

Executieve functies

Waarom heb je executieve functies nodig?

Vaardigheden zijn belangrijk in het leven en het leren. Iets kunnen zorgt, dat weten ook makkelijker gaat. Wanneer je leert, moeten de hersenen op meerdere niveaus functioneren om succesvol te zijn. Als je iets geleerd hebt, je kunt het, dan gaat het eigenlijk vanzelf. Het brein handelt alles netjes af, zonder dat er nog over nagedacht moet worden. Op school betekent dat vaak aandacht hebben, concentreren, omgaan met teleurstellingen, overzicht bewaren, rekening houden met anderen.



In het dagelijks leven gebruik je de executieve functies bijvoorbeeld voor het rekening houden met anderen, wachtwoorden onthouden, sportief gedrag, tijd over houden voor leuke dingen, omgaan met veranderingen, je tijd effectief gebruiken, je agenda beheren, opruimen, op tijd komen, resultaten bereiken, kritisch denken.

Je hebt executieve functies vooral nodig in nieuwe situaties, wanneer snelle flexibele aanpassingen van gedrag aan de omgeving van je gevraagd worden.

Wat zijn executieve functies?

We kennen allemaal wel leerlingen waarbij het niet lukt om succesvol te zijn in het leren of zelfs in hun leven. Ze hebben vaak moeite om zich aan regels te houden, om korte aantekeningen te maken, emoties op een gepaste manier te uiten, geconcentreerd te werken, te wisselen tussen taken, activiteiten en situaties, op tijd te starten met een taak, in stappen te werken, spullen op orde te houden, op tijd zijn, doorzetten, het werk te controleren.

Executieve functies zijn de vaardigheden, die je nodig hebt om doelen te realiseren en gedrag wat daarbij hoort aan te sturen. Het zijn de denkprocessen, die belangrijk zijn voor het uitvoeren van sociaal en doelgericht gedrag.

Dawson en Guare (Dawson, P., & Guare, R. (2009). *Slim maar...* Amsterdam Hogrefe Uitgevers) hebben elf executieve functies beschreven: reactie inhibitie, werkgeheugen, emotieregulatie, volgehouden aandacht, flexibiliteit, taakinisatie, plannen, organisatie, time management, doelgericht doorzettingsvermogen en metacognitie.

Een mooi en praktisch boek met heel veel nuttige informatie.

Hoe kun je executieve functies versterken of aanleren?

Als leerkracht ben je een belangrijke hulpbron voor de kinderen. Je bent met je gedrag een voorbeeld, maar je kunt ook doelgericht keuzes maken en aansturen. Dit kun je doen door je eigen gedrag te sturen, activiteiten aan te bieden, feedback te geven op het gedrag van de kinderen en kinderen in hun kracht te zetten door hen doelgericht te laten werken aan zelfgekozen doelen. Wanneer kinderen getraind worden in hun vaardigheden, kan zelfvertrouwen groeien, waardoor zij betere resultaten behalen.

Veel trainingen hebben transferproblemen: het werkt niet buiten de trainingssituatie. Door in de groep gericht aandacht te besteden aan executieve functies en kinderen hun eigen doelen te laten kiezen en bijhouden met behulp van rubrics ontstaat deze mogelijkheid van transfer wel. Noodzakelijk naast het stimuleren en volgen, is ook het kindgesprek.

En hoogbegaafden dan?

Bij hoogbegaafde kinderen wordt regelmatig gesignaleerd, dat executieve functies onderontwikkeld zijn. Vaak is er geen nut of noodzaak om een executieve functie te ontwikkelen. Daarnaast komt het vaak, doordat ze veel handelingen niet geautomatiseerd hebben in het leven. Ze denken veel na over handelingen in plaats van frequent te oefenen. Hierdoor blijven ze bij alledaagse handelingen lang en diep nadenken.

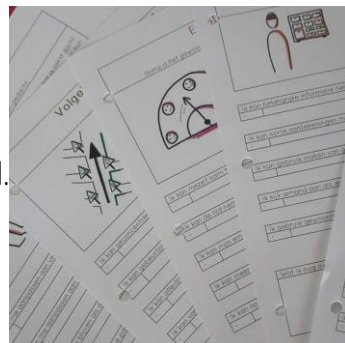
Hoogbegaafden hebben vaak weinig leerervaringen als ze niet genoeg uitgedaagd worden. Als alles vanzelf lijkt te gaan, is er ook geen noodzaak om een vaardigheid te ontwikkelen. Als je alles binnen de tijd afkrijgt, is plannen niet nodig.

