



# Mastergradsoppgave

Innhold og forskjeller i tilbakemeldinger  
blant trenere i juniorfotball

Content and differences in feedback  
among youth soccer coaches

En sammenligningsstudie av hvordan trenere i eliteseriekubb og  
breddeklubb påvirker til individuell ferdighetsutvikling

A comparison study in an elite club and an width club, on how  
coaches affect players' individual ability development

Aleksander Ulvik

MKØ 210

Mastergradsoppgave i Kroppsøving og  
Idrettsvitenskap

Avdeling for lærerutdanning  
Høgskolen i Nord-Trøndelag - 2015



**HINT**

## Sammendrag

Betydningen av individuell utvikling i fotball har fått mer og mer fokus, og stadig unge spillere hentes til toppklubber for å formes til gode fotballspillere. Gjennom ulike utviklingsmodeller prøver toppklubbene å ha en bred stall med junior og U15/16 spillere som kan plukkes opp til en eventuell A-stall om de blir gode nok. Men veien opp til toppnivået i Norge er lang, og spillerne er gjennom store prøvelser på veien opp. Det som kan være avgjørende for enkelte spillere er hvilken type tilbakemelding de får gjennom utviklingsprosessen som fotballspiller. Betydningen av tilbakemeldinger til ungdommer i utviklingsfasen vil derfor være vesentlig med tanke på spillernes ønske om å utvikle seg til gode fotballspillere. Målet med studien var å se på hvordan trenere påvirket spillere til individuell teknisk ferdighetsutvikling på ulike nivåer. Trenere på juniorlag fra en eliteserierklubb og en breddeklubb ble observert, og gjennom åtte treninger ble det til sammen 537 observasjoner. Studien skulle kartlegge hvordan trenere på ulike lag legger opp til individuell ferdighetsutvikling med tanke på tekniske ferdigheter.

Studien fant ut at eliteserierklubben i større grad (70,1%) baserer sin utvikling på individuelle tilbakemeldinger enn breddeklubben (20,3%). I tillegg viser analysen at andel positive tilbakemeldinger blir i større grad gitt i eliteserierklubben (30,7%) i forhold til breddeklubben (4,0%). Begge lagene hadde samme praksis vedrørende å gi tilbakemeldinger før, under og etter øvelser. Breddeklubben hadde 86,2%, mens eliteserierklubben hadde 89,7%.

I den kvalitative analysen viser det seg at tilbakemeldinger i eliteserierklubben i større grad relevante, faglig sterke, konkrete, og gjentakende. Breddeklubben viser at de i stor grad gir tilbakemeldinger under øvelser, men at de er mer styrt av en negativ eller instruksjonsbasert måte å gi tilbakemelding på. Selv om begge lag i stor grad har samme øvelser, blir det store forskjeller på måten å gi tilbakemeldinger på i henhold til spillerens utviklingsfase.

Nøkkelord: Individuell, utvikling, tilbakemeldinger, treneradferd, ferdigheter

## **Abstract**

The importance of individual development in football has gained more and more attention, and more young players are recruited to top clubs to be formed into good footballers. Through various development models the top clubs trying to have a wide stall with junior and U15 / 16 players that they can select to the A-squad if they are good enough. However, the way up to the top level in Norway is long, and the players are through great trials on the way up. It may be crucial for some players is the type of feedback they receive through development as a footballer. The importance of feedback to young people in the development will be substantial considering the players' desire to develop into good footballers. The aim of the study was to look at how coaches affected players to individual technical ability development at various levels. Coaches of juniors from a top league club and a width club were observed through eight trainings, altogether it was 537 observations. The study should identify how coaches on different levels adds up to individual ability development in terms of technical skills.

The study found that the top league team largely (70.1%) base their development on individual feedback than width team (20.3%). In addition, the analysis shows that positive feedback is largely in the top league club (30.7%) compared to the width team (4.0%). Both teams had the same practice for providing feedback before, during and after exercises. Width club had 86.2%, while the top league club had 89.7%.

The qualitative analysis shows that feedback in the top league club is increasingly relevant, academically strong, concrete, and repetitive. Width club shows that they largely give feedback during the exercises, but they used negative or instruction based way to provide feedback. Although both teams have largely the same exercises, but it is a major differences in the way to provide feedback according to the player's development.

**Key words:** Individual, Development, Feedback, Coach Behavior, Abilities

## **INNHOLD**

<b>1. Bakgrunn for valg av oppgave.....</b>	<b>1</b>
<b>2. Tidligere forskning.....</b>	<b>3</b>
- 2.1 Tilbakemeldinger på treningsfeltet.....	3
- 2.2 Utviklingsmiljøer.....	3
- 2.3 Treneradferd.....	5
- 2.4 Treners påvirkningskraft i henhold til spillernes utvikling.....	5
- 2.5 Problemstilling.....	7
<b>3. Metode.....</b>	<b>8</b>
- 3.1 Design.....	8
- 3.2 Forsøkspersoner.....	8
- 3.3 Bearbeiding av data og analyse.....	9
<b>4. Resultat.....</b>	<b>11</b>
- 4.1 Kvantitative data.....	11
- 4.2 Kvalitative data.....	14
<b>5. Diskusjon.....</b>	<b>17</b>
<b>6. Konklusjon.....</b>	<b>23</b>
<b>7. Etterord.....</b>	<b>23</b>
<b>8. Litteratur.....</b>	<b>24</b>
<b>9. Oversikt over tabeller.....</b>	<b>27</b>
<b>10.Oversikt over figurer.....</b>	<b>27</b>
<b>11.Vedlegg.....</b>	<b>28</b>

# 1. BAKGRUNN FOR VALG AV OPPGAVE

I dagens fotballsamfunn har det blitt ett jage etter yngre og lovende spillere som skal vise gode individuelle ferdigheter i tidlig alder (Williams & Reilly, 2000; Ford, et al., 2012; Bailey & Collins, 2013). Spillere i ung alder som viser gode ferdigheter blir ofte omtalt som talenter. Overgangen mellom barn- og ungdomsfotballen er hard, og spillerne er igjennom store prøvelser både fysisk og psykisk/mentalt. Ut fra mine tidligere erfaringer på temaet, ser jeg at ulike fotballmiljøer prøver å utvikle spillere gjennom god ferdighetsutvikling fra tidlig alder slik at man bygger kunnskap og erfaring opp mot seniornivå. Men er det slik at spillere i ung alder og juniornivå, får de tilbakemeldingene de trenger for å utvikle de ferdighetene som kreves av fotballen? Tidligere forskning og studier på talent og ferdighetsutvikling viser at dette gjøres ved å ha langsiktige planer og metoder for utvikling, ved å bidra med omfattende og konkrete tilbakemeldinger og støtte, og ved å ha stor vekt på tilpasset utvikling og ikke tidlig suksess (Martindale, Collins, & Daubney, 2005; Martindale, Collins, & Abraham, 2007). Det er viktig å ha et godt individualisert og pågående utviklingsopplegg, samt en integrert, helhetlig og systematisk plan for utviklingen (Martindale, Collins, & Daubney, 2005; Martindale, Collins, & Abraham, 2007). Forskningen av Martindale med flere (2005; 2007) mener forskerne at trenere og spillerutviklere ikke skal jage etter tidlig utvikling men la barn og unge vokse seg inn i idretten sin og satse på ferdighetsutvikling og spesifisitet.

Andre forskere er også opptatt av hvordan unge utvikles og blant annet Gilbert Gottlieb har utarbeidet en teori som sier noe om barn og ungdoms utvikling og trening. Predeterminert epigenese er utvikling og utvidelse av eksisterende strukturer, altså iboende ferdigheter (Gottlieb, 2000). Dette kan knyttes opp mot ferdigheter som blir arvet gjennom mor og far, og hva som er overført gjennom gener. Altså man har fått en «gave» gjennom gener som er nedarvet fra foreldre og disse spillerne blir ofte kalt «naturtalent». Probabilistisk epigenese er utvikling som forekommer mellom gener, nevralt aktivitet, adferd og påvirkning av miljøet (Gottlieb, 2000). Samspillet mellom gener, nevralt aktivitet, adferd og miljøpåvirkninger i utviklingen vil kunne ta ulike steg som en konsekvens av de miljømessige påvirkningene barn og ungdom blir utsatt for. Dette omhandler også treningsmengde, treningsmiljø og treningskvalitet. Det som påvirker barn og ungdommer under trening og oppvekst vil senere påvirke ulike perspektiver i spillerens utvikling. Med tanke på ferdighetsutvikling er det viktig at trenere gir spillerne tilbakemeldinger slik at de kan forbedre ferdigheten på gjentagende forsøk. De bestemte tilbakemeldinger bidrar til å fremme effektiv læring, sikrer

korrekt utvikling av ferdigheter og påvirker spillernes motivasjon til å fortsette med treningen (Williams & Hodges, 2005). Dyktige trenere som er i idrettsmiljøer (individuell eller lag) refererer til de kvaliteter av beslutningsprosessen, evne til å overføre kunnskap i prosessen med læring og trening, i intervensjoner for å gi tilbakemelding til enkeltpersoner og / eller grupper, i å håndtere forberedelsesprosessen, og for å nå fastsatte mål (Trninić, Papić, & Trninić, 2009). Spillere på juniornivå vet som regel selv hva deres svakheter på banen er, og derfor er det spesielt viktig at trener og spiller har en god dialog seg imellom som skaper utvikling. Trenere på ulike nivåer bruker ofte tid sammen med spillere både på og utenfor banen (Cushion, Ford, & Williams, 2012). Det kan være vanskelig for en trener å få med seg alle på samme tilbakemeldingen når man tenker på tekniske ferdigheter.

