



Intensiteit en Talent

Thema: WILLEN



Les 1 – Voorkennis activeren

Motivatie



Les 1 – Lesdoel

Ik weet of ik meestal kies voor een beloning op de korte of de lange termijn

Ik weet het verschil tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie

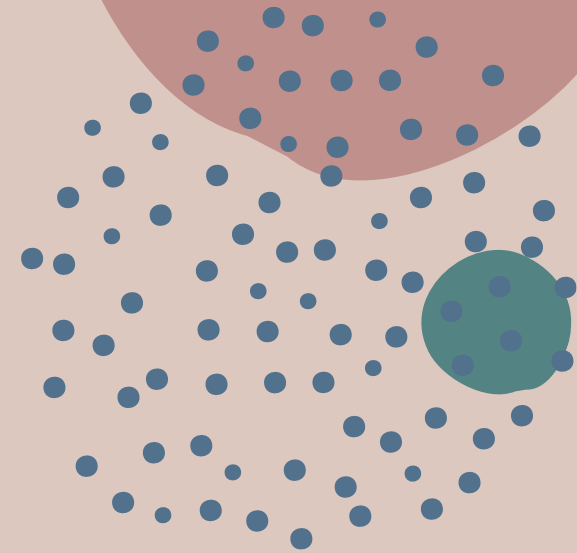


Les 1 – Instructie

Volg de opdracht op je blaadje

Extrinsieke motivatie

Intrinsieke motivatie



Les 1 – Inoefening en verwerking

Maak een droombord met...

...jouw droombaan

...jouw droomauto

...een vaardigheid die je wilt leren

...een sport waar je in uit wilt blinken

Wat moet je dan nú al doen?



Les 1 – Kies een kant

Altijd alleen iets doen vanuit intrinsieke motivatie

of

Altijd alleen iets doen vanuit extrinsieke motivatie



Les 1 – Thuiswerk

Wie krijgt er nog meer marshmallows?

Probeer het experiment thuis eens uit.



Les 2 – Voorkennis activeren

bijvoorbeeld	journaal	bagage	gymzaal
rozenolie	financiële	elastiekje	procentuele
olietanker	speciaal	horloge	bouwmaterialen
Overijssel	individueel	sociale	criminele
bloemblaadjes	provinciaal	cadeau	logé
armoedig	retourtje	douche	Winschoten
vreselijk	eventuele	paperclip	bioscoop
twaalfjarige	ideale	betekenen	handicap
hagedissen	ideaal	gymmateriaal	regelmatig
morgenmiddag	tegenwoordig	fantasieën	plafond
verorberen	keukentafel	verkeersregels	zonnebrand
bewusteloos	eventueel	politiebureau	journalist



Les 2 – Lesdoel

Ik kan een doel stellen voor de korte termijn

Ik kan een doel stellen voor de lange termijn

Ik kan een SMART-doel formuleren voor mezelf



Les 2 – Instructie

Specifiek

Meetbaar

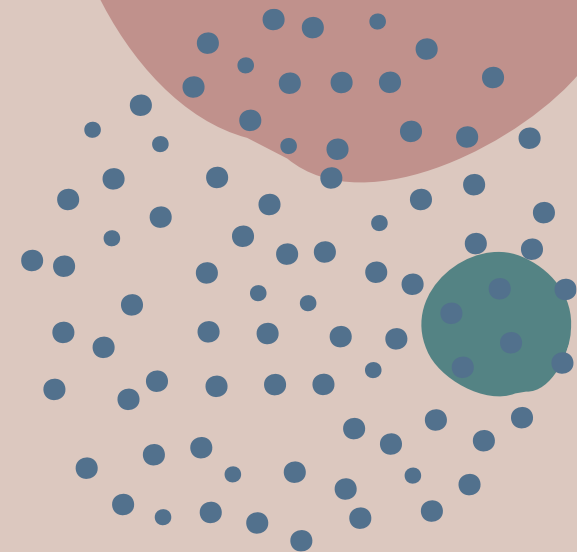
Acceptabel

Realistisch

Tijdgebonden

“Aan het einde van het schooljaar haal ik op de Cito rekenen een 11-score”

