

Stannis glas

FlexChallenge-gids 2025-2026

MyFlex

Beste leerling,

Hierbij ontvang je de FlexChallengegids voor 2025-2026.

In deze gids vind je het **overzicht van de FlexChallenge-uren**. Per Challenge staat in grote lijnen beschreven wat het inhoudt, en waar je gedurende de Challenge naartoe zal werken onder begeleiding van de docent. Verder vind je bij elke Challenge een tabel met daarin de dag en het tijdstip waarop deze aangeboden wordt, of er sprake is van een doorlopende leerlijn als je de Challenge vaker wil volgen, hoe vaak de Challenge dit schooljaar terug zal keren en welke docent(en) de Challenge verzorgen.

Het aanbod is ontzettend divers. Terwijl je door deze gids bladert zal je waarschijnlijk opvallen dat er Challenges tussen zitten die (enigszins) aansluiten op de vaste schoolvakken, maar ook Challenges die jou de mogelijkheid bieden kennis te maken met onderwerpen waar je voorheen geen les in kon krijgen op school. Ieder van jullie heeft **talenten, kennis en vaardigheden** in zich, en FlexChallenge helpt jou deze te ontdekken en verder te ontwikkelen op jouw eigen tempo. Als je een Challenge hebt voltooid, ontvang je een **certificaat**. Deze kan je later bij een vervolgstudie gebruiken om aan te tonen dat je actief betrokken bent geweest bij extracurriculaire activiteiten.

Al nieuwsgierig geworden? Deelname aan een Challenge betekent wel dat je met een aantal zaken rekening moet houden. Allereerst duren de meeste Challenges van toetsweek tot toetsweek. Echter enkele Challenges lopen het gehele jaar door. Jouw inschrijving staat dus vast voor de periode dat de Challenge wordt gegeven.

Dit houdt in dat je je niet voor andere Flexuren kunt inschrijven tijdens dit uur. Hierdoor zal jij extra goed moeten plannen wanneer je jouw huiswerk doet (FlexStudy) of FlexSupport volgt bij vakdocenten. Ook worden niet alle Challenges meerdere keren per jaar aangeboden. Heb je zin in meerdere Challenges, maar worden deze op dezelfde dag gegeven, kijk dan of er later in het jaar nog nieuwe kansen zijn om deel te nemen aan één van de twee Challenges. Jouw coach kan uiteraard helpen bij het maken van keuzes.

Inschrijven is mogelijk vanaf dinsdag 2 september. Schrijf je snel in, gewoon omdat het leuk is om te doen!

Tot slot, laat het woord 'Challenge' je niet afschrikken. **Het aanbod is beschikbaar voor alle leerlingen, ongeacht niveau en eventuele voorkennis!** Er zijn geen toetsen verbonden aan de Challenges. Dus aarzel niet en bekijk snel het aanbod! Veel plezier!

Coaches, vakdocenten en schoolleiding van Stanislas Pijnacker

FlexChallenge	Periode				Klas(sen)	Moment	Maximale groepsgrootte
	1	2	3	4			
Anglia		●	●		Bovenbouw	Donderdag 1 ^{ste} uur	30
Anglia			●	●	Onderbouw	Donderdag 1 ^{ste} uur	30
Atelier café français			●		3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Beeldhouwen		●		●	2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Beleggen			●		3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Camera acteren				●	1/2/3/4/5	Donderdag 1 ^{ste} uur	14
Cold cooking	●	●	●		1/2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Cross Fit	●				2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Cross Fit				●	1/2/3/4/5	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Dj-Studio	●	●	●	●	3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	Selectie
NT2	●	●	●	●	Persoonlijke uitnodiging	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Examenvrees training		●			examenklassen	Dinsdag 5 ^{de} uur	22
Faalangst		●		●	1/2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	15
Feestcommissie	●	●	●	●	3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	Selectie
Geloofwaardig toneel spelen	●				2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	14
Het perfecte plaatje		●		●	3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Hiphop dansen, De Dansacker		●	●		1/2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	15
Keramiek			●		1/2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Krav Maga	●	●	●	●	1/2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	24
LAN party organiseren		●			Alle klassen	13 november	12
Lasersnijden/3D-printen	●	●	●	●	1/2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	12
Musical	●	●	●	●	1/2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	
Muziek	●	●	●	●	1/2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	30
Micro bits	●	●			1/2/3	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Muffin Challenge			●		1/2	Donderdag 1 ^{ste} uur	12
Ondernemen		●			2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Powerliften		●	●		4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	10
Science		●			2/3	Donderdag 1 ^{ste} uur	20
Science			●		4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	20
Slimmer leren met Chat – GPT		●			Bovenbouw	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Slimmer leren met Chat – GPT			●		Onderbouw	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Solliciteren en jezelf presenteren		●			2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	14