Tidligere forskning viser også at innholdet i tilbakemeldingene vil være vesentlig med tanke på videre motivasjon for utvikling (Ford, Yates, & Williams, 2010; Cushion, Ford, & Williams, 2012). Personlige erfaringer viser at det finnes alt for mange trenere som står på sidelinjen og roper «bra», «godt jobbet» eller «dette er for dårlig». Slike tilbakemeldinger kan fort bli for generelle og utviklingen kan bli dårligere fordi kunnskapen og erfaringen til treneren er for liten. Det er ofte slik i barnefotballen, men det finnes også klubber på mindre steder som ikke har ressurser nok til å skaffe en utdannet og erfaren fotballtrener. Man har tidligere sett på hvilken type tilbakemelding trenere bruker på feltet og kommet frem til at de aller fleste er styrt av det tradisjonelle (Cushion, Ford, & Williams, 2012). Cushion med flere (2012) mener at det tradisjonelle er at alt for mange trenere i dag står på sidelinja uten å være spesielt delaktig. De gir instruksjoner til spillerne, lar de gjennomføre for så å gi veiledning. Personlig tror jeg at denne praksisen er større i breddeklubber, der det ikke er spesielt krav til hverken kunnskap, erfaring eller kompetanse

## **2. TIDLIGERE FORSKNING**

### **2.1 Tilbakemeldinger på treningsfeltet**

I fotball har trenere og spillerutviklere bestandig vært viktig med tanke på spillernes utvikling og mål med karrieren. To prinsipielle bestrebelser for trenere som utvikler talenter i lagidretter er å maksimere praksis og læring av grunnleggende ferdigheter i spillet, og kunne gi nøyaktige og løpende vurderinger av prestasjon og potensialet til hver spiller (Holt, Kinchin, & Clarke, 2012). Flere og flere forskere og studier har vært spesielt opptatt av hva som foregår på treningsfeltet med tanke på tilbakemeldinger. En betydelig mengde forskning har fokusert spesielt på treners adferd under trening og i mindre grad kamp/konkurranse (Gilbert & Trudel, 2004). Tidligere forskning på treneres adferd gjennom observasjon viser at bruken av instruksjon på tekniske øvelser, spillerfrekvenser og taktiske treninger er det mest brukte virkemidlet for å påvirke utvikling (Wandzilak & Ansorge, 1988; Cushion & Jones, 2001; Potrac, Jones, & Cushion, 2007; Ford, Yates, & Williams, 2010; Partington & Cushion, 2013). Potrac med flere (2007) studerte treneres måtevære og hvordan de ga tilbakemeldinger til sine spillere. De fant ut at spillere fikk instruksjon gjennom øvelsen og etter øvelsen. Dette ga grunnlag for at spillerene fikk instruksjon, gjennomførte øvelsen, og etter at øvelsen var ferdig fikk de tilbakemeldinger på hvordan de kunne forbedre seg videre (Potrac, Jones, & Cushion, 2007).

Senere forskning viser at pre-instruksjon og instruksjon gjennom øvelsen er i stor grad brukt blant de fleste trenere (Partington & Cushion, 2013). I forskningen av Partington og Cushion (2013) ble det presentert at trenere i mindre grad ga tilbakemeldinger eller veiledende instruksjon etter øvelsene på hvordan spillerene kunne forbedre seg, noe som kunne føre til at spillerene blir mindre reflektive over egen prestasjon. Stuart Jolly (2010) mener at komponenter av pre-instruksjon, samtidig instruksjon, post-instruksjon og modellering i en enkelt kategori av instruksjon blir for smalsidet. Jolly mente at studien burde blitt sett som en bred tilnærming til å kvantifisere treneratferd i praksis og konkurranse, snarere enn å være et mål på kvalitetene til undervisnings atferd (dvs. den pedagogiske atferd og praksisen som kan fremme opptrening, oppbevaring, og prestasjon av ferdigheter i bestemte sammenhenger).

### **2.2 Utviklingsmiljøer**

Det er mange variabler som påvirker ungdom og barn under en lang utviklingsprosess, men det er måten prosessen blir gjennomført og på hvilket grunnlag de ulike valgene blir tatt. Ifølge studier av Kristoffer Henriksen (2011) er det slik at forskningen som blir gjort på

talentutvikling og identifisering ofte faller under tre paradigmer. Det biologiske, som ofte er oppdagelsen av talentet med fokus på de medfødte potensiale. Henriksen peker på det psykologiske paradigme som er treningen spillere har, og hva som er hensiktsmessig i forhold til best mulig utvikling. Det psykologiske paradigme, kritiserer også det biologiske paradigme og betrakter at talenter har tillærte ferdigheter og kompetanser. Henriksens siste paradigme er det økologiske, som betrakter utviklingen av eliteutøvere som en funksjon av hele miljøet, og ikke bare det medfødte eller den riktige treningen (Henriksen, 2011).

Når barn og unge deltar i idrett og spesielt i fotball, ser man at spillerne øker sine antall treningstimer fordi idretten krever mer (Helsen, Hodges, Van Winckel, & Strakes, 2000). Dette vil igjen føre til at trenere får et større ansvar med tanke på at spillerne selv vil ha større og bedre utvikling. Derfor er det viktig at tilbakemeldingene de får på treningsfeltet er konkrete og nyttige med tanke på det potensiale som spillerne selv ønsker å utvikle. Studier på dette feltet er alt for dårlige til å presentere hvilken type tilbakemelding spillerne får. Det blir alt for generelt med tanke på individuell oppfølging vedrørende ferdighetsutvikling. I andre studier har man undersøkt effekten av eksplisitt verbal instruksjon og tilbakemeldinger i henhold til ferdighetsbygging og utvikling (Gabbett & Masters, 2011). De fant ut at ferdigheter som blir lært gjennom eksplisitt instruksjon og tilbakemeldinger har større sjanse for å brytes ned under stress (kampsituasjon), sammenlignet med bruken av teknikker som fremmer implisitt læring (anskaffe læring og ferdigheter uten bevisste regler og kunnskap) (Gabbett & Masters, 2011).

Det stilles krav til alle spillere på fotballbanen og i boken ferdighetsutvikling i fotball av Bergo med flere (2011) kommer det fram at; *«Fotballspillet stiller bestemte krav til enkeltspilleren. Hvorvidt en fotballspiller mestrer den aktuelle situasjonen, avhenger blant annet av individets evne til å velge og gjennomføre en hensiktsmessig løsning. En spiller som har god individuell fotballferdighet, vil dessuten velge og utføre handlinger stabilt over tid og under ulike ytre forhold»* Men for å lykkes i utviklingen må miljøet, treneren og spilleren selv ta tak og prestere det som kreves. Slik som Martindale et al (2005) skrev i sin rapport om å ha langsiktig plan og metoder for utvikling, bidra med omfattende og konkrete tilbakemeldinger og støtte. Ha stor vekt på tilpasset utvikling og ikke tidlig suksess. Ha et godt individualisert og pågående utviklingsopplegg, samt en intrigert, helhetlig og systematisk plan for utviklingen.



### **2.3 Treneradferd**

Kunnskap fra forskning som er samlet på instruksjon og tilbakemeldinger som ikke er fotballspesifikk versus kunnskap om trenere som har jobbet med observasjon på høyere nivåer av instruksjon og tilbakemeldinger, mener at trenere krever en rekke «verktøy» (refleksjon, selvregulering, justert epistemologisk tro). De mener at det er nødvendig med disse verktøyene for å håndtere de ulike situasjonene som trenere er igjennom (Cushion, Ford, & Williams, 2012). Med andre ord, forskere må koble treners kunnskap, planlegging og filosofier til deres adferd og praksis, i henhold til hvordan spillere skal ta til seg læring og utvikling (Hiebert, Gallimore, & Stigler, 2002). I tillegg til at trenere bør utdannes for at de igjen skal utdanne fotballspillere, er det positivt om administratorer i klubber observerer trenere slik at de også får tilbakemelding på arbeidet de gjør (Wandzilak & Ansorge, 1988). I tillegg kan den eksisterende forskningen på treners atferd bygges ut med mer nyanserte undersøkelser av samspillet mellom en treners kognisjonsprosesser og atferd før (planlegging), under (atferd / passivitet), og etter økter (refleksjon) i et forsøk på å forstå beslutningene trenere gjør og de kognitive prosesser som blir tatt (Cushion, Ford, & Williams, 2012). Tradisjonelt sett i ulike praksiser kan det være utfordring når trenere kobler spillernes forståelse med begreper og ferdigheter som er relevante for målene med økten og utviklingen (Hall & Smith, 2006; Harvey, Cushion, & Massa-Gonzalez, 2011). Derfor er det viktig at treneren reflektere over målene med økten for å avgjøre om de virkemidlene og tilbakemeldingene som blir gitt gjennom treningen er relevant for oppgaver spesielt eller gjennom utviklingsprosessen generelt. I tillegg viser forskning at treners utdanning og faglig utvikling kan utnyttes gjennom veiledning og kritiske refleksjoner ved å gjennomføre læring i praksis med tanke på erfaringer på treningsfeltet (Cushion, Armour, & Jones, 2003).

