

SENSORVEILEDNING

Sensorveiledning utarbeides av den/de som lager oppgavesettet til den aktuelle eksamen og utarbeides samtidig med eksamensoppgaven.

Sensorveiledningene skal være tilgjengelige for studentene etter at karakterer er fastsatt, jf. UH-loven § 5-3 (3) - <https://lovdata.no/lov/2005-04-01-15/§5-3>.

Generell info

Emneinformasjon

Emnekode	TI204
Emnenavn	Fotballpsykologi
Studieår semester	2026 vår
Studiepoeng	10
Emneansvarlig	Geir Jordet
Eksamenstype	1t skriftlig skoleeksamen

Malen tilpasses eksamenstype/vurderingsform.

Dokumenter som skal være tilgjengelig for sensor i sensorveiledningen
Emneplan:

<https://www.nih.no/studier/emner/2025/var/ti204.html#toc5>

Informasjon gitt i forelesning:

Generelt

- Eksamen tester dere i anvendelser av psykologi inn mot prestasjonsutvikling i fotball, og søker primært å avdekke dyp innsikt og helhetlig oversikt over forelesninger og pensum, og sekundært evnen til å integrere og diskutere inn mot praksis.
- Svar presist på spørsmålet (men, omskriv – ikke avskriv/kopier).
- Vis til teori og empiriske studier (med fotballspillere), og bruk referanser integrert i teksten: til pensum (*Furley et al., 2020*), sekundærreferanser hvis dere viser til kilde funnet i pensum (*Kleef, 2009 funnet i Furley et al., 2020*) og fulle referanser hvis dere viser til kilde funnet utenfor pensum (*Roberts, G. (1992). Motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics*).
- Angi hvorvidt fotball er deres hovedidrett eller ikke.

Dere får 5 spørsmål og skal svare på 4 av dem; for eksempel:

1. Hvordan kommer selvtillit til uttrykk i fotball?
2. Gjør rede for og diskuter ulike aspekter ved kognitiv prestasjon i fotball.
3. Hva kjennetegner effektive straffesparktakere i fotball?
4. Diskuter ulike måter motgang forekommer for fotballspillere.
5. Beskriv og diskuter effektive måter å trene orienteringsevne (søk) og persepsjon i forsvar.

Læringsutbytte

Studenten skal etter gjennomført emne kunne

- forstå sentrale empiriske funn fra psykologiske studier med spillere, lag og trenere i fotball.
- gjøre rede for fremragende praksis fra ledende internasjonale og nasjonale miljøer på psykologi anvendt i fotball.
- analysere en fotballkamp fra et psykologisk perspektiv, og effektivt kommunisere slike analyser gjennom bilder/video.
- anvende kunnskap om psykologi i praksis med spillere, lag og trenere i fotball.

Undervisning

TI204 – Fotballpsykologi Oppdatert 11.02.2026					
Dag	Dato	Foreleser	Tema	Innlevering	Pensum
1. Torsdag	15.01	GJ	Introduksjon		Jordet (2016); Jordet & Toering (2021)
2. Torsdag	22.01	GJ	Anvendt fotballpsykologi: Karriere		Jordet & Pepping; Jordet, 2019; Gilbourne
3. Torsdag	29.01	GJ	Persepsjon		Jordet et al. 2020; Williams et al. 2021
4. Torsdag	05.02	GJ	Kognitiv prestasjon		Beavan et al. 2019; Beavan et al. 2020
5. Torsdag	12.02	GJ	Selvtillit	1	Thomas et al. 2019; Furley, 2021
6. Torsdag	19.02	GJ	Press		Redwood-Brown et al. 2018; Harris et al. 2021
7. Torsdag	26.02	GJ	Straffespark		Furley et al. 2020; Jordet & Hartman
8. Torsdag	05.03	SG	Motivasjon		Hornig et al. Toering & Jordet, 2015
9. Torsdag	12.03	GJ/AM	Case		Slater et al.
10. Torsdag	19.03	GJ	Kommunikasjon	2	Pollard & Gomez, 2014; Tranaeus et al. 2018
11. Torsdag	26.03	GJ	Kultur og motgang		Daley et al. Jordet & Giske, 2021
12. Torsdag	16.04	GJ	Læring og utvikling	3	Gledhill et al.; Mills et al.
13. Torsdag	23.04	GJ	Oppsummering		
14. Torsdag	30.04	GJ	Studentpresentasjoner av mapper		
15. Tirsdag	07.05	GJ	Studentpresentasjoner av mapper		
16. Mandag	12.05	-	EKSAMEN		

Eksamenstekst

TI204 Individuell eksamen Våren 2026

Angi hvorvidt din hovedidrett er fotball eller ikke.

Svar på kun 4 av disse 5 spørsmålene:

1. Forskning på straffespark i fotball skiller gjerne mellom to vesensforskjellige måter å utføre et spark; beskriv de to? Hva er fordeler og ulemper med hver av de to, og er hvilken av dem er mest effektiv for å øke sjansen for scoring?

2. Hvordan kommer selvtillit til uttrykk på banen for en fotballspiller i kamp? Vis til forskning i ditt svar.
3. Hva er kognitiv prestasjon i fotball? Vis til sentrale begreper, empiri og praktiske anvendelser.
4. Hvilke kontekstuelle og individuelle faktorer påvirker hvorvidt og hvor mye en fotballspiller orienterer seg (skanner) i en fotballkamp?
5. Hva kan en trener gjøre for å påvirke og forbedre et fotballags prestasjonskultur?

