

Het piratenplan

Word uitmuntend in executieve functies



INHOUD

een woordje uitleg	3
even oriënteren	4
• theoretische achtergrond	5
• hoe ga je aan de slag?	7
• coöperatieve werkvormen	10
• fases in je lessen	11
• personages	12
• uitmuntendheden	14
neem het roer maar in handen	15
• verhalen	16
• inleidende lesfiche	20
• lesfiches werkgeheugen	23
• lesfiches flexibiliteit	35
• lesfiches emotieregulatie	47
leerlingenfiches	62
• leerlingfiches werkgeheugen	68
• leerlingfiches flexibiliteit	97
• leerlingfiches emotieregulatie	122
verankerende materialen	133
even kijken: observatiefiches	137
minigames	144
posters	160
dankwoord	165

Executieve functies

Een woordje uitleg

Ahoy Piratenvrienden

Welkom in het piratenplan omtrent 'Executieve Functies' !

Wat is nu een executieve functie? Wel die wordt als volgt omschreven:

Executieve functies zijn de denkfuncties in onze hersenen die ervoor zorgen dat we onze gedachten, emoties en gedrag zelf kunnen sturen.

Dit piratenplan is ontwikkeld om jullie op weg te helpen in de wereld van de uitmuntendheden omtrent 'Executieve Functies' binnen jullie onderwijspraktijk. We hebben ervoor gekozen om in te zetten op drie uitmuntendheden (of executieve functies).

De drie uitmuntendheden waarop wij ons voor nu hebben gefocust zijn:

- Plan en regel - uitmuntend
 - = EF werkgeheugen
 - Gaat over het vasthouden en verwerken van informatie in gedachten.
- Buig - uitmuntend
 - = EF flexibiliteit
 - Gaat over het kunnen schakelen tussen verschillende taken. perspectieven of regels
- Gevoel - uitmuntend
 - = EF Emotieregulatie
 - Gaat over het herkennen en begrijpen van de emoties.

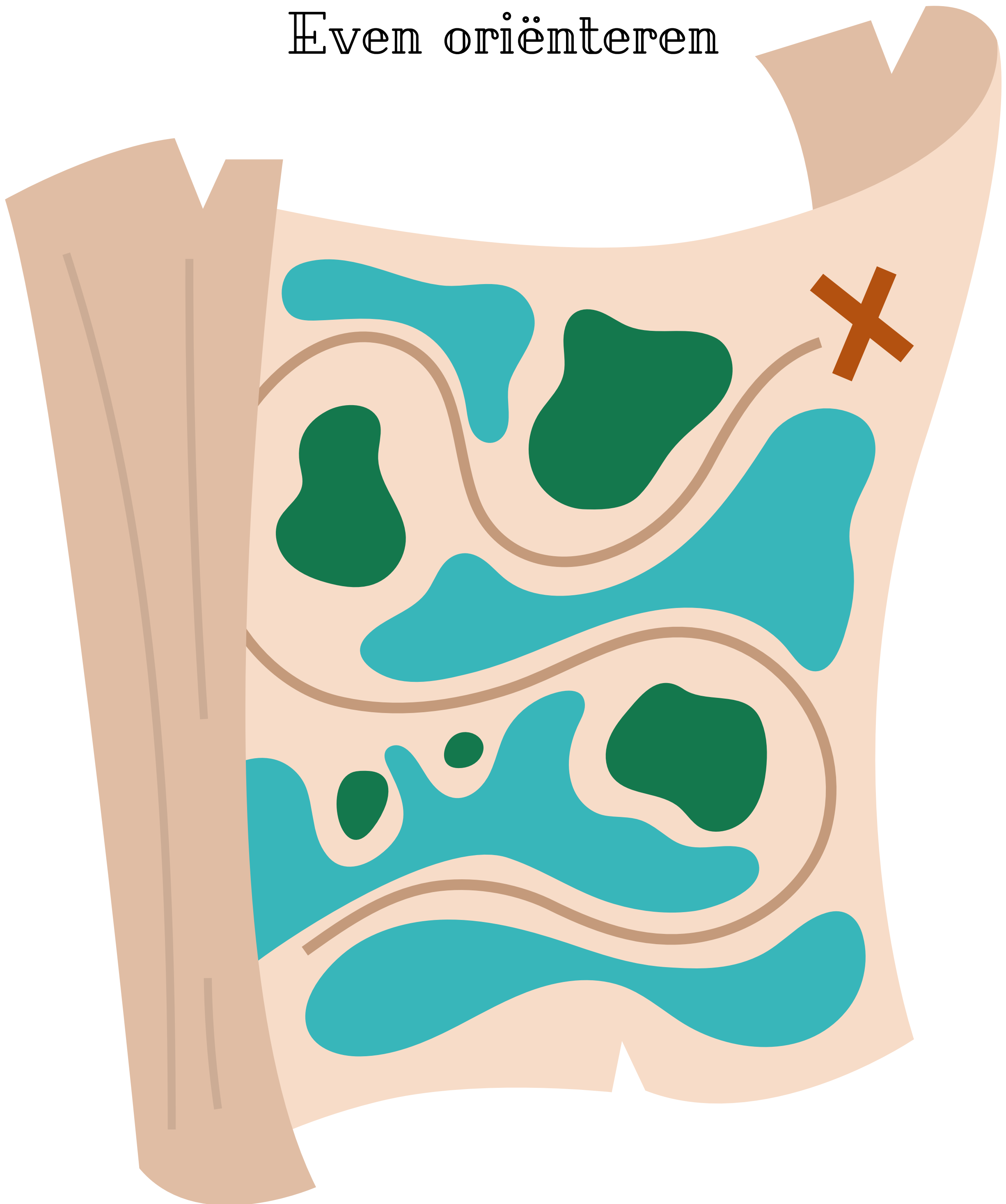
In dit piratenplan gaan jullie volgende zaken kunnen terugvinden om met deze EF's aan de slag te gaan:

- Klasgebonden en niet klas-gebonden leerlijnen
- Observatiefiches om de leerlingen te observeren
- Lesfiches per EF om hiermee aan de slag te gaan
- ...

We hopen door de uitwerking van dit piratenplan jullie enthousiast te maken om, samen met ons, de executieve functies binnen onze school meer in de verf te zetten!

Executieve functies

Even oriënteren



Executieve functies

Theoretische achtergrond

We hebben er na ons eerste gesprek voor gekozen om ons toe te leggen op Breinhelden. De handleiding 'Breinhelden' rust op een voor ons herkenbare achtergrond. Het werk is ontstaan door een psychologe Belinda Herrewijn en orthopedagoge Mariska Kerkvliet, auteurs Breinhelden (2020) die merkte dat er veel leer- en gedragsmoeilijkheden voorkwamen bij kinderen en dat er behoefte was aan een gestructureerde aanpak om executieve functies te versterken. Ze ontwikkelden 'Breinhelden' als een praktische methode om kinderen spelenderwijs te ondersteunen in hun cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling.

We zijn alle documentatie gaan ontlelen in de dichtstbijzijnde bib en hebben deze grondig bekeken. We vinden deze methode heel fijn om aan de slag te gaan rond de executieve functies. We willen ons dan ook voor het grootste deel gaan baseren op deze leerlijn/handleiding, maar toch ons eigen ding doen en onze eigen accenten leggen. Omdat we datgene we doen ook daadwerkelijk goed willen doen zijn we ons gaan toeleggen op de EF's waar wij de grootste noodzaak zien/voelen binnen onze school.

Eerst graag een korte schets van wat EF zijn en een opsplitsing en korte toelichting van de EF volgens het gehanteerde kader (elke EF kort belichten). Vervolgens een uitgebreidere definitie van de EF waarop de focus zal liggen. Nu zijn deze nog vrij beknopt beschreven. Je kan zeker ook andere bronnen raadplegen, bv. linken met de kaders van Gedrag in uitvoering, Smidts en Huizinga (2018)

Deze zijn de volgende;

- **Emotieregulatie** – Dit is een warme EF. Bij warme EF gaat het over functies in gedrag en emoties. Bij emotieregulatie hebben we het over het kunnen herkennen en begrijpen van de emoties. Eens deze emotie begrepen en herkend wordt, moeten we deze indien nodig bij gaan sturen. Binnen de handleiding van Breinhelden sluit dit aan bij de breinkracht, gevoelskracht die helpt om emoties te sturen en rustig te blijven bij uitdagingen. In onze eigen uitwerking is dit de munt van gevoel, anders gezegd uitmuntend in gevoel.
- **Flexibiliteit** – Dit is een warme EF. Bij warme EF gaat het over functies in gedrag en emoties. Flexibiliteit verwijst naar het kunnen schakelen tussen verschillende taken, perspectieven of regels. In Breinhelden hoort dit bij de Breinkracht, buigkracht. Die helpt om soepel om te gaan met veranderingen en nieuwe situaties. In onze eigen uitwerking hebben we dit uitmuntend in buigen genoemd.
- **Werkgeheugen** – Is een koude EF, hierbij gaat het over zaken zoals denken. Dit draait om het vasthouden en bewerken van informatie in gedachten, bijvoorbeeld om instructies op te volgen of problemen op te lossen. Binnen Breinhelden past dit bij Stevige Schakels, die helpt om informatie vast te houden en slim te gebruiken.

Daarbuiten willen we ook zeker voldoende tips en materialen gaan voorzien die dagelijks in de klas ingezet kunnen worden om in te zetten op deze EF's. Ook praktische tips voorzien voor de leerkrachten en paramedici die niet klasgebonden zijn, zijn voor ons van belang.

Executieve functies

Theoretische achtergrond

- Ontwerp

Ons praktijkonderzoek staat in het thema van 'executieve functies'. Deze functies spelen steeds meer een rol in het dagelijks leven van ons als leerkrachten. Dit omdat wij merken dat steeds meer leerlingen binnen onze school moeite hebben met het ontwikkelen van hun EF's en daarnaast ook omdat wij het gevoel hebben dat bepaalde collega's erg bezig zijn met executieve functies terwijl andere collega's hier minder kennis of ervaring in hebben.

Hieruit ontstond het idee voor ons praktijkonderzoek om voor onze school verschillende handvatten en hulpmiddelen te willen ontwikkelen om onze collega's warm te maken om nog meer in te zetten op executieve functies binnen onze klaspraktijken, maar ook tijdens therapie momenten, ondersteuning momenten ...

Hiervoor zijn we gestart met het afnemen van een enquête. Deze enquête had als doel om de beginsituatie omtrent EF's binnen onze school in kaart te brengen. Hieruit bleek al vrij snel dat de meeste collega's ervoor hebben gekozen om 'gemiddeld' aan te duiden als het gaat over de kennis die ze hebben over EF's. We concluderen hieruit dat het belangrijk is om de start van onze uitwerking hierop te laten aansluiten.

Met deze basis bedoelen we concreet dat we even teruggrijpen naar wat EF's zijn en wat het belang is om onze leerlingen te helpen bij het ontwikkelen van deze EF's. EF's zijn namelijk de denkprocessen die gebeuren in onze hersenen voor het aansturen van ons gedrag, gedachten en emoties. Deze basis zouden we in het begin van onze uitwerking naar onze collega's centraal stellen. Deze basis zal het vertrekpunt zijn voor onze verdere uitwerking binnen onze zoektocht naar hulpmiddelen en handvatten om aan te bieden aan onze collega's.

Wanneer de collega's echt begrijpen waarvoor EF's staan, gaan we over tot het bespreken van de verschillende EF's:

- Werkgeheugen
- Plannen en organiseren
- Impulscontrole
- Taakinitiatie
- Emotieregulatie
- Cognitieve flexibiliteit
- Metacognitie

Wil je meer weten over de theorie achter de executieve functies? Surf dan zeker naar onze site!
<https://executievefuncties8.wixsite.com/executieve-functies>

Executieve functies

Hoe ga je aan de slag?

Allemaal wel leuk en wel, zo een handleiding over de executieve functies. Maar hoe ga je er nu concreet mee aan de slag binnen jouw onderwijspraktijk?

Begin bij het begin!

De eerste les heeft vooral als functie om de leerlingen enthousiast te maken om rond dit thema aan de slag te gaan. Jij als leerkracht speelt hier ook een belangrijke rol in.

Tijdens de eerste les lees je het verhaal voor van Emiel en Feline en op deze manier maken de leerlingen kennis met de hoofdpersonages en het avontuur dat op hen wacht. Al snel moeten de leerlingen hun samenwerkingsvaardigheden tonen, want ze moeten Emiel en Feline helpen bij het vinden van de schatkaart, pas als ze deze vinden kan het avontuur echt beginnen.

De start is gemaakt.

Wanneer de introductie les erop zit, kan het echte werk beginnen. Onze lessen volgen steeds dezelfde structuur, doorlopen dezelfde fases. Om deze fases visueel te ondersteunen maakte we een poster om op te hangen in de klas. Zo kan je aan je leerlingen ook duidelijk maken in welke fase van de les zij zich op dat moment bevinden. Deze poster kan je achteraan deze handleiding terugvinden bij posters.

De fases die je doorloopt worden verderop in deze handleiding uitgebreid overlopen, maar ik stel ze graag al kort aan jullie voor:

- Fase 1: Oriëntatie
- Fase 2a: Leerkracht aan het roer
- Fase 2b: Leerlingen aan het roer
- Fase 3: Verankeren
- Fase 4: Is de buit al binnen
- Fase 5: Terugblik op het eiland

Wanneer je al deze lesfasen doorlopen hebt staat er bij sommige lessen nog een extra fase, die van het bombarderen. In deze fase van je les kan je de leerlingen minigames laten spelen waarbij ze spelenderwijs verder oefenen op het gestelde lesdoel. Ook deze minigames zijn achteraan deze handleiding terug te vinden in bijlagen.

Wat met mijn leerlingniveau?

We hebben de lessen zo gemaakt dat deze aanpasbaar zijn aan ieder niveau. Zo staan er suggesties in ter verrijking om het voor de oudere leerlingen, maar zijn er ook blanco bijlagenkaartjes toegevoegd zodat je de opdracht echt kan afstemmen op het niveau van jouw eigen leerlingen.

Ik sta niet in een klas, wat nu?

Ook de niet-klasgebonden werkkkrachten laten we niet in de koude staan. Aan het einde van elke les worden er suggesties gedaan over hoe jij in jouw eigen onderwijspraktijk kan werken aan de vooropgestelde doelen binnen de executieve functies.

Executieve functies

Hoe ga je aan de slag?

Evalueren en observeren

Tijdens jouw lessen rond de executieve functies wil je natuurlijk weten hoe het er in je klas voor staat. Om de vaardigheden van je leerlingen rond de executieve functies te beoordelen hebben wij observatiefiches ontworpen. Deze observatiefiches kan je achteraan in de de handleiding terug vinden.

Het gaat als volgt in zijn werk.

1. Je kiest de observatiefiches die past bij het niveau van jouw leerling en of jouw klas en die zich focust op de executieve functie waarin je tijdens je lessen rond aan de slag gaat.
2. Bovenaan zijn vakjes voorzien om de namen van jouw leerlingen te noteren.
3. Tijdens de lessen kan je je eigen leerling(en) gaan observeren.
 - a. Is de doelstelling beheerst kleur je dat vakje onder hun naam groen.
 - b. Is de doelstelling nog niet beheerst, maar toont de leerling al vaardigheid kleur je het vakje oranje.
 - c. Is de leerling nog niet vaardig in de te behalen doelstelling kleur je het vakje rood.
4. Aan het einde van je observatie heb je een duidelijk overzicht over het kunnen van jouw leerling(en).
5. De doelen die niet behaald zijn vormen een focus binnen je volgende lessen rond de executieve functies.

Alle materialen even op een rijtje:

Om ervoor te zorgen dat je een goede start maakt, leggen we graag even uit hoe je de materialen van Het Piratenplan dient te gebruiken.

Handleiding

- even oriënteren
 - coöperatieve werkvormen
 - In sommige lessen wordt er gebruik gemaakt van coöperatieve werkvormen met elk een eigen naam. Wanneer je hiermee moet werken kan je op deze plaats even terug gaan kijken hoe deze werkvorm net in zijn werk gaat.
 - fases in je lessen
 - oriëntatie: Je verteld het lesdoel, geeft je instructie.
 - leerkracht aan het roer: Je stelt de inleidende opdracht voor en doet ook voor hoe dit in zijn werk gaat.
 - leerlingen varen uit: De leerlingen mogen zelf in groep aan de slag gaan met de opdracht.
 - verankeren: Om het vooropgestelde doel te behalen worden er verschillende opdrachten uitgevoerd die allen dit doel beogen. De leerlingen mogen deze in kleine groepjes uitvoeren.
 - de buit binnenhalen: De leerlingen voeren de laatste opdracht uit. Meestal doen ze dit individueel of in een klein groepje.
 - terugblik op het eiland: In deze fase ga je reflecteren op de les en op het eigen kunnen en handelen van de leerlingen.

Executieve functies

Hoe ga je aan de slag?

- personages: De hoofdpersonages en eilandbewakers die je in deze handleiding tegen kan komen.
- uitmuntendheden: De executieve functies, omgezet naar schatten die veroverd kunnen worden
- neem het roer maar in handen
 - verhaallijnen
 - start met de schatkaart: de inleidende les
 - lessenreeks werkgeheugen
 - lessenreeks flexibiliteit
 - lessenreeks emotieregulatie
- leerlingenfiches: Deze fiches mogen de leerlingen in hun groepje erbij nemen. Hier staat telkens op wat ze moeten doen, met hoeveel personen en welke materialen zij nodig hebben. Ook vind je de bijlagen van de lessen terug in dit onderdeel van de handleiding.
- verankerende materialen: Materialen die je kan ophangen in je werkruimte om de lessen te ondersteunen.
- observatiefiches
- minigames
- posters: Geheugensteuntje bij verschillende executieve functies.

Tips&tricks flipbook:

We ontwikkelden niet enkel een handleiding met lessen, we ontwikkelde ook een boekje vol met tips en tricks. In dit boekje kan je allerhande weetjes terugvinden om de executieve functies een plaats te geven in jouw onderwijspraktijk. We ontwikkelde dit boekje voornamelijk voor het niet klasgebonden onderwijspersoneel om op deze manier heel het team mee te nemen en zo als school actief aan de slag te gaan rond de executieve functies.

De inhoud van het boekje is het volgende:

- schoon schip maken: hoe je een krachtige leeromgeving creëert
- de beste stuurlied staan aan wal: een beetje theorie
- tussendoortjes en gewoonten: tips en weetjes over de EF's
- even inhaken: executieve functies in elke les

Executieve functies

Coöperatieve werkvormen

De piratengids voor coöperatieve werkvormen en executieve functies

Ahoi, kapiteins van de klas! Elke piraat aan boord moet meedenken, samenwerken en slim navigeren door de lessen. Met deze coöperatieve werkvormen zorg je ervoor dat alle matrozen actief deelnemen aan gesprekken en opdrachten. In een klassengesprek blijft vaak maar een handvol scheepsmaten betrokken, maar bij coöperatief leren is iedereen op koers! Niemand kan stil in het kraaiennest blijven zitten—ieders stem telt! Om de bemanning goed op te leiden in executieve functies, gebruiken we deze werkvormen. Zet ze in en zorg dat alle matrozen soepel navigeren tussen taken, zich aanpassen aan nieuwe situaties en vlot samenwerken.

Werkvormen voor tweetallen

TweePraat

Matroos A en matroos B geven elks om en om een kort antwoord. Ze 'pingpongen' als het ware korte antwoorden op en neer. Ze lijsten op deze manier mogelijke antwoorden op. Deze werkvorm is uitermate geschikt voor vragen met meerdere korte antwoorden, zoals: 'Welke Uitmuntendheden zetten Emiel en Féline allemaal in?'

TweeGesprek Op Tijd

Elke piraat krijgt evenveel spreektijd om een langer antwoord te geven. De leraar mag bepalen hoeveel tijd de leerlingen hiervoor krijgen. Dit kan bijvoorbeeld dertig seconden zijn. Voor minder taalvaardig matrozen kies je er best voor meteen in drie- of viertallen te werken. Deze werkvorm is handig voor open vragen.

FlitsKaarten

Dit zijn kaarten met een vraag/opdracht (bv. taal of rekenen) op de voorkant en het antwoord op de achterkant. Matroos A leest de vraag voor, Matroos B antwoordt. Goed? Dan krijgt hij de kaart! Fout? Het antwoord wordt herhaald en de kaart gaat terug onder in de stapel. Na een tijdje wisselen de matrozen van rol.

Werkvormen voor viertallen

RondPraat

Net als TweePraat, maar nu met vier piraten in de bemanning. Antwoorden gaan in een ronde: $A \rightarrow B \rightarrow C \rightarrow D \rightarrow A$, enzovoort. Deze werkvorm kan je inzetten na TweePraat. Zo vullen de tweetallen hun ideeën aan met die van het andere tweetal.

RondPraat Op Tijd

De werkvorm lijkt op TweeGesprek Op Tijd. Elke van de vier matrozen krijgt een vastgestelde tijd om een antwoord te geven. Bijvoorbeeld: 'In welke Uitmuntendheden ben ik zelf goed?'

Laat Zien

Matrozen bedenken zelf een antwoord en laten het zien aan hun teamgenoten. Eén matroos is de 'LaatZienChef', die de vraag voorleest en uiteindelijk checkt of de antwoorden kloppen. Verkeerde antwoorden? Geen planklopen—maar samenwerken om het juiste te vinden!

Werkvorm voor de hele bemanning

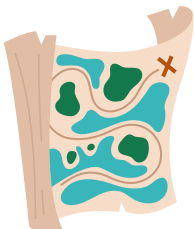
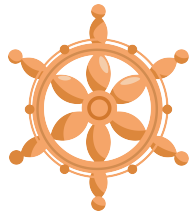
Stijgen & Dalen

Bij een gesloten vraag ('waar' of 'niet waar'), beslist elke piraat: Waar? Stijg omhoog (sta op) zoals een trotse kapitein! Niet waar? Blijf zitten als een piraat die een schat bewaakt! De kapitein (leerkracht) kiest iemand om het antwoord toe te lichten.

Een slimme piraat denkt eerst na! Voor alle werkvormen geldt: geef de bemanning eerst DenkTijd. Zo hebben alle piraten hun inbreng en kan niemand aan boord 'meeliften' zonder actief bij te dragen. Zet koers naar een klas vol betrokken, denkende en samenwerkende scheepsmatjes!

Executieve functies

Fases in je lessen

icoon	fase	uitleg
	Fase 1: Oriëntatie	In deze fase ga je als leerkracht de leerlingen warm maken voor de les die komen gaat. Dit gaat vaak samen met een eerst verkennend gesprek rond het lesonderwerp.
	Fase 2a: Leerkracht aan het roer	In deze fase is het de bedoeling dat je samen met de leerlingen de uit te voeren les gaat ontdekken. Jullie zetten de eerste stappen samen zodat de leerlingen goed weten wat ze moeten doen en wat de verwachtingen zijn.
	Fase 2b: Leerlingen aan het roer	Nu is het tijd om je leerlingen zelf te laten ontdekken. Ze krijgen de kans om zelf opdrachten te gaan uitvoeren. Dit kan individueel zijn of in groep, afhankelijk van de lesinhoud.
	Fase 3: Verankeren	De leerlingen gaan zelfstandig of in groep aan de slag. Aan het einde van deze fase gaan de leerlingen aan de klas en leerkracht tonen waarrond ze gewerkt hebben. Zo kunnen ze in hun eigen woorden nog eens uitleggen wat ze gedaan hebben.
	Fase 4: De buit binnen halen	Om maximaal tot ontplooiing te komen van de executieve functie die behandeld wordt gaan we steeds een variatie voorzien. Als leerkracht kan je zelf kiezen of je deze wil uitvoeren of dat je deze even links laat liggen tot een volgende keer. Het doel van deze variatie is dat de leerlingen nog eens op een andere manier het beoogde lesdoel gaan oefenen.
	Fase 5: Terugblik op het eiland	We voorzien telkens een kort evaluatiemoment zodat de leerlingen zelf kunnen aangeven hoe de les voor hen ging en wat zij ervan vonden.
	Bombarderen: EF inoefenen in de vorm van een of meerdere spelletjes	Aan het einde van een les staan steeds tips voor spelletjes die rond dezelfde EF werken. Deze kan je steeds gaan implementeren in een spellencircuit wanneer je een EF wil herhalen of gebruiken aan het einde van de les wanneer er nog tijd over zou zijn.

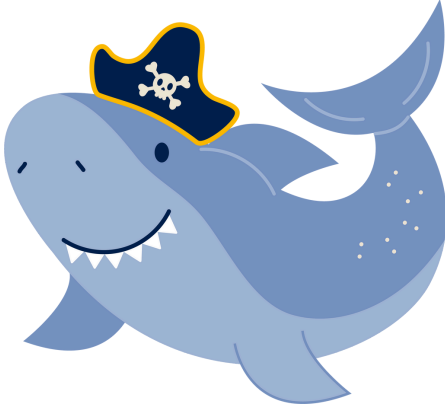
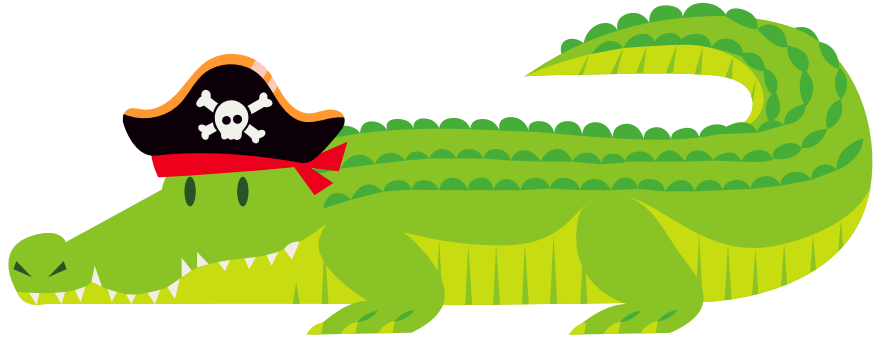
Executieve functies

Personages

icoon	personage	uitleg
	Emiel & Féline	Emiel en Féline vormen samen de hoofdrolspeler van deze handleiding. Samen met hen ontdekken de leerlingen verschillende eilanden. Op deze eilanden vinden zij steeds een schat die hen uitmuntend kan maken in een executieve functie. Om deze schat te veroveren zullen ze eerst alle opdrachten/ lessen moeten uitvoeren van de eilandbewakers die ze op dit eiland tegen komen.
	Nora	Wanneer onze schattenjagers Nora tegenkomen zijn ze op Buigeiland aangekomen. In de lessen met Nora wordt er dus gewerkt aan de executieve functie rond flexibiliteit.
	Vince	Vince is een hele rustige piraat die houdt van fijne piratenpraatjes. Kom je hem tegen dan ben je op Gevoeleiland. Hier leer je om te gaan met je emoties. Je oefent dus de executieve functie rond emotieregulatie.
	Luiz	Luiz is een hele stille piraat. Dit komt omdat hij vooral houdt van nadenken en plannetjes maken. Deze eilandbewaker zal het je niet makkelijk maken om uitmuntend te worden in denken. Bij hem oefen je dus de executieve functie van werkgeheugen.
	Marco	Marco houdt enorm van bewegen en kan amper stil blijven zitten. Hij begint dan ook altijd meteen aan alles zonder iets uit te stellen. Wanneer je deze eilandbewaker tegen komt ben je aangekomen op Starteiland en leren je leerlingen alles rond taakinitiatie.

Executieve functies

Personages

icoon	personage	uitleg
	Katy	Wanneer je op Katy haar eiland terecht komt wil dit zeggen dat je alles gaat leren over stoppen! Dit wil zeggen dat je gaat werken rond responsinhibitie!
	Tim	Bij Tim leer je alles over timemanagement. Voor haaien is de juiste timing ook van groot belang. Maar let op, want deze grote haai deinst er niet voor terug om zijn uitmuntende schat te beschermen!
	Alex	Alex is er om je leerlingen alles te leren over concentratie. Hou je aandacht er dus maar bij als je deze krachtige krab te snel af wil zijn en zijn schat wil veroveren.
	Elfencolonie	De Elfencolonie is misschien de groep van de kleinste eilandbewaaksters, maar ook de dapperste. Zij weten als geen ander hoe moeilijk het soms kan zijn om te blijven gaan. Door hun uitdagingen aan te gaan leren de leerlingen alles over doorzettingsvermogen.
	Sasha	Kom je langs in het waterwondereiland van deze zelfingenomen zeemeermin ben je aangekomen op Spiegeleiland. Sasha neemt je leerlingen mee op een avontuur rond zelfreflectie.
	Karel	Karel is heel goed in het plannen en organiseren. Wanneer je deze eilandbewaker tegen komt wees je maar heel voorzichtig! Geen andere bewaker heeft namelijk zulke scherpe tanden.



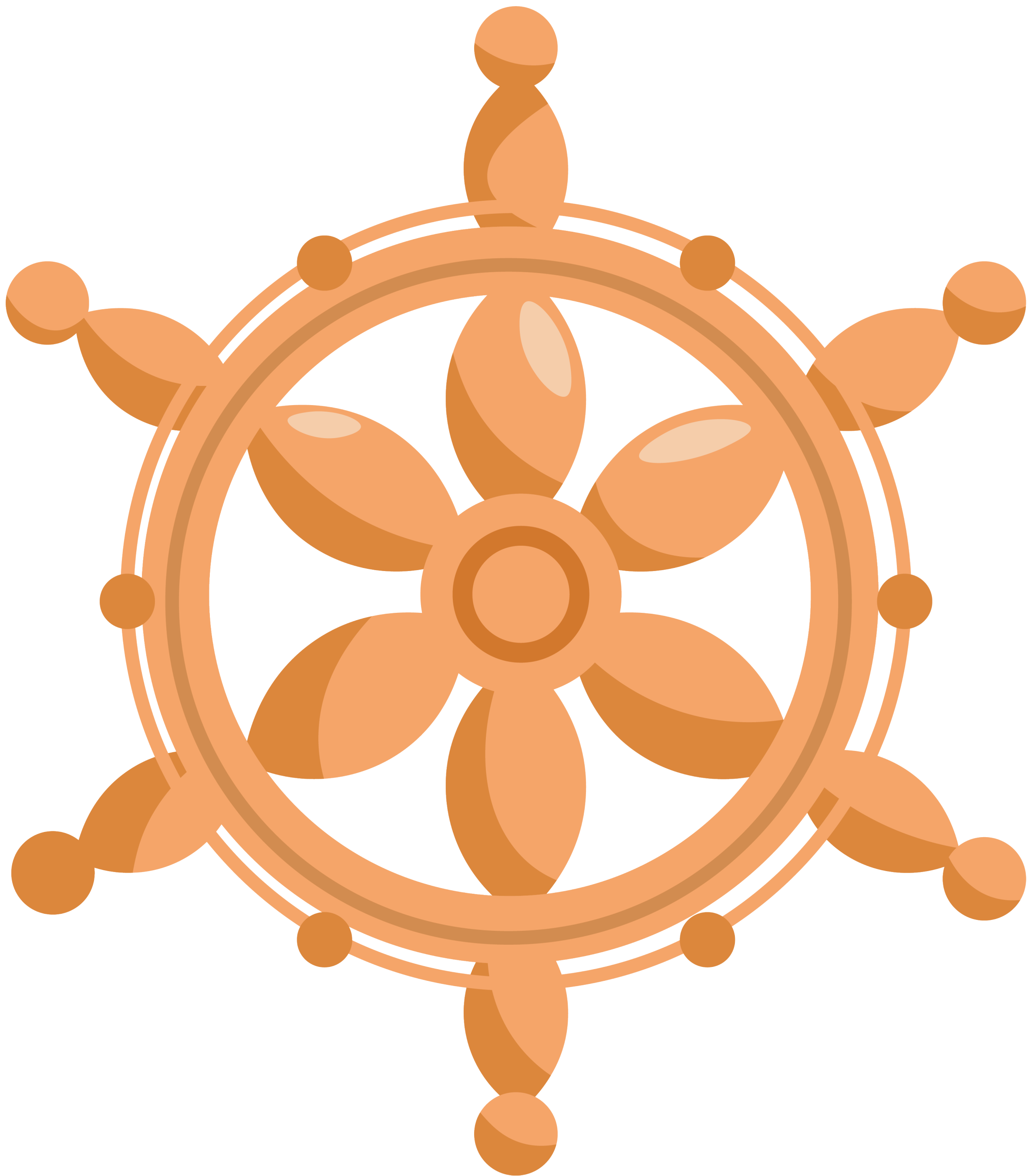
Executieve functies

Uitmuntendheden

	Werkgeheugen
	Flexibiliteit
	Responsinhibitie
	Plannen en organiseren
	Timemanagement
	Taakinitiatie
	Concentratie
	Emotieregulatie
	Doorzettingskracht
	Reflectie

Executieve functies

Neem het roer maar in handen!



Executieve functies

Verhaallijn

We willen onze leerlingen motiveren om aan de slag te gaan rond de executieve functies. Daarom kiezen wij ervoor om te werken met verschillende verhalen.

Deze verhalen zijn te koppelen aan de executieve functies waar onze leerlingen rond werken. Hieronder vind je het verhaal dat je mag vertellen alvorens aan de slag te gaan met de leerlingen.

Het Piratenplan

Op een verre oceaan, waar de golven met de wind meedansen en de zon altijd lijkt te branden, zeilden twee jonge piraten over de blauwe wateren. Hun namen waren Emiel en Féline. Ze waren het beste piratenpaar op zee, bekend om hun moed, hun scherpe zwaarden en hun altijd aanwezige nieuwsgierigheid. Maar er waren enkele dingen waar ze niet goed in waren... De kunsten van het piratenleven: de geheime vaardigheden die hen zouden helpen om echt grote piraten te worden.

“Wat ik niet begrijp,” zei Féline terwijl ze naar de horizon staarde, “is waarom ik altijd zo moeilijk kan beginnen met een taak. Of soms vergeet ik gewoon te stoppen, zelfs als ik weet dat het tijd is om verder te gaan.”

Emiel knikte en zuchtte. “En ik? Ik raak altijd in de war over hoeveel tijd iets zal kosten. Dan moet ik alles in een keer doen, maar dan lukt het niet. Dan wil ik niet boos worden, maar dan lukt het me niet om rustig te blijven.”

Ze waren op een eiland gestopt, hun schip rustig dobberend in de baai, maar hun gedachten waren ver weg. Ze wisten dat er iets mis was, maar wisten niet hoe ze hun problemen moesten oplossen. Ze wilden beter worden maar het leek onmogelijk. Tot op een dag...

“Wacht eens,” riep Emiel plotseling, terwijl hij rechtop in zijn stoel sprong. “Ik herinner me iets! Ik heb ooit een groepje piraten horen spreken over een magische schatkaart. Toen ik hoorde waarover ze het hadden heb ik gedaan alsof ik heel druk bezig was met het anker, maar eigenlijk had ik mijn oren open om goed te kunnen horen wat ze allemaal te zeggen hadden. Ze hadden het over een kaart die leidde naar 10 verschillende eilanden, elk met een unieke schat. Féline zuchtte en zei, “Maar Emiel, we hebben al zoveel schatten! We hebben er toch geen nieuwe nodig?! Ik begrijp echt niet hoe een kaart met schatten ons hierbij kan helpen.”

“Nee Féline. Je begrijpt me niet! Luister. Als je de schat veroverde, kreeg je niet alleen goud en juwelen, maar ook een speciale vaardigheid! De vaardigheden die wij nodig hebben! Je wordt dan even uitmuntend als de schat zelf!”

Féline's ogen begonnen te stralen. “Die moeten we te pakken krijgen! Maar... hoe kunnen we de schatten krijgen?”

Emiel grijnsde breed. “Elke schat wordt bewaakt door een schattenbewaker. En deze bewakers hebben opdrachten voor ons, opdrachten die ons precies de vaardigheden leren die we nodig hebben! Als we de opdrachten goed uitvoeren, kunnen we de schatten veroveren... en de vaardigheden die ze ons geven!”

En zo begon hun avontuur. Eerst gingen ze op zoek naar de schatkaart...

Executieve functies

Verhaal eilandbewaker Luiz: Werkgeheugen

We willen onze leerlingen motiveren om aan de slag te gaan rond de executieve functies. Daarom kiezen wij ervoor om te werken met verschillende verhalen.

Deze verhalen zijn te koppelen aan de executieve functies waar onze leerlingen rond werken. Hieronder vind je het verhaal dat je mag vertellen alvorens aan de slag te gaan met de leerlingen.

Het Piratenplan

Emiel en Féline zeilden naar hun eerste bestemming: Het Eiland van het Denken.

