

**Källor:**

Jaakkola, Liukkonen, Sääkslähti 2017. Liikuntapedagogiikka. PS-kustannus

Jaakkola, T. 2015. Lasten ja Nuorten hyvä harjoittelu: valmennuksen pedagogiikka ja didaktiikka. Sivut 130-133.

Mosston & Ashworth 2008. Teaching physical education- first online edition.

Schöllhorn, Hegen, Davids. 2012. The Nonlinear nature of learning- A differential learning approach

UNDERVISNINGS- OCH INLÄRNINGSPROCESSEN SAMT OLIKA LEDARSTILAR

Det centrala vid inläring av olika färdigheter är att kunna tillägna sig de uppställda målen gällande inläringen. Eftersom de som skall lära sig har varierande förmåga att lära sig, motivation och inlärningsstilar är det nödvändigt för tränaren att behärska olika inlärningsmetoder samt ha en förmåga att kombinera dessa för att kunna svara mot möjligast många spelares olika behov. Mångsidiga inlärningsmetoder beaktar olika inlärningsätt (visuella, kinestetiska, auditiva) och garanterar att inläringen innehåller samtliga dessa faktorer. Människor lär sig i allmänhet bäst när ny kunskap bygger på tidigare inlärd kunskap, erfarenhet eller färdigheter.

Inläring är dynamisk och bygger på en ömsesidig interaktion mellan tränare och spelare: tränaren är inte den enda person som delger kunskap. Även tränaren lär sig av processen kring inläring. Spelarna lär sig också olika saker av varandra i processen.

Undervisnings- och inlärningsprocessen beskrivs ofta som en tredelad process:

1. Målsättning för inläringen (exempelvis tema→ nyckelfaktorer, kvalitetsfaktorer osv.)
2. Förverkligande av inläringen
3. Inläringen utvärderas: tränaren jämför uppställda målsättningar med uppnådda resultat.

Vid användningen av olika arbetssätt och undervisningsmetoder är det viktigt att förstå att de inte är exkluderande eller arbetar mot varandra. De olika arbetssätten skall komplettera varandra, inte arbeta mot varandra. En skicklig tränare varierar smidigt mellan olika arbetssätt i sin främjar att skapa en effektiv inlärningsmiljö. Användandet av enbart en ledarstil_befrämjar sällan en helhetsmässig (fysisk, psykisk, teknisk-taktisk, social) spelarutveckling.



TRÄNARCENTRERADE LEDARSTILAR

Ledarstil nr 1: Auktoritär/befallande ledarstil

Vid en befallande ledarstil planerar och styr tränaren verksamheten: tränaren visar ett modellutförande, anger start och tid för utförandet samt leder progressionen i träningen. Tränarens utvärdering samt återkoppling är generell och omfattar samtliga spelare. Spelarna utför de uppgifter de är tillsagda enligt tränarens modell och anvisningar. En befallande stil lämpar sig vid situationer när:

- Man vill att uppgifterna skall göras samtidigt av alla. (synkronisering av verksamheten)
- Ifall man strävar efter en effektiv tidsanvändning.
- Man strävar efter många repetitioner av samma färdighet (given modell)
- Spelarantalet är stort samt utrymmet som står till förfogande är litet.
- Nyttan av en befallande ledarstil kan vara stor för barn/ungdom med inlärningssvårigheter.
- Ifall man vill skapa normer samt disciplin.

Vid användandet av denna inlärningsstil bör man beakta följande:

- Tränaren styr och ställer → spelarens medverkan i beslutsfattandet är minimalt
- En upprepning av samma träning under en längre tid kan inverka menligt på motivationen.

Ledarstil nr 2: Uppgiftsbaserad ledarstil

En uppgiftsbaserad inläring baseras ofta på en planering där tränaren planerar ett antal olika stationer med olika uppgifter där spelarna tränar på olika färdigheter. I jämförelse med en befallande ledarstil ges utövarna mer individuell återkoppling gällande sina prestationer, eftersom tränaren inte är lika bunden av ett strikt tidsschema.