Spaans	⊙	⊙	⊙	⊙	1/2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	20
Studievaardigheden	⊙	⊙	⊙	⊙	1/2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	25
Tafeltennis	⊙			⊙		Donderdag 1 ^{ste} uur	16
Techniek team	⊙	⊙			3/4/5/6		Selectie
Tekstoneel en tekstinterpretatie			⊙		2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	14
The cool book club	⊙	⊙			3/4/5	Dinsdag 5 ^{de} uur	15
The cool book club			⊙	⊙	1/2/3/4/5	Dinsdag 5 ^{de} uur	15
The first Lego league	⊙	⊙			1/2/3	Dinsdag 5 ^{de} + 6 ^{de} uur	10
Verbeter je handschrift			⊙	⊙	1/2	Dinsdag 5 ^{de} uur	20
Wand klimmen	⊙				3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	10
Wand klimmen				⊙	1/2	Dinsdag 5 ^{de} uur	10
Weerbaarheid training		⊙	⊙		1/2/3/4/5/6	Dinsdag 5 ^{de} uur	15
World Robot Olympiad			⊙	⊙		Dinsdag 5 ^{de} uur	10
Zeefdrukken		⊙		⊙	2/3/4/5/6	Donderdag 1 ^{ste} uur	15

Anglia

Vind je Engels leuk en wil je jezelf uitdagen? Of heb je soms plannen om in het buitenland te gaan studeren of wil je een Engelstalige opleiding gaan doen? Schrijf je dan in voor het internationale Anglia examen!

Met een proefexamen kijken we welk niveau het beste bij jou past. Je gaat daarna op een actieve manier aan de slag met de Engelse taal en sluit deze Challenge af met een examen dat in Engeland wordt nagekeken.

Het certificaat dat je ontvangt kun je mooi gebruiken op je CV. So prove your level of English and go for an Anglia exam!

Onderbouw start week 4 en heeft examen op 18 juni 2026

Bovenbouw start week 47 en heeft examen op 9 april 2026



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 3

Periode 3 en 4

Startdatum leerjaar 4 t/m 6

Periode 2 en 3

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Aryantash

Mw. Boekestijn

Atelier café français

Bienvenue aux ateliers français!

Wil jij jezelf nou ècht uitdagen en je Frans in de praktijk brengen? Kom dan naar onze ateliers. Je spreekt met native speakers, in realistische settings; je voert gesprekken in winkels, cafés, aan hotelbalies, videobellen, virtual reality, we gaan het allemaal doen!

Je leert de Fransen en hun cultuur beter kennen en begrijpen.

In een gezellige sfeer oefen je met je uitspraak, werk je aan je zelfvertrouwen, en spreek jij straks Frans met flair en COURAGE!

We gaan ook dieper in op jongeren-straattaal, luisteren en kijken naar (rap) musique, bekijken films/series, en bespreken deze zodat jij straks Franse leeftijdgenoten kunt verbluffen met je vocabulaire.

Vive la France! A bientôt!

Klas

Leerjaar 3 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Bergen
Dhr. Djouma
Mw. Gerretsen
Mw. Hubert
Mw. Maas

Beeldhouwen

Upsize your best emotional selfie in sculpture

Wil je graag met je handen aan de slag? Wil je boetseren met jouw knuisten in de vette klei of wil je beeldhouwen in hout of steen? Mag de wereld er van jou best leuker uitzien door opmerkelijke kunstwerken te maken die iedereen tot nadenken aansporen? Dan gaan we je in deze Challenge uitdagen om jouw beste selfie uit te werken tot een grootse driedimensionale uitvoering.

Alle eigen invalshoeken zijn welkom! Daarbij bekijken we eerst de oude ambachtelijke beeldhouwerstechnieken, en zien we hoe de verschillende grote kunstenaars zichzelf door de eeuwen heen hebben afgebeeld. Via deze traditionele en meer hedendaagse beeldhouwerstechnieken kom je tot een ontwerp voor jouw eigen 'Monumentale Tronie'. Met de geschikte beeldhouwtechniek en met behulp van verrassende materialen maken we van jouw ontwerp een speciaal 'upsized' kunstwerk. Deze FlexChallenge is een goede voorbereiding op latere constructief creatieve studies waar ontwerpen belangrijk is.

Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 2 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Rast

Beleggen

Beleggen zonder risico bestaat niet. Wil je het risico op beleggen minimaliseren om zo een beter voorspellende waarde bij het beleggen in aandelen te creëren? Dan is dit de module voor jou!

In 7-8 weken gaan we op basis van technische en fundamentele analyses kijken naar verschillende aandelen van beursgenoteerde ondernemingen om vervolgens zelf voor de korte, midden en lange termijn een voorspellende waarde te creëren bij een aandeel van een Nederlandse onderneming. Onderdelen die aan bod komen zijn:

- Waar kan je in beleggen;
- Het belang van het spreiden van de beleggingsrisico's;
- Het belang van een goede technische analyse;
- Het belang van een goede fundamentele analyse.

Klas

Leerjaar 3 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. De Vries

Camera acteren

Wat is het?

De FlexChallenge Camera Acteren is een creatieve FlexChallenge waarin je spelenderwijs kennismaakt met acteren voor de camera. Je leert hoe je emoties overbrengt, hoe je een rol geloofwaardig speelt en hoe je lichaamstaal en stemgebruik inzet voor een scène.

Wat leer je?

- jezelf presenteren voor de camera;
- teksten interpreteren en vertalen naar spel;
- samenwerken aan korte scènes of video's;
- feedback geven en ontvangen.

Hoe werkt het?

