelbare school?

Waar kijk je naar uit op de middelbare school? En wat vind je misschien een beetje spannend?

Opdracht 2:

Wat doe jij?

Stel: je hebt hard geleerd voor een toets, maar je haalt toch een onvoldoende. Wat denk je dan? En wat doe je?

Kies één of meer antwoorden:

- [ ] Ik baal en wil het liefst stoppen.
- [ ] Ik vraag de docent wat ik anders kan doen.
- [ ] Ik kijk wat ik fout heb gedaan.
- [ ] Ik probeer het de volgende keer op een andere manier.
- [ ] Ik vraag iemand om hulp.
- [ ] Iets anders, namelijk:

Opdracht 3:

Denk het om

Lees de zinnen hieronder. Ze klinken alsof je iets niet kunt en dat ook niet kunt veranderen. Verander de zinnen zo dat je laat zien dat het wel kan en je kunt leren en groeien.

'Ik kan dit echt niet.'

'Ik ben niet goed in wiskunde.'

'Ik snap het niet.'

Opdracht 4:

Jouw volgende stap

Waarin wil jij jezelf de komende tijd verder ontwikkelen? Dat kan iets op school zijn, maar ook iets daarbuiten.



Hier wil ik beter in worden:

Dit ga ik daarvoor doen:

Wie kan mij daarbij helpen?

Wist je dit?

Een groeimindset helpt je om te blijven leren en ontdekken. Je hoeft iets niet meteen te kunnen. Door te oefenen, vragen te stellen en van fouten te leren, kom je steeds een stapje verder. Net als een plantje! Ook dat groeit niet in één dag. Het heeft tijd, aandacht en verzorging nodig.

DOOR TE OEFENEN MET EEN GROEIMINDSET KUN JE HET BESTE UIT JEZELF HALEN. ZO KUN JE OP JE EIGEN TEMPO GROEIEN EN ONTWIKKELEN.

Opdracht 5:

Hoe kijk je naar jezelf?

Beantwoord de vragen hieronder. Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het gaat erom dat je ontdekt hoe jij denkt en reageert.

1. Welk antwoord past het beste bij jou?

Kies één of meer antwoorden

- [ ] Ik ga graag uitdagingen aan.
- [ ] Ik geef nu nog snel op.
- [ ] Ik begrijp dat ik me moet inspannen om iets nieuws te leren.
- [ ] Wanneer ik me moet inspannen om iets nieuws te leren, denk ik vaak dat het niet lukt.



2. Wat denk jij: welke reactie past het beste bij een groeimindset?

- [ ] Dat heb ik helemaal fout gedaan, dat kan ik dus gewoon niet.
- [ ] Dat was niet handig aangepakt, dat ga ik de volgende keer anders doen.

3. Welke reactie past op dit moment het beste bij jou?

- [ ] Dat heb ik helemaal fout gedaan, dat kan ik dus gewoon niet.
- [ ] Dat was niet handig aangepakt, dat ga ik de volgende keer anders doen.

4. Welke acties passen op dit moment het beste bij jou?

Kies één of meer antwoorden

- [ ] Wanneer ik iets niet begrijp, stel ik vragen.
- [ ] Ik vind het leuk om nieuwe dingen te leren.
- [ ] Wanneer ik iets moeilijk vind, geef ik snel op.
- [ ] Ik vind het leuk om te zien hoe anderen iets doen, want daar kan ik van leren.



Samen groeien

Je hebt in dit onderdeel nagedacht over de overstap naar de middelbare school, over hoe je naar jezelf kijkt en over wat je doet als iets niet meteen lukt.

Praat nu met degene die naast je zit.
Welke antwoorden of gedachten van de ander herken je? En wat kun je van elkaar leren? Misschien ontdek je wel dat jullie heel verschillend denken. Juist daarvan kun je leren!

Jouw kruidentuintje

Je krijgt een eigen kruidentuintje mee voor in de klas of voor thuis. Verzorg het goed en kijk wat er gebeurt.

- Geef het plantje genoeg licht.
- Geef regelmatig een beetje water, maar niet te veel.
- Kijk iedere week hoe het groeit.



Wat zie je veranderen? En wat heeft jouw plantje nodig om verder te groeien? Net als je plantje krijg jij ook steeds de kans om te groeien en jezelf te ontwikkelen.

Mijn plantje heeft nodig:

Ik heb nodig om te groeien:

Les 2

TALENTEN

Waar krijg jij energie van en hoe zet je dat in?

Iedereen heeft talenten. Misschien ben je goed in samenwerken, krijg je energie van nieuwe dingen uitproberen of vind je het leuk om anderen te helpen.

