

## SENSORVEILEDNING

IDRSA1003: Barne- og ungdomsidrett, V18

### Oppgavetekst

Ved bedømmelse teller oppgave 1 omtrent 40 prosent og oppgave 2 omtrent 60 prosent. Begge oppgavene må være bestått.

### OPPGAVE 1

Besvar tre av de fire deloppgavene under.

- a) Hvilke fordeler og ulemper bør man ta hensyn til ang. styrketrening for prepubertale barn, og hvilke retningslinjer bør man følge for praktisk styrketrening for denne aldersgruppen?
- b) Gjør rede for de ulike stadiene i Kohlbergs moralutvikling.
- c) Gjør rede for hva som ligger i en *Multidimensjonal og hierarkisk oppbygd selvvurdering*
- d) Gjør rede for *den nærmeste utviklingssonen og veiledning og støtte* (scaffolding/stillas-bygging) innenfor sosiokulturell læringsteori.

### OPPGAVE 2

Gjør rede for Bronfenbrenners økologiske modell.

Diskuter hvilke konsekvenser økende barnefattigdom i Norge kan ha for deltakelse og frafall fra organisert idrett i lys av den teoretiske modellen.

#### Oppgave 1a

I oppgave 1a forventes det at styrketrening for barn presenteres i tråd med pensum. Dette inkluderer motorisk læring og skadeforebyggende effekter samt et kritisk blikk rundt mytene tilknyttet tema. Kandidaten skal videre redegjøre for praktiske retningslinjer som inkluderer: 1) rettesnor for å starte styrketrening er 7-8 årsalderen, 2) 1-3 styrketreninger pr uke, 20-40 minutter lange, 3) grundig oppvarming, 4) 8-12 øvelser for ulike muskelgrupper, 5) 1-2 serier med moderat belastning og 12-15 rep for armer og 15-20 rep for beina, 6) fokus på korrekt teknisk utførelse av øvelsene, 7) hensiktsmessig for barn å starte ute belastning til man har lært inn korrekt teknikk, 8) rettet mot store muskelgrupper, 9) dynamiske øvelser.

En god oppgave kjennetegnes ved at kandidaten redegjør rede for ulemper og flere ulike fordeler med styrketrening. Kandidaten bør og komme med flere konkrete punkter for praktisk gjennomføring. En meget god oppgave stiller krav til presise retningslinjer. En særdeles god besvarelse kjennetegnes av en stor grad av selvstendighet.

#### Oppgave 1b

I oppgave 1b forventes det at kandidaten presenterer Kohlbers tre hovedstadier for moralutvikling med tilhørende underpunkter: prekonvensjonell (straff og lydighet, instrumentell realisme), konvensjonell (gjensidige forventninger, plikt, lov og orden) og postkonvensjonell (sosial kontrakt, universelle prinsipper).

En god oppgave kjennetegnes ved at kandidaten viser innsikt i modellen og dens utvikling fra en egosentrisk til en mer reflektert forståelse. En svært god besvarelse krever en gjengivelse av stadiene samt en forståelse av deres innhold. Gjerne ved konkrete eksempler. En særdeles god besvarelse kjennetegnes av en stor grad av selvstendighet.

### Oppgave 1c

I oppgave 1c forventes det at kandidaten viser innsikt i en multidimensjonal selvvurdering og således at individer vurderer seg på ulike områder og av ulik grad. Her skiller man gjerne mellom generell selvvurdering (selvverd) og selvvurdering på en rekke områder; akademisk, sosial, emosjonell og fysisk selvvurdering. Disse områdene er relativt uavhengig av hverandre, eks kan man godt ha lav akademisk selvvurdering og høy fysisk selvvurdering.

Videre forventes det en forståelse av en hierarkisk tilnærming. Dette innebærer at nevnte områder deles inn i subområder som videre kan deles inn i en spesifikk selvvurdering i konkrete kontekster som fotball om håndball. Videre kan en spesifikk selvvurdering knyttes til bestemte situasjoner innen konteksten (se figur s.94 i Skaalvik & Skaalvik, 2013).

En god besvarelse kjennetegnes ved en forståelse av selvvurderingens multidimensjonale og hierarkiske oppbygning, dvs. vise at individer vurderer seg selv i ulike kontekster og situasjoner. En svært god besvarelse viser til hvordan dette påvirker individer gjennom konkrete eksempler. En særdeles god besvarelse kjennetegnes av en stor grad av selvstendighet.

### Oppgave 1d

I oppgave 1d forventes det at kandidaten viser en forståelse av den nærmeste utviklingssonen, og skillet mellom hva utøveren kan gjøre uten hjelp (oppnådd kompetanse), det utøveren kan gjøre med adekvat støtte og veiledning (den nærmeste utviklingssone) og hva utøveren ennå ikke har forutsetninger for å klare (fremtidig kompetanse). Videre forventes det innsikt i hvordan en i idretten kan tilrettelegge for utøveres nærmeste utviklingssone gjennom veiledning og støtte. I pensum omtalt som å bygge et stilas rundt utøveren. Dette er i litteraturen tilknyttet emnet presentert gjennom seks ulike former for assistanse; demonstrasjon, belønning, informativ tilbakemelding, instruksjon, spørsmål og kognitiv strukturering.

En god besvarelse kjennetegnes ved at kandidaten viser forståelse av oppnådd kompetanse, den nærmeste utviklingssonen og fremtidig kompetanse, samt innsikt i hvordan tilrettelegge for veiledning og støtte. En svært god besvarelse nevner i tillegg konkrete former for assistanse. En særdeles god oppgave kjennetegnes av en stor grad av selvstendighet.

### Oppgave 2

I oppgave 2. forventes det at kandidaten presenterer Bronfenbrenners økologiske modell med tilhørende kjennskap til de ulike nivåene (mikro, meso, ekso, makro og kronos) samt detaljkunnskap i form av sentrale begreper som sosial støtte, koblinger, overganger og økologiske feller. Samtidig er det en forventning om kjennskap til fenomenet

barnefattigdom, og en evne til å bruke modellen i forståelsen av barnefattigdoms betydning for deltakelse og frafall i organisert idrett.

Besvarelses som ikke viser kunnskap om modellen vil ikke få bestått. En god oppgave viser kunnskap om modellen og dens nivåer, samt noe innsikt i fenomenet. En svært god besvarelse viser detaljkunnskap om modellen, og viser både at prosessene beskrevet i modellen går begge veier og hvordan disse kan forklare deltakelse og frafall i organisert idrett. En særdeles god besvarelse kjennetegnes av en stor grad av selvstendighet.