

# MOVE

YOUR WORLD

## HANDLEIDING TRAINERS

Naam:



Leuk dat je meedoet!



Veel plezier!

# HANDLEIDING TRAINERS

Welkom bij Move your world! Leuk dat jij 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 mede trainer 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 je het materiaal compleet hebt; 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. Hiernaast heb je per klas materiaal nodig wat je achterlaat in de klas. Dit materiaal zal eens in de zoveel tijd moeten worden aangevuld. Het materiaal kun je ophalen op kantoor in Utrecht. Check voor een uitvoering of je alles bij je hebt:

### **JOUW PERSOONLIJKE TASJE MET MATERIAAL BESTAAT UIT:**

- 1 tasje
- Stellingkaartjes voor het kwaliteitenspel (4 setjes met 15 kaartjes)
- Stiften voor de tekenopdracht in blok 4
- Pennen

### **MATERIAAL DAT JE ACHTERLAAT IN EEN KLAS:**

- Gekleurde naamstickers (x het aantal leerlingen)
- Poster voor het presenteren van de acties (x het aantal groepjes)
- Werkboekje (x het aantal groepjes)
- Certificaten (x het aantal leerlingen)
- Visitekaarten (x het aantal leerlingen)
- Posters voor in de school

### **DIGITAAL, OP DE DROPBOX:**

- PowerPoint presentatie voor blok 2
- PowerPoint presentatie voor blok 4
- In de 'Administratie'-map op Dropbox staan bijv. deze handleiding en andere praktische documenten.

**Is het materiaal compleet? Weet je waar je hoe laat moet zijn? Heb je samen met je mede trainer 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.*

**Duur:** 1 lesuur – 50 minuten

**Doel:** leerlingen ontdekken maatschappelijke thema's, maken kennis met Move your world en maken een keuze voor welk thema ze in actie willen komen.

### 1. Introductie + Filmpje influencer

De docent geeft een introductie over Move your world. Hierna wordt het eerste filmpje van Qucee (influencer) gestart. Hij geeft een korte introductie op het project door met jongeren op straat in gesprek te gaan. Hij stelt jongeren vragen zoals; zet je jezelf wel eens in voor een ander? wat voor gevoel geeft je dat? etc. Hij zet jongeren aan tot nadenken en motiveert hen om in actie te komen.

### 2. Opwarmoefening; de wind waait voor of stellingenspel

Leerlingen doen een van de opwarmoefeningen samen met de docent.

### 3. Intro thema's

De leerlingen worden in groepjes verdeeld van 4 tot 5 leerlingen. Dit is het groepje dat de rest van het project gaat samenwerken. De leerlingen krijgen een filmpje te zien van een pizzakoerier die door de stad rijdt. In het filmpje komen de vijf thema's uit het project in beeld d.m.v. verschillende situaties.





## DE VIJF THEMA'S ZIJN

### **KUNST & CULTUUR:**

Wij vinden het belangrijk dat de omgeving er mooi uitziet en dat we kunnen genieten van muziek, theater en ander vermaak.

### **SPORT & GEZONDHEID**

Wij vinden het belangrijk dat iedereen beweegt en gezond is.

### **NATUUR & MILIEU**

Wij vinden het belangrijk dat de omgeving schoon, opgeruimd en groen is.

### **ONTMOETING & CONTACT**

Wij vinden het belangrijk dat mensen en (verschillende) groepen elkaar kennen en met elkaar praten.

### **VEILIGHEID & WELZIJN**

Wij vinden het belangrijk dat iedereen zich veilig en fijn voelt en dat we mensen helpen die het nodig hebben.

#### **Opdracht 1: puzzel**

De leerlingen zien de pizzakoerier langs verschillende situaties komen (bijvoorbeeld iemand die wordt gepest of afval dat op straat ligt). De leerlingen moeten goed opletten wat ze allemaal zien en noteren: 'Wat hebben jullie gezien waar jullie wat aan zouden willen doen?'

#### **Opdracht 2: bij welk thema horen de situaties?**

De situaties die de leerlingen hebben gezien passen bij de verschillende thema's uit het project. De leerlingen schrijven achter elk thema de situaties op die daarbij horen.

#### **Opdracht 3: welke situaties ken je nog meer?**

In hun groepjes denken de leerlingen na welke situaties ze nog meer kennen bij de verschillende thema's. Wat speelt er bijvoorbeeld in hun stad?

