

Evaluëren en reflecteren

Wat heb ik geleerd?

Helemaal aan het einde van de lesbrief ga je terugkijken naar wat je hebt geleerd.

Je hebt nu één of meer activiteiten gedaan die met het onderwerp ontspanning te maken hebben.

Je gaat samen met de klas reflecteren op het proces.

Met het proces bedoelen we hoe het maken van afspraken in de klas is gegaan en of iedereen zich aan zijn afspraken heeft kunnen houden.

a. Hoe ging het samenwerken? Vul de tabel in.

- In welke activiteit heb je samengewerkt? Schrijf de titel van die activiteiten op.
- Wat was jouw bijdrage aan het werk? Noem twee voorbeelden. Denk aan: informatie verzamelen, ideeën bedenken, ontwerpen, uitvoeren en testen, presenteren.

Ik heb samengewerkt in activiteit:	Ik werkte samen met	Mijn bijdrage was:

b. Heb je hulp gevraagd tijdens het uitvoeren van de activiteiten?

c. Aan wie heb je hulp gevraagd? En waarvoor?

d. Kreeg je aanwijzingen voor het uitwerken van de taken? Hoe ging je daarmee om?





e. Hoe heb je de resultaten van de activiteiten laten zien?

f. Hoe ging je om met de materialen?

g. Heb je steeds de planning kunnen volgen bij de uitvoering van het werk? Ja / Nee

Want,

h. Met welk beroep of beroepen hebben de activiteiten in deze lesbrief te maken?

i. Wat was nieuw voor jou in deze lesbrief?

j. Wat hebben jullie geleerd van deze les?

k. Wat was het doel van deze lesbrief? (Als je het niet weet, kijk dan terug naar de activiteiten.)

l. Op welke manier gaan jullie het doel van deze les toepassen in de klas?



OPDRACHT: VUL NU HET EVALUATIEFORMULIER IN.





Evaluëren - Wat vind je zelf?

Lesbrief Ontspanning – Thema Ik en gezondheid

Naam:	Klas:	Datum:

Je bent klaar met deze lesbrief!

Door dit evaluatieformulier in te vullen ga je ontdekken wat je allemaal hebt geleerd.

Zet in iedere regel een kruisje in de kolom die volgens jou het beste klopt.

Probeer dit zo eerlijk mogelijk te doen. Het is niet erg als je iets nog niet kunt. Want je zit juist op school om te leren!

Wat kun je?	
Activiteit Moodboard ontspanning	
Je kunt verschillende manieren noemen om te ontspannen.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.
Je kunt vertellen waarom ontspanning goed is voor je gezondheid.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.
Je kunt een moodboard maken.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.
Activiteit De mandala	
Je kunt een mandala tekenen.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.
Je kunt een tentoonstelling met mandala's organiseren.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.





Wat kun je?	
Activiteit De hand- en onderarmmassage	
Je kunt een instructie lezen voor een massage.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.
Je kunt een hand- en onderarm-massage geven.	<input type="checkbox"/> Dit moet ik nog vaker oefenen voordat ik het kan. <input type="checkbox"/> Dit kon ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit kon ik al voordat ik aan de lesbrief begon. <input type="checkbox"/> Ik weet niet zo goed of ik dit nu kan.



Wat weet je?	
Activiteit Moodboard ontspanning	
Je weet waarom ontspannen zijn belangrijk is.	<input type="checkbox"/> Dit weet ik nog niet. <input type="checkbox"/> Dit wist ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit wist ik al voordat ik aan de lesbrief begon.
Je weet dat mensen op verschillende manieren kunnen ontspannen.	<input type="checkbox"/> Dit weet ik nog niet. <input type="checkbox"/> Dit wist ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit wist ik al voordat ik aan de lesbrief begon.
Activiteit De mandala	
Je weet wat een mandala is.	<input type="checkbox"/> Dit weet ik nog niet. <input type="checkbox"/> Dit wist ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit wist ik al voordat ik aan de lesbrief begon.
Je weet wat een mandala kan betekenen voor het ontspannen.	<input type="checkbox"/> Dit weet ik nog niet. <input type="checkbox"/> Dit wist ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit wist ik al voordat ik aan de lesbrief begon.
Activiteit De hand- en onderarmmassage	
Je weet wat masseren is en welke massagetechnieken er zijn.	<input type="checkbox"/> Dit weet ik nog niet. <input type="checkbox"/> Dit wist ik nog niet toen ik aan de lesbrief begon, maar nu wel. <input type="checkbox"/> Dit wist ik al voordat ik aan de lesbrief begon.

Opmerkingen