Kleine veranderingen zorgen voor grote verschillen! En jij als leerkracht / begeleider kan dát verschil maken!

Download taakinitiatie

In deze download vind je de executieve functie 'taakinitiatie' uitgewerkt met daarbij een drietal mogelijkheden om in jouw groep aandacht te schenken aan taakinitiatie. Een mooie executieve functie om het schooljaar mee te starten.

Deze uitwerking komt uit *Executieve functies - een praktische handreiking*. In deze handreiking zijn alle executieve functies op dezelfde overzichtelijke manier uitwerkt, aangevuld met een bijlage katern met daarin o.a. rubrics per executieve functie, tafelkaartjes, posters, groeiweb, interventieplan en GGGGG-model. Neem eens een kijkje op www.iederzijntalent.com. Met de code 'onderwijswereld-PO' ontvang je bij een bestelling van het totaalpakket in de maand september € 10,- korting. Ook worden er trainingen in kleine groepen of teams gegeven.



Onderwijswereld-PO.nl

professionalisering - workshops - inspiratie



Taakinitiatie

In de bijlage tref je een overzicht aan bij de executieve functie 'taakinitiatie' met daarbij de behorende rubrics. Neem deze goed door en kijk wat bij jou en de kinderen al goed zit en waar jij nog winst kunt behalen. Als jij weet waar de aandachtspunten en leerpunten liggen, kun je de kinderen gericht begeleiden bij hun persoonlijke doelen.



Diverse activiteiten om de taakinitiatie in beeld te krijgen

Activiteit 1 - doofhof / dot to dot

Leg tijdens de inloop (dit kan aan het begin van de schooldag zijn, maar ook na een buitenspeelpauze) een doofhof of dot to dot neer, die aansluit bij de leeftijd van de kinderen. Niet te makkelijk, ook niet te moeilijk, maar wel eentje die uitdaging geeft, dus in hun leerzone.

De kinderen gaan zelfstandig aan de slag en jij observeert.

- Starten de kinderen op tijd of kijken ze vooral rond, gaan ze naar toilet, gaan ze hun punt slijpen, etc.?
- Starten de kinderen ook als ze even geen zin hebben?
- Kunnen ze weer doorwerken als ze even afgeleid zijn geweest?
- Blijven ze gemotiveerd? Wat doen ze als hun motivatie afneemt?
- Welke strategieën worden gebruikt om toch verder te komen als het even niet lukt?
- Hebben kinderen een bepaalde routine als ze starten? Denk bijvoorbeeld aan alle materialen klaarleggen, overbodige spullen opruimen?

Zorg dat je tijdens de observatie bijzonderheden kunt noteren per kind, zodat je dit later terug kunt lezen en individueel kunt bespreken.

Na afloop van deze activiteit bespreek je klassikaal hoe het ging. Stel daarbij open vragen zonder oordeel over de kinderen en hun aanpak.

- Wie kan vertellen hoe hij het heeft aangepakt? (werkproces)
- Wat heb je eerst gedaan en daarna? Waar zorgde dat voor?
- Wie raakte zijn motivatie kwijt? Wie werd er afgeleid? Wat was de oorzaak? Kon je je herpakken? Hoe heb je dat gedaan?
- Wie heeft er een strategie gebruikt bij het doofhof of de dot to dot? Welke is dat? Waarom heeft dat bij jou geholpen?
- Hoe kun je zien dat iemand taakgericht bezig is?
- Hoe ziet taakgerichtheid eruit?

Het stellen van deze vragen helpt kinderen overzicht te krijgen in wat ze (bewust of onbewust) doen. Als ze hier grip op krijgen en begrijpen welke voordelen het heeft om een goede taakinitiatie te hebben, zowel op school als in het dagelijks leven, dan kunnen ze ook doelgericht gaan werken aan hun persoonlijke doelen op dit gebied. Belangrijk hierbij is het open gesprek aangaan met het kind en verdiepende vragen te stellen.

Activiteit 2 – Ik heb, wie heeft

Deze activiteit is een leuke energizer voor tussen de lessen door en sluit mooi aan bij de executieve functies. Op <https://jufyvon.blogspot.com/> vind je diverse varianten, die aansluiten bij rekenen (keersommen, klokkijken, geld, procenten, vormen) en taal (beginletter, voor- en achtervoegsel). Ook vind je er een leeg format, zodat je je eigen variant kunt maken.

