Model van zelfregulerend leren

Onderstaand model toont de vier strategieën van zelfregulerend leren en bijbehorende aspecten en substrategieën. Met deze strategieën gaan we in deze werkvorm aan de slag.



Cognitieve strategieën

- Organiseren
- Voorkennis activeren
- Verwerken van informatie



Metacognitieve strategieën

- Plannen
- Monitoren en evalueren
- Reflecteren



Motivatie-strategieën

- Sturen van actie
- Jezelf motiveren



Gedrags-strategieën

- Gebruik maken van feedback
- Samenwerken
- Leeromgeving inrichten
- Hulp zoeken

Deel I. Zelfreguleren lerend integreren: hoe doen we het nu?

Stap 1. Verduidelijken van het probleem

Definieer de doelgroep: bij welke groep studenten zijn er problemen m.b.t. zelfregulerend leren?

Wat gaat er bij deze groep studenten goed m.b.t. zelfregulerend leren? Welke (sub)strategieën hanteren zij?

Welke problemen zien we bij deze studenten m.b.t zelfregulerend leren? Welke (sub)strategieën uit het model van zelfregulerend gebruiken zij (nog) niet?

Deel I. Zelfregulerend leren integreren: hoe doen we het nu?

Stap 2.1. Meten integratie cognitieve strategieën van zelfregulerend leren

Hieronder zie je voor de cognitieve strategieën van zelfregulerend leren een thermometer. Kleur voor de thermometer in – individueel of als groep –in hoeverre de strategie geïntegreerd is in de onderwijspraktijk.

Cognitieve strategieën

Aspecten

- Organiseren
- Voorkennis activeren
- Verwerken van informatie

Ik leer de studenten om te reflecteren hoe en wanneer zij deze strategie toepassen

Ik geef studenten expliciet feedback op het gebruik deze strategie

Ik oefen deze strategie in de les en verbind de oefeningen aan de inhoud van mijn vak

Ik leg deze strategie expliciet uit in de les (wat, wanneer, waarom en hoe te gebruiken)

Ik herinner studenten eraan dat het belangrijk is om deze strategie te ontwikkelen of te gebruiken

Ik ben me van deze strategie bewust

Ik ken deze strategie niet



Voorbeelden van cognitieve strategieën van zelfregulerend leren

het verdelen van lesstof over deeltaken, het maken van aantekeningen, identificeren van relevante informatie die onthouden moet worden, samenvatten van relevante informatie, iets in eigen woorden zetten, jezelf toetsen, toepassen van een leesstrategie om teksten te begrijpen

Deel I. Zelfregulerend leren integreren: hoe doen we het nu?

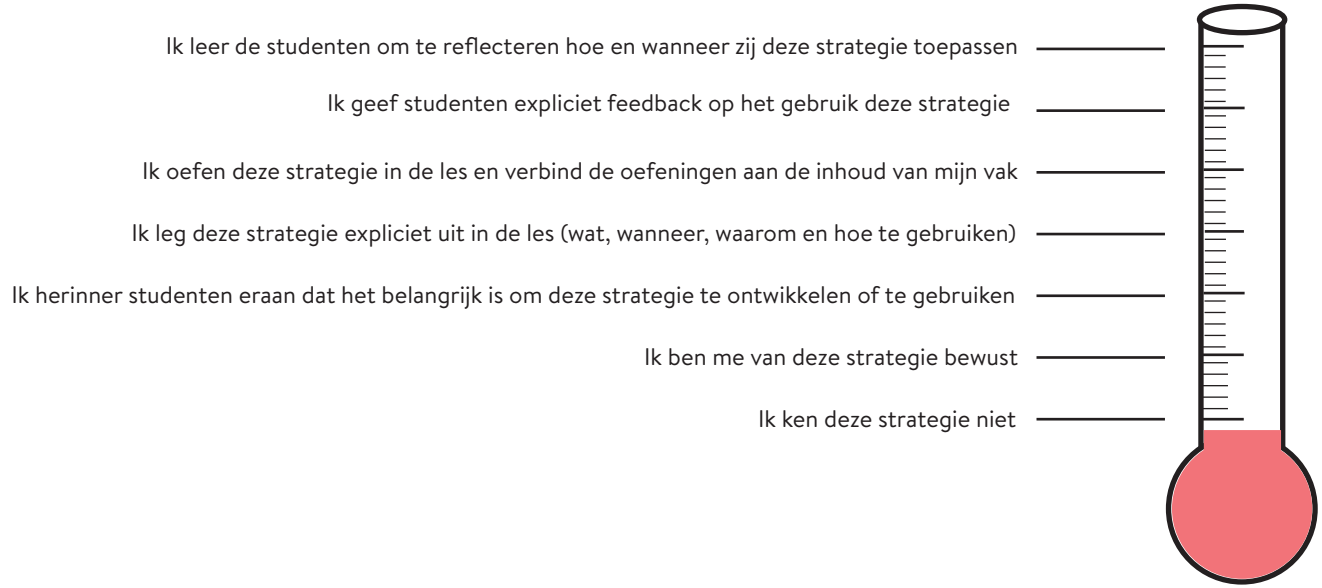
Stap 2.2. Meten integratie metacognitieve strategieeën van zelfregulerend leren

Hieronder zie je voor de metacognitieve strategieën van zelfregulerend leren een thermometer. Kleur voor de thermometer in – individueel of als groep – in hoeverre de strategie geïntegreerd is in de onderwijspraktijk.

