

30-DAGEN LEERPLAN

30-Dagen Beheersingscurriculum & Studiepad

Dag-voor-dag begeleiding naar digitale zelfredzaamheid
en computermeesterschap



Curriculumstructuur & Studiehandleiding

Welkom bij het 30-Dagen Beheersingscurriculum van Informatica in Beeld. Dit gestructureerde studiepad leidt u stap voor stap door alle essentiële computer- en technologievaardigheden. Het plan is opgebouwd rondom vier leerfasen: Week 1 legt het fundament met besturingssystemen en bestandsbeheer; Week 2 behandelt productiviteit en kantoor suites; Week 3 richt zich op netwerken, online communicatie en cybersecurity; Week 4 verdiept in automatisering, data en AI-tools. De afsluitende dagen 29 en 30 zijn gewijd aan integratie, synthese en uw persoonlijke eindproject. Elke dag bevat een gericht leerdoel, een actieve verwerkingsopdracht, een herhalingsmoment (spaced repetition) en een visualisatieverwijzing naar de hoofdmodules.



Voordelen en aanpak

- Dagelijks 20 tot 30 minuten gerichte studietijd met directe praktische toepassing.
- Geïntegreerd spaced-repetition systeem op dag +2, +7 en +14 voor duurzame retentie.
- Verankering van theorie door actieve praktijkopdrachten op uw eigen computer.
- Voortgangsborging via dagelijkse status- en evaluatievelden.



Studiemethode & Spaced Repetition

Werk chronologisch en sla geen dagen over. Noteer na elke sessie direct de kernbegrippen in het werkveld en vink de dagstatus af om het leereffect te maximaliseren.

1



Stap 1:

Bestudeer de Kernvisualisatie

Open de bijbehorende moduleplaat uit Informatica in Beeld en neem de visuele hiërarchie, definities en processtromen aandachtig door.



2



Stap 2:

Voer de Praktijkopdracht Uit

Pas het geleerde direct toe op uw computer conform de dagopdracht. Vermijd louter passief lezen.



3



Stap 3:

Voer de Gespreide Herhaling Uit

Beantwoord de herhalingsvraag van eerdere lesdagen uit het geheugen om lange-termijnretentie te activeren.



4



Stap 4:

Documenteer & Valideer

Vul de dagelijkse reflectieregel in en vink het statusvakje af in het voortgangsoverzicht.



Curriculumstructuur & Week 1: Digitale Fundamenten

FASE 1:
DAG 1 T/M 7



Curriculumstructuur & Studiehandleiding

Welkom bij het 30-Dagen Beheersingscurriculum van Informatica in Beeld. Dit gestructureerde studiepadijdt u stap voor stap door alle essentiële computer- en technologievaardigheden. Het plan is opgebouwd rondom vier leerfasen: Week 1 legt het fundament met besturings-systemen en bestandsbeheer; Week 2 behandelt productiviteit en kantoor suites; Week 3 richt zich op netwerken, online communicatie en cybersecurity; Week 4 verdiept in automatisering, data en AI-tools. De afsluitende dagen 29 en 30 zijn gewijd aan integratie, synthese en uw persoonlijke eindproject. Elke dag bevat een gericht leerdoel, een actieve verwerkings-opdracht, een herhalingsmoment (spaced repetition) en een visualisatieverwijzing naar de hoofdmodules.

- ✓ Dagelijks 20 tot 30 minuten gerichte studietijd met directe praktische toepassing.
- ✓ Geïntegreerd spaced-repetition systeem op dag +2, +7 en +14 voor duurzame retentie.
- ✓ Verankering van theorie door actieve praktijkopdrachten op uw eigen computer.
- ✓ Voortgangsborging via dagelijkse status- en evaluatievelden.



Studiemethode & Spaced Repetition

Werk chronologisch en sla geen dagen over. Noteer na elke sessie direct de kernbegrippen in het werkveld en vink de dagstatus af om het leereffect te maximaliseren.

Zo werkt het: 4 eenwudige stappen

1



Step 1: Bestudeer de Kernvisualisatie

Open de bijbehorende moduleplaat uit Informatica in Beeld en neem de visuele hiërarchie, definities en processtromen aandachtig door.

2



Step 2: Voer de Praktijkopdracht Uit

Pas het geleerde direct toe op uw computer conform de dagopdracht. Vermijd louter passief lezen.

