



Start to blok

Team Onthaal





Algemene info

1

Examenperiode 13 jan – 1 feb

2

Blokperiode 21 dec – 12 jan

3

Schriftelijke examens

4

Alle examens worden afgenomen in een aula

Inhoud

Stap 1: geen paniek

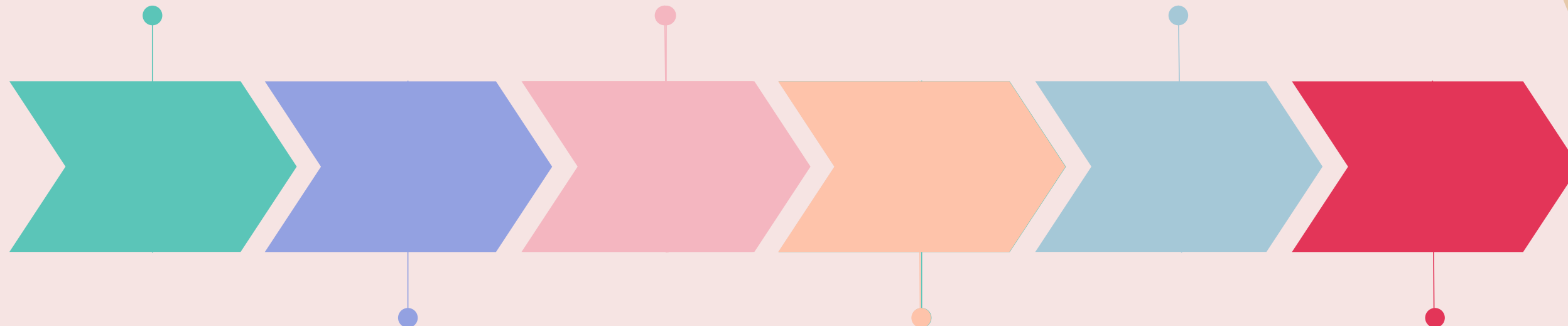
Stap 3: beginnen

Stap 5: de examens

Stap 2: plannen

Stap 4: de blokperiode

Stap 6: vakantie

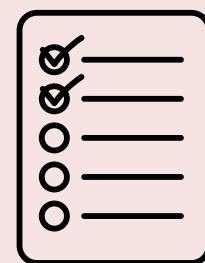


Stap 1: geen paniek!



Hou het overzicht

Wat heb je al gedaan? Wat heb je nog niet gedaan? Weet je wat je allemaal moet kennen?



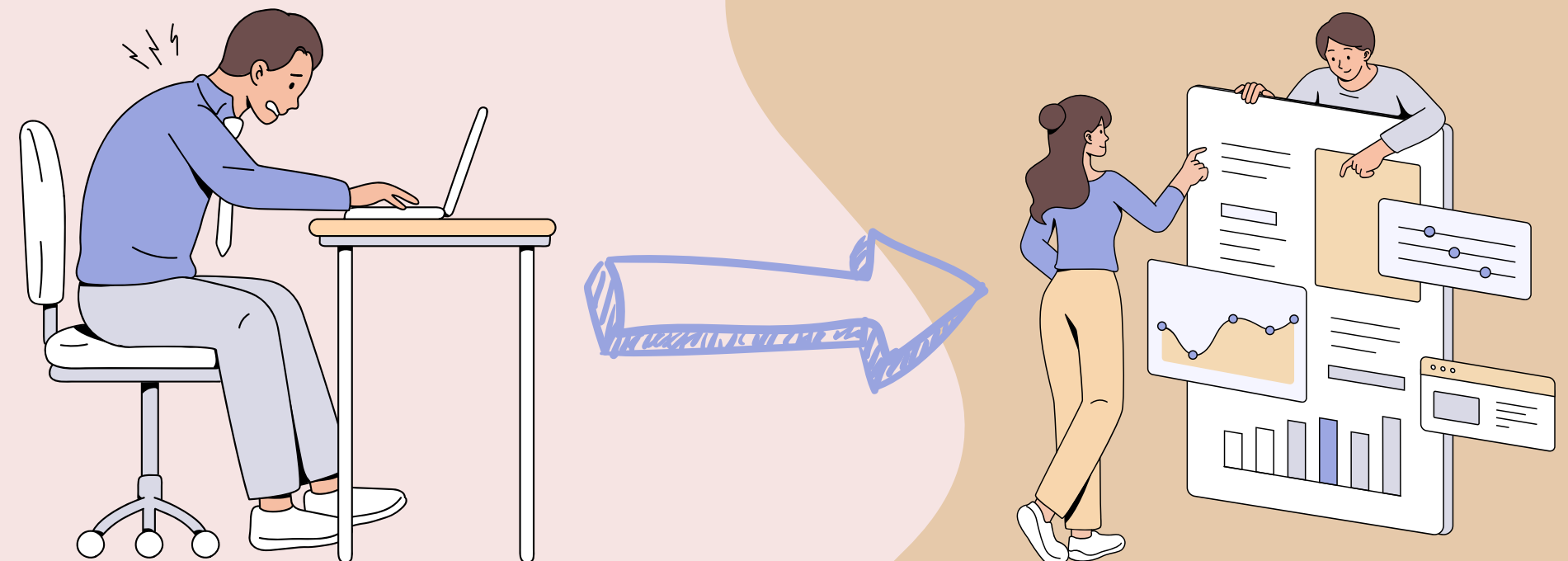
Buiten de examenperiode?