### **2.4 Treners påvirkningskraft i henhold til spillernes utvikling**

I fotball viser tidligere forskning at treners oppgave på treningsfeltet er å forbedre og maksimere prestasjonene til sine utøvere (Gilbert K. , 2011). For spillere under utvikling handler det mer om læring og tilrettelegging (Ommundsen, 2009; Hansen & Henriksen, 2009). Forskning viser til at et talent påvirkes nemlig av flere faktorer gjennom sin utvikling og treners påvirkning viser seg å være en sterk faktor som har en medvirkning til spillernes utvikling og prestasjoner både på elite og breddenivå (Martindale, Collins, & Daubney, 2005). Gjennom observasjon har forskere sett på om trenere er stille, bruker spørsmål eller instruksjon som virkemiddel. Med tanke på spillerutvikling kan dette være en grei måte å kartlegge bruken av instruksjon på trening, men gir ikke direkte svar på om spillerne utvikles

med tanke senere karriere. I studien av Mong (2009) fant man ut at spillerutviklerne anser de taktiske kriteriene som de viktigste for å kunne lykkes i fotball. Evnen til å motta essensiell informasjon fra konteksten, og deretter bearbeide informasjonen og respondere med de mest hensiktsmessige valgene virker å være av avgjørende betydning blant spillerutviklerne med tanke på identifiseringen av talenter (Mong, 2009). Forskning tyder også på at barn og ungdoms utviklingsfase kan påvirkes gjennom stimuli fra trenere og de kognitive prosessene er viktig for spillernes grunnleggende prestasjoner og utvikling (Piaget, 1952; Connolly, 1970; Haywood & Getchell, 2008). Det er positivt at trenere vet hva de gjør og påvirker spillere gjennom instruksjon, fordi det tilsier noe om hvilken spillemåte eller taktikk de har. Trenere bør tenke på hvordan man kan påvirke spillere til og utvikles med tanke på alder og potensiale, og derfor er innholdet i tilbakemeldingene viktigere i forhold til hvilken måte de får tilbakemeldingen på. Derfor er det viktig at man i senere forskning kanskje prøver å finne ut innholdet i tilbakemeldingene og hva trenerne sier i stedet for hva de gjør. Mine litteraturundersøkelser og litteraturgjennomgang tyder på at studier og forskning på området blir alt for generell med tanke på individuell oppfølging på ferdighetsutvikling. Forskning viser at trenere ofte bruker instruksjon som virkemiddel, uten at det sies noe om innholdet. For at spillere skal ha en god utvikling til å bli gode fotballspillere med høyt topp-nivå må man kunne se på hvilken type tilbakemelding man får på feltet.

## 2.5 Problemstilling:

Det finnes ikke mye tidligere forskning som omhandler innholdet i tilbakemeldinger og om tilbakemeldingene er individuelle. Det ble derfor viktig og se den store sammenhengen i stedet for å plukke ut en variabel å se på. Tilbakemeldinger på treningsfeltet vil derfor være vesentlig med tanke på ferdighetsutvikling, men også i hvor stor grad forekommer tilbakemeldingene individuelt. Siden fotball omhandler både den individuelle spilleren og laget som helhet er det vanskelig å komme med en konklusjon på ferdighetsutvikling i lag, før man har sett på utviklingen som forekommer individuelt. Gjennom observasjon skal jeg derfor undersøke trenere på treningsfeltet for å finne ut innholdet i tilbakemeldingene og om hvordan trenere bruker tilbakemeldinger for å kunne lede spillerne til å utvikle seg teknisk.

*Er det forskjeller i juniortreneres tilbakemeldinger vedrørende spillernes tekniske ferdigheter i en eliteklubb og en breddeklubb i forhold til følgende parameter: Antall tilbakemeldinger, graden av individualitet i tilbakemeldingene, tidsbruken på de individuelle tilbakemeldingene, i hvilken grad tilbakemeldingene er positivt, nøytralt eller negativt ladet og når i økten tilbakemeldingene gis? I tillegg vil det være viktig å se nærmere på kvaliteten på det som blir sagt i de to klubbene, dersom det er forskjeller.*

## **3. METODE**

### **3.1 Design**

Med bakgrunn i problemstillingen skal studien sammenligne to ulike lag i forhold til hvordan spillerne på juniornivå får tilbakemeldinger med tanke på individuell ferdighetsutvikling. Studien skulle se på om det fantes forskjeller på hvordan trenere jobbet på treningsfeltet med tanke på individuelle tilbakemeldinger som gikk på teknisk ferdighetsutvikling. Derfor ble en eliteserielubb og en breddeklubb kontaktet angående deltagelse i studien. Sammen med trenerne på begge lag ble det planlagt tre teknisk/taktiske trening og en restitusjons trening som ble observert og filmet med videokamera (Canon Legria HF R36). På de ulike treningene ble det gjort feltnotater av tema og hovedfokus, samt tatt videoopptak med lyd. Det ble sammen med trenerne avtalt fire treninger med samme tema for å unngå eventuelle forskjeller i temaet og at målingene/datainnsamlingen ble gjentatt flere ganger i løpet av de åtte øktene. Temaet på restitusjons øktene var det samme som teknisk/taktiske treningene var det samme, bare at alt av øvelser og spill ble gjennomført roligere og med mer pause. Trenere fikk ikke direkte beskjed om hva observasjonen gikk ut på, slik at de ikke kunne endre sine prestasjoner og adferd på feltet. Forskeren var deltakende observatør, for å studere fenomenet i sine naturlige omgivelser på grunn av at denne metoden ga nærhet og innsideperspektiv i datainnsamlingen (Ringdal, 2013). Før gjennomføringen av studien ble det kjørt pilotstudie for å unngå feil med videokamera og opptaksutstyr, samt sjekke om observasjonsskjemaet ga svar på problemstilling og for å sikre validiteten gjennom å minke eller unngå mulige feilmålinger. Gjennom videokamera og opptak ble det lettere å sikre validiteten slik at man kunne gå tilbake flere ganger og plukke opp hva trenere sa til sine spillere.

### **3.2 Forsøkspersoner**

Trenere på to ulike juniorlag ble observert og filmet i oppkjøringsperioden til sesongen. Begge lag ble observert fire ganger hver. Det ene juniorlaget var fra en eliteklubb i Tippeligaen mens det andre var fra en breddeklubb i 3. divisjon. Eliteserielubben hadde til sammen 24 spillere i alderen 15-19år, mens breddeklubben hadde 20 spillere i alderen 15-19år. Begge trenere i breddeklubben hadde minimum NFF C-lisens, mens de fire trenerne i eliteserielubben hadde minimum UEFA B-lisens. Både spillere og trenere måtte skrive under på ett samtykkeskjema som ga forsker muligheten til å filme treningene. De som eventuelt ikke ville stille som forsøkspersoner fikk tilbud om ett parallelt tilbud. Alle spillerne og trenerne skrev under på samtykkeerklæringen (Se vedlegg 2). Studien ble godkjent av

Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS, og ble gjennomført i tråd med deres retningslinjer.

### **3.3 Bearbeiding av data og analyse**

#### **Kvantitativ data**

For å kunne belyse spørsmålene i problemstillingen ble observasjonsskjemaet inndelt i ulike kategorier som forsker skulle avkryse i analysearbeidet og plote i SPSS. Alle punktene i observasjonsskjemaet hadde fått tallkode for å gjøre analysearbeidet enklere men også lage skiller mellom kategoriene og lagene. Ved at alle treningene ble filmet og tatt lydopptak av, ble det lettere for forskeren å oppfatte trenerens poeng og jobb med temaet på trening. I observasjonsskjemaet (Se vedlegg 1) hadde forskeren kategorien «Hvem til» som skulle beskrive om det ble gitt tilbakemelding til hele laget, en gruppe eller individuelt. Dette ga svar på hvor ofte spillerne fikk individuelle tilbakemeldinger på treningsfeltet. Kategorien «Type» skulle kartlegge hvilken måte trenere ga tilbakemeldinger på og disse ble oppdelt i negativ, nøytral og positiv. Med nøytral menes korte beskjeder som gikk på det generelle med ulike øvelser, forklaringer og tilbakemeldinger. Positiv var skryt og ros for prestasjoner. Mens negativ kunne omhandle både negative tilbakemeldinger, men også aggressive tilbakemeldinger som f.eks. «skjerp dere», «Nå er dere på trening og da bør dere konsentrere dere». Den siste kategorien i observasjonsskjemaet gikk ut på når spillere fikk tilbakemeldinger i forhold til øvelser. Dette var før, under og etter øvelse.

