

The background is a vibrant blue sky with a large orange sun and a white cloud. Several seagulls are flying. In the foreground, there's a sandy beach with two palm trees on the left. Two cartoon pirates, a girl and a boy, are standing on the beach. The girl is wearing a black pirate hat, a yellow shirt, and blue and white striped pants, holding a cutlass. The boy is wearing a brown pirate hat, a light blue shirt, and blue pants, holding a red treasure chest. In the background, a pirate ship with black sails featuring skull and crossbones is sailing on the blue sea. The title text is centered in the upper half of the image.

Executieve functies

TIPS & TRICKS

Flipbook

INHOUD

1.	Schoon schip maken
	Een krachtige leeromgeving
2.	De beste stuurlui staan aan wal
	Een beetje theorie
3.	Tussendoortjes en gewoonten
	Tips en weetjes over de EF's!
4.	Even inhaken
	Executieve functies in elke les



Schoon schip maken

Tips voor een krachtige leeromgeving

1.	Ieder kind kan vanaf zijn of haar plaats het bord goed zien.
2.	Ieder kind kan vanaf zijn of haar plaats de klok goed zien.
3.	Er is een instructietafel.
4.	Er is ruimte om een kring van stoelen te maken.
5.	Er zijn verschillende looproutes.
6.	Het bureau van de leerkracht is gemakkelijk te bereiken voor leerlingen die bijvoorbeeld langskomen voor collega's die iets komen vragen.
7.	Het bureau is steeds opgeruimd en geordend.
8.	De ruimte is in één oogopslag te overzien.
9.	De kasten zijn logisch ingedeeld (bijvoorbeeld per ontwikkelingsgebied of vak.)
10.	De open kasten zijn netjes opgeruimd.
11.	Kasten die dicht kunnen, zijn dicht.
12.	Het benodigde materiaal ligt binnen handbereik, de rest is opgeborgen.
13.	Alles wat aan de muur hangt hoort bij een taak of is een verduidelijking van de klassenstructuur/organisatie.
14.	De (knutsel)werkjes aan de muur zijn beperkt. Deze komen dus bijvoorbeeld best aan het touw in de gang.
15.	Zorg steeds voor frisse lucht.
16.	Best is er een basistemperatuur van 22°C.
17.	Het is een aangenaam ruikende omgeving.
18.	Er is geen lawaai.
19.	Er is een rustig gekleurde omgeving met kleuraccenten.
20.	Er zijn plantjes.
21.	Geen donkere omgeving. Er komt rechtstreeks zonlicht binnen in het lokaal.



Schoon schip maken

Een krachtige leeromgeving



Schoon schip maken

tips & tricks om elke leerruimte EF-
vriendelijk in te richten!

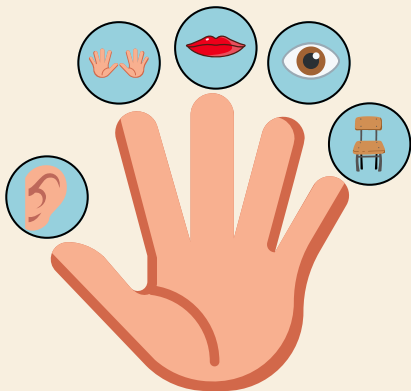
“Geef me de 5”

Krijg en richt de aandacht van je
leerlingen.

Aandacht is een basisvoorwaarde om de
EF in te zetten. Zorg ervoor dat je één
aandachtssignaal gebruikt nog voor je
aan een instructie begint.

Wij kiezen er in onze bundel voor om
voor “Geef me de 5” te kiezen. Iedereen,
zowel leerkrachten als paramedici
kunnen deze poster in hun lokaal
ophangen en dit signaal gebruiken om
aandacht te bekomen.

Denk hierbij ook na over wat jij zelf al
kan aanpassen om mogelijke afleidingen
tot een minimum te herleiden. Het is ook
zeker een meerwaarde om leerlingen te
stimuleren om dit zelf mee te
onderzoeken.