Zijn er verplichte taken, practica, ... die af moeten zijn voor de examens? Vergeet deze niet!

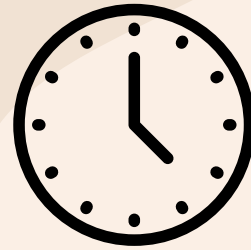


Toledo

Zet je examens in je agenda (met hun locatie!). Bekijk van elk vak de tegel grondig zodat je niets mist. Bekijk het ECTS-fiche.

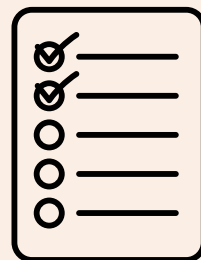


Stap 2: plannen



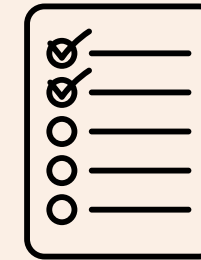
OVERZICHT!

Opnieuw weet wat je moet leren en wat je niet moet leren. Plan alles in, ookal is dit misschien wat veel. Zo heb je toch ergens staan wat je allemaal moet doen.



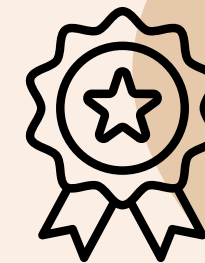
Maak een haalbare planning

Te veel inplannen heeft geen zin, want dan lukt het niet en zal je meer stress krijgen.



Tellen met SP?

Bekijk hoeveel studiepunten een vak heeft op het ECTS-fiche dit geeft een goede indicatie van hoe veel of hoe intensief je het moet inplannen.



Plan leuke beloningen in

Denk aan eens afspreken met vrienden of kerstavond gezellig met de familie. Een dag niet studeren = OKE.



Blokplanning 1 (GNK)

Maandag	Dinsdag	Woensdag
8-10 CB H1-H4	8-10 Psychologie herhalen H1-H5	9-11 Anatomie Bovenste Lidmaat tekeningen
10-10.30 Spelletje met kotgenoten	10-10.30 Serie kijken	11-13 MB H7-H8
11-13 MB H5-H6	11-13 CB H8-H9	13-14 Lunchen
13-14 Lunchen en wandelen naar de bib	13-14 Lunchen en wandelen naar de bib	14-16 MB herhalen H1-H8
14-16 CB H5-H7	14-16 Anatomie tekeningen Rug	16-17 Boodschappen doen
16-16.30 Wandelingetje met vriendin	16-16.30 Koffietje drinken met vriendin	17-18 MB herhalen H1-H8 verder
16.30-18 Psychologie H4-H5	16.30-18.30 Anatomie Gray's Rug en Bovenste Lidmaat	18-19 Koken en eten
18-20 Wandelen naar kot, koken en eten	18.30- 20.00 Frietjes eten en terug naar kot	19-20 Sporten bij sportkot
20-22 MB herhalen H1-H5	20-23 herhalen CB H1-H9	20-22 Anatomie Onderste lidmaat tekeningen