I analysen ble det kjørt en krysstabell med to verdier for klubb (elite, bredde) og tre verdier for tilbakemelding (positiv, nøytral, negativ). For å analysere og belyse graden av hvem som får tilbakemelding (individuell, gruppe eller lag), type tilbakemelding (Positiv, nøytral eller negativ) og når det ble gitt tilbakemeldinger (Før, under eller etter), ble det kjørt krystabeller med Pearson Chi-Square. Det ble i tillegg kjørt krystabeller med dummy-variabler, slik at variabelen som skulle analyseres fikk verdien 1 hvis egenskapen var tilstede (f. eks nøytral), og verdien 0 hvis egenskapen ikke var til stede (positiv, negativ). Valget om å kjøre dummy-variabler var fordi analyseenheten inneholdt egenskapen man var interessert i (George & Mallery, 2008). Ved å ha dummyvariabel kunne jeg sammenligne klubbene opp mot hverandre på en og en variabel. For eksempel for belyse graden av individuelle, gruppe eller lagstilbakemeldinger, var det derfor nødvendig å ha en tredelt skala på dette. Independent T-Test ble brukt i analysen for å se på forskjeller mellom de to typer klubber med tanke på hvor

lang tid treneren bruker på de ulike tilbakemeldingene. Analyser ble gjennomført ved hjelp av IBM SPSS statistics 21. Det statistiske signifikans nivået ble satt til  $p < 0,05$ .

### **Kvalitative data**

For å kunne si noe om kvaliteten på hva trenerne sa på treningsfeltet ble det i QSR NVivo 10 kategorisert i ulike tema for å se hva som kjennetegnet de ulike tilbakemeldingene. Alt av videomateriale med lyd ble lagt inn i programmet og gjennomgått. Etter at alle sitater og feltnotater var lagt inn ble de delt opp i kategorier. Dette for å kunne plukke ut forskjeller ved å se på for eksempel individuelle tilbakemeldinger som var positive fra breddeklubben og sammenligne opp mot det samme fra eliteserieklubben. For å kunne kommentere og analysere kvaliteten av det trenerne sa på trening, vil forskeren bruke meningsfortetting, som vil være et viktig analytisk redskap innenfor den fenomenologiske tradisjon (Kvale, 1997). Dette vil kunne gi forsker erkjennelsesformer om hvor intensjonen er å kunne gi beskrivelser av betydninger og meningssammenhenger. Grunnen er for å kunne utvikle disse beskrivelsene slik at de blir tilstrekkelig mettede, nyansert og lojale ovenfor sammenhengens kompleksitet (Polkinghore, 1983). En fare ved den fortolkende tilnærmingen er at forsker eksproprierer det som blir sagt på treningsfeltet og plasserer dem innenfor sitt eget forståelsesramme for å uttrykke en mer grunnleggende realitet (Kvale, 1997). I mitt tilfellet vil dette kunne være med å beskrive kvaliteten på trenernes utsagn og kommentarer på treningsfeltet.

Ut fra de ulike kategoriene kunne forsker se og sammenligne sitat ut fra hva de sa, hva kjennetegner de ulike tilbakemeldingene, hva er typisk for eliteserieklubben og hva er typisk for breddeklubben. Videre i observasjonsskjemaet hadde forsker også en åpen post der det ble skrevet ned det som ble sagt av trenerne på treningsfeltet. Gjennom videoopptak med lyd kunne forsker gå tilbake i filmene å se igjennom for å være 100% sikker på hva trenerne sa til sine spillere. Utfordringen her var stort sett vær og vind i forhold til lyd. En annen ting som også ble utfordrende var da trenerne tok til seg spillere en og en under øktene. Da hadde de en rolig samtale der lyd ikke ble tilgjengelig for forsker. Feltnotater ble også skrevet ned, der forsker hadde sitater, observasjoner og oversikt over tema og hovedfokus for treningen. Da alle observasjoner var gjennomført ble alt av testmaterieell kodet inn i NVivo. I likhet med observasjonsskjemaet og de kvantitative dataene ble disse kodet til underkategorier som; Individuell, gruppe og lag, positiv, nøytral og negativ, Før, under og etter øvelse og til slutt hva trenerne sa til spillerne sine.

## 4. RESULTAT

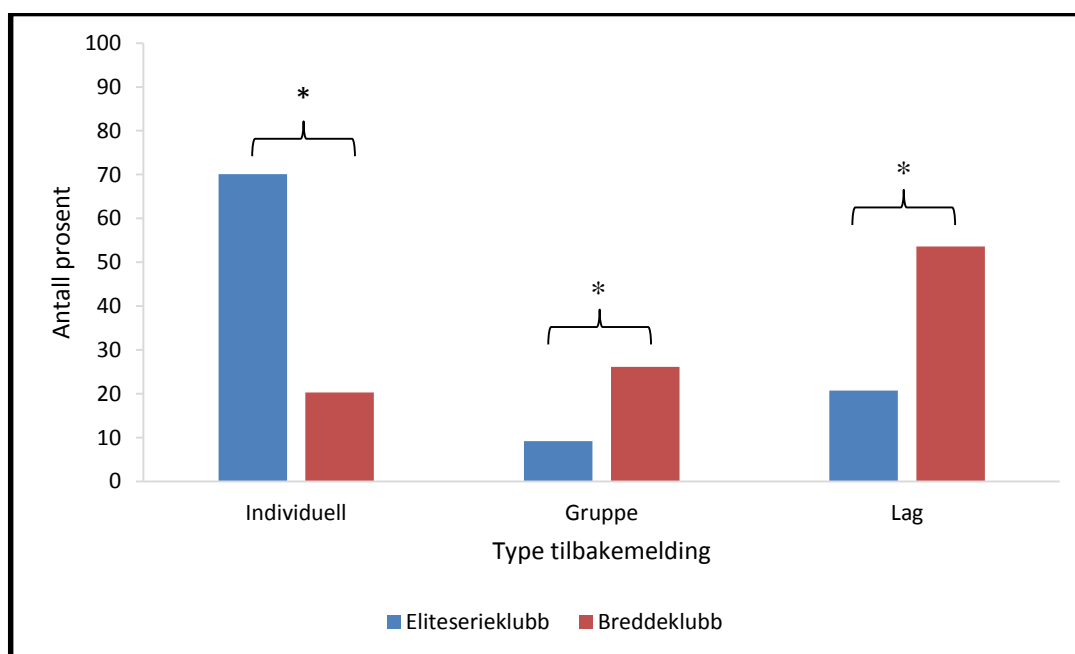
### 4.1 Kvantitative data

Analysen viste at det ble gitt 537 tilbakemeldinger på de åtte ulike treningene. Det var ingen signifikant forskjell i antallet tilbakemeldinger mellom de to klubbene; 261 tilbakemeldinger ble gitt under trening i eliteseriekлубben og 276 tilbakemeldinger (tabell 1) ble gitt under trening i breddeklubben ( $X^2_1=2,0$ ,  $p=0,157$ ).

Tabell 1: Viser oversikten over fordeling av antall tilbakemeldinger gitt på trening

Lag	Antall observasjoner
Eliteseriekлубb	261
Breddeklub	276
Totalt	537

Figur 1 viser type tilbakemeldinger som blir gitt i klubbene, fordelt mellom individuell, gruppe og lagstilbakemeldinger. Det var en signifikant sammenheng mellom type klubb og type tilbakemelding som ble gitt til spillerne ( $X^2_2=134,9$ ,  $p<0,001$ )

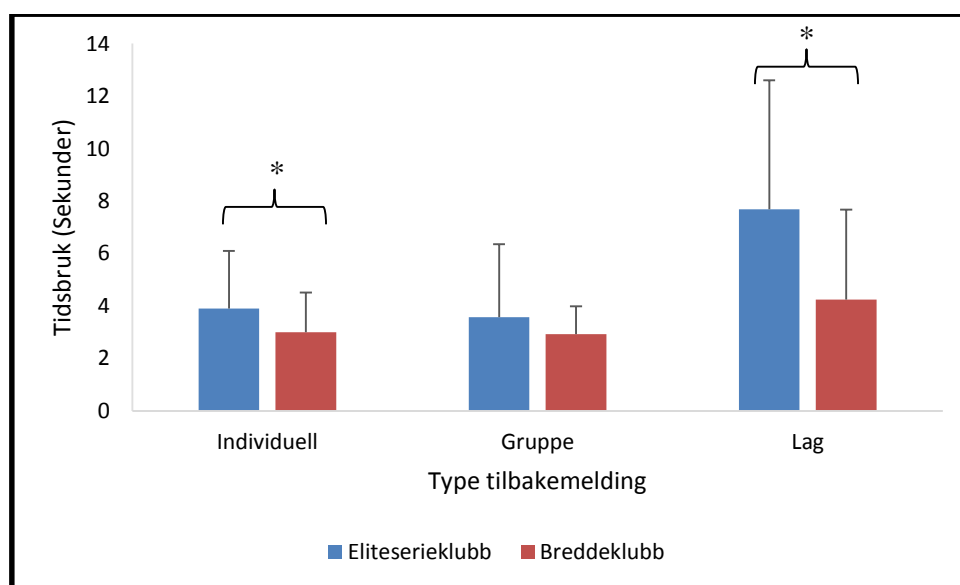


Figur 1: Viser hvilken type tilbakemelding juniorfotballspillere får under trening.

