

Informatieboekje onderbouw

Naam:

Praktijkcollege

HET METRUM



WELKOM!

Hallo _____,

Welkom op Het Metrum. Om jou dit schooljaar beter op weg te helpen, hebben wij een informatieboekje voor je gemaakt. In dit boekje vind je bijna alle informatie over de school zodat je alvast weet hoe het er hier aan toe gaat.

We beginnen met de voordeur. Hiernaast zie je een foto van de hoofdingang. Alle leerlingen komen via deze ingang binnen. Ben je vroeg dan mag je wachten in de aula, anders kun je direct door naar de klas.

Bij vertrek wacht je samen met je leerkracht in de klas op de taxi.

Kom je met de fiets; links van de school staat de fietsenstalling, hier hoor je de fiets neer te zetten. Hierna loop je ook naar de hoofdingang van de school om naar binnen te gaan.

INTRODUCTIEWEEK

De introductieweek is van maandag 31 augustus tot en met vrijdag 4 september. In deze week krijg je van je leerkracht veel informatie over de school, de lessen die je gaat krijgen en de algemene regels worden uitgelegd. Het rooster van de introductieweek ziet er zo uit:

Maandag 31 augustus

- Leerjaar 1-2 en B+ Startgesprekken
- Leerjaar 3-4 Startgesprekken
- Leerjaar 5/6 Startgesprekken

Dinsdag 1 september

- Leerjaar 1-2 en B+ Les in de klas
- Leerjaar 3-4 Activiteit
- Leerjaar 5/6 Activiteit

Woensdag 2 september

- Leerjaar 1-2 en B+ Activiteit
- Leerjaar 3-4 Les in de klas
- Leerjaar 5/6 Vrij

Donderdag 3 september

- Klas 1A, 2A, B1+ Leerwerkplekken (LWP)
- Klas 1B, 1C, 2B, B2+ Les in de klas
- Klas 3A, 4A Leren op locatie (LOL)
- Klas 3B, 4B Les in de klas
- Leerjaar 5/6 Les in de klas

Vrijdag 4 september

- Klas 1B, 1C, 2B Leerwerkplekken (LWP)
- Klas 1A, 2A Les in de klas
- Klas 3B, 4B Leren op locatie (LOL)
- Klas 3A, 4A Les in de klas
- Leerjaar 5/6 Vrij



Vanaf maandag 7 september begint het normale schoolleven.

ROOSTER

Je lessen beginnen om 08.40 uur, maar je mag al vanaf 08.15 uur aanwezig zijn op school. Als je om 08.15 uur al op school bent, verwachten we dat je rustig in de aula gaat zitten.

De leerkrachten hebben op dat moment een dagbespreking.

Om 08.30 uur komt de leerkracht en mag je het lokaal in. Je hebt tot 08.40 uur de tijd om naar de klas te gaan, want dan begint de les.

Je rooster ziet er als volgt uit:

Maandag	08.40 - 15.15 uur
Dinsdag	08.40 - 15.15 uur
Woensdag	08.40 - 12.30 uur
Donderdag	08.40 - 15.15 uur
Vrijdag	08.40 - 15.15 uur

Je zit in klas _____ en krijgt les van je leerkracht _____

Je krijgt (theorie)les op:

	Maandag
	Dinsdag
	Woensdag
	Donderdag
	Vrijdag

VERANTWOORDELIJKHEID

We verwachten dat je goed zorgt voor dit boekje en het elke dag meeneemt naar school. Het is jouw eigen verantwoordelijkheid.

Het laatste deel van dit boekje bestaat uit de dagbeoordeling. Hier houden we bij hoe het gaat op de verschillende leerwerkplekken.

Daarnaast vullen we vier keer per jaar de Indico-lijst in. Dit is een periodieke beoordeling van de werknemersvaardigheden. Je leerkracht legt je uit wat de Indico-lijst precies inhoudt en hoe je werknemersvaardigheden worden gescoord. Wanneer je het boekje kwijt bent, koop je een nieuw boekje voor € 1,50.

Absentie

Als je ziek bent of niet op school kunt komen vanwege een afspraak, moet één van je ouders jou telefonisch afmelden. Op Het Metrum houden we je afwezigheid goed in de gaten. Je ouders kunnen bellen naar het nummer van school 071 576 75 32.

TELEFOONAFSPRAKEN

Thuis of in de kluis:

Leerlingen leveren de telefoon aan de start van de schooldag in. De telefoons gaan in de kast bij de ingang. Zodra iedereen binnen is, gaat deze op slot. Aan het einde van de dag wordt de telefoon weer teruggegeven, in de klas.

