



Be active during school

Stand UP Lights makes it easy to create, share and play active games and quizzes in minutes.

[Sign up for free](#)



Aanleiding

Het gemiddelde dat basisschool leerlingen zitten in een week is ongeveer 27,5 uur. Dat is erg veel en dus is dit zorgwekkend. Tijdens schooluren moeten de kinderen zittend leren, veel stil zijn en zitten en er is weinig ruimte om even snel te bewegen. Sedentair gedrag wordt dus door de school veroorzaakt.

Samenvatting

Aan de hand van dit probleem zijn wij als projectgroep begonnen met brainstormen en het bedenken van oplossingen. Binnen het project hebben we vervolgens specifiek gekozen voor het aanpakken van het sedentair gedrag doormiddel van een “add-in” voor de lessen. Vervolgens kwamen we op het idee om lichten te gebruiken, los van ons idee zouden deze namelijk voor veel meer doeleinden kunnen worden gebruikt.

Het idee achter ons product is dat we de kinderen niet per se intensief hoeven te laten bewegen. Elk moment dat een leerling niet zit is al winst. Dus hebben we een spelvorm bedacht waarbij de leerlingen veel moeten staan om uit te voeren. Elke les heeft zijn eigen werkvorm met ons product. Om een voorbeeld te noemen pakken we Aardrijkskunde, specifiek topografie. In elke hoek van het lokaal staat of hangt een lamp, alle leerlingen gaat in het midden van het lokaal staan en krijgen vervolgens via het smartboard een vraag. Bij deze vraag horen 4 antwoorden met elk hun eigen kleur. Iedereen heeft 10 seconden om het juiste antwoord te geven door bij het goede licht te gaan staan. Vervolgens gaan alle lichten uit behalve die van het goede antwoord. Hierna gaan alle leerlingen weer in het midden en krijgen ze weer een nieuwe vraag. Deze vorm van leren zorgt ervoor dat alle leerlingen elk uur minimaal 10 minuten staan. Op een gemiddelde schooldag waarbij 5 uren zijn betekent dat 50 minuten staan en op een gehele week 4 uur en 10 minuten. Door een kleine werkvorm waarbij de leerlingen worden overhoord op een actieve manier is dus al veel winst te behalen.

Alle werkvormen worden in een databank opgeslagen zodat deze makkelijk toegankelijk zijn voor de gebruikers. Bij het product word een licentie verkocht waarmee je in deze databank kan werken. Het idee is om de databank in een “voor docenten, door docenten” format te doen waardoor de databank verder kan worden uitgebreid in de manier waarop de docenten deze ook gebruiken in de les. Verder zal het product bestaan uit 4 lampen (op palen of los in, of in een ledstrip-vorm) met een afstandsbediening voor de docent met daarbij de licentie.

Aanbeveling

In dit project hebben we te weinig tijd gehad om andere werkvormen uit te werken. Voor de toekomst zijn er wel meerdere stappen die interessant zijn.

- Kijken naar andere werkvormen, denk aan bijvoorbeeld specifieke taken bij een bepaalde kleur lamp.
- Gebruik van de lampen om een bepaalde sfeer in de klas te creëren waarbij de leerlingen beter concentreren.
- Het gebruik voor meerdere vakken
- Toepassingen binnen een lokaal. Bijvoorbeeld in welke vorm kunnen de lampen het beste aanwezig zijn.
- Werken met een beloning systeem waarmee bijvoorbeeld een gezonde snack kan worden “gekocht”.
- Beter in kaart brengen van gedragingen bij leerlingen die dit soort oefeningen doen, denk hierbij aan sociaal gewenst antwoorden of iets dergelijks.
- Het aanpassen van het lokaal (indeling, meubilair, plekken van de lampen en gebruik van de ruimte) zodat het product beter tot zijn recht komt.

Dit project is in een korte tijd vormgegeven, dit brengt het probleem met zich mee dat niet alles grondig is onderzocht. Hierin zou ook een kans liggen om meer onderzoek te doen naar de manier van het gebruik van de lampen en de toepassing die wij hierbij hebben bedacht.

Bijlage

1. Voorbeeld van een les met de stand up lights



Waar ligt Drenthe?



Waar ligt Drenthe?