Schoon schip maken

tips & tricks om elke leerruimte
EF-vriendelijk in te richten!

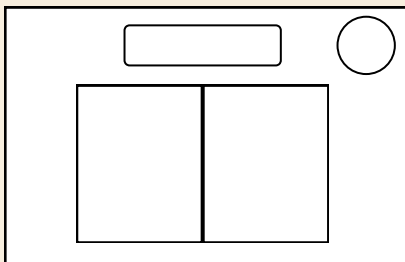
“Schone schatkaart”

Placemat voor een ordelijke bank

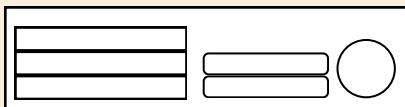
Leerlingen kunnen beter werken in een ordelijke omgeving die rust uitstraalt. Om dit mee in de hand te werken kiezen wij ervoor om met een placemat te werken die aanwijst wat waar op de bank moet liggen. Voor zij die willen kan er ook een placemat voorzien worden voor in de bank. Deze maken wij echter niet op voorhand omdat elke leerkracht andere materialen in de bank laat leggen.

We kiezen voor een zeer simpel uiterlijk in een sjabloon dat makkelijk aan te passen is naar de noden en wensen van de klas- en/of therapieruimte.

Placemat bovenaanzicht bank



Placemat binnenkant bank





De beste stuurlui staan aan wal

Een beetje theorie



De beste stuurlui staan aan wal

Waar hebben jouw leerlingen het meeste ondersteuning in nodig?

	• Onthoud instructies niet • Weet niet waar te beginnen • Raakt spullen kwijt
	• Weet vaak maar één oplossing of manier • Stelt de vraag 'is het zo goed?' • Is snel overstuurd door veranderingen in plannen • Houdt star vast aan bekende patronen en rituelen.
	• Praat voor de beurt • Beweegt veel met het lichaam • Richt de aandacht erg op de omgeving • Begint te praten zonder eerst de hand op te steken
	• Heeft geen overzicht • Weet niet wat er nodig is • Heeft geen plan • Is chaotisch • Is vaak spullen kwijt
	• Is niet op tijd klaar • Is tijdens het werken niet gericht op het tijdsdoel • Lijkt niet met de klok bezig te zijn • Vindt het moeilijk om in te schatten hoe lang iets duurt
	• Heeft een afwachterende houding • Kijkt bij anderen om te zien wat er moet gebeuren • Neemt geen initiatief • Stelt de vraag 'Wat moet ik doen?' • Begint pas op het laatste moment aan zijn taak
	• Is tijdens het werken afgeleid door dingen die in de omgeving gebeuren • Wisselt vaak tussen activiteiten • Krijgt taken vaak niet op tijd af • Kan de aandacht niet lang vasthouden • Kan de aandacht niet herpakken
	• Heeft vaak last van woedeaanvallen • Reageert overdreven op kleine problemen • Blijft lang hangen in gedrag • Is snel gefrustreerd • Is overenthousiast
	• Houdt op met taken als ze moeilijk worden • Geeft op • Zegt (in zichzelf) tijdens het werken vaak dingen als 'het lukt me niet' of 'ik kan het niet' • Heeft geen overzicht • Heeft het einddoel niet voor ogen
	• Controleert het werk niet • Legt oorzaken van problemen buiten zichzelf • Kan niet goed reflecteren • Trekt geen lering uit eigen handelen



De beste stuurlui staan aan wal

Piratenouders Ahoy! Hoe kunnen zij helpen?

Aye aye, ouders kunnen zeker een handje helpen aan boord! Maar let op, kameraden: het thuisfront is géén schoolschip, en ouders zijn geen kapiteins van het klaslokaal. Thuis leren werkt het best als een speelse ontdekkingsreis, niet als een strenge training aan dek!

 Schathint #1: Maak leren speels!