Blokplanning 2 (BMW)

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
8u-12u: methode in BM onderzoek H1-4	8u-12u: methode in BM onderzoek H8-12	herhaal	herhaal	8u-12u: Celfysiology H1 buffer + H2
12u-13u: lunch	12u-13u: lunch	12u-13u: lunch	12u-13u: lunch	12u-13u: lunch
13u-16u: Methode in BM onderzoek herhalen deze voormiddag + buffer	13u-16u: Methode in BM onderzoek herhalen deze voormiddag + buffer	herhaal	herhaal	13u-16u: Celfysiologie H3
16u-16u30: pauze (wandeling)	16u-16u30: pauze (wandeling)	16u-16u30: pauze (wandeling)	neem een snack en herhaal de belangrijkste zaken	16u-16u30: pauze (wandeling)
16u30-18u30: H5 & H6	16u30-18u30: H13	herhaal	EXAM	16u30-18u30: H4
18u30 - 20u: food + film	18u30 - 20u: food + film	18u30 - 20u: food + film	18u30 - 20u: food + film	18u30 - 20u: food + film
20u-23u: H6 & H7 (en maak dit zeker af)	20u-23u: H14	herhaal	20u-23u: H1 celfysioloy (most easy stuff to learn the evening after an exam)	20u-23u: herhaal + buffer

Blokplanning 3 (GNK)

Blok- en examenkalender

Woe. 20/12/2023 Anatomie I: h1 Histologie: h1	Do. 21/12/2023 Anatomie I: h2 Psychologie: h1 + h2	Vrij. 22/12/2023 Anatomie: h3 Histologie: h2	Zat. 23/12/2023 WERK Anatomie: h4 Psychologie: h3	Zon. 24/12/2023 werksessies celbiologie	Ma. 25/12/2023 KERSTMIS	Di. 26/12/2023 Anatomie: h5 Histologie: h3
Woe. 27/12/2023 Anatomie: h6 Psychologie: h4 + 5	Do. 28/12/2023 Anatomie: h7 Histologie: h4	Vrij. 29/12/2023 Anatomie: h1 – h3 Psychologie: h6 + 7	Zat. 30/12/2023 Anatomie: h4 – h6 Histologie: h5 + 6	Zon. 31/12/2023 OUDDAAR	Ma. 01/01/2024 NIEUWJAAR	Di. 02/01/2024 Werksessies biochemie
Woe. 03/01/2024 Anatomie: h7 Psychologie: h7 + 8	Do. 04/01/2024 Histologie: h7 + 8 Buffer	Vrij. 05/01/2024 Moeilijkheden opsporen voor anat + histo	Zat. 06/01/2024 Medische psychologie: Deel 1 -3	Zon. 07/01/2024 Herhaling anatomie I + Histologie	Ma. 08/01/2024 Herhaling anatomie I + Histologie	Di. 09/01/2024 Examenvragen anatomie I + histologie
Woe. 10/01/2024 Herhaling anatomie I + Histologie	Do. 11/01/2024 Examen: Anatomie I & Histologie 9:00 - CAG	Vrij. 12/01/2024 Celbiologie: h1 + h2	Zat. 13/01/2024 Celbiologie: h3 + h4	Zon. 14/01/2024 Celbiologie: h5 – h6	Ma. 15/01/2024 Celbiologie: h7- h8	Di. 16/01/2024 Celbiologie: examenvragen + moeilijkheden



"Gooi de ramen eens open en haal een frisse neus. Zuurstof doet wonderen voor je brein."



"Ochtendmens of avondmens? Volg je bioritme om je planning op te stellen."



"Installeer de Forest app of Cold Turkey app om gefocust te blijven op je studies."



"Vergeet niet om de batterijen nu en dan eens op te laden en las daarom voldoende pauze in."