## 4. Thema kiezen

Elk groepje kiest het thema waar zij in blok 2 mee verder gaan.

## BLOK 2 TALENTEN ONTDEKKEN EN KOMEN TOT EEN ACTIE

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 (klaarzetten materiaal en filmpje) 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.
- Geef de poster 'Wij doen mee met MYW' aan de docent zodat deze op school opgehangen kan worden.
- Vraag de docent of er per groepje budget is voor de actie en spreek af hoe leerlingen hieraan kunnen komen. Leerlingen moeten a.d.h.v. hun plan van aanpak kunnen verantwoorden of en zo ja, hoeveel budget ze denken nodig te hebben.

**Duur:** 2 lesuren – 100 minuten

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

**Benodigdheden:** PowerPoint blok 2 inclusief: filmpje influencer & fruitmachine, naamstickers, werkboekje leerlingen, stellingenkaartjes, visitekaartjes.

### 0. Introductie (in totaal 20 minuten)

Let op! Sta bij de deur om de leerlingen één voor één te verwelkomen en laat ze een naamsticker kiezen in de kleur die ze willen. Geef de opdracht om in hun groepjes te gaan zitten, hun naam op de sticker te schrijven en deze op te plakken zodat je 'm kunt zien.

Verwelkom de leerlingen en stel jezelf kort voor. Vertel dat je vanuit stichting Move komt en wat Move doet. Zeg bijvoorbeeld: *Move organiseert projecten op het vmbo, maar ook op basisscholen. Daar bedenken kinderen hoe ze hun buurt kunnen verbeteren (bijv. buurtfeest/muurschildering etc.). We doen dit om kinderen te laten ontdekken waar ze goed in zijn en om ze te laten ervaren hoe leuk het kan zijn iets te doen voor een ander. Jullie gaan vandaag ook een actie bedenken voor iemand die je nog niet kent. Voordat wij hier meer over vertellen starten we met een korte kennismaking.*

#### 0.1 Kennismakingsspel: kleuren en overeenkomsten (5 minuten)

**Doel:** Leerlingen gaan een actie doen voor iemand die ze niet kennen. Best spannend, want je kan erg van elkaar verschillen. Met dit spel ontdekken ze dat er ook altijd overeenkomsten te vinden zijn.



Leg de kennismakingsopdracht uit:

*Leerlingen met dezelfde kleur naamsticker zoeken elkaar op en gaan bij elkaar zitten. Vervolgens gaat elk groepje één overeenkomst met elkaar zoeken. Bijvoorbeeld 'allemaal een hond als huisdier'. Ze krijgen daar 2 minuten voor en daarna mag elk groepje de overeenkomst aan de klas vertellen.*

Check of iedereen weet wat een overeenkomst is. Jullie als trainers hebben ook een kleur naamsticker en sluiten aan bij een groepje.

**TIP** Is de klas erg onrustig? Dan kun je de leerlingen in de bestaande groepjes de opdracht laten doen.

**TIP** Gaat een groepje supersnel, dan kan je ze de extra opdracht geven om ook een verschil te zoeken met elkaar.

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

## **0.2 Filmpje Influencer (Qucee) (5 minuten)**

Je start het filmpje van Qucee (influencer). In dit filmpje is te zien dat hij een actie voorbereid en uitvoert. Hij wenst de leerlingen veel succes en plezier met hun actie. Vraag de leerlingen kort om een reactie: *wat vinden de leerlingen van de actie van Qucee?*

## **0.3 Terugblik blok 1, Introductie blok 2 (5 minuten)**

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 en vraag aan leerlingen wat zij hiervan vinden. Waarom gaan we dit doen?. Geef 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, school en gekozen thema in te vullen.

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

## 1. Voor wie - puzzel (10 minuten)

**Doel:** leerlingen gaan met behulp van een puzzel ontdekken welke doelgroepen er allemaal zijn voor wie ze in actie kunnen komen.

Leerlingen moeten 9 vragen beantwoorden. Elk antwoord is een andere groep mensen die de leerlingen nog niet goed kennen. De antwoorden vullen ze in in de woordpuzzel. De juiste antwoorden zijn:

- |             |                 |             |
|-------------|-----------------|-------------|
| 1. Ouderen  | 4. Vluchteling  | 7. Jongeren |
| 2. Daklozen | 5. Gehandicapte | 8. Kinderen |
| 3. Dieren   | 6. Toeristen    | 9. Politie  |

Als de puzzel is ingevuld kunnen de leerlingen de gekleurde vakjes met elkaar verbinden. Hier komt het woord 'doelgroep' uit. Dit woord schrijven ze in het midden van de mindmap onder de puzzel. Hier hebben ze ruimte om ook zelf nog een paar doelgroepen te bedenken en op te schrijven.