Variant 1: Je geeft ieder kind een kaartje en jij start het spel. De rest volgt vanzelf als het correct gespeeld wordt. Aan het eind is dan iedereen geweest.

Variant 2: Je geeft ieder kind een kaartje en je zegt, dat ze op volgorde moeten gaan staan. Aan het eind laat je alle kinderen hun kaartje hardop voorlezen. Klopt de volgorde?

Ik heb 12

Wie heeft 5x5

Ik heb 25

Wie heeft 6x4

Tijdens het spelen van deze activiteit observeer jij als leerkracht. Kijk ook echt, grijp niet (te snel in), laat dingen gebeuren. Daar leren ze van. Wat gebeurt er? Hoe reageren kinderen? Reageren kinderen op elkaar? Hoe pakken ze het aan? Wat doet dit met de voortgang van de activiteit? Blijven ze gemotiveerd? Hoe is de concentratie? Hoe lossen ze problemen op?

Bij de nabespreking kun je stil staan bij het lesdoel van rekenen of taal, maar ook bij taakinitiatie. (Start bij het begin en kijk wat er gebeurt, hoe iets loopt.) Besteed vooral ook aandacht aan de transfer naar andere vakken. Het is niet alleen belangrijk bij dit spel, maar ook als je start met een rekenles of als je bezig bent met een moeilijke som en er niet uitkomt. Wat zou je dan kunnen doen om er voor te zorgen dat je toch op efficiënte wijze (taakgericht) met de les bezig blijft?

Activiteit 3 – spel

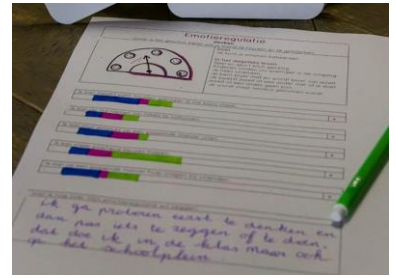
Tijdens het spelen van spellen kun je taakinitiatie heel goed observeren. Selecteer vooraf spellen, die aansluiten bij taakinitiatie. In het overzicht in de bijlage vind je deze. Misschien heb je zelf nog taal-, spelling- of rekenspelletjes, die je ook kunt gebruiken. Deze spellen kun je inzetten in circuitvorm, maar het spel twister kun je bijvoorbeeld ook los tijdens een pauze inzetten. Wanneer je gedurende een week alle kinderen een keer mee laat doen, kun je ze allemaal observeren.

Zorg dat je tijdens of na het spelen van de spellen bijzonderheden kunt noteren per kind, zodat je dit later terug kunt lezen en individueel kunt bespreken.



Het kindgesprek - individueel

Belangrijk is om altijd het gesprek aan te gaan met de groep of het kind. Hierbij kun je een helder beeld krijgen waarom een kind iets doet of wat hij lastig vindt en waardoor dat komt. Aansluitend kun je samen een stappenplan maken, zodat het kind aan de slag kan met zijn leerpunt(en).



De rubrics (zie bijlage) kun je goed gebruiken bij dit kindgesprek.

Bespreek het doel van taakinisatie en welke voordelen dit heeft, ook in het dagelijks leven.

Vervolgens neem je hardop de specifieke doelen door en legt ze eventueel nog verder uit wat er precies mee bedoeld wordt.

Daarna gaat het kind zichzelf inschalen. Neem een kleurtje en laat de balk inkleuren, zover als hij denk dat hij taakinisatie op dat gebied beheerst.

Doe dit als leerkracht ook (vooraf) op een apart formulier. Zijn er overeenkomsten en verschillen? Bespreek deze samen.

Maak dan een keuze aan welk doel er de komende weken gewerkt wordt. Leg het eigenaarschap bij het kind. Hij moet het tenslotte doen, met ondersteuning van jou. Vraag door waarom hij die keuze maakt en wat het hem uiteindelijk brengt.

In het onderste vakje noteert het kind welke acties er ondernomen gaan worden om te groeien in het doel.

Geef het kind dagelijks feedback (Ik zie dat Fijn dat je Wat goed dat je) tijdens het werken. Bespreek wekelijks de stand van zaken met betrekking tot zijn leerdoel. Op dit overlegmoment schaaft het kind zichzelf weer in met een ander kleurtje en licht hij dit ook toe. Zo ziet hij zijn eigen groei in beeld.