Meta-cognitieve strategieën

Aspecten

- Plannen
- Monitoren en evalueren
- Reflecteren



Voorbeelden van metacognitieve strategieën van zelfregulerend leren

het stellen van (sub)doelen, het bepalen van tijd die nodig is voor een stap, het bijhouden van een planning, jezelf te overhoren om begrip te checken, besluiten iets opnieuw door te nemen, reflecteren hoe het leerproces is gegaan, analyseren welke strategieën je hebt gehanteerd en wel of niet werkte

Deel I. Zelfregulerend leren integreren: hoe doen we het nu?

Stap 2.3. Meten integratie motivatiestrategieën van zelfregulerend leren

Hieronder zie je voor voor de motivatiestrategieën van zelfregulerend leren een thermometer. Kleur voor de thermometer in – individueel of als groep – in hoeverre de strategie geïntegreerd is in de onderwijspraktijk.

Motivatiestrategieën

Aspecten

- Sturen van actie
- Jezelf motiveren

Ik leer de studenten om te reflecteren hoe en wanneer zij deze strategie toepassen

Ik geef studenten expliciet feedback op het gebruik deze strategie

Ik oefen deze strategie in de les en verbind de oefeningen aan de inhoud van mijn vak

Ik leg deze strategie expliciet uit in de les (wat, wanneer, waarom en hoe te gebruiken)

Ik herinner studenten eraan dat het belangrijk is om deze strategie te ontwikkelen of te gebruiken

Ik ben me van deze strategie bewust

Ik ken deze strategie niet



Voorbeelden van motivatiestrategieën van zelfregulerend leren

vermijden van afleidende factoren, jezelf belonen bij behaalde leerdoelen, productief omgaan met falen, het analyseren en sturen van emotionele reacties na een prestatie, jezelf te overtuigen dat je het leren aankan, het realiseren van een positieve leerhouding, het toeschrijven aan succes en falen aan je eigen inzet en harde werken

Deel I. Zelfregulerend leren integreren: hoe doen we het nu?

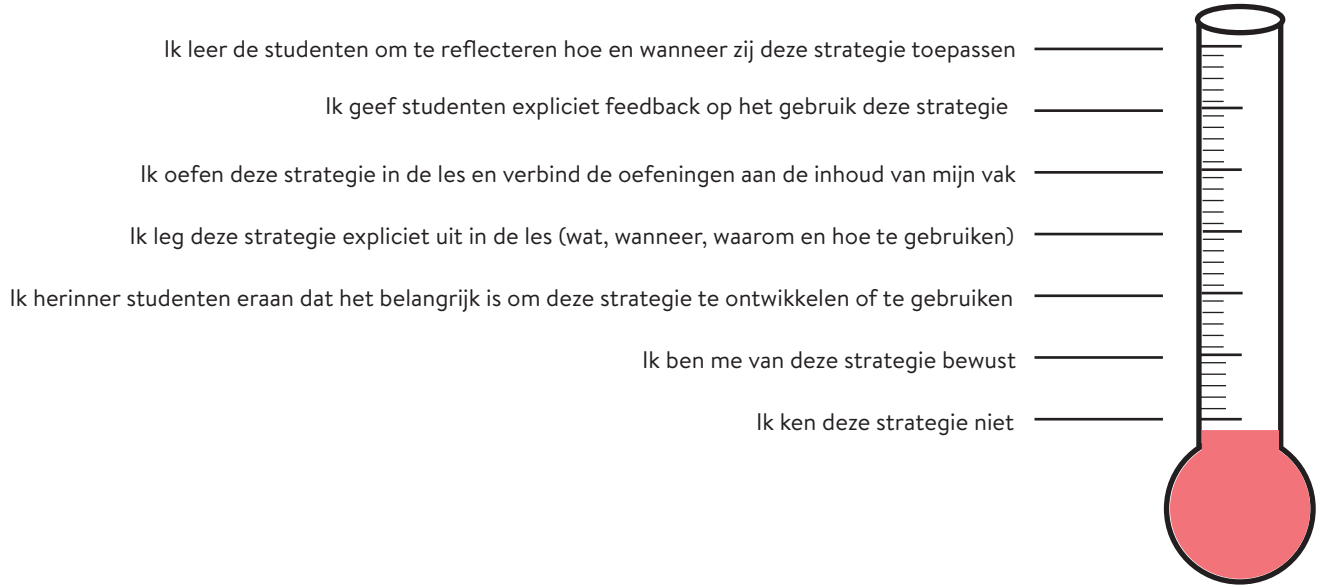
Stap 2.4. Meten integratie gedragsstrategieën van zelfregulerend leren

