

# 4

## Zelfscan executieve functies in beeld

Naam leerling:

- = Sterk
- = Matig
- = Zwak

Gebruik voor het bedenken van interventies om vaardigheden te versterken de Inspiratielijst interventies executieve functies op pagina 228.

### Denkvaardigheden

Planning (P)	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Ik kan een (leer)taak op tijd starten</li><li>○ Ik kan een (leer)taak op tijd afronden</li><li>○ Ik kan een onderwerp kiezen</li><li>○ Ik kan een opdracht opdelen in deeltaken</li><li>○ Ik kan een tijdsplanning maken met meerdere taken</li><li>○ Ik kan een huiswerkschema maken</li><li>○ Ik kan een leerplan maken</li><li>○ Ik doe moeilijke taken eerst, makkelijke taken daarna</li><li>○ Ik kan goed inschatten hoeveel tijd een (leer)taak inneemt</li><li>○ Ik kan prioriteiten stellen</li><li>○ Ik kan langetermijnopdrachten in de tijd plaatsen</li><li>○ Ik kan schoolwerk en vrijetijdsbesteding goed op elkaar afstemmen</li></ul>
Strategieën (P) om mijn (gele en rode) vaardigheden te versterken	<ol style="list-style-type: none"><li>1.</li><li>2.</li><li>3.</li><li>4.</li></ol>

Organisatie (O)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Mijn schoolspullen zijn op orde</li> <li><input type="radio"/> Ik noteer huiswerk en/of opdrachten nauwkeurig</li> <li><input type="radio"/> Ik raak geen spullen kwijt</li> <li><input type="radio"/> Ik werk georganiseerd</li> <li><input type="radio"/> Mijn aantekeningen zijn georganiseerd en op orde</li> <li><input type="radio"/> Ik heb een opgeruimde en overzichtelijke schooltafel</li> <li><input type="radio"/> Mijn schooltas/sporttas is geordend</li> <li><input type="radio"/> Mijn boeken en schoolmaterialen zijn op school en thuis goed georganiseerd</li> <li><input type="radio"/> Mijn schoolmaterialen zijn goed onderhouden</li> <li><input type="radio"/> Mijn opdrachten en werkstukken zijn goed verzorgd</li> <li><input type="radio"/> Mijn schriften en werkboeken zijn goed verzorgd</li> <li><input type="radio"/> Ik kan alles vinden (thuis en op school)</li> <li><input type="radio"/> Ik ruim mijn spullen op</li> <li><input type="radio"/> Ik laat spullen niet slingeren</li> <li><input type="radio"/> Ik heb thuis een opgeruimde en rustige studieplek</li> <li><input type="radio"/> Ik breng geleende materialen op tijd terug</li> </ul>
Strategieën (O) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>
Timemanagement (TM)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ik heb begrip van tijd of gevoel voor tijd</li> <li><input type="radio"/> Ik kan inschatten hoeveel tijd er nodig is voor een opdracht of taak</li> <li><input type="radio"/> Ik kan tijd adequaat indelen</li> <li><input type="radio"/> Ik kom niet in tijdnood</li> <li><input type="radio"/> Ik begin op tijd</li> <li><input type="radio"/> Ik kom op tijd</li> <li><input type="radio"/> Ik doe een taak tijdig</li> <li><input type="radio"/> Ik houd de tijd in de gaten tijdens het leren of een toets</li> <li><input type="radio"/> Ik lever opdrachten en werkstukken op tijd in</li> <li><input type="radio"/> Ik houd me aan deadlines</li> <li><input type="radio"/> Ik kan werken onder tijdsdruk</li> <li><input type="radio"/> Ik breng geleende materialen op tijd terug</li> <li><input type="radio"/> Ik krijg op tijd iets af</li> <li><input type="radio"/> Ik verspil geen tijd</li> <li><input type="radio"/> Ik kan een opdracht of taak afronden binnen de gestelde tijd</li> <li><input type="radio"/> Ik houd me aan de tijdsplanning</li> <li><input type="radio"/> Ik stel een taak niet uit</li> </ul>