**TIP** Loop rond en denk mee. Prikkel leerlingen na te denken voor welke doelgroep zij in actie willen komen en waarom. Gebruik het woord 'doelgroep' pas als groepjes dit woord hebben geraden in de puzzel.

## 2. Jouw rol - kwaliteitspel (15 minuten)

**Doel:** Leerlingen spelen het kwaliteitspel om bewuster te worden van hun kwaliteiten en hoe ze deze kwaliteiten kunnen inzetten tijdens de acties.

Introduceer het kwaliteitspel, bijvoorbeeld: *Jullie gaan straks een actie bedenken voor een ander. Om erachter te komen wie waar goed in is en wie welke taken krijgt tijdens de actie gaan jullie een kwaliteitspel doen.*

Je legt het kwaliteitspel uit:

- Elk groepje krijgt een set van 15 stellingkaartjes op tafel.
- De groepjes gaan samen bekijken welke stelling bij wie past.
- Zorg dat elke leerling in ieder geval 3 stellingen toebedeeld krijgt
- De leerlingen draaien hun kaartjes om en bekijken de kleuren.
- De leerlingen bekijken de rollen en taken in het werkboek en noteren, met behulp van de uitkomst van 't kwaliteitspel, welke rol bij wie past.

Tijdens het kwaliteitspel 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 en welke taken zij gaan uitvoeren tijdens de actie.



**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.

### 3. Brainstorm - fruitmachine (10 minuten)

**Doel:** de fruitmachine geeft geen gouden munten maar gouden ideeën. Het is een hulpmiddel om leerlingen op ideeën te brengen voor een actie. De leerlingen gaan nu een actie bedenken die ook uit te voeren is. Zij bedenken het zelf, waardoor het past bij hun interesses en kwaliteiten.

Komen tot een actie doen de leerlingen in hun eigen groepjes, met de fruitmachine op hun telefoon. Wijs leerlingen op de URL: <https://fruitmachine.moveyourworld.nl>. Vertel dat er per groepje steeds één iemand met een telefoon de machine mag bedienen, zodat niet iedereen tegelijk gaat spelen.

### 4. Kies jullie actie (5 minuten)

De leerlingen maken een keuze welke actie ze gaan uitvoeren. Als een groepje een actie heeft gekozen, leggen ze deze aan jou voor. Je maakt een inschatting of de actie haalbaar is en wijst leerlingen erop dat ze een plan B moeten maken mocht hun gekozen actie toch niet lukken.

**TIP** In het werkboekje staan de eisen waar de acties aan moeten voldoen. Deze moeten leerlingen naast hun bedachte acties houden om te checken of hun actie hieraan voldoet. Wees hier als trainer alert op en kijk met de groepjes mee.

**Indien leerlingen zelf niet komen met acties kan je met ze meedenken.**

**Voorbeeldacties waar je aan zou kunnen denken:**

- Zwerfafval opruimen en zwerfies (zwerfafval-selfies) maken
- Ouderen helpen bij het inpakken van boodschappen bij supermarkten
- Fruit uitdelen aan (zieke) mensen in het ziekenhuis
- Smartphone uitleggen aan ouderen
- Straattekening maken voor een ziekenhuis (voor een mooi uitzicht)
- Inzamelen van kleding of eten voor daklozen
- Quiz voor kinderen/ mensen op straat etc.
- Middagje helpen op de kinderboerderij/bejaardenhuis/buurthuis etc.
- Sporten met mensen in het park
- Honden uitlaten
- Opknappen/schoonmaken van de buurt

## 5. Plan van aanpak (35 minuten)

In het werkboekje zit een plan van aanpak in de vorm van een stroomschema. Elk groepje doorloopt de vragen en komt zo tot een goed uitgewerkt plan van aanpak. De laatste vraag is hoe ze hun actie gaan vastleggen. De groepjes kiezen uit het maken van foto's of een video.