\* = Viser signifikant forskjell mellom bredde og eliteseriekлубb

For å se hvilke tilbakemeldinger som skilte seg ut, ble det kjørt oppfølgingstester med dummy-variabler. Analysen viser at av alle tilbakemeldingene, var 183 (70,1%) individuelle tilbakemeldinger i eliteserieklubben, mens 56 (20,3%) var individuelle tilbakemeldinger i breddeklubben ( $X^2_1=134,8$ ,  $p<0,001$ ). Resultatet viser at breddeklubben bruker gruppe ( $X^2_1=26,0$ ,  $p<0,001$ ) og lagstilbakemeldinger ( $X^2_1=62,0$ ,  $p<0,001$ ) i større grad enn eliteserieklubben.

Figur 2 viser tidsbruk som hvert av lagene bruker på individuelle tilbakemeldinger, tilbakemeldinger i gruppe og tilbakemeldinger til hele laget. Eliteserieklubben brukte signifikant lengre tid på individuelle tilbakemeldinger ( $t_{237}=2,924$ ,  $p<0,004$ ), og tilbakemeldinger til hele laget ( $t_{200}=5,568$ ,  $p<0,001$ ).

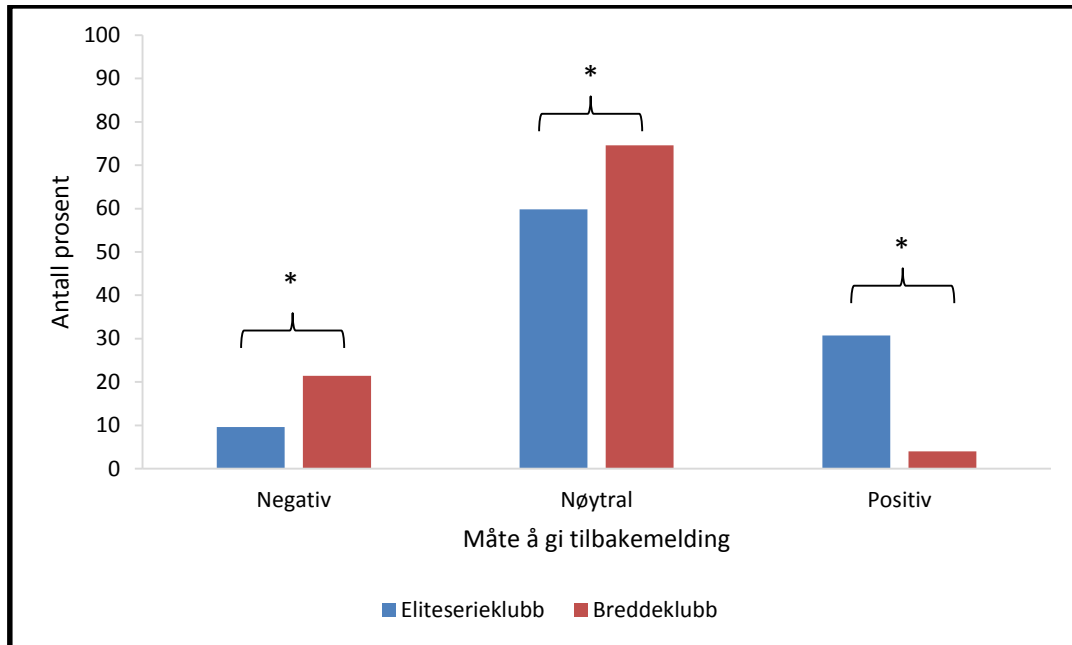


Figur 2: Viser tidsbruk (antall sekunder) brukt på individuelle, gruppe og lagstilbakemeldinger. \* = Viser signifikant forskjell mellom bredde og eliteseriekubb

I tillegg viser analysen at eliteserieklubben ( $4,66 \pm 3,37$ ) brukte noe lengre tid på hver enkelt tilbakemelding enn breddeklubben ( $3,65 \pm 2,72$ ) ( $t_{535}= 3,840$   $p<0,001$ ).



Figur 3 viser måten å gi tilbakemeldinger som ble gitt i klubbene, fordelt mellom negativ, nøytralt og positive tilbakemeldinger. Det var en signifikant sammenheng mellom type klubb og måten å gi tilbakemeldinger på til spillerne sine ( $X^2_2=72,6$ ,  $p<0.001$ ).



Figur 3: Viser forskjellen på hvilken måte tilbakemeldinger ble gitt på under trening.

\* = Viser signifikant forskjell mellom bredde og eliteserierklubb

Det ble også kjørt oppfølgingstester med dummy-variabler for å kunne se på hvilke tilbakemeldinger som skilte seg ut. Analysen viste seg at eliteserierklubben gav større grad positive tilbakemeldinger 30,7%, sammenlignet med breddeklubben 4,0% ( $X^2_1=67,7$ ,  $p<0,001$ ). Breddeklubben gav noen flere nøytrale tilbakemeldinger 74,6%, sammenlignet med eliteserierklubben 59,8% ( $X^2_1=13,4$ ,  $p<0,001$ ). Analysen viser også at andel negative tilbakemeldinger er større i breddeklubben 21,4% i forhold til eliteserierklubben 9,6% ( $X^2_1=14,1$ ,  $p<0,001$ ).

Analysen viste i tillegg at det ikke var signifikante forskjeller på når tilbakemeldingene blir gitt. Begge klubben gav i stor grad sin andel tilbakemeldinger under øvelsene, eliteserierklubben har 89,7% mens breddeklubben er noe lavere med 86,2% ( $X^2_2=5,1$ ,  $p>0,074$ ).

## 4.2 Kvalitative data

Analysen av de kvantitative dataene viste store forskjeller mellom elite og breddeklubb med tanke på hvordan tilbakemeldinger, treneradferd og treningspraksis ble gjennomført.

Observasjonene av hva trenerne sa viste at den største forskjellen på eliteserieklubben og breddeklubben er de individuelle tilbakemeldingene. For å kunne si noe mer om kvaliteten på tilbakemeldingene som ble gitt på treningsfeltet, ble det tatt videoopptak med lyd. Studien kunne gjennom videoopptak derfor kartlegge og analysere tilbakemeldingene. For å finne skiller og forskjeller mellom de to klubbene har jeg derfor valgt å lage 3 underkategorier og komme med eksempler som fremmer det analytiske poenget med studien.

### Kategori 1: Konkret/Generell

Figur 1 viste at eliteserieklubben i større grad er mer individuelle i sine tilbakemeldinger enn breddeklubben. Analysen av det trenerne sa på treningsfeltet tyder også på at det finnes forskjeller på breddeklubben og eliteserieklubben når det gjelder konkrete/generelle tilbakemeldinger. I tillegg viste tabell 2 av eliteserieklubben i større grad brukte lengre tid på sin tilbakemeldingene, noe som kan tyde på at de er mer konkrete og faglig sterke. For breddeklubben er det mange tilbakemeldinger som går igjen, de samme tingene gjentatt flere ganger, men de virker å være litt for generelle. Eksempler på dette er;

*«Skjær inn i banen, skjær inn».*

*«Hard pasning».*

*«Få ballen ned. Hard på bakken».*

For eliteserieklubben ser man at man i større grad stopper spillet og gir tilbakemeldinger på det som har skjedd i øvelsen. De bruker tid på å forklare, men samtidig får spillerne til å reflektere over det de har gjort. Eksempler på dette er;

*«Du må slå pasningen mye hardere. Dårlig tempo på grunn av for mye luft i pasningen. Rett på fot slik at de kan ta med på 1 touch».*

*«Tenk på hvordan du kommer på innløp når forsvarsrekka er strukket. Vent til backen er på halvdistanse slik at rommet er større».*

*«Hvis ballen blir slått over på seg og hele leddet er med på forflytningen. Hva gjør du da? Riktig! Gå frem i press og tving fram ett tilbakespill».*

### Kategori 2: Innbyr til refleksjon/Lite reflekterende

Analysen viste videre at ved å la spillerne gjennomgå tankeprosesser om spillet og handlinger de gjør på treningsfeltet, vil gi spillerne muligheten til å reflektere over egne handlinger og

læringsprosessen av refleksjonen vil kanskje gi forbedringer i prestasjonen. Ved å ikke innby til refleksjon over egne prestasjoner vil kanskje føre til at utviklingen av nødvendige ferdigheter vil gå saktere eller ikke forekomme i det hele tatt. Mye av det som forekommer gjennom refleksjon kan knyttes opp mot kognitive læringsprosesser, der spørsmålet er hvordan ytre stimuli omformes til informasjon og hvordan informasjonen blir organisert og lagret i hukommelsen. Dette gjennom form av refleksjon, tenking og problemløsning. Som nevnt i ett eksempel over så kan man se at eliteserieklubben i stor grad innbyr til refleksjon under treningene. Spillerne blir involvert mer i treningene gjennom kognitive prosesser. I eksemplene under ser vi at eliteserieklubben bruker god tid under trening når de jobber med ett tema;

*«Hva gjør du nå? Forsvarer går fremover. Du beveger deg fremover mot han og ser om han setter fart eller stopper opp. Om han stopper opp blir du tøffere i presset og hvis ikke faller du ned og følger løpet».*

*«Hvordan skal vi komprimere en slik situasjon? Om indreløper går frem i press her. Men du skulle ha vært tettere opp i indreløper for å komprimere presset. Hvis vi skal avgi rom i denne sonen så må det være på backen og ikke i din sone».*

*«Men hva nå om back slår på motsatt midtstopper? Jo, ligger du i posisjon så skal du opp i press for å stresse motstander. Men ligger du for langt unna skal du passe sonen for å unngå oppspill der».*

Eksemplene viser at eliteserieklubben stopper spillet oftere for å forklare hva man skal gjøre gjennom å oppfordre til selvstendighet og la spillerne tenke selv.