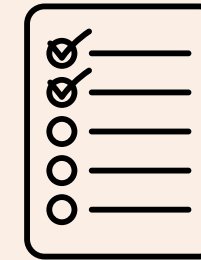
MEER BLOKTIPS?
www.kuleuven.be/blok-examen

Stap 3: beginnen



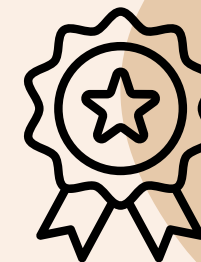
Begin rustig

Vlieg er niet direct 100% in, want de blok is lang en uitputtend. Bouw het tempo rustig op en vergeet niet aan jezelf te denken! Je hebt tijd!



Evenwicht zoeken

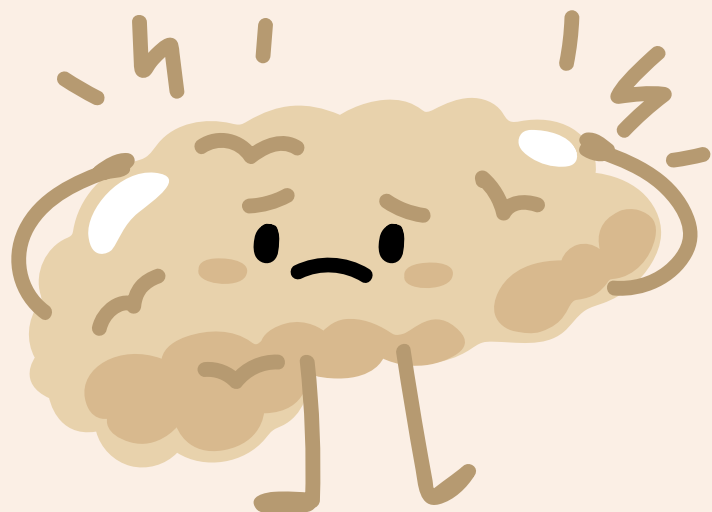
Wanneer studeer jij het best: 's ochtends of 's avonds? Hoe lang studeer ik efficiënt? Afleiding? Wanneer pauzeer ik?



Studiemethowatte?

Heb je al jouw studiemethode, super! Heb je die nog niet: geen paniek! Vraag rond aan vrienden, probeer gewoon.

Zoek ook voor elk vak een aparte studiemethode, dit kan heel hard verschillen!



Stap 4: de blokperiode



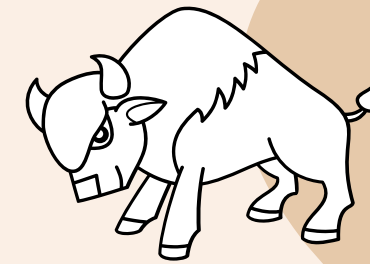
Begin optijd!

Alles in de blok willen doen is moeilijk en zeker niet aan te raden. Begin zeker ook al voor de blok met te studeren.



Blijf bewegen

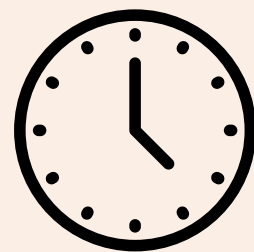
In de blok zit je vaak en veel stil. Zorg voor voldoende beweging door te gaan wandelen of je sport door te zetten



Buffelen

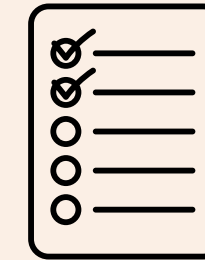
Geef niet op! Als het even niet gaat, pauzeer en kom er later op terug. De blok is lang, maar er komt een einde aan.

Stap 5: de examens



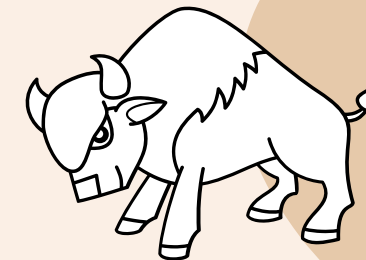
Dag van het examen

De dag van je examen is een zware dag. Ga dan ook optijd slapen en neem de dag zelf rust! Zoek op voorhand op waar en wanneer je er moet zijn zo vermijd je onnodige stress.