Midden op het eiland stond een grote werkplaats, waar een piraat met een doordachte blik aan een houten tafel zat.

"Welkom, jonge piraten," zei hij met een rustige, diepe stem. "Ik ben Luiz. Ik was ooit net zoals jullie: een avonturier die vaak vergat wat ik allemaal moest doen. Ik stormde op elke schat af, zonder de dingen goed te onthouden... en dat liep vaak fout af. Tot ik hier aanspoelde en de Schat van het Werkgeheugen vond. Maar om deze te winnen, moeten jullie bewijzen dat jullie hetzelfde geheugen kunnen gebruiken als ik!"

Luiz vertelde hoe hij op dit eiland terechtkwam. Zijn schip was ooit vastgelopen in een storm omdat hij de weersomstandigheden niet goed had onthouden. Hij had de belangrijke details over de taken aan boord vergeten, waardoor alles in chaos eindigde. Toen hij het eiland bereikte, vond hij een mysterieuze kist. Op de kist stond geschreven:

"Deze schat is niet voor zij die alles vergeten. Herinner uw geest, en de beloning zal groot zijn."

In de kist vond hij een magisch kompas dat niet naar het noorden wees, maar altijd naar de belangrijkste informatie die hij nodig had. Vanaf dat moment begon Luiz te oefenen met het onthouden van details, het in zijn hoofd houden van belangrijke stappen, en het combineren van de juiste informatie om zijn doelen te bereiken. En zo werd hij de meester van geheugen en concentratie.

"Jullie test is simpel," zei Luiz met een glimlach. "Als jullie de schat willen verdienen, moeten jullie drie uitdagingen voltooien."

De Takenkaart

Emiel en Féline krijgen een lijst met rommelige instructies. Ze moeten de stappen in de juiste volgorde zetten om een minischip te bouwen. Ze moeten onthouden welke stappen ze al gedaan hebben, en de volgorde goed bewaren in hun hoofd. Als ze het correct doen, blijft hun schip drijven in het water.

De Tijdschatting

Luiz geeft hen drie taken en vraagt hoeveel tijd ze denken dat ze nodig hebben. Ze moeten proberen precies binnen hun geschatte tijd te werken, terwijl ze ook het geheugen op scherp houden om geen belangrijke details te vergeten.

Het Werkgeheugenraadsel

Ze krijgen een kaart met drie schatten en verschillende obstakels (storm, rotsen, zeemonsters). Ze moeten zich alle obstakels herinneren, en de juiste route kiezen om de schatten veilig te bereiken. Als ze alles goed onthouden, brengen ze zichzelf op het juiste pad met zo min mogelijk risico's.

Als ze alle uitdagingen tot een goed einde brengen, overhandigt Luiz hen een klein, schitterend voorwerp: De Magische Werkgeheugemunt.

"Met deze munt," zegt Luiz, "zullen jullie altijd in staat zijn om belangrijke informatie vast te houden en in de juiste volgorde te verwerken. Maar vergeet niet: wat je onthoudt, is net zo belangrijk als wat je doet."

Met hun nieuwe vaardigheid in het werkgeheugen stappen Emiel en Féline weer aan boord, klaar om naar het volgende eiland te varen...

Executieve functies

Verhaal eilandbewaker Nora: Flexibiliteit

We willen onze leerlingen motiveren om aan de slag te gaan rond de executieve functies. Daarom kiezen wij ervoor om te werken met verschillende verhalen.

Deze verhalen zijn te koppelen aan de executieve functies waar onze leerlingen rond werken. Hieronder vind je het verhaal dat je mag vertellen alvorens aan de slag te gaan met de leerlingen.

Het Piratenplan

De zon stond hoog aan de hemel terwijl Emiel en Féline hun schip aanmeerden bij het volgende eiland op de kaart. Dit eiland zag er anders uit dan de vorige: de bomen waren in allerlei vreemde vormen gegroeid, de rivier leek van richting te veranderen, en zelfs de paden door het bos leken nooit hetzelfde te blijven.

"Dit eiland voelt... raar," zei Féline terwijl ze rondkeek. "Niets blijft hetzelfde!"

"Dat betekent maar één ding," grijnsde Emiel. "We hebben de juiste plek gevonden!"

Plotseling hoorden ze een stem.

"Jullie zijn te laat!"

Een vrouw met blond haar en een piratenhoed en een haak als hand stond op een rotsblok en keek hen uitdagend aan. "Of nee... jullie zijn te vroeg? Hmm, laat me even nadenken..."

"Wie ben jij?" vroeg Féline verbaasd.

De vrouw sprong soepel van de rots en lachte. "Ik ben Nora, de bewaker van dit eiland. Hier veranderen de dingen voortdurend. Als je vast blijft houden aan één plan, zul je verdwalen. Flexibiliteit is de sleutel."

Nora vertelde hoe ze op dit eiland terecht was gekomen. Ooit was ze net als elke andere piraat: sterk, slim en moedig. Maar ze had een probleem...

"Ik hield ervan om dingen op mijn manier te doen," gaf ze toe. "Ik maakte een plan en dat moest gevolgd worden, precies zoals ik het bedacht had. Maar als er iets onverwachts gebeurde... raakte ik helemaal in paniek."

Op een dag kreeg ze een schatkaart van een oude kapitein. De kaart beloofde een geweldige schat, diep verborgen in een mysterieuze grot.

"Ik had het perfecte plan," zei Nora. "Maar toen ik daar aankwam, ontdekte ik dat de ingang van de grot instortte. Mijn hele plan was nutteloos!"

Gefrustreerd probeerde ze haar oorspronkelijke idee alsnog uit te voeren, maar niets werkte. Pas toen ze stopte met zich vast te klampen aan haar oude plan en begon na te denken over nieuwe mogelijkheden, vond ze een geheime doorgang.

Achter die doorgang lag de Schat van Flexibiliteit – dat haar leerde hoe ze zich kon aanpassen aan veranderingen.

"Sindsdien heb ik geleerd om niet bang te zijn als dingen anders lopen dan verwacht," zei Nora. "Nu test ik anderen om te zien of zij ook flexibel genoeg zijn om de schat te verdienen."

De Uitdaging van Nora

Om de Schat van Flexibiliteit te verdienen, moesten Emiel en Féline drie opdrachten voltooien:

- **De Route die Verandert**

- Ze kregen een kaart met een pad, maar terwijl ze liepen, veranderde Nora de route. Ze moesten snel schakelen en een nieuwe weg vinden.
- Leren: Hoe ga je om met onverwachte veranderingen?

- **De Omgekeerde Puzzel**

- Nora gaf hen een puzzel, maar halverwege moesten ze de stukjes op een totaal andere manier leggen dan ze eerst dachten.
- Leren: Hoe pas je je strategie aan als iets niet werkt?

- **De Wisselende Rollen**

- Emiel en Féline moesten een opdracht uitvoeren (bijvoorbeeld een schatkist optillen), maar halverwege wisselde Nora hun taken. Ze moesten zonder klagen of frustratie direct schakelen.
- Leren: Hoe blijf je kalm en flexibel als je ineens iets anders moet doen?

Toen ze alle uitdagingen hadden voltooid, gaf Nora hen een deel van de schat.

"Onthoud," zei ze terwijl ze hen aankeek, "een echte piraat kan zich altijd aanpassen. Want op zee – en in het leven – veranderen dingen altijd. Wie flexibel blijft, vindt altijd een weg."

Met een nieuw inzicht en de Schat van Flexibiliteit in hun bezit, vertrokken Emiel en Féline naar hun volgende avontuur...

Executieve functies

Verhaal eilandbewaker Vince: Emotieregulatie

We willen onze leerlingen motiveren om aan de slag te gaan rond de executieve functies. Daarom kiezen wij ervoor om te werken met verschillende verhalen.

Deze verhalen zijn te koppelen aan de executieve functies waar onze leerlingen rond werken. Hieronder vind je het verhaal dat je mag vertellen alvorens aan de slag te gaan met de leerlingen.

Het Piratenplan

Na hun ontmoeting met Nora, de machtigste bewaker van het buigen, trokken Emiel en Féline verder over de golvende zee. De kaart leidde hen naar een nieuw eiland, een plek omringd door mist en stilte. De enige geluiden waren het zachte ruisen van de golven en het zingen van vogels hoog in de bomen.

Féline stapte als eerste aan land en keek om zich heen. "Wat een kalme plek," fluisterde ze.

"Ja," mompelde Emiel. "Maar het voelt... een beetje té stil. Waar is iedereen?"

Plots klonk een diepe stem vanuit de schaduw van een grote boom:

"Jullie zetten nogal lawaaiige voetstappen voor piraten."

Voor hen stond een man met een ooglapje, gestreept T-shirt en een rustige blik. Zijn armen waren stevig over elkaar geslagen.

"Ik ben Vince, de bewaker van dit eiland."

Féline keek hem nieuwsgierig aan. "En wat bewaak je hier?"

Vince wees naar een kleine tempel in het midden van het eiland. "Daar ligt de Schat van de Rust. Maar niet iedereen is waardig om haar te ontvangen. Hier leer je om je emoties onder controle te houden. Want geloof me..." Hij keek hen streng aan. "Als je die controle verliest, dan wordt het gevaarlijk."

Het Verhaal van Vince

Vince vertelde zijn eigen verhaal. Ooit was hij net als alle andere piraten: wild, luidruchtig en op zoek naar avontuur. Maar hij had een probleem.

"Ik had een kort lontje," gaf hij toe. "Elke keer als iets misging, werd ik woedend. Als een bemanningslid een fout maakte, schreeuwde ik. Als de wind mijn schip in de verkeerde richting blies, schopte ik tegen de mast. Maar weet je wat? Daardoor maakte ik alles alleen maar erger."

Op een dag, tijdens een grote storm, verloor Vince zijn geduld en gaf zijn bemanning verkeerde bevelen. Zijn schip botste tegen de rotsen en zonk. Hij spoelde aan op dit eiland, woedend op zichzelf en op de hele wereld.

"Ik schreeuwde en sloeg tegen de bomen," herinnerde hij zich. "Maar hoe meer ik mijn woede uitte, hoe minder ik verder kwam. Tot ik besepte... misschien moet ik leren kalm te blijven."

Toen vond hij een mysterieuze kist, verborgen in een grot. Op de kist stond geschreven:

"Wie zichzelf beheerst, beheerst de wereld."

Toen hij de kist opende, vond hij de Schat van de Rust – een klein, blauw kristal dat hem leerde hoe hij zijn emoties kon beheersen. Vanaf dat moment oefende Vince elke dag. Hij leerde ademen als hij boos werd. Hij leerde tellen voor hij sprak. En hij ontdekte dat als hij rustig bleef, hij beter kon nadenken.

"Sindsdien bewaak ik deze schat. Want om een echte piraat te zijn, moet je niet alleen sterk zijn met een zwaard, maar ook sterk in je hoofd."

De Uitdaging van Vince

Emiel en Féline moesten bewijzen dat zij hun emoties konden beheersen voordat ze de schat mochten ontvangen. Vince gaf hen drie opdrachten:

- **De Storm van Emoties**

- Vince liet hen in een kleine boot op een wilde zee (een schommelend platform). Ze moesten samenwerken om het evenwicht te bewaren, zelfs als het moeilijk werd.
- Leren: Hoe blijf je kalm in een lastige situatie?

- **Het Geduldspel**

- Ze kregen een ingewikkelde knoop die ze moesten ontwarren zonder gefrustreerd te raken.
- Leren: Hoe blijf je rustig als iets niet meteen lukt?

- **De Woedegrot**

- In een donkere grot moesten ze een raadsel oplossen. Maar als ze te snel of boos reageerden, werd de grot steeds donkerder.
- Leren: Hoe denk je rustig na als je gefrustreerd bent?

Toen ze alle drie de opdrachten succesvol uitvoerden, gaf Vince hen de munt van gevoel.

"Jullie hebben bewezen dat jullie niet alleen slimme, maar ook kalme piraten zijn," zei hij. "Onthoud dit: wie zijn emoties begrijpt en controleert, kan elke storm trotseren."

Met een nieuwe vaardigheid en de Schat van de Rust op zak, stapten Emiel en Féline terug op hun schip. De volgende eilanden wachtten op hen...

Executieve functies

Start met de schatkaart

Opdrachten om de schatkaart te vinden

Doel:

De leerlingen enthousiasmeren om te werken met de bundel: Het Piratenplan. De leerlingen lossen raadsels op en volgen aanwijzingen om de schatkaart te vinden. Ze oefenen vaardigheden zoals plannen, samenwerken en probleemoplossend denken.

Materiaal:

Algemeen:

- Een grote schatkaart (kan vooraf gemaakt zijn of een lege kaart die leerlingen stukje bij beetje ontdekken)
- Een schatkist of doos met een slot of code
- Eventueel een piraathoed of accessoire om de sfeer te versterken
- Een windroos of kompas (kan een afbeelding zijn of echt)
- Een timer of stopwatch om de tijd bij te houden voor de opdrachten
- Werkbladen voor de opdrachten (zoals een eenvoudige kaart van de klasruimte - Let op! Dit moet je voor je eigen klasruimte voorzien en staat niet in de handleiding!)

Voor de vier opdrachten:

- De verborgen boodschap
 - Citroensap & wattenstaafjes (om de geheime boodschap te schrijven)
 - Een kaars of föhn (onder toezicht om de boodschap zichtbaar te maken)
 - Papier en pen voor de leerlingen om de boodschap te noteren
- De puzzel van de kapitein
 - Een afbeelding van een schatkaart of een belangrijk object, verdeeld in puzzelstukjes
 - Schaar en enveloppen (om de puzzelstukjes in te stoppen)
 - Een opdrachtkaart waarop de hint staat die leerlingen krijgen als ze de puzzel oplossen
- De schatkist met het codeslot
 - Een kleine doos of kist met een cijferslot
 - Een rekensom of raadsel om de code te achterhalen
 - Een briefje in de kist met de volgende aanwijzing
- De windroos-uitdaging
 - Een eenvoudige kaart van de klasruimte met noord, zuid, oost, west aangegeven
 - Een 'piraathoed' of ander voorwerp waar de laatste aanwijzing onder ligt
 - Opdrachtkaart met richtingen die de leerlingen moeten volgen

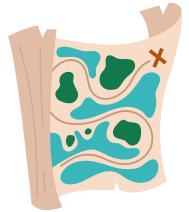
Materialen voor de leerlingen

- Per groepje (kan worden gedeeld)
 - Potloden en papier om notities te maken
 - Een werkblad voor de windroos-uitdaging (indien gebruikt)
 - Klembord of stevig papier om makkelijker te schrijven
 - Puzzelstukjes (afhankelijk van de opdracht)
 - Rekenmachine of kladpapier voor de rekensom bij de schatkist
 - Een kleine zaklamp (optioneel, als je een extra mysterieuze sfeer wil creëren)

Executieve functies

Start met de schatkaart

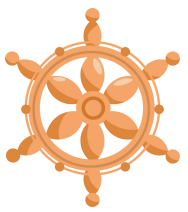
Opdrachten om de schatkaart te vinden



Fase 1 Oriëntatie:

Leerkracht start met een verhaal:

- Lees of vertel het vorige deel van het verhaal van Emiel en Féline.
- Bespreek kort de uitdaging: Emiel en Féline hebben de schatkaart nodig, maar ze weten niet waar die is! Kunnen jullie helpen?
- Laat de leerlingen voorspellen wat ze moeten doen om de kaart te vinden.



Fase 2a Leerkracht aan het roer:

Uitleg van de opdrachten

- De leerkracht toont hoe de opdrachten werken. Bijvoorbeeld:
 - Laat een voorbeeld zien van de verborgen boodschap met citroensap.
 - Toon hoe de windroos werkt met een korte demonstratie.
 - Geef een eenvoudige rekensom die leidt tot een code.

Check-in moment: Vraag de leerlingen of ze snappen wat de bedoeling is. Geef hen ruimte om vragen te stellen.



Fase 2b: Leerlingen aan het roer:

Groepswerk: De leerlingen werken in kleine groepen aan de verschillende opdrachten.

- Elke groep start met één opdracht en wisselt na een bepaalde tijd.
- Leerkracht observeert en helpt waar nodig.

Opdrachten die de leerlingen uitvoeren:

1. De verborgen boodschap: Ontcijferen van een geheime boodschap.
2. De puzzel van de kapitein: Puzzelstukjes vinden en in elkaar zetten om een aanwijzing te onthullen.
3. De schatkist met het codeslot: Een rekensom oplossen om de code van een gesloten kist te achterhalen.
4. De windroos-uitdaging: Een kaart volgen om naar de volgende aanwijzing te navigeren.

Einde van deze fase: Als alle raadsels zijn opgelost, vinden de leerlingen samen de schatkaart!



Fase 3: Verankeren

- Elke groep legt in eigen woorden uit welke opdracht zij hebben gedaan en hoe ze de oplossing hebben gevonden.
- De leerkracht bespreekt hoe ze samenwerkten en wat goed ging.
- Laat de leerlingen reflecteren: Wat was moeilijk? Wat ging vlot? Wat heb je geleerd?

Executieve functies

Start met de schatkaart

Opdrachten om de schatkaart te vinden



Fase 4: De buit binnen halen /



Fase 5: Terugblik op het eiland

Korte evaluatie:

- Vraag de leerlingen hoe ze de opdrachten vonden.
- Laat ze met duimen omhoog/omlaag aangeven:
 - Was het moeilijk?
 - Was het leuk?
 - Wat zou je volgende keer anders doen?

Afsluiting:

- Vertel dat de kaart nu gevonden is en dat Emiel en Féline hun avontuur kunnen voortzetten naar het eerste eiland!

Executieve functies

Lessenreeks rond werkgeheugen





Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

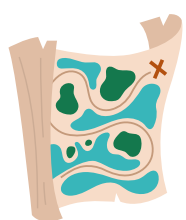
De Geheugenschat

Doel:

Leerlingen versterken hun werkgeheugen door informatie op te slaan en terug te halen.

Materiaal:

- Een schatkist met voorwerpen.
- Een doek om de voorwerpen even te verbergen.

**Fase 1 Oriëntatie:**

Vraag: "Wie weet wat een schatkist is? Wat zit erin?"

Koppeling: "Ons brein is als een schatkist, we stoppen er informatie in en moeten het op het juiste moment terugvinden."

**Fase 2a Leerkracht aan het roer:**

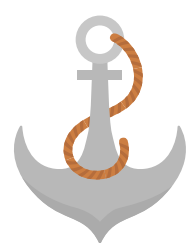
Schat onthouden

- Toon 5 objecten uit een schatkist.
- Dek ze af en bespreek hoe we ze kunnen onthouden (visualiseren, herhalen, associëren).

**Fase 2b: Leerlingen aan het roer:**

Piraat-geheugentest

- Leerlingen krijgen een korte tijd om objecten te bekijken.
- Daarna moeten ze zonder te kijken opschrijven wat erin zat.
- Extra uitdaging: Wie kan de volgorde onthouden?

**Fase 3: Verankeren**

Boodschappenlijstje

- Laat leerlingen een lijstje met piratenvoorwerpen onthouden (bv. kompas, dolk, schatkaart, rum).
- Na 5 minuten: kunnen ze de voorwerpen nog opnoemen?

**Fase 4: De buit binnen halen**

Variatie

- Verander de context: nu moeten ze een schatkaart met symbolen onthouden.
- Voeg afleiding toe: tijdens het onthouden roept de kapitein commando's (bv. "Spring op je plaats!").

**Fase 6: Terugblik op het eiland**

Reflectievragen:

- Wat hielp je om dingen beter te onthouden?
- Wat vond je moeilijk?
- Waarvoor gebruik je je geheugen in de klas?



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

De Geheugenschat



Bombarderen: Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor werkgeheugen. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie. We geven hieronder al even een voorbeeld van wat je bij deze les nog kan doen, maar je bent vrij om zelf uit onze lijst met minigames te kiezen.

1. Schatzoekers: Eén leerling beschrijft een schatkaart, de ander moet onthouden en tekenen.
2. Herhaalrij: Elke leerling voegt een woord toe aan een zin, de groep herhaalt alles.
3. Geheugendoolhof: Route onthouden en uit het doolhof lopen.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten: Voeg beweging toe! Laat leerlingen een reeks bewegingen onthouden en herhalen.
- Bij ergotherapeuten: Gebruik tastbare materialen zoals voelkaartjes of leg een route uit die ze moeten volgen.
- Bij psychologen: Integreer zelfreflectie: "Wanneer was jij een flexibele piraat?"



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

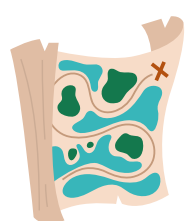
Piratenbrein in beweging!

Doel:

Kinderen trainen hun werkgeheugen door een reeks bewegingen te onthouden en deze uit te voeren, waarbij er steeds een nieuwe beweging wordt toegevoegd.

Materiaal:

- 4 tot 6 sets "Beweeg je Brein" kaartjes (zonder en met benaming: gym, speellokaal of schoolplein)
- Voldoende ruimte om te bewegen



Fase 1 Oriëntatie:

De leerkracht vertelt dat piraten een scherp geheugen nodig hebben om schatten te vinden en geheime codes te onthouden. Introduceer Chicco de Papegaai 🦜 als geheugenmaatje.

Vragen om mee te starten:

- Waarom is onthouden belangrijk?
- Wanneer moet een piraat goed onthouden? (Bijv. schatkaart lezen, geheime tekens onthouden)
- Hoe kan je dingen beter onthouden? (Hardop zeggen, nadoen, herhalen...)

Extra speelse startoptie:

Speel een kort papegaaien-spel: de leerkracht doet een beweging, kinderen herhalen deze precies. Dit bereidt hen voor op het eigenlijke spel.



Fase 2a Leerkracht aan het roer:

Uitleg en demonstratie:

- Laat de kaartjes zien en bespreek de bewegingen. Oefen ze samen.
- Speel het spel eerst met een klein groepje en demonstreer hoe de reeks langer wordt.
- Maak de link met "Ik ga op reis en ik neem mee", maar dan met bewegingen.
- Laat Chicco de Papegaai kinderen eraan herinneren om te herhalen wat er eerder werd gedaan.



Tip: Vraag na elke ronde: Wat hielp jou om de bewegingen te onthouden?



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

Piratenbrein in beweging!

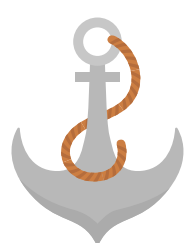


Fase 2b: Leerlingen aan het roer:

- Verdeel de klas in groepjes van 4 tot 6.
- Kinderen spelen het spel volgens de instructies.
- De leerkracht loopt rond en helpt waar nodig.
- Differentiatie:
 - Makkelijker: Laat de kaartjes open liggen.
 - Moeilijker: Voeg geluidseffecten of een extra beweging toe bij elke ronde.

Alternatief: LaatZien-piraat

- Een kind (de LaatZienChef) trekt een kaart en doet de beweging voor.
- De anderen imiteren hem.
- De LaatZienChef kiest een volgende speler, die de beweging herhaalt en een nieuwe toevoegt.
- Dit gaat door tot de reeks moeilijk wordt!



Fase 3: Verankeren

Maak de oefening moeilijker:

- Laat kinderen de bewegingen sneller uitvoeren.
- Voeg een klank of woord toe bij elke beweging.
- Laat de helper (bij de binnen-/buitenkringvariant) slechts één keer een hint geven.
- Combineer bewegingen uit twee verschillende sets door elkaar.



Fase 4: De buit binnen halen

Variaties in spelvorm:

1. Piratenstorm
 - De leerkracht roept een beweging (bijv. "Spring als een dolfijn!") en kinderen doen dit.
 - Plottwist: De leerkracht wisselt de betekenis van de bewegingen (Bijv. "Spring als een dolfijn" betekent nu "Ga op één been staan").
 - Wie schakelt snel om en past zich aan?
2. Schateiland-parcours
 - Leg kaarten in een parcours op de grond.
 - Elk kind springt van kaart naar kaart en doet de beweging die erbij hoort.
 - Voeg extra obstakels toe om het uitdagender te maken.
3. Piratendans
 - Gebruik muziek en laat kinderen de bewegingen op het ritme uitvoeren.
 - Stop de muziek plots en vraag wat de volgende beweging in de reeks was!



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

Piratenbrein in beweging!



Fase 5: Terugblik op het eiland

Bespreking met de kinderen:

- Wat hielp jou het best om de bewegingen te onthouden?
- Wat was het moeilijkste moment?
- Hoe zou een piraat dit geheugenprobleem oplossen?
- Waar in het dagelijks leven kan je dit gebruiken?

💡 Tip: Maak samen een "Piratengeheugen-Top 5" met beste onthoudstrategieën en hang deze op in de klas!



Bombarderen: Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor werkgeheugen. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten:
 - Focus op de lichaamscoördinatie en daag kinderen uit om de bewegingen met links of rechts te doen.
 - Voeg balvaardigheid toe: bij elke beweging moet een bal gevangen of gestuiterd worden.
- Bij turnleerkrachten:
 - Gebruik de bewegingen als warming-up of cooling-down.
 - Laat leerlingen in duo's elkaar corrigeren en bewegingen verbeteren.
- Bij ergotherapeuten:
 - Oefen met kinderen die moeite hebben met motorische planning en laat hen bewegingen in slow motion uitvoeren.
 - Gebruik spiegels zodat kinderen zichzelf kunnen zien en corrigeren.
- Bij psychologen:
 - Observeer hoe kinderen omgaan met fouten en bespreek strategieën om het geheugen te ondersteunen.
 - Laat kinderen zelf strategieën benoemen voor beter onthouden.
- Bij logopedisten:
 - Combineer de bewegingen met klanken of woorden om spraak en geheugen tegelijk te trainen.
 - Maak reeksen met woorden die rijmen of beginnen met dezelfde klank.



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

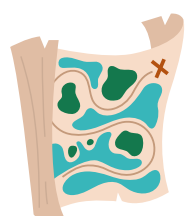
Piratenchunken!

Doel:

Kinderen leren chunken om hun werkgeheugen te versterken en hun geheugen scherp te houden.

Materiaal:

- Zelf samengestelde reeksen woorden (bijvoorbeeld passend bij een piratenthema), eventueel als plaatjes.

**Fase 1 Oriëntatie:**

Inleiding:

- Begin met de introductie van de activiteit. Vertel de kinderen dat ze piraten zijn die hun werkgeheugen moeten versterken om succesvol een schat te vinden. Leg uit dat ze een geheugentraining gaan doen met een techniek die 'chunken' heet. Dit betekent dat ze woorden moeten combineren in groepen, zoals een piratenkapitein schatten in een kist stopt!

Vertel wat 'chunken' betekent:

- Leg uit dat chunken betekent dat je een lange lijst van woorden in kleinere, makkelijker te onthouden groepen verdeelt. Bijvoorbeeld: kast en stoel zijn meubels, appel en banaan zijn fruit.

**Fase 2a Leerkracht aan het roer:**

Voorbeeld geven:

- Zeg de woordenlijst voor de klas: kast, appel, emmer, banaan, schep, stoel, bank.
- Vraag de kinderen of ze een manier weten om deze woorden makkelijker te onthouden. Geef vervolgens voorbeelden van hoe je de woorden zou chunken, bijvoorbeeld: "De kast en stoel zijn meubels. De appel en banaan zijn fruit."

Actie:

- Vraag de kinderen om na te denken over andere manieren om de woorden in groepen te zetten. Dit helpt om ze meer betrokken te maken en na te denken over de relaties tussen de woorden.



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

Piratenchunken!



Fase 2b: Leerlingen aan het roer:

Oefenen met de klas:

- Laat de kinderen de zelf samengestelde reeks woorden proberen te chunken. Dit kan zowel met woorden als met plaatjes die je omdraait na het benoemen.

Begeleiding:

- Loop rond en observeer de kinderen. Geef extra ondersteuning aan leerlingen die moeite hebben met het chunken. Vraag hen bijvoorbeeld of ze de woorden in verschillende groepen kunnen stoppen (bijvoorbeeld: voedsel, meubels, enz.).



Fase 3: Verankeren

Leg de kinderen uit dat ze een geheugenrace gaan doen, waarbij ze woorden moeten combineren in groepen, zoals een echte piraat een schat op zee moet vinden!

- Verdeel de klas in twee groepen. Elke groep krijgt een reeks woorden die ze moeten chunken, zoals kast, stoel, appel, banaan, kompas, schep, bank, emmer.
- Geef de groepen de opdracht om de woorden in zo min mogelijk tijd te chunken en in de juiste categorieën te plaatsen. De kinderen moeten denken aan verschillende soorten categorieën: meubels, fruit, tools, uitrusting, etc.
- De groep die de meeste woorden correct chunkt en de categorieën goed benoemt, wint de race.

Instructie voor de kinderen:

- “Als piraten moeten we snel denken en de juiste schatten vinden. De tijd tikt, dus we moeten snel werken en de juiste groepen maken! Wat zou een goede groep kunnen zijn voor kast en stoel? Hoe zou je banaan en appel kunnen categoriseren?”

Extra uitdaging:

- Maak het moeilijker door de woordenlijst te verlengen of door nieuwe woorden toe te voegen die niet in dezelfde categorie passen. Bijvoorbeeld, je kunt woorden toevoegen zoals geboorteakte, schatkaart, en harnas (die moeilijker te categoriseren zijn). Dit maakt de race lastiger en dwingt de leerlingen meer na te denken over de verbanden.

Veranker de techniek:

- Na de oefening laat je de leerlingen een kort gesprek voeren over hoe ze de categorieën vonden. Hoe hebben ze de chunken toegepast? Welke woorden waren moeilijk te onthouden en hoe hielpen de categorieën hen? Dit geeft hen de kans om de techniek beter te begrijpen en bewust toe te passen.



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

Piratenchunken!



Fase 4: De buit binnen halen

1. Oefening met moeilijke woordenreeksen:
 - Nu gaan we de uitdaging verder opvoeren. De kinderen krijgen langere reeksen woorden, maar deze keer mogen ze niet op de 'makkelijke' manier chunken. Ze moeten zelf bedenken hoe ze de woorden gaan indelen in meerdere categorieën, bijvoorbeeld: dieren, transport, gereedschap en bediening van schepen.
 - Voorbeeldlijst: kompas, anker, tijger, leeuw, kat, wolk, motor, zeil, piratenvlag.
2. Groepen maken van onbekende woorden:
 - Laat de leerlingen vervolgens deze lijst gebruiken om nieuwe woorden te chunken in meerdere (complexe) groepen. De piraten moeten hun geheugen uitdagen en scherp houden. Dit vereist niet alleen het erkennen van de samenhang tussen woorden, maar ook het aanmaken van extra koppelingen in hun werkgeheugen.
3. De Piraten Schattocht:
 - Laat de leerlingen hun woorden hardop opzeggen en hun categorienamen roepen om ervoor te zorgen dat ze de chunken hebben toegepast. Dit kan ook in een 'schattocht'-setting waar ze zich in teams van 2 tot 3 piraten bevinden die hun eigen schatten zoeken en delen.
 - Geef de kinderen 10-15 minuten om zoveel mogelijk woorden in verschillende categorieën te organiseren en daarna te vertellen wat ze hebben chunkt en waarom. Moedig hen aan om meer creatieve verbanden tussen woorden te leggen, bijvoorbeeld 'motor' en 'zeil' kunnen allebei onder transport vallen.
4. Reflecteren en verbeteren:
5. Na deze oefening vraag je de leerlingen om te vertellen hoe ze de techniek van chunken hebben toegepast. Wat vonden ze moeilijk? Wat hielp hen om het werkgeheugen sterker te maken? Leg de nadruk op het idee dat hoe meer categorieën ze kunnen vinden, hoe gemakkelijker ze hun werkgeheugen kunnen trainen.



Fase 5: Terugblik op het eiland

Evaluatiegesprek:

- Nadat de kinderen de oefeningen hebben gedaan, komen ze samen in een kring.
- Stel vragen zoals:
- "Wat was voor jou de moeilijkste uitdaging tijdens de schattocht?"
- "Hoe hielp het chunken je om de woorden makkelijker te onthouden?"
- "Waarom denk je dat het belangrijk is om je werkgeheugen te trainen, net zoals een piraat zijn zwaard scherp moet houden?"
- "Zouden jullie deze techniek ook kunnen gebruiken in andere situaties, bijvoorbeeld voor schoolwerk of thuis?"



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

Piratenchunken!

Discussie en afronding:

- Geef de kinderen de gelegenheid om hun ervaringen met de piraten Memory Race en Schattocht te delen. Bespreek waarom het belangrijk is om je werkgeheugen goed te trainen en hoe de techniek hen kan helpen bij andere dingen, zoals leren of zelfs het oplossen van problemen in het dagelijks leven.



Bombarderen: Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor werkgeheugen. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeuten:
 - Gebruik fysieke objecten om de kinderen in groepen te laten chunken. Ze kunnen bijvoorbeeld een reeks voorwerpen zoals bal, hoepel, touw, en mat in de juiste categorieën plaatsen (bijvoorbeeld 'spelmaterialen' of 'gymnastiekbenodigdheden'). Dit koppelt de techniek van chunken aan fysieke activiteit en kan helpen bij de ontwikkeling van motorische vaardigheden.
- Bij turnleerkrachten:
 - Organiseer een fysieke activiteit waarbij kinderen in teams werken om woorden of objecten te chunken. Ze moeten bijvoorbeeld een parcours afleggen waarbij ze verschillende voorwerpen verzamelen en in de juiste categorie plaatsen. Dit combineert lichamelijke activiteit met geheugenuitdagingen, ideaal voor het versterken van werkgeheugen op een leuke en actieve manier.
- Bij psychologen/orthopedagogen:
 - Gebruik visuele hulpmiddelen, zoals afbeeldingen van gezichten, dieren, en objecten die kinderen moeten chunken in verschillende emotionele of thematische groepen. Dit helpt niet alleen bij werkgeheugen, maar ook bij het ontwikkelen van emotionele herkenning en zelfregulatie.



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

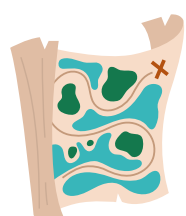
Piratengeheugen: Vind de verborgen schatten

Doel:

Kinderen trainen hun werkgeheugen door het spel memory te spelen.

Materialen:

Letter- of woordmemorykaartjes, gekopieerd op gekleurd papier, gelamineerd en uitgeknipt. (Hergebruik de kaartjes van de les rond schattenreeksen.)

**Fase 1: Oriëntatie**

De bemanning maakt zich klaar voor een uitdagende speurtocht naar verborgen kennis! Leg uit dat piraten een ijzersterk geheugen nodig hebben om geheime schatkaarten te onthouden en aanwijzingen te volgen. Vandaag gaan we ons geheugen trainen met een piratenmemory!

**Fase 2a: Leerkracht aan het roer:**

Tijd om de eerste aanwijzingen te ontdekken! Laat de kinderen kennismaken met de memorykaartjes. Afhankelijk van hun niveau spelen ze met letters of woorden. Wanneer ze een kaartje omdraaien, moeten ze hardop zeggen wat erop staat—zo helpen ze hun geheugen én hun piratenmaten!

- Voor jongere piraten: Gebruik een kleinere set kaartjes.
- Voor ervaren schatzoekers: Voeg extra sets toe in een andere kleur en laat ze beide kleuren matchen.

**Fase 2b: Leerlingen aan het roer:**

Nu gaan de piraten écht aan de slag! Ze oefenen hun geheugen door het memoryspel te spelen.

Variaties om het uitdagender te maken:

- Eenvoudiger: Gebruik minder kaartjes als het spel nog lastig is.
- Moeilijker: Combineer twee kleuren kaartjes. Alleen een set met twee verschillende kleuren is een geldige match!
- Nog moeilijker: Voeg letters en woorden samen. De letters corresponderen met de eerste letter van het woord.

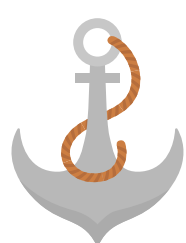
Om de speurtocht nog spannender te maken, kunnen piraten in teams spelen en samenwerken om de meeste schatten (paren) te verzamelen!



Executieve functies

Werken rond werkgeheugen

Piratengeheugen: Vind de verborgen schatten



Fase 3: Verankeren

Nu maken we de oefening uitdagender!

Uitbreiding 1: Maak de reeksen langer en laat de kinderen deze in stappen onthouden. Bijvoorbeeld: eerst drie items, daarna vier, dan vijf...

Uitbreiding 2: Laat de kinderen de reeks na een korte afleiding opnieuw opzeggen. Bijvoorbeeld: stel een korte vraag tussendoor of laat ze even een rondje lopen voordat ze de reeks moeten herhalen.