Online gedrag:

- Ik gebruik mijn sociale media op een goede manier:
 - Ik schrijf leuke/aardige teksten naar anderen.
 - Ik stuur leuke foto's van mezelf.
 - Ik stuur alleen foto's en berichten van mezelf door naar anderen.
 - Ik praat alleen over mezelf of degene uit mijn app-groep.

Consequenties bij telefoonmisbruik:

Stap 1	Ik neem twee weken mijn telefoon niet mee naar school. Mijn ouders helpen mij hierbij.
Stap 2	Ik neem een maand mijn telefoon niet mee naar school. Mijn ouders helpen mij hierbij. Na schooltijd volg ik lessen over goed gebruik van mijn telefoon.
Stap 3	Ik neem mijn telefoon niet meer mee naar school. Mijn ouders begeleiden mij thuis bij mijn telefoongebruik.



DE GOUDEN REGELS VAN HET METRUM

MAAK VOORAL HEEL VEEL
PLEZIER MET ELKAAR!



VERANTWOORDELIJKHEID

- We komen op tijd in de klas.
- Je houdt je aan de telefoonregels.



VEILIGHEID

- We zijn zuinig op onze spullen en die van een ander.
- We ruimen ons afval op.
- Op school leven wij gezond, dus geen energiedrank, sigaretten of drugs.



RESPECT

- We luisteren naar elkaar en laten elkaar uitpraten.
- We praten op een positieve, gezellige manier.

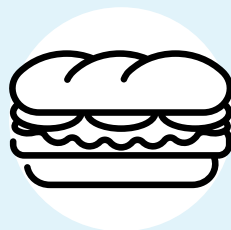
PAUZE

Je hebt twee pauzes op een dag. De eerste pauze is van 10.15 tot 10.30 uur. En de tweede pauze is van 12.00 tot 12.30 uur.

De LWP Horeca verzorgt vier keer per week de kantine. Dit betekent dat de leerlingen hier gezonde broodjes kunnen kopen.

Prijslijst

Broodje gezond	€ 1,50
Club Sandwich	€ 1,50
Pistolet ham of kaas	€ 1,00
Tosti ham/kaas of kaas	€ 1,00



Op sommige dagen worden er bijvoorbeeld ook broodjes knakworst of broodjes eiersalade verkocht. Je mag natuurlijk ook eten en drinken meenemen van thuis.

In de pauzes is er altijd extra toezicht door teamleden van Het Metrum. Tijdens de pauzes mag alleen vanaf de herfstvakantie de middenbouw van het plein af met toestemming van de ouders en school.

VERJAARDAG

Je verjaardag vieren mag altijd met vrienden en familie, maar binnen de school wordt het niet gevierd. Je hoeft geen traktaties mee te nemen voor de klas en/of voor de leerkrachten.

LEERLINGENRAAD

Ieder jaar wordt er uit elke klas één leerling gekozen voor de leerlingenraad. De leerlingenraad komt één keer in de maand bij elkaar om de punten die vanuit de klas zijn gekomen te bespreken.

SPORTDAG

Twee keer in het jaar organiseren we een sportdag voor alle leerlingen. Die zullen plaatsvinden in en rond de school. Juiste data krijg je nog door van je leerkracht.

GYM



Alle klassen hebben gym op school. Je krijgt gym van een gymleerkracht. Je gymspullen bij je hebben is verplicht. Denk er ook aan om deodorant mee te nemen voor na de gymles.

Dit zijn jouw gymdagen:

Gymtijden	Ma	Di	Wo	Do	Vr
8.40 - 9.45					
9.45 - 10.30					
10.45 - 11.30					
11.30 - 12.15					
12.45 - 13.30					
13.30 - 14.15					
14.15 - 15.15					

PORTFOLIO

De leerlingen bouwen tijdens hun schooljaren op Het Metrum een portfolio op. Dit portfolio wordt gevuld met o.a. schoolresultaten, verslagen en certificaten. Het portfolio is digitaal. Jij en je ouders krijgen informatie over hoe we met het portfolio werken en hoe je die in kunt zien.

*OPP-GESPREK

Op school werken wij volgens een plan dat we samen met jou en je ouders hebben opgesteld. Dit plan wordt ieder jaar bijgesteld. Aan het begin van het jaar is het startgesprek met jou en je ouders en halverwege het jaar is er een tussenevaluatie. Dan bekijken we of de doelen zijn behaald. En als die behaald zijn, kunnen de doelen worden aangepast. Met dit plan kunnen wij jou zo goed mogelijk begeleiden. Aan het eind van het jaar hebben we de eindevaluatie.