Piraten houden van avontuur, en zo werkt leren ook het best! Spelletjes zijn dé manier om thuis te oefenen zonder dat het als schoolwerk voelt. Denk aan piratenschatkaarten (volgordekaarten), een schattenplan (opruimschema's) of een gouden munten beloningssysteem. Zo wordt oefenen een schattenjacht in plaats van een zware klus!

 Schathint #2: Laat ouders weten welke Uitmuntendheid centraal staat

In een piratenbericht (nieuwsbrief of mail) kun je ouders op de hoogte houden van de Uitmuntendheid die jullie op school oefenen. Geef ze daarbij praktische tips over hoe ze hun kleine piraat kunnen helpen bij het versterken van zijn of haar vaardigheden.

 Schathint #3: Realistisch blijven op woelige zeeën

Niet elke ouder heeft een schatkaart vol tijd en energie om thuis met de EF's aan de slag te gaan. Sommigen hebben zelf moeite met het organiseren van hun dag, en dat is helemaal oké! Zorg ervoor dat de tips en adviezen haalbaar en simpel blijven, zonder dat ouders het gevoel krijgen dat ze een volle piratenschool moeten runnen.



De beste stuurlui staan aan wal

🏴‍☠️ Schathint #4: Thuis is niet hetzelfde als school

Thuis gelden andere regels dan op het piratenschip (de klas). Dit betekent dat kinderen zich daar ook anders gedragen. Waar op school structuur en routines heersen, is thuis misschien wat losser. Dit hoeft geen storm op zee te veroorzaken—zolang we maar begrijpen dat het twee verschillende havens zijn met hun eigen wetten en gebruiken.

⚓ Schathint #5: Betrek ouders actief bij het piratenavontuur!

Door ouderavonden te organiseren, kunnen ouders meevaren op het EF-schip. Laat hen niet alleen ontdekken wat er op school gebeurt, maar ook hoe zij hun jonge piraat kunnen helpen om zijn executieve functies te versterken. Voer gesprekken vanuit de Uitmuntendheden, zodat ouders snappen waarom deze vaardigheden zo belangrijk zijn en hoe ze hun kind daarin kunnen ondersteunen.

🏴‍☠️ Samen zorgen we ervoor dat elke jonge piraat een slimme en sterke zeebonk wordt, klaar om de woeste golven van het leven te trotseren! 💎💎



De beste stuurlui staan aan wal

Wees Sensitief en Responsief,
Piratenkapitein!

Als kapitein van een piratenschip weet je dat de sfeer aan boord cruciaal is voor het succes van de reis. De relatie die jij hebt met je bemanning (de leerlingen) is van groot belang voor hun welzijn en voor de koers die je schip vaart. Net zoals een goed kapitein zijn bemanning vertrouwen en veiligheid biedt, moeten wij als piraten ook zorgen voor een veilige en responsieve leeromgeving.

Uit onderzoek blijkt dat piratenkapiteins die responsief en sensitief zijn, grote invloed hebben op de reis van hun bemanning. Ze zorgen ervoor dat de piraten zich welkom voelen op het schip, ze geven hen een plek om hun stem te laten horen en luisteren naar hun behoeften. Hierdoor voelen de piraten zich verbonden met elkaar, wat de saamhorigheid op het schip versterkt. In deze veilige omgeving kunnen alle piraten zich ontwikkelen en optimaal functioneren, zelfs als er stormen zijn!

Een goede kapitein keurt ongewenst gedrag af, maar keurt de piraten zelf niet af. Als er een conflict is tussen de bemanning, zorgt de kapitein ervoor dat iedereen de tijd krijgt om af te koelen en daarna samen na te denken over wat er gebeurd is en hoe ze in de toekomst beter kunnen samenwerken. Dit is net als wanneer je een eigen stukje schip hebt, maar ook tijd krijgt om rustig na te denken en samen te overleggen.



De beste stuurlui staan aan wal

Als je een sterke band hebt met je bemanning, help je ze om hun zelfcontrole te ontwikkelen en wordt het schip op koers gehouden. Met een veilige en betrouwbare relatie kunnen piraten hun executieve functies verbeteren en zo een succesvolle reis maken naar onbekende havens!

