



Høyskolen
Kristiania

Digital treningsveiledning og refleksjon - om videosnutter og videodagbok i høyere utdanning

Lars Erik Braaum, Sigmund Apold-Aasen
Gisle Espolin Sletmo

Høyskolen Kristiania

Effekt-mål

Arbeidslivsrelevans – innen **folkehelsearbeid**

- kunne ivareta **motiverende** lederskap og
- roller som **kommunikator**, trener og veileder
- samt kunne fremstå som en **rollemodell**

Kvalifikasjoner

- beherske relevante **øvelser**
- kunnskap om hver øvelse **vs. kroppen**
- ha **opplevd** å være i en trenings situasjon

Arbeidslivsrelevans

Øvelsesbank
med veiledning
og videodokumentasjon
basert på «Best Practice»



Beste praksis Krav og metode

Øvelsesbank 66 øvelser

Innsats?

Utlevert
dag en

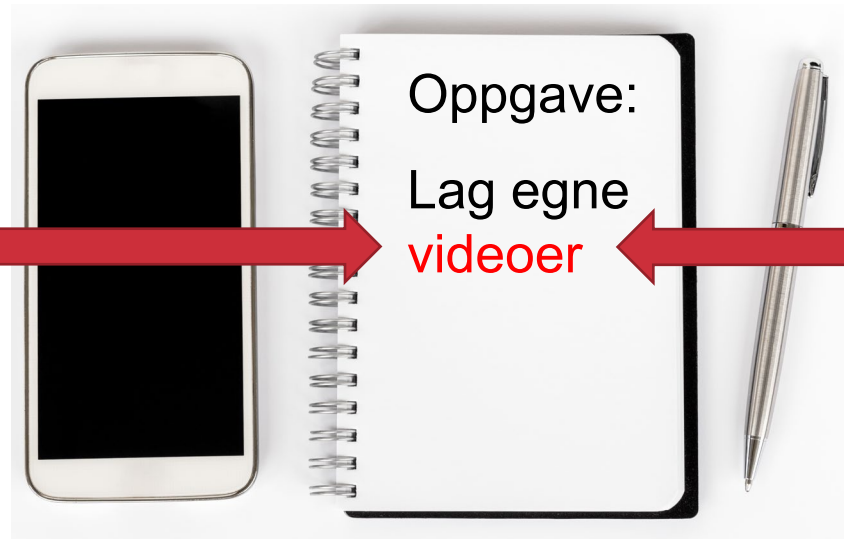
Læringsarbeid

Eksamens-
leveranse

Øvelsesbank
med videoer

Eksamens-
oppgave

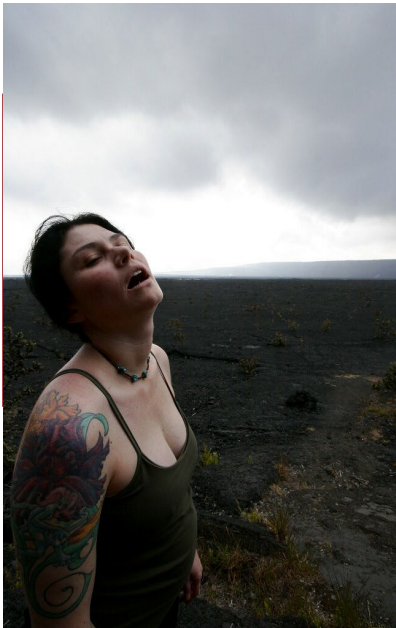
Sensor-
veiledning



10 videoer

Rollemodell?

Opplevelse ...