In een periode werk je in kleine groepen aan een script of een improvisatie-opdracht. Je filmt de scènes met eenvoudige middelen (telefoon, tablet, camera) en we bekijken samen het resultaat. Zo leren we spelenderwijs wat wel en niet werkt in beeld en hoe we onszelf kunnen verbeteren.

Voor wie is het geschikt?

Voor alle leerlingen die nieuwsgierig zijn naar acteren, filmen, presenteren of gewoon iets nieuws willen proberen waarbij je je creativiteit kwijt kunt.

Klas

Leerjaar 1 t/m 5

Startdatum leerjaar 1 t/m 5

Periode 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Dhr. Lansman

Cold cooking

Weet jij hoe je een heerlijke lunch kan klaarmaken?

Bij Cold Cooking ga je aan de slag in de koude keuken en zet je onder begeleiding van onze Stanislaskoks de mooiste en lekkerste koude gerechten op tafel.

In deze FlexChallenge leer je hoe je in een relatief korte tijd heerlijke gerechten kan klaarmaken om je lunch een echte boost te geven.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2 en 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. De Roo

Dhr. Rietbergen

Crossfit

Tijdens de FlexChallenge Crossfit zal er aandacht worden besteed aan de volgende elementen:
kracht, uithoudingsvermogen, lenigheid, snelheid en coördinatie.

Dit wordt gedaan door de zogenaamde WOD's (workout of the day). Er worden meerdere oefeningen gecombineerd waarbij je wordt uitgedaagd (er zal flink gezweet worden) en je al je spieren gebruikt. Iedere oefening kan op maat worden gemaakt waardoor deze voor iedereen geschikt is.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 1

Startdatum leerjaar 1 t/m 5

Periode 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Grootenboer

DJ-Studio

Houd je van een feestje en wil je leren hoe je er zelf een kan maken met goede muziek? Dan is deze FlexChallenge misschien wel wat voor jou.

In deze FlexChallenge ga je samen met een ervaren DJ aan de slag om de kneepjes van het vak te leren en je het draaien eigen te maken. Deze FlexChallenge vereist commitment en is ook beperkt beschikbaar. Aan de andere kant levert het je veel op want wie weet kan jij straks draaien op een van onze schoolfeesten.



Klas

Leerjaar 3 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Kleinendorst

NT2

Welkom bij onze NT-2 begeleiding! Wij bieden ondersteuning aan leerlingen die Nederlands als tweede taal leren, zodat zij zich optimaal kunnen ontwikkelen in hun taalvaardigheid. Mevrouw Van der Meer en mevrouw Schokker staan klaar om persoonlijke begeleiding te bieden, met aandacht voor de specifieke behoeften van elke leerling. Samen werken we aan een sterke basis in de Nederlandse taal, zodat leerlingen met vertrouwen kunnen deelnemen aan de lessen en zich kunnen integreren in de schoolgemeenschap.

LET OP: deze Challenge is alleen op uitnodiging van de bovenstaande docenten.

Klas

Persoonlijke uitnodiging

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Van der Meer

Mw. Schokker

Examenvreetraining

Zeg vaarwel tegen examenvrees!

Heb jij ook wel eens dat knagende gevoel van zenuwen voor een examen?
Geen zorgen, je bent niet de enige!

Maar wist je dat je die angst kunt omzetten in energie en focus? Tijdens onze examenvreetraining leer je hoe je kalm blijft, je zenuwen onder controle houdt en met zelfvertrouwen het examen tegemoet kunt gaan. We geven je handige tips, technieken en oefeningen die je direct kunt toepassen, zodat je de dag van het examen met een gerust hart kunt beginnen.

Zet je schouders eronder, want jij kunt dit!

Klas

Examenklassen

Startdatum leerjaar 4 t/m 6

Periode 2

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Van der Meer

Mw. Schokker

Faalangsttraining

Faalangst, of de angst om te falen, kan een grote impact hebben op je leren. Het is belangrijk, wanneer je dit ervaart, te leren om met de stress en spanningen die het met zich meebrengt om te gaan, zodat je je weer zelfverzekerd en gemotiveerd voelt. Door bewust te worden van het denken en gedrag, ondersteund door ontspanningstechnieken, schrijf oefeningen en reflectie, kun je leren om beter met je faalangstgevoelens om te gaan. Daarnaast is het creëren van een ondersteunende en begripvolle leeromgeving essentieel, waar fouten maken gezien wordt als een kans om te leren.

Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 2 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Schokker

Feestcommissie

Houd jij van een goed schoolfeest?

Dan is deze FlexChallenge wat voor jou. In deze Challenge ga jij samen met de andere leden van de feestcommissie ideeën voor coole schoolfeesten bedenken, uitwerken en uitvoeren.

Deze FlexChallenge is alleen voor bovenbouwleerlingen beschikbaar, omdat ook verwacht wordt dat je tot het einde van de schoolfeesten aanwezig bent om de boel weer op te ruimen.



Klas

Leerjaar 3 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Dhr. Van der Harst

Geloofwaardig toneelspelen

Wat is het?