Uitbreiding 3: Geef de reeks niet alleen visueel, maar ook auditief. Lees een reeks voor zonder te laten zien en laat de kinderen deze onthouden.

Door deze uitdagingen wordt het geheugen nog sterker, net als bij een echte piratenkapitein!



Fase 4: De buit binnen halen

Variatie:

Nu wordt het spel interactiever! Eén leerling krijgt een kaart met een reeks en moet zijn klasgenoten helpen om zichzelf in de juiste volgorde op te stellen. Ieder kind houdt een getal, letter of woord vast. Samen moeten ze de reeks correct neerzetten. Maak de reeksen steeds iets langer en uitdagender.

Extra: Laat de kinderen een eigen 'piratenreeks' maken voor een ander groepje.



Fase 5: Terugblik op het eiland

Reflectievragen

Bespreek de activiteit:

- Wat ging goed?
- Wat was lastig?
- Welke strategie werkt het beste voor jou?
- Laat de kinderen afsluiten met een korte reflectie: "Welke piratentruc ga jij voortaan gebruiken om iets te onthouden?"



Bombarderen: Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor werkgeheugen. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie

Executieve functies

Lessenreeks rond flexibiliteit





Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Piratenstorm

Doel:

Leerlingen oefenen schakelen en omgaan met onverwachte veranderingen.

Materiaal:

- Flashcards met opdrachten (bijv. spring op één been, maak een piratengezicht, raak iets roods aan).
- "Stormkaarten" met opdrachten zoals doe het nu achteruit, gebruik je andere hand, doe het met je ogen dicht.

**Fase 1 Oriëntatie:**

Gesprek over verandering en aanpassen

- Vraag: "Wat gebeurt er als er plots een storm op zee opsteekt?"
- Laat leerlingen voorbeelden bedenken van situaties waarin ze zich in het dagelijks leven moesten aanpassen (bv. "Je wou buiten spelen, maar het begon te regenen").
- Koppel dit aan de piratenwereld: "Goede piraten moeten flexibel zijn. Als de wind draait of de schat ergens anders ligt, moeten ze snel een ander plan bedenken!"

Korte warming-up:

- Laat leerlingen op één manier bewegen (bijv. lopen als een piraat).
- Roep plots: "STORM!" – ze moeten snel iets veranderen (bv. "Loop nu als een dronken piraat!").

**Fase 2a Leerkracht aan het roer:**

Storm op zee!

- Gebruik situatiekaartjes met onverwachte wendingen.
- De leerkracht doet eerst een situatie voor, de klas bekijkt en bespreekt hoe ze zich kunnen aanpassen.
- Voorbeelden van situatiekaartjes:
 - "Je schip vaart de verkeerde kant op! Verander je richting!"
 - "Er is een gat in het dek! Spring op één been!"
 - "De kapitein heeft een nieuw plan! Voer de opdracht nu achteruit uit!"

**Fase 2b: Leerlingen aan het roer:**

Piratenstorm! (Leerlingen spelen in groepjes of duo's.)

- Stap 1: Één leerling trekt een opdrachtkaartje (bv. "Loop als een stoere piraat").
- Stap 2: Een andere leerling trekt een stormkaart (bv. "Doe het nu achteruit!").
- Stap 3: Ze voeren de aangepaste opdracht uit en wisselen daarna om.

Variatie voor oudere leerlingen:

- Laat een leerling de "storm" zijn en bepalen hoe de opdracht verandert.
- Voeg tijdsdruk toe: wie past zich het snelst aan?

Leerkracht observeert en moedigt aan, maar grijpt niet in.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Piratenstorm



Fase 3: Verankeren

Van Plan A naar Plan B

- Leerlingen krijgen een korte opdracht: "Je bent een piraat en je plan mislukt. Wat doe je nu?"
- Ze tekenen of schrijven hoe ze zich aanpassen.
- Bespreek een paar voorbeelden klassikaal.



Fase 4: De buit binnen halen

Flexibiliteitsrad

- Gebruik een rad (of dobbelsteen) om opdrachten te veranderen:
 - Draai 1: "Voer de opdracht met je andere hand uit."
 - Draai 2: "Doe het in slow motion."
 - Draai 3: "Doe het met je ogen dicht."
- Leerlingen moeten zich steeds aanpassen.



Fase 5: Terugblik op het eiland

Reflectievragen:

- Wat vond je moeilijk/makkelijk aan schakelen?
- Wanneer zou je dit kunnen gebruiken in het echte leven?
- Hoe voelde het om snel te moeten wisselen?



Bombarderen: Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Diverse spellen waarin flexibel denken nodig is:

1. Piratenstorm: Zoals eerder gespeeld.
2. Verander-je-stap: Loop normaal → loop nu achteruit → loop als een krab.
3. Kameleonrace: Elke ronde moeten leerlingen een nieuwe manier van bewegen bedenken.
4. Kapitein zegt... met twists: Doe wat de kapitein zegt, maar als hij "storm!" roept, verandert de regel.



Executieve functies

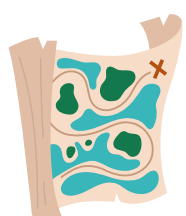
Werken rond flexibiliteit

Flexibele piraten - Meerder oplossingen voor één probleem!

Doel:

Leerlingen oefenen schakelen en omgaan met onverwachte veranderingen.

Materiaal:



- Beurtenbakje met de namen van de kinderen (of een ander manier om willekeurig te kiezen).
- Groot vel papier / poster om oplossingen op te schrijven.
- Probleemkaartjes (met situaties zoals: Je bent je spullen kwijt).
- Piratenelementen voor extra sfeer (bijv. een schatkist, piratenhoed of een vlag).



Fase 1 Oriëntatie:

Emiel en Féline zijn niet zomaar piraten... ze hebben een speciale vaardigheid: Buig Uitmuntend! Dit betekent dat ze, als ze een probleem tegenkomen, altijd meerdere oplossingen bedenken in plaats van zich vast te bijten in één idee. Vandaag gaan we dat ook oefenen!



Bespreek met de kinderen wat het betekent om Buig Uitmuntend te zijn.

Geef een paar herkenbare problemen:

- Je potlood is kwijt!
- Je moet dringend naar de wc, maar iemand is je net voor!
- Je botst tegen iemand op tijdens het spelen!

Hoe zou een gewone piraat hiermee omgaan? En hoe zou een slimme, buigzame piraat dit aanpakken?



Tip: Gebruik piratenpersonages zoals Kapitein Starre Stuurman (die altijd maar één oplossing heeft) en Kapitein Flexibel (die altijd meerdere oplossingen bedenkt).

Fase 2a Leerkracht aan het roer:

Introduceer het concept van meerdere oplossingen bedenken: één oplossing is goed, maar een tweede (of derde!) kan nóg beter zijn.

Geef de volgende problemen en laat samen brainstormen:

- Je bent je spullen kwijt.
- Je schrift is vol.
- Je hebt een plasongelukje.
- Je hebt per ongeluk iets van een ander omgestoten.
- Je bent vergeten eten en drinken mee te nemen.

Vraag: Wat zou een eerste oplossing zijn? En wat nog meer?



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Flexibele piraten - Meerder oplossingen voor één probleem!

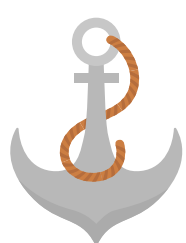


Fase 2b: Leerlingen aan het roer:

- Gebruik een beurtenbakje om willekeurig een leerling te kiezen. Dit kind moet een oplossing bedenken.
- Vraag daarna aan dezelfde leerling om een tweede oplossing te verzinnen.
- Lukt dat niet? Dan mag een andere piraat helpen.
- Herhaal dit met verschillende problemen.

Alternatieve werkvormen:

- RondPraat: In viertallen bedenken kinderen om de beurt een eerste en daarna een tweede oplossing.
- Problemenkaart: Geef elke groep een probleem op een kaartje en laat hen minstens twee oplossingen bedenken.



Fase 3: Verankeren

Nu maken we de opdracht moeilijker!

Uitbreiding 1: Laat de kinderen een derde oplossing zoeken! Soms zit de beste oplossing verstopt bij de derde poging.

Uitbreiding 2: Geef een onlogische oplossing en vraag de kinderen waarom die wel/niet zou werken.

Uitbreiding 3: Speel "Wat als...?" en voeg complicaties toe, zoals:

Wat als je in een ander land bent en je taal niet spreekt?

Wat als je in een boom vastzit?



Fase 4: De buit binnen halen

Variaties

Probleem en Oplossingen Schatkist

- Stop probleemkaartjes in een schatkist.
- Een leerling trekt een kaart en bedenkt minstens twee oplossingen.
- De groep stemt: Welke oplossing is het slimst?

Reeksen van plaatjes

- Gebruik afbeeldingen om problemen uit te beelden. Laat kinderen visueel een reeks van mogelijke oplossingen neerleggen.

Duimpje-feedback

- Kinderen werken in duo's.
- Ze laten elkaar een probleem zien en geven een duim omhoog of duim horizontaal als feedback op de oplossingen.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Flexibele piraten - Meerder oplossingen voor één probleem!



Fase 5: Terugblik op het eiland

- Maak een grote poster met veelvoorkomende problemen en meerdere oplossingen.
- Laat de kinderen deze poster zelf aanvullen met nieuwe ideeën.
- Hang hem op in de klas als geheugensteun.



TIP: Voor kinderen die moeite hebben met flexibiliteit, kun je een visuele dagplanning toevoegen om houvast te bieden. Dit helpt hen zich mentaal voor te bereiden op de volgende dag.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor flexibiliteit. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeut:
 - Leg een parcours uit waarin bij elk obstakel een probleem ligt.
 - Bij elk obstakel moet de leerling twee verschillende oplossingen verzinnen voordat hij verder mag.
- Bij psycholoog/orthopedagoog:
 - Speel situaties uit waarin leerlingen flexibel moeten reageren en alternatieve oplossingen bedenken.
 - Bespreek waarom sommige oplossingen beter werken dan andere.
- Bij turnleerkracht:
 - Laat de kinderen over een evenwichtsbalk gaan. Elke keer dat ze wiebelen, moeten ze een nieuw probleem en twee oplossingen noemen.
- Bij logopedist:
 - Geef een onvolledige zin ("Stel je voor dat je je potlood kwijt bent... Wat kun je doen?").
 - De leerling vult de zin op twee verschillende manieren aan.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

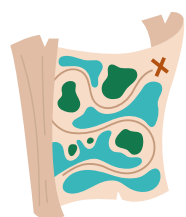
Wat proef of voel je, piraat?

Doel:

Kinderen leren omgaan met situaties waarin op voorhand niet duidelijk is wat er gevoeld of geproefd gaat worden, en ontwikkelen hun Buig Uitmuntendheid om flexibel om te gaan met onzekerheid.

Materiaal:

- Groot doek of laken om voorwerpen onder te verstoppen
- voorwerpen om onder het doek te verstoppen
- blinddoek
- bakjes of potjes met verschillende etenswaren om te proeven
- eventueel beurtenbakje.

**Fase 1 Oriëntatie:**

Aye, piraatjes! We staan op het dek van een piratenschip, maar er hangt iets mysterieus in de lucht. Er ligt een grote doek over een aantal geheime voorwerpen en potjes. Het is tijd om de Buig Uitmuntendheid te ontdekken! Vertel de kinderen dat, net als de bomen die meebuigen met de wind, zij nu moeten leren meebuigen met wat er op hun pad komt, ook al weten ze niet precies wat ze zullen voelen of proeven. Geef aan dat het normaal is om niet te weten wat er gaat komen, maar dat dit helpt om sterker en flexibeler te worden. Emiel en Féline doen dat ook!

**Fase 2a Leerkracht aan het roer:**

Toon de kinderen wat ze gaan doen. Zeg bijvoorbeeld: "Piraat Emiel en Féline moeten vaak om te overleven niet altijd weten wat ze gaan tegenkomen op hun reizen. Dit doen wij door te voelen of te proeven zonder vooraf te weten wat het is!" Laat de kinderen kiezen of ze willen voelen of proeven. Demonstratie: Leg de doek neer en verstop een object eronder. Laat een kind blinddoeken en het object voelen of proeven, waarna je vraagt: "Wat denk je dat het is? Wat voel je?" Bespreek de spanning en de flexibele reactie die van hen verwacht wordt. Als het te spannend is, bespreek dan de strategie van Emiel en Féline: "Blijf rustig, en vertrouw erop dat het goed komt!"



Executieve functies

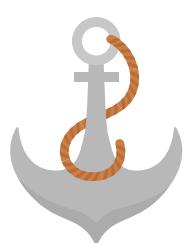
Werken rond flexibiliteit

Wat proef of voel je, piraat?



Fase 2b: Leerlingen aan het roer:

Nu is het tijd om zelf op avontuur te gaan! Laat de kinderen in kleine groepjes werken en hen beurtelings blinddoeken en de voorwerpen voelen of proeven. Ze moeten de objecten raden en tegelijkertijd leren omgaan met de onzekerheid van wat ze gaan ervaren. Als je het gevoel hebt dat de kinderen echt uitgedaagd worden, kun je het beurtenbakje gebruiken om willekeurig kinderen te kiezen. Deze stap vraagt veel van hun Buig Uitmuntendheid, dus stap voor stap aan het werk gaan is het beste!



Fase 3: Verankeren

Na het uitvoeren van de proef, bespreek met de kinderen:

- Was het spannend?
- Hoe voelde je je?
- Zou je het de volgende keer weer hetzelfde doen, of anders?
- Wat zou je tegen een klasgenoot kunnen zeggen die niet durft te voelen of te proeven?

Herhaal de Buig Uitmuntendheid in de klas: "Net zoals Emiel en Féline hun Uitmuntendheden gebruiken om flexibel om te gaan met het onbekende, kunnen wij dat ook doen! We vertrouwen erop dat het goed komt, zelfs als we niet precies weten wat er gaat gebeuren." Maak het visueel door bijvoorbeeld een poster te maken met de Buig Uitmuntendheid en wat het betekent voor de kinderen.



Fase 4: De buit binnen halen

Nu komt de echte uitdaging: Mysterie-activiteiten! Zet een kaart met een vraagteken tussen de geplande activiteiten op de dag. Dit is een activiteit die de kinderen pas op het moment zelf te weten komen. Bijvoorbeeld:

- Lezen
- Turnen
- ???
- Pauze
- Teken
- Taak

De kinderen kunnen pas later ontdekken wat er achter de vraagteken ligt, en ze moeten zich voorbereiden op de onverwachte taak die komt. Dit doet een beroep op hun flexibiliteit en cognitieve veerkracht. Je kunt ervoor kiezen om mysterie-activiteiten ook in de klas te integreren, zoals een mysteriedoos die ze pas mogen openen als ze hun taak hebben voltooid. Het zorgt voor een gevoel van spanning en nieuwsgierigheid, waarbij de kinderen niet altijd precies weten wat ze kunnen verwachten.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Wat proef of voel je, piraat?



Fase 5: Terugblik op het eiland

Aan het einde van de activiteit, bespreek met de kinderen wat ze hebben geleerd:

- Wat was het moeilijkste?
- Hoe hebben ze zich flexibel aangepast?
- Wat zouden ze anders doen de volgende keer?

Bespreek ook wat ze geleerd hebben over hun Buig Uitmuntendheid en hoe ze deze vaardigheid in de toekomst kunnen gebruiken om zich aan te passen aan onbekende situaties.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor flexibiliteit. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeut:
 - Balans en flexibiliteit: Werk met kinderen aan balans- en coördinatie-oefeningen, waarbij ze zonder te weten wat er komen gaat, van de ene naar de andere positie moeten bewegen, zoals het "mysterie-duikspel" waarbij ze een beweging moeten uitvoeren die de therapeut spontaan aanwijst. Dit helpt hen om hun fysieke flexibiliteit te vergroten en tegelijkertijd hun mentale Buig Uitmuntendheid te versterken.
- Bij psycholoog:
 - Cognitieve flexibiliteit: Organiseer een activiteit waarbij kinderen zich in een situatie moeten verplaatsen waarin ze niet weten wat er gaat komen, zoals het mysterie-spel, en ze daarna moeten reflecteren op hoe ze zich voelde en hoe ze hun flexibiliteit hebben toegepast. Dit kan in gespreksvorm, waarbij de kinderen hun gedachten ordenen en leren omgaan met onzekerheid.
- Bij turnleerkracht:
 - Flexibele beweegactiviteiten: Geef kinderen oefeningen waarbij ze hun bewegingen niet vooraf kennen, zoals het "mysterie-krachtspel" waarbij ze op basis van signalen (geluid, visuele aanwijzingen) een beweging moeten kiezen zonder vooraf te weten wat er gaat gebeuren. Dit bevordert zowel fysieke als cognitieve flexibiliteit.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Wat proef of voel je, piraat?

- Bij orthopedagoog:
 - Ondersteunen in onzekerheid: Werk met kinderen op het gebied van sociale flexibiliteit, door bijvoorbeeld rollenspellen waarin ze zich in situaties moeten verplaatsen zonder dat ze weten wat er komt, zoals de mysterie-doos of de mysterie-activiteit. Hierdoor leren ze flexibel omgaan met onverwachte veranderingen in sociale situaties.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

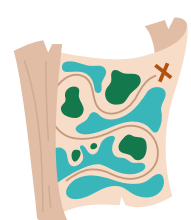
Maak het avontuur van de schatzoekers af:

Doel: Kinderen leren een verhaal uit handen geven, en daarmee de controle over het verloop, wat hun Buig Uitmuntendheid versterkt.

Materiaal:

- Schrijfgerei
- papier

Fase 1: Oriëntatie



Vertel de kinderen dat ze samen op een spannend avontuur gaan. Ze zijn de piraten die een schat zoeken, maar het pad naar de schat is onvolledig en onzeker. De kinderen moeten het verhaal samen afmaken, en daarmee leren ze om de controle niet altijd zelf in handen te houden. Leg uit dat dit een oefening is in flexibiliteit, omdat ze niet weten hoe het verhaal zal eindigen, maar toch moeten ze hun creativiteit gebruiken om een spannend einde te verzinnen. Dit helpt hen om Buig Uitmuntendheid te ontwikkelen, door de controle te delen en mee te werken aan iets nieuws.

Fase 2a: Leerkracht aan het roer



Begin zelf met het schrijven van het eerste deel van een avontuur, bijvoorbeeld een piratenverhaal. Lees de eerste paar zinnen hardop voor en stop dan halverwege het verhaal. Maak de kinderen nieuwsgierig naar wat er verder gebeurt! Bijvoorbeeld:

"De piraten waren op zoek naar de grote schat, maar plotseling begon de zee te beven. Er kwam een enorme storm opzetten! Ze vochten tegen de golven, maar hun schip leek te zinken. Het was tijd om een beslissing te nemen..."

Laat vervolgens een leerling het verhaal afmaken. Ze mogen het verhaal in hun eigen woorden afronden. Zo leren ze dat ze de controle over het verhaal aan anderen moeten geven en tegelijkertijd hun creativiteit kunnen gebruiken om de gebeurtenissen verder te laten verlopen.

Fase 2b: Leerlingen aan het roer



Nu mogen de kinderen zelf aan de slag. Laat ze beginnen met het schrijven van hun eigen avontuur, bijvoorbeeld een verhaal over piraten die een mysterie moeten oplossen. Na een bepaald aantal minuten geef je het teken dat ze hun verhaal moeten ruilen met een ander kind. Nu is het de taak van het nieuwe kind om het verhaal af te maken. Dit versterkt het idee van flexibiliteit: ze moeten leren omgaan met een verhaal dat niet helemaal hun eigen idee is en het afmaken volgens de ideeën van een ander.



Executieve functies

Werken rond flexibiliteit

Maak het avontuur van de schatzoekers af:



Fase 4: Verankeren

Voor de verdieping kun je een variatie toepassen, waarin de kinderen niet alleen het verhaal afmaken, maar ook bepaalde elementen van het verhaal moeten aanpassen. Bijvoorbeeld, ze kunnen worden gevraagd om een plotwending toe te voegen, zoals het ontdekken van een verborgen eiland of een onverwachte verrassing tijdens de zoektocht. Dit biedt hen de gelegenheid om hun verbeelding verder te gebruiken, terwijl ze leren omgaan met veranderingen en onverwachte wendingen in het verhaal.



Fase 5: De buit binnen halen

Als variatie kun je kinderen opdrachten geven waarbij ze de samenwerkingsregels moeten toepassen. Laat ze bijvoorbeeld in paren werken, waarbij ze om de beurt zinnen toevoegen aan een gezamenlijk verhaal. Elke zin kan de richting van het verhaal beïnvloeden, en de kinderen moeten elkaars ideeën accepteren en gebruiken om hun verhaal voort te zetten. Dit bevordert samenwerking en flexibiliteit, en kinderen leren dat het niet altijd nodig is om alles zelf te controleren.



Fase 6: Terugblik op het eiland

Bespreek na de activiteit kort met de kinderen wat ze van het ruilen van verhalen vonden.

- Vonden ze het lastig om de controle over hun verhaal los te laten?
- Hoe hebben ze het gevoel van flexibiliteit ervaren?
- Vond iedereen het moeilijk om in een ander verhaal in te stappen?
- Leg uit dat deze activiteit hen helpt om Buig Uitmuntendheid te ontwikkelen, omdat ze moesten samenwerken, flexibiliteit tonen en de controle delen. Vraag of ze andere situaties kunnen bedenken waarin ze moeten samenwerken of flexibel moeten zijn en vertel dat deze oefening hen hierbij helpt.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor flexibiliteit. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.



TIP:

Kinderen die moeite hebben met Buig Uitmuntendheid vinden het vaak lastig om samen te werken, omdat ze de controle graag in eigen handen houden. Het is belangrijk om hen te ondersteunen bij het oefenen van samenwerken, omdat ze hierdoor leren om andere perspectieven te accepteren. Gebruik coöperatieve werkvormen en stel samenwerkingsregels op die de kinderen kunnen volgen om succeservaringen te creëren. Zo leren ze de waarde van het delen van ideeën en het samenwerken aan een gezamenlijk doel.

Executieve functies

Lessenreeks rond emotieregulatie





Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

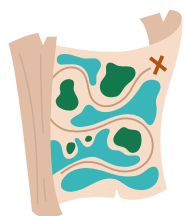
Piratenavontuur: De brief van de emoties

Doel:

Leerlingen leren verschillende gevoelens uitbeelden en herkennen, zodat ze hun emoties kunnen gebruiken om zelfkennis te vinden.

Materiaal:

- Witte envelop
- blanco vel A4 papier
- plaatjes van basisemoties
- eventueel doos met gleuf

**Fase 1 Oriëntatie:**

Ahoy, piraten! Vandaag gaan we op een avontuur om de schat van de emoties te vinden! Maar om deze schat te ontdekken, moeten we eerst leren hoe we onze emoties kunnen begrijpen en uitbeelden, zodat we onszelf beter kunnen leiden op onze zoektocht. We hebben een geheime brief die ons naar de schat zal leiden, maar alleen als we de juiste emotie kunnen uitbeelden en begrijpen!

Activiteit:

- De piraten leren dat emoties belangrijk zijn voor ons avontuur. Ze ontdekken dat emoties ons kunnen helpen om de juiste keuzes te maken, zoals een goede kapitein!

**Fase 2a Leerkracht aan het roer:**

Jij, de kapitein, laat zien hoe het werkt.

- Doe het zelf voor: Je hoort een "plof" van de brief die in de brievenbus valt. Als kapitein ben jij de bewoner van het schip en moet je de brief openen en uit de envelop halen.
- Stap 1: De brief is leeg, maar jij moet de piraten laten zien welke emotie je voelt. Is het een blij boodschap? Of misschien een verdrietige of boze boodschap? Voordat je de brief leest, moet jouw gezicht de emotie verraden.
- Stap 2: Laat de piraten raden: Wat zou erin staan? Wat voel jij? Gebruik je gezicht en lichaam om de emotie duidelijk uit te beelden.

Gebruik de plaatjes met basisemoties om jezelf te helpen en de piraten te ondersteunen als ze het moeilijk vinden om de juiste emotie te herkennen.

**Fase 2b: Leerlingen aan het roer:**

Na het demonstreren, is het tijd voor de piraten om zelf te oefenen.

- Laat een paar piraten de brief ontvangen en zelf een emotie uitbeelden. Ze moeten daarna de juiste emotie identificeren en benoemen.



Tip voor de piraten: Als je het moeilijk vindt om je emoties uit te beelden, bedenk dan iets dat jou boos, blij, bang of verdrietig zou maken. Dit helpt je om de emotie beter uit te beelden.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Piratenavontuur: De brief van de emoties

Vervolg:

- De andere piraten moeten raden welke emotie uitbeeldt wordt.
- Je kunt de piraten helpen door emoties uit de plaatjes van basisemoties te gebruiken om hen te ondersteunen bij het herkennen.



Fase 3: Verankeren

Maak het nu uitdagender!

- In plaats van de piraten zelf een emotie te laten kiezen, fluister jij als kapitein de emotie in hun oor.
- Ze moeten de emotie uitbeelden zonder te weten welke het is.
- De andere piraten moeten raden welke emotie ze uitbeelden. Dit verhoogt de moeilijkheidsgraad, omdat de piraten nu moeten vertrouwen op de aanwijzingen van hun eigen lichaam en gezichtsuitdrukkingen, zonder een plaatje om op te steunen.

Reflectie met de piraten:

- Kunnen de piraten de emotie goed uitbeelden zonder hulp van een plaatje? Hoe voelde het om een emotie in stilte te uitbeelden?



Fase 4: De buit binnen halen

Variaties

- Na het uitbeelden van de emoties, gaan we verder met het versterken van het begrip.
- Moeilijker: Laat de piraten niet alleen de emotie uitbeelden, maar laat ze nu ook nadenken over wat ze zouden voelen als ze de brief kregen. Wat zou er in de brief kunnen staan om die emotie op te roepen?
- Reflectie: Vraag de piraten welke gedachten of herinneringen de emotie oproepen. Ze moeten nu ook nadenken over waarom ze de emotie voelen.
- De piraten kunnen nu verder werken met de emotie-kaartjes: Ze steken het kaartje op dat past bij de emotie die ze uitbeelden.



Fase 5: Terugblik op het eiland

Het is tijd om de schat van emoties te vinden! Reflecteer met de piraten over de activiteit.

- Reflectievragen voor de piraten:
- Hoe voelde je je tijdens de activiteit?
- Wat vond je moeilijker: de emotie zelf uitbeelden of het raden van de emotie?
- Waarom denk je dat het belangrijk is om emoties te herkennen en te begrijpen als piraten?
- Wat zou je tegen een andere piraat zeggen die niet weet hoe hij zijn emoties moet uiten?



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Piratenavontuur: De brief van de emoties

- Welke andere manieren zou je kunnen gebruiken om je emoties uit te drukken als je op avontuur gaat?
- Samenvatting: Door je emoties te begrijpen en uit te beelden, ben je sterker geworden als piraat! Dit maakt het makkelijker om moeilijke situaties op onze zoektocht naar de schat het hoofd te bieden.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor emotieregulatie. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeut:
 - Emotionele bewegingsspel: Emoties uitbeelden door fysieke bewegingen (bijv. boze piraat stampen, blij piraat rennen).
 - Fijne motoriek: Brieven in een kleine doos stoppen, zelfbeheersing oefenen.
 - Zelfregulatie via beweging: Leren kalmeren door ademhalingsoefeningen of rustige lichaamshouding.
- Bij psycholoog/orthopedagoog:
 - Emotionele zelfreflectie: Emotioneel dagboek bijhouden, reflecteren op gevoelens tijdens de activiteit.
 - Rollenspel: Emoties verder onderzoeken door vragen zoals "Wat doe je als je boos bent?".
 - Sociale verhalen: Emoties herkennen in scenario's, bijvoorbeeld angst voor een storm.
- Bij turnleerkracht:
 - Emotionele hindernisbaan: Fysieke taken gekoppeld aan emoties (bijv. springen voor blijdschap, kruipen voor verdriet).
 - Bewegingsspel: Snel reageren op emoties door gerichte bewegingen.
 - Ademhalingsoefeningen: Kalm blijven en emoties reguleren door gecontroleerde ademhaling.
- Bij logopedisten:
 - Emotiecommunicatie: Emoties uiten met woorden en lichaamstaal.
 - Non-verbale communicatie: Herkennen van emoties aan de hand van gezichtsuitdrukkingen en houdingen.
 - Verhalen vertellen: Oefenen met het benoemen en uitleggen van emoties in verhalen of rollenspellen.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

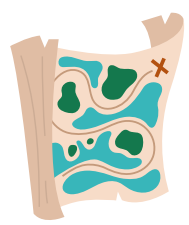
De schatkist van rust

Doel:

Kinderen leren door middel van mindfulness rust bij zichzelf te vinden.

Materiaal:

Een vrije ruimte

**Fase 1 Oriëntatie:**

Begin de activiteit door de kinderen uit te leggen dat ze een avontuur gaan beleven, een reis naar een kalme en rustige plek. Vertel hen dat we allemaal wel eens een storm in onszelf voelen, bijvoorbeeld als we boos, verdrietig of bang zijn. Maar, net als een kapitein van een schip, kunnen we de storm kalmeren door diep in- en uit te ademen, precies zoals de ademhaling ons helpt om rust te vinden. Geef ze de verwachting mee dat we samen gaan oefenen hoe we onze gevoelens kunnen reguleren met behulp van ademhaling.

**Fase 2a Leerkracht aan het roer:**

Vraag de kinderen om op hun rug te gaan liggen, met hun ogen dicht en hun handen op hun buik. Vertel ze dat ze zich een rustige zee moeten voorstellen die kalm aan het rollen is, net als hun ademhaling.

Lees vervolgens het verhaal voor op een rustig tempo en geef de kinderen aanwijzingen om mee te ademen:

"Emiel komt van school. Hij kijkt verdrietig, er is op school iets gebeurd.

Adem in, adem uit...

We eten niet wat er gebeurd is, maar wij gaan Emiel helpen.

Wij ademen die in en uit. Voel je buik op- en neergaan...

Emiel komt thuis en rent meteen naar zijn kombuis.

Adem in, adem uit...

Hij verstopt zijn hoofd in zijn kussen en huilt zacht. Wij gaan Emiel helpen.

Adem in, adem uit..."

Herhaal dit proces waarbij de kinderen elke keer met de ademhaling mee doen. Zorg ervoor dat je de ademhaling benadrukt bij de interpunctie van de tekst. Help ze in hun fantasie om een kalme zee te voelen bij elke ademhaling.

**Fase 2b: Leerlingen aan het roer:**

Vraag de kinderen om zelf de ervaring te herhalen. Laat ze liggen en hun ademhaling volgen, net zoals je dat eerder hebt gedaan. Je kunt de kinderen zachtjes aanmoedigen om bij hun buik te voelen en zich voor te stellen dat ze zelf een schip zijn dat de rustige zee opvaart. Hoe langer ze zich concentreren op hun ademhaling, hoe rustiger ze zullen voelen.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

De schatkist van rust



Fase 3: Verankeren

Voor de verdieping kun je kinderen vragen om bij zichzelf na te denken over een situatie waarin ze zich verdrietig, boos of bang voelden. Laat ze in gedachten dezelfde ademhalingsoefening doen en deze emoties rustig de baas worden. Dit biedt hen de kans om mindfulness toe te passen op hun eigen emoties, waarbij ze door ademhaling leren hun gevoelens te reguleren. Geef ze tijd om dit rustig te doen.



Fase 4: De buit binnen halen

Variaties

Geef kinderen de gelegenheid om de techniek toe te passen als ze even willen terugtrekken om rustig te worden. Introduceer de "schildpad" techniek, waarbij ze zich in een 'schildpad' positie op hun tafel kunnen verstoppen. Ze leggen hun armen op de tafel, hun hoofd op hun armen en de tweede arm over hun hoofd. Dit geeft ze een moment van rust binnen de klas, een time-out zonder dat ze de groep hoeven te verlaten.



Fase 5: Terugblik op het eiland

Bespreek na de oefening kort met de kinderen:

- Wanneer voelden ze zich rustig? Was dat meteen of pas na een paar ademhalingen?
- Voelden ze zich ongemakkelijk? Hoe konden ze zichzelf beter helpen in die momenten?
- Leg uit dat deze techniek hen kan helpen bij gevoelens zoals verdriet, angst of boosheid en dat het een hulpmiddel is om weer rustig te worden. Stimuleer de kinderen om mindfulness regelmatig te oefenen, zodat ze het steeds gemakkelijker kunnen gebruiken in moeilijke momenten.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor emotieregulatie. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.



TIP:

Geef kinderen regelmatig de gelegenheid om zichzelf te kalmeren en hun gedachten te ordenen, bijvoorbeeld door het schildpad-systeem. Dit helpt niet alleen de kinderen om rustig te blijven, maar versterkt ook hun vermogen om emoties te reguleren en op een meer beheerste manier met uitdagingen om te gaan.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

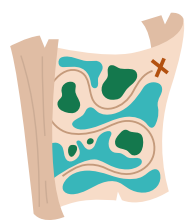
Gevoelens aan dek!

Doel:

Kinderen leren emoties te herkennen en uit te beelden door middel van een toneelstukje.

Materiaal:

- 1 set plaatjes met basisemoties, losgeknipt
- Een zak of tas
- Eventueel extra plaatjes met emoties

**Fase 1 Oriëntatie:**

De bemanning verzamelt zich op het dek! Piraten hebben niet alleen sterke spieren nodig, maar ook een sterk hart. Vandaag leren we hoe we onze gevoelens kunnen herkennen en laten zien—net als een echte piraat die zijn bemanning begrijpt en leidt!

Fase 2a Leerkracht aan het roer:

Tijd om de opdracht te ontdekken! Verdeel de klas in groepjes van vier tot vijf kinderen. Ieder groepje krijgt een geheime schat: een emotie.

Hoe? Alle plaatjes met emoties gaan in een zak of tas. Elk groepje trekt één emotie en bedenkt een kort toneelstukje waarin deze emotie duidelijk naar voren komt. Ze mogen zelf bedenken waar hun toneelstuk zich afspeelt:

- Op een piratenschip in een storm
- Op een onbewoond eiland vol geheimen
- In de zee, waar iets spannends gebeurt

Belangrijke regels voor het toneelstuk:

- Ieder kind heeft een rol
- Het verhaal heeft een begin, midden en eind
- De emotie moet goed zichtbaar zijn voor de toeschouwers

**Fase 2b: Leerlingen aan het roer:**

De piraten gaan aan de slag! In hun groepjes oefenen ze hun toneelstukje. Ze overleggen, oefenen en bedenken hoe ze de emotie zo goed mogelijk kunnen uitbeelden.

Variatie: Laat de spelers halverwege het toneelstukje bevroren. Vraag de toeschouwers wat ze denken dat er gaat gebeuren en hoe het verhaal zou kunnen aflopen. Dit traint niet alleen het inleven in emoties, maar ook Buig Uitmuntendheid—het flexibel denken in mogelijkheden en oplossingen!



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Gevoelens aan dek!



Fase 3: Verankeren

Nu maken we de activiteit uitdagender en verdiepen we het begrip van emoties!

Uitbreiding 1: Dubbele emoties

- Laat elk groepje niet één, maar twee emoties trekken. Ze moeten deze beide in hun toneelstukje verwerken. Zo leren de kinderen dat gevoelens kunnen veranderen en dat iemand zich niet altijd maar op één manier voelt.

Uitbreiding 2: Emoties wisselen

- Speel het toneelstukje opnieuw, maar met een twist! Geef het groepje een nieuwe emotie en laat ze hun scène aanpassen. Hoe zou het verhaal eruitzien als de boze kapitein nu verdrietig is? Of als de bange piraat ineens superblij wordt?

Uitbreiding 3: Improviseren als een echte piraat

- speel een piratenversie van 'Wie ben ik?'. Eén leerling speelt een emotie uit zonder te spreken, terwijl de anderen moeten raden welke emotie het is. De moeilijkheidsgraad kan worden verhoogd door alleen lichaamshouding en gezichtsuitdrukkingen te gebruiken.

Door deze uitbreidingen wordt de activiteit niet alleen leuker, maar blijven de kinderen echt nadenken over emoties en hoe deze kunnen veranderen in verschillende situaties.



Fase 4: De buit binnen halen

Het is showtime! De piraten bemanning verzamelt zich en de toneelstukjes worden opgevoerd. De rest van de klas mag raden welke emotie het groepje heeft uitgebeeld.

Extra uitdaging: Laat de kinderen experimenteren met verschillende scenario's. Hoe zou hetzelfde verhaal eruitzien als de emotie verandert? Hoe ziet een boze kapitein eruit in vergelijking met een verdrietige of een enthousiaste?



