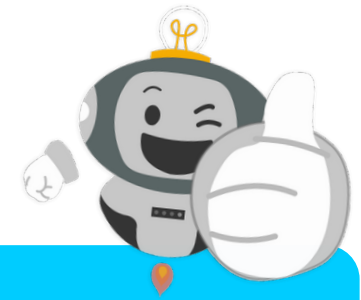


Executieve functies die nodig zijn bij schaken



Tijdens een schaakpartij

	Executieve functie(s)
Op je beurt wachten	→ Responsinhibitie
Niet zo maar een zet doen, maar eerst goed kijken en nadenken	→ Reactie-inhibitie + emotie-regulatie
Posities van schaakstukken onthouden en zetten in je hoofd 'uittesten'	→ Werkgeheugen
Plannetjes bedenken en vooruitdenken	→ Planning
Je strategie aanpassen als de tegenstander je dwarsboomt	→ Flexibiliteit + emotie-regulatie
Rustig blijven als je een stuk (of de partij) verliest	→ Emotie-regulatie
Een stuk opofferen om de partij te winnen	→ Prioritering + doelgericht gedrag
Wisselen van perspectief tussen jouw eigen schaakstukken en je verplaatsen in de tegenstander	→ Flexibiliteit
De hele partij geconcentreerd blijven (ook wanneer de tegenstander aan zet is)	→ Volgehouden aandacht
Rekening houden met de speeltijd (bij gebruik van een schaakklok)	→ Time-management
Analyseren tijdens en na de partij	→ Metacognitie
De partij uitspelen tot het einde	→ Doelgericht doorzettingsvermogen