Geloofwaardig spelen, de naam zegt het eigenlijk al. Je leert op zo'n manier te acteren, dat jij je in kunt leven in het te spelen personage zodat het publiek jou echt gelooft. Wanneer je als speler ook daadwerkelijk gelooft dat jij het personage bent en dat je de situatie echt meemaakt, gaat de rest eigenlijk vanzelf. Je wilt dat het publiek op het puntje van zijn stoel zit omdat het meeleeft met het verhaal dat wordt verteld.

Wat leer je?

In acht weken leer je de fijne kneepjes van het vak. Elke les komt er een onderwerp aan bod waar we die les aan gaan werken, zoals:

- inleving;
- natuurlijke reacties, ook wel incasseren en reageren;
- echte emoties;
- en nog veel meer.....

Hoe werkt het? Je krijgt tal van spel oefeningen aangeboden die jou kunnen helpen om zo geloofwaardig mogelijk te spelen. Ook spelen we een aantal scènes en werken we veel vanuit improvisatie. En dat allemaal met veel humor en plezier.

Wat levert het op?

- je kunt geloofwaardiger spelen;
- creativiteit;
- samenwerkingsvaardigheden;
- een toffe ervaring;
- je leert nieuwe mensen kennen.



Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 1

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Tosseram

Het perfecte plaatje

Een selfie is leuk, maar een mooie selfie is beter!

In deze FlexChallenge ga jij onder begeleiding aan de slag om de mooiste foto's te maken met je mobiele telefoon. Dit varieert van selfies tot groepfoto's, van stillevens tot volle actiefoto's.

Dit alles met de camera van je eigen mobiele telefoon.



Klas

Leerjaar 3 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 2 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Dufils

Hiphop dansen, De Dansacker

Ben je klaar om de dansvloer te veroveren? Of je nu al danservaring hebt of nog nooit een voet op de dansvloer hebt gezet, deze workshop Hiphop is jouw kans om in de spotlight te staan! Laat je meeslepen door de vette beats en de energie van de muziek. Tijdens onze Hiphop-lessen leer je toffe moves en technieken die je helpen om je eigen stijl te ontdekken en volledig jezelf te zijn.

Versterk je coördinatie, lenigheid en kracht terwijl je tegelijkertijd een supergave workout hebt! Hiphop is ook de manier om je zelfvertrouwen een boost te geven. Samen dansen, elkaar inspireren en gewoon fun hebben, dat is wat we doen!

Dus waar wacht je nog op? Doe mee met de FlexChallenge en duik de wereld van Hiphop in! Transformeer jouw liefde voor muziek en beweging in een onvergetelijke danservaring! Lets go!



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 2 en 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Marck

Keramik

In de FlexChallenge Keramik ga je creatief aan de slag met klei en kun je jouw eigen product maken, bijvoorbeeld een eigen wandbord, beeld of schaalje. Gedurende deze FlexChallenge krijg jij de kennis en kunde voor het maken van jouw eigen creatie.

Afsluitend aan deze FlexChallenge wordt het door jou gemaakte eindproduct door verhitting afgebakken.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Defourny

Krav Maga

Bij het zelfverdedigingssysteem Krav Maga staat zelfverdediging en het trainen van de mentale weerbaarheid en conditie centraal.

Tijdens deze FlexChallenge maak je kennis met verschillende verbale en fysieke zelfverdedigingstechnieken, leer je hoe je jezelf assertief op kan stellen en bouw je het nodige zelfvertrouwen op om je staande te kunnen houden in diverse lastige (school) situaties. Er is hierbij zowel aandacht voor het ontwikkelen van discipline en sociale vaardigheden als het leren beheersen van agressie en het oplossen van conflicten. Het is mogelijk om Krav Maga gedurende het schooljaar herhaaldelijk te volgen. Iedere keer maak je kennis met meer gevorderde technieken en nieuwe situaties.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Dhr. Dubbelman

Dhr. Trinthamer

LAN party organiseren

Organiseer je eigen LAN-party op school!

Ben jij een gamer in hart en nieren? Wil je samen met je vrienden een episch gamingweekend beleven? Dan is deze FlexChallenge iets voor jou! Als leerling krijg je de kans om zelf een LAN-party op school te organiseren.

Wat ga je doen?

- **Organiseren:** je stelt samen het programma op en regelt de benodigde materialen;
- **Opbouwen:** jullie bouwen de ruimte om tot een gamingwalhalla;
- **Afbreken:** na het evenement zorg je samen met je team voor een schone en opgeruimde ruimte.

Waarom meedoen?

- ontwikkel je organisatorische en technische vaardigheden;
- werk samen met medeleerlingen en versterk je teamspirit;
- beleef een onvergetelijke gamingervaring met vrienden.

Benodigheden:

- je eigen gaming console, laptop of pc met games geïnstalleerd.

Laat deze unieke kans niet liggen!

Schrijf je in voor de FlexChallenge en maak samen met je teamgenoten van deze LAN-party een succes. Wie weet wordt dit wel het begin van een nieuwe schooltraditie!



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 2

Lestijd

13 november 17.00 - 23.00 uur

Docent

Dhr. Meijer

Lasersnijden/3D-printen

In deze challenge maak je kennis met **CAD-CAM**: Computer Aided Design en Computer Aided Manufacturing. Ofwel: wat je kan tekenen op de computer kan je ook maken!

