Microreflectie

Onderzoek je aanpak. Kies je volgende stap.

Kijk naar één oefening. Vertel je antwoord, wijs iets aan of schrijf kort.
Eén zin per antwoord is genoeg. Kom na de volgende oefening terug op het effect.

IK OEFEN

HET LUKT ALS

Bespreek de twee vakken hierboven samen met je docent.

1 Hoe pakte je de oefening aan?

Noem één concrete stap die je zette.

2 Wat hielp je, of waar liep je vast?

Wat leverde je aanpak op? Kijk naar 'Het lukt als' en laat zien wat je merkte.

3 Wat ga je bij de volgende oefening doen?

Kies één stap die je opnieuw doet of anders probeert.

Welke hulp heb je daarbij nodig? Vul in als je hulp nodig hebt.

NA DE VOLGENDE OEFENING

Kijk terug naar: Het lukt als.

Wat zie of merk je nu? Hielp je gekozen stap bij wat je oefende?

Bespreek wat je wilt blijven doen. Lukt het nog niet?
Bespreek welke uitleg, hulp of andere stap je nodig hebt.

Vandaag in je les

Met microreflectie help je studenten onderzoeken welke aanpak bij een concrete taak helpt en een bewuste volgende stap kiezen.

1 TERUGKIJKEN
Na één oefening

2 UITPROBEREN
In de volgende oefening

3 EFFECT BEKIJKEN
Met hetzelfde criterium

1 Maak vooraf duidelijk wat je oefent.

Kies één herkenbaar criterium. Vul de bovenste vakken samen in of zet ze op het bord. Voorbeeld: “Ik haal informatie uit een tekst. Het lukt als ik bij mijn antwoord de juiste zin kan aanwijzen.”

2 Doe het denken kort voor.

Bijvoorbeeld: “Ik las eerst de vraag. Daardoor wist ik waar ik op moest letten. Ik kan de zin aanwijzen die mijn antwoord ondersteunt.” Gebruik een voorbeeld dat past bij jouw les.

3 Stel na de eerste oefening de drie vragen.

Trek ongeveer 2-3 minuten uit; dit is een richttijd. Eén korte zin per vraag is genoeg. Vertellen of aanwijzen mag ook. Help “beter opletten” concreet maken: “Ik markeer wat ik moet zoeken.” Geef zo nodig meer steun of tijd.

4 Help één stap kiezen en uitproberen.

Laat de stap meteen proberen in een vergelijkbare oefening. Weet een student geen stap? Bied twee passende mogelijkheden en laat kiezen of zelf iets voorstellen. Geef eerst uitleg als kennis ontbreekt.

5 Kijk kort naar het effect.

Kijk samen naar hetzelfde criterium. Wat laat het werk of de uitvoering nu zien? Gebruik zo nodig een voorbeeld, antwoordmodel of gerichte observatie. Lukt het nog niet? Bespreek andere uitleg, hulp of een stap om te proberen. Pas ook jouw begeleiding aan.

HOUD HET KLEIN EN VEILIG

Bespreek één oefening en één volgende stap. Geef de reflectie geen cijfer. Laat studenten zelf kiezen wat ze delen. Gebruik het blad als steun; laat alleen invullen wat nodig is.

Onderbouwing en gebruik

Deze tool is een praktische uitwerking van inzichten over zelfregulatie. De EEF adviseert leerdoelen te verduidelijken, denkstappen voor te doen en studenten hun aanpak te laten beoordelen en aanpassen binnen concrete taken. De exacte vragen en tijdsindicatie zijn ontwerpkeuzes; deze tool is niet afzonderlijk onderzocht.

Bron: EEF (2026), Metacognition and self-regulation, 16-19.