*OPP: Ontwikkelingsperspectiefplan

FEESTDAGEN

Op Het Metrum vieren we een aantal feestdagen uitbundig met de hele school. Voor de kerstvakantie is er een diner met discoavond die op school wordt gevierd.

Als je rond 17.30 uur op school komt, zie je dat de hele aula is versierd en de tafels mooi gedekt zijn. Na het diner is het tijd voor muziek. Dan schuiven we de tafels aan de kant zodat er een dansvloer ontstaat. We vieren feest tot 21.30 uur.

Ook hebben wij een eindfeest. Bij alle feesten is gedacht aan de leerlingen die meer zorg nodig hebben en/of rust willen. Die kunnen in een klaslokaal een film kijken.

WEBSITE

Jij en je ouders kunnen de leerkrachten bereiken via onze ouderapp-Ziber. Op de website van Het Metrum vind je nog meer informatie over de school!

www.praktijkcollegehetmetrum.nl

LEEFSTIJL

In de klas krijg je het vak Leefstijl. Bij deze lessen praat je met elkaar over allerlei onderwerpen.

Je maakt bijvoorbeeld afspraken met elkaar om te zorgen dat het voor iedereen fijn is in de klas. Je leert ook hoe je kunt samenwerken met andere leerlingen. Je praat met elkaar over je talenten en over de dingen die je nog wilt leren. Ook praat je met elkaar over ruzies. Je leert hoe je een ruzie of een probleem kunt oplossen. Ook leer je hoe je voor jezelf kunt opkomen.

De thema's die onder ander voorbij komen zijn:

- goed begonnen is half gewonnen
- Lentekriebels
- de maatschappij en jij



Leefstijl
Sociaal-emotionele vaardigheden

ROTS EN WATER

Bij Rots en Water werk je aan je sociale vaardigheden en weerbaarheid. Dit doe je in de gymzaal met beweegoefeningen. Als jouw klas aan de beurt is krijgen je ouders hier een informatiemail over. De training wordt gegeven door twee teamleden van Het Metrum (onder andere door de gymdocent).



SCHOOLVAKANTIES EN ACTIVITEITEN

2026-2027

Introductieweek 31 augustus t/m 4 september	
Maandag 31 augustus	Startgesprekken
Dinsdag 1 september	Start activiteiten en lessen
Donderdag 3 september	Start lessen en praktijk

Studiedag	Maandag 5 oktober Leerlingen zijn vrij, externe stages gaan wel door.
Herfstvakantie	Zaterdag 17 t/m zondag 25 oktober
Studiedag	Vrijdag 18 december Leerlingen zijn vrij.
Kerstvakantie	Zaterdag 19 december t/m zondag 3 januari
Studiedag	Donderdag 21 januari Leerlingen zijn vrij, externe stages gaan wel door.
OPP-gesprekken	Woensdag 3 februari
Voorjaarsvakantie	Zaterdag 20 februari t/m zondag 28 februari
Studiedag	Vrijdag 26 maart (Goede Vrijdag) Leerlingen zijn vrij, externe stages gaan wel door.
Tweede paasdag	Maandag 29 maart
Meivakantie	Zaterdag 24 april t/m zondag 9 mei
Tweede pinksterdag	Maandag 17 mei
Studieweek	Maandag 7 juni t/m vrijdag 11 juni Leerlingen zijn vrij, externe stages gaan wel door.
OPP-gesprekken	Woensdag 30 juni
Studiedag	Vrijdag 16 juli Leerlingen zijn vrij.
Zomervakantie	Zaterdag 17 juli t/m zondag 29 augustus

CHECKLIST SCHOOLSPULLEN

- schooltas
- broodtrommel
- drinkfles/beker
- etui
- 2 blauwe balpennen
- 2 potloden
- kleurpotloden/stiften
- 1 gum
- 1 schaar
- puntenslijper
- liniaal
- lege 23-rings multomap
- agenda
- koptelefoon
- gymtas:
 - sportbroek
 - T-shirt
 - gymschoenen
 - deodorant



LEERWERKPLEKKEN



LEERWERKPLEK (PRAKTIJKDAG)

Er zijn zes leerwerkplekken dit jaar, namelijk: Arbeidstraining, Horeca, Techniek, Groen, Zorg en Welzijn en Persoonlijke Vorming. De dagen dat je deze leerwerkplekken krijgt, noemen we ook wel de praktijkdagen. Je hebt twee praktijkdagen in de week. Op elke praktijkdag heb je twee leerwerkplekken. De andere drie dagen krijg je les van je eigen leerkracht.