3



Step 3: Voer de Gespreide Herhaling Uit

Beantwoord de herhalingsvraag van eerdere lesdagen uit het geheugen om lange-termijnretentie te activeren.

4



Step 4: Documenteer & Valideer

Vul de dagelijkse reflectieregel in en vink het statusvakje af in het voortgangsoverzicht.



Week 1: Digitale Fundamenten & Besturingssysteem (Dag 1 t/m 7)

Deze week legt de basis voor een georganiseerde, veilige en efficiënte digitale werkomgeving.

1



Dag 1 — Computeranatomie & Hardware

(Module 1, Plaat 1.1)

- **Leerdoel:** Identificeer processor, RAM, opslag en randapparatuur.
- **Opdracht:** Controleer systeemeigenschappen in Instellingen > Systeem > Info en noteer CPU en RAM-capaciteit.
- **Herhaling:** N.v.t. (Startdag).

2



Dag 2 — Besturingssysteem Navigatie

(Module 1, Plaat 1.2)

- **Leerdoel:** Beheers vensterbeheer, taakbalk en virtuele bureaubladen.
- **Opdracht:** Richt twee virtuele bureaubladen in (Win + Tab) voor werk en studie.
- **Herhaling:** Benoem de functie van RAM versus vaste opslag (Dag 1).

3



Dag 3 — Mappenstructuur & Bestandsbeheer

(Module 1, Plaat 1.3)

- **Leerdoel:** Creëer een logische bestandsboom volgens de MECE-structuur.
- **Opdracht:** Bouw een map 'Archief' met submappen per jaar en categorie in Verkenner.
- **Herhaling:** Toets sneltoets Win + D en Win + E (Dag 2).

4



Dag 4 — Bestandsextensies & Bestandsformaten

(Module 1, Plaat 1.4)

- **Leerdoel:** Begrijp het onderscheid tussen ruwe en gecompileerde/gecomprimeerde formaten (.pdf, .docx, .zip, .csv).
- **Opdracht:** Maak een .zip-archief van testbestanden en bekijk de compressieratio.
- **Herhaling:** Benoem het padformaat in de adresbalk (Dag 3).

5



Dag 5 — Essentiële Sneltoetsen

(Module 2, Plaat 2.1)

- **Leerdoel:** Minimaliseer muisafhankelijkheid via systeemsneltoetsen.
- **Opdracht:** Werk een document bij met uitsluitend Ctrl+C, Ctrl+V, Ctrl+Z, Alt+Tab en Win+L.
- **Herhaling:** Noem de sneltoets voor het openen van Verkenner (Dag 3).

6



Dag 6 — Systeeminstellingen & Updates

(Module 2, Plaat 2.2)

- **Leerdoel:** Beheer privacy-instellingen, updates en standaardapps.
- **Opdracht:** Configureer Windows Update en schakel onnodige opstartprogramma's uit via Taakbeheer.
- **Herhaling:** Wat is het risico van ongecomprimeerde mediabestanden? (Dag 4).

7



Dag 7 — Back-up & Cloudopslag Basis

(Module 2, Plaat 2.3)

- **Leerdoel:** Implementeer de 3-2-1 back-upregel.
- **Opdracht:** Koppel een cloudmap (OneDrive/Google Drive) en synchroniseer de map 'Archief'.
- **Herhaling:** Repeteer alle 5 basissneltoetsen van Dag 5.



Mijlpaal Week 1

Uw werkomgeving is nu overzichtelijk gestructureerd en beschermd tegen dataverlies door een actieve back-up.



Dag 1 t/m 7: Reflectie & Aantekeningen

Dag 1 t/m 7: Belangrijkste leerinzicht en systeemconfiguratie

Dag 1 t/m 7: Afgeronde back-uplocatie en datum controle



Week 2: Productiviteit, Documenten & Gegevensverwerking

MODULES
3 • 4 • 5

Week 2: Productiviteit, Documenten & Data (Dag 8 t/m 14)

In de tweede week automatiseert u routinetaken en verwerkt u gestructureerde informatie in kantoorsoftware.



