



**Leuk dat je meedoet!  
Veel plezier!**

**MOVE**  
YOUR  
WORLD

Naam:

**HANDLEIDING  
TRAINERS**

## MOVE YOUR WORLD TRAINERSHANDLEIDING

Welkom bij Move your world! Leuk dat jij je gaat inzetten als trainer binnen het project. In deze handleiding vind je alle informatie over de verschillende blokken van het project en jouw rol hierin. Daarnaast vind je in de handleiding verschillende methoden en technieken die jou kunnen helpen in het voor de klas staan. Belangrijk om te weten is dat jij niet de docent bent, maar een trainer die vanuit enthousiasme met leerlingen aan de slag gaat. Bij de blokken waarin jij samen met je medetrainer voor de klas staat is ook een docent aanwezig. **Heel veel succes en plezier!**



## 1 VOORDAT JE GAAT STARTEN

Zodra je bent ingepland op een uitvoering krijg je vanuit ons een briefing met hierop: naam en plaats van de school, de contactpersoon van de school, aanvangstijd, tijden van de uitvoering(en), aantal leerlingen en niveau van de klas en de naam van de andere trainer met wie je samen voor de klas staat. We streven ernaar deze briefing een week voor de uitvoering naar je op te sturen zodat je tijd hebt om je (kort) voor te bereiden. Zorg dat je een half uur van tevoren op de school aanwezig bent om kennis te maken met de docent en om alles klaar te zetten.

Voordat je naar een school gaat is het prettig om even kort contact op te nemen met je medetrainer. Spreek af wie welke rol heeft in de blokken. Vervolgens check je of het materiaal compleet is. Je krijgt van ons een tasje met materiaal dat je voor meerdere uitvoeringen kunt gebruiken. Dit is een persoonlijke set, dus bewaar deze goed. We willen deze set graag terug als je stopt met het project. Daarnaast heb je per klas materiaal nodig wat je achterlaat in de klas. Check voor een uitvoering of je alles bij je hebt:

### JOUW PERSOONLIJKE TASJE MET MATERIAAL BESTAAT UIT:

- Stellingkaartjes voor het kwaliteitsspel (4 setjes met 15 kaartjes)
- Deze handleiding

### MATERIAAL DAT JE ACHTERLAAT IN EEN KLAS:

- Werkboekje (x het aantal groepjes)
- Certificaten (x het aantal leerlingen)
- Visitekaarten (x het aantal leerlingen)
- Hand-out presenteren voor blok 4 (x het aantal leerlingen OF digitaal indien de school dit wenst)

### DIGITAAL, OP DE WEBSITE:

<https://www.stichtingmove.nl/studentenpagina/moveyourworld/>

- PowerPoint presentatie voor blok 2 voor gebruik in de klas
- PowerPoint presentatie voor blok 4 voor gebruik in de klas

Is het materiaal compleet? Weet je waar je hoe laat moet zijn? Heb je samen met je medetrainer afspraken gemaakt? Dan kan je van start!

## 2 INHOUD VAN DE BLOKKEN

### BLOK 1 WIE BEN IK?

*Blok 1 is de voorbereiding op de rest van het project. Het wordt gegeven door de docent voorafgaand aan blok 2. Als trainer ben je hier dus niet bij aanwezig. Wel is het goed om te weten wat leerlingen doen tijdens blok 1 zodat jij hier op door kunt gaan. Het belangrijkste van blok 1 is dat leerlingen gaan nadenken over hun interesses met als doel deze te kunnen gebruiken bij het bedenken van acties in blok 2.*

**Duur:** 1 lesuur – 50 minuten

**Doel:** Leerlingen maken kennis met Move your world, denken na over hun interesses, talenten en over hoe ze deze kunnen inzetten voor hun omgeving.

#### 1. Opwarmingsoefening: de wind waait voor of stellingenspel

Leerlingen doen een van de opwarmingsoefeningen samen met de docent.

#### 2. Leerlingen denken na over hun interesses van vroeger en nu

Leerlingen gaan nadenken over wat ze leuk vonden en vinden om te doen.

Het idee hierachter is dat zij vanuit hun eigen interesses en talenten een actie voor hun omgeving gaan bedenken. Leerlingen brengen eerst in kaart wat zij leuk vonden om te doen in hun kindertijd. Dit is vaak makkelijker om te beantwoorden dan wat je nu leuk vindt om te doen. In de kindertijd zijn talenten en karakter het meest zuiver. Dit is voordat je je gaat aanpassen aan de omgeving omdat jouw gedrag bijvoorbeeld niet volledig wordt geaccepteerd. Hierna denken leerlingen na over hun interesses nu en bekijken of dit gelijk is gebleven of is veranderd ten opzichte van hun kindertijd. Uiteindelijk kiezen leerlingen twee interesses die het beste bij ze passen. Hiermee gaan zij in blok 2 verder tijdens het bedenken van de acties.