Tussen je examens in?

Plan op voorhand goed in wat je gaat doen, zo vermijd je tijdsverlies. Vergeet ook deze periode niet genoeg te pauzeren



Het einde

Je laatste examen, het is verschrikkelijk! Maar blijf alles geven, denk aan de vakantie!



Giscorrectie?!?

A

B

?

C

Wat?

Voor MC vragen moet je alles in detail kennen!

ALLES kan gevraagd worden.

Juist: +3 / Fout: -1 / Open: +0

Extra Tips:

- **Twijfel niet te veel, vaak is je eerste antwoord ook het juiste.**
- **LEZEN, LEZEN, LEZEN! Ze stoppen echt vaak addertjes onder het gras.**

1.

vul alle vragen in OP JE VRAGENFORMULIER waarvan je direct zeker bent (enkel als je ook alle andere antwoorden met zekerheid kan wegschrappen).

2.

Ga over de vragen die je moeilijker vond of meer tijd kosten en bekijk deze rustig.

3.

Vul alle antwoorden die je zeker weet na controle in OP JE ANTWOORDFORMULIER.

4.

Check hoeveel vragen je nu hebt ingevuld en bedenk hoeveel je er nog bij gaat invullen (meestal rond de 75%).

5.

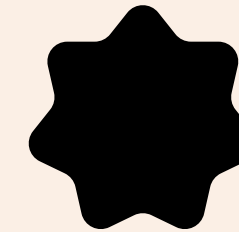
Bekijk bij welke vragen je nog twijfelt tussen twee. Neig je echt naar 1 van deze 2 antwoorden, vul het dan nog in.

Resultaten interpreteren



Wanneer?

Dit staat vermeld op toledo in de bachelor community. Je krijgt een mail als je punten online staan.



Mindere punten?

Neem contact op met het monitoraat en werk samen uit hoe het volgend semester beter aan te pakken. Je kan ook altijd je examen gaan inkijken.



Mijlpaal?!?

Dit betekent dat je al je vakken van 1e bach tot en met de herexamens 2e studiejaar mag meenemen. (Je kan dus 4x proberen).



Deliberaties

2x $\geq 8/20$

OF

1x $7/20$



Stap 6: VAKANTIE (1 week, love KUL)



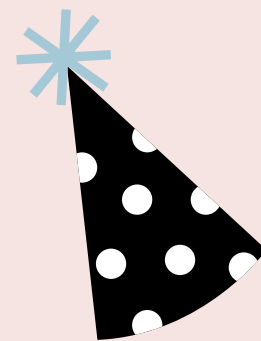
Stress?!? Paniek?!?

= OKE



Grijp terug naar het overzicht

Neem een stapje terug en kijk wat er nog allemaal moet gebeuren. Desnoods pas je je hele planning aan.



Feestdagen

GA naar je kerstfeest, nieuwjaarsfeest en geniet hiervan!



Vrienden en familie

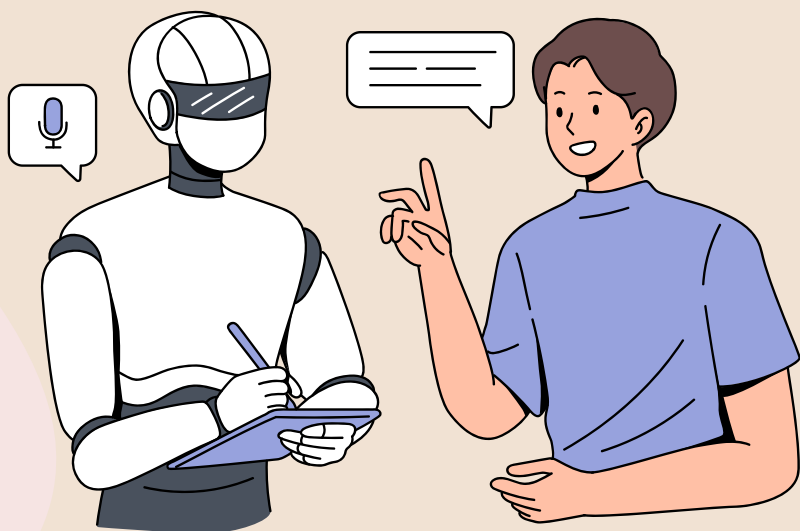
Vraag aan vriend en/of familie om eens te praten. Ga eens iets totaal anders doen dan leren en kom er later op terug