Dag	Onderwerp & Opdracht	Voortgang
8	Tekstverwerking & Typografische Hiërarchie (Module 3, Plaat 3.1) • Leerdoel: Pas consistente koppenstijlen (H1, H2, H3) en automatische inhoudsopgaven toe. • Opdracht: Maak een stijlsjabloon met Kop 1 en Kop 2. • Herhaling: Toets herstelopdracht back-upcontrole (Dag 7).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5
9	Tabellen & Gegevensstructurering in Documenten (Module 3, Plaat 3.2) • Leerdoel: Construeer heldere tabellen zonder overbodige rasterlijnen. • Opdracht: Bouw een driekoloms vergelijkingstabel met vaste kolombreedtes. • Herhaling: Pas stijlen toe met sneltoetsen (Dag 8).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5
10	Spreadsheet Basis & Gegevenstypen (Module 4, Plaat 4.1) • Leerdoel: Onderscheid tekst-, getal- en datumwaarden in cellen. • Opdracht: Voer 10 rijen testgegevens in en pas de correcte celopmaak toe. • Herhaling: Noem de 3-2-1 back-upregel uit het hoofd (Dag 7).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5
11	Formules: SOM, GEMIDDELDE & AANTAL (Module 4, Plaat 4.2) • Leerdoel: Bereken totalen en gemiddelden met basisfuncties. • Opdracht: Bereken een maandbegroting met =SOM() en =GEMIDDELDE(). • Herhaling: Hoe voorkomt u dat een getal als tekst wordt opgeslagen? (Dag 10).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5
12	Logische Functies: ALS & VOORWAARDELIJKE OPMAAK (Module 4, Plaat 4.3) • Leerdoel: Automatiseer signaleringen met de ALS-functie. • Opdracht: Bouw een formule die 'Voldoende' of 'Aandacht' toont op basis van grenswaarden. • Herhaling: Noem het verschil tussen relatieve en absolute celverwijzingen (\$A\$1) (Dag 11).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5
13	Datavisualisatie: Grafieken & Diagrammen (Module 5, Plaat 5.1) • Leerdoel: Kies het juiste diagramtype (staaf, lijn, cirkel). • Opdracht: Construeer een kolomdiagram van uw begroting met gelabelde assen. • Herhaling: Wat is de syntaxis van een ALS-functie? (Dag 12).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5
14	Presentatietechniek & Visuele Rust (Module 5, Plaat 5.2) • Leerdoel: Ontwerp dia's volgens het 'één idee per slide'-principe. • Opdracht: Maak een 3-slide samenvatting van uw data-inzichten. • Herhaling: Repeteer de drie kernformules uit Module 4 (Dag 11 & 12).	☐ Module 3 ☐ Module 4 ☐ Module 5



Mijlpaal Week 2

U beheerst nu documenthiërarchie, dynamische spreadsheetberekeningen en effectieve visuele datacommunicatie.