Dit zijn jouw praktijkdagen

	Maandag
	Dinsdag
	Woensdag
	Donderdag
	Vrijdag

WERKNEMERSVAARDIGHEDEN

Op onze school werken wij vanaf leerjaar I met werknemersvaardigheden. Dit is een lijst met belangrijke vaardigheden om aan te werken tijdens de praktijkdagen. Als leerling leer je aan de hand van deze lijst wat belangrijk is om te kennen en kunnen om een goede werknemer te zijn. Op deze manier hopen wij je zo goed mogelijk klaar te stomen voor een toekomst in de dagbesteding, beschutte arbeid of arbeid. Om de vorderingen goed bij te kunnen houden, vullen de praktijkbegeleiders vier keer per jaar de Indico-lijst in. In deze lijst staan alle werknemersvaardigheden. Per vaardigheid bekijken we dan in hoeverre je deze beheerst. Er zullen altijd vaardigheden zijn waar nog wat extra aan gewerkt moet worden. Je leerkracht bepaalt aan welke vaardigheid extra aandacht moet worden besteed voor de volgende periode.

KLEDINGVOORSCHRIFT

Als je werkzaam bent in de horeca en in de zorg, kom je ook in aanraking met de voorwaarden voor hygiëne (HACCP).

Deze voorwaarden houden het volgende in:

- Een goede hygiëne begint met de algemene verzorging van het lichaam, dus fris gewassen.
- Niet te veel deodorant of andere geurtjes.
- Een frisse mondverzorging.
- Nagels moeten kortgeknipt zijn, schoon (zonder rouwranden) en ongelakt.
- De haren moeten schoon, zijn zonder te veel gel of haarlak.
- Lange haren worden opgestoken of in een staart gedaan.

Op elke leerwerkplek geldt dezelfde basis:

- Schone kleding en een lange broek.
- Dichte schoenen.
- Een shirt of trui, lange of korte mouw (geen naveltruitjes, spaghettibandjes, tanktops).

HOE BEOORDELEN WIJ DE GESTELDE WERKNEMERSVAARDIGHEDEN?

1. Bij elke leerwerkplek (LWP), werk je aan de doelen van je werknemersvaardighedenlijst (de Indico-lijst).
2. Aan het begin van iedere leerwerkplek en aan het einde van die LWP bespreken en beoordelen we de doelen met jou in de dag-beoordeling.
3. Soms is het nodig dat je vaker aan een doel moet werken, dan wordt dat je persoonlijke doel en besteden we daar extra aandacht aan tijdens de praktijkdagen.
4. Per periode vindt er twee keer een beoordeling plaats. Daarbij beoordelen we je op de gehele lijst met werknemersvaardigheden. De eerste is halverwege de periode als tussenevaluatie. Daarbij kunnen jij en je praktijkbegeleider zien waar je nog aan moet werken. De tweede beoordeling is aan het einde van de periode, waarbij je de leerwerkplek ook afsluit. Je resultaten neem je mee naar de volgende periode.
5. Nadat je twee jaar in de onderbouw gewerkt hebt op de leerwerkplekken en je werkhouding is voldoende, stroom je in het derde leerjaar door naar de Les op Locatie (LOL).



DOELEN LWP

		leerjaar 1+2	Uitstroom dagbesteding
Inzet	Je toont inzet en energie.	✓	✓
	Je toont doorzettingsvermogen.	✓	✓
	Je ruimt de middelen en materialen op.	✓	✓
	Je bewaakt het tempo.	✓	
	Je werkt nauwkeurig.	✓	
Afspraken	Je gebruikt de middelen en materialen op de juiste manier.	✓	✓
	Je gaat zuinig om met de middelen en materialen.	✓	✓
	Je volgt instructies op.	✓	✓
	Je start op tijd.	✓	
	Je handelt eerlijk en oprecht.	✓	
	Je bent schoon en verzorgd.	✓	
Communicatie	Je kunt omgaan met veranderingen.	✓	✓
	Je kunt omgaan met verschillende mensen en manieren van begeleiding.	✓	✓
	Je toont gepast verbaal gedrag op de werkvloer.	✓	✓
	Je stelt (hulp)vragen.	✓	✓
	Je gaat op gepaste wijze om met kritiek.	✓	
	Je komt voor jezelf op.	✓	
	Je stemt werkwijze en taakverdeling af.	✓	
	Je past je indien nodig aan de groep aan.	✓	
	Je werkt volgens de gedragscode van het bedrijf.	✓	
	Je toont gepast non-verbaal gedrag op de werkvloer.	✓	

Als werkproces komt altijd naar voren:

1. wat heb ik nodig
2. spullen uitpakken en controleren
3. uitvoeren
4. controleren
5. opruimen

Waar moet je tijdens Leerwerkplekken aan voldoen:

- Heb je inzet getoond?
- Heb je je aan de afspraken gehouden?
- Heb je respectvol gecommuniceerd?

