



TRAINING EXECUTIEVE FUNCTIES EN STUDIEVAARDIGHEDEN

Moeite met huiswerk? Het niet overzien? Niet weten hoe? Een vol hoofd? Te lage cijfers? Afgeleid raken? Toetsstress? Uitstellen tot het laatste moment? Herken jij jezelf? Herkent u uw zoon/dochter of leerling in deze omschrijving? Is er behoefte aan meer regie over eigen handelen en het versterken van vaardigheden? Lees dan meer over de training executieve functies en studievoordigheden.

Executieve functies en studievoordigheden:

Executieve functies zijn de regel- en aansturing functies in de hersenen. We gebruiken onze executieve functies in het bijzonder bij het leren van nieuwe dingen. Door onze executieve functies kunnen we bijvoorbeeld plannen, vooruitdenken, reflecteren en ons gedrag aanpassen. De adolescentie is een belangrijke periode voor de ontwikkeling van deze functies. En deze ontwikkeling hangt voor een deel samen met het oefenen van executieve vaardigheden, zoals studievoordigheden. Door slimmer te plannen, door leerstof op te delen in behapbare stukken, door leerstrategieën te vinden die bij jou passen, ervaar je meer grip, overzicht en rust in je hoofd. Met als gevolg meer zelfvertrouwen, meer vrije tijd en betere resultaten.



Voor wie:

De training executieve functies en studievoordigheden is bedoeld voor leerlingen uit het voorgezet onderwijs die moeite ervaren met het plannen en organiseren van het (huis)werk.

Inhoud:

In de training wordt geleerd hoe je effectiever kunt plannen en leren. Verschillende leerstrategieën komen aan bod. Daarbij onderzoekt ieder wat voor hem of haar ondersteunend kan zijn. Door inzicht in de werking van het brein en in de eigen executieve functies, ontstaat inzicht in waarom een strategie voor jou werkt. Iedere leerling maakt een eigen plan gericht op de eigen motivatie en doelen. Ouders en mentor spelen een belangrijke rol tijdens de training. De leerling evalueert zijn/haar plan en de voortgang ervan met de mentor en zijn/haar ouders. Daarbij leert de leerling ook aangeven welke hulp ondersteunend is.

Wat:

De training bestaat uit 7 bijeenkomsten voor de leerling op school. Daarnaast is er een bijeenkomst voor ouders en een bijeenkomst voor mentoren. De training wordt gegeven door een geregistreerde NVO orthopedagoog van ZIEN in de Klas. Er worden wekelijks huiswerkopdrachten gegeven. De groep zal bestaan uit minimaal 4 en maximaal 7 leerlingen.

Interesse?

Neem dan contact op met contactpersoon VO Annemieke Bregman
(a.bregman@zienindeklas.nl)