Fase 5: Terugblik op het eiland

Bespreek de activiteit:

- Welke emoties waren makkelijk te herkennen?
- Welke waren moeilijker?
- Hoe voelde het om een emotie uit te beelden?
- Hoe kun je deze oefening gebruiken om anderen beter te begrijpen?

Piratentruc voor het dagelijks leven:

Bij een echt piratenavontuur kunnen er soms botsingen zijn. Net zoals piraten na een storm hun schip herstellen, kunnen ook kinderen na een ruzie iets aardigs voor elkaar doen. Dit helpt om gevoelens te verwerken en de vriendschap weer te versterken.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Gevoelens aan dek!



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor emotieregulatie. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeut:
 - Laat kinderen emoties uitbeelden met beweging: hoe loopt een blijde piraat? Hoe beweegt een bange piraat?
 - Werk met houdingen: laat kinderen een 'bevroren standbeeld' maken van een emotie. Kunnen anderen raden welke het is?
 - Gebruik materialen zoals een grote bal of touwen om de emoties nog tastbaarder te maken (bijvoorbeeld: een kind trekt met een touw aan een denkbeeldige schat, maar voelt zich 'frustratie' omdat het niet lukt).
- Bij psycholoog/orthopedagoog:
 - Werk met poppetjes of figuren en laat kinderen een situatie naspelen waarin emoties een rol spelen.
 - Laat kinderen een 'piraatdagboek' maken waarin ze tekenen of schrijven over een emotie die ze die dag voelden.
 - Gebruik emotie-kaarten om een gesprek te starten: "Wanneer voelde jij je als deze piraat?"
- Bij turnleerkracht:
 - Maak een 'emotieparcours': bij elke hindernis hoort een emotie. De kinderen moeten zich bewegen zoals een piraat met dat gevoel (bijvoorbeeld: over de evenwichtsbalk als een zenuwachtige piraat, klimmen als een boze piraat).
 - Laat kinderen in duo's werken waarbij de ene de emotie uitbeeldt en de andere hem probeert te kalmeren met beweging (bijvoorbeeld: een gestreste piraat ontspant door langzaam mee te bewegen met een vriend).
- Bij logopedisten:
 - Laat kinderen emoties benoemen terwijl ze een spraak- of articulatieoefening doen (bijvoorbeeld: "Ik zeg dit woord boos, ik zeg het nu blij").
 - Werk met stemgebruik: hoe klinkt een blijde piraat? Hoe klinkt een verdrietige piraat?
 - Speel een rollenspel waarin een piraat iets moet vertellen met een bepaalde emotie, en de andere kinderen raden welke emotie dat was.



Executieve functies

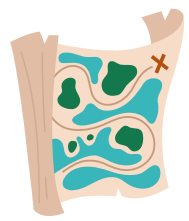
Werken rond emotieregulatie

Op zoek naar de gevoelsschat!

Doel:

De leerlingen leren emoties te herkennen door middel van afbeeldingen en leren deze emoties te sorteren. Ze ontwikkelen de vaardigheid om gevoelens te identificeren en begrijpen.

Materiaal:



- Tijdschriften en oude kranten
- Lijm
- A3-papier, in zessen gedeeld
- Digibord
- Boosheidsthermometer
- Rustgevend muziek (YouTube) voor de afronding
- Piratenattributen zoals hoeden of ooglapjes (optioneel, voor sfeer)

Fase 1 Oriëntatie:



De leerkracht legt uit dat de leerlingen piraten zijn die op zoek gaan naar de 'Schateilanden van Gevoelens'. Elke piraat moet verschillende emoties herkennen en deze op de juiste eilanden (categorieën) plaatsen. De basisemoties zijn als schatvinders die we moeten ontdekken en onderzoeken: boos, blij, bang en bedroefd. Maar er zijn ook andere schatten die niet meteen in deze categorieën passen, zoals verrassingen en trots.

Fase 2a Leerkracht aan het roer:

- De leerkracht maakt een voorbeeld-collage op het digibord en laat zien hoe je plaatjes van verschillende emoties in de juiste vakken kunt plaatsen. De leerkracht maakt duidelijk dat er vier vakken zijn voor de basisemoties en twee lege vakken voor andere gevoelens die we als piraten onderweg kunnen tegenkomen.
- De leerkracht legt uit waarom bepaalde plaatjes passen bij specifieke emoties en waarom andere plaatjes in de lege vakken moeten komen.



Fase 2b: Leerlingen aan het roer:

- De leerlingen werken in kleine groepen. Ze krijgen A3-papier in zessen gedeeld, met in vier vakken de basisemoties (boos, blij, bang, bedroefd) en twee lege vakken voor andere emoties. Ze gaan op zoek naar plaatjes in tijdschriften en kranten die emoties uitbeelden en deze in de juiste vakken plakken.
- De leerlingen kunnen ook op zoek gaan naar unieke emoties die niet in de basisemoties vallen, zoals verrast, trots, of schaamte. Deze plaatsen ze in de lege vakken.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Op zoek naar de gevoelsschat!



Fase 3: Verankeren

- De leerlingen krijgen de opdracht om individueel na te denken over een keer dat zij zich een bepaalde emotie hebben gevoeld. Ze moeten een plaatje tekenen of knippen dat die emotie vertegenwoordigt en het in het juiste vakje van hun eigen gevoelencollage plaatsen.
- Ze krijgen tijd om hun keuzes uit te leggen aan de leerkracht of een medeleerling.



Fase 4: De buit binnen halen

- De leerlingen mogen hun eigen 'piratenschat' delen door rond te lopen en de collages van anderen te bekijken. Ze kunnen dan aanwijzen welke plaatjes ze verrassend vinden of waarom ze denken dat een bepaalde emotie anders gepresenteerd kan worden.
- Een alternatief is om ze een video te laten zien met verschillende emoties en daarna in groepjes te laten beslissen welke emotie waar hoort op hun schatkaart (collage).



Fase 5: Terugblik op het eiland

- De leerkracht bespreekt met de leerlingen wat ze hebben geleerd over emoties. Welke emoties kwamen ze tegen tijdens hun zoektocht naar de schat? Welke emoties hebben ze misschien voor het eerst herkend?
- Ze reflecteren op de verschillende keuzes die ze maakten bij het plaatsen van de plaatjes. Wat vonden ze moeilijk en waarom? Wat vonden ze juist makkelijk?
- De leerkracht stelt vragen zoals: "Wat zou jij doen als je je boos voelde, net zoals de piraten op een stormachtige zee?" De leerlingen kunnen hierover praten in hun tafelgroepjes.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor emotieregulatie. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeut:
 - Stimuleer de leerlingen om even te bewegen of op te staan bij het zoeken naar plaatjes. Dit helpt om de focus te behouden en bevordert de motorische vaardigheden.
 - Zorg ervoor dat de werkplek comfortabel is. Eventueel kunnen leerlingen met emotiekaarten bewegen in de ruimte als ze hun emoties benoemen.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Op zoek naar de gevoelsschat!

- Bij psycholoog/orthopedagoog:
 - Ondersteun leerlingen met het herkennen en benoemen van emoties die mogelijk niet meteen herkenbaar zijn voor hen. Geef ze extra tijd en ruimte om over hun emoties te praten.
 - Gebruik visuele ondersteuning om de leerlingen te helpen bij het benoemen van complexe emoties zoals 'onzeker' of 'gespannen'.
- Bij turnleerkracht:
 - Zorg voor een bewegingsmoment waar leerlingen in kleine groepen verschillende 'piratenmissies' uitvoeren waarbij ze verschillende emoties door beweging uitdrukken, bijvoorbeeld: "Hoe zou een piraat zich boos voelen als hij zijn schat verloren heeft?"
 - Voeg een fysieke activiteit toe waarbij ze hun emoties uitbeelden door middel van drama- of bewegingsoefeningen.
- Bij logopedisten:
 - Let op de taalgebruik en communicatie van de leerlingen bij het uitleggen van hun keuzes van plaatjes. Stimuleer ze om duidelijke beschrijvingen te geven van hun emoties.
 - Werk samen met de leerlingen aan het vergroten van hun vocabulaire rondom gevoelens, bijvoorbeeld door piratenwoorden zoals "ontgoocheld" of "trionfantelijk" toe te voegen.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

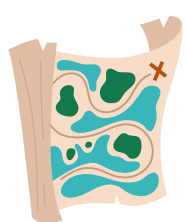
Het knappe kompas

Doel:

De leerlingen leren verschillende strategieën om hun gevoelens te reguleren en zo op een gepaste manier te reageren in verschillende situaties.

Materiaal:

- Visuele weergave van het Knappe Kompas
- FlitsKaarten met situaties die verschillende emoties oproepen
- Oefenbladen waarop leerlingen hun emoties en reacties kunnen noteren
- Kleine kompas-afbeeldingen als herinnering
- (Optioneel) Wisbordjes en stiften voor extra oefeningen

**Fase 1 Oriëntatie:**

Start met een kort piratenverhaal waarin een matroos zich boos, verdrietig, blij of bang voelt.

Vraag de bemanning:

- Hoe voelt deze piraat zich?
- Hoe weet je dat?
- Wat zou hij kunnen doen?

Introduceer het Knappe Kompas: een hulpmiddel dat helpt om je eigen emoties te begrijpen en er op een handige manier mee om te gaan.

Motiveer de leerlingen: Vandaag leren we hoe we als slimme piraten ons eigen kompas kunnen aflezen en gebruiken!

**Fase 2 Leerkracht aan het roer:**

Bespreek de vier windrichtingen van emoties:

- Noord: Blij (Je voelt je goed en vol energie!)
- Oost: Bang (Je twijfelt of voelt je onzeker.)
- Zuid: Bedroefd (Je voelt je verdrietig of teleurgesteld.)
- West: Boos (Je voelt spanning en frustratie.)

Laat enkele voorbeelden zien van situaties waarin een kompas in een bepaalde richting wijst en toon hoe je hiermee omgaat.

Gebruik een visuele weergave van het kompas in de klas.

**Fase 3: Leerlingen aan het roer:**

Samen oefenen met de leerkracht

- Gebruik coöperatieve werkvormen zoals Stijgen & Dalen om te bespreken welke emoties ze herkennen in verschillende situaties.
- Laat leerlingen in duo's praten over een moment waarop hun kompas naar een bepaalde emotie wees en hoe ze toen reageerden.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Het knappe kompas



Fase 4: Verankeren

Individueel oefenen

- Leerlingen vullen zelfstandig een oefenblad in waarop ze zelf situaties bedenken waarin hun kompas een bepaalde richting aangaf.
- Ze schrijven op hoe ze hierop reageerden en of ze hun kompas hebben kunnen bijsturen.
- Gebruik FlitsKaarten: een leerling trekt een kaart met een situatie en benoemt hoe hij zijn emoties reguleert aan de hand van zijn kompas.



Fase 5: De buit binnen halen

Verdieping en variatie

- Leerlingen krijgen een nieuwe situatie voorgeschoteld en moeten bedenken welke strategieën ze kunnen gebruiken om hun kompas op koers te houden.
- In TweeGesprek Op Tijd vertellen leerlingen hoe ze hun kompas hebben gebruikt in een situatie.
- Laat leerlingen in Laat Zien opschrijven welke richting hun kompas het vaakst aangeeft en hoe ze daarmee omgaan.



Fase 6: Terugblik op het eiland

Klassikale afsluiting en reflectie

- Bespreek met de klas: Wat heb je geleerd over je emoties? Hoe helpt het kompas je om jezelf beter te begrijpen?
- Laat enkele leerlingen delen hoe zij hun kompas gaan gebruiken in de toekomst.
- Geef elke leerling een kleine afbeelding van een kompas als herinnering om hun emoties in balans te houden.



Bombarderen Inoefenen in de vorm van één of meerdere spelletjes

Spellencircuit voor emotieregulatie. Je kan kiezen uit onze minigames. Deze vind je achteraan terug per executieve functie.

Variaties voor niet klasgebonden collega's:

- Bij kinesisten/ergotherapeut:
 - Gebruik bewegingsoefeningen om emoties te koppelen aan lichaamshouding (bv. hoe ziet een boze of blij houding eruit?).
 - Laat leerlingen via rollenspellen ervaren hoe emoties hun beweging beïnvloeden.
 - Werk met tastbare materialen zoals ballen of touwen om emoties uit te drukken.
- Bij orthopedagogen/psychologen:
 - Bespreek met leerlingen hoe ze hun emotie-kompas kunnen inzetten bij moeilijke situaties.
 - Laat leerlingen reflecteren over hun emoties en copingstrategieën.
 - Gebruik gestructureerde gesprekken om hen te begeleiden bij emotieverwerking.



Executieve functies

Werken rond emotieregulatie

Het knappe kompas

- Bij turnleerkrachten:
 - Verwerk emoties in sport- en spelvormen (bv. een “blij” parcours met sprongen, een “boos” parcours met krachtbewegingen).
 - Laat leerlingen emoties uitbeelden met bewegingen.
 - Speel spelletjes waarin ze leren omgaan met winnen en verliezen.
- Bij logopedisten:
 - Gebruik het emotie-kompas bij spreek- en taalopdrachten.
 - Laat leerlingen emoties benoemen en omschrijven in zinnen.
 - Werk met klankexpressie: hoe klinkt een boze of blijde stem?

Executieve functies

Leerlingenfiches



Zoektocht schatkaart

Inleidende opdracht

In deze les leer je:

Je maakt kennis met de bundel: Het Piratenplan. In deze les ga je raadsels oplossen en aanwijzingen volgen om de schatkaart te vinden. Je oefenend vaardigheden zoals plannen, samenwerken en probleemoplossend denken.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Potloden en papier om notities te maken
- Een werkblad voor de windroos-uitdaging (indien gebruikt)
- Klembord of stevig papier om makkelijker te schrijven
- Puzzelstukjes (afhankelijk van de opdracht)
- Rekenmachine of kladpapier voor de rekensom bij de schatkist
- Een kleine zaklamp (optioneel, als je een extra mysterieuze sfeer wil creëren)

Groepsgenoten:



Aan de slag ...

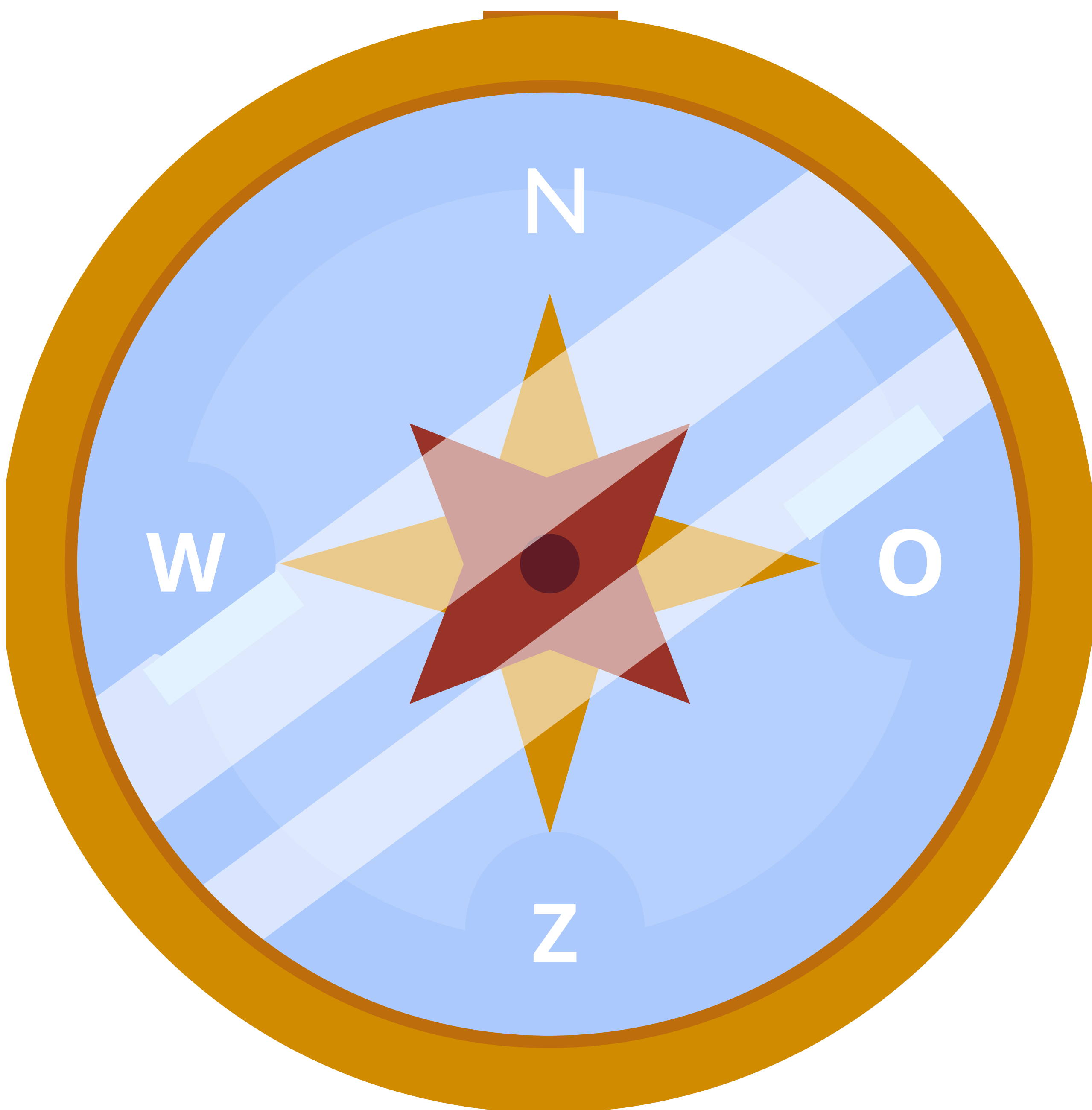


Leerlingen aan het roer

1. Je maakt de volgende opdrachten met jouw groepje:
 - a. De verborgen boodschap: Ontcijferen van een geheime boodschap.
 - b. De puzzel van de kapitein: Puzzelstukjes vinden en in elkaar zetten om een aanwijzing te onthullen.
 - c. De schatkist met het codeslot: Een rekensom oplossen om de code van een gesloten kist te achterhalen.
 - d. De windroos-uitdaging: Een kaart volgen om naar de volgende aanwijzing te navigeren
2. Zijn alle raadsels opgelost? Dan mag je samen op zoek gaan naar de schatkaart.

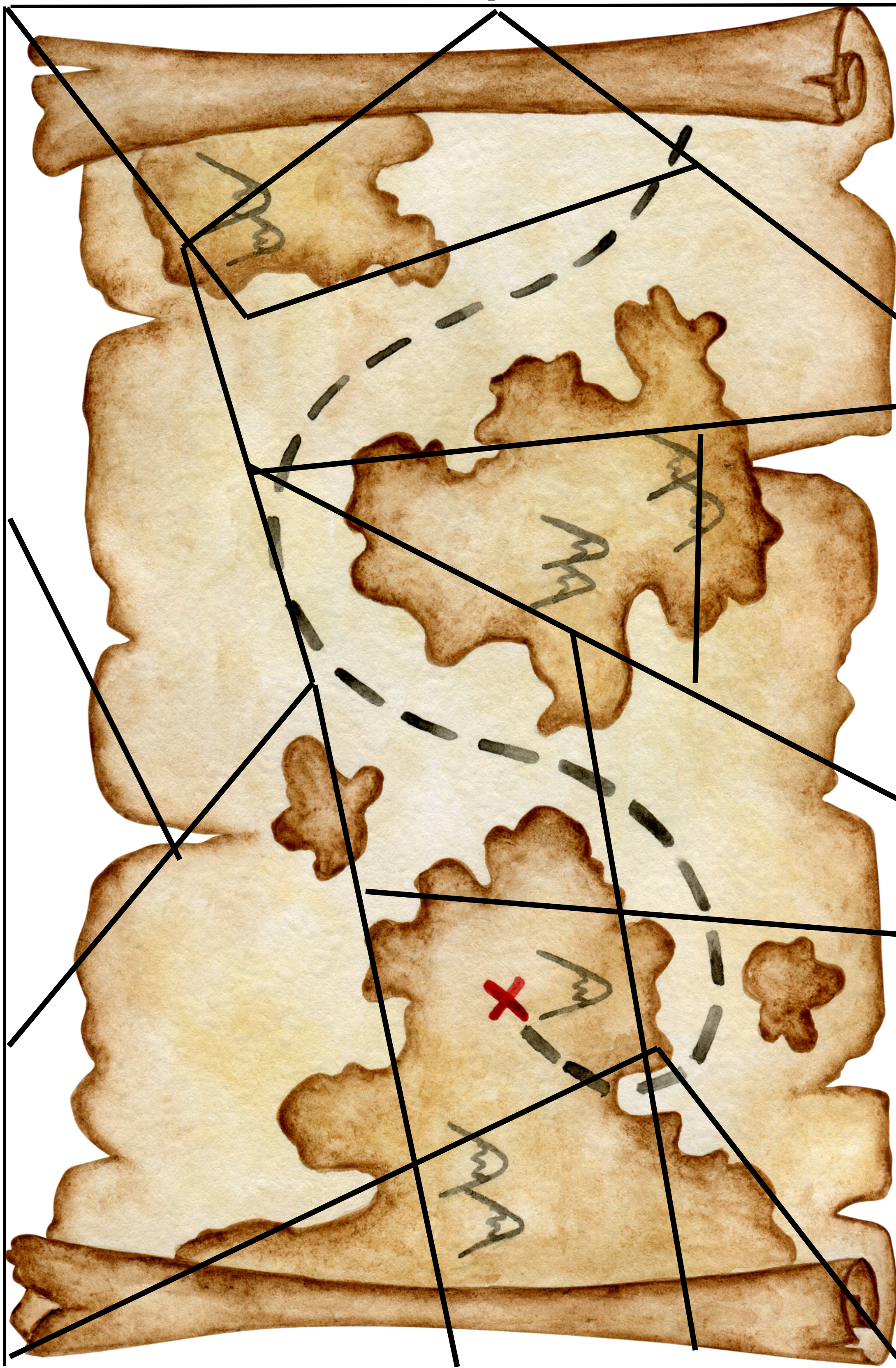
Zoektocht schatkaart

Inleidende opdracht



Zoektocht schatkaart

Inleidende opdracht



Zoektocht schatkaart

Inleidende opdracht

Raadsel 1:

De kapitein van het schip heeft een raadsel verzonnen voor de matrozen om de code van de schatkist te kraken.

- Neem de **vierde** letter van het woord '**zeerover**'.
- Neem de **vierde** letter van het woord '**schat**'. Neem deze letter twee keer.
- Neem de **laatste** letter van het woord '**eiland**'.

Welk woord heb je gevonden? Ga met dat woord naar jouw leerkracht.

Als het goed is, krijg jij de code voor het openen van de schatkist!

Als het niet goed is, moet je nog eens goed nadenken.

Raadsel 2:

De matrozen zijn niet heel erg slim geweest. De matrozen hebben het letterbord van de kapitein laten vallen. Nu liggen alle letters door elkaar. Kunnen jullie de letters terug in de juiste volgorde leggen zodat je het woord vindt dat de matrozen hebben laten vallen?

N - A - R - I - E - D - T - P - A - E - N - L - I

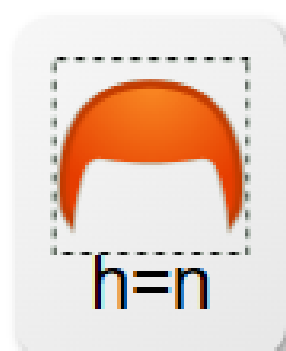
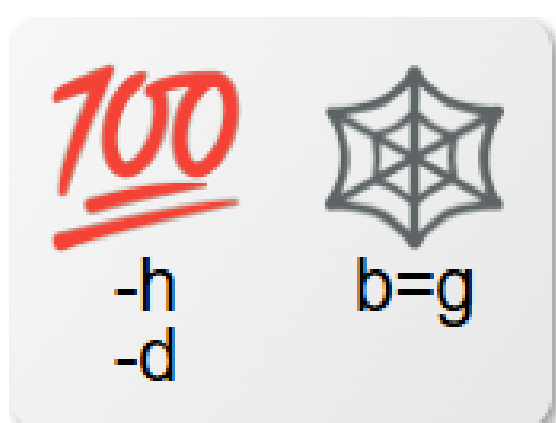
Welk woord heb je gevonden? Ga met dat woord naar jouw leerkracht.

Als het goed is, krijg jij de code voor het openen van de schatkist!

Als het niet goed is, moet je nog eens goed nadenken.

Raadsel 3:

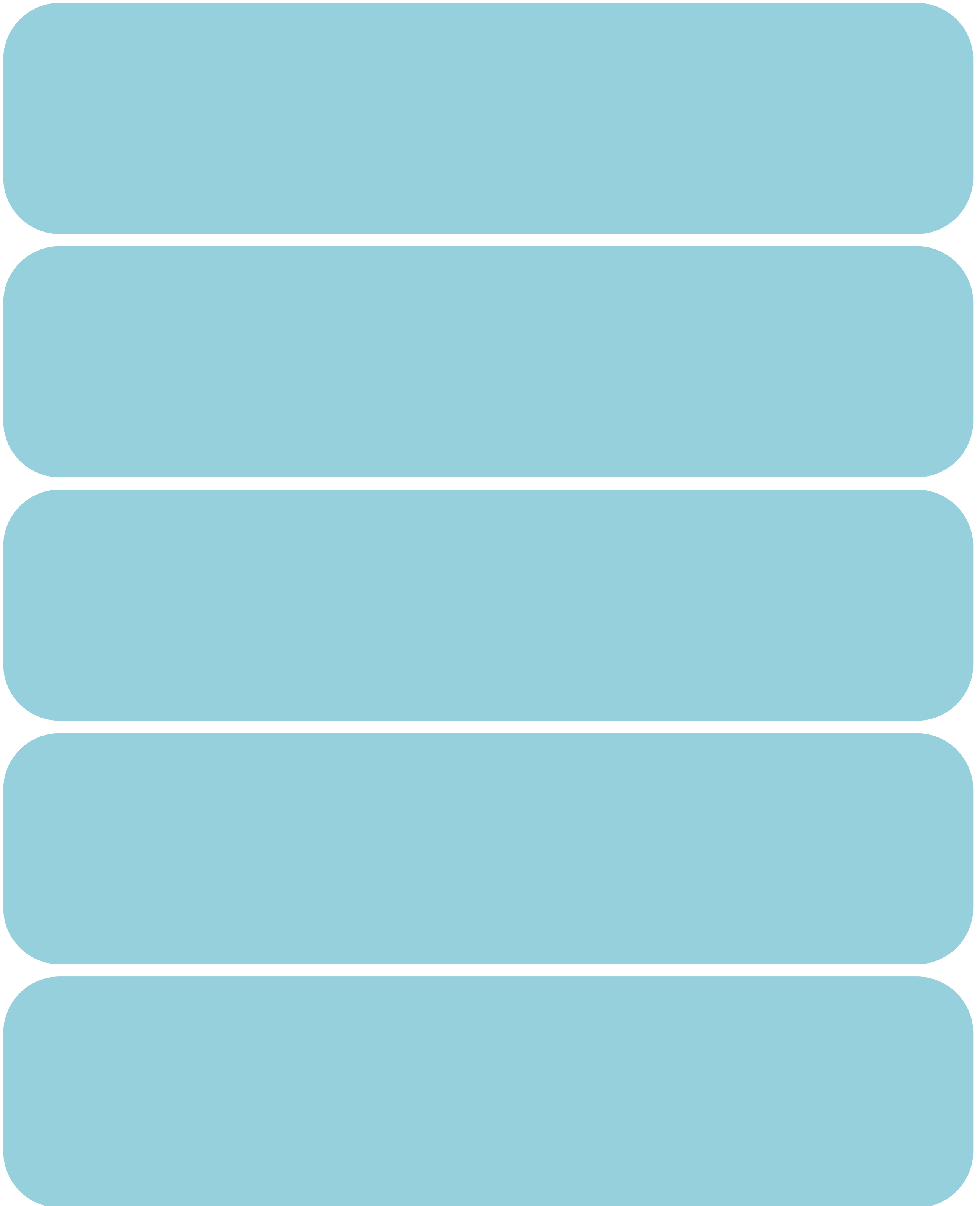
Los de volgende rebus op om de matrozen en de kapitein op weg te helpen.



Zoektocht schatkaart

Inleidende opdracht

Open kaartjes om zelf nog raadsels/rekensommen/... te voorzien...



The image shows five identical, empty, light blue rounded rectangular boxes stacked vertically. These boxes are intended for the user to write their own riddles or math problems as part of a treasure hunt activity.

Executieve functies

Leerlingenfiches rond
werkgeheugen





Geheugenschat

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

In deze les leer je:

Je werkgeheugen te versterken door informatie op te slaan en terug te halen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Schatkist met voorwerpen
- Kladpapier
- Balpen of potlood

Groepsgenoten:



Aan de slag ...

Verankeren

1. Je maakt een lijstje voor jouw maatje met daarop 5 voorwerpen uit de schatkist om te onthouden.
2. Dit lijstje geef je aan jouw maatje.
3. Jouw maatje krijgt daarna 2 minuten de tijd om deze voorwerpen op te slaan in zijn of haar hoofd.
4. Na deze 2 minuten verstop je het lijstje zodat jouw maatje dit lijstje niet meer ziet.
5. Jouw maatje probeert de 5 voorwerpen die jij had opgeschreven op te sommen.
6. Nu draaien we de rollen om. Jouw maatje schrijft 5 voorwerpen op en je volgt stap 2, 3, 4 en 5.



Geheugenschat

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

In deze les leer je:

Je werkgeheugen te versterken door informatie op te slaan en terug te halen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Schatkaart met daarop verschillende symbolen
- Symbolen staan in het zwart getekend op de schatkaart

Groepsgenoten:



Aan de slag ...

 *De buit binnen halen*

1. Je krijgt van de leerkracht een schatkaart met daarop verschillende symbolen.
2. Je krijgt 2 minuten om de verschillende symbolen op de schatkaart te onthouden.
3. Na 2 minuten krijg je een lege schatkaart.
4. Probeer de symbolen terug op de juiste plaats op de schatkaart te tekenen.



Geheugenschat

Werkgeheugen
Schatkaart met symbolen





Geheugenschat

Werkgeheugen
Schatkaart zonder symbolen





Geheugenschat

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

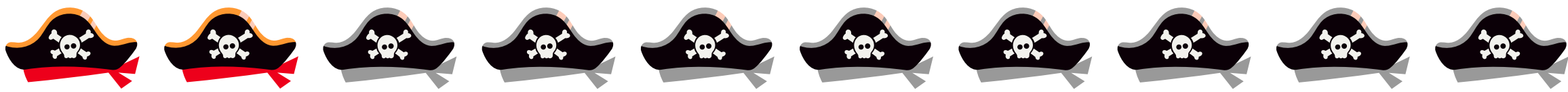
In deze les leer je:

Je werkgeheugen te versterken door informatie op te slaan en terug te halen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Lege schatkaart

Groepsleden:



Aan de slag ...

 *Bombarderen - Schatzoekers*

1. Je krijgt van de leerkracht een lege schatkaart.
2. Op deze lege schatkaart teken jij een route.
3. Na het tekenen van de route, geef je je schatkaart aan jouw maatje.
4. Jouw maatje probeert op 2 minuten tijd jouw getekende route te onthouden.
5. Na deze 2 minuten moet jouw maatje de route aan jou kunnen vertellen aan de hand van de lege schatkaart.
6. Nu draaien we de rollen om. Jouw maatje tekent een route op een lege schatkaart. En daarna is het aan jou om deze route te onthouden en de route van jouw maatje te vertellen aan de hand van de lege schatkaart.

Geheugenschat

Lege schatkaart - optie 1



Geheugenschat

Lege schatkaart - optie 2



Geheugenschat

Lege schatkaart - optie 3





Piratenbrein in beweging

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

In deze les leer je:

je werkgeheugen trainen door een reeks bewegingen te onthouden en deze uit te voeren, waarbij er steeds een nieuwe beweging wordt toegevoegd.

Materiaal dat je nodig hebt:

- 4 tot 6 sets "Beweeg je Brein" kaartjes (zonder en met benaming: gym, speellokaal of schoolplein)
- Voldoende ruimte om te bewegen

Groepsgenoten:



Aan de slag ...



De leerlingen aan het roer

1. We spelen het spel 'ik ga op reis en ik neem mee ...' maar dan met bewegingen. De bewegingen kan je terugvinden op de kaartjes.
2. Iedereen neemt een kaartje. De beweging op het kaartje is voor jou om uit te voeren.
3. Er wordt een volgorde afgesproken waarin gewerkt wordt. Iemand in de groep start met zijn of haar beweging, daarna herhaalt de volgende die beweging en voert zijn of haar eigen beweging uit. Zo ga je verder en probeer je alle bewegingen te onthouden.
4. Lukt dit goed met enkele bewegingen? Maak het dan langer door er een tweede kaartje bij te nemen.



Piratenbrein in beweging

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

In deze les leer je:

je werkgeheugen trainen door een reeks bewegingen te onthouden en deze uit te voeren, waarbij er steeds een nieuwe beweging wordt toegevoegd.

Materiaal dat je nodig hebt:

- 4 tot 6 sets "Beweeg je Brein" kaartjes (zonder en met benaming: gym, speellokaal of schoolplein)
- Voldoende ruimte om te bewegen

Groepsgenoten:



Aan de slag ...

 *Verankeren*

1. Wanneer het goed lukt kan je de oefening nog moeilijker maken!
 - Voer de bewegingen sneller uit
 - Doe er een klank of woord bij
 - Combineer bewegingen uit twee verschillende sets.

