

Zelf leren als leerkracht

Een kleine leerproef voor jezelf, met een haalbare vertaling naar je les



Wat je met dit boekje doet

Je leert één nieuwe vaardigheid en bouwt een routine die je aan leerlingen kan voordoen.

Voor leerkrachten · persoonlijk en in de les · versie 1.2

Begin bij één echte leervraag

Voor alle leerkrachten. Gebruik dit boekje individueel of in een vakgroep. Reken op drie korte oefenmomenten per week gedurende twee weken.

Van nascholing naar handelen

Kies iets dat je binnenkort moet kunnen: een spreadsheetformule maken, een gesprek openen of een vakbegrip helder uitleggen. “Meer weten over leren” is te breed. Maak het resultaat zichtbaar: “Ik maak zonder handleiding een werkende formule en verklaar de fout die ik gisteren maakte.”

Kies een oefentaak

Te ruim	Werkbaar leerdoel	Bewijs
Beter worden met digitale tools	Een tabel sorteren en één formule toepassen	Een nieuw voorbeeld correct uitvoeren
Meer lezen over feedback	Een fout aanwijzen en een bruikbare vervolgstap formuleren	Drie leerlingantwoorden van passende feedback voorzien
Beter Frans spreken	Een korte ouderontvangst in het Frans oefenen	De openingszinnen zonder spiekbrieven uitspreken

Doe een nulmeting van twee minuten

Probeer de taak vóór je gaat lezen. Noteer wat lukt en waar je vastloopt. Bewaar dat resultaat; vergelijk later met een nieuwe, gelijkwaardige taak.

Wetenschappelijke basis en eigen ontwerp

De bronnen ondersteunen oefenen met ophalen, spreiden en bewuste sturing. Het tweewekenplan in dit boekje is ons praktische ontwerp; het is geen gevalideerd professionaliseringstraject.



Een leerproef van twee weken

Het doel is een uitvoerbare verandering. Je hoeft geen extra cursusavond te organiseren.

Zes momenten van ongeveer tien minuten

1. Maandag, week 1: probeer de taak. Bekijk daarna één betrouwbaar voorbeeld. Schrijf drie korte vragen op die je zonder bron wil beantwoorden.
2. Woensdag: leg de bron weg. Beantwoord de vragen of voer de handeling uit. Controleer en verbeter. Noteer één fout met de oorzaak.
3. Vrijdag: doe dezelfde vaardigheid met andere gegevens of een andere situatie. Schrijf welke aanwijzing je nog nodig had.
4. Maandag, week 2: start opnieuw zonder bron. Neem daarna alleen het ontbrekende deel door.
5. Woensdag: leg de werkwijze aan een collega uit. Laat die collega één waarom-vraag stellen.
6. Vrijdag: maak een nieuwe taak zonder hulp. Vergelijk met de nulmeting. Kies: behouden, aanpassen of een kleinere stap oefenen.

Een startvoorstel

Deze dagen en tijden zijn een agenda, geen optimale wetenschappelijke formule. Verplaats momenten als je rooster dat vraagt. Houd wél ruimte tussen de oefenmomenten en controleer het resultaat.

Mijn kleine leerproef

Mijn zichtbare doel en bewijs:

Mijn drie oefenmomenten deze week:



Voorbeeld: een leerkracht leert een formule

Fictieve casus. Noor wil aantallen in een materiaaloverzicht automatisch optellen.

Eerst proberen

Noor typt getallen in drie cellen, maar weet niet hoe ze een totaal krijgt. Ze bekijkt een voorbeeld van een SOM-formule en test het bereik. Ze noteert niet alle menuknoppen, maar drie vragen: Hoe start een formule? Welke cellen tel ik op? Hoe controleer ik het totaal?

Van kijken naar kunnen

Moment	Wat Noor doet	Wat ze ontdekt
Eerste poging	Een voorbeeld nabouwen met de handleiding open	Ze kan volgen, maar nog niet zelfstandig starten
Twee dagen later	Op een leeg blad de stappen uitleggen, daarna in de toepassing uitvoeren	Ze vergeet het beginteken en controleert dat gericht
Een week later	Andere celadressen en vier getallen gebruiken	Ze moet het bereik aanpassen in plaats van de oude formule kopiëren

Wat telt als vooruitgang?

Een correct totaal is nodig. Ook de controle telt: Noor telt een klein voorbeeld handmatig na en legt uit welke cellen in het bereik zitten. Alleen “het ging vlotter” is onvoldoende bewijs.

Vertaling naar jouw vak

Vervang de formule door één vakhandeling. Maak één gelijkwaardig voorbeeld met gewijzigde getallen, een andere tekst of een nieuwe situatie. Houd de moeilijkheid ongeveer gelijk.



Ervaar het zelf: uitleg uit je geheugen

Deze oefening kan in een personeelsvergadering. Ze onderzoekt jouw ervaring, niet de effectiviteit van een methode.

