

oïno advies | de Rolf groep



oïno advies | de Rolf groep

Ondernemers in Onderwijs

oïno advies | de Rolf groep

Executieve functies

Vergeten, kwijt en afgeleid.

**IK HEB ZOVEEL CHAOS
IN MIJN HOOFD
DAT MIJN AGENDA
BIJ ME
IS WEGGELOPEN**

Loeje

oïno advies | de Rolf groep

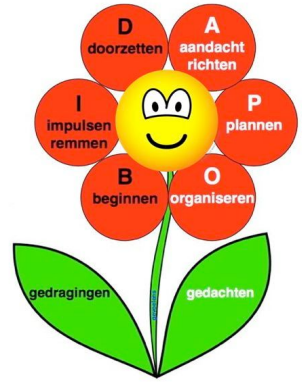
Doel

Je leert

- Wat executieve functies zijn
- Hoe deze zich ontwikkelen
- Hoe je executieve functies kunt trainen



oïno advies | de Rolf groep



oïno advies | de Rolf groep

Problemen EF komen tot uiting in:

- Geen doel kunnen bedenken: initiatief blijft uit
- Geen overzicht kunnen houden over aaneenschakeling van stappen en einddoel
- Volgordefouten
- Verkeerde doelen en stappen selecteren
- Hoofddoel uit oog verliezen en blijven steken in subdoelen
- Onvoldoende rekening houden met andere factoren
- Consequenties niet overzien van keuze van stappen

www.oïno-advies.nl

oïno advies | de Rolf groep

Executieve functies zijn hogere cognitieve processen die nodig zijn om activiteiten te plannen en te sturen.

Alle executieve functies hebben een controlerende en aansturende functie. Ze kunnen worden gezien als de 'dirigent' van de cognitieve vaardigheden.

Executieve functies helpen je bij alle soorten taken. Executieve functies vertellen niet hoe intelligent, charmant of verbaal vaardig iemand is.

Deze functies bevinden zich in de prefrontale cortex van de hersenen. (SLO)

oino advies | de taalcoach

Wat heb je vanochtend allemaal gedaan/geregeld om hier op tijd te kunnen zijn?
(met andere woorden: welke executieve functies heb je ingezet?)



oino advies | de taalcoach

Executieve functies

Denken:

- Planning
- Organisatie
- Taakinitiatie
- Werkgeheugen
- Timemanagement
- Taakmonitoring +

Gedrag en emotie:

- Responsinhibitie
- Volgehouden aandacht
- Emotieregulatie
- Flexibiliteit
- Doelgericht gedrag
- Gedragsevaluatie = metacognitie

oino advies | de taalcoach

Opdracht

Vul de tabel op werkblad 1 in. Zet achter elke taak een kruisje onder de bijbehorende executieve vaardigheid.

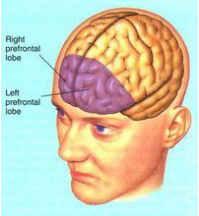


oino advies | de taalcoach

Onder: Top 20 van activiteiten die problemen opleveren	Responsinhibitie	Werkgeheugen	Emotieregulatie	Volgehouden aandacht	Taakinitiatie	Planning	Timemanagement	Flexibiliteit	Doelgericht gedrag	Metacognitie
Klaarmaken voor school										
Slaapkamer opruimen										
School opruimen										
Huisdieren huis doen										
Tafelstelschema volhouden										
Tijd voor tijd goed gaan										
Spoken opruimen										
Huiswerk maken										
Taken met open einde										
Lengtermijn projecten										
Ontaal										
Schrijven										
Stuiteren voor herten										
Taken met opbrengst										
Herrekeningen en agenda										
Medicatie beheersen										
Tijd voor tijd										
Spoken opruimen										
Taken met veranderingen										
Huiswerk maken										
Problemen oplossen										

oino advies | de taalcoach

Locatie



Prefrontale cortex in voorhoofdskwab.

<https://www.hersenchting.nl/alles-over-hersenen/de-hersenen/anatomie/anatomie>

oino advies | de taalcoach

Ontwikkeling

6 mnd: denken voor te doen (impulsief)
8 mnd: werkgeheugen
12 mnd: aandacht richten
4 jaar: doelgerichtheid
6 jaar: basis van werkgeheugen
7 jaar: reactie-inhibitie
....
21 jaar: volgroeid

 **Marshmallow experiment**



www.oino-advies.nl

 **Executieve functies aanleren**

Meeste effect voor het 9^e jaar!

Vanaf **groep 1**: Taakaanpak voorbespreken, feedback tijdens de opdracht en nabespreking.

Groep 1-2: spel en sport
 Groep 3-4-5: en sport
 Groep 6-7-8: weektaak, projectwerk, ...

 **SPORT!!!**


- Relatie sport en ontwikkeling executieve functies in diverse onderzoeken bewezen.
- Vooral sport in complexe of sociale context
- Vooral voor het 9^e jaar i.v.m. grote groei hersenen
- Tikspellen, basketbal, voetbal, *in combinatie met* taekwondo of mindfulness

 **Wat werkt wel?**

- Fouten onmiddellijk verbeteren en bespreken
Want een leerling met zwakke EF leert niet van zijn fouten!!!
- modeling; voordoen, samendoen nadoen
Wees het (mentale) plaatje voor de leerling
- Leer verbale zelfinstructie aan om eigen gedrag en werk in uitvoering te stimuleren en te ondersteunen
- Leer een checklist te maken, waarin alle stappen in juiste volgorde staan geschreven

Hierdoor stimuleer en ontwikkelen je de zelfredzaamheid van de leerling!!!

www.oino-advies.nl

 **Staat van de e.f.**

Iedereen heeft sterke en zwakkere executieve functies.

Blijvende problemen:

- (niet aangeboren) hersenletsel
- Ontwikkelingsstoornissen: adhd, ass, odd

Tijdelijk mindere staat:

Angst, stress, depressie, slaapttekort, slechte voeding, te weinig beweging

 **Zelftest**


FOKKE & SUKKE
 GEBRUIKEN HUN FRANSE ALCOHOL-ZELFTEST

DEPS! TE VEEL GEKONKSEN

HOU MEERER, IK ZAL HET VOOR DEZE ERE KEER DOOR DE VINGERS ZIEN



www.oino-advies.nl

 **Terugkoppeling vragenlijst**

- Welke scores waren hoog? Kwaliteiten
- Welke scores waren laag? Ontwikkelpunten
- Wat kun je met de informatie over jezelf?

CLIFFHANGERS
DE REST
VAN DE TOETS
VUL IK
VOLGENDE WEEK IN

Loeje

www.oino-advies.nl



Helen Degenhart
h.degenhart@oino-advies.nl
06- 18 82 87 85

Danielle Diele
d.diele@oino-advies.nl
06-42263579

Ondernemers in Onderwijs