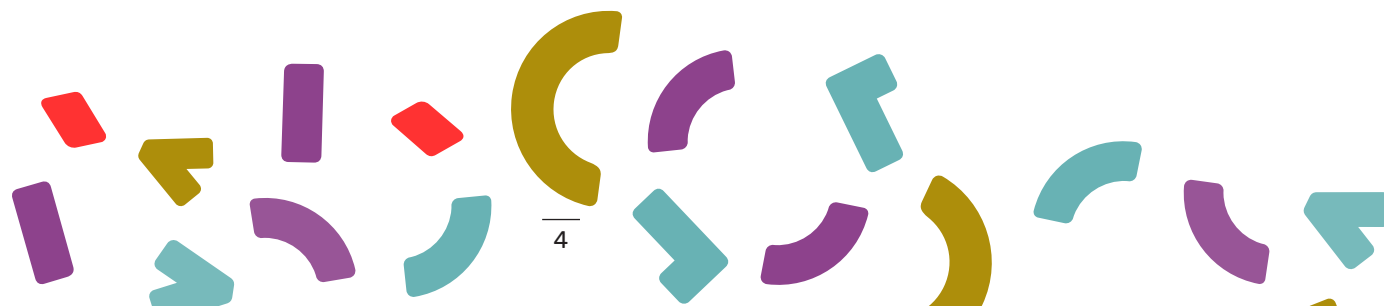


#### 3. Iets gedaan voor een ander

Leerlingen denken na over of ze wel eens eerder iets hebben gedaan voor iemand die ze niet kennen. Dit kan iets groots of kleins zijn. Dit stimuleert leerlingen alvast na te denken over waarom je iets zou doen voor iemand die je niet kent.

#### 4. De klas wordt verdeeld in groepjes

Tijdens blok 1 wordt de klas verdeeld in groepjes. Dit zijn de groepjes waarin zij het gehele project gaan samenwerken. Indien mogelijk worden deze groepjes gemaakt op basis van gemeenschappelijke interesses.



## BLOK 2 ACTIES BEDENKEN EN VOORBEREIDEN

*Dit blok geef je samen met je medetrainer. Er is ook altijd een docent bij. Je bent een half uur voor de start van dit blok aanwezig om voor te bereiden en om met de docent te bespreken wat zijn/haar rol is tijdens de les. Vraag bijvoorbeeld om in te grijpen indien leerlingen niet goed meedoen.*

**Duur:** 2 lesuren – 100 minuten

**Doel:** leerlingen maken kennis met trainers, bedenken een actie voor een ander en bereiden de actie voor vanuit hun talenten.

**Benodigdheden:** PowerPoint blok 2, werkboekje leerlingen (1 per groepje), stellingenkaartjes (1 setje per groepje), visitekaartjes (1 per leerling), Wachtwoord voor het filmpje van Qucee (zie hieronder).

### 1. Introductie en filmpje Qucee (15 minuten)

*Verwelkom de leerlingen en vraag om te gaan zitten in de groepjes die in blok 1 zijn gemaakt. Vertel dat je vanuit stichting Move komt en wat Move doet.*

*Stel jezelf voor.* Vertel kort iets over jezelf. Vertel bijvoorbeeld:

- Waar je vandaan komt;
- Wat je doet in het dagelijks leven;
- Wat je graag doet in je vrije tijd;
- Waarom je je vrijwillig inzet voor Move your world.

Dit is een leuk bruggetje naar vandaag: leerlingen gaan zich ook vrijwillig, zonder dat ze er geld voor krijgen, inzetten voor hun omgeving.

*Laat het filmpje zien:* Je start het filmpje van influencer Qucee.

Om het filmpje te starten heb je het wachtwoord nodig: [Burgerschap01!](#)

Qucee is onderdeel van het duo Supergaande dat vlogs maakt op YouTube. Qucee introduceert Move your world door met jongeren op straat in gesprek te gaan. Hij stelt jongeren vragen zoals: zet je je wel eens in voor een ander en wat voor gevoel geeft je dat? Hij zet de jongeren aan tot nadenken en motiveert hen om in actie te komen. Het doel van dit filmpje is om de leerlingen te enthousiasmeren. Daarnaast kaart Qucee het doel van Move your world aan: ervaren hoe leuk het kan zijn om iets te doen voor een ander. Je kunt n.a.v. het filmpje jongeren om een reactie vragen: doen jullie wel eens iets voor een ander? Wat dan? Wat voor gevoel geeft dat?

*Vraag leerlingen naar hun ervaringen uit blok 1: wat is je bijgebleven? Wat vond je van blok 1? Wat heb je ervan geleerd? Vertel hierna kort het programma van vandaag (deze staat in de PowerPoint van blok 2) en vraag aan leerlingen wat zij hiervan vinden. Waarom gaan we dit doen, denken jullie?*

*Spreek met de klas gedragsregels af.* Vraag de klas welke regels zij in de klas hanteren en schrijf deze op het bord. Je kan denken aan:

- Laat elkaar uitpraten;
- Steek je vinger op als je wat wilt zeggen/vragen;
- Heb respect voor elkaars mening/ideeën (vraag de leerlingen, wat betekent respect?)

**TIP** Stel je de leerlingen een vraag? Doe dit dan aan één specifieke leerling en noem zijn/haar naam. Dit maakt het persoonlijk.

