



executieve functies

Gesprekskaarten

De vaardigheden die nodig zijn voor het verrichten van bewust, opzettelijk en doelgericht gedrag om informatie te verwerken, sociale relaties te onderhouden en aan zelfverbetering te doen.

Jelle zit in de klas, maar raakt steeds afgeleid. Hij hoort de juf praten over huisdieren. Opeens denkt hij aan zijn eigen hond en roept: 'Ik heb ook een hond!'. Hij wordt gestraft omdat hij de juf stoorde. Wie is dit nog al eens overkomen? Wanneer?

Sofie is bezig met haar huiswerk. Ze zit in de woonkamer van haar oma, maar normaal werkt ze in haar eigen slaapkamer. Ze kan zich totaal niet focussen door de nieuwe omgeving. Waar kan jij jou het beste focussen?

De juf overloopt alle oefeningen in het werkboek. Simon doet zijn uiterste best om de opdrachten goed te onthouden. Hij werkt liever oefening per oefening. Alle oefeningen door elkaar maken het lastig voor hem. Kan jij makkelijk van oefening naar oefening springen?

Hans kijkt naar de planning van de dag. De volgende les is wiskunde, maar de juf begint met een les spelling. Hij is helemaal in de war en kan niet meer volgen. Heb jij er soms moeite mee als er iets veranderd?

Bas weet het antwoord niet van het vraagstuk. Hij bijt op zijn potlood omdat hij kwaad is dat hij het niet kan oplossen. Hij verfrommelt zijn papier en smijt het weg. Juf mag hem niet helpen, hij wil het alleen doen. Is dit slim van hem?

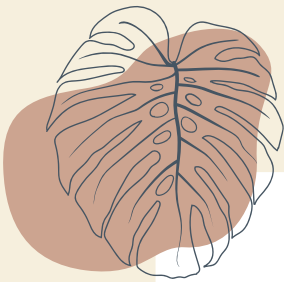
Hanna voelt zich slecht. Ze is heel verdrietig en wil met niemand praten. Iedereen die haar vraagt wat er is, duwt ze weg. Daarom laat iedereen haar met rust waardoor ze zich nog eenzamer voelt. Wat had ze beter gedaan? Heb jij jou ook al eens zo gevoeld?

Louise heeft een mooie roze pennenzak. Ze heeft de mooiste en de meeste balpennen, potloden, stiften enzovoort. Juf vraagt om snel haar naam op het verjaardagskaartje te schrijven. Het lukt haar niet om de goede balpen te vinden waardoor ze niet op tijd was en haar naam niet op het kaartje staat. Hoe zou ze dit kunnen oplossen zodat ze wel op tijd is volgende keer?

Bram wil de onafgewerkte oefeningen in zijn werkschrift afwerken. Hij bladert in zijn schrift en vindt een oefening op p. 93. Hij maakt deze en bladert verder tot hij nog een oefening vindt op p. 3. Nadat hij deze afwerkte zoekt hij opnieuw en vindt er een op p. 67. Hoe kon hij dit makkelijker aanpakken? Zou jij werken als Bram?

Elise is haar boekentas aan het maken. Juf zegt wat er allemaal in moet zitten. Elise is vergeten wat juf heeft gezegd, maar juf wil het niet herhalen. Wat had Elise kunnen doen om dit te vermijden? Wat kon Elise doen zodat ze het niet vergeet?

Twan is zijn vraagstukken aan het oplossen. Juf merkt op dat hij steeds alle informatie uit het vraagstuk wil gebruiken terwijl dit niet nodig is. Wat kan juf doen om hem te helpen?



Mijn executieve functies



werkgeheugen
(gps)

flexibiliteit
(stuur)

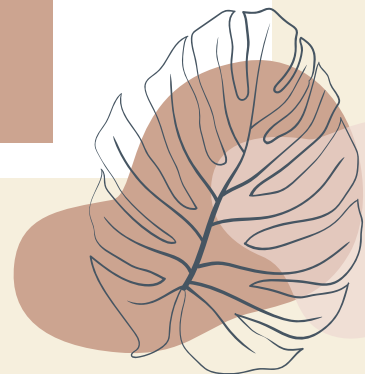
inhibitie
(rem)

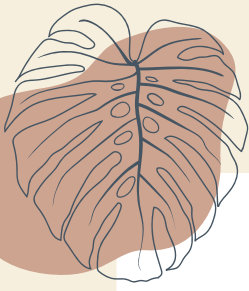
plannen en organiseren
(landkaart en autopapieren)

emotieregulatie
(toerenteller)

Aan welke executieve functie wil je werken?

Hoe ga je dat doen?

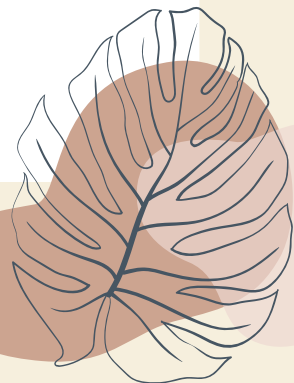




Evaluatievragen

- **Bij welke executieve functie zou je dit verhaal plaatsen?**
- **Waarom zou je dit bij deze executieve functie plaatsen?**
- **Maakte je dit zelf al eens mee?**
- **Wanneer maakte je dit al eens mee?**
- **Als je dit voorbeeld nu besproken hebt, wat denk je van je eigen executieve functie?**
- **Denk je dat dit goed zit?**
- **Waarom denk je dit?**
- **Denk je dat dit nog wat werk nodig heeft?**
- **Waarom denk je dit?**
- **Hoe zou je het kunnen trainen?**

Laat de kinderen hun mening verwoorden! Sommige kaartjes kunnen de leerlingen bij verschillende executieve functies plaatsen indien ze het kunnen verantwoorden.



Emotieregulatie

(toerenteller)

Werkzeugheugen

(gps)

Plannen en Organiseren

(landkaart en autopapieren)

Inhibitie

(rem)

Flexibiliteit

(stuur)