

In de dagelijkse praktijk sta je als docent voor veel keuzes en vragen. Een van de belangrijkste vragen is daarbij vooral: hoe zorg ik dat de leerlingen de stof beheersen? De afgelopen jaren zijn er talloze nieuwe strategieën en methoden bedacht om te zorgen dat leerlingen nieuwe materie in zich opnemen. Van [gamification](#) tot [flipping the classroom](#), het zijn allemaal technieken die helpen om het geleerde beter te laten beklijven. Sinds kort is er een nieuwe methode, die uitgaat van hoe herinneringen aangemaakt worden: spaced learning, oftewel gespreid leren.

Feiten of vaardigheden?

Bij het denken over manieren om leerlingen iets te leren is het belangrijk om te weten wat ze precies moeten leren. Gaat het namelijk over declaratieve kennis (feiten) of gaat het over procedurele kennis (handelingen, vaardigheden)? De grens is niet altijd duidelijk, maar als je echt iets letterlijk moet onthouden dan kun je er vanuit gaan dat het gaat om declaratieve kennis. Gespreid leren helpt vooral bij deze categorie.

Leren in de hersenen

Bij het leren van feiten weten we al langer dat stampen een goede manier is. Helaas is dit ook de manier die het minst aanspreekt: het is hard werken en eigenlijk best saai, vanwege de constante herhaling. Leerlingen doen dit vooral zelf, thuis, als manier om in korte tijd goed te leren voor een toets. Maar: vaak vergeten ze de stof direct na het maken van de toets, en dat is natuurlijk zonde!

Doordat we steeds meer weten over hoe de hersenen werken komen er ook methodes die hier beter op aansluiten. Want het leren van feiten is eigenlijk niet anders dan het creëren van een herinnering. Het artikel [‘Making Memories Stick’](#) was daarbij de inspiratiebron om een slimme manier te ontwikkelen die helpt bij het onthouden van nieuwe materie. Dit onthouden is niet gericht op de korte termijn, maar juist op het ontwikkelen van herinneringen voor de lange termijn.

De truc die toegepast wordt bij gespreid leren is eigenlijk doodeenvoudig: het geven van ruimte aan de hersenen om nieuwe informatie op te slaan. Uit onderzoek blijkt dat dit het beste gaat wanneer er iets compleet anders gedaan wordt. Spellendoen, fysiek iets aanpakken of ontspannen tekenen helpt daarbij om het brein tot rust te laten komen, nieuwe verbindingen te laten leggen en de stof beter te onthouden. De resultaten zijn daarbij enorm: het lijkt op de snelste manier om iets direct te onthouden.

Spaced learning in de praktijk

Maar hoe ziet spaced learning er in de praktijk uit? De basis is vrij eenvoudig: er zijn 3 blokken van uitleg, waarbij er twee pauzes zijn van 10 minuten. Daarbij is het meest praktische de volgende manier van werken:

Fase 1: Instructie van docent

In de eerste fase geeft de docent uitleg. Hierbij gaat het om een compact verhaal, met zoveel mogelijk informatie. Het is erg docent gestuurd, stevig qua inhoud en mag best snel gaan. Zorg

dat je echt alleen bezig bent met wat er geleerd moet worden, en niet te veel voorbeelden geeft. Langer dan 15 minuten kan deze fase niet duren: vanaf dat moment zakt de aandacht weg.

Pauze 1: 10 minuten

In de eerste pauze gaan leerlingen iets compleet anders doen. Je kunt daarbij denken aan origami, kwartetten, kleien of een vrije teken-opdracht. Het belangrijkste is dat het niets te maken heeft met het onderwerp en dat het aanspraak maakt op andere delen van de hersenen.

Fase 2: Instructie met leerlingen

In deze fase bespreekt de docent dezelfde inhoud als in de eerste fase. Hierbij is het belangrijk dat het op een andere manier gebeurt. Een goed idee is bijvoorbeeld het stellen van vragen aan leerlingen, het in laten vullen van gaten in de eerste presentatie of het laten uitleggen door leerlingen.

Pauze 2: 10 minuten

Ook in deze pauze is het belangrijk dat leerlingen op geen enkele manier bezig zijn met het onderwerp. Hierbij kun je de leerlingen verder laten gaan met wat ze in de eerste pauze hebben gedaan.

Fase 3: Leerling past toe

In de laatste fase gaan de leerlingen zelf aan de slag. Nu gaan leerlingen aan de slag met een opdracht om de inhoud uit de eerste fase toe te passen. Ook hier is het belangrijk dat alle informatie uit de eerste fase terugkomt.

Zoals je ziet uit bovenstaande stappen is het een intensieve manier van lesgeven, die zeker niet geschikt is om elke les toe te passen. Het effect is echter groot, waardoor er meer ruimte komt voor het toepassen van de nieuwe kennis. Op die manier is gespreid leren een goede aansluiting op [onderzoekend leren of project-gestuurd leren](#), omdat je zeker weet dat alle leerlingen de noodzakelijke kennis hebben opgedaan. Wat ons betreft dus een interessante methode die het uitproberen zeker waard is! Wil je meer weten? [Hier](#) kun je een uitgebreid document vinden van een school die er al langer mee werkt. Zelf ervaringen? Laat het ons hieronder weten!