

# Volhard naar je doel!

Deze les richt zich op doorzettingsvermogen en hoe dit verband houdt met eerlijkheid. De leerlingen werken aan het opstellen van een persoonlijk rekendoel en bepalen de stappen om dat doel te bereiken. Opmerking: het stellen van doelen kan enige tijd duren. Misschien wil je deze activiteit opsplitsen in twee afzonderlijke lessen door te eindigen na het Inspire-gedeelte.

## Subconcept(en) integriteit

Doorzettingsvermogen, vriendelijkheid

## Tijdschema van de les

45 minuten

## Benodigde materialen

- ☐ SMART doel grafische organisator voor elke student
- ☐ Belofteblad voor elke student
- ☐ Potloden

## Normen kaart

Deze les sluit aan bij CASEL-competenties, National Health Education Standards en Common Core State Standards. Raadpleeg de Normen kaart voor meer informatie.



**AANGEWEZEN DOOR CASEL  
ALS EEN AANBEVOLEN PROGRAMMA  
VOOR SOCIAAL EN EMOTIEEEL LEREN.**  
Zie laatste pagina voor details.

## Lesdoel

Studenten zullen:

- Stel een persoonlijk doel vast met betrekking tot wiskunde.
- Gebruik doorzettingsvermogen om een doel te bereiken.

## Leraarverbinding / zelfzorg

De laatste belofte in uw klaslokaal heeft betrekking op ons eerste concept dit jaar: Respect. Belofte #4: "Ik beloof te allen tijde respect te tonen aan mijn studenten." Dit lijkt misschien vanzelfsprekend. Natuurlijk respecteren we onze studenten! Als we echt eerlijk tegen onszelf willen zijn, kunnen we erkennen dat er altijd studenten zullen zijn die op de een of andere manier een strijd voor ons zijn. We kunnen tegengestelde persoonlijkheden hebben, ze kunnen moeite hebben om in een groepsomgeving te zijn, er kunnen gedragsproblemen zijn, enz. Wat de reden ook is, je moet ervoor zorgen dat je hetzelfde niveau van respect voor hen krijgt als voor de rest van de klas. Neem even de tijd met de belofte van deze week. Onderzoek precies HOE u respect toont voor elke student. Brengen uw woorden en daden zowel binnen als buiten het klaslokaal respect over ten opzichte van elke leerling? Wanneer u moeilijke zaken met betrekking tot een leerling bespreekt, bent u dan in staat dit op een eerlijke, maar toch respectvolle en medelevende manier te doen? Blijft u pleiten voor uw studenten, zelfs wanneer het niveau van respect dat u geeft niet wordt beantwoord door de student en/of familie? Integriteit begint bij jezelf. Zeg wat je bedoelt en meen wat je zegt. Jouw lieve woorden en daden maken het verschil!

### Tips voor diverse leerlingen

- Verdeel de leerlingen in tweetallen en laat ze elk helpen anderidentificeren stappen.
- Laat leerlingen hun stappen dicteren aan een medeleerling of de leraar als schrijven een strijd is.
- Laat de leerlingen indien nodig voor elke stap een tekening maken.



## Deel

5-7 minuten

Speel 20 vragen, maar pas het aantal vragen aan uw klasgrootte aan. Kies een item in de klas als focus voor deze activiteit (bureau, klasdier, vlag, enz.). Vraag iedereen in de klas om jou een vraag te stellen. Zodra de klas het item heeft geïdentificeerd, laat u ze het als een groep uitroepen. Als je de eerste ronde snel voltooit, herhaal je het spel opnieuw met een uitdagender item. Als ze je item niet kunnen identificeren nadat iedereen een vraag heeft gesteld, onthul dan het juiste item.

*Vraag aan de klas: Heb je het artikel kunnen achterhalen? Heeft het stellen van vragen je geholpen? Als dat zo is, heb je doorzettingsvermogen gebruikt om de antwoorden te vinden!*



## Inspireren

### Wat is doorzettingsvermogen?

5 minuten

Leg uit dat doorzettingsvermogen is wanneer we blijven proberen, zelfs als iets moeilijk is. Het betekent dat we weigeren op te geven! Heb je ooit met iets nieuws geworsteld? Misschien toen je leerde lezen, schrijven of een instrument bespelen? Al deze vaardigheden vereisen oefening, want oefening baart kunst! Wanneer we iets moeten oefenen, gebruiken we doorzettingsvermogen. Soms zijn nieuwe dingen heel, heel moeilijk voor ons om te leren. We hebben misschien zin om op te geven omdat we nooit zullen leren hoe we het moeten doen. Als je je zo voelt, **BLIJF DOOR!** Je kunt doorzettingsvermogen gebruiken om die nieuwe vaardigheid te leren. Vriendelijke woorden van je vrienden, hulp van je ouders of medeleven van mij, want je leraar kan je allemaal helpen door te gaan. We kunnen je allemaal helpen om door te zetten en je doelen te bereiken!