**TIP** Je kunt benoemen dat het je opvalt dat trainers en leerlingen best veel overeenkomsten met elkaar hebben. Geef een paar voorbeelden.

### 2. Opwarmen: stellingenspel (10 minuten)

Om de klas op te warmen voor vandaag doen jullie een opwarmingsoefening. Tijdens deze oefeningen denken leerlingen na over het 'waarom' van vandaag. De intrinsieke motivatie kan toenemen wanneer leerlingen goed weten waarom ze iets gaan doen. Je noemt klassikaal steeds een van de onderstaande stellingen op (deze staan ook in de PowerPoint van blok 2 welke je in de klas laat zien, je hoeft de stellingen dus niet vanuit de handleiding op te lezen). Wanneer leerlingen het eens zijn met de stelling gaan ze staan. Als ze het er mee oneens zijn blijven ze zitten. Per stelling kan je kort in gesprek gaan door een aantal leerlingen te vragen naar hun antwoord.

*De stellingen zijn:*

1. Ik vind het belangrijk dat mensen in de buurt elkaar helpen ook al kennen ze elkaar niet.
2. Ik heb wel eens wat gedaan voor iemand die ik niet ken.
3. Iemand die ik niet ken heeft wel eens wat voor mij gedaan.
4. Ik heb al een leuk idee voor een actie binnen Move your world.

### 3. Kwaliteitenspel (15 minuten)

**Doel:** leerlingen spelen het kwaliteitenspel om bewuster te worden van hun kwaliteiten en hoe ze deze kwaliteiten kunnen inzetten tijdens de acties. Later vandaag koppelen leerlingen de uitkomsten van het kwaliteitenspel aan de taken die zij gaan uitvoeren binnen hun actie. Voordat je start met het spel geef je elk groepje één werkboekje. Per groepje is er één leerling verantwoordelijk voor het invullen hiervan. Vraag de leerlingen wie dit gaat doen. Vraag de leerlingen om op de voorpagina hun namen en de naam van de school in te vullen.

*Je legt het kwaliteitenspel uit:*

- Elk groepje krijgt een set van 15 stellingkaartjes.
- De stapel kaartje wordt met de stellingen naar beneden toe in het midden van het groepje gelegd.
- Om de beurt pakt een leerling één kaartje van de stapel af en leest deze hardop voor.
- De groepjes bekijken samen bij wie de opgelezen stelling het beste past.
- Zorg dat de stellingen in het groepje worden verdeeld en iedereen tenminste 2 stellingen heeft. Als één stelling bij meerdere leerlingen past leggen ze deze tussen hen in.
- De leerlingen draaien hun kaartjes om en bekijken de kleuren.
- De leerlingen bekijken de rollen behorend bij de kleur in het werkboek en noteren welke rol bij wie past.

Tijdens het kwaliteitenspel loop je rond en geef je instructies. Je denkt met groepjes mee en zorgt dat elk groepje weet in welke rollen de teamgenoten goed zijn.

**TIP** Om meer structuur in het spel te krijgen, helpt het om per groepje steeds bij een persoon stil te staan en de rest van de groep te vragen wat zijn/haar kwaliteiten zijn. Je kan bijvoorbeeld vragen naar welke hobby's de persoon heeft of welke kwaliteiten zichtbaar zijn in de klas.

**Let op!** Belangrijk is dat leerlingen snappen waarom het belangrijk is dat zij hun eigen interesses en talenten gebruiken voor hun actie. Je kan hierbij uitleggen dat door een actie te bedenken die zo dicht mogelijk staat bij je eigen interesses en talenten de kans op succes zo groot mogelijk is. Daarnaast beleef je het meest plezier van iets als dit dicht bij jouw eigen interesses en talenten staat.

### 4. Brainstorm - Actie kiezen (20 minuten)

Leerlingen gaan nadenken over verschillende maatschappelijke problemen waar zij mogelijk iets aan kunnen gaan doen binnen Move your world. In het werkboekje staan verschillende probleemstellingen gedrukt. Laat leerlingen ook zelf nadenken over mogelijke problemen in hun omgeving waar zij wat aan zouden kunnen doen. Gezamenlijk kiezen de leerlingen in hun groepje de probleemstelling uit waar ze mee verder willen. Dit doen ze aan de hand van twee vragen:

1. *Waarom vinden we het belangrijk ons hiervoor in te zetten?*
2. *Is de actie haalbaar, kan het in de buurt worden uitgevoerd?*

Leerlingen vinken hun gekozen stelling aan. In blok 1 hebben leerlingen nagedacht over hun interesses. Deze pakken zij erbij. Leerlingen bedenken wat zij vanuit hun interesses zouden kunnen doen voor het gekozen probleem. Zij schrijven hun ideeën op in het werkboekje. Indien er geen concrete actie ideeën uitkomen, kunnen de leerlingen gebruik maken van de voorbeeld acties in hun werkboekje. In het groepje wordt besproken voor welke actie ze willen gaan en welke actie dient als plan B mocht het eerste idee niet lukken.

