

Ster-uren? Beweeg-uren!



PROBLEEM

Lesuitval in klas 2 opgevangen met 'ster-uren':
docent vangt klas op, klas maakt huiswerk, luistert muziek,
doet spelletje, kijkt film....

Ster-uren worden weinig constructief ingevuld.



TOETSING

einde van het schooljaar

- => evaluatieformulieren alle betrokken docenten
- => enquêtes alle betrokken leerlingen
- => interviews 4 docenten (meeste steruren-nieuwe stijl)



ONDERBOUWING

- Gesprekken en observaties ervaringen 'oude' steruren
- Literatuuronderzoek

*verschillende studies tonen positieve correlatie
beweging-leerprestaties*



HYPOTHESE

*Bewegen (sporten) tijdens ster-uren
komt de leerprestaties ten goede* – door verbetering van:

- ▶ Cognitieve vaardigheden (brein!)
- ▶ Werkhouding (concentratie)
- ▶ Sociale interactie
- ▶ Zelfvertrouwen
- ▶ Slaappatroon



INTERVENTIE

sinds februari

Tijdens ster-uren klassen
naar buiten om te bewegen

*Vervangende docent biedt m.b.v. eenvoudige lesbrieven
laagdrempelige vormen van bewegen aan:*

voetbal / basketbal / frisbee / tafeltennis
badminton / beachball



Emiel Pieterse

het 4e gymnasium

TUSSENSTAND

- + docenten gaan met plezier naar buiten met een klas tijdens een ster-uur.
- + ook tijdens ster-uren van niet-deelnemende klassen gaan docenten naar buiten
- + leerlingen gaan enthousiast naar buiten en bewegen fanatiek tijdens ster-uur.
- +/- geen verschil in leerprestaties/lichte verbetering leerprestaties na ster-uur.