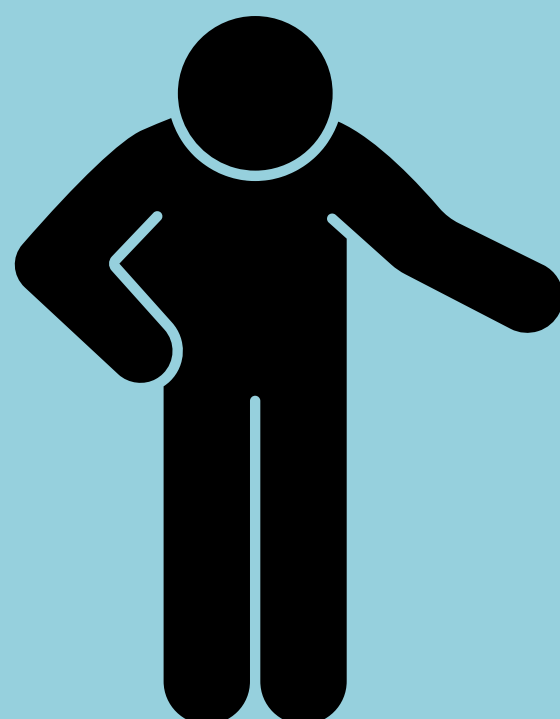
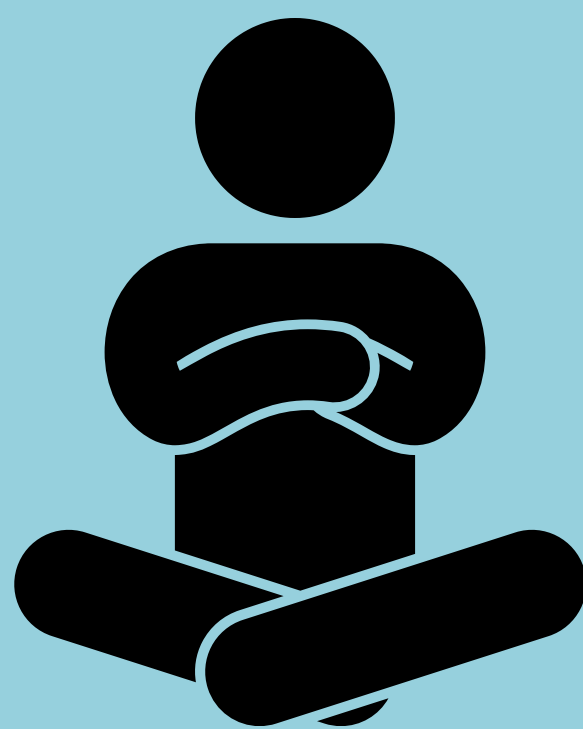
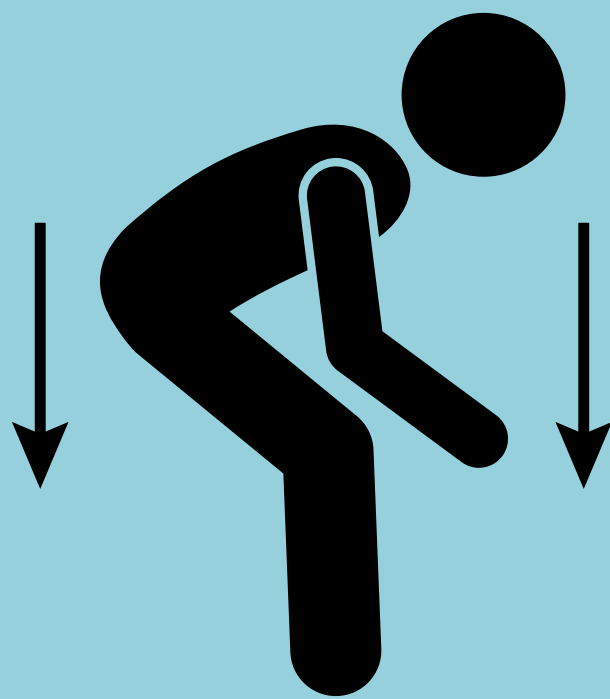
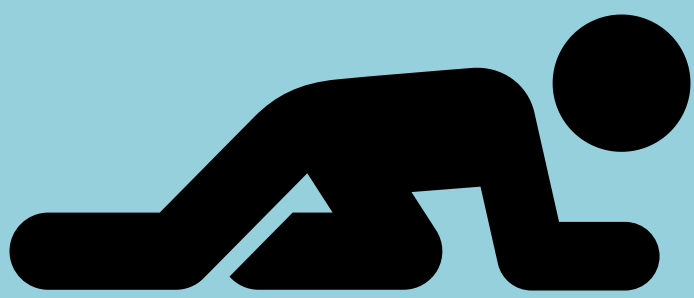
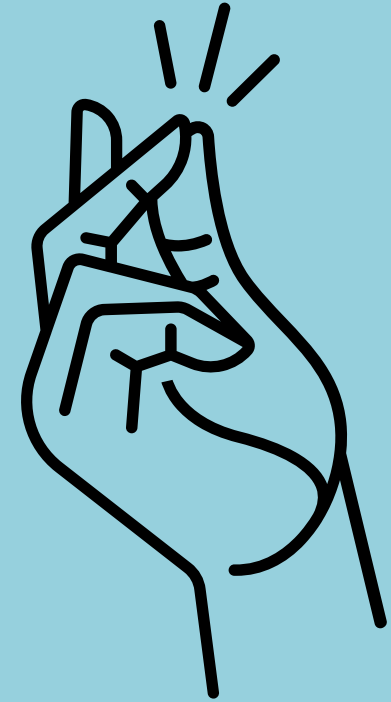
Piratenbrein in beweging: set 1



Piratenbrein in beweging



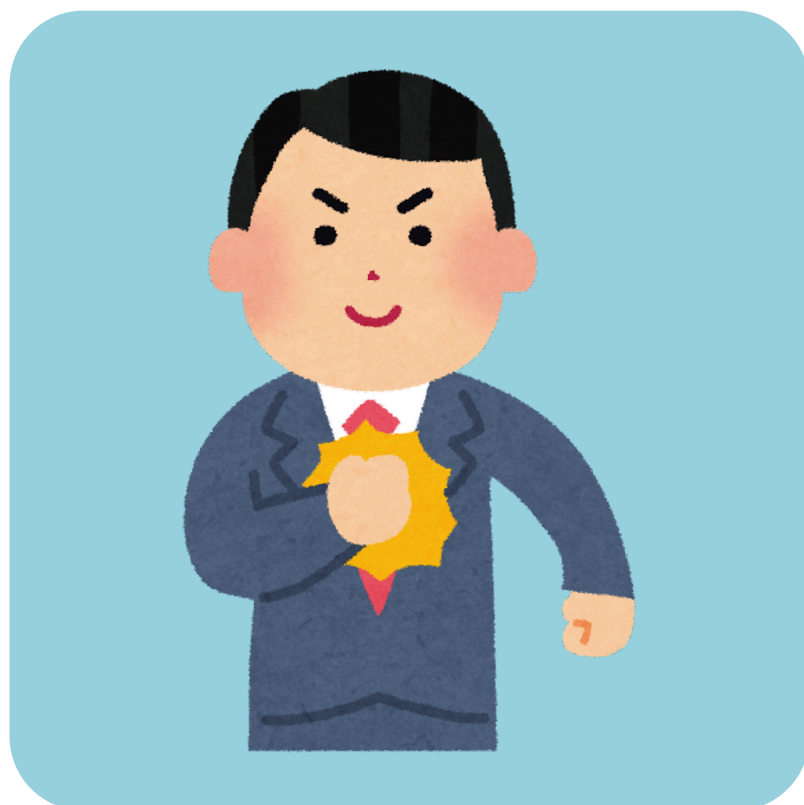
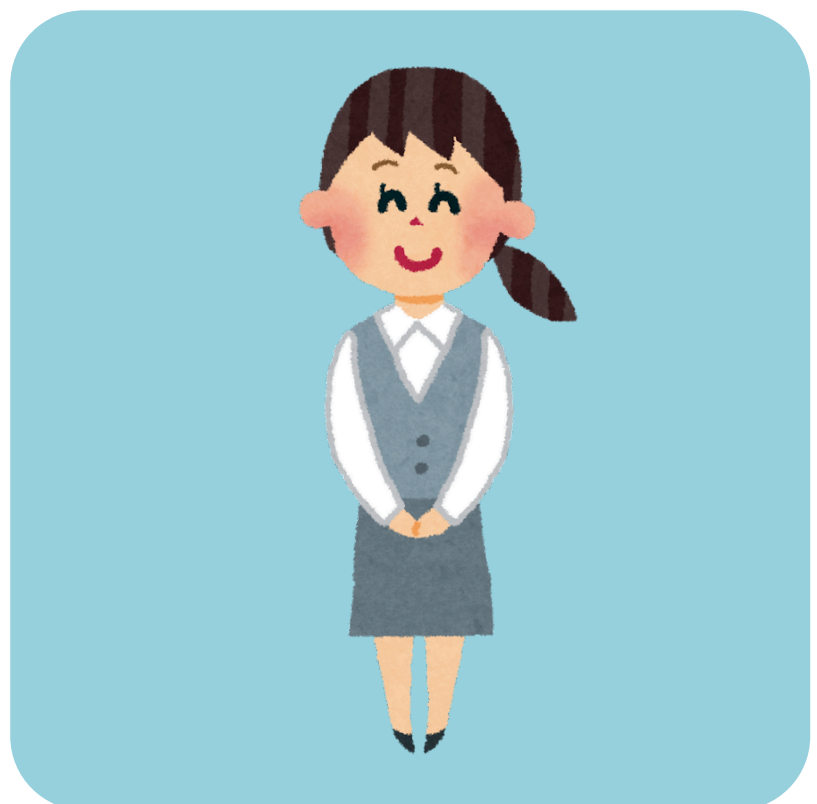
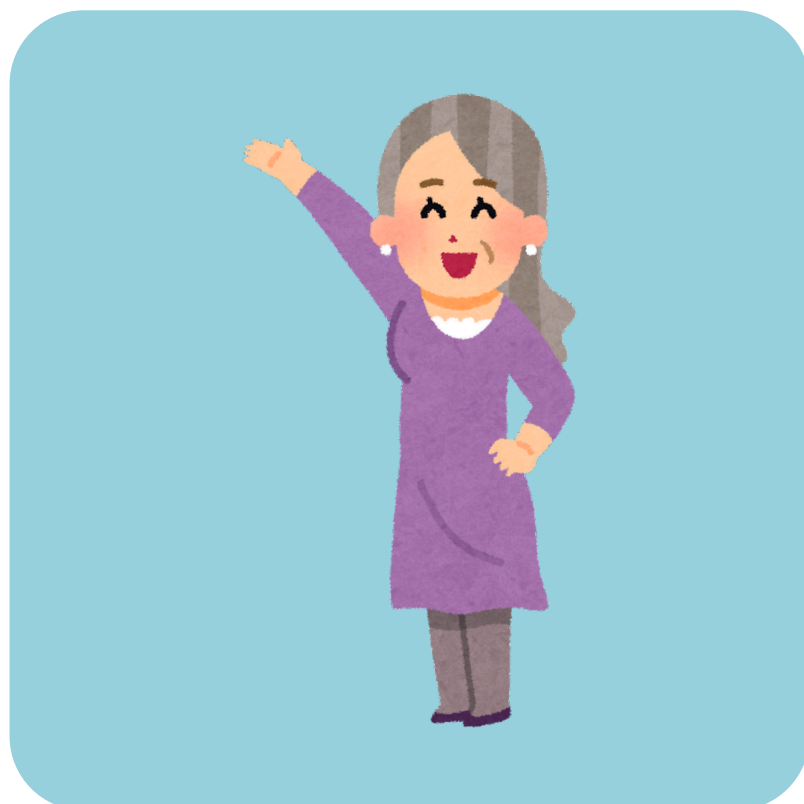
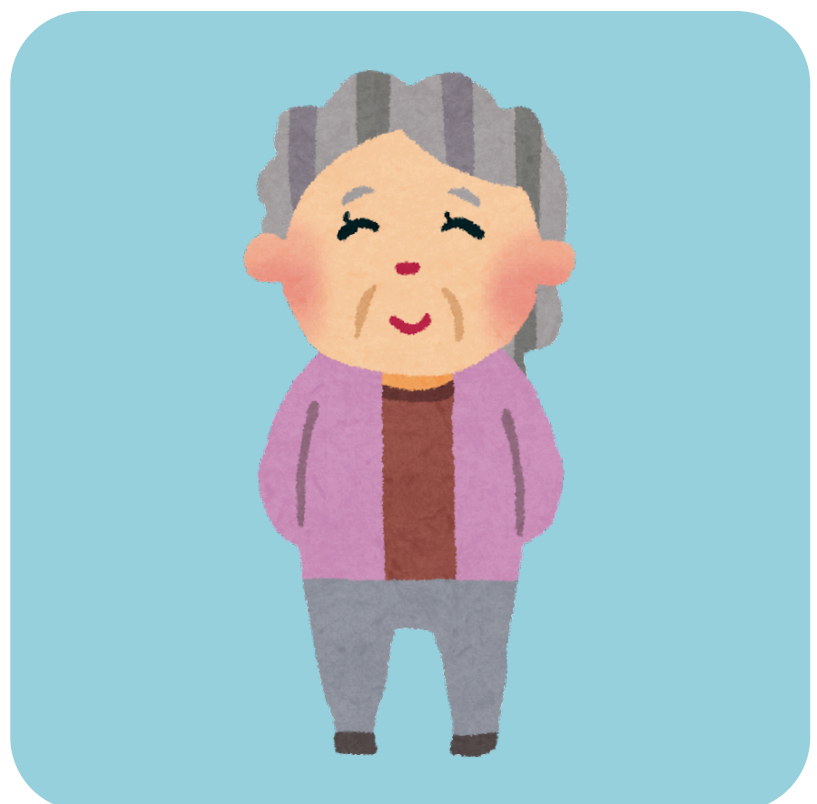
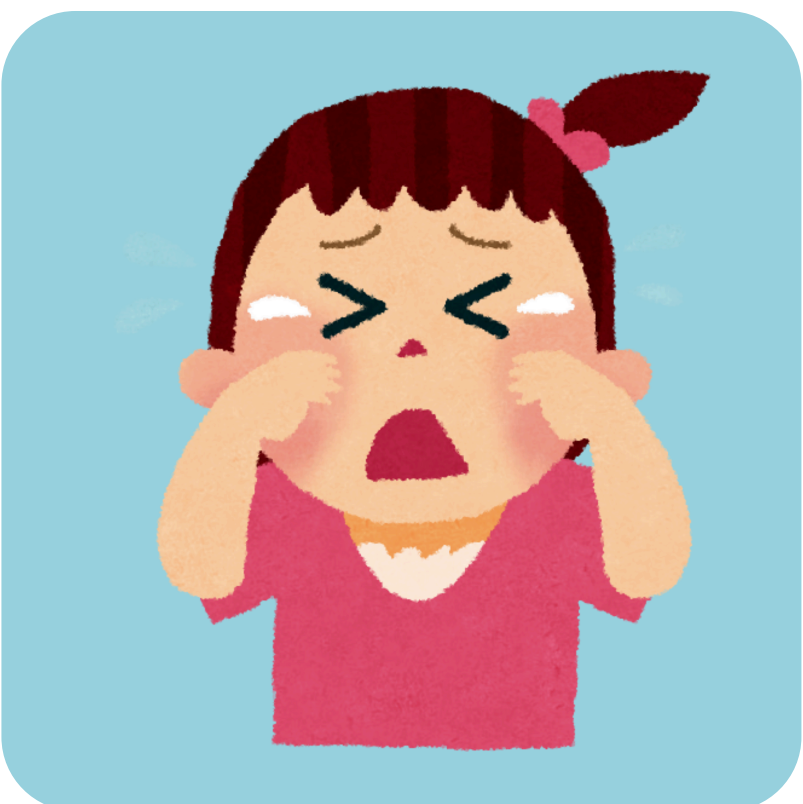
Piratenbrein in beweging: set 2



Piratenbrein in beweging



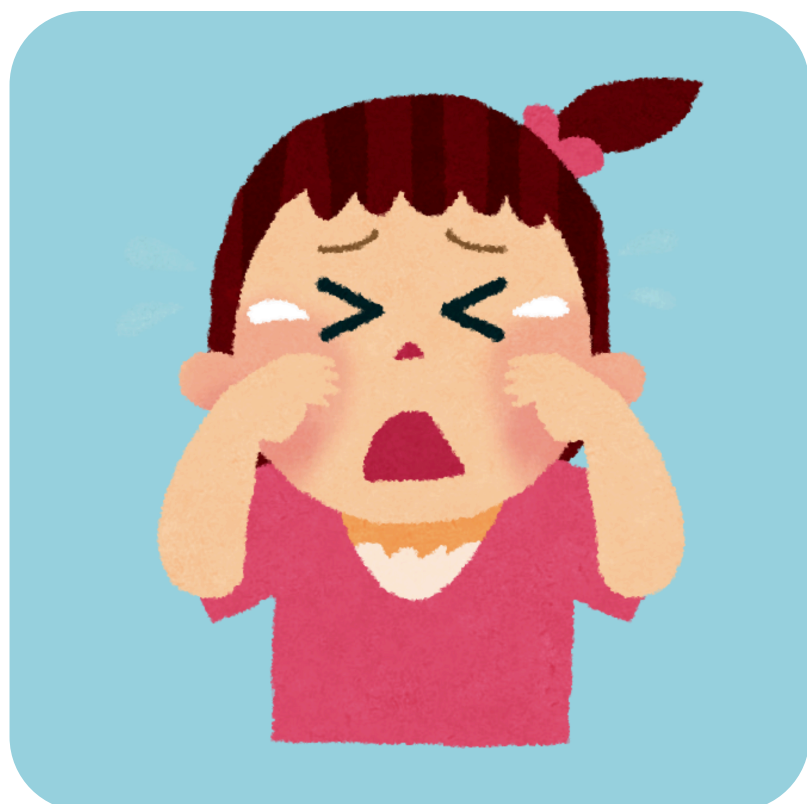
Piratenbrein in beweging: set 3



Piratenbrein in beweging



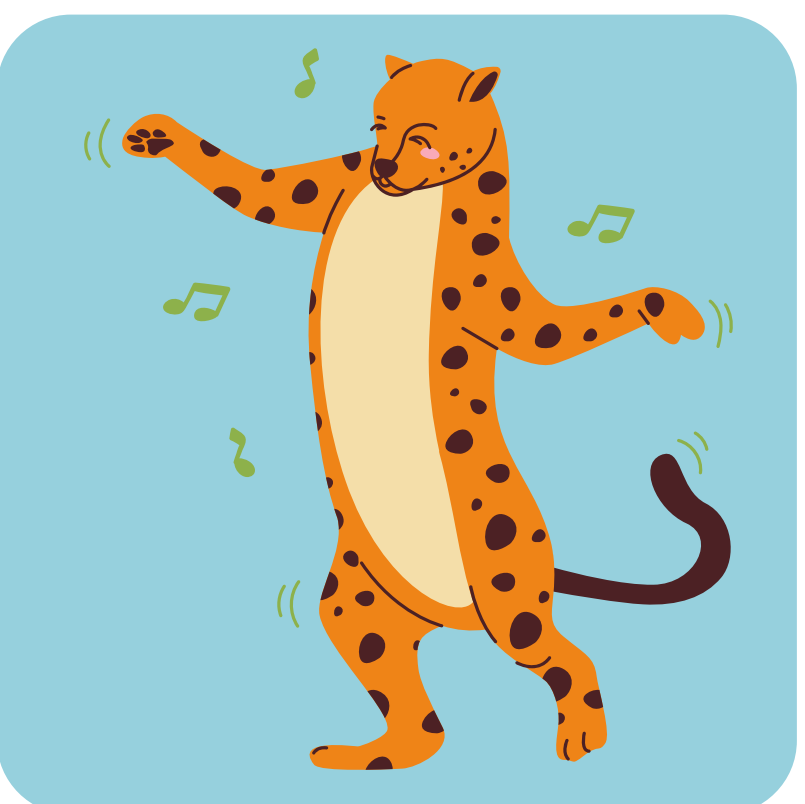
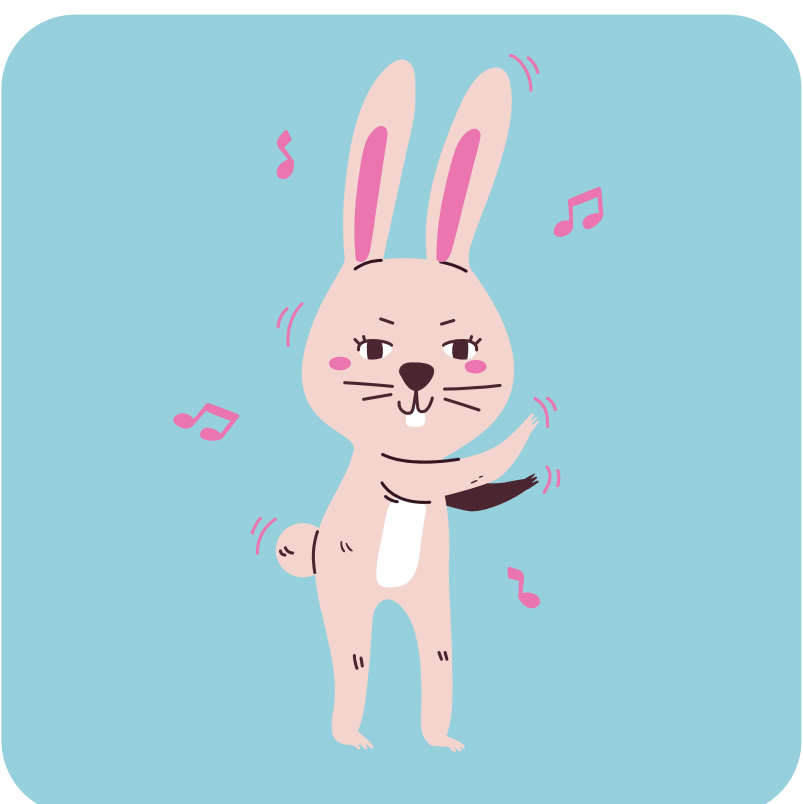
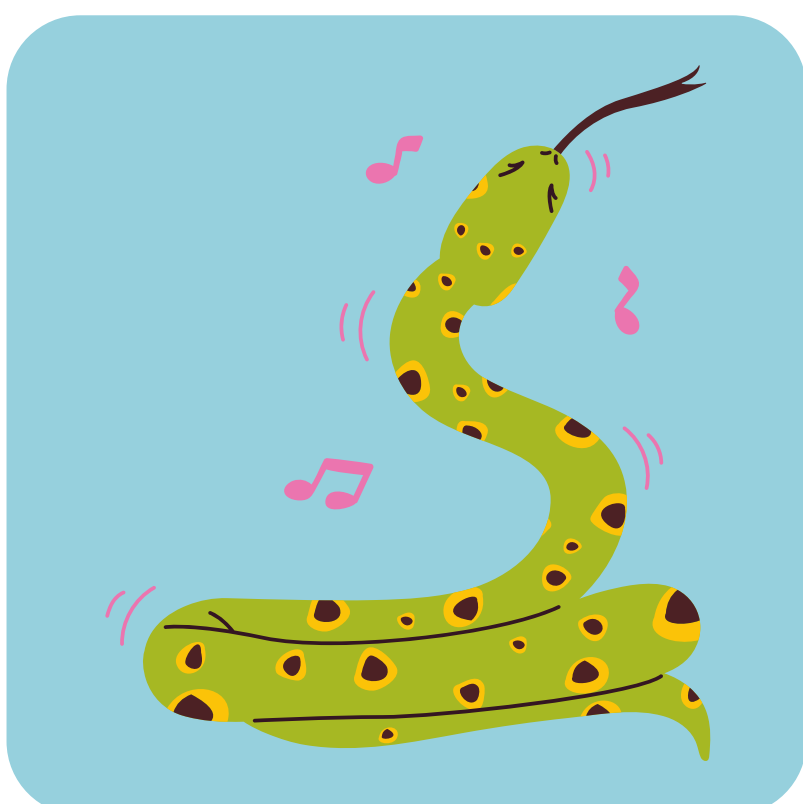
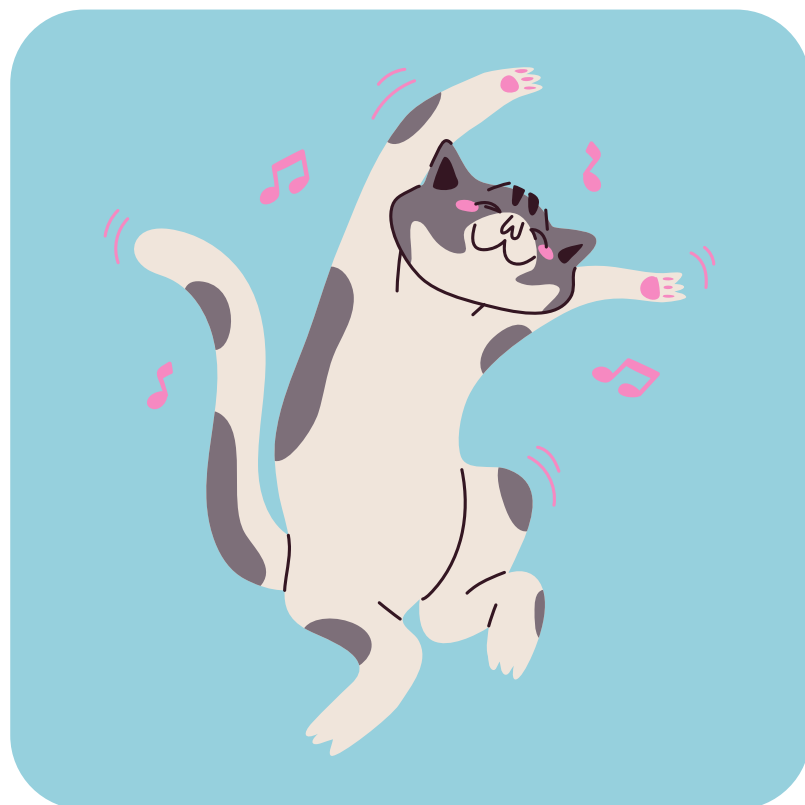
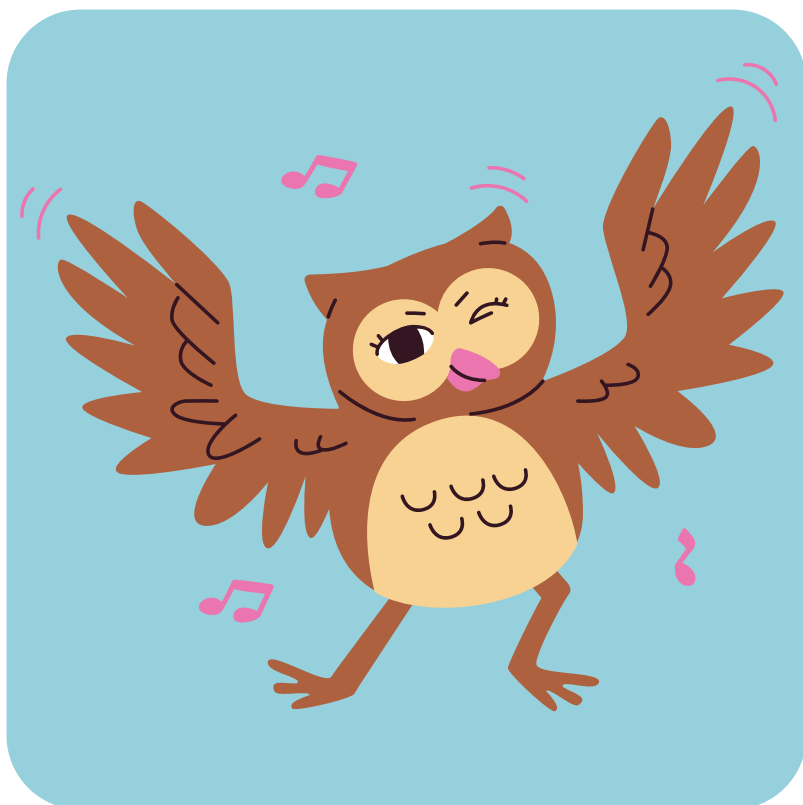
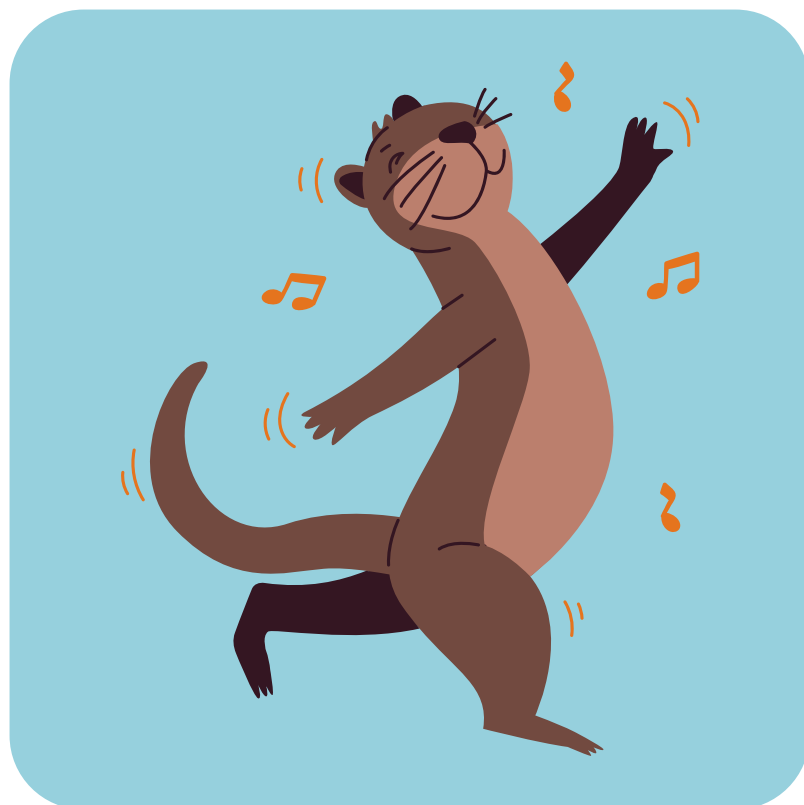
Piratenbrein in beweging: set 4



Piratenbrein in beweging



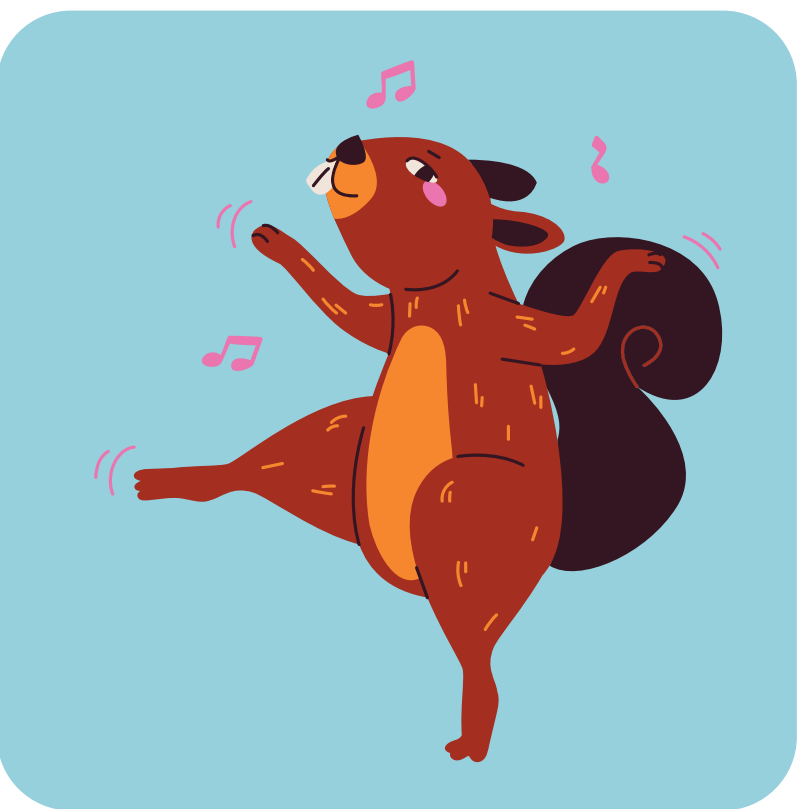
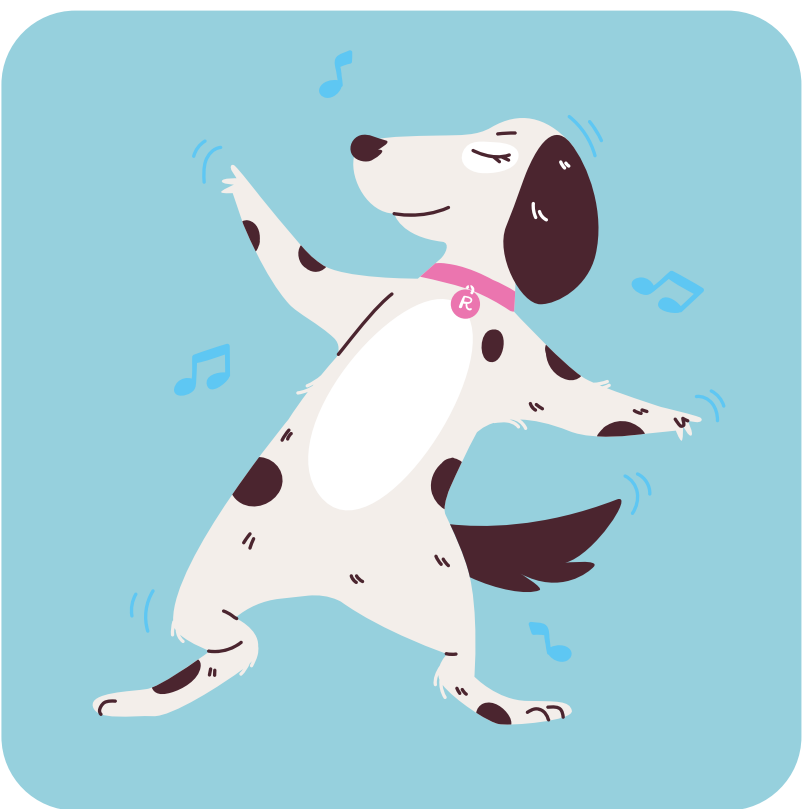
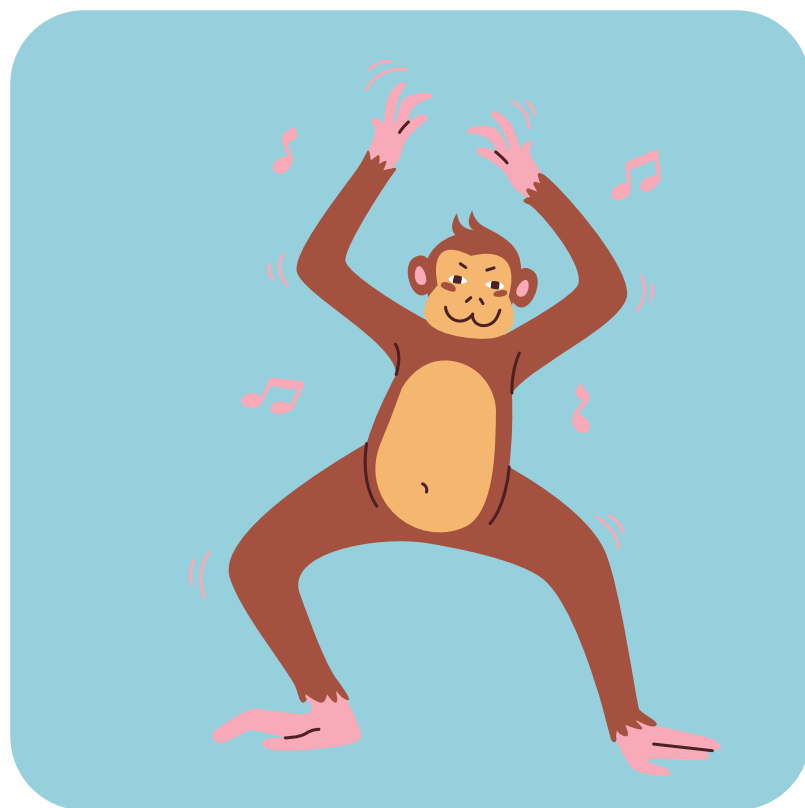
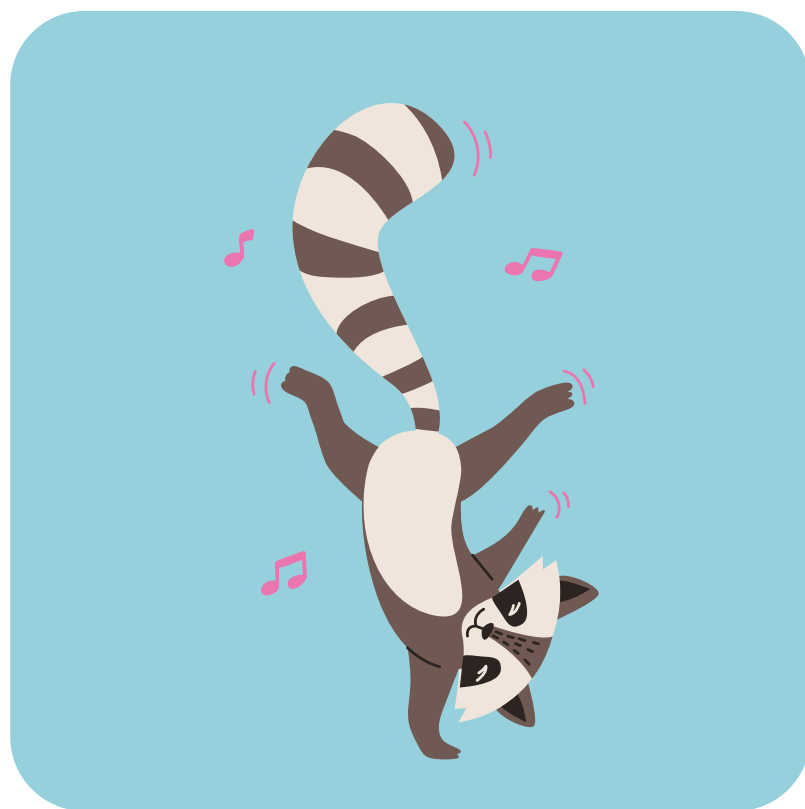
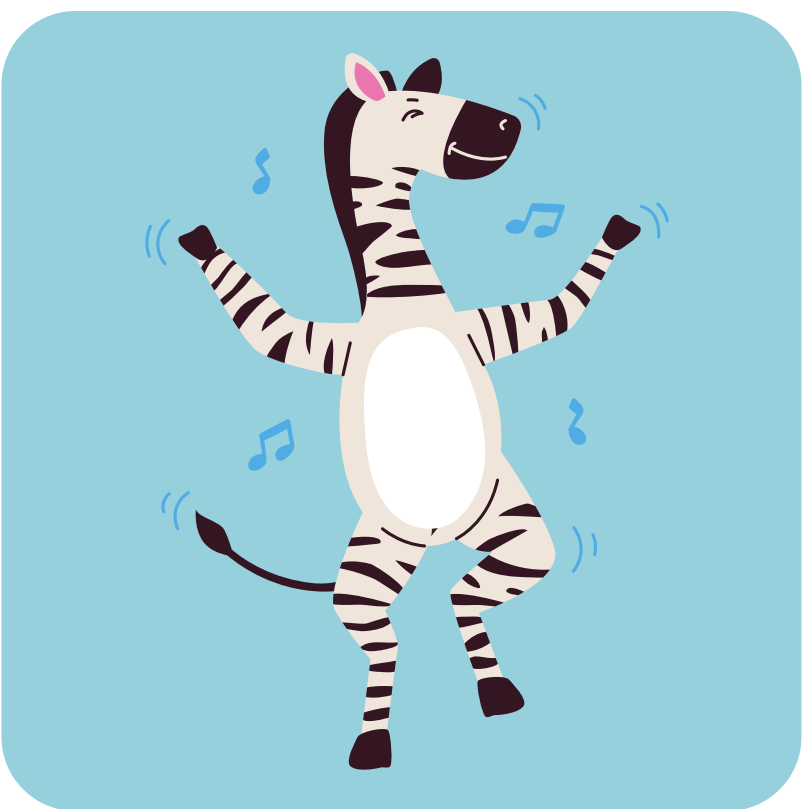
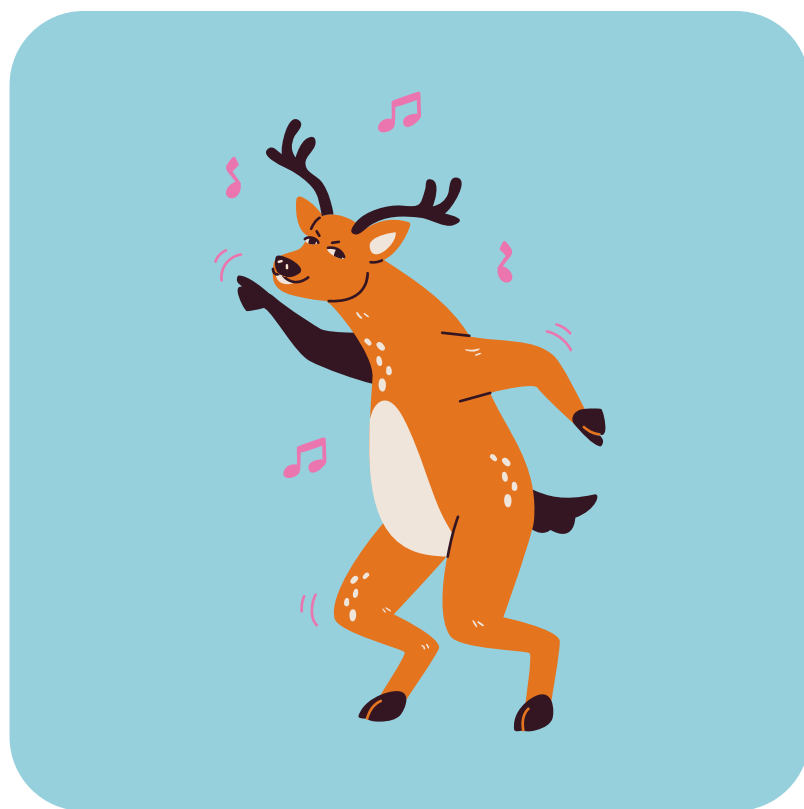
Piratenbrein in beweging: set 5



Piratenbrein in beweging



Piratenbrein in beweging: set 6



Piratenbrein in beweging





Piratenchunken

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

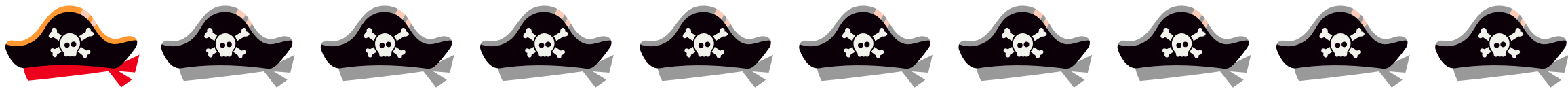
In deze les leer je:

Chunken om je werkgeheugen te versterken en hun geheugen scherp te houden.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Zelf samengestelde reeksen woorden (bijvoorbeeld passend bij een piratenthema), eventueel als plaatjes.