**Let op!** Vanuit Move stimuleren wij organisaties waar leerlingen in actie komen om hun waardering voor de acties te delen. Benadruk bij leerlingen dat het in actie komen een wisselwerking is tussen hen en de mensen waar zij voor in actie komen. Leerlingen ontdekken hun waardevolle plek in de maatschappij en de maatschappij ziet de waardevolle bijdrage van leerlingen. Hierdoor kan er meer onderlinge verbinding ontstaan. Indien er al contacten zijn met organisaties waar leerlingen heen kunnen gaan voor hun actie wordt jij als trainer hier vooraf van op de hoogte gesteld.

**TIP** Loop rond en bevrage leerlingen over waarom ze kiezen voor een bepaald probleem en een bepaalde actie. Stuur hierbij zoveel mogelijk op iets doen voor een ander vanuit eigen talenten en interesses.

**TIP** Sta stil bij mogelijk moeilijke woorden. Vraag leerlingen of zij woorden als 'brainstormen' 'doelgroepen' 'bewustwordingsacties' kunnen uitleggen. Indien zij niet weten wat dit betekent, is het goed om leerlingen hierbij te helpen.

### 5. Taakverdeling (10 minuten)

Vervolgens gaan de leerlingen een takenlijst maken behorende bij de gekozen actie. Dit doen zij door in het werkboekje de takenlijst in te vullen. De taken zijn gekoppeld aan de verschillende rollen uit het kwaliteitenspel. Laat de leerlingen dus nadenken over hun taakverdeling vanuit de rollen die onderling zijn verdeeld. Stimuleer leerlingen om taken op te pakken vanuit de rol die bij ze past. Indien ze hier andere keuzes in willen maken mag dit wel, maar laat ze nadenken over het waarom.

Een van de taken is het maken van beeldmateriaal van de actie. Leerlingen kiezen uit het maken van een paar foto's of een korte video van hun actie. Zorg dat leerlingen deze taak scherp hebben. Zij laten het beeldmateriaal aan elkaar zien tijdens de afsluiting in blok 4.

### 6. Acties voorbereiden (30 minuten)

Leerlingen krijgen nu de tijd om hun actie te gaan voorbereiden aan de hand van hun takenlijst. Dit zal bestaan uit het bellen van organisaties, regelen/maken van materiaal etc.

### 7. Afronding (5 minuten)

Je sluit het blok kort af samen met de leerlingen. Je vraagt bijvoorbeeld: Wat vonden jullie van vandaag? Hebben jullie zin in de actie? Zijn er nog vragen? Wens de leerlingen veel succes en vertel dat jullie het succes samen gaan vieren in blok 4. Zij gaan dan de acties aan elkaar laten zien a.d.h.v. het gemaakte beeldmateriaal. Als laatste geef je elke leerling een visitekaartje. Deze kunnen ze laten zien tijdens het uitvoeren van hun actie zodat ze kunnen laten zien dat ze deelnemen aan Move your world.

**TIP** Wijs leerlingen erop dat ze hun werkboekje goed moeten bewaren. Dit wordt een mooi aandenken aan hun actie.

## BLOK 3 LEERLINGEN VOEREN HUN ACTIE UIT

*De leerlingen voeren hun acties zelfstandig uit.*

**Duur:** 3 lesuren – 150 minuten

**Doel:** Leerlingen ervaren hoe leuk het kan zijn iets te doen voor iemand anders door het doen van hun actie.

**Benodigheden:** werkboekje leerlingen met hierin de uitgewerkte taakverdeling, benodigheden per actie.

### 1. Uitvoeren van de acties (2,5 uur)

De leerlingen gaan hun acties in groepjes uitvoeren. Ze leggen hun actie vast op foto of film. Wenselijk is dat leerlingen eerst klassikaal verzamelen voordat ze in hun groepje aan de slag gaan. Ook is het fijn als zij op een afgesproken moment weer verzamelen in de klas. Deze afspraken maakt de docent met de klas.

## BLOK 4 SUCCESSEN VIERN

*Tijdens blok 4 worden de acties met elkaar gevierd. Leerlingen worden in het zonnetje gezet en krijgen de gelegenheid om te vertellen over hun actie. Daarnaast worden de leerlingen zich bewust van het effect van hun acties en van hun talenten. Jullie rol is het enthousiasmeren van de leerlingen en het bewust maken van het succes dat ze hebben behaald. Wees een half uur van tevoren aanwezig. Je hebt deze tijd nodig om voor te bereiden.*

**Duur:** 1 lesuur – 50 minuten

**Doel:** Acties met elkaar delen, successen van de acties samen vieren, leerlingen laten nadenken wat ze mogelijk nog meer zouden kunnen/willen doen.

**Benodigheden:** Digibord, PowerPoint blok 4, hand-out presenteren blok 4 (1 per groepje OF deze wordt digitaal gedeeld door de docent), certificaten (1 per leerling).