“Over 5 jaar kan ik goed genoeg voetballen om mee te mogen spelen met het eerste team van”



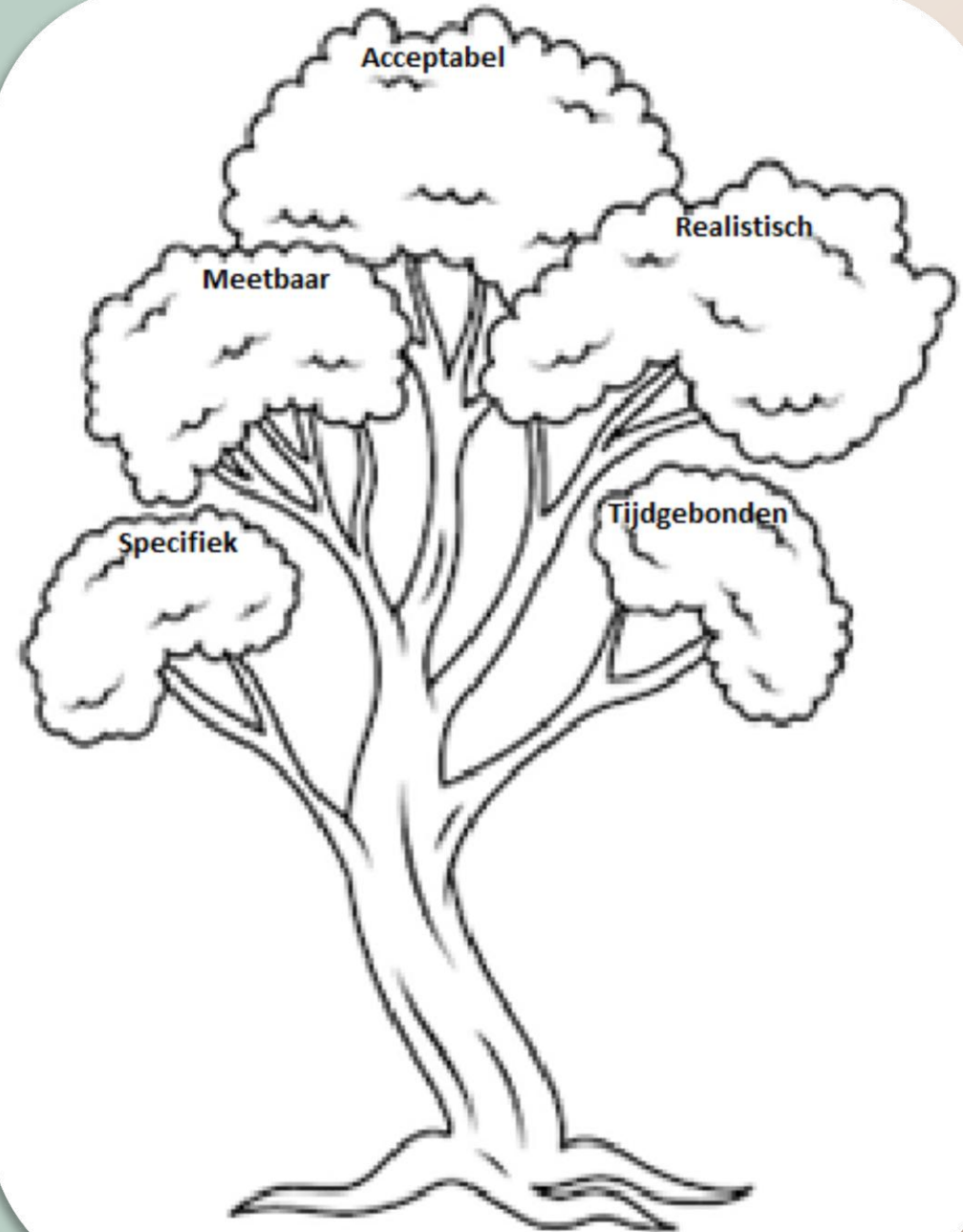
Les 2 – Inoefening en verwerking

Schrijf een brief aan jezelf in de toekomst.

Wat heb je bereikt?

Hoe heb je dat gedaan?