Breddeklubben oppfordrer også til at spillerne skal tenke selv, men også her noe generelt og lite reflekterende;

*«Tenk på pasningene»*

*«Tenk på det at når vi kommer tilbake til midten så må vi få en akselerasjon imot. Tydelig møte»*

Men breddeklubben har også noen ganger gode tilbakemeldinger som er med å påvirker spillernes tankeprosesser;

*«Tenk på kvaliteten på pasningene med tanke på farten vi har når vi kommer imot. Det er noen pasninger som er så harde at det blir vanskelig for ballfører å ta imot. Fjær av mer i*

*ankelleddet».*

### **Kategori 3: Oppfølgende/Lite oppfølgende**

Videre viste analysen også at å oppfølge eller gjenta en læringsprosess i en øvelse vil være gunstig for å poengtere hva som er viktig i ulike situasjoner av ett spill. Spillere som i stor grad får gjentatt hva som er viktig i ulike situasjoner vil kunne tillære seg ferdigheten eller teknikken for å kunne gjennomføre den enten raskere eller med mer kvalitet. Ved å gjenta tilbakemeldinger eller påvirke flere ganger, er med på å danne ett bredere bilde på hva som er ønsket i form av bevegelse, posisjonering eller pasningstype. Også måten en tilbakemelding blir gitt på i form av positiv eller negativ kan ha stor innvirkning på hvordan temaet/fokuset blir oppfattet på. Figur 3 viste at eliteserieklubben i større grad er mindre negativ og mer positiv enn breddeklubben.

Eksemplene nedenfor er fra eliteserieklubben under forsvarstrening der posisjonering var tema, og vi kan se at treneren hele tiden kommenterer og gjentar hele tiden i form av korte og konkrete tilbakemeldinger for å påvirke;

*«Der presser du over for mye slik at det blir rom for skudd»*

*«Når den ene må ut i press må du skyve etter før backen kommer inn i støtte»*

*«Tettere avstand når vi presser høyt»*

*«Veldig bra press! Men tenk på hvilken sone du klarer til»*

Her er også breddeklubben ganske dyktig med tanke på å gjenta for spillerne sine hva som er viktig, men i større grad er det instruksjon og kanskje på kanten til negativt;

*«Opp med blikket gutter! Se hvor motstander er hele tiden»*

*«Bra gutter, fortsett å spille. Kom igjen, hold det i gang»*

*«Hold kula i gang da. Skjerp dere!»*

*«Det er fortsatt overtall. Få med blikket nå. Kom igjen»*

## 5. DISKUSJON

Hensikten med denne studien var å se på innholdet og forskjellene i tilbakemeldinger når man sammenligner en breddeklubb mot en eliteserieklubb. Gjennom observasjon skulle forsker se på ulike parameter som kunne være vesentlig for spillernes utvikling. Resultatet viser at eliteserieklubben i stor grad baserer sine tilbakemeldinger på det individuelle, mens breddeklubben har mer lagstilbakemeldinger. I tillegg bruker eliteserieklubben mer tid på tilbakemeldingene sine. Ved å sammenligne om trenerne gav negative, nøytrale eller positive tilbakemeldinger, kunne vi se at eliteserieklubben er i større grad positiv enn breddeklubben, men at begge har en god del nøytrale tilbakemeldinger. De kvalitative dataene viste at eliteserieklubben bruker faglig sterke og konkrete tilbakemeldinger i tillegg til at klubben innbyr til refleksjon og følger opp spillerne. Breddeklubben er i stor grad styrt av instruksjonsbaserte tilbakemeldinger som ofte kan oppfattes som negative eller veldig styrende. Breddeklubben innbyr noe til refleksjon og er generelt lite oppfølgende av tema.

### **Individuelle tilbakemeldinger**

Selv om analysen viste at klubbene gav omtrent like mange tilbakemeldinger, har vi sett at det er store forskjeller på hvordan tilbakemeldingene blir gitt. Figur 1 viste at av alle tilbakemeldingene som ble gitt på treningsfeltet hadde eliteserieklubben 70,1% individuelle tilbakemeldinger, og breddeklubben 20,3%. Mye tyder på at eliteserieklubben ser ut til å være mer ferdighet/utviklingsrelatert fotballklubb, og jobber mye med at spillerne sine skal utvikles både teknisk, taktisk men også mentalt. En kan argumentere for at en slik tilnærming er i tråd med forskning som poengterer at individualisering, konkrete tilbakemeldinger og systematisk utvikling er viktig med tanke utviklingen til hver enkelt spiller og laget (Martindale, Collins, & Daubney, 2005; Martindale, Collins, & Abraham, 2007). Det ser ut til å være at trenerne i breddeklubben er mer opptatt av at spillerne skal jobbe hardt, fokusere på treningstema og er de er veldig innsatsrelaterte. I tråd med tidligere forskning (Cushion & Jones, 2001; Potrac, Jones, & Cushion, 2007; Ford, Yates, & Williams, 2010; Partington & Cushion, 2013) ser vi også her at instruksjon er det mest brukte virkemidlet for å påvirke på treningsfeltet. Mye tyder på at eliteserieklubben har større fokus på at alle spillerne skal ha best mulig utvikling. I tillegg er det også viktig at denne kunnskapen om spillerutvikling også kommer ut i breddeklubber. Noe av problemet her er at breddeklubber ofte har små ressurser og mindre anlegg. Derfor er det vanskelig med klubbens ressurser når trenernes utdanning og utvikling

ofte blir satt i andre rekke fordi klubbene ikke har råd til å satse på trenerutdanning (Cushion, Armour, & Jones, 2003). Viktigheten av at alle spillerne får hensiktsmessig og riktig veiledning, selv i en lagidrett, kan kanskje være forskjellen på å lykkes eller feile. Mye tyder på at veiledningen spillerne i eliteserieklubben får gjennom tilbakemeldinger er knyttet opp mot den prestasjonen de gjør på trening. Gjennom de tilbakemeldingene de får, har de mulighet til å bearbeide informasjonen og sette den ut i praksis. Vi kan også se noen av de samme prinsippene som i skoleverket og tilbudet de har gjennom tilpasset opplæring. Spillerne i eliteserieklubben får en tilpasset opplæring som i stor grad gir dem muligheten til å utvikle seg. Dette støttes også av tidligere forskning som mener det er vesentlig at forholdet mellom trener og utøver bør være profesjonelt (Cushion, Ford, & Williams, 2012). Gjennom observasjonen kunne forsker også se at selv om øktene var rolige, jobbet eliteserieklubben med spesifikke tema. Fordelingen av treningene var tre teknisk/taktiske og en restitusjons økt. Grunnen til at det ble avtalt fire treninger med samme tema, var for å unngå eventuelle forskjeller i temaet og at målingene/datainnsamlingen ble gjentatt flere ganger i løpet av de åtte øktene. For studien styrket dette reliabiliteten.