**TIP** Start het PVA door samen met de klas een belscript op te stellen voor het bellen naar organisaties. Vraag leerlingen: *Wat zeg je als je een organisatie gaat bellen?* (bijv. naam, naam school, uitleg project, welke actie, wanneer, met hoeveel personen). Laat leerlingen zoveel mogelijk zelf bedenken en schrijf de input op het bord zodat de leerlingen dit tijdens het bellen kunnen gebruiken.

**TIP** Wijs leerlingen op de winactie! Als ze hun beeldmateriaal met hastag KOMINACTIE delen op Instagram en @stichting.move taggen maken ze kans op maximaal 4 pretparkkaartjes in Nederland. Als leerlingen een privé-account hebben, kunnen wij hun beeldmateriaal niet zien. Zij kunnen het in dat geval mailen naar: [info@moveyourworld.nl](mailto:info@moveyourworld.nl)

**TIP** Let erop dat het plan voor elk groepje helemaal duidelijk is zodat leerlingen in blok 3 zelfstandig aan de slag kunnen gaan.

## 6. 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 het plan van aanpak, 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.

## 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 wat 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 actie samen vieren, leerlingen laten nadenken wat ze mogelijk nog meer zouden kunnen/willen doen

**Benodigheden:** Digibord, PowerPoint blok 4 inclusief filmpje influencer, actieposters, certificaten.

### 1. Voorbereiding

#### 1.1. Het lokaal klaar maken

Zet voorin de klas een rijtje tafels. Op deze tafels leg je de certificaten met pennen neer. Leerlingen gaan aan deze tafels staan/zitten om over hun actie te vertellen en tekenen hierna hun certificaat (zoals bij een diploma-uitreiking). Daarnaast zet je de PowerPoint met het filmpje van Qucee alvast klaar op het digibord.

## 1.2. Taakverdeling

Bespreek 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 tijdens de posteropdracht doen);
- 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 de poster en het presenteren van de acties.

## 2. Introductie en filmpje (5 minuten)

Laat de leerlingen in hun eigen groepjes zitten. Vraag kort om een paar eerste reacties op de acties die zijn gedaan. Hierna start je het afsluitende filmpje van Qucee vanuit de presentatie waarin hij uitspreekt trots te zijn op de leerlingen. Na het afloop vertellen jullie ook trots te zijn op de leerlingen en heel benieuwd te zijn naar alle mooie resultaten. Vertel hoe het lesuur eruit ziet:

- *Per groepje is één iemand verantwoordelijk om het beeldmateriaal te sturen naar het mailadres op het bord zodat wij het kunnen laten zien;*
- *Elke groepje maakt een successenposter van hun actie*
- *Elk groepje vertelt kort over hun actie a.d.h.v. het beeldmateriaal en de poster. Het is leuk als iedereen uit de groep iets vertelt. Tijdens de presentaties wordt de rest van de klas actief betrokken.*
- *Afronding*

## 3. Poster maken van de acties (10 minuten)

Elk groepje krijgt een poster met twee vragen en één tekenopdracht. Er zijn drie verschillende varianten posters, elke variant heeft twee andere vragen (de tekenopdracht is bij alle 3 de posters gelijk). Hierdoor heeft niet iedereen dezelfde vragen, wat leuk is tijdens het presenteren. Zorg er dus voor dat je een aantal verschillende varianten uitdeelt. Het doel van de poster is om leerlingen te laten nadenken over de effecten van hun actie.

De verschillende varianten van de poster zijn:

**Variant 1:**

1. Wat vonden jullie het leukst aan jullie actie en waarom?
2. Waar zijn jullie het meest trots op en waarom?

**Variant 2:**

1. Wat is het leukste wat jullie hebben geleerd van de actie en waarom?
2. Wat zou je nog meer kunnen doen voor de doelgroep waar jullie een actie voor hebben gedaan en waarom zou je hiervoor kiezen?

**Variant 3:**

1. Wat is de leukste reactie die jullie hebben gekregen, en wat maakte dit zo leuk?
2. Geef twee gouden tips voor andere groepjes, waarom zijn dit zulke goede tips?

De tekenopdracht is bij alle 3 hetzelfde: *Teken hieronder jullie droomactie. Wat zouden jullie doen als jullie nergens rekening mee hoeven te houden?*

Je deelt stiften en pennen uit waarna de groepjes aan de slag gaan met de poster. Tijdens de presentatie vertellen zij over hun actie aan de hand van de poster en het beeldmateriaal. De leerlingen spreken met elkaar af welke teamleden het woord doen tijdens de presentatie. Het is leuk als iedereen uit de groep even aan bod komt.