Dag 8 t/m 14: Meest waardevolle spreadsheetformule en toepassing



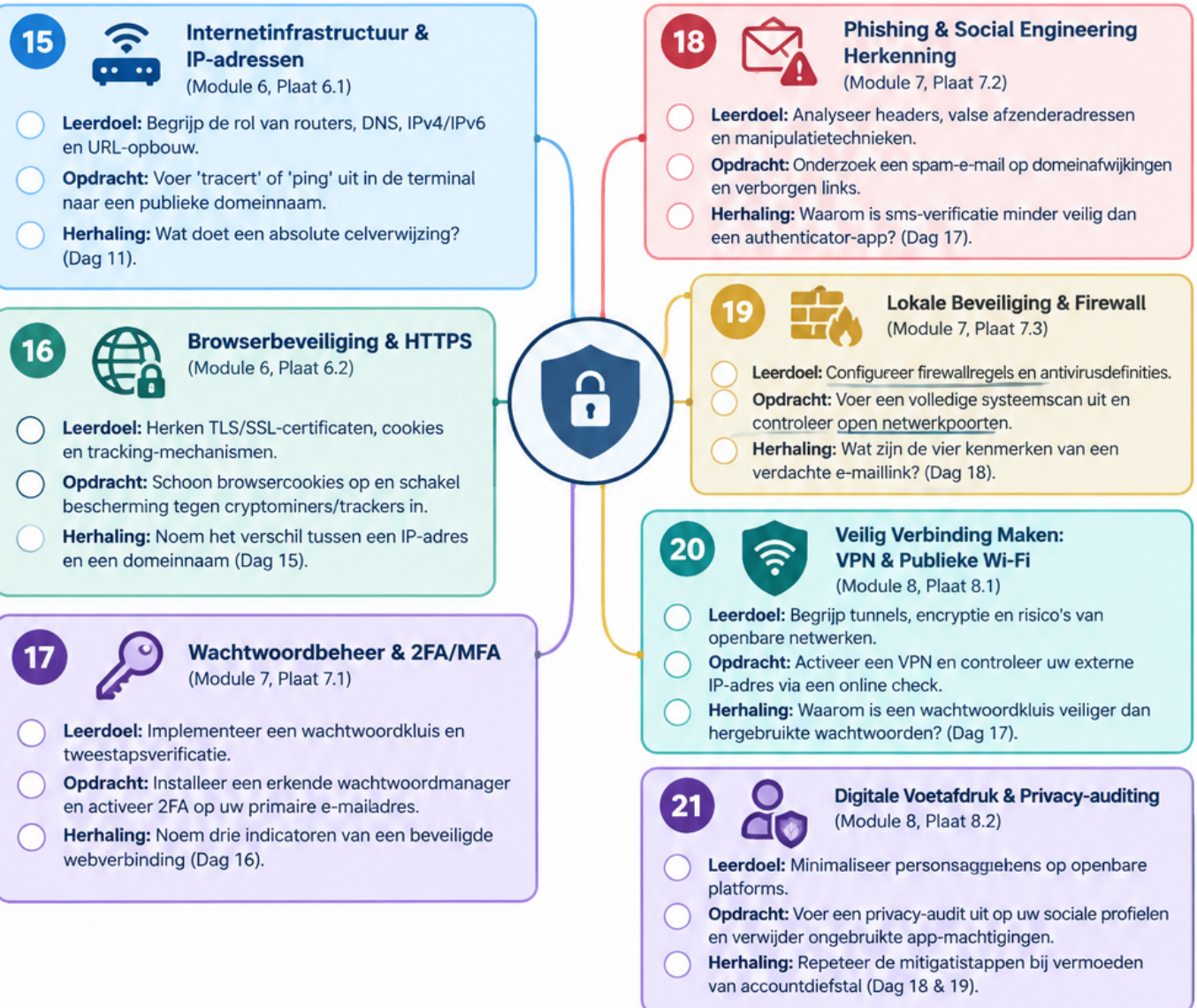
Dag 8 t/m 14: Verbeterpunt in documentopmaak



Week 3: Netwerken, Beveiliging & Cyberweerbaarheid

Week 3: Netwerken, Veiligheid & Online Weerbaarheid (Dag 15 t/m 21)

Week 3 richt zich op hoe het internet werkt, veilige communicatieprotocollen en proactieve cyberbeveiliging.



Mijlpaal Week 3

Uw digitale accounts en apparaten zijn proactief beveiligd met MFA, wachtwoordbeheer en verhoogd risicobewustzijn.



Dag 15 t/m 21: Geactiveerde beveiligingsmaatregelen (2FA, kluis, VPN)



Dag 15 t/m 21: Resultaat van de lokale beveiligings- en privacyscan



Minioefening: Welke twee maatregelen vind je het belangrijkste voor jouw online veiligheid en waarom?



Week 4 & Voortgangscontrolle: AI, Automatisering & Meesterschap

NIVEAU 4

Week 4 & Afronding: AI, Automatisering & Meesterschap (Dag 22 t/m 30)

De slotfase integreert moderne hulpmiddelen zoals kunstmatige intelligentie, geautomatiseerde workflows en het afrondende synthesesproject.

Dag 22



Introductie AI & Prompt Engineering
(Module 9, Plaat 9.1)

- **Leerdoel:** Formuleer effectieve prompts met rol, taak, context en formaat.
- **Opdracht:** Schrijf een gestructureerde prompt om een complexe tekst samen te vatten.
- **Herhaling:** Wat is het nut van een VPN op een opebaar netwerk? (Dag 20).

Dag 23



AI voor Tekstredactie & Analyse
(Module 9, Plaat 9.2)

- **Leerdoel:** Valideer AI-uitvoer kritisch op hallucinaties en feitelijke juistheid.
- **Opdracht:** Laat AI een conceptbrief herschrijven en verifieer handmatig alle beweringen.
- **Herhaling:** Noem de vier pijlers van een sterke prompt (Dag 22).

Dag 24



AI in Spreadsheets & Data-extractie
(Module 9, Plaat 9.3)

- **Leerdoel:** Genereer formules en macro-concepten met AI-ondersteuning.
- **Opdracht:** Laat een AI een complexe formule met VERT.ZOEKEN of INDEX/VERGELJJKEN uitleggen en test deze.
- **Herhaling:** Hoe herkent u AI-hallucinaties in numerieke data? (Dag 23).