Wat had je daarvoor nodig?



Les 2 – Kies een kant

Altijd een doel hebben om naartoe te streven

of

Altijd werken zonder een doel voor ogen te hebben



Les 2 – Thuiswerk

Bedenk elke schooldag één doel wat je die dag wilt gaan bereiken.



Les 3 – Voorkennis activeren

Wat wordt ons groepsdoel voor de komende 4 weken?

Wat wordt de beloning?



Les 3 – Lesdoel

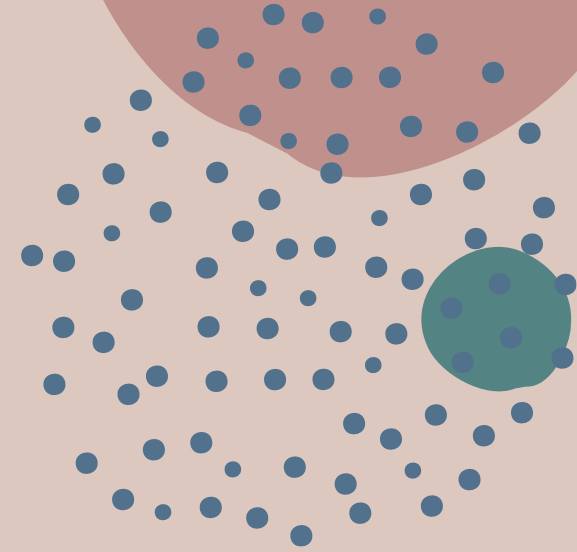
Ik weet wat faalangst is

Ik weet hoe ik rustig kan worden wanneer ik bang ben om iets fout te doen/wanneer ik iets spannend vind



Les 3 - Instructie

Faalangst



Les 3 - Instructie



Les 3 – Inoefening en verwerking

Adem een vierkant

Maak je eigen stripverhaal: welke superheld gaat jou helpen?



Les 3 – Kies een kant

Altijd gezonde spanning hebben voor een
toets, presentatie, iets voorlezen etc

of

Nooit spanning hebben



Les 3 – Thuiswerk

Lees je stripverhaal door.

Kun je je superheld deze week in gedachten een keer inzetten?



Les 4 – Voorkennis activeren

Welk rapport zou jij het liefste willen krijgen?

Wauw, wat heb jij hard gewerkt de afgelopen periode. Knap gedaan!

8

Je hebt er weinig voor hoeven doen, ik verwacht de komende periode meer inzet van je.

10

Wauw, wat heb jij hard gewerkt de afgelopen periode. Knap gedaan!

4

Je hebt er weinig voor hoeven doen, ik verwacht de komende periode meer inzet van je.

6



Les 4 – Lesdoel

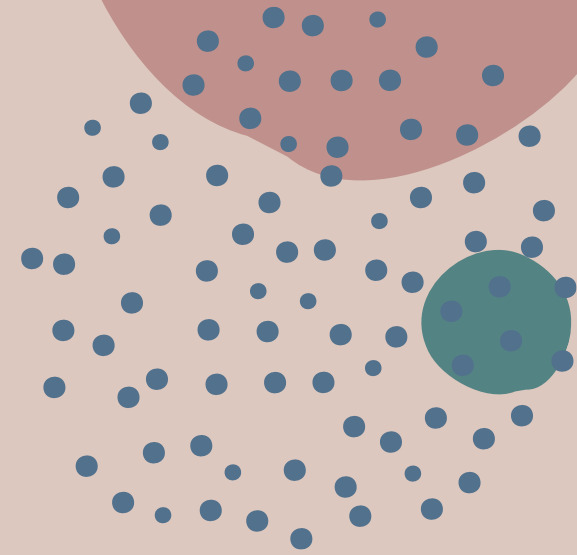
Ik durf te laten zien waar ik (nog) niet goed in ben.

Ik ben trots op mezelf en weet wat ik wel en niet goed kan.