Herinner de piraten eraan om te herhalen wat je zegt of doet, net als een slimme papegaai die altijd aan boord is. Dit helpt hen niet alleen om zich de regels van het schip beter te herinneren, maar het versterkt ook het gevoel van verbinding en veiligheid binnen de bemanning.



De beste stuurlui staan aan wal

**Een opgeruimd schip is een
opgeruimd hoofd!**

Als een piraat zijn schip goed inricht, kan hij zijn avontuur optimaal aangaan. Zo werkt het ook voor een klas! Wist je dat je 80% van de hulp die piraten nodig hebben om hun denkprocessen op orde te houden, kunt bieden door het schip (de klas) goed in te richten? De plek van de tafels, kasten en zelfs de verborgen schatten moet goed worden gekozen om de effectiviteit van het onderwijs en het piratenavontuur te verhogen.

Stel je voor: als je schip (de klas) rommelig is, wordt het moeilijk om als piraat goed te navigeren. Daarom moet je zorgen voor ruimte om samen rond het piratenvuur te zitten (de instructietafel) en voldoende ruimte voor alle piraten om hun avonturen te plannen (verschillende looproutes voor de leerlingen en voor jou als kapitein). Dit zorgt ervoor dat het onderwijs soepel verloopt en dat de piraten weten wat ze moeten doen zonder afgeleid te worden door andere piraten.

Je kunt bijvoorbeeld met schilden (kasten) een hoek creëren waar piraten niet afgeleid worden door andere piraten, zodat ze zich kunnen concentreren op hun taak. En net zoals een piratenkapitein altijd een goed overzicht heeft van zijn schip, moet er visuele rust zijn in je lokaal. Zorg ervoor dat je schatkisten (open kasten) netjes zijn en logisch ingericht, bijvoorbeeld per soort schat (vak of ontwikkelingsgebied). Zo kunnen de piraten snel hun spullen vinden en weer netjes opbergen na een avontuur.



De beste stuurlui staan aan wal

Bijvoorbeeld:

- Klaarkast (de schatkist met al het werk dat klaar is): Hier kunnen de piraten hun gevonden schatten (afgerond werk) veilig bewaren.
- Kieskast (de schatkist met werk om uit te kiezen): In deze kist kunnen piraten de uitdagingen vinden die passen bij hun niveau (geordend op moeilijkheid).

Kunnen de schatkisten dicht? Doe ze dan dicht, zodat de piraten niet in verwarring raken! Zorg ervoor dat je regelmatig het schip inspecteert en opnieuw inricht als dat nodig is, zodat alles soepel verloopt tijdens het piratenavontuur.

Waarom is dit belangrijk voor onze piraten?

Door de juiste indeling van je schip (de klas) kunnen de piraten zich beter concentreren en hun avontuur met succes voltooien! Ook leren ze zo hoe ze hun eigen schatten kunnen beheren en organiseren, wat hen helpt bij het versterken van hun executieve functies (EF's).

Dus, piraat, maak het schip klaar voor de grote avonturen en kijk af en toe of er aanpassingen nodig zijn. Zo blijft het schip altijd klaar voor actie!



De beste stuurlui staan aan wal

Zelfspraak aan boord van het piratenschip!

Zelfspraak is een krachtig instrument voor het verbeteren van de executieve functies (EF's). Door hardop tegen jezelf te praten, stel je jezelf doelen en werk je richting een oplossing voor obstakels die je tegenkomt. Dit proces helpt je niet alleen om meer structuur aan te brengen in je denkprocessen, maar ook om bewust te worden van de stappen die je onderneemt om je doelen te bereiken.

Wanneer je jezelf afvraagt wat je wilt bereiken en waar je naartoe wilt werken, stel je jezelf niet alleen een doel, maar creëer je ook een plan. Dit is cruciaal, omdat het je helpt om na te denken over wat mogelijke belemmeringen zouden kunnen zijn en hoe je hiermee om kunt gaan. Door deze gesprekken met jezelf kun je alvast mogelijke oplossingen bedenken en je plan bijstellen. Dit soort zelfreflectie geeft je niet alleen richting, maar stelt je ook in staat om efficiënter te werken.