Je maakt bijvoorbeeld een leuke sleutelhanger of puzzel met een 3D-printer en/of een lasersnijder. Je leert de basics van het “tekenen” op de computer in een 3D-ruimte. En de producten die je tekent worden ook geprint/gesneden en mag je meenemen naar huis. Geen voorkennis nodig.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

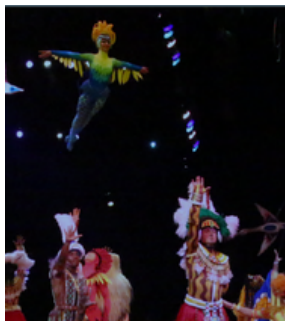
Dhr. Janssens

Musical

Ben jij gek op musicals en heb jij een passie voor zingen, dansen én acteren? Of je nu al jaren stiekem voor de spiegel geoeffend hebt en het nog niet hebt aangedurfd om op het podium te staan? Ook als je al veel podiumervaring hebt en zelfs aan het nadenken bent over een opleiding binnen de musicalwereld twijfel dan niet en laat jouw talenten zien in de schoolmusical!

Gedurende het hele schooljaar werken we bij deze challenge aan de basisvaardigheden van acteren, dans en zang. Tijdens de lessen ontdek je steeds meer over je eigen theatrale mogelijkheden en hoe je die kunt inzetten. We staan veel op de vloer, leren van elkaar en doen fantasievolle en creatieve spel oefeningen waarbij we toewerken naar het opvoeren van een eindmusical. Plezier staat voorop!

Geen voorstelling zonder decor of kostuums! Sta jij liever niet op het toneel, maar werk jij graag mee aan het bouwen van het decor of het maken van kostuums? Ook dan kun je je inschrijven.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Lansman
Mw. Tosseram
Mw. Knikman
Dhr. Rooks
Dhr. Janssens

Muziek

In de FlexChallenge muziek ga jij aan de slag met je eigen instrument. Denk daarbij aan piano, (elektrische) gitaar, basgitaar, zang, ukelele of zelfs beats maken. Samen met een klasgenoot of gewoon lekker alleen werk je op je eigen niveau op jouw instrument. Kun je nog geen instrument spelen dan leren wij je de basis. Speel je al op een hoog niveau en wil jij je verder ontwikkelen? Dan is dit je kans! Elk niveau is welkom, er is genoeg te doen!



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

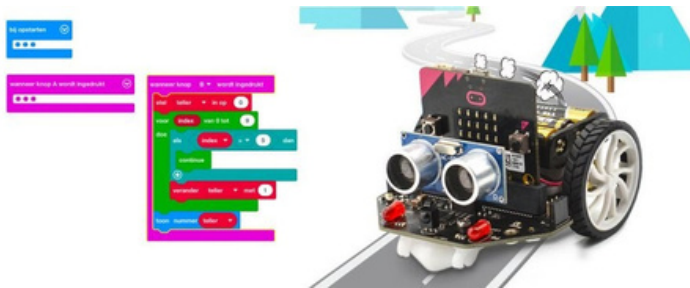
Mw. Knikman

Dhr. Rooks

Micro Bits

Je maakt op een creatieve wijze kennis met programmeren en robotica. Je leert dit op een kleine computer en je hoeft geen ingewikkelde codes te leren, omdat je gebruikmaakt van de online methode-editor MakeCode van Microsoft. Hiermee kun je op een visuele manier je eerste programma schrijven en laten uitvoeren door micro: bit.

In deze FlexChallenge leer je hoe je sensoren uitleest en toepast om bepaalde functies uit te voeren. Ook leer je de werking en mogelijkheden van verschillende technieken en sensoren als sonar, lichtsensoren, lijnvolgsensoren, infra-rood en radiogolven te programmeren en toe te passen.



Klas

Leerjaar 1 t/m 3

Startdatum leerjaar 1 t/m 3

Periode 1 en 2

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Peereboom

Muffin Challenge

Tijdens deze FlexChallenge gaan we cupcakes maken. Niet zo maar cupcakes, maar cupcakes met de meest uiteenlopende smaken. Van zoet naar hartig en van zuur naar bitter. Cupcakes met nieuwe smaken en met al bekende varianten. Lijkt het jou leuk om meer te weten te komen over de meest uiteenlopende recepten voor cupcakes, schrijf je dan in voor deze Challenge.



Klas

Leerjaar 1 t/m 2

Startdatum leerjaar 1 t/m 2

Periode 3

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Zwinkels

Ondernemen

Vind je ondernemen leuk en wil je zelf direct of misschien in de nabije toekomst als kleine ondernemer starten? Schrijf je dan in voor de FlexChallenge ondernemen.

In zeven weken ga je het idee van je mogelijk eigen onderneming onder begeleiding van een ervaren ondernemer uitwerken en ga je misschien wel je eerste stappen als ondernemer zetten.



Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 2

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Jonker

Powerliften

Powerliften, meer dan kracht alleen

Tijdens deze Challenge worden de drie verschillende basisprincipes en technieken om op een correcte wijze bezig te zijn met Powerlifting uitgelegd. In deze Challenge worden de drie verschillende principes zowel in theorie als in praktijk behandeld: Squat, Bench press en Deadlift.