Strategieën (TM) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>
Werkgeheugen (W)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ik onthoud afspraken</li> <li><input type="radio"/> Ik onthoud opdrachten</li> <li><input type="radio"/> Ik onthoud instructies/aanwijzingen</li> <li><input type="radio"/> Ik kan de volgorde van instructies onthouden</li> <li><input type="radio"/> Ik kan procedures volgen</li> <li><input type="radio"/> Ik kan aanwijzingen van de docent opvolgen</li> <li><input type="radio"/> Ik kan hoofd- en bijzaken onderscheiden</li> <li><input type="radio"/> Ik weet welke materialen ik nodig heb voor een bepaald vak</li> <li><input type="radio"/> Ik kan tijdens een taak belangrijke informatie vasthouden, bijvoorbeeld tijdens een wiskundige berekening of hoofdrekennen</li> <li><input type="radio"/> Ik kan belangrijke informatie tijdelijk parkeren om later weer te kunnen gebruiken</li> <li><input type="radio"/> Ik kan aantekeningen maken tijdens de les of het lezen</li> <li><input type="radio"/> Ik noteer huiswerk of opdrachten nauwkeurig</li> <li><input type="radio"/> Ik raak niets kwijt (gedachten of spullen)</li> <li><input type="radio"/> Ik vergeet niets (gedachten of spullen)</li> <li><input type="radio"/> Ik kan goed uit het hoofd leren</li> <li><input type="radio"/> Ik herinner me op tijd om iets te moeten doen</li> <li><input type="radio"/> Ik lever opdrachten op tijd in</li> </ul>
Strategieën (W) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>
Metacognitie (M)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ik begrijp instructies of aanwijzingen</li> <li><input type="radio"/> Ik begrijp de opdracht</li> <li><input type="radio"/> Ik begrijp de lesstof</li> <li><input type="radio"/> Ik herken en erken een probleem of moeilijkheid</li> <li><input type="radio"/> Ik vraag om hulp</li> <li><input type="radio"/> Ik kan probleemoplossend te werk gaan</li> <li><input type="radio"/> Ik kan mijn eigen prestaties evalueren</li> <li><input type="radio"/> Ik kan werk controleren en corrigeren bij eventuele fouten</li> <li><input type="radio"/> Ik kan een foutenanalyse maken</li> <li><input type="radio"/> Ik kan een werkstuk, toets, examen nakijken op eventuele fouten</li> <li><input type="radio"/> Ik weet hoe ik het best studeer</li> <li><input type="radio"/> Ik weet wat ik moet bestuderen (hoofd-/bijzaken)</li> <li><input type="radio"/> Ik kan effectieve leerstrategieën toepassen</li> </ul>

	<input type="radio"/> Ik kan effectief studeren <input type="radio"/> Ik controleer een taak of opdracht als het af is <input type="radio"/> Ik verander de aanpak als dat effectiever is <input type="radio"/> Ik kan een opdracht/taak inschatten op haalbaarheid <input type="radio"/> Ik kan inschatten hoe een opdracht of taak is gemaakt <input type="radio"/> Ik heb een gestructureerde werkaanpak
Strategieën (M) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	1. 2. 3. 4.