Het mooie van zelfspraak is dat het niet alleen nuttig is voor volwassenen, maar ook een krachtig hulpmiddel voor kinderen. Wanneer je je denkprocessen hardop uitspreekt, modelleer je hoe zij zelf hun gedachten kunnen organiseren.

Ze leren zien dat jij als volwassene soms ook moet nadenken, bijstellen en je aanpak aanpassen. Dit maakt het voor hen gemakkelijker om hun eigen denkproces te begrijpen en te verbeteren.



De beste stuurlui staan aan wal

Vooral jonge kinderen kunnen hier veel baat bij hebben, aangezien ze zelf vaak nog hardop denken. Dit helpt hen niet alleen om hun gedrag te reguleren, maar ook om zichzelf gemotiveerd te houden en stap voor stap doelen te behalen.

Zelfspraak is dus niet zomaar een triviale gewoonte. Het is een krachtig hulpmiddel voor zelfregulatie, omdat het je in staat stelt om jezelf on track te houden. Dit versterkt je vermogen om regels te ontwikkelen, deze te oefenen en je gedrag te monitoren. Door hardop na te denken over wat er goed ging, wat anders kan of wat er nog ontbreekt, reflecteer je op je werkproces en maak je ruimte voor verbetering.

Dus, praat gerust hardop tegen jezelf! Het kan je niet alleen helpen om overzicht te houden, maar ook om doelgericht en effectief te werken. Als je dit aan kinderen voorleeft, geef je hen een waardevol hulpmiddel voor het versterken van hun eigen executieve functies.



De beste stuurlui staan aan wal

**De beste kapitein gebruikt
humor en kan relativeren.**

Als piratenkapiteins in het onderwijs, hebben leerkrachten vandaag de dag heel wat te verduren. Tussen het plannen van zeereizen (lees: handelingsplannen), het nemen van toetsen, het managen van piraten (ik bedoel, leerlingen!), en het onderhouden van de piratencrew (ouders en collega's), lijkt het wel alsof je op een schip vol stormen vaart. Maar hoe blijf je als kapitein rustig en met een glimlach op het gezicht de oceaan bevaren?

Daar komt humor en relativeringsvermogen om de hoek kijken. Terwijl je door de drukte van het schooljaar navigeert, is het essentieel om niet altijd met een boze blik je matrozen (leermomenten) te begeleiden. In plaats van "Josje, gebruik nu je oren!" te roepen, zou je ook kunnen zeggen: "Josje, wat is dat daar aan de zijkant van je hoofd? Heb je een schat gevonden, of is dat gewoon voor de sier?" Dit soort luchtigheid kan de sfeer in je klas behoorlijk opfleuren.

Humor helpt je om de druk van het kapiteinschap een beetje te verlichten. Als je als kapitein van je schip laat zien dat je problemen met humor en relativeringsvermogen kunt aanpakken, zullen je matrozen (de leerlingen) dat snel van je overnemen. Het is belangrijk om de humor niet alleen te gebruiken om te lachen, maar ook om het perspectief te veranderen.



De beste stuurlui staan aan wal

Wanneer je als kapitein zegt: "Laten we die stormen samen trotseren, en wie weet vinden we wel de gouden schat," dan geef je de leerlingen de ruimte om met een andere blik naar een probleem te kijken. Ze zullen hierdoor niet alleen meer leren, maar ook leren hoe ze zelf met problemen om kunnen gaan met een glimlach en een beetje relativerend inzicht.