## 0. Voorbereiding

Besprek van te voren wie welke taak op zich neemt. Je kunt bijvoorbeeld een verdeling maken tussen het begeleiden van het inhoudelijke programma en de praktische organisatie. Check van te voren of je weet wie van jullie de volgende taken oppakt:

- De namen van de leerlingen op de certificaten zetten (dit kan je bijvoorbeeld doen als leerlingen bezig zijn met het voorbereiden van hun presentatie, dit kan je ook aan de docent vragen);
- Zorgen dat het beeldmateriaal op het digibord komt. Je kan hiervoor je eigen e-mailadres of dat van de docent gebruiken. Schrijf dit op het bord.
- De tijd in de gaten houden.
- Verder begeleid je samen de groepjes tijdens het maken van hun actie presentaties.

Vanuit jouw contactpersoon bij Move hoor je of leerlingen met een digitale handout presenteren of de handout op papier. Indien leerlingen de handout digitaal gaan invullen heeft de school als het goed is per groepje een laptop/tablet geregeld. Vraag de docent vooraf aan de les om deze laptops alvast klaar te zetten in het lokaal.

## 1. Introductie (5 minuten)

Verwelkom de leerlingen opnieuw. Vraag kort naar een eerste reactie op de uitgevoerde acties. Vertel wat jullie vandaag gaan doen: het presenteren van de acties en het vieren van het succes van de acties. Herhaal kort de gedragsregels welke jullie in blok 2 met elkaar hebben afgesproken. Indien jij hier niet bij aanwezig was kan je de klas vragen naar de geldende regels in de klas.

Spreek met de klas gedragsregels af. Vraag de klas welke regels zij in de klas hanteren en schrijf deze op het bord. Je kan denken aan:

- Laat elkaar uitpraten;
- Steek je vinger op als je wat wilt zeggen/vragen;
- Heb respect voor elkaars mening/ideeën (vraag de leerlingen, wat betekent respect?)

## 2. Presentatie van de actie maken (5 minuten)

Leerlingen gaan terugblikken op hun acties en hier een presentatie van maken. Dit doen ze middels de hand-out presenteren blok 4. Deze hand-out deel je uit. Ook kan het zijn dat de leerlingen deze digitaal hebben gekregen van hun docent. Indien dit het geval is pakt per groepje één iemand de laptop erbij om de hand-out hierop te openen.

De hand-out helpt de leerlingen om hun actie zo goed mogelijk te kunnen presenteren in de klas en bestaat uit een:

**Introductie:** wat is de aanleiding van de actie geweest, waarom hebben leerlingen hiervoor gekozen.

**Kern:** leerlingen vertellen uitgebreid over de inhoud van hun actie a.d.h.v. het gemaakte beeldmateriaal.

**Afsluiting:** Leerlingen kijken terug op hun actie en de daarbij ingezette talenten. Leerlingen denken na of ze vaker wat zouden willen doen voor een ander en waarom.

Per onderdeel wordt gevraagd aan leerlingen wie dit deel gaat presenteren in de klas. Leerlingen moeten hier dus over na denken en een naam uit de groep invullen per onderdeel.

**TIP** Loop rond en stel leerlingen vragen over hun actie. Prikkel leerlingen om na te denken over de successen die ze hebben behaald. Vraag door! Waarom vinden jullie dat? etc.

**TIP** Tijdens het voorbereiden van de presentaties is het handig als een trainer de namen op de certificaten schrijft en zorgt dat het beeldmateriaal klaar staat. Dit kan je het beste doen door leerlingen te vragen hun beeldmateriaal te mailen of airdroppen naar de docent of naar een van jullie. Schrijf het juiste e-mailadres op het bord en vraag per groepje of één persoon dit kan regelen.

### 3. Presenteren van de acties (30 minuten)

Om de beurt komt één groepje naar voren. Jij kiest hierin een volgorde. De groepjes presenteren hun actie aan de hand van hun voorbereide presentatie format en het beeldmateriaal. Na elke presentatie stel je de leerlingen een aantal vragen over hun actie. Je kan bijvoorbeeld vragen: Waar zijn jullie het meest trots op? Wat was een leuke reactie? Ging er ook wat minder goed? Zouden jullie vaker iets doen voor een ander?

Hiernaast kan je de klas bij de presentatie betrekken door hen gerichte complimenten te laten geven over de actie. Vraag hierbij ook om en onderbouwing van het compliment (waarom vinden jullie dat?)

Voorbeelden van onderwerpen voor een compliment:

1. De actie die is gedaan
2. De samenwerking in de groep
3. Het beeldmateriaal
4. De inzet die is gedaan
6. De presentatie vaardigheden

Na elke presentatie krijgen alle leerlingen uit het groepje een certificaat met hun naam erop. Dit certificaat ondertekenen ze waarna iedereen de groep een groot applaus geeft.

**TIP** Jij als trainer geeft ook een onderbouwd compliment. Je kunt hiermee starten zodat je leerlingen een voorbeeld geeft. Je kunt ook de docent uitnodigen een compliment te geven.

