



# KINDEREN EFFECTIEVER LATEN LEREN? MET DEZE PRINCIPES GAAT DAT VEEL GEMAKKELIJKER

Moet je je kind tig keer per dag helpen herinneren aan het maken van zijn huiswerk? Of kent je zoon of dochter na de zoveelste keer oefenen de tafels nog steeds niet uit het hoofd? Geen zorgen, dat is heel normaal. Het brein heeft namelijk tijd nodig om verbindingen aan te leggen, waardoor het dingen kan onthouden. Gelukkig kun je er wel iets aan doen om die verbindingen beter tot stand te laten komen, waardoor het leren en onthouden een stuk beter gaat.

Hoe meer verbindingen er in de hersenen aangelegd worden, hoe beter kinderen leren en onthouden. Het BCL Instituut ontwikkelde zes breinprincipes die daar een handje bij helpen: focus, herhalen, voortbouwen, creatie, zintuigelijk rijk en emotie. Hoe meer je de principes combineert, hoe effectiever kinderen leren. Focus, herhalen en voortbouwen worden al veel gebruikt in de klas en thuis. 'Dat is mooi, maar het kan natuurlijk nog mooier. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt namelijk dat als je de breinprincipes 'emotie', 'creatie' en 'zintuigelijk rijk' ook toevoegt, je de optimale omstandigheden creëert om te leren,' legt Mirjam Floor uit. Ze is als onderwijsadviseur verbonden aan Driestar onderwijsadvies en geeft binnenkort samen met onder andere collega Alette Pouwelse de nieuwe training Breindidactiek. 'Op school kan veel meer gebruik worden

gemaakt van hoe het brein werkt. Bijvoorbeeld met een quiz of door te bewegen tijdens het leren.'

Maar ook thuis kun je je kinderen op weg helpen door bijvoorbeeld een fijne plek te creëren voor het maken van huiswerk. Floor: 'Een

zintuigelijk rijke omgeving met een kopje thee, een gezellig hoekje of zachte muziek. Net wat voor jouw kind werkt. Als kinderen denken aan die plek, helpt ze dat om wat ze geleerd hebben weer terug te halen.'

#### WEES EEN DOPAMINEDEALER

In de hersenen komen neurotransmitters vrij. Deze stofjes zorgen voor het doorgeven van signalen. Een van die neurotransmitters is dopamine. Dit geeft een blij gevoel én is nodig om te leren. 'Je moet als ouder en leerkracht een dopamindealer zijn', vertelt Floor. 'Zeg eens tegen een kind: 'Bedenk vijf toetsvragen over de Gouden Eeuw, waarvan je denkt dat ik ze niet weet.' Door het spelelement komt er dopamine vrij. Zeker als je er een beloning aan koppelt. Zo gebruik je de breinprincipes emotie, creëren en herhalen.' De breinprincipes staan nooit los van elkaar, legt Floor uit. Pouwelse vult haar aan: 'Dat werkt ook met focus aanbrengen. Je kunt vertellen wat het doel van vandaag is, maar zet eens 'creatie' of 'zintuigelijk rijk' in door ze iets te laten maken of een voorwerp mee te nemen en dat onder een kleedje te leggen. Moet je eens zien hoe snel je de aandacht hebt. Wat je vertelt blijft dan beter hangen.'

#### LEREN HOEFT NIET ALLEEN MAAR LEUK TE ZIJN

Moet leren dan altijd maar leuk zijn? Floor legt uit hoe zij en Pouwelse hiernaar kijken. 'Leuk zijn is niet het doel op zich, maar het maakt het wel aantrekkelijker, waardoor kinderen gemotiveerder zijn. In de training Breindidactiek leren we hoe je de kennis over het brein inzet om optimaal tot leren te komen. Vergelijk het met een koud flesje water op een warme zomerdag. Schenk je datzelfde water in een mooi glas, met wat stukjes fruit erin, dan wordt het ineens nog aantrekkelijker om te drinken. Je voegt nieuwe elementen toe aan wat je al deed. Zo

zorg je ervoor dat kinderen optimaal tot leren komen.'

En als je voor de zoveelste keer de tafels oefent en je kind ze nog steeds niet kent? Of als je iedere dag moet herhalen dat ze hun tas moeten uitpakken? 'God heeft ons zó bijzonder geschapen', zegt Alette. 'Ook hersenen hebben een 40-dagentijd. Zo lang duurt het namelijk voordat er een nieuwe verbinding is aangelegd. Denk niet na twintig dagen: Laat maar, ik ruim die tas zelf wel uit. Zet door en bedenk ezelsbruggetjes om te helpen onthouden.' Floor gaat verder: 'Vul herhaling aan met inzetten van meer zintuigen. Ga je thuis de tafels oefenen, beweeg er dan bij. Of leg kaartjes met de tafels op de traptreden en haal steeds iets weg. Zo gebruik je meerdere breinprincipes tegelijk. Zeker bij kinderen die moeite hebben met automatiseren kan dit goed helpen.'

#### LUMMELTIJD

Wat nog in weinig klaslokalen of aan keukentafels gebruikt wordt is lummeltijd. Pouwelse: 'Na het leren is het goed om even niets te doen: om lummeltijd te nemen. Laat je kind of leerling eens vijf minuten in de verte staren. Dit helpt het brein om de informatie op te slaan.'

#### TRAINING BREINDIDACTIEK

Tijdens de training Breindidactiek komen al deze principes aan bod en leer je hoe je ze met elkaar kunt combineren. De training geeft veel van dit soort concrete voorbeelden. 'Het wordt praktisch, met inspirerende werkvormen om direct mee aan de slag te gaan', zegt Floor. 'We bespreken de zes breinprincipes, de werking van spiegelneuronen en hoe emoties redelijkheid in de weg kunnen zitten.

We leren de deelnemers hoe je kinderen helemaal openzet om te leren op basis van de kennis over het brein. Dat uitgangspunt is verfrissend in het onderwijs.'

Mirjam en Alette werken als adviseur bij Driestar onderwijsadvies. Samen met hun collega's trainen ze scholen en docenten die verder willen ontwikkelen. Benieuwd naar de training Breindidactiek of andere onderwerpen? Kijk dan op [driestar-onderwijsadvies.nl](https://driestar-onderwijsadvies.nl)

Driestar onderwijsadvies