Groepsgenoten:



Aan de slag ...



De leerlingen aan het roer

1. Na de uitleg van de leerkracht ga je een reeks woorden of afbeeldingen krijgen van je juf of meester. Het is nu de bedoeling dat jij deze gaat onthouden.
2. De volgorde is niet belangrijk! Jij beslist hoe je het beste al je woorden of afbeeldingen kan onthouden.
3. Vergeet zeker niet wat je op voorhand besproken hebt met de klas. Waren er trucjes om iets makkelijker te kunnen onthouden?



Piratenchunken

Werkgeheugen
Leerlingenfiche

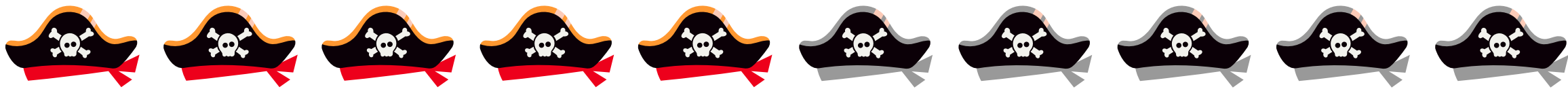
In deze les leer je:

Chunken om je werkgeheugen te versterken en hun geheugen scherp te houden.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Zelf samengestelde reeksen woorden (bijvoorbeeld passend bij een piratenthema), eventueel als plaatjes.

Groepsgenoten:



Aan de slag ...

Verankeren

1. Je gaat een geheugenrace doen waarbij je woorden in groepen moet zien te krijgen.
2. Je krijgt een reeks woorden die je gaat moeten chunken.
3. Plaats deze woorden in groepen. Let erop dat je dit zo snel mogelijk doet, want deze oefening is op tijd.
4. De groep die de meeste woorden correct chunkt en de categorieën goed benoemt, wint de race.

Geheugenavontuur

piraat

p

schip

s

papegaai

e

eiland

t

kaart

a

zee

z

Geheugenavontuur



Geheugenavontuur

matroos

m

haak

k

vlag

g

ooglapje

o

strom

r

kapitein

i

Geheugenavontuur



Executieve functies

Leerlingenfiches rond
flexibiliteit





Piratenstorm

Flexibiliteit

Leerlingenfiche

Doel:

Leerlingen oefenen schakelen en omgaan met onverwachte veranderingen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Opdrachtenkaarten
 - Boot op de achterkant
- Stormkaarten
 - Wilde golven op de achtergrond

Groepsleden:



Aan de slag...

1. Maak een stapeltje van de opdrachtkaarten (met op de achterkant de piratenboot). Maak een stapeltje met de stormkaarten (met op de achterkant de wilde golven).
2. Duid één iemand aan die heel even de kapitein speelt. De kapitein is degene die niet meespeelt, maar degene is die de baas speelt van de opdracht- en stormkaarten.
3. Degenen die geen kapitein zijn, spelen de matrozen en voeren de opdrachten uit die de kapitein voorleest van de kaartjes.
4. De matrozen gaan rechtstaan.
5. De kapitein heeft een stapeltje met opdrachtkaarten en stormkaarten voor zich liggen. De kapitein neemt een opdrachtkaart en leest deze voor. De matrozen voeren deze opdracht uit.
6. Daarna neemt de kapitein een stormkaart en leest deze voor. De matrozen moeten zo snel mogelijk (binnen 3 seconden - tot 3 tellen) de opdracht op de stormkaart uitvoeren. Anders vallen de matrozen af en moeten ze op een stoel gaan zitten.
7. Kaartjes allemaal op? Wissel dan van kapitein binnen je groepje.

Extra oefeningen (voor de al iets oudere leerlingen):

- In plaats van dat je steeds stormkaartjes gebruikt, kan ook een andere leerling uit de klas de 'storm' spelen. De kapitein blijft opdrachtkaartjes trekken, maar de stormkaarten worden opzij gelegd. De leerling die voor 'storm' speelt, mag tijdens het spel op onverwachte momenten 'storm' zeggen. De leerlingen proberen zo snel mogelijk (binnen 3 seconden) van positie te veranderen.



Opdrachtenkaarten

Zwaai met je rechterhand

Zwaai met je linkerhand

Zwaai met twee handen

Ga op je linkerbeen staan.

Ga op je rechterbeen staan.

Ga op je twee benen staan.

Spring omhoog.

Spring naar links.

Spring naar rechts.

Huppel op je plaats.

Draai een rondje.

Geef jezelf een high-five.

Opdrachtenkaarten



Opdrachtenkaarten

Leg je handen op je hoofd.

Doe een robotdans.

Loop op je tenen.

Klap drie keer in je handen.

Strek je armen naar voren.

Doe alsof je een slak bent en beweeg heel erg traag.

Draai je handen in het rond.

Sla met je handen op je bovenbenen.

Maak een cirkel met je armen.

Doe alsof je een vliegtuig bent.

Beweeg als een trein.

Ga op de grond zitten en kruip als een spin.

Opdrachtenkaarten



Stormkaarten

Makkelijk



Spring als een kikker.



Zwaai naar iemand in de klas.



Doe een grote buiging.



Geef jezelf een knuffel.



Doe net alsof je touwtje aan
het springen bent.



Spring 5 keer in de lucht.



Beweeg als een konijn.



Draai een rondje met je armen
boven je hoofd.



Beweeg alsof je een vogel bent.



Doe een dansbeweging.



Maak met je armen een olifant.



Huppel door de klas.

Stormkaarten



Stormkaarten

Makkelijk



Doe alsof je een tijger bent.



Wandel als een soldaat.



Tik je schouders aan.



Tik je neus aan.



Hinkel drie keer op één been.



Maak een groot hart met je armen.



Roei met je armen alsof je in een roeibootje zit.



Tik je grote teen aan.



Maak één sprong naar voren.



Doe alsof je door een verrekijker aan het kijken bent.

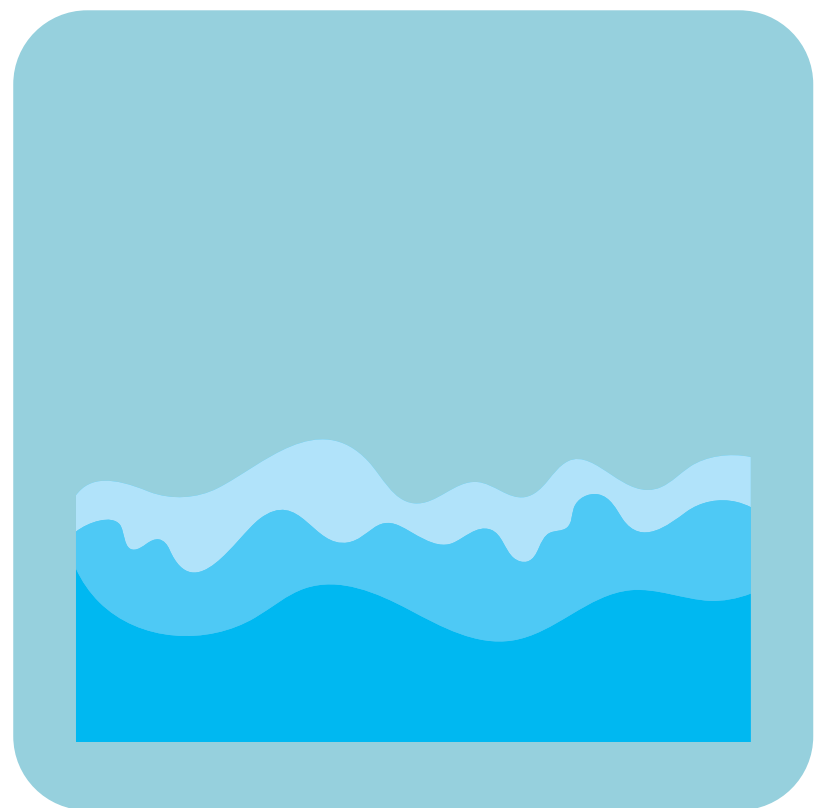
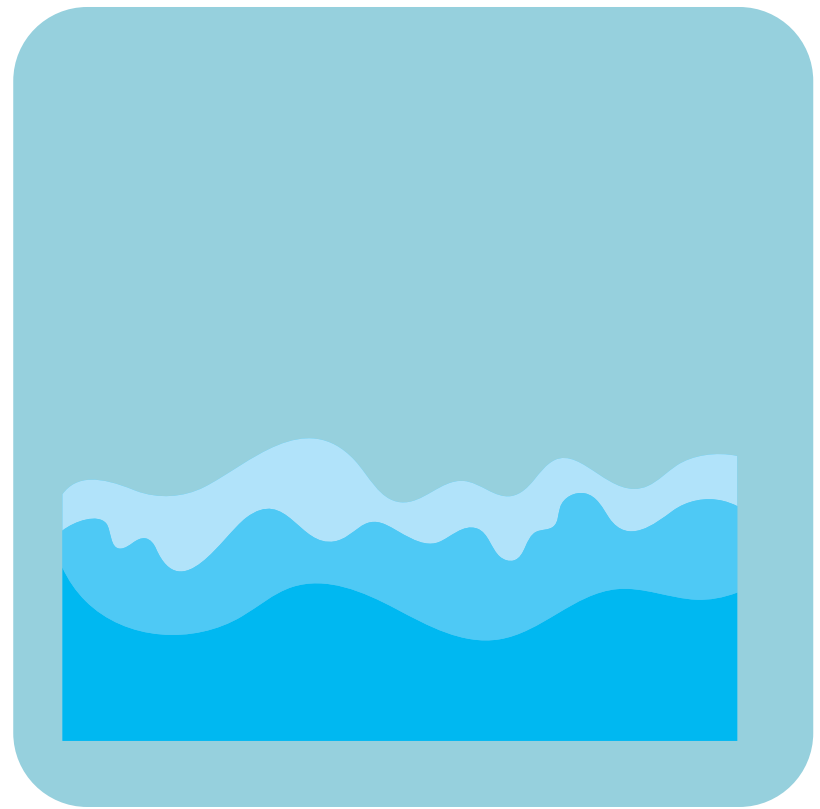


Laat je armen als de klok ronddraaien.



Tik je oor aan.

Stormkaarten



Stormkaarten

Gemiddeld



Doe alsof je een tijger bent en maak daarbij tijgergeluiden.



Wandel als een soldaat en zeg daarbij '1-2, 1-2, ... '.



Zing het liedje 'hoofd, schouders, knie en teen'.



Tik je neus aan en spring daarbij in het rond.



Hinkel drie keer op één been en zwaai daarbij ook met je rechterhand.



Maak een groot hart met je armen en geef daarbij kusjes weg.



Roei met je armen alsof je in een roeibootje zit.



Tik al je tenen aan.



Maak één sprong naar voren en maak 2 sprongen naar achteren.



Doe alsof je door een verrekijker aan het kijken bent en maak een beweging als je de schat gevonden hebt.



Laat je armen als de klok ronddraaien en maak daarbij ook een rondje met je tong.



Teken een cirkel met je arm en tegelijkertijd teken je een driehoek met je voet.

Stormkaarten



Stormkaarten

Gemiddeld



Spring als een kikker en steek daarbij je tong uit.



Zwaai naar iemand in de klas met je linkerhand.



Doe een grote buiging en maak daarbij een krulbeweging met je hand.



Geef jezelf een knuffel en draai daarbij 3 rondjes.



Doe net alsof je touwtje aan het springen bent met je hoofd omhoog.



Spring 5 keer in de lucht en wissel daarbij je benen af.



Beweeg als een konijn en maak daarbij snuifgeluiden.



Draai een rondje met je armen boven je hoofd en doe dit op één been.



Beweeg alsof je een vogel bent en maak daarbij vogelgeluiden.



Doe een dansbeweging waarbij je voeten en je handen gebruikt.

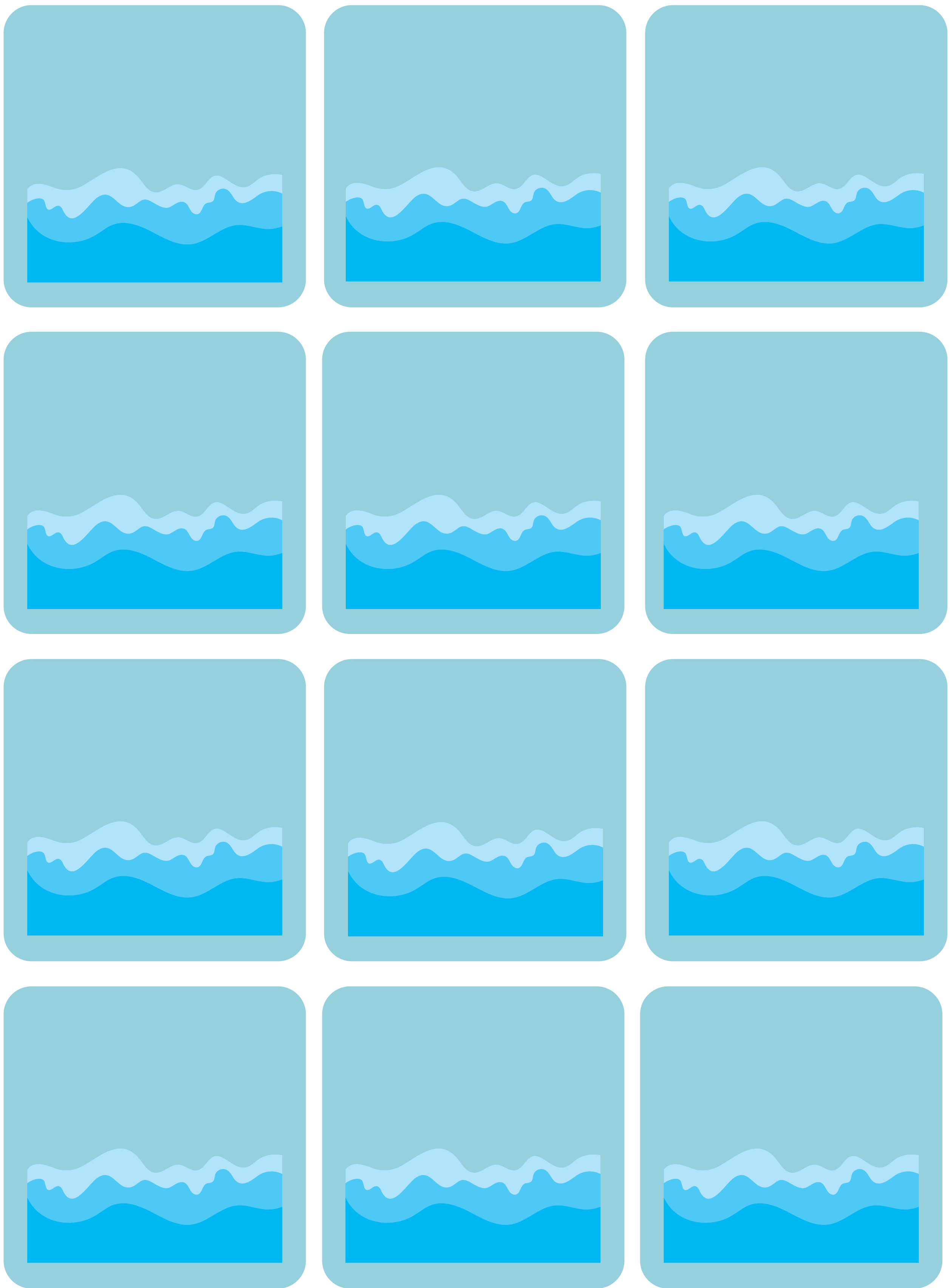


Maak met je armen een olifant en zet ook voetstappen als een olifant.



Huppel door de klas en neurie een liedje.

Stormkaarten





Flexibele piraten

Flexibiliteit
Leerlingenfiche

Doel:

Leerlingen oefenen schakelen en omgaan met onverwachte veranderingen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Kaartjes op met de namen van je groepje (kaartjes met matroos op)
- Kaartjes met verschillende problemen/probleemsituaties op (kaartjes met skelet op)

Groepsleden:



Aan de slag...

1. Je zit in een groepje met 3, 4 of 5 leerlingen.
2. In dit groepje wordt één kapitein aangeduid die tussen de kaartjes met de namen op, één naam trekt. De naam die op dit kaartje staat, is de eerste die een oplossing moet bedenken voor het probleem op het probleemkaartje.
3. Als deze leerling klaar is, is het volgende probleem aan de beurt.
4. De kapitein trekt opnieuw een kaartje met een naam op. Deze leerling lost het volgende probleem op.
5. Na 3 problemen, gaan we wisselen van kapitein.



Naamkaarten

naam leerling	naam leerling	naam leerling
naam leerling	naam leerling	naam leerling
naam leerling	naam leerling	naam leerling
naam leerling	naam leerling	naam leerling

Naamkaarten



Probleemkaarten

Ik durf niet met mijn paarse schoenen naar school te gaan.

Ik krijg mijn rekenoefening niet opgelost.

Ik durf niet tegen de juf of meester te zeggen dat dit boek te moeilijk is om te lezen.

Ik durf niet tegen mijn mama te zeggen dat ik die kleren niet wil aandoen.

Ik krijg mijn zin niet gelezen en durf dit niet tegen de leerkracht te zeggen.

Ik lust mijn eten niet.

Ik lust mijn drinken niet.

Ik ben bang om met hem of haar samen te werken omdat ze vaak boos wordt op mij.

Ik durf niet te zeggen dat hij of zij irritant doet tegen mij.

Ik heb net ruzie gemaakt met mijn beste vriend.

Ik vind de plaats waar ik zit in de klas geen goede plaats.

Mijn drinkenbus is in mijn boekentas uitgelopen.

Probleemkaarten



Probleemkaarten

Ik heb gemorst op mijn tafel.

Ik ben gevallen op de
speelplaats.

Ik heb de pen van mijn vriend
kapot gemaakt.

Ik heb de stoel van de
leerkracht kapot gemaakt.

Ik ben mijn brooddoos
vergeten.

Ik heb heel weinig geslapen.

Ik voel me niet lekker.

Ik ben boos omdat ik niet kan
winnen.

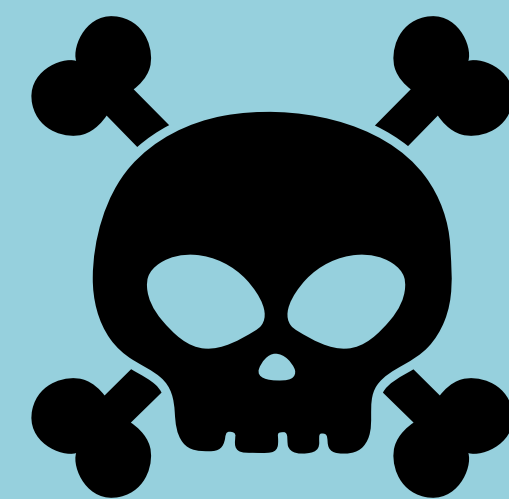
Ik snap mijn huiswerk niet.

Ik weet niet hoe ik vrienden
kan maken.

Ik heb iemand een balpen zien
stelen.

Het lukt mij niet om op te
ruimen.

Probleemkaarten





Wat proef of voel je, piraat?

Flexibiliteit

Leerlingenfiche

Doel:

Je leert omgaan met situaties waarin op voorhand niet duidelijk is wat er gevoeld of geproefd gaat worden. Zo leer je om te gaan met onzekerheid.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Groot doek of laken om voorwerpen onder te verstoppen
- Bakjes of potjes om etenswaren in te steken
- Blinddoek

Groepsleden:



Aan de slag...

1. Je per twee in een groepje.
2. Je spreekt af wie er gaat voelen en wie er gaat proeven.
3. Eén iemand doet de blinddoek op, dat is degene die begint met voelen.
4. De andere gaat ervoor zorgen dat de leerling met de blinddoek de verschillende voorwerpen voelt.
5. Als alle voorwerpen zijn gevoeld, dan doet de leerling die gaat proeven de blinddoek op.
6. De andere leerling gaat ervoor zorgen dat de leerling met de blinddoek de verschillende voorwerpen proeft.

Maak het avontuur van de schatzoekers af

Flexibiliteit

Leerlingenfiche

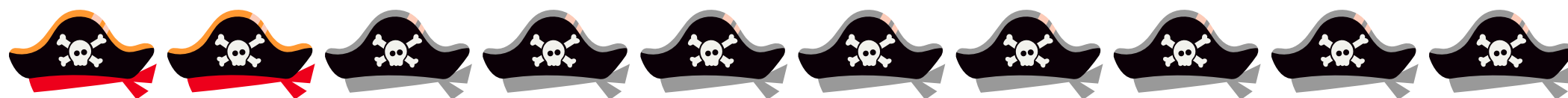
Doel:

Je leert om te gaan met een veranderend verhaal.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Schrijfgerei
- Papier

Groepsgenoten:



Aan de slag...

1. Je neemt een kladpapier.
2. Je begint met het schrijven van een verhaal.
3. Wanneer de tijd om is, vouw je je blad om zodat niemand kan zien wat jij hebt geschreven.
4. Je geeft je dichtgevouwen blad aan een andere leerling uit de klas. Deze leerling mag het blad wel openvouwen om jouw stuk van het verhaal te lezen.
5. Ook jij krijgt een dichtgevouwen blad van een andere leerling uit klas. Ook jij vouwt dit open en leest het verhaal van die leerling.
6. Jij verzint dan nu het einde voor het verhaal van deze leerling.
7. Als je klaar bent, bezorg je dit einde terug aan de leerling van wie je het blad hebt gekregen.



Piraten Inspiringtheater

Flexibiliteit

Leerlingenfiche

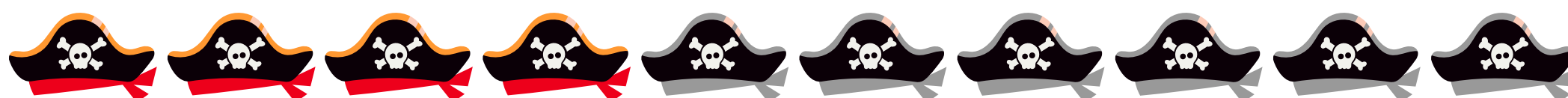
Doel:

Je leert om te gaan met snelle veranderingen in een toneelspel.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Eventueel: verkleedkleden en attributen
- Verschillende verhaallijnen

Groepsgenoten:



Aan de slag...

1. Je speelt met jouw groepje een verhaaltje na. Hiervoor neem je een kaartje bij de leerkracht.
2. Op dit kaartje staat een verhaal geschreven. Lees dit goed en speel dit na zoals een toneelstukje.
3. MAAARRRR LET OP! Tijdens dat jullie aan het oefenen zijn, zal de leerkracht 'FREEZE' roepen. Dan is het de bedoeling dat je zo snel mogelijk, zo stil mogelijk blijft staan.
4. De leerkracht duidt dan ook één leerling aan die iets aan het verhaal mag veranderen binnen je groepje. Het is de bedoeling dat jullie binnen 5 seconden jullie verhaaltje aanpassen.

Kaartjes met verhaallijnen op

Een jonge piraat vindt een magisch kompas dat hen kan leiden naar elke schat of bestemming. Maar het kompas werkt alleen als je het juiste hart hebt. De piraten ontdekken al snel dat ze eerst goed moeten samenwerken en goedhartig moeten zijn om de magische kracht van het kompas te laten werken.

Een groep piraten ontmoet een draak op een eiland, maar deze draak is helemaal niet gemeen! Hij wil alleen maar vrienden maken, maar de piraten zijn bang. Uiteindelijk leren ze dat de draak hen kan helpen om een gevaarlijk obstakel te overwinnen (zoals een storm of een ander piratenkamp), en dat niet alle wezens die anders zijn, gevaarlijk zijn.

Het is de verjaardag van de kapitein van een piratenschip, maar de bemanning is vergeten om iets te plannen. Terwijl ze zich haasten om een verrassingsfeest voor de kapitein te organiseren, komen ze in allerlei grappige situaties. Uiteindelijk komt alles goed, en het feest wordt een groot succes.

De bemanning van een piratenschip komt erachter dat ze een bemanningslid zijn verloren tijdens een storm. Iedereen is in paniek, maar de jonge piraat ontdekt dat het "verloren" lid zich eigenlijk verstoopt had om een verrassing voor de anderen te plannen. Het blijkt een grappige en hartverwarmende wending te zijn, waarbij iedereen samenwerkt om de verrassing te onthullen.

Een groep piraten vaart door onbekende wateren en komt oog in oog te staan met een groot zeemonster. Het lijkt wel een gevaar, maar de jonge piraat ontdekt dat het monster eigenlijk verlegen is en hen niet wil aanvallen. Door een gesprek en wat moedige daden ontdekken de piraten dat niet alles wat groot of eng lijkt, echt gevaarlijk is.

De piraten hebben een schat gevonden, maar wanneer ze het eiland verlaten, ontdekken ze dat de schat is verdwenen. Ze moeten samen uitvinden wie de schat heeft gestolen. Het blijkt een van de piraten zelf te zijn, die zich schaamt en uiteindelijk terugkomt om het goed te maken. De piraten leren dat eerlijkheid altijd de beste keuze is.

Executieve functies

Leerlingenfiches rond
emotieregulatie





Piratenavontuur: De brief van de emoties

Emotieregulatie Leerlingenfiche

Doel:

Je leert verschillende gevoelens uitbeelden en herkennen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Witte envelop
- blanco vel A4 papier
- plaatjes van basisemoties
- eventueel doos met gleuf

Groepsgenoten:



Aan de slag...

1. Neem het blanco vel papier vast en doe alsof er een boodschap op staat. Deze boodschap brengt een bepaalde emotie bij jouw teweeg (boos, blij, bang, bedroefd).
2. Je mag niets zeggen tijdens het "lezen" van de brief. Wel is het de bedoeling dat jouw reactie op de brief een gevoel uitstraalt.
3. Het is de bedoeling dat jouw klasgenoten raden welk gevoel jij op dat moment aan het uitbeelden bent.
4. Wie het juist heeft kan als volgende aan de beurt komen en zijn brief "lezen".
5. Lukt het goed om de verschillende emoties te herkennen? Dan kan je het een beetje moeilijker maken! De leerkracht kiest welke emotie je moet tonen. Dus nu kan je zelf niet meer kiezen.
6. Je kan ook gebruik maken van de emotiekaartjes. Steek de emotie omhoog waarvan jij denkt dat die uitgebeeld wordt.



Gevoelens aan dek!

Emotieregulatie
Leerlingenfiche

Doel:

Je leert emoties herkennen en uit te beelden in een toneelstuk.

Materiaal dat je nodig hebt:

- 1 set plaatjes met basisemoties, losgeknipt
- Een zak of tas
- Eventueel extra plaatjes met emoties