**TIP** Je hebt een half uur om alle groepjes aan bod te laten komen. Houd dus goed de tijd in de gaten:

- Bij 3 groepen 10 minuten per groepje
- Bij 4 groepen 7,5 minuten per groepje
- Bij 5 groepen 6 minuten per groepje
- Bij 6 groepen 5 minuten per groepje
- Bij 7 groepen 4 minuten per groepje

### 4. Afronding en enquête (5 minuten)

Wanneer alle groepjes zijn geweest bedank je de leerlingen voor hun inzet. Bij Move vinden we het heel belangrijk om de impact van onze projecten inzichtelijk te maken. Dit is belangrijk voor onze eigen ontwikkeling, maar ook voor de verantwoording naar onze (financiële) partners. Daarom hebben we een enquête opgesteld voor de leerlingen. Deze is heel eenvoudig af te nemen: laat de leerlingen met hun eigen telefoon de QRcode op de PowerPoint scannen. Daarmee komen ze automatisch bij de vragenlijst terecht.

Het invullen van de vragen duurt ongeveer vijf minuten.

**Let op!** Leg voorafgaand uit dat het belangrijk is dat de kinderen de vragen zelfstandig en eerlijk invullen. Indien de leerlingen geen telefoon mogen gebruiken in de klas zal Move met de docent afstemmen of de leerlingen de enquête op een andere manier kunnen invullen.

Indien er nog tijd is kan je vragen om een laatste paar reacties uit de klas. Sluit positief af, bijvoorbeeld door nog één maal te noemen dat de leerlingen trots mogen zijn op hun behaalde succes en ze uit te nodigen vaker wat voor een ander te doen. Benadruk hierbij dat dit een dubbel effect heeft: leerlingen krijgen een goed gevoel over hun actie en de omgeving ziet hoe waardevol de bijdrage van leerlingen is.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



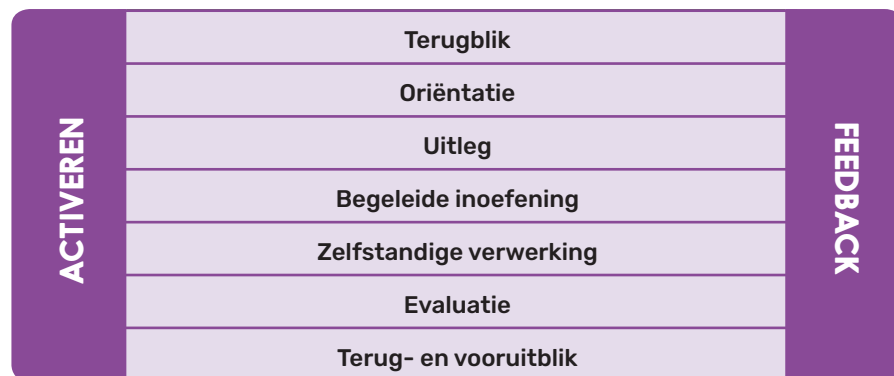
## NOTITIES

De informatie en tips hieronder helpen je met:

- Het geven van een goede instructie van de verschillende opdrachten;
- Het omgaan met mogelijke weerstand in een klas;
- Het motiveren van leerlingen;
- Leerlingen bewust maken van hun talenten;
- Leerlingen inzicht geven in wat zij belangrijk vinden tijdens Move your world.

### Actieve Directe Instructie (ADI)

Het onderstaande model is een handvat om een goede instructie te geven.



### Fase 1. Terugblik

- Bespreek het voorgaande werk/lessen
- Haal de benodigde voorkennis op en vat deze samen
- Laat de leerlingen in tweetallen of groepjes hun voorkennis activeren
- Stel, als het nodig is, de voorkennis opnieuw aan de orde

### Fase 2. Oriëntatie

- Presenteer het onderwerp van het project
- Relateer het project aan voorgaande en komende lessen
- Relateer het project aan betekenisvolle situaties
- Bespreek het belang van het project
- Geef een overzicht
- Stel doelen

### Fase 3. Uitleg

- Leg uit in kleine gestructureerde stappen
- Gebruik heldere taal
- Geef concrete voorbeelden
- Laat leerlingen voorbeelden bedenken
- Maak gebruik van materialen en stappenplannen
- Doe een vaardigheid hardop denkend voor (modelleren) (Bijvoorbeeld: Als je het kwaliteitenspel uitlegt, doe je de stappen ook voor terwijl je ze vertelt.)
- Speel vragen van de leerlingen terug naar de groep
- Ga na of leerlingen de stof begrijpen
- Vermijd uitweidingen
- Vergroot stapsgewijs de moeilijkheidsgraad
- Geef een samenvatting aan het eind van de uitlegfase

### Fase 4. Begeleide inoefening

- Laat leerlingen onder begeleiding oefenen
- Geef korte en duidelijke opdrachten
- Stel veel vragen
- Laat de leerlingen aangeven hoe ze aan het antwoord gekomen zijn

- Zorg ervoor dat leerlingen betrokken blijven
- Ga door met oefenen tot de leerlingen de stof beheersen
- Stimuleer leerlingen om zelf op zoek te gaan naar oplossingen
- Maak gebruik van materialen en stappenplannen
- Zorg voor een geleidelijke toename van moeilijkheidsgraad
- Verminder geleidelijk de ondersteuning
- Laat de leerlingen in tweetallen of groepjes oefenen