Leraren die met humor omgaan met moeilijkheden, maken het leven niet alleen voor zichzelf makkelijker, maar ook voor hun leerlingen. Denk eens aan dat moment wanneer je zegt: "Oké, mannen, bevries! Heb ik jullie aandacht? Mooi, dan mag iedereen even een gek dansje doen!" Het is een moment van ontspanning en loslaten voordat het echte werk weer begint. Zo creëer je een ruimte waarin kinderen zich veilig voelen om te leren en fouten te maken, zonder dat ze zich druk maken over de gevolgen. Dit maakt jouw rol als leerkracht niet alleen effectiever, maar ook aangenamer voor iedereen aan boord van jouw 'piratenschip'.

Daarnaast is het belangrijk dat je als kapitein regelmatig een relativerende opmerking maakt wanneer een situatie niet gaat zoals gepland. In plaats van te zuchten en te steunen wanneer iets niet lukt, zeg je bijvoorbeeld: "We hebben misschien nog niet de juiste route gevonden, maar we blijven gewoon doorzoeken naar de schat!" Zo laat je de leerlingen zien dat mislukking niet het einde is, maar juist een kans om opnieuw koers te zetten.



De beste stuurlui staan aan wal

Je hoeft het niet allemaal perfect te doen; het gaat erom dat je laat zien hoe je door middel van humor en relativering flexibel kunt blijven en nieuwe oplossingen kunt vinden.

Humor en relativeringsvermogen zijn niet alleen handige tools voor jou als kapitein, maar ze zijn de basis van een fijne en leerzame sfeer op jouw schip (oftewel in de klas). Zorg ervoor dat je ruimte creëert voor een beetje plezier, zelfs als de golven hoog staan. Zolang je de humor inzet om de spanning te verlichten en het perspectief te veranderen, maak je jouw klasreis niet alleen draaglijker, maar ook veel leuker!



De beste stuurlui staan aan wal

Mindfulle zeebonken

Ahoi, matrozen! We hebben je eerder al verteld over het belang van de mindset van kinderen. Vandaag richten we ons op het belang van de groeimindset, die als kompas dient voor het leren en ontwikkelen van de jonge piraten.

Natuurlijk is het niet zo dat we de vaste mindset compleet kunnen uitroeien – dat zou wel erg vastzitten zijn, nietwaar? Maar als piratenkapiteins kunnen we wel degelijk het juiste zeil hissen en de groeimindset aanmoedigen.

Denk eens aan de volgende vragen:

- Is het beoordelingssysteem een systeem dat de vaste of de groeimindset ondersteunt?
- Wat betekenen de woorden 'goed zo' en 'goed gedaan', binnen het idee van de mindsets?

Laten we het uitleggen. Binnen ons beoordelingssysteem geven we vaak tien en A-scores als de hoogste eer. Maar zijn dat wel de echte schatten? Het is belangrijk te realiseren dat als een kind tiene of A-scores haalt, het kind de leerstof al heeft beheerst. Het proces van leren is op dat moment gestopt. Het kind heeft zijn koers uitgezet en bereikt. Wat je eigenlijk viert is het beheersen van kennis, maar niet per se het leren zelf.

Aan de andere kant, de kinderen die zessen of zevens halen, zijn nog volop bezig met het leren. Ze hebben soms wat extra tijd nodig, ze worstelen, passen hun zeil aan, maken een fout hier en daar – en dat is precies wat hen verder helpt.



De beste stuurlui staan aan wal

Ze bevinden zich nog steeds in de leerkuil, en dat is precies waar we ze als kapiteins willen houden. Zelfs als een leerling een tien haalt, moeten we ervoor zorgen dat ze zich blijven vastbijten in het avontuur van leren.

Wat betekent dit voor ons? Het betekent dat we als kapiteins meer aandacht moeten schenken aan het proces en de inspanning van de piraten, dan aan het eindresultaat van de reis. Het is de groei die we vieren, niet het bereiken van de eindbestemming. Daarom moet onze feedback gericht zijn op het proces – eerlijke, groeigerichte aanwijzingen voor verdere avonturen.