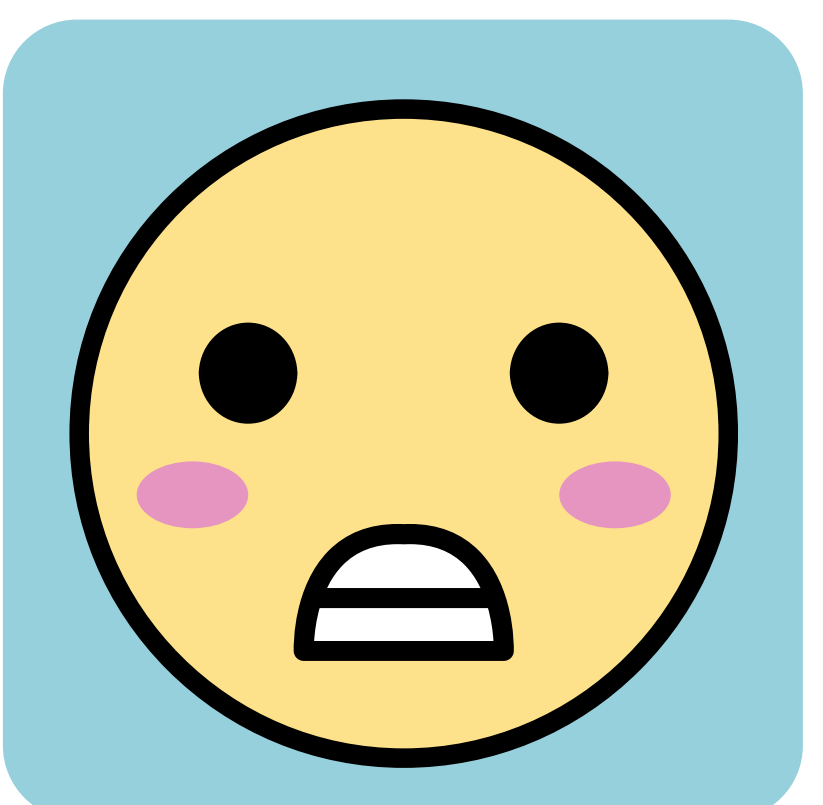
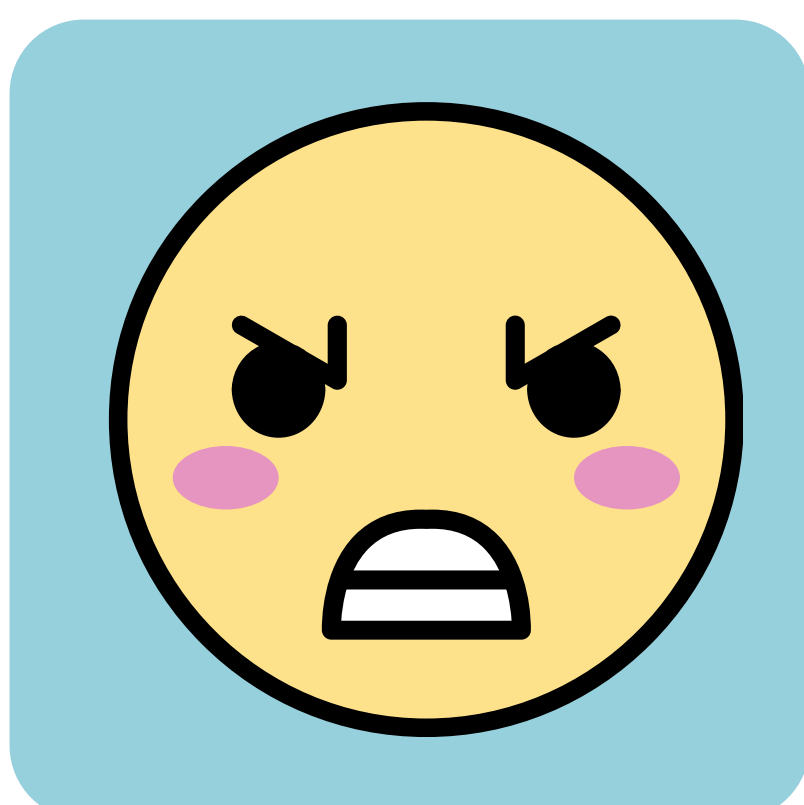
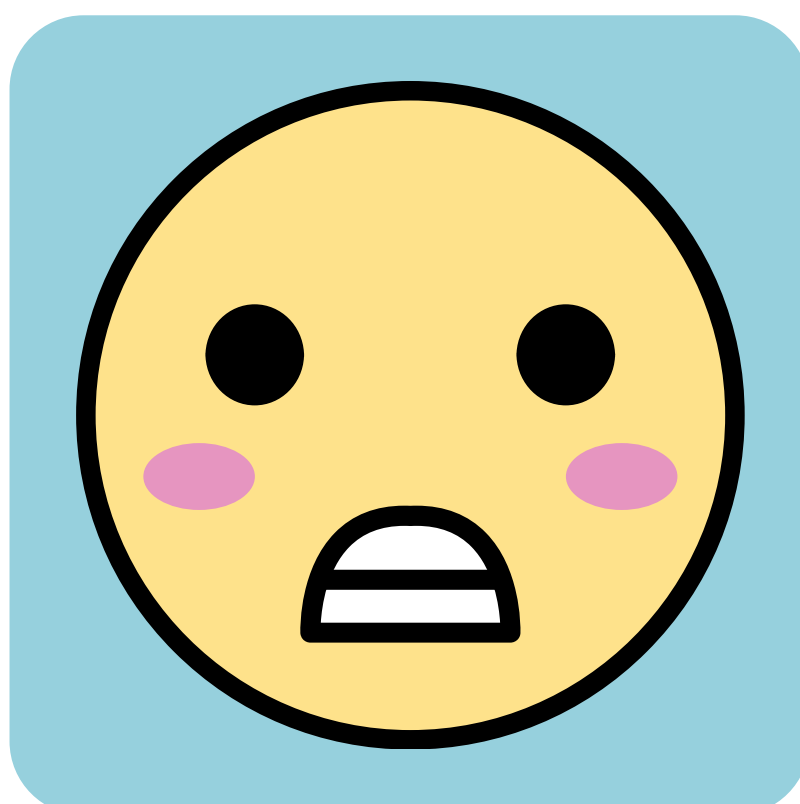
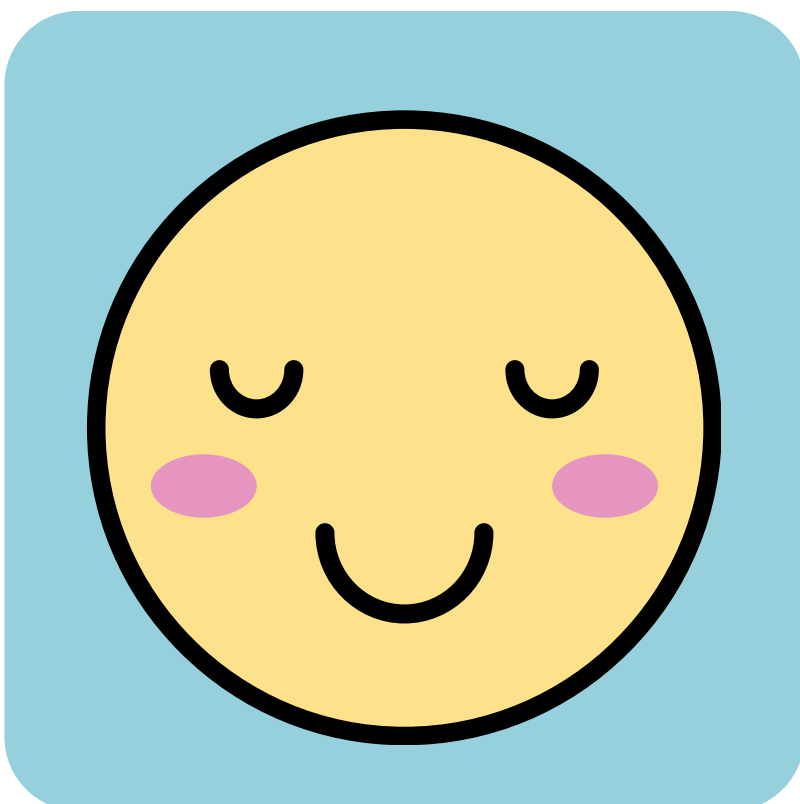
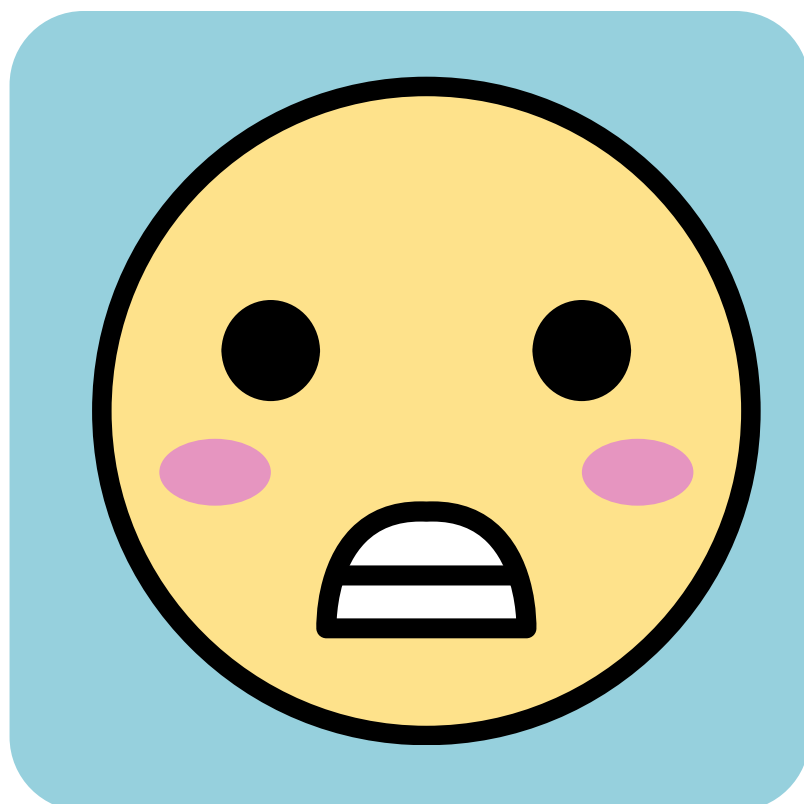
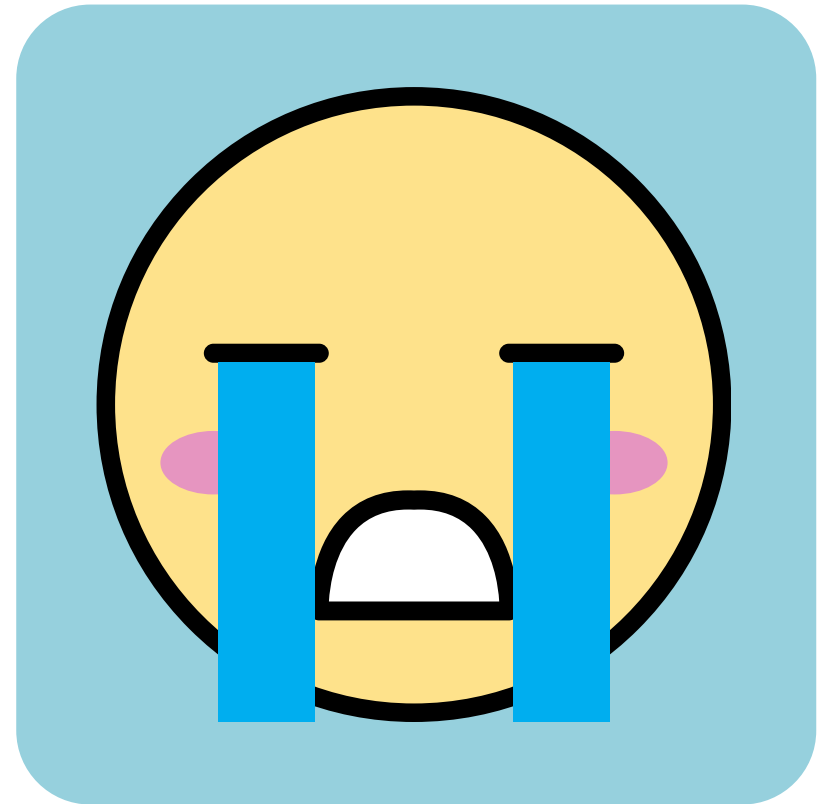
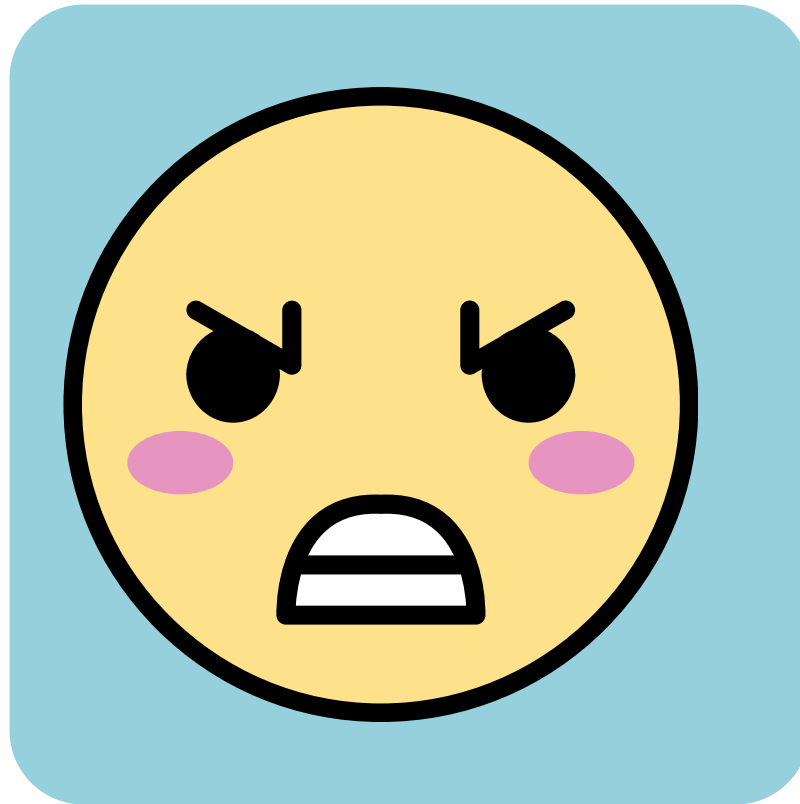
Groepsgenoten:



Aan de slag...

1. Jouw groepje trekt één afbeelding met emotie uit de zak van de juf.
2. Bedenk samen een kort toneelstukje waarin je deze emotie duidelijk brengt.
3. Bedenk een leuke plek waar jullie toneelstuk zich afspeelt? Denk bijvoorbeeld maar aan een piratenschip of een onbewoond eiland.
4. Vergeet niet:
 - Iedereen in jouw groepje moet een rol spelen.
 - Het verhaal heeft een duidelijk begin, midden en einde.
 - Zorg dat de emotie goed zichtbaar is voor jullie publiek.
5. Oefen je toneelstukje goed in.
6. Breng je toneelstukje voor je klasgenoten en kijk of het jullie gelukt is de emotie duidelijk te brengen.

Gevoelens aan de k!



Gevoelens aan dek!





Op zoek naar de gevoelschat!

Emotieregulatie
Leerlingenfiche

Doel:

Je leert emoties herkennen en gevoelens te identificeren en begrijpen.

Materiaal dat je nodig hebt:

- Tijdschriften en oude kranten
- Lijm
- Schaar
- A3-papier, in zessen gedeeld

Groepsgenoten:



Aan de slag...

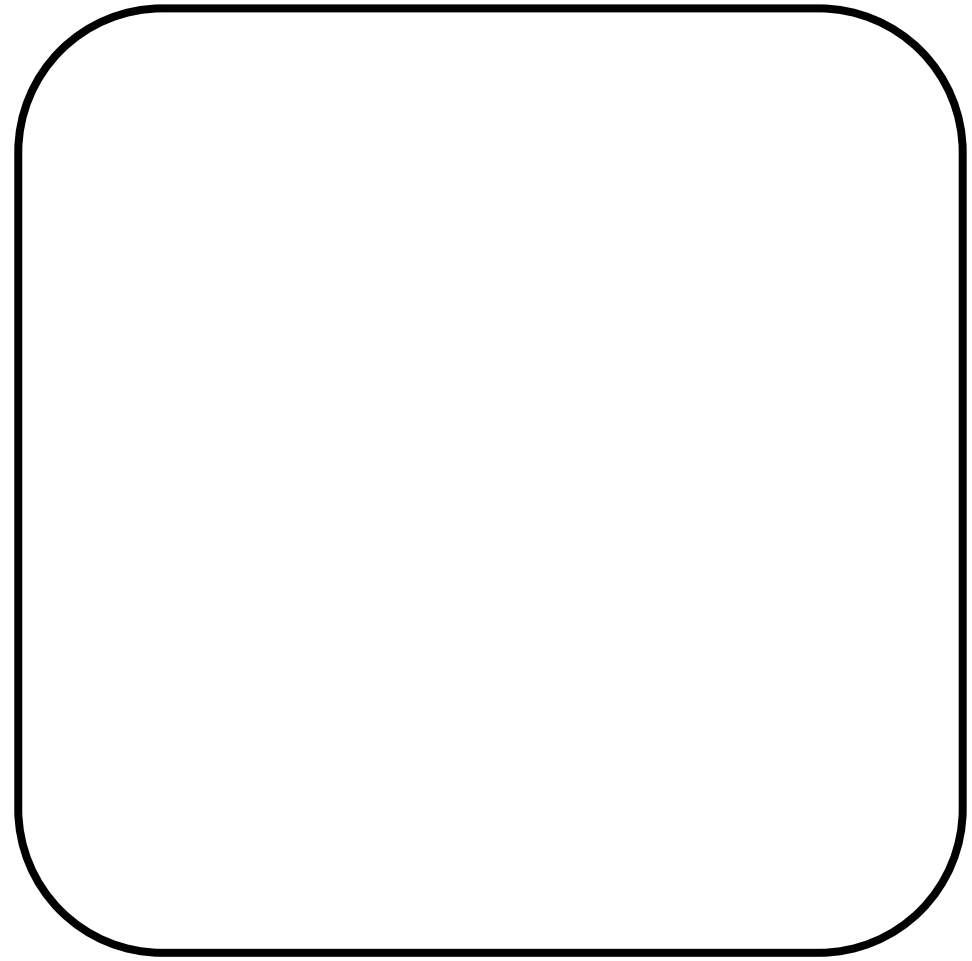
1. Je krijgt in jouw groepje een A3 papier van je juf of meester. Dit is in 6 vakken verdeeld. Ook krijg je nog tijdschriften en kranten om uit te knippen.
2. In de eerste 4 vakken hang je de vier aparte emoties (boos, bang, blij, bedroefd). In de andere twee vakken kan je met je groepje nog naar andere emoties zoeken in de tijdschriften en kranten. Kan je er nog andere vinden?



Het knappe kompas

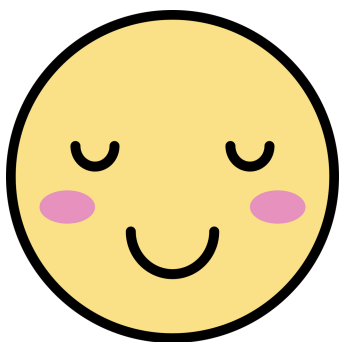
Emotieregulatie Werkblad

- Welke situatie heb je meegemaakt?

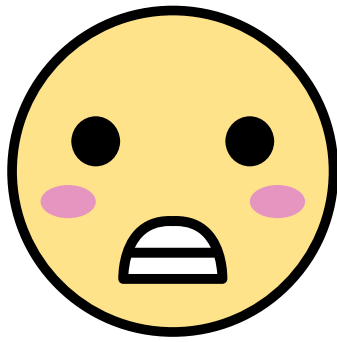


- Welke emotie voelde je? (Omcirkel)

Blij



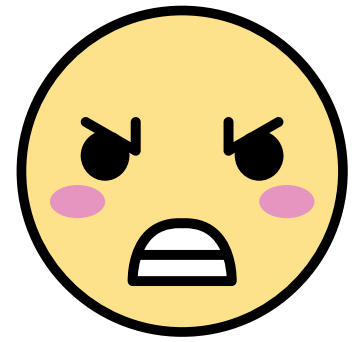
Bang



Bedroefd



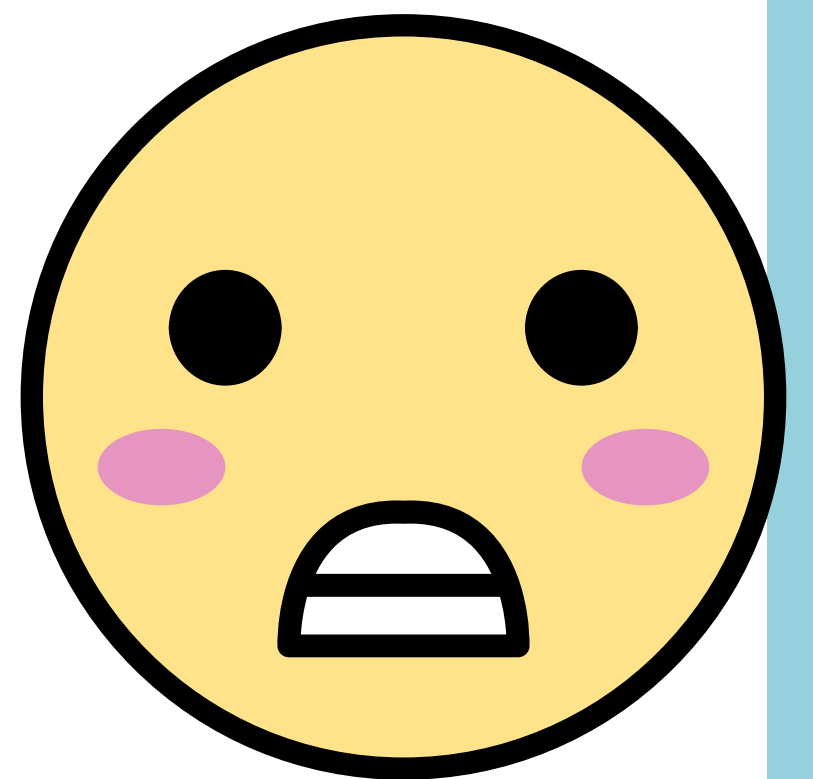
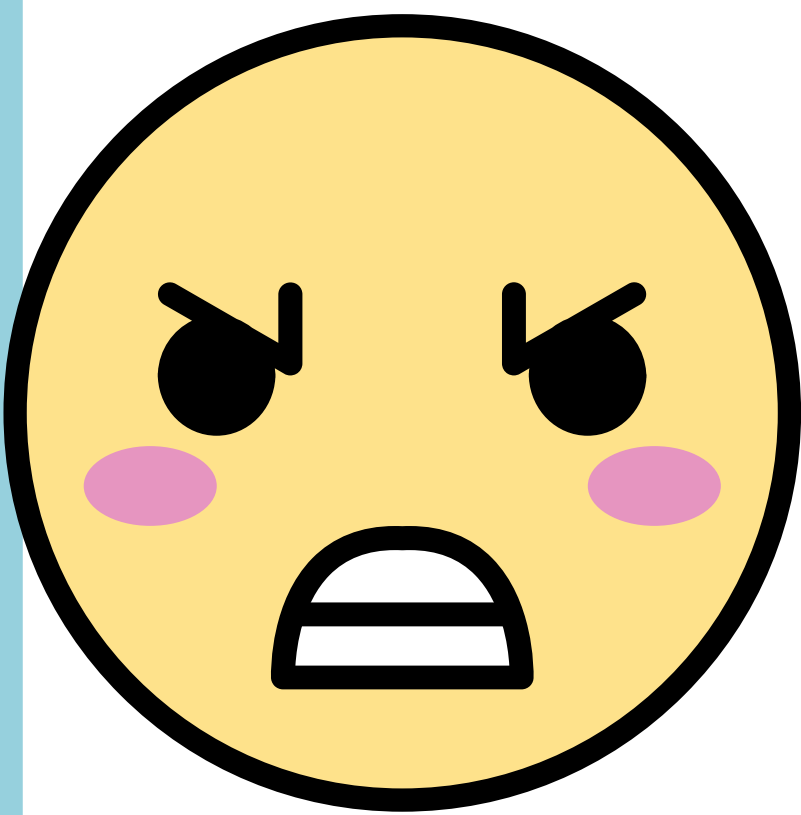
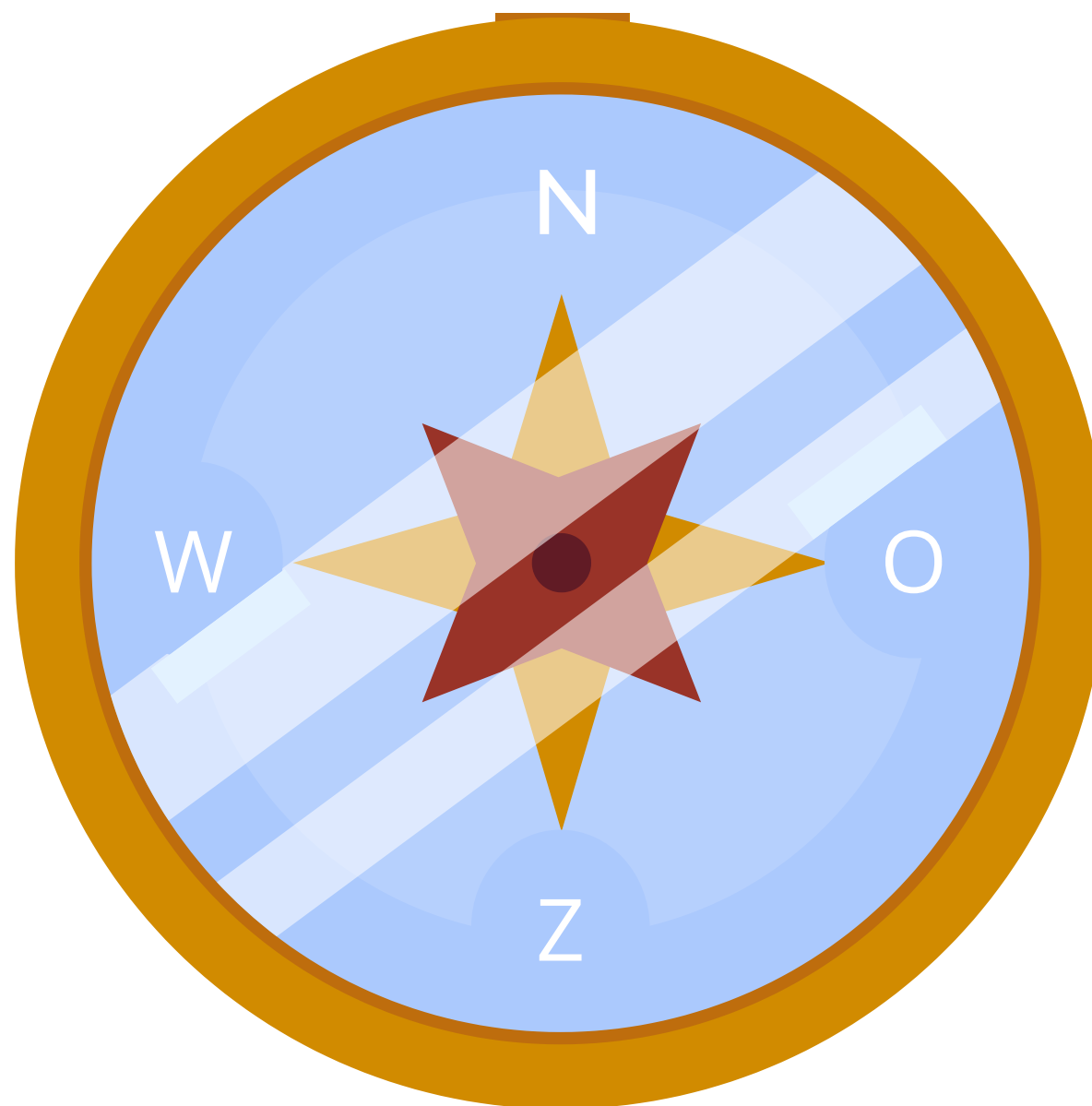
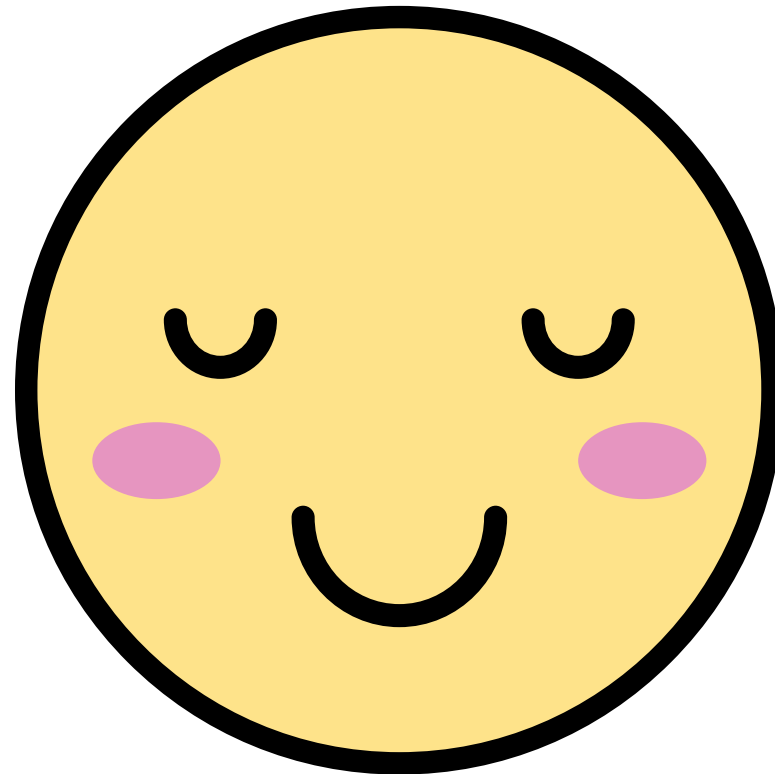
Boos



- Hoe reageerde je?

- Wat had je anders kunnen doen?

Het knappe kompas



Het knappe kompas: situatiekaartjes

Je krijgt onverwacht een compliment van een klasgenoot.

Je hebt je huiswerk niet af en de leerkracht vraagt ernaar.

Je favoriete speelgoed gaat kapot tijdens het spelen.

Je mag een spannend toneelstuk opvoeren voor de klas.

Je beste vriend(in) verhuist naar een andere stad.

Je wordt per ongeluk geduwd op de speelplaats.

Je wint een spelletje in de klas.

Een klasgenoot maakt een vervelende opmerking over jouw tekening.

Je krijgt een moeilijke rekensom niet opgelost.

Je mag een dier kiezen voor een klasproject.

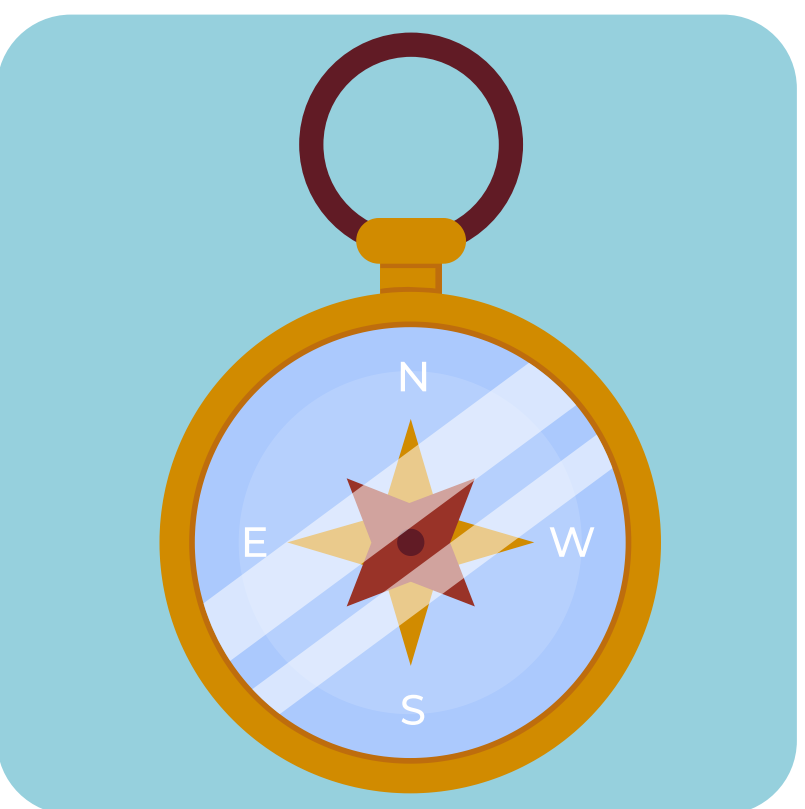
Je raakt je lievelingsknuffel kwijt en kunt hem nergens vinden.

Je wordt onverwacht gekozen om de klas te leiden tijdens een groepsactiviteit.

Het knappe kompas: situatiekaartjes

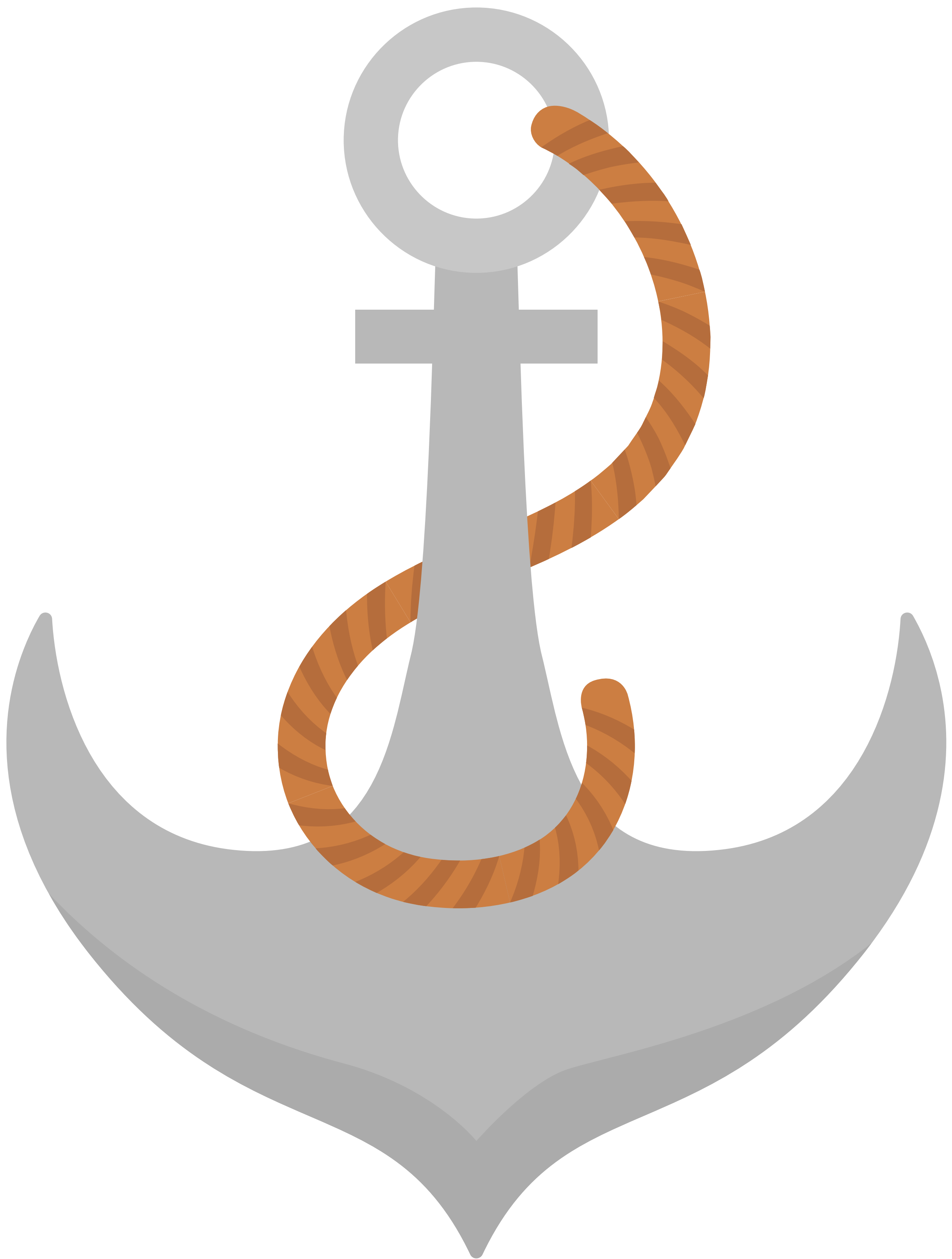


Het knappe kompas: herinneringskaartjes



Executieve functies

Verankerende materialen



Executieve functies

Lessefasen



Executieve functies

Lessenfases



Hang de piratenhoed bij de actieve lesfase van dat moment.

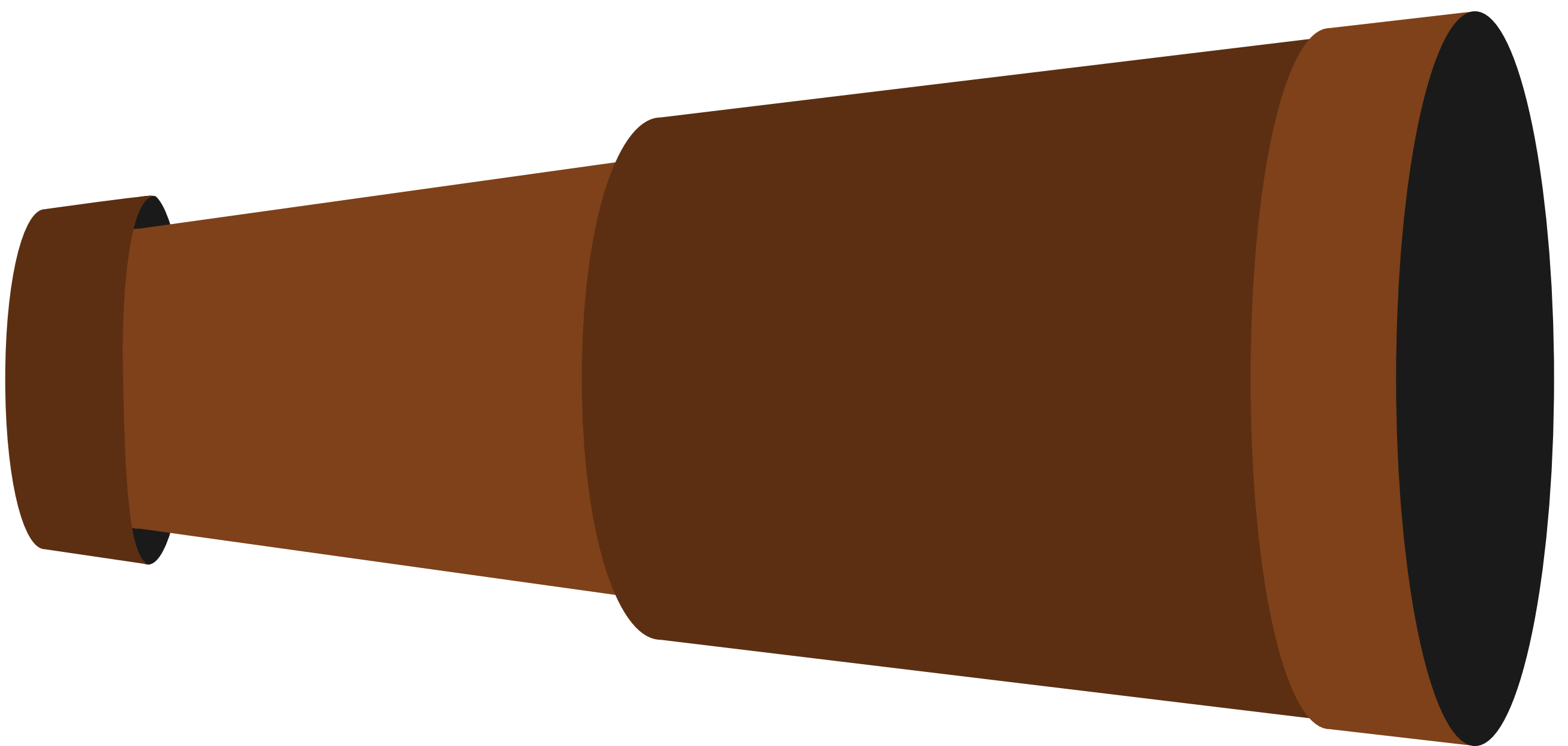
Executieve functies

Schatkaart bij verhalen



Executieve functies

Even kijken: observatiefiches

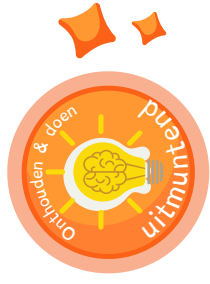


Executive functions

Observatiefiche: breng de executieve functies van je leerlingen in kaart.

Observationelle Werkzeuge

Middenbouw - Bovenbouw



Legende:

● = onvoldoende beheerst

● = matig beheerst

● = voldoende beheerst

[illegible]

Executieve functies

Observatiefiche: breng de executieve functies van je leerlingen in kaart.

Observatiefiche Flexibiliteit



Onderbouw

- Legende:
- = onvoldoende beheerst
 - = matig beheerst
 - = voldoende beheerst

Observatiedoel De leerling ...	Naam leerlingen																
... kan omgaan met een situatie die verandert. Concreet: rustig blijven, geen frustratie opwekken ...																	
... kan omgaan met schakelen tussen verschillende activiteiten.																	
... kan begrijpen dat andere leerlingen anders denken dan zichzelf.																	
... kan een nieuwe oplossing bedenken voor een andere oplossing die niet heeft gewerkt.																	
... kan zijn/haar werkstijl veranderen wanneer gemerkt wordt dat deze niet goed werkt of deze niet goed gaat.																	

Executive functions

Observationelle Flexibilität

Observatiefiche: breng de executieve functies van je leerlingen in kaart.

Middenbouw - Bovenbouw



Legende:

- = onvoldoende beheerst
- = matig beheerst
- = voldoende beheerst

[illegible]

Executieve functies

Observatiefiche: breng de executieve functies van je leerlingen in kaart.

