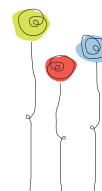
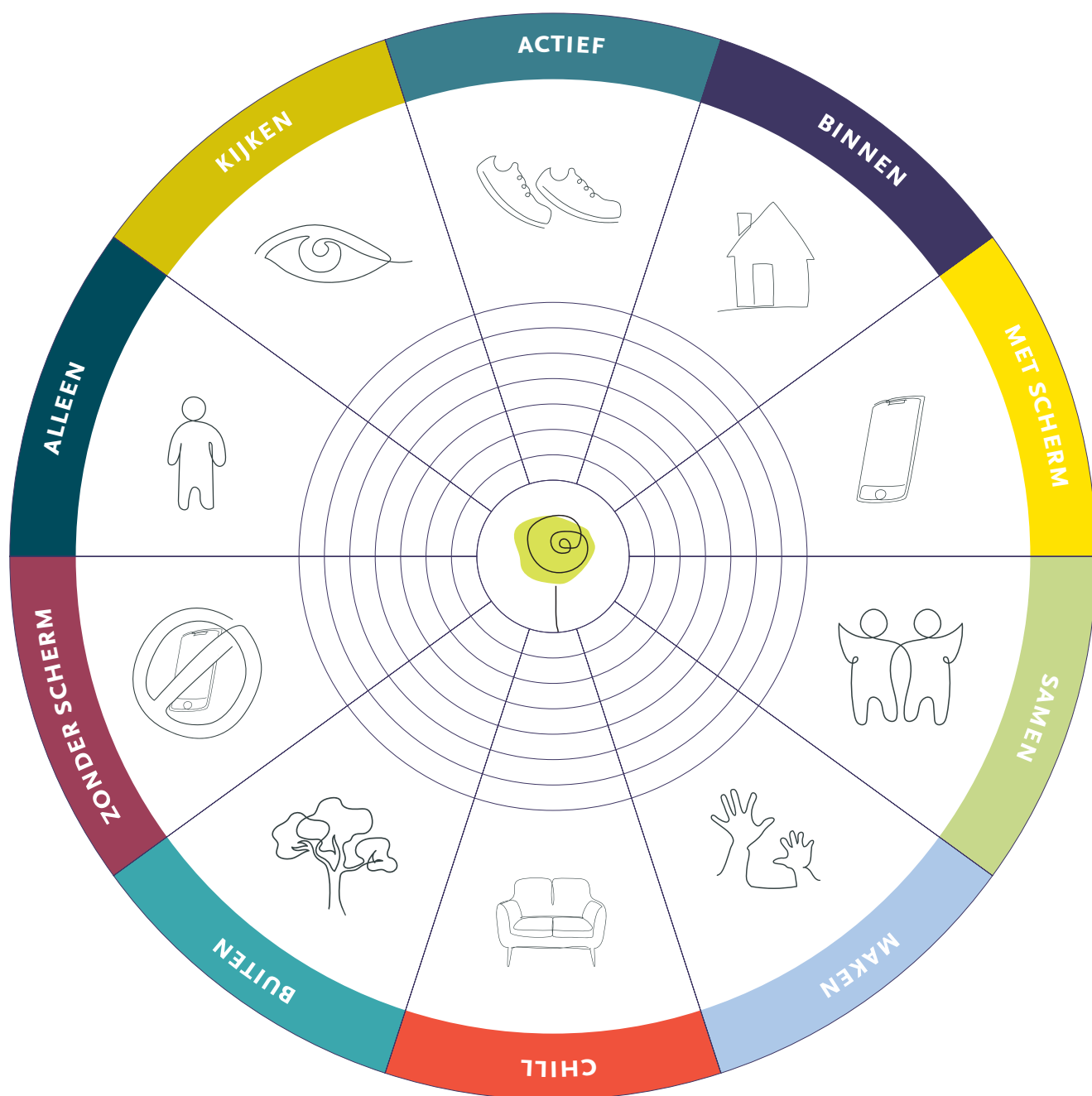




Balansbord



Uitleg Balansbord

Eigenlijk is het super simpel.