### **Positiv, nøytral eller negativ**

Fra analysen og figur 3 ser vi også at eliteserieklubben er mer positiv, noe som kan tyde på bruken av motivasjonsteknikker er bedre og mer gjennomtenkt. Det gis ros og motivasjon i ett tungt prestasjonsbasert miljø noe som tyder på større prestasjonsglede, utvikling og motivasjon. Det tyder på at det gis i større grad omfattende og konkrete tilbakemeldinger og støtte, samt at det er vekt på individuell utvikling (Martindale, Collins, & Daubney, 2005; Martindale, Collins, & Abraham, 2007). Det tyder på at eliteserieklubben har bygget opp ett miljø som støtter teorier om at utviklingen av elitespillere er en funksjon av ett helt miljø og ikke bare de medfødte ferdighetene eller den riktige treningen (Henriksen, 2011). Breddeklubben jobber også med at spillerne skal utvikle seg, men måten det blir gjort på er kanskje noe svakere, noe som tyder på mangel av kompetanse og erfaring. Spillerne får tilbakemeldinger på det de presterer på trening, men det tyder på at trenerne i mindre grad har erfaringer og kompetanse som trenerne i eliteserieklubben. De jobber med det innsatsrelaterte miljøet, noe som bidrar til at trenerne kan virke negative, og styrer spillerne veldig mye gjennom instruksjon. Tidligere forskning viser at der trenere styrer treningene med instruksjon, er fordi det gjenspeiler deres tro om effektiv og hensiktsmessig treneradferd. Dette har bakgrunn i trenerens egne sosiale erfaringer som spiller og egne treninger (Potrac,

Jones, & Cushion, 2007). Forskning tyder også på at en altfor normativ tilnærming til instruksjon og tilbakemeldinger kan negativt påvirke læring (Partington & Cushion, 2013). Gjennom å la spillerne være med å diskutere og reflektere over egne valg vil kunne gi spillerne mer erfaring som kommer fra de kognitive prosessene som de tidligere har vært igjennom. Tidligere forskning viser også at individets interaksjon med omgivelsene og betydningen av denne interaksjonen er viktig for utviklingen av ferdigheter (Connolly, 1970).

### **Når får spillerne tilbakemeldinger**

I resultatkapitlet ser vi at det ikke er signifikante forskjeller på når klubben gir tilbakemeldinger i forhold til før, under eller etter øvelse. Mye tyder på at begge klubbene er veldig flinke i å gi tilbakemeldinger til spillerne sine underveis i øvelsene. De tar for seg spillet, valgene og handlingene når spillerne nettopp har gjennomført en øvelse. Dette underbygges også fra tidligere forskning der trenere for juniorlag i engelske eliteserierklubber også gav mest tilbakemeldinger og instruksjoner under øvelsen (Potrac, Jones, & Cushion, 2007; Cushion, Ford, & Williams, 2012; Partington & Cushion, 2013). Selv om begge klubbene viser at de gir tilbakemeldinger under øvelse, er det også viktig at de gjentar dette når øvelsen er ferdig, tidligere forskning antyder også viktigheten av å gjenta tilbakemeldinger (Partington & Cushion, 2013). Om en trener samler opp å veileder i slutten av øvelsen, vil det være en fare for at viktige poeng i veiledningen blir glemt og spilleren det gjelder vil ikke kunne få en fullverdig tilbakemelding. Her tror jeg ikke det finnes en bestemt fasit på når tilbakemeldingene skal gis, men så klart vil det være gunstig å ta det rett etter øvelsen. Men om en klubb har trening med ett bestemt tema, tror jeg også det vil være viktig at man før øvelsene klarer å ha små stikkord eller påminnelse som er en videreføring fra forrige øvelse. Det vil kunne gi spillerne en påminnelse på hva som er viktig og de får ofte gjentatt viktige poeng.

### **Konkret/generelle tilbakemeldinger**

De kvalitative dataene antyder at de klubbene som har en god spillerutviklingsmodell, ofte har trenere som er konkrete, faglig sterke og har høy kompetanse. Tidligere forskning antyder også at trenere som skal utvikle barn og ungdom til eliteseriespillere bør være faglig sterke og konkrete i sine tilbakemeldinger (Martindale, Collins, & Daubney, 2005; Martindale, Collins, & Abraham, 2007). Gjennom å gi konkrete tilbakemeldinger vil spillerne kunne utvikle seg

og ha ett større register å spille på når utfordringene blir større. Det vil si at spillere som har gode trenere med god utdanning og lang erfaring har mer kompetanse til å komme med tilbakemeldinger som vil være gyldige og konkrete, som skal forbedre unge spillere til utvikling og utfordringer. Forskning viser at spillere under utvikling handler mye om læring og tilrettelegging (Ommundsen, 2009). Ut fra sitat som er presentert og observasjon av treningene kan det sies at eliteserieklubben i dette tilfellet, har ett høyt nivå med tanke på spillerutvikling. De jobber konkret med temaer, de er systematiske og flinke til tilrettelegging til hver enkelt spiller i øvelser og spill. Presenterte sitat viser at breddeklubben ofte blir for generelle i sine måte å gi tilbakemeldinger på, noe som kan føre til at spillere ikke utvikles på rett måte. Forskningen viser også at evnen til å overføre kunnskap og gi tilbakemeldinger, i læringsprosessen og treningen med kvalitet vil være viktig for å nå fastsatte mål (Trninić, Papić, & Trninić, 2009). I tillegg kan det tyde på at uten konkrete tilbakemeldinger vil det kunne påvirke samspillet mellom adferd og miljø i Gottliebs (2000) teorier. Ved å ha konkrete tilbakemeldinger som påvirker samspillet i de to faktorene til Gottlieb, kan det være mulig for trenere å påvirke til ferdighetsutvikling (Gottlieb, 2000). Dette problemet er ikke breddeklubben alene om. Konkretisering av læring er viktig fordi det fører til at de kognitive prosessene i læringen blir bedre med tanke på innlæring av ferdigheter (Hansen & Henriksen, 2009). Jeg tror det er mange klubber i landet som kunne tenkt seg å bidra til å hjelpe ungdommene til å utvikle seg som gode fotballspillere. Jeg tror kanskje det er slik at klubbene ikke har muligheten til å utdanne treneren sine fordi det ofte er dyrt, og med dette kan viktig kompetanse og erfaringer med god spillerutvikling ikke oppnås. Samspillet mellom gener, nevralt aktivitet, adferd og miljøpåvirkninger i utviklingen vil kunne ta ulike steg som en konsekvens av de miljømessige påvirkningene barn og ungdom blir utsatt for.

### **Innbyr til refleksjon/ lite refleksjon**

Ut fra analysen tyder mye på at spillerne i eliteserieklubben i større grad har en mer profesjonell holdning til idretten og treningsviljen er større. Det innbys til refleksjon ved hjelp av kognitive læringsteorier, gjentagelse og poengtering av tema, samt at tilbakemeldingene er faglig sterke og konkrete. Tidligere forskning viser også at det i ulike praksiser kan være utfordrende når trenere kobler spillernes forståelse med begreper og ferdigheter som er relevante for målene med økten og utviklingen (Hall & Smith, 2006; Harvey, Cushion, & Massa-Gonzalez, 2011). Som eksemplene i de kvalitative resultatene ser vi at breddeklubben ofte bruker instruksjon og er lite reflekterende ovenfor sine spillere. Ved å la spillerne tenke



over sine valg og handlinger er en stor del av utviklingen, fordi det gir dem mulighet for å tenke over valgene. De har noen utsagn om at spillerne må tenke på viktige prinsipper ved for eksempel en pasning, men det er ikke en direkte invitasjon for å diskutere spillet eller måte å utføre øvelser på. Forskning fra Potrac med flere (2007) viste også at trenere på engelsk elitenivå brukte i stor grad spørsmål eller gav spillerne muligheten til å reflektere over handlingene sine. Dette underbygges av forskning som sier at de bestemte tilbakemeldinger fra trenerne bidrar til å fremme effektiv læring, sikrer korrekt utvikling av ferdigheter og påvirker spillernes motivasjon til å fortsette med treningen (Williams & Hodges, 2005).

### **Oppfølgende/ lite oppfølgende**

Resultatene fra de kvalitative dataene viste at eliteserieklubben i stor grad følger opp sine spillere med å påpeke poeng og tema flere ganger. Breddeklubben er også flinke med oppfølgingen, men det er også slik at breddeklubben i blir konkret nok. Oppfølgende spørsmål underveis i hele treningen kan tyde på at eliteserieklubben ofte bruker gjentagelse av tema som påvirkningsmiddel. De viser tegn til å tenke mer en første steget i spillet, og tenker ofte på hva som kommer i neste trekk. Breddeklubben har kanskje en større vei å gå, selv om mye av øvelsene er de samme som eliteserieklubben, er det ikke helt de samme spillerne og resursene som eliteserieklubben har. Det finnes ganske mange likhetstrekk på øvelser, gjennomføring og treningspraksis. Men det svikter noe mer på tilbakemeldinger, oppfølging og veiledning av spillere i breddeklubben. Begge klubbene viser tydelig at de gjentar viktig poeng gjennom øvelser, men den store forskjellen er i hvor stor grad tilbakemeldingene er konkrete. Breddeklubben og trenerne der bruker små og korte kommentarer, mens eliteserieklubben tar for seg hele øvelsen med hver enkelt spiller om det er nødvendig. Det viser kanskje at breddeklubber bør tenke mer på utvikling, utdanning og læring gjennom praksis av trenere for å forbedre sin spillerutvikling (Cushion, Armour, & Jones, 2003). Hvis klubber ikke har trenerkompetanse nok til å få utviklet spillernes potensiale, kan det bety at spillere med gode ferdigheter slutter fordi oppfølgingen ikke er god nok. Det kommer også frem fra presentert teori at forholdet mellom spiller og trener er viktig i forhold til utvikling (Ommundsen, 2009).