**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 maken van de posteropdracht 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 een persoon (de 'creatieve designer' bijvoorbeeld) dit kan regelen.

#### 4. 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 poster en het beeldmateriaal. Na elke presentatie wijs je als trainer een paar groepjes aan die een gericht compliment geven over de actie. Vraag hierbij ook om en onderbouwing van het compliment (waarom vinden jullie dat?) Vraag een groepje: *Willen jullie een compliment geven over...*

Voorbeelden van onderwerpen voor een compliment:

1. De actie die is gedaan
2. De samenwerking in de groep
3. Het beeldmateriaal
4. De poster
5. De Inzet die is gedaan
6. De presentatie skills

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

Na elke presentatie stel je de leerlingen een aantal vragen over hun actie. Je kan hierbij doorvragen op de antwoorden die de leerlingen op hun poster hebben gezet. Verder zou je kunnen 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?* Hierna 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** 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*

### 5. Afronding (5 minuten)

Wanneer alle groepjes zijn geweest bedank je de leerlingen voor hun inzet. 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.

### NOTITIES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## 3

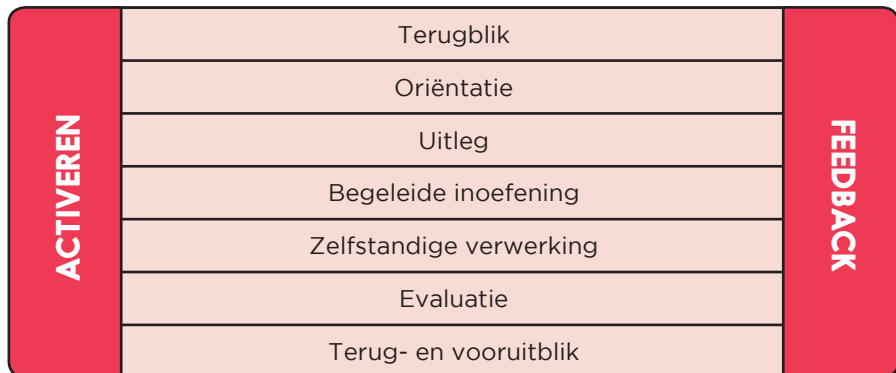
## DIDACTIEK EN COACHING

**Doel: na afloop van het trainingsweekend...**

- ...weet je wat het project inhoud.
- ...heb je de spellen zelf ervaren.
- ...heb je tips en trucs gekregen om een goede instructie te geven.
- ...heb je handvatten om met weerstand in de klas om te gaan.
- ...weet je hoe je leerlingen kan motiveren.
- ...heb je tips hoe je leerlingen bewust kan maken van wat ze 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, terwijl je de stappen ook voordoen 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

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

## WANORDE- LADDER



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

### Voorbeelden:

'Als ik praat zijn jullie stil.'

'Als je vragen hebt, steek je je vinger op.'

'Je blijft op je stoel zitten.'

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

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.

## MAATREGELEN- LADDER



## 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 (Verbeeck, 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.

Tevens kan feedback het competentiegevoel vergroten. Dit moet echter wel feedback zijn om de competentiegevoel te vergroten en niet om te controleren ('Je zou het zo moeten doen') en tevens 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 proces ipv product

### **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, Meninge, 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

# FEEDBACK GEVEN & ONTVANGEN



**GEVEN**

- BEGIN MET IETS POSITIEFS
- BESCHRIJF CONCREET GEDRAG
- DOEER JE FEEDBACK
- VERTEL WAT HET JOU DOET
- DOE SUGGESTIE VOOR VERBETERING
- VRAAG OM REACTIE
- MAAK CONCRETE AFSPRAKEN

**ONTVANGEN**

- LUISTER
- GA NA OF JE DE ANDER GOED BEGRIJPT
- VRAAG DOOR
- ACCEPTEEER DE FEEDBACK, OOK ALS JE NIET EENS BENT
- LAAT EERLIJK ZIEN WAT HET JE DOET
- BEPAL ZELF OF JE JE GEDRAG WIL VERANDEREN



We zijn benieuwd  
naar de acties!



Laat het weten als je  
leuke quotes hebt!



Veel succes!



@STICHTINGMOVE

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