Les 4 - Instructie

Straalangst



Les 4 – Instructie

Klittenband

Veel mensen denken dat dit is uitgevonden op de maan door NASA. Maar het was een Zwitserse man die het per ongeluk bedacht nadat zijn hond vast zat in een bosje en vervolgens onder het kliskruid zat. Hij was zo gefascineerd door het plantje dat aan zijn hond bleef plakken, dat hij dit verder onderzocht en uiteindelijk klittenband bedacht.

Post-It briefje

Per ongeluk bedacht door Spencer Silver die op zoek was naar een supersterke lijm die meteen opdroogt. Toen dit niet lukte, smeerde hij uit frustratie wat lijm op zijn boekenlegger die maar uit het boek bleef vallen en plakte deze in het boek. En zo kwam Spencer op het Post-It idee.

Coca-Cola

De oorsprong van Coca-Cola ligt in 1886, toen een apotheker op zoek was naar een medicijn tegen hoofdpijn. Hij mixte een hoop 'super geheime' ingrediënten met elkaar en kwam zo tot het Coca-Cola brouwsel tot stand. Het recept met deze ingrediënten is nog steeds veilig opgeslagen in de Coca-Cola kluis.

Chips

Een klant van een restaurant in New York bleef maar klagen dat zijn gefrituurde aardappelen te dik waren. Uit frustratie koos de kok van het restaurant, George Crum, er uiteindelijk voor om de aardappelen zo dun mogelijk te snijden en vervolgens te frituren. Vervolgens gooide hij ze vol met zout in de hoop de lastige klant een lesje te leren. En zo kwam de chips 'toevallig' tot stand.

Penicilline

Per ongeluk ontdekt door Sir Alexander Fleming in 1928. De wetenschapper ruimde zijn laboratorium niet op voordat hij op vakantie ging en bij terugkomst bleek er een rare schimmel te zijn ontstaan die bacteriën liever vermijden. Zo zorgde deze simpele fout voor het ontstaan van penicilline.

Les 4 – Inoefening en verwerking

Het FOUTENFESTIVAL!

Waar ben je goed? Waar ben je trots op?

Wanneer heb jij faalangst ervaren? Wat vind je lastiger?

VIER JE FOUTEN!



Les 4 – Kies een kant

Overal goed in zijn, maar het
nooit mogen uitspreken

of

Bijna nergens goed in zijn,
maar het wel mogen uitspreken



Les 4 – Thuiswerk

Vertel zoveel mogelijk mensen,
TROTS, waar je wel en niet goed in
bent.



Les 5 – Voorkennis activeren

Ik maakte een fout

Ik wilde het beste cijfer van de klas halen

Ik wilde persé winnen

Ik gooide mijn werk weg omdat het niet goed genoeg was

Ik ben iets vergeten

Ik vond het stom dat ik een fout maakte

Ik had langer de tijd nodig dan klasgenoten

Ik heb dit schooljaar al een gum opgemaakt

Ik schaamde me voor mezelf

Ik keek eerst hoe een ander de opdracht deed

Ik werd zenuwachtig van een toets/spreekbeurt

Ik heb dit schooljaar al een potlood opgemaakt

Ik gumde iets uit wat niet netjes was

Ik vroeg 'is dit goed zo?'