Als het doel voldoende bereikt is, dan kan op dezelfde manier aan een volgend doel gewerkt worden.

Het kindgesprek – klassikaal

Ook klassikaal kan er gewerkt worden aan de executieve functie taakinisatie. Als blijkt, dat bijvoorbeeld veel kinderen moeite hebben met *'Ik kan op tijd starten met een taak'* kun je dit klassikaal onder de aandacht brengen. Hang dit doel goed zichtbaar in het lokaal met daarbij ook een strook. Dit is de rubric. Hoe ver schaaft de groep zich in bij dit doel? Teken dit op de strook. Wat kunnen we als groep doen om in dit doel te groeien? Verzamel de ideeën van de kinderen en noteer deze acties bij het doel. Zo heb je alles mooi bij elkaar en kun je dit gedurende de dag, bij een les of als afsluiter van de dag bespreekbaar maken. Hoe is het gegaan? Wat ging er goed? Waardoor kwam dat? Wat doet dat met jou en de groep? Waar moeten we nog op letten? Ect. Wekelijks wordt ook hier de stand van zaken besproken en de rubric bijgewerkt met een ander kleurtje. Als het doel bereikt is, wordt er natuurlijk een klein feestje gevierd. Vooraf kun je de beloning, bijvoorbeeld langer buiten spelen, met de groep bepalen.

Taakinitiatie

Doen
Start bij het begin.

<p>Uitleg Het vermogen om zonder te dralen aan een taak te beginnen, op tijd en op efficiënte wijze.</p>	<p>Beeld</p> 	<p>Doel Als je een taak of opdracht hebt gekregen, ga je die meteen uitvoeren. Kort denken en direct gaan doen.</p> <p>In het dagelijks leven Je houdt tijd over voor leuke(re) dingen. Je benut je tijd effectief. Je begint en je krijgt je werk makkelijker af. Een resultaat geeft een fijn gevoel.</p>
<p>Leerkracht gedrag Je biedt een checklist of stappenplan aan. Je geeft helpende gedachten. Je geeft proces feedback. Je geeft complimenten en beloningen voor starten en volhouden. Je geeft deeltaken. Je leert kinderen wat uitstelgedrag is en hoe dit aan te pakken.</p> <p>In de klas Er is een duidelijk startsein bij activiteiten. Belangrijke spullen zijn altijd beschikbaar. Je ruimt regelmatig samen op. Je start op tijd met je lessen. Je zorgt voor een opgeruimde werkomgeving.</p>	<p>Je kunt... ...op tijd starten met een taak. ...beginnen met een taak, ook wanneer je er geen zin in hebt. ...een routine toepassen die je helpt om een taak te beginnen. ...stoppen met uitstellen. ...een strategie gebruiken om gemotiveerd te blijven en te starten met de taak.</p>	
<p>Activiteiten Actie-reactiespel Doolhoven (zie bijlagekatern) Estafette vormen, zie ook facebook 'De gymles' en 'Doe vrijdag' Ik heb, wie heeft</p>	<p>Spellen Betragt en gesnapt Escape room Monopoly Ricochet robot Speed cups Twister</p>	
<p>Internet/digibord www.zienindeklas.nl/downloads http://digifemke.nl/doe-vrijdag-bewegend-leren/</p>	<p>Eigen Aantekeningen</p>	

Taakinitiatie

doen

Start bij het begin.



Doel

Als je een taak of opdracht hebt gekregen, ga je die meteen uitvoeren. Kort denken en direct gaan doen.

In het dagelijks leven

Je houdt tijd over voor leukere dingen.

Je benut je tijd effectief.

Je begint en je krijgt je werk makkelijker af.

Een resultaat geeft een fijn gevoel.

Ik kan op tijd starten met een taak.

-

+

Ik kan beginnen met een taak, ook wanneer ik er geen zin in heb.

-

+

Ik kan een routine toepassen die me helpt om een taak te beginnen.

-

+

Ik kan stoppen met uitstellen.

-

+

Ik kan een strategie gebruiken om gemotiveerd te blijven en te starten met de taak.

-

+

Wat ik nog over mijn taakinitiatie wil zeggen:



Onderwijswereld-PO.nl

professionalisering - workshops - inspiratie