Klas

Leerjaar 4 t/m 6

Startdatum leerjaar 4 t/m 6

Periode 2 en 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Grootenboer

Science

Ben je altijd al nieuwsgierig geweest naar de producten die je dagelijks gebruikt? Wie heeft deze gemaakt? Waarom zitten ze in een bepaalde verpakking? Is de verpakking wel duurzaam? Bij deze FlexChallenge Science ga je samen met andere leerlingen de wereld van de wetenschap in.

Wat zijn moleculen en hoe zijn moleculen met elkaar verbonden? In deze module werk je voor een deel zelfstandig en een deel in groepsverband. Je onderzoekt chemische verbindingen en gaat op zoek naar oplossingen. Ben je nieuwsgierig geworden en houd je van een uitdaging? Schrijf je dan in voor deze Challenge.



Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 3

Periode 2

Startdatum leerjaar 4 t/m 6

Periode 3

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Offerman

Slimmer leren met ChatGPT

Slimmer leren met ChatGPT!

Wil je leren hoe je schoolwerk makkelijker en slimmer aanpakt? Doe mee aan onze FlexChallenge "Aan de slag met ChatGPT"!

Ontdek hoe je deze AI-tool inzet om:

- ✓ snel samenvattingen te maken;
- ✓ je toetsen beter voor te bereiden;
- ✓ te oefenen voor mondelingen;
- ✓ creatieve hulp te krijgen bij je opdrachten.

Je leert op een praktische, leuke en veilige manier hoe je ChatGPT gebruikt als slimme studiepartner — altijd klaar om te helpen!

Maak leren makkelijker. Ontdek de kracht van AI!



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 3

Periode 3

Startdatum leerjaar 4 t/m 6

Periode 2

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Klom

Solliciteren en jezelf presenteren

Hoe vertel je wie je bent en waarom juist jij geschikt bent voor die stage of (bij)baan? In deze Flex Challenge leer je jezelf krachtig presenteren in een sollicitatiegesprek. Je oefent met rollenspellen, geeft en ontvangt feedback, en bouwt aan je zelfvertrouwen en uitstraling.

Wat ga je doen?

- je leert hoe een sollicitatiegesprek werkt van voorbereiding tot het stellen van vragen;
- je oefent gesprekken met klasgenoten en eventueel docenten;
- je werkt aan je persoonlijke pitch: wie ben jij, wat kun jij, en wat wil je?
- je ontdekt hoe je je lichaamstaal, stem en uitstraling inzet om overtuigend over te komen;
- je krijgt tips hoe om te gaan met zenuwen en moeilijke vragen.

Wat leer je?

- jezelf zelfverzekerd en professioneel presenteren;
- een overtuigende persoonlijke pitch opstellen en uitvoeren;
- hoe je jouw talenten en kwaliteiten onder woorden brengt;
- praktische vaardigheden voor je eerste echte sollicitatie of stagegesprek.

Voor wie is het geschikt?

De Challenge is geschikt voor alle leerlingen die binnenkort op stage gaan, willen oefenen met bijbaan of sollicitatiegesprekken of gewoon sterker in hun schoenen willen staan tijdens een gesprek.

Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 2

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Dhr. Lansman

Spaans

Hola, ven a estudiar español!

Hai, kom Spaans leren! Op Stanislas Pijnacker is er nu de mogelijkheid om Spaans te leren, in welke klas je ook zit, op welk niveau dan ook. Hoe tof is dat? Maar...waarom Spaans? Ik kan je vertellen dat het de **tweede wereldtaal** is en er dus heel veel mensen Spaans spreken. Daarnaast ben ik ervan overtuigd dat het de leukste, makkelijkste vreemde taal is die er is! In deze module werk je aan onderwerpen die je nodig zou kunnen hebben als je een keer naar Spanje op vakantie gaat of misschien zelfs langer van plan bent te blijven voor een tussenjaar, stage of studie. Denk aan onderwerpen als: het restaurant, jezelf voorstellen, op de markt, bij de dokter, een treinkaartje bestellen, gesprekken in een hotel en Spaanse liedjes. **De lessen zijn to the point, en hebben als doel dat jij snel Spaans gaat leren praten** zodat je straks misschien wel snapt wat een MacPollo is bij de Mac, of de weg kan vragen naar het Bernabeu Stadion in het Spaans.

‘Maar...ik heb nog nooit Spaans gehad?’ Geen probleem, je stapt in op jouw niveau. ‘Maar....ik volg al 2 jaar Spaans?’ Ningun problema, wij gaan door waar wij gebleven zijn.

Hasta pronto!

Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Stolzenbach

Studievaardigheden

Studeren lijkt makkelijk, maar kan soms best moeilijk zijn.

In deze FlexChallenge ga je aan de slag met je studievaardigheden, want jezelf goed voorbereiden op een toets kan soms best lastig zijn. Een goede planning maken is het begin. Deze vervolgens ook uitvoeren is stap twee. En wat ga je in deze voorbereiding dan doen? Dat is de volgende vraag waar in deze Challenge een passende invulling aan gegeven wordt.