Bij talent gaat het niet alleen om iets waar je goed in bent. Het gaat vooral om iets waar je energie van krijgt. Iets waar je enthousiast van wordt, waar je nieuwsgierig naar bent of waar je helemaal in op kunt gaan.

Je hoeft je talent dus niet al perfect te beheersen. Je kunt een talent juist verder ontwikkelen door het te gebruiken en ermee te oefenen.

Opdracht 1:

Waar krijg jij energie van?

Kruis aan wat bij jou past. Je mag meerdere antwoorden kiezen.

- Ik help graag anderen
- Ik vind het leuk om nieuwe dingen te ontdekken
- Ik bedenk graag oplossingen
- Ik leer graag door te doen
- Ik vind het leuk om dingen te organiseren
- Ik ben nieuwsgierig en stel veel vragen
- Ik vind het leuk om dingen te maken
- Ik werk graag samen met anderen
- Ik ben graag creatief bezig
- Ik zet graag door als iets moeilijk is
- Iets anders, namelijk:
- Ik vind het leuk om iets uit te leggen

Opdracht 2:

Wat past echt bij jou?

Kijk naar de talenten op de linkerpagina. Welke drie passen het beste bij jou?

1. _____
2. _____
3. _____

Wat denk jij: waarom is het handig om je talenten te kennen?

_____

_____

_____

Opdracht 3:

Talenten helpen je bij het leren

Je kunt je talenten ook gebruiken op school. Misschien leer je bijvoorbeeld makkelijker als je samenwerkt met anderen, iets zelf kunt uitproberen of eerst goed uitzoekt hoe iets werkt.

Hoe kunnen jouw talenten jou helpen bij het leren?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Opdracht 4:

Samenwerken

Iedereen heeft andere talenten. Dat is juist handig! Bij een groepsopdracht heb je bijvoorbeeld verschillende talenten nodig.

Welk talent heb jij zelf misschien minder, maar zou je heel handig vinden in een groep?

Welke klasgenoot heeft misschien juist dat talent?

Opdracht 5:

Probeer het uit!

Kies één talent dat je verder wilt gebruiken. Zet het deze week bewust in bij een opdracht, thuis of tijdens het samenwerken.

GEEF JOUW TALENTEN AANDACHT EN DE RUIMTE OM TE GROEIEN

Mijn talent:

Zo ga ik het gebruiken:

Dit merkte ik:



Les 3

KIEZEN

Hoe kies je wat bij jou past?

Je maakt iedere dag keuzes. Soms zijn ze klein: Wat trek ik aan? Wat doe ik in de pauze? Wanneer maak ik mijn huiswerk? En soms zijn de keuzes wat groter.

Jouw mindset heeft invloed op hoe jij keuzes maakt. Niet iedere keuze pakt precies uit zoals je had gedacht. Dat is helemaal niet erg. Van keuzes kun je leren.

Het helpt om te ontdekken wat handige keuzes zijn en hoe jij die kunt leren maken. Door terug te kijken op wat je hebt gedaan, ontdek je wat goed werkte en wat je een volgende keer anders zou kunnen doen.

Opdracht 1:

Terugblikken op je keuzes

Bijvoorbeeld: je stelde een vraag toen je iets niet begreep, begon op tijd aan je huiswerk of hielp een klasgenoot.

Denk terug aan de afgelopen week.
Welke handige keuzes heb jij op school gemaakt?

Deze opdracht gaat verder op de volgende pagina.

Welke keuze was misschien wat minder handig? Wat gebeurde er? En wat zou je een volgende keer anders kunnen doen?



Opdracht 2:

Wat kan de volgende keer anders?

Denk aan een moment waarop je hebt teruggekeken op iets wat je had gedaan. Wat heb je daarvan geleerd?

DOOR TE REFLECTEREN ONTDEK JE WAT JE HANDIG DOET EN WAT JE ANDERS ZOU WILLEN DOEN. DIT HELPT JOU OM KEUZES TE MAKEN EN EIGENAAR TE WORDEN VAN JOUW LEREN.

Reflecteren kun je leren

Reflecteren is een beetje alsof je in een spiegel kijkt. Je kijkt terug op een situatie en stelt jezelf vragen:

- Wat gebeurde er?
- Wat deed ik?
- Wat pakte ik handig aan?



BINNENKORT MAAK JE EEN BELANGRIJKE KEUZE: WELKE MIDDELBARE SCHOOL PAST BIJ JOU?

Opdracht 3:

Jouw schoolkeuze

Tijdens de vorige les ontdekte je waar jij energie van krijgt en wat jouw talenten zijn. Dat helpt je om straks een school te kiezen die bij jou past. Want het gaat niet alleen om wat je kunt, maar ook om wat je leuk vindt, waar je nieuwsgierig naar bent en waar jij je prettig voelt.

Wat vind jij belangrijk bij een middelbare school? En waar let je op als je scholen gaat bekijken?

