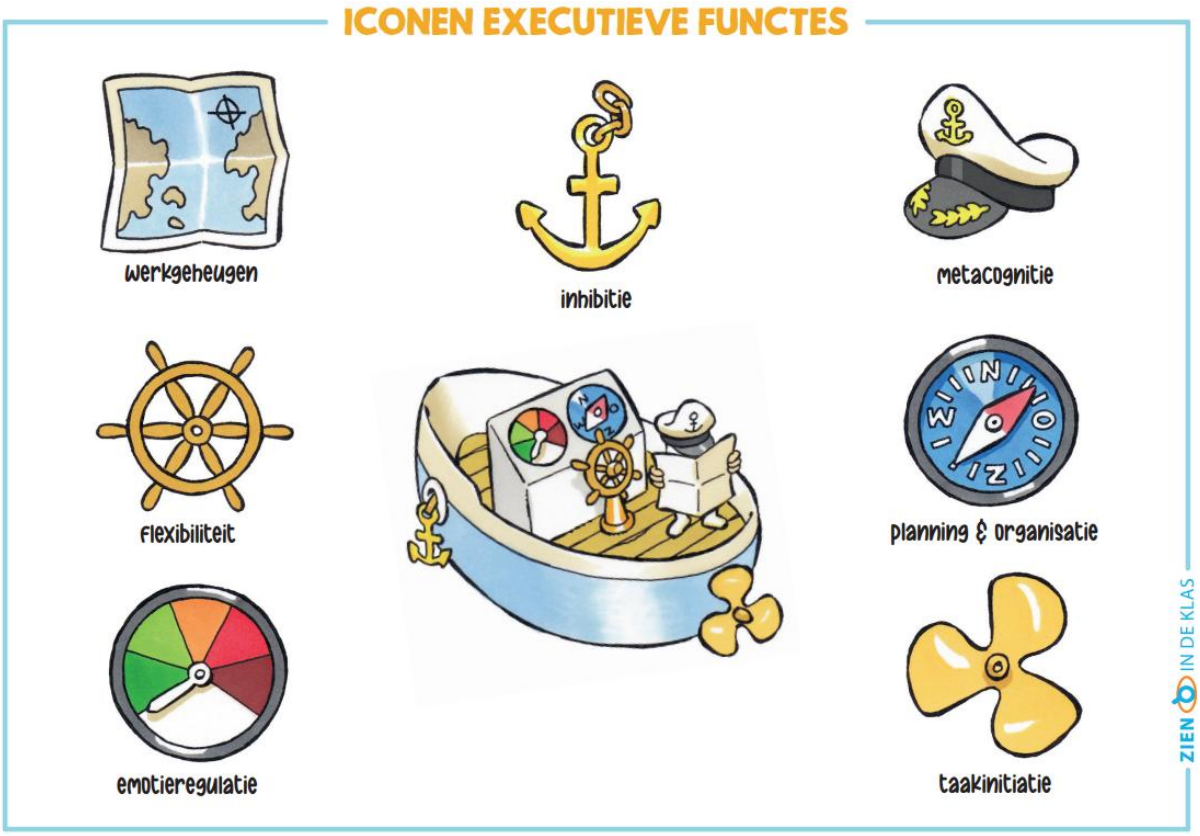
Executieve functies in één overzicht

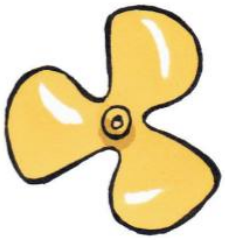
Executieve functies zijn de regel- en aansturingsfuncties van je hersenen. Je hebt ze nodig om activiteiten goed uit te kunnen voeren. Goede executieve functies zijn een voorwaarde om tot leren te komen. Op De Nieuwe School trainen we deze functies.

We maken daarvoor gebruik van de Wijzer in Executieve Functies (WIEF) van de organisatie Zien in de Klas. Op een speelse manier komen de kinderen in aanraking met de verschillende executieve functies. Aan de hand van het besturen van een boot, met een bijbehorend verhaal, maken de kinderen kennis met de symbolen en de taal die bij executieve functies horen. Door het spelen van korte spelletjes oefenen de kinderen met de verschillende functies. Door in alle groepen dezelfde taal te spreken en dezelfde symbolen te gebruiken, zorgen we ervoor dat kinderen zich steeds bewuster worden van de verschillende functies. Zo leren zij wat hun sterke en minder sterke functies zijn en daarmee ook waar er voor hen nog leerpunten liggen.



Inhibitie.

Definitie: Inhibitie helpt je je impulsen van binnenuit en prikkels van buitenaf te remmen, waardoor je eerst kunt nadenken, voordat je doet.
Hulpzin vanuit de metafoor: Gooi je anker uit!



taakinitiatie

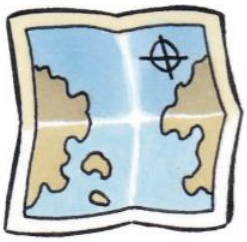
Taakinitiatie.

Definitie: Taakinitiatie helpt je om op tijd en op een efficiënte manier met een taak te beginnen. Ook het zelfstandig bedenken van ideeën, strategieën, antwoorden en oplossingen valt hieronder (initiatief tonen).
Hulpzin vanuit de metafoor: Geef die schroef een zwengel!

Planning en organisatie.

Definitie: Planning en organisatie zijn de vaardigheden die je helpen om een plan van aanpak te maken en daadwerkelijk uit te voeren.
Hulpzin vanuit de metafoor: Vaar op je kompas!

planning & organisatie



werkgeheugen

Werkgeheugen.

Definitie: Het werkgeheugen helpt je om informatie vast te houden en te bewerken bij het uitvoeren van taken. Daarnaast gebruik je het om eerder geleerde kennis, vaardigheden, ervaringen of probleemoplossingsstrategieën toe te passen in een actuele of toekomstige situatie.
Hulpzin vanuit de metafoor: Zet het op je landkaart.

Metacognitie en zelfmonitoring.

Definitie: Metacognitie en zelfmonitoring helpen je om een stapje terug te doen in de situatie om het proces te evalueren en er lering uit te trekken voor een volgende keer.
Hulpzin vanuit de metafoor: Zet je (kapiteins)pet op!

metacognitie

flexibiliteit

Flexibiliteit.

Definitie: Flexibiliteit helpt je om soepel om te gaan met veranderingen, te schakelen tussen activiteiten en waar nodig je gedrag en gedachten aan te passen aan de nieuwe omstandigheden.
Hulpzin vanuit de metafoor: Gooi je roer om!

Emotieregulatie.

Definitie: Emotieregulatie helpt je om op een goede manier met je emoties om te gaan, zodat je doelen kunt realiseren, taken kunt voltooien of gedrag kunt controleren en sturen.
Hulpzin vanuit de metafoor: Let op je toerenteller!

emotieregulatie