Hieronder zie je voor voor de gedragsstrategieën van zelfregulerend leren een thermometer. Kleur voor de thermometer in – individueel of als groep – in hoeverre de strategie geïntegreerd is in de onderwijspraktijk.

Gedragsstrategieën

Aspecten

- Gebruik maken van feedback
- Samenwerken
- Leeromgeving
- Hulp zoeken



Voorbeelden van gedragsstrategieën van zelfregulerend leren

om feedback te vragen, te praten over het leerproces, werkplek inrichten en organiseren, de juiste leermaterialen te kiezen, hulpvraag te stellen aan een docent of medeleerlingv

Deel II. Zelfregulerend leren integreren: aan de slag

Stap 3. Kies één van de strategieën van zelfregulerend leren



Kijk naar de resultaten op de vier thermometers. Kies de strategie van zelfregulerend leren uit die je het meest interessant vindt om meer te integreren in de opleiding of waarvoor je denkt dat je er de meeste impact mee kunt bereiken wanneer je hiermee aan de slag gaat

- ☐ Cognitieve strategieën
- ☐ Metacognitieve strategieën
- ☐ Motivatiestrategieën
- ☐ Gedragsstrategieën

Deel II. Zelfregulerend leren integreren: aan de slag

Stap 4. Droomscenario

Wat zou het ideale situatie m.b.t. het integreren van deze strategie in de onderwijspraktijk? Waar merk je dat aan bij studenten of docenten?



Deel II. Zelfregulerend leren integreren: aan de slag

Stap 5. Ideeën

Bedenk zo veel mogelijk ideeën om de integratie van de gekozen strategie van zelfregulerend leren in de onderwijspraktijk te verbeteren. Wat zou je allemaal kunnen doen om het droomscenario tot uiting te brengen? Op welke manieren kun je dit bereiken?

Deel II. Zelfreguleren leren integreren: aan de slag

Stap 6. Selectie acties

Welke ideeën zijn het meest kansrijk? Maak een prioritering. Wat is bijvoorbeeld laaghangend fruit en makkelijk te implementeren, wat heeft een enorme impact, of waar wordt je gewoonweg enthousiast van? Kies 3 tot 5 ideeën.

1.

2.

3.

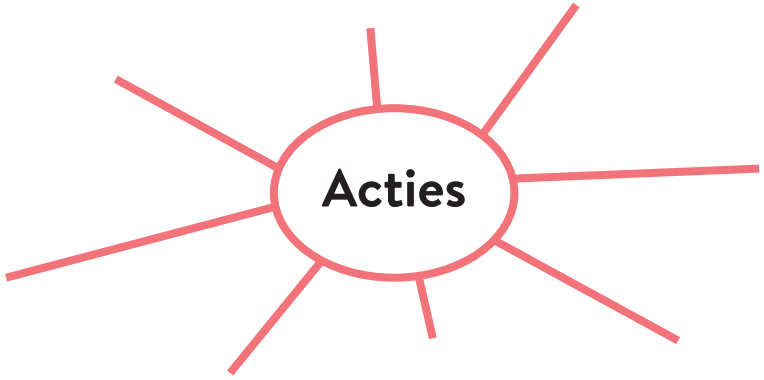
4.

5.

Deel II. Zelfreguleren leren integreren: aan de slag

Stap 7. Brainstorm mogelijke vervolgacties

Bedenk zo veel mogelijk ideeën om in de onderwijspraktijk jouw gekozen strategie van zelfregulerend leren te stimuleren bij de door jou gekozen doelgroep. Wat zou je allemaal kunnen doen om het droombeeld te verwezenlijken? Op welke manieren kun je dit bereiken?



Deel II. Zelfreguleren leren integreren: aan de slag

Stap 8. Selecteer en definieer vervolgacties

Selecteer de 3 belangrijkste acties uit de vorige pagina. Wat heeft de hoogste prioriteit of moet als eerste gebeuren? Schrijf ze hieronder op. Vertaal ze vervolgens naar een uitvoerbare micro-actie die je vandaag nog in 5 minuten voor elkaar kunt krijgen (bijvoorbeeld: plan een meeting in met x in de komende maand met als doel y).

Gekozen acties	Micro-acties