En terwijl we over feedback praten... Is het je wel eens opgevallen hoe vaak we zeggen: 'Goed zo' of 'Goed gedaan'? Het lijkt wel een soort automatisch kompas geworden, dat we keer op keer gebruiken. Bijvoorbeeld, wanneer een kind zijn schrift inlevert, zeggen we: 'Goed zo'. Wanneer een kind zijn jas dicht doet, roepen we: 'Goed zo'. Maar eigenlijk hadden we misschien beter een 'Dank je wel' kunnen zeggen. Als we alles maar bestempelen als 'goed zo', wordt dat de norm. En als kinderen de norm willen bereiken van 'goed zo', gaan ze eerder voor een veilige koers, voor de bevestiging van het minimum, in plaats van voor het avontuur van het echte leren.

Dus, als piratenkapiteins, laten we de kinderen niet alleen belonen voor het eindresultaat, maar vooral voor de moed om de uitdaging aan te gaan en de avonturen van het leren met volle overgave te blijven volgen!



Tussendoortjes & gewoonten

Tips en weetjes over de EF's!



Uitmuntend in gevoel

Tips & tricks rond emotieregulatie doorheen de klassen.

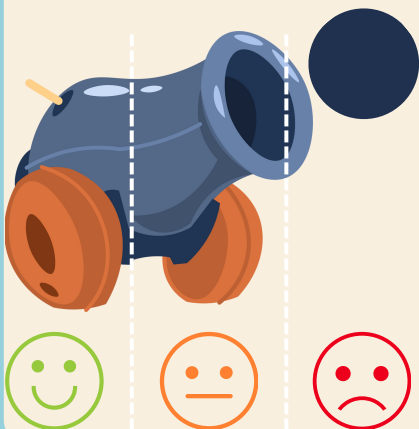
"High five"

Laat leerlingen vijf kernvragen beantwoorden: Wie? Wat? Waar? Wanneer? Hoe? Dit helpt hen overzicht en controle te krijgen in stressvolle situaties.



"De emotiethermometer"

Laat leerlingen hun emoties visueel aangeven op een thermometer (bijv. van blauw = kalm tot rood = boos) en bespreken hoe ze kunnen afkoelen.



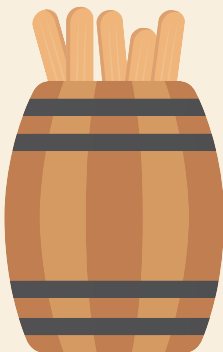


Uitmuntend in gevoel

Tips & tricks rond emotieregulatie doorheen de klassen.

“De Piraat-pauze”

Geef een speels signaal (bijv. “Aye Aye Kapitein!”) om even diep adem te halen, te bewegen of een korte ontspanningsoefening te doen. Je kan bijvoorbeeld een potje voorzien met stokjes waar tussendoortjes op staan.



“De Schatkist van Emoties”

Maak een kist met kaartjes waarop emoties en mogelijke oplossingsstrategieën staan. Laat leerlingen er eentje trekken als ze vastlopen.





Uitmuntend in onthouden en doen

Tips & tricks rond werkgeheugen doorheen
de klassen.

“Bewegend Herhalen”

Laat leerlingen informatie onthouden
door er een beweging of gebaar aan te
koppelen. Bijvoorbeeld: "Stamp als je het
antwoord weet!"



“Visuele Steigers”

Gebruik checklists, stappenplannen en
pictogrammen om instructies visueel te
ondersteunen. Onze voorbeelden kan je
terug vinden in de bijlagen.





Uitmuntend in onthouden en doen

Tips & tricks rond werkgeheugen doorheen
de klassen.

“De Praat-piraat”

Laat leerlingen in duo's elkaars uitleg of
opdracht in eigen woorden herhalen om
te checken of ze het begrepen hebben.



“Eerst denken, dan doen”

Voordat leerlingen een taak beginnen,
laten ze in hun hoofd (of hardop)
uitleggen wat ze gaan doen. Dit helpt bij
het vasthouden van de opdracht





Uitmuntend in buigen

Tips & tricks rond flexibiliteit doorheen de klassen.