### Doorzettingsvermogen in de sport

5-7 minuten

Schrijven *Doorzettingsvermogen* op het bord. Vraag de klas naar de naam van hun favoriete sport. Welke sport het meest populair is, zal uw focus zijn voor de activiteit. Teken een eenvoudig symbool zodat de hele klas begrijpt over welke sport je het hebt. Stel de volgende vragen om doorzettingsvermogen te benadrukken. Schrijf de antwoorden in de vorm van een eenvoudig opsommingsteken op het bord:

- Hoe speel je deze sport?
- Wat moet je doen om goed te worden in deze sport?
- Welke specifieke dingen moet je oefenen als je beter wilt worden?

Het leren van een nieuwe sport kan enorm uitdagend zijn. Je moet niet alleen de regels leren en begrijpen, je moet ook nieuwe vaardigheden oefenen en doelen stellen om elke dag een beetje beter te worden. Dit alles vergt doorzettingsvermogen!



## Machtigen

30 minuten

Vandaag gaan we persoonlijke doelen maken met betrekking tot wiskunde. We zullen volharden om deze doelen te bereiken in de komende weken. Terwijl we brainstormen over onze doelen, zullen we het acroniem SMART onthouden. (Geef de grafische ontwerper van het SMART-doel uit zodat de leerlingen mee kunnen doen.)

**S= Specifiek.** Ieder van ons moet een heel specifiek doel kiezen. Laten we nadenken over enkele doelen. "Ik wil beter worden in wiskunde." Is dat specifiek? Welk type wiskunde? Dit is te vaag! "Ik zal binnen twee weken alle 3 de tafels van vermenigvuldiging uit mijn hoofd leren." Dit is heel specifiek!

**M= Meetbaar.** We moeten onze doelen kunnen meten. Hoe weten we wanneer we klaar zijn? Als we zeggen: "Ik wil beter worden in wiskunde", geeft dat ons niet genoeg informatie om te weten of we ons doel hebben bereikt. "Ik zal alle 3 de tafels van vermenigvuldiging onthouden", laat precies zien wat we gaan meten: de tafels van vermenigvuldiging van de 3.

**A= Bereikbaar.** Dit betekent dat u dit doel kunt bereiken binnen de door u toegewezen deadline. "Ik zal alle tafels van vermenigvuldiging van 1-15 in één week uit mijn hoofd leren", is niet haalbaar. Het zal meer tijd kosten dan dat. Als dat gebeurt, beperk dan je doel. "Ik zal de tafels van vermenigvuldiging van de 3 binnen een week uit mijn hoofd leren", is een doel dat je misschien wel kunt bereiken!

**R= Realistisch en Relevant.** "Volgende maand vlieg ik naar de maan", is niet realistisch. Ben je momenteel een astronaut? Uiteraard niet, dus dit doel is niet realistisch. Je doel moet ook iets zijn waarvoor je je echt gemotiveerd voelt om te bereiken. Iedereen kan op een bepaald gebied in wiskunde verbeteren. Dit zal vandaag onze focus zijn.

**T= Tijdgevoelig.** Aan een SMART doel is een tijd verbonden. U weet precies wanneer u verwacht uw doel te bereiken, omdat u het specificeert. "Ik zal de tafels van vermenigvuldiging van de 3 onthouden", vertelt ons niet wanneer we verwachten het doel te bereiken.

Laten we even de tijd nemen om te brainstormen over wat we leren in wiskunde. (Dit hangt af van je leerplan. Sommige ideeën kunnen lenen, vermenigvuldigen, breuken, enz. zijn).

Schrijf deze begrippen op het bord. Als je leerlingen hebt die corrigerende wiskunde doen, probeer dan ook concepten van een lager niveau toe te voegen, zodat ze zich betrokken voelen.