## Gedragregulerende vaardigheden

Reactie-inhibitie (RI)	<input type="radio"/> Ik denk na voor ik iets doe of zeg <input type="radio"/> Ik kan impulsen onderdrukken (fysiek of verbaal) <input type="radio"/> Ik kan kortetermijndoelen opzij zetten ten gunste van langetermijndoelen <input type="radio"/> Ik onderbreek anderen niet onnodig <input type="radio"/> Ik kan op mijn beurt wachten <input type="radio"/> Ik praat niet als de ander nog aan het woord is <input type="radio"/> Ik raak niet afgeleid door onbelangrijke zaken
Strategieën (RI) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	1. 2. 3. 4.
Emotieregulatie (E)	<input type="radio"/> Mijn emoties heb ik onder controle <input type="radio"/> Ik word niet snel boos <input type="radio"/> Ik ben niet snel van slag <input type="radio"/> Ik word niet snel verdrietig <input type="radio"/> Ik ben niet snel (faal)angstig <input type="radio"/> Ik kan gedrag/emoties tijdig bijsturen <input type="radio"/> Ik kan emoties onderdrukken om een doel te behalen <input type="radio"/> Ik kan inschatten hoe erg iets is en het gedrag daarop aanpassen
Strategieën (E) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	1. 2. 3. 4.

Volgehouden aandacht (VA)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ik ga door tot een taak of opdracht af is</li> <li><input type="radio"/> Ik heb een lange concentratieboog</li> <li><input type="radio"/> Ik kan iets afmaken zonder afgeleid te worden</li> <li><input type="radio"/> Ik pauzeer niet onnodig</li> <li><input type="radio"/> Ik geef niet toe aan demotivatie (geen zin meer, moe enzovoort)</li> <li><input type="radio"/> Ik maak opdrachten en taken af binnen de gestelde tijd</li> <li><input type="radio"/> Ik geef niet op</li> </ul>
Strategieën (VA) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>
Taakinitiatie (T)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ik start zelfstandig een taak (huiswerk of klusje)</li> <li><input type="radio"/> Ik stel niet uit</li> <li><input type="radio"/> Ik heb geen hulp nodig bij het starten van een taak</li> <li><input type="radio"/> Ik doe dingen op het moment dat ze moeten worden gedaan</li> <li><input type="radio"/> Ik hoef niet herinnerd of aangemoedigd worden voor het starten van een taak</li> <li><input type="radio"/> Ik kan leuke dingen uitstellen om aan een taak te beginnen</li> <li><input type="radio"/> Ik heb geen moeite met langetermijnopdrachten</li> <li><input type="radio"/> Ik kan na een pauzemoment de taak makkelijk hervatten</li> </ul>
Strategieën (T) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>
Flexibiliteit (F)	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Ik kan mijn gedrag makkelijk aanpassen aan veranderende omstandigheden</li> <li><input type="radio"/> Ik kan plannen of schema's herzien</li> <li><input type="radio"/> Ik kan meerdere oplossingsstrategieën toepassen</li> <li><input type="radio"/> Ik raak niet snel van slag bij (onverwachte) veranderingen, tegenslag of nieuwe situaties</li> <li><input type="radio"/> Ik ben oplossingsgericht</li> <li><input type="radio"/> Ik heb geen moeite met open opdrachten</li> <li><input type="radio"/> Ik ben flexibel in het denken over een probleem</li> <li><input type="radio"/> Ik kan een tijdsindeling makkelijk aanpassen</li> <li><input type="radio"/> Ik kan de juiste hulpbronnen zoeken voor de oplossing van een probleem</li> <li><input type="radio"/> Ik kan makkelijk veranderen van taak</li> </ul>

Strategieën (F) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	1. 2. 3. 4.
Doelgericht doorzettingsvermogen (DD)	<input type="radio"/> Ik zet door om mijn doel te bereiken (ook als het een minder leuk doel is) <input type="radio"/> Ik ben gemotiveerd, ook voor minder leuke taken <input type="radio"/> Ik rond taken en opdrachten binnen de gestelde tijd af <input type="radio"/> Ik houd vol tot de taak helemaal af is <input type="radio"/> Ik houd vol ook al heb ik geen zin meer <input type="radio"/> Ik houd vol ook al word ik afgeleid <input type="radio"/> Ik kan goed omgaan met deadlines
Strategieën (DD) om mijn ( <i>gele en rode</i> ) vaardigheden te versterken	1. 2. 3. 4.