... av ikke å
komme i mål

Læringsarbeid

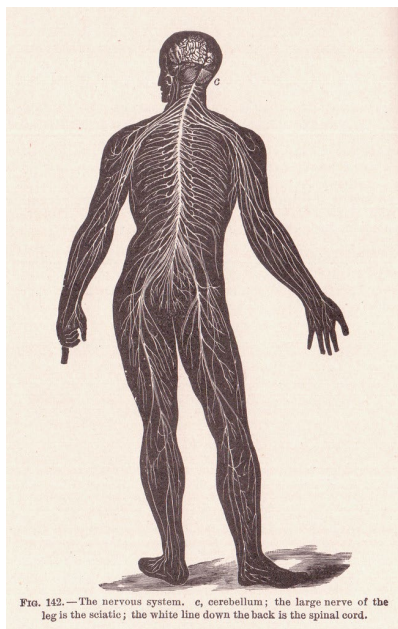


Eksamens- leveranse

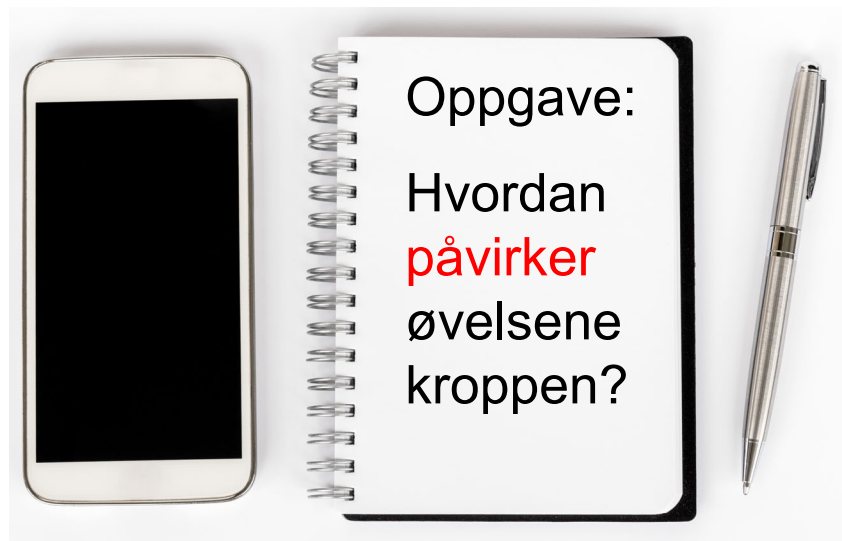
10 videoer
Trenings-
dagbok med
video-
refleksjon

Kunnskap?

Kunnskap



Læringsarbeid



Eksamens- leveranse

10 videoer
Trenings-
dagbok med
video-
refleksjon

Oppsummerte
adapsjoner

Ivareta læring

Før undervisning

Øvelsesbank
med videoer

Flipped:

Tren hjemme
og lag videoer

Læringsarbeid

På campus:

Veiledning,
feedback og
fasilitering av
læring

Medstudent-
vurdering

Forbedring

Eksamens- leveranse

10 videoer
Trenings-
dagbok med
video-
refleksjon
Oppsummerte
adapsjoner

Eksamen vs. læring

Utlevert
dag en

Læringsarbeid

Eksamens-
leveranse

Øvelsesbank
med videoer

Eksamens-
oppgave

Sensor-
veiledning

Transparens

Stor grad av
autensitet –
realistisk arbeid
og video sikrer
en **god**
reliabilitet

10 videoer

Trenings-
dagbok med
video-
refleksjon

Oppsummerte
adapsjoner

Oppnådde kvalifikasjoner?

Ja, med forbehold:

- **Læringsdesign** fordel for de som er motivert til å lære og som legger ned innsatsen
- De fleste så **nytteverdien** og jobbet hardt for å nå målene sine

Suksessfaktorer?

- Vær godt **forberedt**
- Gi **digital** opplæring
- Fortløpende **evaluering**
- Søk **transparens** mellom eksamen, kriterier og læring
- Tenk **baklengs** – start med sluttkompetansen

Digital treningsveiledning og refleksjon - om
videosnutter og videodagbok i høyere
utdanning

Spørsmål?

Til slutt



*I never lose.
I either win or learn*

NELSON MANDELA

Takk for oss!