#### Fase 5. Zelfstandige verwerking

- Zorg ervoor dat de leerlingen onmiddellijk (kunnen) beginnen
- Zorg ervoor dat de inhoud gelijk is aan de voorafgaande lesfase
- Stimuleer de leerlingen om zelf op zoek te gaan naar oplossingen
- Vergroot de toepassingsmogelijkheden
- Laat de leerlingen in tweetallen of groepjes werken
- Geef individueel extra instructie wanneer dat nodig is

#### Fase 6. Evaluatie

- Laat de leerlingen onder woorden brengen wat goed ging, wat niet goed ging en wat ze de volgende keer anders gaan doen
- Controleer of en hoe het (les)doel is bereikt
- Laat de leerlingen in tweetallen of groepjes het leerproces evalueren

#### Fase 7. Terug- en vooruitblik

- Plaats de les in de context van een lessenreeks/project
- Geef aan waar de volgende les over zal gaan

#### Fase 1-7. Feedback

- Geef vaak en regelmatig feedback
- Corrigeer fouten onmiddellijk
- Geef procesfeedback

#### Presenteer jezelf

- Gebruik lichaamstaal
- Handen en voeten
- Lichaamshouding

- Oogcontact
- Oefen je stem
- Betrek je publiek actief
- Laat mensen meedoen

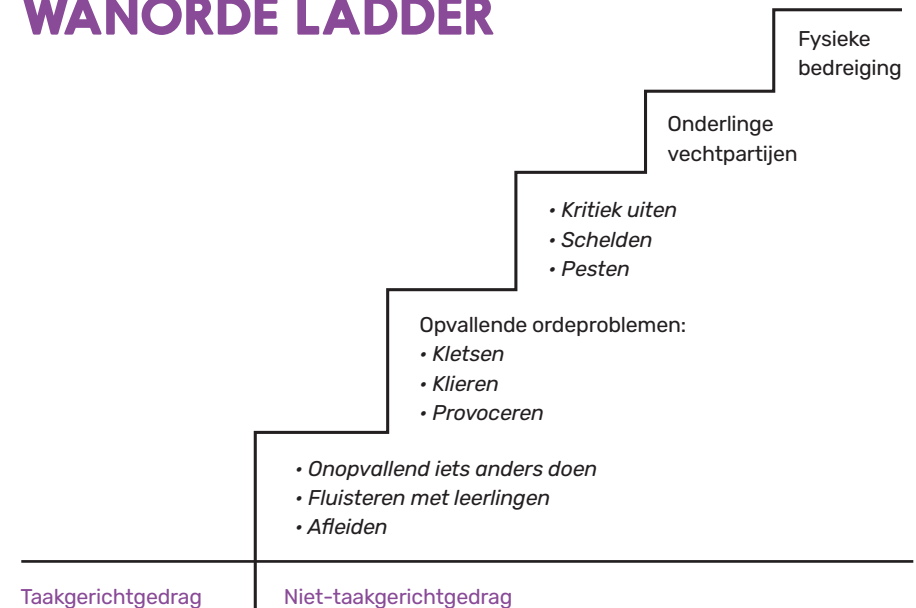
lastig vindt. Maar er zijn natuurlijk altijd gedragingen die storend kunnen zijn voor jou als begeleider/trainer.

#### Omgaan met "lastig" gedrag

Lastig gedrag is gedrag dat je als zodanig ervaart. Denk terug aan de training. Toen kwam je erachter dat wat jij lastig vindt, een ander niet

Als het gedrag 'te erg wordt' schakel je natuurlijk altijd de desbetreffende docent in. Om vervelend gedrag te voorkomen is het belangrijk dat je duidelijk bent in wat jij verwacht.

## WANORDE LADDER



### Voorbeelden:

- 'Als ik praat zijn jullie stil.'
- 'Als je vragen hebt, steek je je vinger op.'
- 'Je blijft op je stoel zitten.'

Je bedenkt van te voren welk gedrag jij wenselijk vindt. Formuleer deze verwachtingen positief.

Je kan als trainer de volgende basishouding hebben.

1. Positief gedrag benoemen
2. Actief negeren van negatief gedrag
3. Minimaliseren van de aandacht bij negatief gedrag

Als er dan toch vervelend gedrag is doe je het volgende:

1. Herhalen gedragsverwachtingen (door leerling zelf of door jezelf)
2. Keuze bieden: gedrag aanpassen of consequentie (die ook benoemen)
3. De consequentie uitvoeren

## MAATREGELEN- LADDER



Daarnaast is het belangrijk dat je voorbereiding en je uitleg op orde is. Zorg voor structuur, veiligheid en duidelijkheid. Doe wat je zegt en zeg wat je doet. Hieronder de maatregelenladder waar je ideeën uit kan opdoen.