Het toepassen van de doelen door de leerling op de LWP

Voorbeelden die naar voren kunnen komen zijn:

- Heb je inzet getoond?
 - Je zet door; ook als je moe of een 'beetje ziek' bent.
 - Je levert de gevraagde kwaliteit ook al vind je iets niet altijd even leuk.
 - Je doet de werkzaamheden die van je gevraagd worden (flexibel zijn).
 - Je houdt de hele dag een zo hoog mogelijk tempo aan.
- Heb je je aan de afspraken gehouden?
 - Je begint op tijd en houdt je aan de pauzetijd.
 - Je houdt je aan de kledingvoorschriften (zie informatieboekje).
 - Je richt je op je eigen werk en bemoeit je niet met anderen.
 - Je houdt je aan de regels van de leerwerkplek.
 - Onder werktijd kijk je niet op je telefoon.
- Heb je respectvol gecommuniceerd?
 - Meld je bij binnenkomst en groet iedereen die je tegenkomt en meld je ook weer af.
 - Kijk iemand aan als je tegen hem spreekt.
 - Spreek vreemden aan met u; het zijn niet je vrienden. Praat op een juist volume met elkaar.
 - Straal een positieve lichaamshouding uit.

De hulp van de ouders is hierbij van toegevoegde waarde.





DAGREFLECTIE LWP

I^e periode

LWP-plek																				
Weeknummer	36	37	38	39	40	41	42	44	45	46	47	48	49	50	51	1	2	3	4	5
Inzet																				
Afspraken																				
Communicatie																				
Zelfstandigheid																				

LWP-plek																				
Weeknummer	36	37	38	39	40	41	42	44	45	46	47	48	49	50	51	1	2	3	4	5
Inzet																				
Afspraken																				
Communicatie																				
Zelfstandigheid																				

LWP-plek																				
Weeknummer	36	37	38	39	40	41	42	44	45	46	47	48	49	50	51	1	2	3	4	5
Inzet																				
Afspraken																				
Communicatie																				
Zelfstandigheid																				

LWP-plek																				
Weeknummer	36	37	38	39	40	41	42	44	45	46	47	48	49	50	51	1	2	3	4	5
Inzet																				
Afspraken																				
Communicatie																				
Zelfstandigheid																				

Score beoordeling

Inzet • Afspraken • Communicatie

m = matig

v = voldoende

g = goed

2^e periode

LWP-plek																												
Weeknummer	6	7	8	10	11	12	13	14	15	16	19	20	21	22	24	25	26	27	28									
Inzet																												
Afspraken																												
Communicatie																												
Zelfstandigheid																												

LWP-plek																												
Weeknummer	6	7	8	10	11	12	13	14	15	16	19	20	21	22	24	25	26	27	28									
Inzet																												
Afspraken																												
Communicatie																												
Zelfstandigheid																												

LWP-plek																												
Weeknummer	6	7	8	10	11	12	13	14	15	16	19	20	21	22	24	25	26	27	28									
Inzet																												
Afspraken																												
Communicatie																												
Zelfstandigheid																												

LWP-plek																												
Weeknummer	6	7	8	10	11	12	13	14	15	16	19	20	21	22	24	25	26	27	28									
Inzet																												
Afspraken																												
Communicatie																												
Zelfstandigheid																												

Mate van zelfstandigheid

a = Niet

b = Met intensieve ondersteuning

c = Met ondersteuning op afstand

d = Zelfstandig

Datum:	Individueel doel:

Datum:	Individueel doel:

Datum:	Individueel doel:

Datum:	Individueel doel:

Datum:	Individueel doel:

Datum:	Individueel doel:

Datum:	Individueel doel:

Mijn persoonlijke doelen vanaf augustus tot februari:

Mijn persoonlijke doelen vanaf februari tot juli:

AANTEKENINGEN



Praktijkcollege Het Metrum
Schubertlaan 131
2324 CR LEIDEN

071 57 67 532
info@praktijkcollegehetmetrum.nl

Praktijkcollege Het Metrum is onderdeel
van Resonans speciaal onderwijs.