Ik vroeg niet om hulp, terwijl ik die wel nodig had

Ik vond dat mijn werk perfect moest zijn



Les 5 – Lesdoel

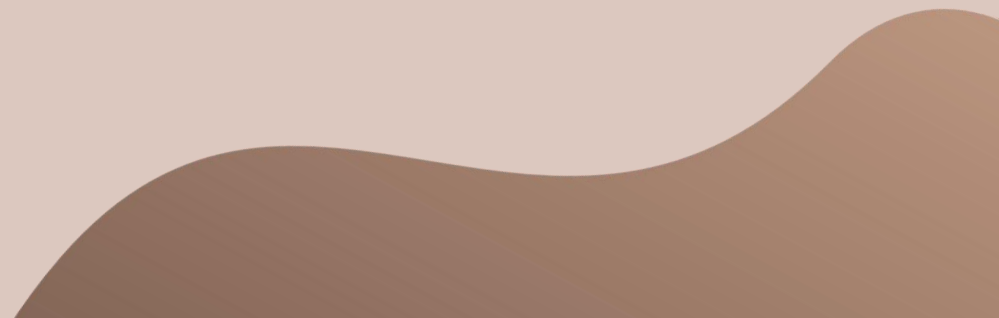
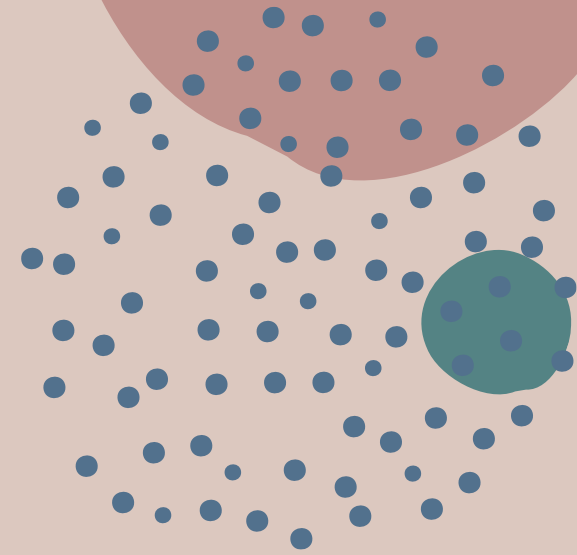
Ik weet van mezelf of ik wel of geen tekenen van perfectionisme heb
Ik weet het verschil tussen faalangst en perfectionisme



Les 5 - Instructie

Perfectionisme

Faalangst



Les 5 – Inoefening en verwerking

Kleur de ene kant van de kleurplaat perfect en netjes in.
Kleur de andere kant van de kleurplaat slordig in,
ga eens bewust over de lijntjes.

Maak een kunstwerk...
...met je ogen dicht.
...met je 'verkeerde' hand.
...met twee handen tegelijkertijd.



Les 5 – Kies een kant

Altijd fouten maken, maar daar niets om geven

of

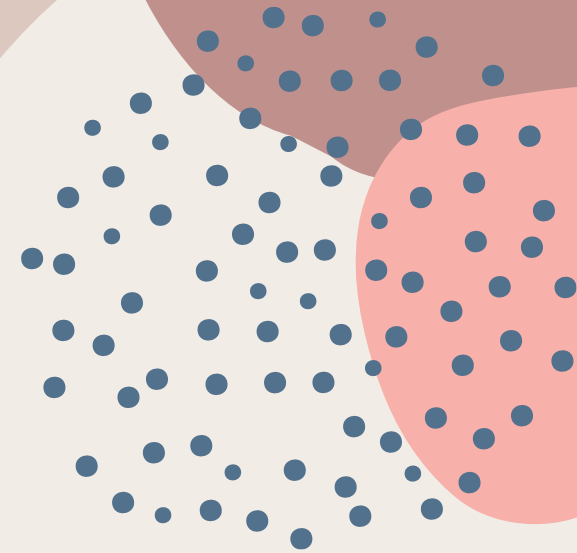
Bijna nooit fouten maken, maar het heel erg vinden wanneer het gebeurt



Les 5 – Thuiswerk

Probeer de foutenbingo helemaal vol te krijgen.

Bedenk zelf een 'kies een kant' voor de volgende les.



Les 6 – Voorkennis activeren

Wat hebben we deze periode allemaal gedaan en geleerd?



Les 6 – Lesdoel

Ik verwerk dat wat ik geleerd heb op een persoonlijke en creatieve manier
Ik presenteer dat wat ik gemaakt heb aan de groep



Les 6 – Instructie

Bedenk een manier waarop jij alles wat je dit thema geleerd hebt wilt gaan presenteren.
Verhaal schrijven, zingen, Powerpoint, tekenen, schilderen, quiz, ...



Les 6 – Inoefening en verwerking

Vul het woordweb in met onderdelen uit de lessen.
Wat heb **jij** geleerd?

Bedenk hoe jij deze inhoud wilt verwerken in een presentatie.



Les 6 – Kies een kant

Eigen bedachte Kies een kant.



Les 6 – Thuiswerk

Maak de presentatie af.

Is de presentatie al af en heb je deze al gegeven in de groep? Geef hem dan ook in je eigen klas en/of thuis in je gezin.

