

Wiskunde Olimpiade



Amané Watson, 'n matriekleering van Hoërskool Heilbron het die skool verteenwoordig in die tweede rondte van die SAMF-Liberty landwyse Wiskunde Olimpiade. Die 100 beste leerders in hierdie rondte kwalifiseer vir die finale rondte in Julie.



ATKV Vrystaat semi-finaal

Elzemy Steyn, 'n graad 11 leerder van Hoërskool Heilbron het deurgedring na die ATKV redenaars Vrystaat semi-finaal. Sy sal op 1 Junie in Kroonstad by Laerskool Kroonheuwel deelneem.

Eksamenwenke

• Vluglees jou werk wat jy moet studeer sodat jy jouself kan oriënteer.

• Maak opsommings van jou leerwerk. Konsentreer sodat jy jou werk later met gemak kan leer.

• Leer die opsommings deur dit hardop vir jouself op te sê.

• Gee vir jouself belonings indien jy jou vrae kan beantwoord sonder om die antwoorde op te soek.

• Maak gebruik van 'n breinkaart sodat jy vir jou brein aanknopingspunte kan vind.

• Maak gebruik van visuele beelde, dit help wanneer jy studeer om weer te kan onthou.

• Begin vroegetydig met jou leerwerk, dit sal help om nie onnodig te stres nie.

• Herhaal, herhaal, herhaal.

• Eet gesonde kosse en gebalanseerd. Dit help met konsentrasie en om die nodige energievlakke te kan handhaaf sodat die brein wakker kan bly. Ontbyt is die belangrikste maaltyd van die dag, eet graankosse en vars vrugte. Onthou om drie keer per dag te eet. Peuselhappies soos laetvetjogurt of semelbeskuitjies is 'n goeie opsie vir deur die dag.

• Oefen gereeld. Dit sal die serotonien-

vlakke verhoog en die bloed- en suurstofvloei na die brein verbeter.

• Drink baie water. Dit sal help met dihidrasie wat hoofpyne veroorsaak en jou laat moeg voel.

• Kry genoegsame slaap in. Te min slaap is sleg vir konsentrasievermoë en veroorsaak gemoedsversteurings.

Maak gerus gebruik van die volgende eksamen-skryf tegnieke:

• Daag betyds op by die eksamenlokaal sodat jy gereed kan wees om te begin skryf.

• Lees al die eksamen instruksies en maak seker jy verstaan alles.

• Maak seker jy ontvang die regte eksamenvraestel.

• Kyk vooraf na die aantal tyd wat jy het om jou vraestel te kan skryf sodat jy genoegsame tyd het om die vraestel te kan voltooi. Laat ook tyd toe om jou antwoorde oor te gaan en korreksies aan te bring.

• Kyk jou hele vraestel deur voor jy begin skryf. Dit sal help om jou geheue te aktiveer.

• As jy jou vrae antwoord, maak seker jou antwoorde word duidelik uiteengesit. Skryf leesbaar sodat die nasiener nie hoef te soek na antwoorde nie.

Kleurvolle "sprokie"-vlotte het dorp opgehelder

Hoërskool Heilbron het laasjaar met 'n nuwe instelling begin deur een keer per jaar die strate van Heilbron in te vaar met vlotte. Hierdie vlotte word gekoppel aan 'n borgloop. 'n Sekondêre groep tesame met 'n primêre groep leerders werk saam aan 'n vlot. Die tema van die

vlotte word deur die personeel bepaal en dan word die vlotte deur die betrokke groepe gebou en beoordeel. Die leerlinge word vooraf geborg as deel van die fondsinsameling. Die vlotte word beoordeel volgens 'n rubriek en die fondse wat ingesamel is word ook in berekening gebring om die winners aan

te dui. Vanjaar se tema van die vlotte was Sprokies. Almal het mooi saamgewerk en met baie kreatiewe idees vorendag gekom. Die graad 1 se Mickey Muis het as die wen-vlot weggestap. Die graad 8 groep het die meeste fondse ingesamel. Dit was voorwaar lekker gewees om te sien hoe die dorp-strate

Vrydag op gehelder is met die mooiste vlotte. Mickey en Minnie Muis, Sneeuwitjie en die sewe dwergies, Trolls en vele meer was te sien gewees. Die blikkies was geskud en die vlotte het onder andere in Kerkstraat, Langmarkstraat en Breëstraat beweeg.



Van die vlotte van Hoërskool Heilbron wat Vrydag in die strate van Heilbron te sien was.