Kruis aan wat bij jou past. Kies maximaal 3 antwoorden.

- [ ] Een school waar ik mezelf kan zijn
- [ ] Een school waar ik veel kan leren
- [ ] Een school waar ik leuke dingen kan doen
- [ ] Een school waar ik mijn talenten kan ontdekken
- [ ] Een school waar ik ook met mijn handen kan werken
- [ ] Een school waar ik hulp kan krijgen als dat nodig is
- [ ] Een school waar ik vrienden en vriendinnen kan maken
- [ ] Een school die bij mijn interesses past
- [ ] Een school waar ik me veilig en prettig voel
- [ ] Anders, namelijk:

Wat vind jij het belangrijkste om nog te ontdekken voordat je je keuze maakt?

Opdracht 4

Welke dingen ga jij doen?

Je hoeft niet meteen te weten welke middelbare school je wilt kiezen.
Je kunt eerst verschillende dingen doen om erachter te komen welke school bij jou past.

Al gedaan	Nog doen	
☐	☐	Informatie over scholen zoeken
☐	☐	Websites van scholen bekijken
☐	☐	Een open dag bezoeken
☐	☐	Nóg een open dag bezoeken (zodat ik kan vergelijken)
☐	☐	Een proefles of kennismakingsmiddag volgen
☐	☐	Vragen stellen aan een docent
☐	☐	Vragen stellen aan leerlingen die al op de middelbare school zitten
☐	☐	Met mijn ouders/verzorgers bespreken wat ik belangrijk vind
☐	☐	Bedenken wat ik leuk vind en waar ik goed in ben

Iets anders, namelijk:

NET ALS JOUW PLANTJE: STAP VOOR STAP GROEI JE VERDER!

Jouw keuzes helpen je groeien

Soms maak je een handige keuze en soms pakt jouw keuze anders uit dan je had verwacht. Dat geeft niet. Door terug te kijken naar je keuzes ontdek je wat goed werkt en wat je een volgende keer anders kunt doen.

Ook kiezen en reflecteren kun je leren. Hoe vaker je ermee oefent, hoe makkelijker het wordt. Bij Lentiz | VMBO Maasland krijg je daar alle ruimte voor. We helpen je om na te denken over je keuzes, te ontdekken wat bij je past en steeds zelfstandiger te worden.



WIL JE MEER WETEN OVER ONZE SCHOOL EN DE SFEER KOMEN PROEVEN? JE BENT VAN HARTE WELKOM TIJDENS ONZE OPEN DAG, PROEFLESSEN EN VOORLICHTINGSMOMENTEN.

KIJK MEE BIJ LENTIZ | VMBO MAASLAND

Ook bij Lentiz | VMBO Maasland vinden we het belangrijk dat je ontdekt wat bij jou past en dat je de ruimte krijgt om te groeien. Bij ons combineer je theorie met praktijk en krijg je in iedere leerweg groene praktijkvakken. Zo kun je leren, ontdekken én doen.

Maar hoe ziet een schooldag er bij ons uit? Wie kom je tegen en wat kun je allemaal doen? Bekijk onze video en krijg alvast een kijkje op onze school. Misschien ontdek je wel iets waarvan je denkt: hé, dat lijkt me leuk!

SCAN DE QR-CODE EN KIJK MEE!

SUCCES MET KIEZEN!

Wij hopen dat je jezelf met deze lessen iets beter hebt leren kennen en beter weet welke school bij jou past! We wensen je veel succes bij het maken van je keuze voor een middelbare school!

Belangrijke data!

PROEFLESSEN
Maandag 30 november 2026 13:00 - 16:00 uur
Donderdag 11 februari 2027 13:00 - 16:00 uur

Aanmelden kan via
lentiz.nl/vmbo-maasland/
voor-groep-7-8/proeflessen/
Of scan de QR-code.

VOORLICHTING VOOR OUDERS/VERZORGERS
Maandag 30 november 2026 19:00 - 20:30 uur

Aanmelden kan via
lentiz.nl/vmbo-maasland/
voorlichtingsavond
Of scan de QR-code

Donderdag 11 februari 2027
Tijdens de proeflesmiddag.
Aanmelden is niet nodig.

OPEN DAG

Donderdag 4 maart 2027 16:00 - 20:00 uur

Gezamenlijk met ons mbo!

AANMELDWEKEN
18 t/m 31 maart 2027
Aanmelden kan via de website.

Lentiz | VMBO Maasland
Commandeurskade 22
3155 AD Maasland

Meer info
(010) 591 04 99
vmbo-maasland@lentiz.nl
www.lentiz.nl/vmbo-maasland
lentiz.vmbomaasland
vmbomaasland

Lentiz | VMBO Maasland