Maar ook zaken als het voorbereiden van een presentatie komen aan bod.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1, 2, 3 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Dekker

Mw. De Jong

Ontdek de kracht van pingpong

Ben op zoek naar actie, fun én skills? Doe mee met onze FlexChallenge tafeltennis en ontdek hoe leuk en uitdagend deze sport kan zijn!

In een mix van techniek, snelheid en teamwork leer je van ervaren trainers hoe je jouw spel naar een hoger niveau tilt. Beginners én gevorderden zijn welkom — iedereen kan meedoen!

- ✓ word sneller en scherper;
- ✓ verbeter je reflexen en focus;
- ✓ en vooral, heb veel plezier!

Pak je batje en speel mee — dit wil je niet missen!



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 1 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Dhr. Ettema

Dhr. Scholte

Techniekteam

Houd jij van muziek en theater maar is een instrument of dansen niet echt jouw ding? Achter elke grote show van bijvoorbeeld Bruno Mars of Ariana Grande zit ook een heel techniekteam. Zonder hen zou het maar een saaie show zijn. Bij geluidstechniek gaan we aan de slag met alles wat er achter de schermen gebeurt. **Je leert hoe je een podium bouwt en hoe je vervolgens het licht en geluid aansluit en afstelt.** Zonder een goed techniekteam is een show niks! Word jij de nieuwe geluidstechnicus?! Geef je dan op voor deze module.



Klas

Leerjaar 3 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 1 en 2

Lestijd

Variabel

Docent

Dhr. Van der Lans

Teksttoneel en tekstinterpretatie

“To be or not to be, that’s the question”

Wat is het?

William Shakespeare schreef het toneel stuk ‘Hamlet’ in het jaar 1600. De tekst van toen werd heel anders geschreven dan nu in de huidige tijd. Toch heeft een theatertekst altijd een betekenis en wil het een boodschap meegeven. Denk maar eens aan jouw lievelingsfilm, liedje of toneelstuk. Het blijft in je geheugen en dat is niet voor niks. Het raakt je op wat voor manier dan ook. Dat komt door de manier van overdragen en dat is wat we deze FlexChallenge gaan doen.

Wat leer je?

Je leert de tekst begrijpen zodat je weet wat er staat en hoe je dit over kunt brengen. Dat maakt toneelspeken nog leuker, want als jij weet wat je zegt, komt de tekst tot leven!

Hoe werkt het?

In acht weken werken we aan teksttoneel en tekstinterpretatie. Dit doen we aan de hand van bestaande liedjes, scenes uit toneelstukken, dialogen en monologen. We werken toe naar een aantal scènes die we ten tonele gaan brengen voor echt publiek! En als extraatje brengen we een bezoek aan het theater!

Voor wie is het geschikt?

Voor iedereen vanaf leerjaar 2 tot en met de examenklas die nieuwsgierig is geworden naar teksttoneel en tekstinterpretatie.

Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 3

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Tosseram

The Cool Book Club

Are you or someone you know interested to be a member of a cool book club? If you want to, bring along a book you're reading, or a favourite book you'd like to talk about or just come along and listen or draw, and join the fun!

Is there a movie adaptation of the book? Why not having a movie time together?

Ben jij of ken jij iemand die geïnteresseerd is om lid te worden van een toffe boekenclub? Als je wilt, neem dan een boek mee dat je aan het lezen bent, een favoriet boek waar je over wilt praten, of kom gewoon langs en doe mee! Bestaat er een verfilming van het boek? Waarom geen filmmomentje samen?



Klas

Leerjaar 1 t/m 5

Startdatum leerjaar 3 t/m 5

Periode 1 en 2

Startdatum leerjaar 1 t/m 5

Periode 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Aryantash

The First Lego League

Ontwikkel nieuwe technologische vaardigheden. Het FIRST Lego League seizoen gaat in september weer van start. Bouw en programmeer je eigen Lego Mindstorms Robot.

Graaf mee in het allernieuwste seizoen: UNEARTHED. In het Lego Team ga je met Lego creatief denken en een archeologische ontdekkingsreis maken naar de technieken voor de toekomst door in het verleden te graven. Programmeer je robot om de missies van deze ontdekkingsreis uit te voeren.

Eind januari doet jouw team mee aan de regiofinale bij de Haagse Hogeschool in Delft.



Klas

Leerjaar 1 t/m 3

Startdatum leerjaar 1 t/m 3

Periode 1 en 2

Lestijd

Dinsdag 5e en 6e uur

Docent

Dhr. Van Dommelen

Verbeter je handschrift

Zeg jij weleens 'Let maar niet op m'n handschrift...'?

Heb je weleens een 'lamme hand' als je veel schrijft? Krijg je wel eens een onvoldoende omdat je handschrift onleesbaar is? Maak je weleens rekenfouten omdat je cijfers onduidelijk zijn? Kun je soms je eigen aantekeningen niet lezen en dus niet leren?

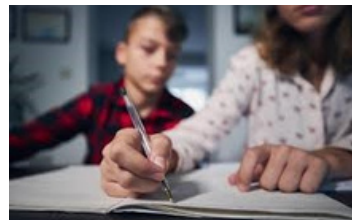
Verbeter dan de leesbaarheid van je handschrift met de Challenge 'Pak je Pen!'