Lykke til!
Geir

Fasit/Løsningsforslag/ Vurderingskriterier

1. En god besvarelse må beskrive keeperavhengige og keeperuavhengige spark i detalj og med referanser fra forelesning (eller fra tilsvarende eksempler/studier), der det første står for spark der straffeskytter observerer keepers bevegelser før beslutningen tas om hvor sparket skal settes, og det andre står for spark der beslutningen er tatt i forkant. Fordeler med keeperavhengige spark er at de er relativt sikre når skytters ferdigheter er høye og keeper ikke gjør gode og veltimedte fintebevegelser, mens ulemper primært er høy kognitiv og motorisk kompleksitet samt keepers mulighet til å mislede skytter. Fordelene med keeperuavhengige spark er primært at de er enklere å utføre også for skyttere med lavere ekspertise, mens ulemper primært er at hvis keeper går korrekt så synker sannsynligheten betydelig for scoring. Det vil også telle positivt hvis en besvarelse viser nyanse i forståelsen av hvordan fordeler og ulemper også henger sammen med forutsigbarhet og keepers kartlegging av skuddpreferanser. Våre egne studier tyder på at keeperavhengige spark, på det øverste nivå i dag, er noe mer effektivt enn keeperuavhengige spark, men dette varierer sannsynligvis stort mellom nivå og individer. En mellomgod besvarelse berører noen av disse faktorene, mens en bestått besvarelse korrekt identifiserer de to typene, og kun har med et begrenset antall av disse faktorene.
2. En god besvarelse definerer selvtillit, gjerne i tråd med eksisterende teorier (slik som Bandura), og viser til empiriske studier som berører selvtillit (eller self-efficacy). Bør også vise til studier knyttet til selvtillitsuttrykk i kamp som blant annet studier av Furley har dokumentert, samt reflektere en del av de diskusjonene vi har hatt på forelesning knyttet til selvtillit og kroppsspråk (f eks det å be om ballen i ulike situasjoner). Kandidaten bør også hente relevant informasjon fra andre deler i pensum der denne typen informasjon framstilles mer sekundært (f eks Mills et al og Gledhill et al). Det er også gunstig om disse teoretiske og empiriske kildene suppleres med enkelte praktiske eksempler. En god besvarelse evner også å vise kontekstuell forståelse og nyanse gjennom presise observasjoner og refleksjoner om hvordan denne typen innsikt får reell innflytelse på banen i trening eller kamp.
3. Studentene må vise til de sammenhenger som dekkes opp i forelesning under temaet «kognitiv prestasjon», bør korrekt gjengi store deler av Jordets modell som er tatt opp på forelesning, og det som tas opp i de to artiklene av Beavan. En A-besvarelse vil dekke opp alle komponenter av eksekutive funksjoner (oppdatering, inhibisjon, fleksibilitet) samt

proaksjon/prospektiv kontroll (og gjerne også noe om signal detection, multiple object tracking og mønstergjenkjenning), referere majoriteten av studier som er gjennomgått på forelesning, samt vise nyanse og bredde i diskusjonen av sammenhengen med prestasjon – eks varierende evidens, men noen praktiske indikasjoner på at det er sammenhenger. En C-besvarelse vil ha med noe av det foregående, f eks alle de nevnte prosessene, men mangelfullt på studier. En bestått besvarelse vil gjøre noe rede for innholdet i eksekutive funksjoner og referere noen av de nevnte studier.

4. Kandidaten bør vise til det som er gått gjennom på forelesning av studier direkte knyttet til scanning og fotball, og eksplisitt berøre det som har å gjøre med press, posisjonell rolle, kamptidspunkt og scanning. En A-besvarelse viser til de sammenhenger som dekkes opp i forelesning slik som studier av Caso, Feist og McGuckian, og har oversikt over pensum, spesielt studiet til Jordet et al. 2020.
5. Her bør kandidaten vise til pensumlitteratur og forelesning, samt lage et praktisk fornuftig oppsett for hvordan dette kan brukes med et lag. En A-besvarelse vil hente eksplisitt fra Slater, Daley og Jordet & Giske, samt vise til innsikter fra Coyle presentert på forelesning og modeller/studier fra hhv Cruickshank og Solomon Asch. En C-besvarelse har i seg en del av dette, så det tydelig framgår at studenten i noe grad har gjort seg kjent med forelesning eller pensum. Mens en bestått besvarelse berører noen få av disse punktene.

Veiledende mal for innhold

- **Overordnede kriterier for vurdering:** Læringsutbyttebeskrivelser og/eller vurderingskriterier satt for den enkelte eksamen (f.eks. praktisk eksamen/muntlig eksamen, bachelor-/masteroppgaver og andre større oppgaver).
- [Generelle karakterbeskrivelser for UH-sektoren](#) (UHR 6. august 2004, rev. 2011), eller beskrivelse av krav til **bestått/ikke bestått karakter** (avhengig av karakteruttrykk for den enkelte eksamen)
- **Relevant pensum for oppgavesettet.** Ved konkrete spørsmål oppgis pensumreferanse til det enkelte spørsmål
- **Forventninger til besvarelse.** Ved eksamener med flere konkrete spørsmål beskrives forventninger til hva som gir full uttelling på det enkelte spørsmål, evt. hva som forventes for bestått besvarelse. Spørsmålsstillingen vil avgjøre hvor konkret sensorveiledningen kan utformes. Hvis det brukes poenggiving som hjelpemiddel i vurderingen, beskrives i grove trekk hvordan poengene fordeles.
- **Bruk av faglig skjønn – helhetlig vurdering** bør presiseres, opp mot generelle karakteruttrykk og/eller vurderingskriterier for den aktuelle eksamenen
- **Andre forhold av betydning for vurdering.** (F.eks. hvis oppgaver skal vektas ulikt, hvis noe av pensum er mindre vektlagt enn andre deler, evt. plagiatkontroll m.m.)