- Kijk goed naar onze lijst. In welk gebied zou je beter willen worden? Schrijf dat in het vak naast de S voor specifiek.
- Hoe lang denk je dat dit doel gaat duren? Schrijf het antwoord in het vak naast de M van meetbaar.
- Zal ik dit doel met hard werken en doorzettingsvermogen binnen de toegestane tijd kunnen bereiken? Schrijf uw antwoord in het vak naast de A voor haalbaar. Als uw antwoord nee is, moet u teruggaan naar de top en opnieuw beginnen.

- Is je doel realistisch en relevant? Dit is het deel van je doel waar je schrijft HOE je je doel gaat bereiken. Misschien gebruik je flashcards of oefen je met een vriend, of speel je een rekenspelletje op de computer. Maak een lijst van alle stappen die je gaat nemen om steeds beter te worden in de richting van het bereiken van je doel.
- Hoe lang duurt het voordat je je doel bereikt? We willen doelen kiezen die 1-2 weken duren. Leren lezen kost jaren. Het begrijpen van breuken of het leren over even en oneven getallen kan echter in een korter tijdsbestek worden bereikt. Schrijf de hoeveelheid tijd die u uzelf gunt in het vak naast T voor tijdgevoelig.
- Nadat je je planner hebt ingevuld, zet je je SMART-doel over op je toezeggingsformulier.

LET OP: Deze opdracht kan erg uitdagend zijn, zelfs voor veel volwassenen. Zeur niet te veel als studenten eindigen met een MART-doel, een SMAT-doel of zelfs een ART-doel. Sommige leerlingen zijn qua ontwikkeling nog niet helemaal klaar om alle vijf de concepten te begrijpen die nodig zijn om een SMART-doel te creëren.



## Reflecteer

5 minuten

- *Heb jij jezelf wel eens een doel gesteld? Zo ja, hoe voelde het om dit te bereiken?*
- *Hoe kunnen we beloning onszelf als we eenmaal onze persoonlijke doelen hebben bereikt?*
- *Wat kunnen we doen als we aan ons doel werken en we beseffen dat het nu te moeilijk was?*

*Doorzettingsvermogen helpt ons nieuwe dingen te leren. Elke persoon in deze kamer heeft eigenlijk al een doel bereikt! Denk eens terug aan het begin van groep 3. Wat leek toen verwarrend of eng dat je nu zonder mijn hulp kunt? Als we eerlijk zijn over hulp nodig hebben en doorzettingsvermogen gebruiken om onze doelen te bereiken, is alles mogelijk!*



## Uitbreidingsideeën

- Laat de kinderen dit proces herhalen met een persoonlijk doel naar keuze.

RAK Notebook Prompt (Zie RAK Notebook Project in de Respect-eenheid voor meer details):

- Herschrijf je doel op een extra belofteblad en plak het in je notitieboekje.
- Maak hieronder een lijst van uw stappen en voeg er vakjes naast toe.
- Vink elke stap af om uw voortgang te tonen.
- Gebruik doorzettingsvermogen om gefocust te blijven en je doel te bereiken!




AANGEWEZEN DOOR  
CASEL  
ALS EEN AANBEVOLEN  
PROGRAMMA VOOR  
SOCIAAL EN EMOTIONEEL  
LEREN.

De Collaborative voor academisch, sociaal en emotioneel leren (**KASEL**) beoordeelt sinds 2003 evidence-based SEL-programma's. Vriendelijkheid in de klas<sup>®</sup> voldoet aan CASEL's SELECT-programma en is opgenomen in de CASEL Gids voor effectieve sociale en emotionele leerprogramma's.

Vriendelijkheid in de klas<sup>®</sup> voldeed of overtrof alle criteria van CASEL voor hoogwaardige SEL-programmering. Kindness in the Classroom<sup>®</sup> ontving CASEL's hoogste onderscheiding voor hoogwaardige SEL-programmering.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

# SLIM. DOELPLANNER

<b>SPECIFIEK</b>	Wat <u>precies</u> wil ik gebeuren?	
<b>MAKKELIJK</b>	Ik zal weten dat ik mijn doel heb bereikt als...	
<b>BEREIKBAAR</b>	Is het met doorzettingsvermogen mogelijk om dit doel binnen de deadline te bereiken?	
<b>REALISTISCH EN RELEVANT</b>	Mijn doel is belangrijk genoeg voor mij om een plan in daden om te zetten. Ik zal dit specifieke plan volgen om mijn doel te bereiken:	
<b>TIME-GEBONDEN</b>	Ik zal mijn doel bereiken door:	