Wie iets wél heeft gedaan kleurt het vakje in en het vakje blijft wit wanneer er niks mee gedaan is.

Uitgangspunten

Uitgangspunten voor het balansbord vanuit onze pedagogische visie:

1. Mogelijkheden zien
2. Bewustwording
3. Zelf invloed hebben

Doel

Hoe creëer je bewustwording in mediagebruik? Door het balansbord samen in te vullen. Het geeft kinderen en pedagogisch medewerkers inzicht in hun tijdsbesteding over de dag en wat hierbij de balans is. Tijdens het invullen en evalueren van het balansbord kan je samen met de kinderen in gesprek gaan over mediagebruik. Door het kinderen zelf in te laten vullen, geef je kinderen inzicht in wat ze doen, zodat je het gesprek hierover (in de groep) kunt aangaan (reflecteren). Enne..., hoe zit het met je eigen balans? Print zeker voor jezelf ook een blad uit.

Balansbord - hoe werkt het?

Het invullen is makkelijk. De variatie in activiteiten wordt aangeduid met verschillende vlakken en kleuren, vergelijkbaar met de schijf van vijf.

De tegenover liggende vlakken tonen tegenovergestelde kenmerken. Handig om te weten:

'Actief versus Chill'

Denk wandelen, sporten, winkelen, oftewel alles waar je stappenteller op aanslaat. Bij 'chill' denk je waarschijnlijk aan bankhangen, maar hier hoort ook het 'stil' zitten op school of zittend werk bij.

'Alleen versus Samen'

Ben je veel in gezelschap, heb je speelafspraken, werk je samen op school/werk, doe je aan teamsport? Versus, ben je graag op jezelf, heb je bewust me-time ingepland of vind je het fijner om meer onder de mensen te komen?

'Kijken versus Maken'

Bij deze categorie hebben we het over consumeren of produceren. Consumeren heeft een wat passief karakter, waar produceren juist een beroep doet op actie en creativiteit.

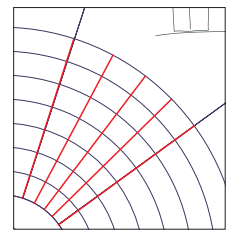
Hoe kun je dit balansbord gebruiken?

De keuze is aan jullie.

- Iedereen krijgt een eigen balansbord. Elke dag dat kinderen op de BSO zijn, vullen ze individueel in wat ze die dag gedaan hebben. Alleen tijdens de BSO of gedurende hun hele dag. Het balansbord bestaat uit 7 ringen, dus je kan ervoor kiezen om 7 dagen in te vullen, maar kan ook de periode kleiner maken.

- Vul het balansbord in op 1 dag met een groepje van 1 tot 7 kinderen. Iedereen heeft zijn/haar eigen schijf en misschien ook een eigen kleur.

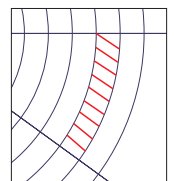
- Vul hem op groepsniveau in gedurende een week. Verdeel eventueel dan de partjes in kleinere vakjes en geef ieder kind één vaste kleur waarmee ze het balansbord invullen. Dat de samenstelling van de groep steeds anders is, is niet erg.



- Het balansbord kun je ook gebruiken op teamniveau om het activiteitenaanbod in kaart te brengen.

Scoren in gradaties:

Aangezien niet elke dag 'zwart-wit' is, kun je ook kiezen om 'een beetje' te scoren. Arceer dan een vakje met schuine streepjes of stipjes.



Gespreksvragen

- Waar ben je blij mee en waar zou je iets in willen veranderen?
- Wat is voor jou heel belangrijk? Wat zou je mee willen nemen naar volgende week? En wat niet?
- Welke activiteit gaf je energie?
- Aan wie zou jij een compliment willen geven?