Observatiefiche Emotieregulatie



Legende:
● = onvoldoende beheerst
● = matig beheerst
● = voldoende beheerst

Onderbouw

Observatiedoel De leerling ...	Naam leerlingen														
... kan praten over zijn/haar (basis)gevoelens.															
... kan de feedback van een leerkracht beluisteren en aanvaarden.															
... kan rust bewaren wanneer opdrachten niet meteen willen lukken.															
... kan een taak opnieuw proberen nadat het niet meteen wilde lukken.															
... kan rustig blijven na kleine conflicten.															
... kan herstel laten plaatsvinden na een klein conflict.															

Executieve functies

Observatiefiche: breng de executieve functies van je leerlingen in kaart.

Observatiefiche Emotieregulatie



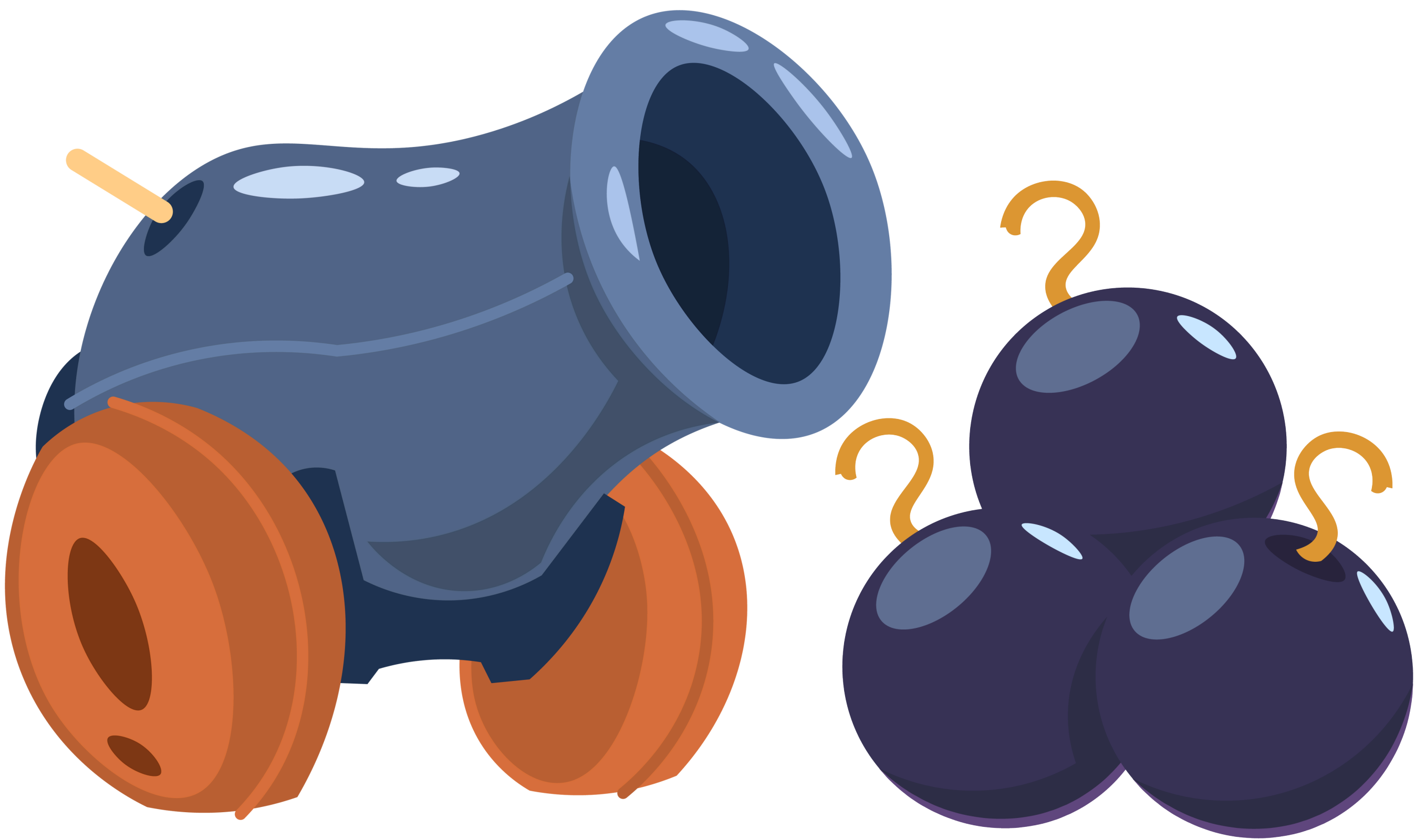
Middenbouw – Bovenbouw

- Legende:
- = onvoldoende beheerst
 - = matig beheerst
 - = voldoende beheerst

Observatiedoel De leerling ...	Naam leerlingen																					
... kan praten over zijn/haar (basis)gevoelens.																						
... kan de feedback van een leerkracht beluisteren en aanvaarden.																						
... kan rustig blijven wanneer opdrachten niet meteen willen lukken.																						
... kan een taak opnieuw proberen nadat het niet meteen wilde lukken.																						
... kan rustig blijven na kleine conflicten.																						
... kan herstel laten plaatsvinden na een klein conflict.																						

Executieve functies

Minigames



Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

Hier zijn enkele leuke piratenspelletjes die perfect aansluiten bij het doel van de les: het onthouden van reeksen en het versterken van het geheugen.

1. Piratenpapegaai

Doel: Kinderen oefenen het herhalen van reeksen door ze aan elkaar door te geven.

Hoe werkt het?

- De leerkracht begint als de kapitein en fluistert een reeks woorden, letters of getallen in het oor van een leerling.
- Deze leerling fluistert het vervolgens door naar de volgende piraat in de rij.
- De laatste piraat zegt de reeks hardop.
- Is de reeks correct? Dan krijgt de bemanning een goudstuk (bijvoorbeeld een knikker of fiches).

Variatie: Maak het moeilijker door steeds langere reeksen te fluisteren of laat de kinderen de reeks na enkele minuten pas herhalen.

2. Schatkist Geheugen

Doel: Kinderen leren reeksen onthouden door items te visualiseren en verbinden met een piratenthema.

Hoe werkt het?

- Laat de kinderen een schatkist vullen met 4 tot 6 voorwerpen (bijvoorbeeld speelkaarten met letters, getallen of woorden erop).
- Sluit de schatkist (doe een doek over de objecten).
- Na 10 seconden openen de kinderen de schatkist en proberen ze de volgorde te benoemen.

Variatie:

- Voeg een extra object toe per ronde.
- Laat een kind een nieuw object toevoegen zonder dat de anderen kijken. Kunnen ze ontdekken welk object erbij gekomen is?

Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

Bijlagen

Piratenpapegaai

Letterreeksen

S	P	F
Z	G	K
A	L	D

Q	R	C	K
L	B	M	O
S	V	X	W

Q	E	W	H	L
O	J	T	X	A
E	R	X	N	O
I	S	G	U	D

Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

Bijlagen

Piratenpapegaai

Getallenreeksen

2	3	8
9	10	5
6	9	7

10	5	11	21
9	8	12	6
35	56	14	85

100	45	1	3	74
59	2	6	45	21
0	52	15	75	96
2	4	8	55	D

Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

Bijlagen

Piratenpapegaai

Woordreeksen

zwaard	ton	bom
piraat	vogel	schip
boei	zee	strand

ton	boei	strand	palmboom
ooglapje	vlag	storm	zeil
munt	dief	schateiland	kist

haven	boten	zee	zeil
zee	eiland	schatkist	buit
goud	doodskop	boei	land

Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

3. Zeeroverscode

Doel: Kinderen leren reeksen onthouden door een speelse code te kraken.

Hoe werkt het?

- Maak een reeks van piratenplaatjes (bijvoorbeeld een zwaard, schip, schat, papegaai, kompas).
- Laat de kinderen 10 seconden kijken, dek het af en vraag welke afbeelding waar stond.
- Kunnen ze de zeeroverscode correct onthouden en ontcijferen?

Variatie: Laat de kinderen hun eigen piratencode maken en testen op hun bemanning!

4. De Verdwenen Schat

Doel: Kinderen trainen hun geheugen door veranderingen in een reeks te herkennen.

Hoe werkt het?

- Laat een reeks piratenvoorwerpen zien (bijvoorbeeld een kaart, een verrekijker, een schatkist, een hoed).
- Laat de kinderen hun ogen sluiten en haal een voorwerp weg.
- Welke schat is verdwenen?

Variatie: In plaats van een voorwerp weg te halen, kun je er ook eentje veranderen van plek!

5. Het Stormspel

Doel: Kinderen leren onthouden onder afleiding en versterken hun concentratie.

Hoe werkt het?

- Lees een reeks voor terwijl een stormgeluid (bv. klappen of tikken op de tafel als golven) klinkt.
- Laat de kinderen de reeks herhalen nadat de storm is gaan liggen.
- Hoe goed kunnen ze de reeks nog herinneren ondanks de afleiding?

Variatie: Maak het een competitie! Het team dat de meeste correcte reeksen onthoudt, wint een gouden munt.

Met deze spellen wordt de piratenles nog leuker én effectiever! Welke spreekt je het meeste aan?

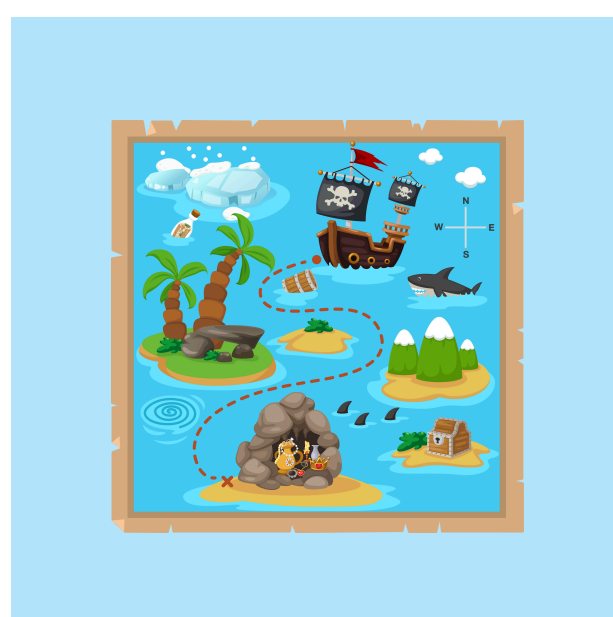
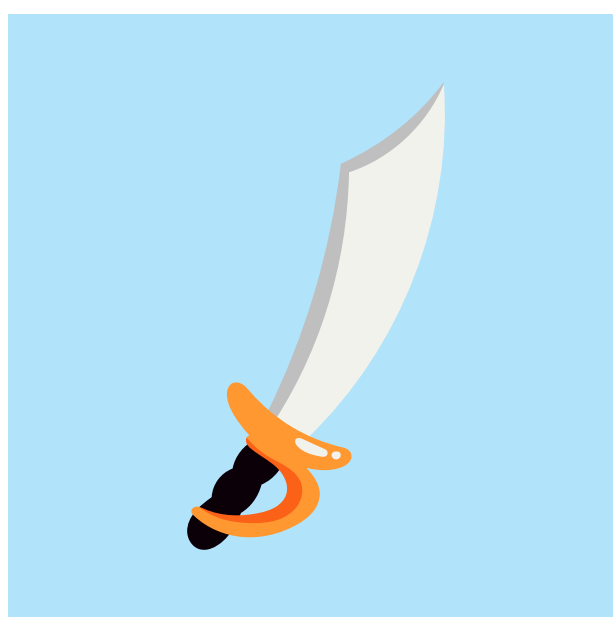
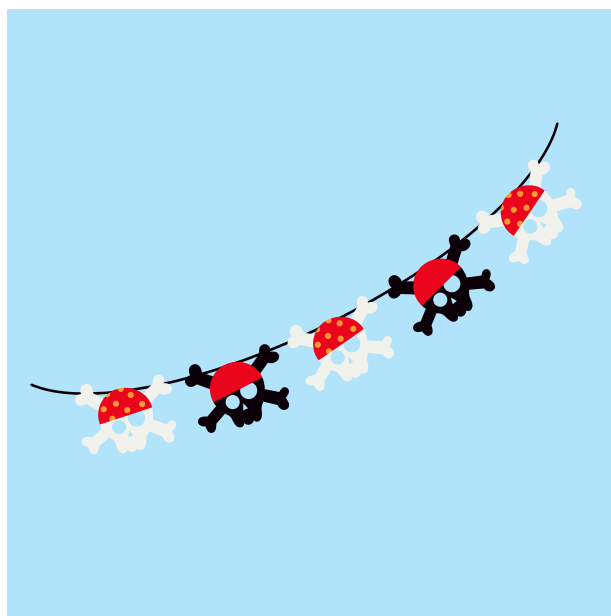
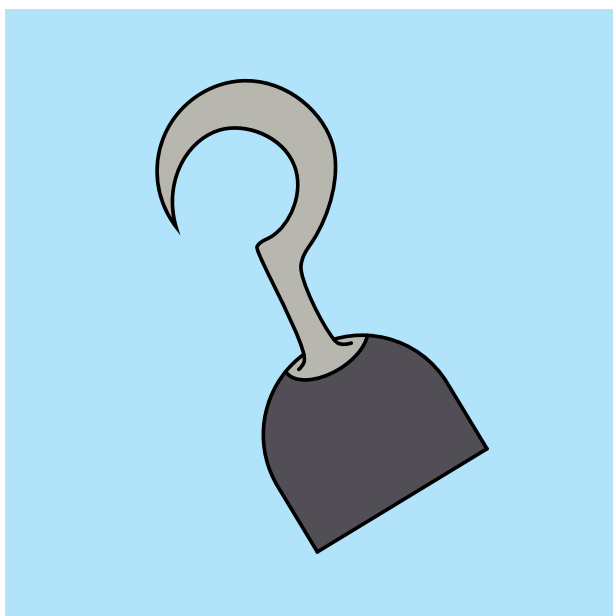
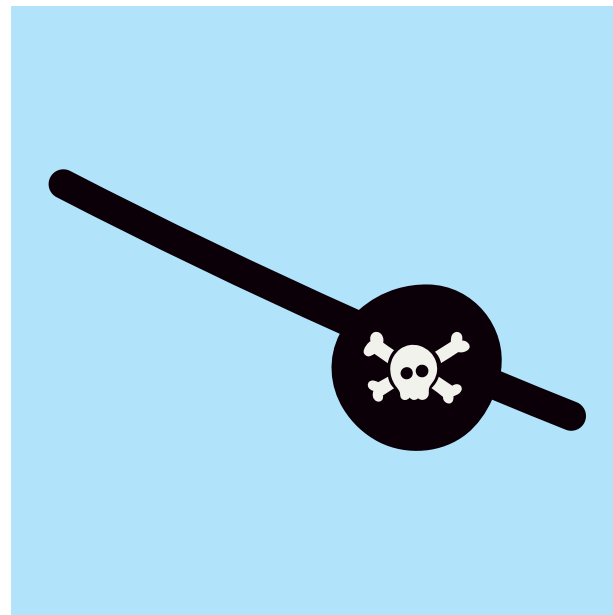
Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

Bijlagen

Zeeroverscore/Verdwenen Schat/Stormspel

Piratenplaatjes



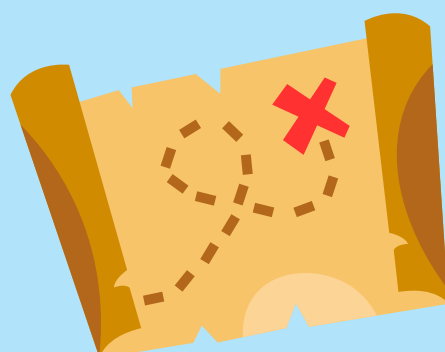
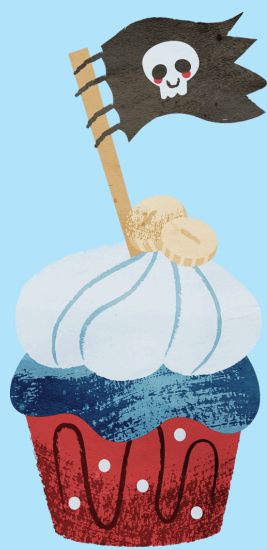
Executieve functies

Mini-games rond werkgeheugen

Bijlagen

Zeeroverscore/Verdwenen Schat/Stormspel

Piratenplaatjes



Executieve functies

Mini-games rond flexibiliteit

Hier zijn mini-spelletjes rond flexibiliteit die de leerkracht na de les kan aanbieden! Deze spelletjes helpen kinderen hun flexibel denken verder te ontwikkelen op een speelse manier.

1. Schatkaartwissel

Doel: Oefenen in snel schakelen tussen verschillende oplossingen.

Benodigdheden: Een eenvoudige schatkaart met drie routes (getekend of met tape op de grond).

Hoe werkt het?

- De kinderen moeten een bepaalde route volgen om bij de schat te komen.
- Halverwege roept de leerkracht: "Storm op zee!" 🌊 → De kinderen moeten een andere route vinden.
- Dit wordt herhaald met nieuwe obstakels, zodat ze leren flexibel te blijven.

2. Piraat & Papegaai

Doel: Snel kunnen wisselen tussen verschillende rollen en regels.

Benodigdheden: Geen!

Hoe werkt het?

- De leerkracht roept een woord, bijvoorbeeld "Piraat!".
- De kinderen doen stoer en zeggen: "Aye, kapitein!"
- Dan roept de leerkracht "Papegaai!" en de kinderen moeten gekke geluiden maken
 - Maak het moeilijker: Voeg extra rollen toe (Schatzoeker, Storm, Zeemonster)
 - Wissel sneller van rol!

3. Zeemonsters en Slimme Piraten

Doel: Leren dat er meerdere oplossingen mogelijk zijn.

Benodigdheden: Speelkaarten met probleem-situaties.

Hoe werkt het?

- Een leerling trekt een kaart met een probleem ("Je schip heeft een lek!").
- Hij moet drie oplossingen bedenken.
- Een ander kind speelt een zeemonster en roept: "Die oplossing werkt niet!" → de leerling moet snel een andere oplossing verzinnen.

Executieve functies

Mini-games rond flexibiliteit

Bijlagen

Schatkaartwissel



Executieve functies

Mini-games rond flexibiliteit

Bijlagen

Zeemonsters en Slimme Piraten

Ik durf niet met mijn paarse
schoenen naar school te
gaan.

Ik krijg mijn rekenoefening
niet opgelost.

Ik durf niet tegen de juf of
meester te zeggen dat dit
boek te moeilijk is om te
lezen.

Ik durf niet tegen mijn
mama te zeggen dat ik die
kleren niet wil aandoen.

Ik krijg mijn zin niet gelezen
en durf dit niet tegen de
leerkracht te zeggen.

Ik lust mijn eten niet.

Ik lust mijn drinken niet.

Ik ben bang om met hem of
haar samen te werken
omdat ze vaak boos wordt
op mij.

Ik durf niet te zeggen dat hij
of zij irritant doet tegen mij.

Ik heb net ruzie gemaakt
met mijn beste vriend.

Ik vind de plaats waar ik zit
in de klas geen goede
plaats.

Mijn drinkenbus is in mijn
boekentas uitgelopen.

Executieve functies

Mini-games rond flexibiliteit

4. Golf van Verandering

Doel: Omgaan met onverwachte situaties.

Benodigheden: Geen!

Hoe werkt het?

- De kinderen lopen door de klas alsof ze op een schip staan.
- De leerkracht roept een opdracht ("Roeien!", "Schip kapseist!").
- Plotseling roept de leerkracht "Alles omgekeerd!" → de kinderen moeten het tegenovergestelde doen (bij roeien moeten ze nu stil blijven staan).
- Dit helpt hen snel schakelen en flexibel reageren.

5. Schatkist met Wisselende Regels

Doel: Aanpassen aan nieuwe spelregels.

Benodigheden: Een schatkist of doos met voorwerpen.

Hoe werkt het?

- Kinderen moeten een schat uit de kist halen volgens een regel (bijv. alleen met één hand).
- Plots verandert de regel ("Nu mag je alleen iets pakken als je een piraatengeluid maakt!").
- Wie past zich het snelst aan de nieuwe regels aan?

6. Kapitein Wissel!

Doel: Snel van perspectief wisselen.

Benodigheden: Geen!

Hoe werkt het?

- Eén kind is Kapitein Eén en moet een probleem noemen ("Mijn schip is vastgelopen!").
- Een ander kind is Kapitein Twee en bedenkt een oplossing.
- De leerkracht roept "Kapitein Wissel!" → nu moet Kapitein Eén de rol van Kapitein Twee overnemen en een nieuwe oplossing bedenken.
- Zo leren kinderen zich in andermans denken te verplaatsen en alternatieven te bedenken.

Executieve functies

Mini-games rond flexibiliteit

7. De Piratenbrug

Doel: Creatief denken onder tijdsdruk.

Benodigheden: Touw of stoepkrijt om een brug te tekenen.

Hoe werkt het?

- De kinderen moeten over een denkbeeldige brug lopen.
- Maar de brug breekt halverwege!
- Snel moeten ze drie manieren bedenken om over te steken (springen, touw gooien, een vlot bouwen).
- Dit dwingt hen alternatief te denken.

uitmuntend

Executieve functies

Mini-games rond emotieregulatie

1. De Storm van Gevoelens

Doel: Leren omgaan met en reguleren van sterke emoties.

Benodigdheden: Geen (of een fluitje of geluidssignaal).

Hoe werkt het?

De kinderen bewegen vrij door de ruimte. De leerkracht roept af en toe een emotie, bijvoorbeeld "Boos!" of "Blij!". Wanneer de emotie wordt genoemd, moeten de kinderen die emotie fysiek uitdrukken (boos schreeuwen, blij springen, etc.). Na enkele seconden roept de leerkracht: "Storm op zee!" 🌊, waarna de kinderen de emotie moeten 'afschudden' en zich rustig moeten maken door diep adem te halen of hun handen op hun buik te leggen. Dit leert ze om snel hun emotie te herkennen en te reguleren.

2. Piratenpuzzel van Gevoelens

Doel: Emoties herkennen en uiten op een constructieve manier.

Benodigdheden: Emotiekaarten met gezichten en emoties erop (bijv. boos, verdrietig, blij, trots, bang).

Hoe werkt het?

De leerkracht toont een emotiekaart met een gezicht en vraagt de kinderen om de bijbehorende emotie na te spelen. Daarna stelt de leerkracht een vraag over de emotie, bijvoorbeeld: "Wanneer voel jij je zo?" of "Wat kun je doen als je deze emotie voelt?" Vervolgens mogen de kinderen in een cirkel hun eigen emoties delen en bespreken wat ze kunnen doen om zich beter te voelen als ze die emoties ervaren. Dit leert ze niet alleen emoties te herkennen, maar ook strategieën te bedenken om ze te reguleren.

3. De Emotie-uitdaging

Doel: Leren omgaan met tegenslagen en frustratie.

Benodigdheden: Geen!

Hoe werkt het?

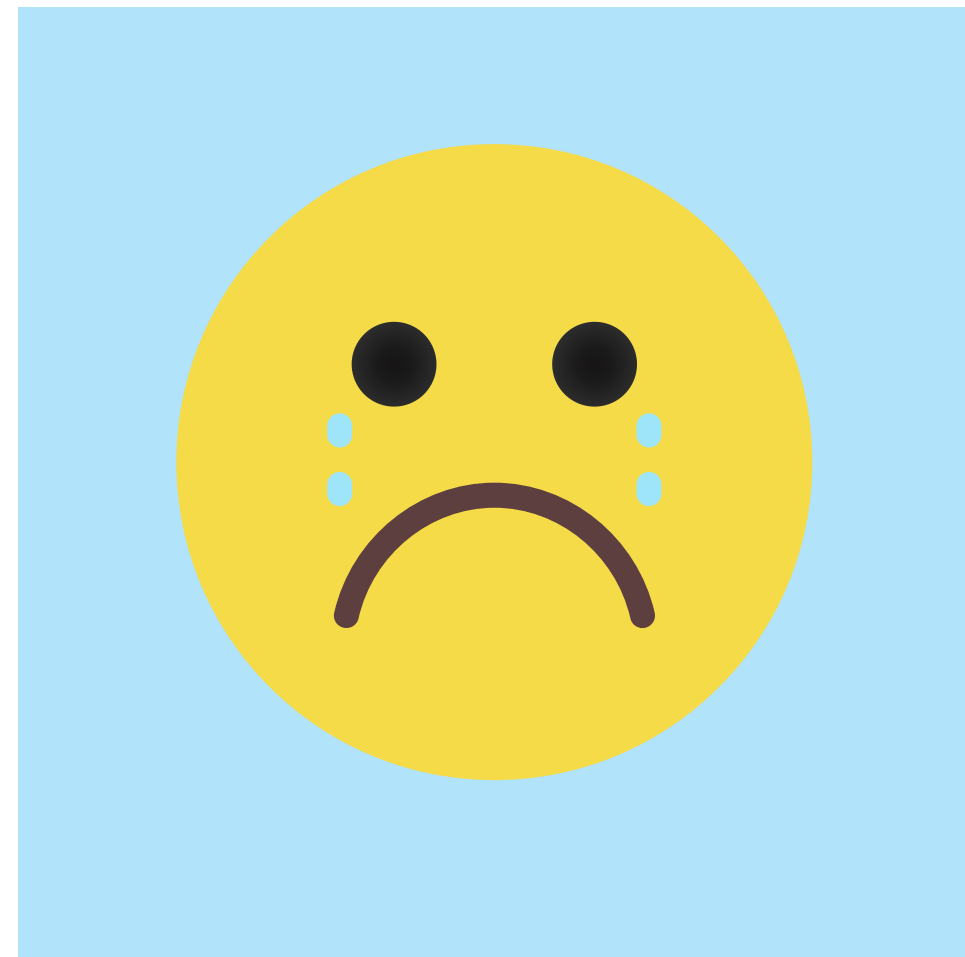
De kinderen gaan in een cirkel staan en de leerkracht roept een situatie waarin een kind een frustrerende situatie ervaart, bijvoorbeeld: "Je hebt een fout gemaakt bij het spel" of "Iemand duwt je op het speelplein". De kinderen moeten daarna op een rustige en gecontroleerde manier reageren op de situatie. Ze mogen bijvoorbeeld drie diepe ademhalingen doen of zeggen wat ze zouden doen om zich weer rustig te maken. Dit helpt kinderen om na te denken over hoe ze hun emoties kunnen beheersen in lastige situaties.

Executieve functies

Mini-games rond emotieregulatie

Bijlagen

Emotiekaarten



Executieve functies

Mini-games rond emotieregulatie

4. Emotie-Rolwissel

Doel: Leren om emoties van anderen te begrijpen en ermee om te gaan.

Benodigheden: Geen, maar je kunt eventueel rolkaarten gebruiken met verschillende emoties of situaties.

Hoe werkt het?

De kinderen staan in een kring. De leerkracht benoemt een situatie waarin verschillende mensen verschillende emoties kunnen ervaren. Bijvoorbeeld: "Stel je voor, je hebt je favoriete speelgoed verloren." De kinderen moeten zich vervolgens voorstellen dat ze die persoon zijn en de bijbehorende emotie uiten. De andere kinderen moeten raden welke emotie de persoon voelt en een strategie bedenken om die persoon te helpen zich beter te voelen. Dit helpt kinderen niet alleen om hun eigen emoties te reguleren, maar ook om zich in anderen in te leven.

5. Piraat in de Rustige Zee

Doel: Leren om emoties te kalmeren en weer tot rust te komen.

Benodigheden: Rustgevende muziek of geluiden (bijv. oceaangolven).

Hoe werkt het?

De kinderen stellen zich voor dat ze piraten zijn op een schip. Wanneer de leerkracht het geluid van golven of rustgevende muziek afspeelt, moeten de kinderen zich voorstellen dat ze hun emotionele stormen moeten kalmeren om rustig te blijven varen. Ze doen dit door rustig adem te halen en de verbeelding van de golven en de oceaan te gebruiken om tot rust te komen. Het doel is om ze te leren dat ze zelf controle kunnen uitoefenen over hun emoties door middel van ontspanningstechnieken.

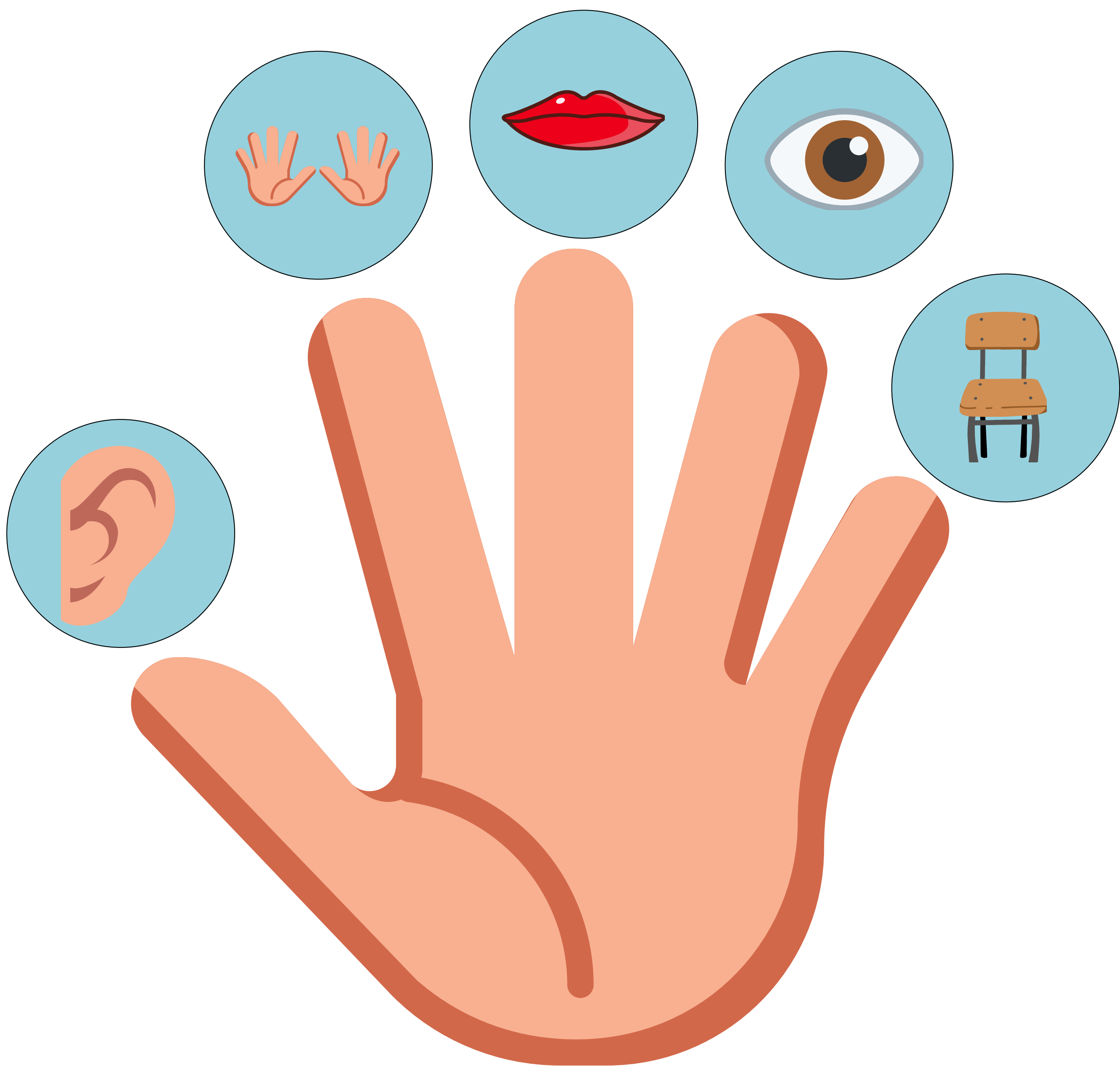
Executive functions

Posters



Executieve functies

Geef me de 5



Executive functions

Schone schatkaart

Placemat bovenaanzicht bank

Placemat binnenkant bank

The diagram consists of three main components arranged horizontally. On the left is a large rectangle divided into three equal horizontal sections. In the center is a smaller rectangle, also divided into two equal horizontal sections. On the right is a circle. A single horizontal line connects the right side of the large rectangle to the left side of the smaller rectangle, and another horizontal line connects the right side of the smaller rectangle to the left side of the circle.

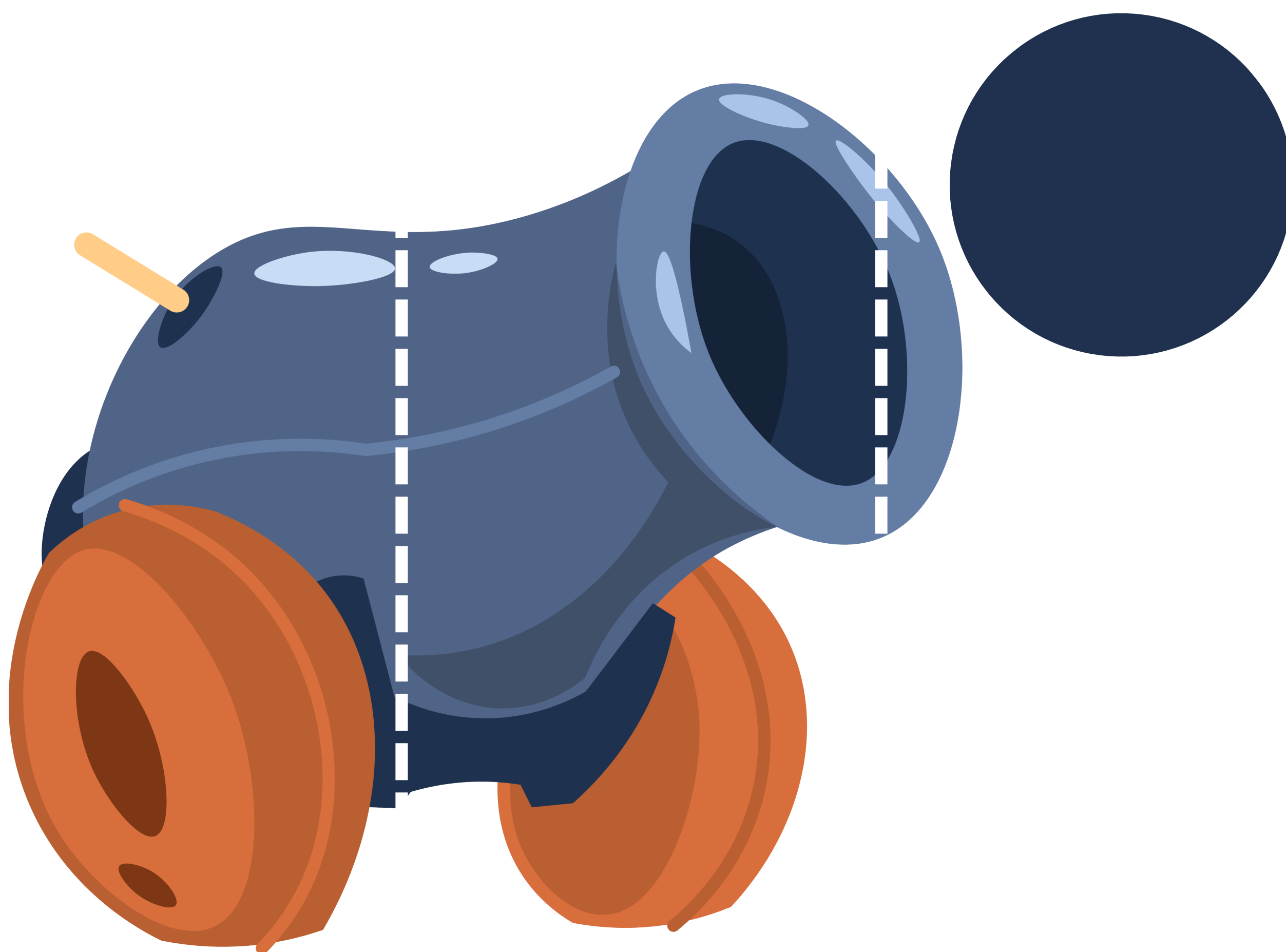
Executive functions

High five



Executieve functies

Emotiekanon



Executieve functies

Dankwoord

Ahoy, beste piraten en kapiteins!

Onze reis door de woelige baren van de executieve functies zit erop. Hopelijk hebben jullie in deze handleiding een waardevolle schatkaart gevonden om koers te houden en obstakels te trotseren.

Een welgemeende dank aan iedereen die mee aan boord stapte, de wind in de zeilen hield en deze tocht mogelijk maakte. Zonder jullie inzet en enthousiasme was deze reis niet half zo avontuurlijk geweest!

Moge jullie kompas altijd de juiste richting wijzen en jullie schip stevig blijven varen.

Arrr, bedankt en een behouden vaart!