Individueel, ongeveer 12 minuten

1. Lees de korte werkwijze hieronder één minuut. Leg de tekst weg.
2. Schrijf uit je geheugen de volgorde en het doel van elke stap op. Geef ook één eigen voorbeeld.
3. Open de tekst. Streep door wat niet klopt en voeg ontbrekende stappen toe. Kies één vraag voor later.
4. Beantwoord die vraag op een volgende dag opnieuw zonder tekst. Controleer daarna.

De werkwijze om te leren

Kies een concrete taak. Probeer eerst zelf. Zoek een gericht voorbeeld als je vastloopt. Voer een nieuwe variant zonder voorbeeld uit. Controleer de uitkomst en noteer wat je bij een volgende poging anders doet.

Na het wegleggen

De stappen met hun doel:

Mijn eigen voorbeeld en wat ik nog moet controleren:



Maak je denken zichtbaar in je les

Een les van 15 minuten om je eigen leerervaring met leerlingen te verbinden.

Lesverloop

Tijd	Handeling	Zin die je kan gebruiken
0-3 min	Toon een kleine fout uit je eigen oefentaak	"Ik dacht dat ik dit kon, maar zonder voorbeeld vergat ik deze stap."
3-6 min	Doe een eenvoudige vaktaak voor en verwoord één keuze	"Ik zoek eerst wat de vraag precies vraagt."
6-11 min	Laat leerlingen een vergelijkbare taak proberen	"Probeer eerst. Markeer waar je hulp nodig hebt."
11-15 min	Controleer één criterium en plan een herneming	"Dit deel lukt. Deze stap oefenen we donderdag opnieuw."

Klaarzetten

Neem je nulmeting, één correct model en een korte taak uit de lopende les mee. Gebruik printblad P01 voor je eigen plan en P07 voor de denkstappen van leerlingen.

Leerlingkennis blijft nodig

Een strategie vervangt de vakinhoud niet. Als een leerling het woord "omtrek" niet begrijpt, leg je dat eerst uit. Anders oefent de leerling vooral raden.

Vervolg

Herhaal de denkszin in een volgende vakles. Laat leerlingen aanwijzen wanneer de zin helpt en wanneer een andere aanpak nodig is.



Bespreek je proef met een collega

Een kort gesprek helpt je een bruikbare aanpassing te kiezen zonder er een groot onderzoek van te maken.

Vier vragen voor een gesprek van tien minuten

1. Wat probeerde je zelfstandig? Toon een eerste en een laatste voorbeeld.
2. Welke fout veranderde door jouw oefening? Welk bewijs zie je?
3. Waar kwam de vooruitgang mogelijk nog door: meer voorkennis, een makkelijker voorbeeld, extra hulp?
4. Welke kleine routine neem je mee naar de klas en wanneer kijk je of ze werkt?

Als het niet lukt

Je merkt	Kleine aanpassing
De taak blijft te moeilijk	Verklein de vaardigheid en oefen één deel met een model
Je kijkt telkens meteen in de bron	Schrijf eerst één poging op, controleer daarna
Je vergeet te oefenen	Koppel oefenen aan een vast bestaand moment
Je kent het voorbeeld maar niet een nieuwe taak	Varieer context en laat de keuze voor een aanpak uitleggen

Neem geen te grote conclusie

Eén persoonlijke proef bewijst geen leerwinst voor jouw klas. Ze geeft wel ervaring met de handelingen die je wil onderwijzen.

Mijn vervolgstap

Wat ik behoud en wanneer ik opnieuw oefen:



Bronnen en gebruik

Onderbouwing van de uitgangspunten. De complete reeks is niet als interventie onderzocht.

EEF | Education Endowment Foundation (2025). Metacognition and Self-Regulated Learning, tweede editie.

Onderbouwing van expliciete strategie-instructie binnen vaklessen.

<https://educationendowmentfoundation.org.uk/education-evidence/guidance-reports/metacognition>

APS | Dunlosky, J., Rawson, K. A., Marsh, E. J., Nathan, M. J. & Willingham, D. T. (2013). Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques. Psychological Science in the Public Interest, 14(1), 4-58.

Overzicht van tien leertechnieken; ophalen en spreiden krijgen een hoge bruikbaarheidsbeoordeling.

<https://doi.org/10.1177/1529100612453266>

Hoe de bronnen gebruikt zijn

De kernprincipes zijn op 11 oktober 2026 via de genoemde bronpagina's gecontroleerd. De Nederlandstalige casussen, lessen, teksten, tijdsindelingen en printbladen zijn eigen ontwerpen. Er zijn geen oefeningen of illustraties uit deze bronnen overgenomen.

Afdrukken en gebruiken

A4 op 100%. De aparte bundel bevat 16 losse kopieerbladen; kies het P-nummer bij de les.

Modelantwoorden staan in de zes boekjes. De inhoud blijft leesbaar in grijstinten. Gebruik de bronbestanden in inhoud/ om voorbeelden aan te passen. Materiaal voor klasgebruik en persoonlijke professionalisering; publicatie op KlasCement moet nog gebeuren.