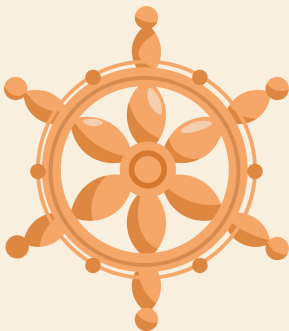
“De Plank-challenge”

Laat leerlingen verschillende oplossingen zoeken voor een probleem, en vier dat er meerdere juiste antwoorden zijn.



“Draaien maar!”

Gebruik een rad of dobbelsteen waarmee een onverwachte opdracht of wijziging wordt toegevoegd aan een oefening. Zo leren leerlingen schakelen.





Uitmuntend in buigen

Tips & tricks rond flexibiliteit doorheen de klassen.

“Van Plan A naar Plan B”

Maak een visueel overzicht waarop leerlingen hun ‘Plan A’ opschrijven en daarnaast alternatieven bedenken voor als iets niet lukt.



“Piraten-Kameleon”

Neem de verschillende scenario's op kaartjes waarbij leerlingen zich moeten aanpassen. Zo ga je klassikaal nadenken over hun vermogen om zich aan te passen aan onverwachte veranderingen.





Even inhaken

EF's in elke les!



Even inhaken

Hoe kan je in je eigen lessen ook aandacht besteden aan de executieve functies?

1. Plannen en Organiseren

- Gebruik duidelijke, zichtbare dag- en weekplanners in de klas.
- Leer leerlingen werken met stappenplannen voor taken en opdrachten.
- Geef duidelijke deadlines en leer leerlingen hoe ze taken in kleinere stukken kunnen opdelen.

2. Inhibitie/impulscontrole

- Gebruik vaste routines en voorspelbare structuren.
- Leer leerlingen tijd te nemen om na te denken voordat ze reageren.
- Implementeer signalen of stoptekens om ongepaste reacties te verminderen.

3. Werkgeheugen

- Herhaal instructies en visualiseer stappen op het bord.
- Gebruik geheugensteuntjes zoals ezelsbruggetjes of mindmaps.

4. Cognitieve Flexibiliteit

- Stimuleer verschillende perspectieven door discussie en debat.
- Gebruik probleemoplossende opdrachten met meerdere oplossingen.
- Leer leerlingen omgaan met veranderingen in planning of aanpak.

5. Taakinitiatie

- Werk met een vaste routine voor het opstarten van lessen en taken.
- Gebruik time-timers of startopdrachten om leerlingen te activeren.
- Geef duidelijke verwachtingen over het begin van een taak.

6. Emotieregulatie

- Leer technieken zoals ademhalingsoefeningen of korte pauzes bij frustratie.
- Gebruik een "gevoelsthermometer" om emoties te benoemen en reguleren.
- Bied een veilige omgeving waarin leerlingen zich vrij voelen om fouten te maken.

7. Zelfreflectie en zelfmonitoring

- Laat leerlingen doelen stellen en zelfevaluaties uitvoeren.
- Gebruik een checklist voor zelfbeoordeling van hun werk.
- Stimuleer reflecterende vragen zoals "Wat ging goed?" en "Wat kan beter?"

8. Volgehouden Aandacht

- Beperk afleidingen in de klasomgeving.
- Gebruik actieve werkvormen om betrokkenheid hoog te houden.
- Bouw korte pauzes in voor langere taken om focus te behouden.



Even inhaken

Hoe kan je in je eigen lessen ook aandacht besteden aan de executieve functies?

9. Doelgericht doorzetten

- Gebruik taal waaruit duidelijk wordt dat jij geloofd in het groeipotentieel van jouw leerlingen. ("Je kunt het nog niet, maar blijf oefenen").
- Vier kleine successen en vooruitgang in plaats van alleen eindresultaten.
- Leer leerlingen om door te zetten bij moeilijke opdrachten.

Door deze strategieën dagelijks te integreren, worden executieve functies een natuurlijk onderdeel van het leerproces en help je leerlingen om zelfstandiger en succesvoller te worden.