Dag 25



Eenvoudige Taakautomatisering
(Module 10, Plaat 10.1)

- **Leerdoel:** Automatiseer bestandsverplaatsingen of batch-naamgeving.
- **Opdracht:** Hernoem een reeks bestanden automatisch met PowerShell of een batch-tool.
- **Herhaling:** Wat zijn de risico's van onbeheerde API-sleutels bij AI-diensten? (Dag 22).

Dag 26



Cloud-samenwerking & Versiebeheer
(Module 10, Plaat 10.2)

- **Leerdoel:** Beheer gelijktijdige bewerkingen en versiegeschiedenis.
- **Opdracht:** Deel een clouddocument met beperkte bewerkingrechten en herstel een eerdere versie.
- **Herhaling:** Hoe herstelt u een overschreven bestand via versiegeschiedenis? (Dag 7 & 26).

Dag 27



Probleemoplossing & Foutdiagnose
(Module 10, Plaat 10.3)

- **Leerdoel:** Hanteer een systematisch stappenplan bij hardware- en softwarefouten.
- **Opdracht:** Analyseer foutcodes via Windows Betrouwbaarheidscontrole en logboeken.
- **Herhaling:** Welke stappen neemt u bij een netwerkverbindingfout? (Dag 15 & 19).

Dag 28



Integrale Herhaling & Begripstoets
(Alle Modules)

- **Leerdoel:** Valideer parate kennis over hardware, software, security en AI.
- **Opdracht:** Loop de 30 begrippenkaarten door en markeer eventuele hiaten.
- **Herhaling:** Repeteer de top 5 formules en top 5 sneltoetsen.

Dag 29



Praktijkopdracht: Het Digitale Portfolio
(Synthese)

- **Leerdoel:** Pas alle geleerde technieken integraal toe in één project.
- **Opdracht:** Bouw een overzichtelijk document met datatabellen, beveiligde opslag en AI-geassisteerde analyse.
- **Herhaling:** Controleer back-up en 2FA-status.

Dag 30



Evaluatie, Borging & Lange-termijnplanning

- **Leerdoel:** Evalueer uw voortgang en stel een kwartaal-onderhoudsroutine op.
- **Opdracht:** Vul het eindoordeel in, documenteer uw nieuwe vaardighedeninventaris en plan de eerstvolgende herhalingsdatum over 30 dagen in.
- **Herhaling:** Vier uw succesvolle afronding van het curriculum!



Afronding & Continuïteit

Digitale vaardigheid is een dynamische discipline. Plan nu in uw agenda een maandelijks onderhoudsmoment voor beveiligingsupdates, back-upverificatie en opschoning.

Dag 22 t/m 30: Uitgevoerde syntheses-opdracht en belangrijkste resultaat

Geplande datum voor eerstvolgende kwartaalonderhoud en herhalingsronde



Persoonlijk Voortgangs- en Beslissingskader

Gebruik dit beslissingskader om uw degelijke voortgang te beoordelen en direct vast te stellen of u kunt doorstromen naar de volgende themadag of eerst een gerichte herhaling moet inlassen.

Groen pad:

De dagopdracht is zelfstandig binnen 30 minuten voltooid en de herhalingsvraag is correct beantwoord.

Oranje pad:

De opdracht kostte moeite of vereiste externe hulp; herhaal de bijbehorende visuele moduleplaat voor u doorgaat.

Rood pad:

De kernconcepten zijn onduidelijk; pauzeer de voortgang en voer de minioefening van de hoofdpagina opnieuw uit.

Totaal aantal succesvol afgevinke dagen (doel: 30/30)

Onderwerpen gereserveerd voor extra verdieping of herhaling

Hoe verliep de praktijkopdracht en de gespreide herhaling van vandaag?



Opdracht direct geslaagd en herhalingsbegrippen paraat



Vink de dagstatus af in het overzicht, noteer de kerninzichten en ga morgen verder met de volgende dagsectie.



Opdracht deels geslaagd of twijfel bij de herhaling



Raadpleeg de vermelde moduleplaat in Informatica in Beeld, herhaal de stap handmatig en vink de dag af met een herhalingsmarkering.



Foutmelding opgetreden of concept niet begrepen



Voer de diagnostische stappen van Dag 27 uit, raadpleeg de hulpsectie in het hoofdwerk en herhaal de oefening voor u verdergaat.