### Zelfdeterminatie theorie - Self-Determination Theory (SDT)

Er zijn verschillende theorieën over motivatie. Verreweg de meest populaire theorie is de zelfdeterminatie theorie (Self Determination Theory) van Deci & Ryan (1985; 2000). Deze wordt in vele onderzoeken gehanteerd en getoetst aan de praktijk. Hierdoor kunnen de hoofdlijnen uit de theorie ook relatief gemakkelijk worden vertaald naar een aantal handvatten voor docenten.

De zelfdeterminatie theorie maakt allereerst onderscheid tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie. Intrinsieke motivatie is motivatie die van binnenuit komt, de leerling is gemotiveerd om iets te leren waarin hij/zij zelf geïnteresseerd is. Bij extrinsieke motivatie zorgen externe prikkels dat de leerling gemotiveerd is, zoals een beloning in de vorm van een hoog cijfer. Intrinsieke motivatie zorgt vaak voor betere leerresultaten.

Volgens Deci & Ryan (1985; 2000) kunnen docenten de intrinsieke motivatie verhogen als ze weten in te spelen op drie psychologische basisbehoeften:

- **Autonomie.** De leerling heeft de vrijheid om een activiteit naar eigen inzicht te kunnen uitvoeren en heeft invloed op wat hij/zij doet.
- **Gevoel van competentie.** Het vertrouwen dat de leerling moet hebben in eigen kunnen.
- **Relatie,** sociale verbondenheid. De verbondenheid met de omgeving, ofwel vertrouwen hebben in anderen. En een positief klimaat in de klas; leerlingen moeten zich vrij voelen om vragen te stellen en niet bang zijn om fouten te maken (Verbeek, 2010).

### Hoe kun je de intrinsieke motivatie verhogen met behulp van SDT?

Deze drie aspecten zorgen ervoor dat je de intrinsieke motivatie kan laten groeien. Een persoon moet in staat worden gesteld om zijn eigen doelen of keuzes te kunnen en mogen maken. Keuzes bieden in je les is daarom belangrijk.

Complimentjes en aanmoediging zorgen dat iemand meer vertrouwen krijgt in zijn eigen kunnen. Daarom zal dat leiden tot meer intrinsieke motivatie.

Ook autonomie beïnvloedt de competentiegevoelens. Iemand die zelf mag en kan

kiezen over hoe en wanneer hij naar zijn doel gaat werken, krijgt namelijk meer vertrouwen in zijn eigen kunnen. Hierdoor groeit de intrinsieke motivatie. Ook feedback kan het competentiegevoel vergroten.

Dit moet wel feedback zijn om de competentiegevoel te vergroten en niet om te controleren ('Je zou het zo moeten doen') en ook moet er een autonomie gevoel zijn (de keuze om feedback al dan niet te integreren in de aanpak). Denk aan het onderzoek van Carol Dweck. Om een Growth Mind set te ontwikkelen geef je complimenten op het proces in plaats van het resultaat.

### Wat ondermijnt de intrinsieke motivatie?

Beloningen en straffen, in wat voor vorm dan ook, helpen niet om de intrinsieke motivatie te vergroten. Het leren 'omdat de docent het zegt' werkt dan ook niet. Ook een externe locus of control, waarbij de persoon denkt geen invloed uit te kunnen oefenen op de buitenwereld, werkt averechts bij intrinsieke motivatie.

### In gesprek met leerlingen

Als een leerling gedemotiveerd overkomt ga je met ze in gesprek. Belangrijk is om daarbij de juiste vragen te stellen. De vragen zijn open en positief.

#### TIP Gebruik LSD:

*Luisteren, Samenvatten, Doorvragen.* Vat het verhaal kort samen en laat de ander reageren. Vraag door als iets onduidelijk is.

#### TIP Laat OMA (wat vaker) thuis:

*Oordelen, Meningen, Adviezen.* Als iemand iets vertelt, laat je eigen oordelen, ideeën en adviezen even voor wat ze zijn. Zodat je met een open houding kunt luisteren.

#### TIP Wees een OEN:

*Open, Eerlijk, Nieuwsgierig.* Sta open voor de ander, geef deze een kans iets uit te leggen en wees oprecht nieuwsgierig.

**Oplossingsgerichte vragen: met als doel de leerlingen zelf oplossingen laten formuleren. Uitgangspunten zijn: 'doe vooral wat werkt en stop met wat niet werkt.'**

### Voorbeeldvragen:

- Stel dat vannacht als door een wonder jouw probleem is opgelost. Waaraan zul je dat morgenochtend als eerste merken?
- Wat doe je nu niet dat je dan wel zult doen?
- Wat gaat er nu al goed? En wat nog meer?
- Waar wil je meer van gaan doen?
- Stel het lukt wel? Wat gaat er dan anders?
- Wie of wat kan jou helpen om je doel/opdracht te laten lukken?
- Wanneer in het verleden is je dit wel een gelukt? Wat ging er toen goed?

### Feedback geven



**We zijn benieuwd  
naar de acties!**



**Laat het weten als  
je leuke quotes  
hebt!**

**Veel succes!**



@STICHTINGMOVE

[WWW.STICHTINGMOVE.NL](http://WWW.STICHTINGMOVE.NL)