Fördelar med denna ledarstil är:

- Ledarstilen är mer individuellt inriktad, återkopplingen är individuell och här ges även större möjligheter till differentiering.
- Inlärningsstakten är inte på samma sätt tidsbunden.
- Spelarna deltar i beslutsprocessen vilket gör att inläringseffekten kan vara större.

SPELARCENTRERADE LEDARSTILAR 1

Ledarstil nr 6: Handledande ledarstil

Vid denna ledarstil ger tränaren spelarna en uppgift som de skall lösa. Tränaren ställer upp målsättningar för inläringen och ställer frågor som leder spelarna till att själva lösa de uppställda problemen. På basen av en utvärdering funderar tränaren ut fler handledande frågor för att hjälpa spelarna att lösa följande uppgifter. Frågorna har samtidigt en återkopplande funktion relaterat till de givna uppgifterna.

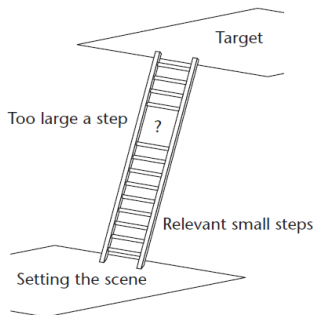
Spelarnas uppgift är att utföra de givna uppgifterna samt att pröva sig fram via olika lösningsmodeller.



Fördelar med denna ledarstil är:

- Ökar förståelsen för helheten, eftersom man framskrider stegvis mot en lösning.
- Förstärker spelarens upplevelser av lyckade utföranden.
- Hjälper spelaren att förstå generella principer.
- Inlärningsmetoden kräver inte tidigare kunskap eller erfarenheter vilket gör inläringen effektiv.

Utmaningen i denna ledarstil ligger på planeringen av den stegvisa inläringen. Hur mycket varje träning samt i vilken takt och ordning skall vi framskrida för att systematiskt nå de uppställda målen. Varje ny fas skall bygga på den föregående nyss genomgångna fasen.



Ge akt på följande punkter:

1. Ge aldrig ut svaret i förväg
2. Invänta alltid den tillfrågades svar
3. Ge rikligt med feed-back gällande lyckade prestationer
4. Skapa en trygg och bekräftande atmosfär

SPELARCENTRERADE LEDARSTILAR 2 & REFLEKTION KRING LEDARSTILAR

Ledarstil nr 8: Problemlösningsinriktad ledarstil

Tränaren definierar en uppgift som spelarna strävar till att lösa på ett flertal olika sätt, individuellt eller i grupp. Samtliga svar som baserar sig på angivna instruktioner är rätt. Spelarnas roll är att pröva på olika metoder för att komma till en lösning på problemet. Denna metod syftar till att stimulera kreativt och förutsättningslöst tänkande. Denna ledarstil utvecklar samarbetsförmågan, sammanhållningen och gruppdynamiken i laget.

Reflektion kring ledarstilar (icke linjär pedagogik)

En effektiv inläring av enkla färdigheter sker bäst ifall de utförs som helheter och i den omgivning de skall utföras i. Tränas färdigheten i sin riktiga miljö utvecklas förutom de rätta fysiska egenskaperna även perception och beslutsfattande. En ledarcentrerad ledarstil utvecklar inte för inläringen viktiga och nödvändiga beslutsprocesser. Modern forskning visar att en handledande ledarstil ger ypperliga förutsättningar för en effektiv inläring.



Den icke linjära pedagogiken uppvisar liknade resultat som den handledande ledarstilen. Benämningen icke linjär pedagogik kommer från ett antagande där inläringen inte i allmänhet sker linjärt. Variabler som kan inverka på inläringen är 1) spelaren 2) omgivningen och 3) själva uppgiften. Resultaten av inläringen av en uppgift sker i en samverkan mellan dessa tre variabler.

Enligt den icke linjära pedagogiken:

- Skall träningssituationen alltid likna tävlingssituationen för att du i en tävlingssituation skall kunna göra en bra prestation.
- I matchrelaterade övningar är graden av överförbarhet till en matchsituation mycket stor.