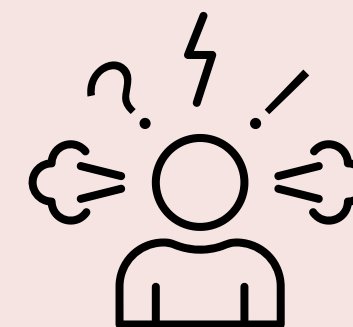
Vergeet jezelf niet!

Slaap je genoeg? Eet je genoeg? Heb je genoeg beweging? Kom je genoeg naar buiten?





Wie bereiken?



Ziek voor je examen?

De ombudspersonen:

- GNK: eline.bauweleers@kuleuven.be
- BMW: koen.uytterhoeven@kuleuven.be



Studentenfaciliteiten

Je kan deze faciliteiten aanvragen bij STUVO. Zie ook de bachelor community voor meer info. Deze aanvragen zijn nu wel al gesloten.

Zie je het even niet meer zitten

Ook hiervoor kan je terecht bij het monitoraat. Maar je kan zeker ook een afspraak maken bij STUVO. Zij helpen jou met stress, prestatiedruk, ... Schaam je niet om hier gebruik van je maken, UNI is strijden!

Online toledo tegel waar je hierover modules kan volgen!

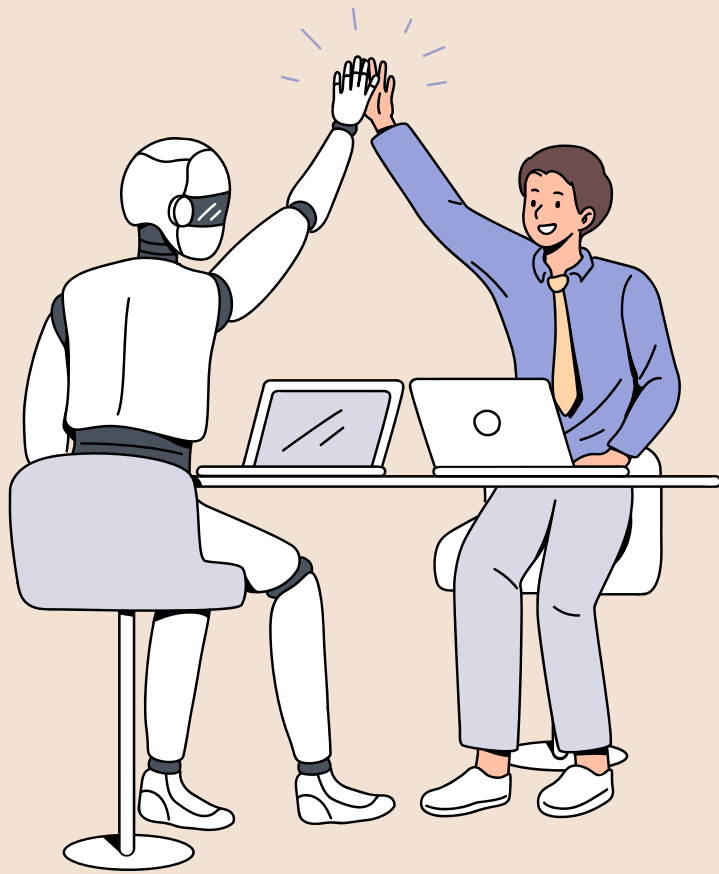
Problemen met leren?

Je kan altijd een afspraak maken met het monitoraat om meer info te krijgen over een vak. Ook kan je hun altijd een mailtje sturen.



MONITORAAT





Nog vragen?