Deze Challenge helpt je op vijf manieren:

1. oplossen van ongemak als je schrijft;
2. herkenbaarheid van je cijfers en letters verbeteren;
3. regelmaat van je handschrift verbeteren;
4. je krijgt tips voor de opmaak van je tekst;
5. je leert hoe je helder en overzichtelijk aantekeningen kan maken.

Kortom, we werken toe naar een leesbaar handschrift en je leert efficiënt aantekeningen maken. Je schrijft om te leren!

De Challenge 'Pak je pen!' is bedoeld voor leerlingen uit klas 1 en 2 en zal plaatsvinden op dinsdag in periode 3 en 4 (je schrijft je dus meteen voor twee periodes in).



Klas

Leerjaar 1 t/m 2

Startdatum leerjaar 1 t/m 2

Periode 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Mw. Maertens

Mw. Ros

Wandklimmen

Heb jij altijd al de top willen bereiken? Wil je je grenzen verleggen en sterker worden, zowel fysiek als mentaal? Schrijf je dan in voor de FlexChallenge wandklimmen.

Wandklimmen is een uitdagende sport waarbij je al je spieren gebruikt, je coördinatie verbetert en je doorzettingsvermogen op de proef stelt. Ook is het uitermate geschikt om hoogtevrees te overwinnen en leer je je klasgenoten te vertrouwen.

De lessen vinden plaats op de klimwand in de Viergang. De laatste les gaan we naar de klimhal van Adventure Valley in Zoetermeer om al het geleerde in de praktijk te brengen.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 3 t/m 6

Periode 1

Startdatum leerjaar 1 t/m 2

Periode 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

Docent

Dhr. Derwort

Weerbaarheidstraining

Vind je het lastig om voor jezelf op te komen of jouw grenzen aan te geven? Dan past deze Challenge goed bij jou.

Samen met een klein groepje andere leerlingen uit verschillende leerjaren leer jij omgaan met deze uitdagingen door vooral te ervaren en te doen. Je krijgt tips mee over hoe je in het dagelijks leven weerbaarder kunt zijn.



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 2 en 3

Lestijd

Dinsdag 5e uur

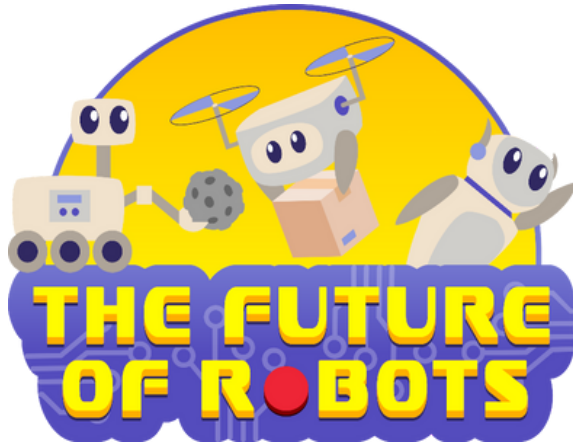
Docent

Mw. Hulspas

WRO – World Robot Olympiad

Doe mee aan de internationale roboticawedstrijd.

Ontwerp, bouw en programmeer je robot. Tijdens de wedstrijddag eind juni 2026 los je de problemen op van het jaarthema. In 2025 was het thema “The future of robots”. Het thema van 2026 is op dit moment nog niet bekend, maar kijk eens op de website van WRO: <https://www.wro-nederland.nl>



Klas

Leerjaar 1 t/m 6

Startdatum leerjaar 1 t/m 6

Periode 3 en 4

Lestijd

Dinsdag 5e uur

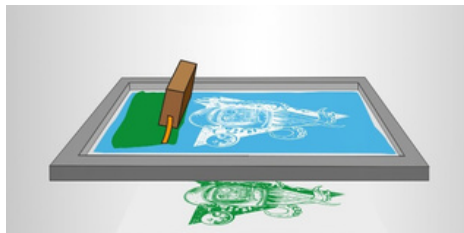
Docent

Dhr. Van Dommelen

Zeefdrukken

In deze cursus ga je een eigen afbeelding ontwerpen en op een t-shirt drukken. Bij zeefdrukken druk je inkt door een zeefraam op bijvoorbeeld textiel of papier. Bestaat jouw ontwerp uit meerdere kleuren, dan maak je één of twee extra zeeframen. We zullen met maximaal drie kleuren per ontwerp werken.

Je moet een aantal stappen doorlopen voordat je daadwerkelijk jouw eigen ontwerp kunt afdrukken. Dus een beetje geduld hebben we wel nodig ;-). Eerst ga je nadenken over wat je wilt afdrukken. Deze afbeelding teken je op papier of op de computer. De afbeelding wordt in zwart op een doorzichtige sheet geprint. Op het zeefraam verdelen we een lichtgevoelige emulsie waarna met licht de afdruk van het ontwerp op het zeefraam wordt gemaakt. Met dit raam kunnen we meerdere afdrukken op papier en t-shirt maken. En dan ben jij de trotse eigenaar van je eigen ontworpen shirt. Zin om iets moois te creëren? Doe mee!



Klas

Leerjaar 2 t/m 6

Startdatum leerjaar 2 t/m 6

Periode 2 en 4

Lestijd

Donderdag 1e uur

Docent

Mw. Van Dinter