### **Praktiske konsekvenser**

Denne studien har påpekt innhold og forskjeller på tilbakemeldinger i to klubber som til daglig driver spillerutvikling, bare på to forskjellige nivåer. Gjennom å påpeke feiler håper jeg at klubber i landet ønsker å se nærmere på hvorfor betydningen av tilbakemeldinger er viktig for spillernes utvikling. Denne studien kunne tatt for seg og sammenlignet ett større antall klubber for å finne eventuelle forskjeller på spillerutviklingen i hele landet. Studien kan også lede inn i den retningen av at trenerutdanning blir et viktigere tema blant breddeklubber. Jeg håper trenere og klubber ønsker å satse mer på utvikling av spillere men også trenere. Jeg mener ikke at det skal være uavhengige trenere på alle lag, men for at Norge og breddefotballen skal bli bedre, må man kunne sett krav til trenernes kompetanse.

## 6. KONKLUSJON

Gjennom denne studien og presentert resultat kan jeg si at det som kjennetegner eliteserieklubben er at de i større grad jobber med det individuelle, både antall tilbakemeldinger som er individuelle, men også innholdet i tilbakemeldingene. De viser faglig styrke, kompetanse og erfaring. De er flinke til å gi tilbakemeldinger som påpeker feil og skal være til hjelp for spillerne slik at de veiledes til å utvikle seg. De innbyr ofte til refleksjoner og inviterer spillerne sine til å delta i diskusjoner angående temaet på trening. Miljøet i eliteserieklubben viser seg å være profesjonelt og prestasjonsbasert, med forankring i ferdighetsutvikling.

Fra resultatet kan jeg også si at breddeklubben kjennetegnes gjennom av at de er hardtarbeidende og innsatsrelatert, men de jobber lite med den individuelle utviklingen. De er flinke til å påpeke feil til sine spillere, men noen ganger kan det bli i overkant negativt eller instruksjonsstyrt. Mye av det som blir sagt i breddeklubben kan virke å være for generelt, slik at spillerne ikke utvikles i henhold til ett potensiale som de kan inneha. Breddeklubben er god på å ta vare på sine spillere ved å la alle delta gjennom sine tilbud. Enten det er ungdommer som ønsker å utvikle seg eller om det er ungdom som deltar på grunn av det sosiale. Miljøet i breddeklubben viser seg å være veldig sosialt fordi alle spillerne har ett tett vennskapsbånd både på og utenfor banen.

Implikasjonene fra denne studien tyder på at eliteserieklubben i større grad har et utviklingsprosjekt som fungerer. De er i større grad individuelle, konkrete, positive og innbyr til refleksjon. Gjennom funn i studien håper jeg at breddeklubber i større grad kan lære av de profesjonelle, og benytte seg av de ulike trenerutdanningene som fotballkretsen har å tilby. Hovedfunnene i studien kan underbygges fra tidligere forskning som også antyder at spillerutvikling i stor grad bør baseres på systematisk individuell utvikling.

## 7. ETTERORD

Jeg vil med dette takke mine veiledere Pål Lagestad og Boye Welde for god hjelp og veiledning ved gjennomføringen av masteroppgaven. Jeg vil også takke de respektive klubbene, trenerne og spillerne som deltok. Ellers vil jeg takke Olympiatoppen og Trøndelag fotballkrets for tips til teori og tidligere forskning. Til slutt vil jeg takke min samboer Hilde og vår sønn Leander med å ha vist tålmodighet for min forskning.

## 8. LITTERATUR

- Abraham, A., & Collins, D. (1998). Examining and extending research in coach development. *National association for physical education in higher education*, ss. 59-79.
- Bailey, R., & Collins, D. (2013). The standard model of talent development and its discontents. *Human kinetics, INC*, ss. 248-259.
- Bergo, A., Johansen, P. A., Larsen, Ø., & Morisbak, A. (2011). *Ferdighetsutvikling i fotball- Handlingsvalg og handling*. Oslo: Akilles .
- Connolly, K. (1970). *Mechanisms of motor skills development*. London: Academic Press.
- Cushion, C. J., Armour, K. M., & Jones, R. L. (2003). Coach education and continuing professional development: Experience and learning to coach. *National association for physical education in higher education*, ss. 215-230.
- Cushion, C., & Jones, R. (2001). A systematic observation of professional top- level youth soccer coaches. *Journal of sport behavior*, ss. 1-23.
- Cushion, C., Ford, P. R., & Williams, M. A. (2012, November 30). Coach behaviours and practice structures in youth soccer: Implications for talent development. *Journal of sports sciences*, ss. 1631-1641.
- Ford, P. R., Yates, I., & Williams, M. A. (2010). An analysis of practice activities and instructional behaviours used by youth soccer coaches during practice. *Journal of sports sciences*, ss. 483-495.
- Ford, P., Carling, C., Garces, M., Mauricio, M., Miguel, C., Farrant, A., . . . Williams, M. (2012). The development activities of elite soccer players aged under-16 years from Brazil, England, France, Ghana, Mexico, Portugal and Sweden. *Journal of sports sciences*, ss. 1653-1663.
- Gabbett, T., & Masters, R. (2011). Challenge and solutions when applying implicit motor learning theory in a high performance sport environment: Examples from Rugby league. *International journal of sports sciences and coaching*, ss. 567-575.
- George, D., & Mallery, P. (2008). *SPSS for windows. Step by step*. Boston: Pearson education INC.
- Gilbert, K. (2011). *Trenerrollen i norsk toppidrett*. Oslo: Oslo universitetsforlag.
- Gilbert, W. D., & Trudel, P. (2004). Analysis of coaching science research published from 1970-2001. *Research quarterly for exercise and sport*, ss. 388-399.

- Gottlieb, G. (2000). Environmental and behavioral influence on gene activity. *American psychological press, vol.9 NO.3*, 93-97.
- Hall, T., & Smith, M. (2006). Teacher planning and reflection: what we know about teacher cognitive processes. *Quest*, ss. 424-442.
- Hansen, J., & Henriksen, K. (2009). *Træneren som coach*. København: Dansk psykologisk forlag.
- Harvey, S., Cushion, C., & Massa-Gonzalez, A. (2011). Learning a new method: Teaching games for understanding in the coaches eyes. *Physical education and sport pedagogy*, ss. 361-382.
- Haywood, K., & Getchell, N. (2008). *Life span motor development*. Illinois: Human Kinetics.
- Helsen, W., Hodges, N., Van Winckel, J., & Strakes, J. (2000). The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of sports sciences*, ss. 727-736.
- Henriksen, K. (2011). *Talentudviklingsmiljøer i verdensklasse*. Dansk Psykologisk forlag.
- Hiebert, J., Gallimore, R., & Stigler, J. (2002). A knowledge base for the teaching profession: What would it look like and how can we get one? *Educational researcher*, ss. 3-15.
- Holt, J. E., Kinchin, G., & Clarke, G. (2012, Juli 3). Effects of peer-assessed feedback, goal setting and a group contingency on performance and learning by 10-12-year-old academy soccer players. *Physical education and sport pedagogy*, ss. 231-250.
- Jolly, S. (2010). An analysis of practice activities and instructional behaviours used by youth soccer coaches during practice: Letter to the editors. *Journal of sports sciences*, s. 1625.
- Kvale, S. (1997). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal.
- Martindale, R. J., Collins, D., & Abraham, A. (2007). Effective talent development: The elite coach perspective in UK sport. *Journal of applied sport psychology*, ss. 187-206.
- Martindale, R. J., Collins, D., & Daubney, J. (2005). Talent development: A guide for practice and research within sport. *Quest*, ss. 353-375.
- Mong, F. M. (2009, 12 14). *Trenerforeningen*. Hentet fra <http://www.trenerforeningen.no/default.asp?layout=article&id=830>
- Ommundsen, Y. (2009). *Nyere perspektiver innen idrett og idrettspedagogikk. Hvem er talentene, må vi spesialisere tidlig og hva er en god trener - Spenningsfeltet mellom barne- og ungdomsidrett og eliteidrett*. Oslo: Høyskoleforlaget.

- Partington, M., & Cushion, C. (2013). An investigation of the practice activities and coaching behaviours of professional top-level youth soccer coaches. *Scandinavian journal of medicine and science*, ss. 374-382.
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. New York: International Universities Press.
- Polkinghore, D. (1983). *Methodology for the human sciences*. Albany: State university of New York press.
- Potrac, P., Jones, R., & Cushion, C. (2007). Understanding power and coach's role in professional English soccer: A preliminary investigation of coach behavior. *Soccer and society*, ss. 33-49.
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Trninić, V., Papić, V., & Trninić, M. (2009). Role of expert coaches in development of top-level athletes' careers in individual and team sports. *Acta Kinesiologica*, ss. 99-106.
- Wandzilak, T., & Ansorge, C. J. (1988). Comparison between selected practice and game behaviors of youth sport soccer coaches. *Journal of sport behavior*, ss. 78-88.
- Williams, M. A., & Hodges, N. J. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition. *Journal of sport sciences*, ss. 1-14.
- Williams, M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of sports sciences*, ss. 657-667.

## **9. LISTE OVER TABELLER**

- Tabell 1: *Viser oversikt over fordeling av antall tilbakemeldinger gitt på trening*

## **10. LISTE OVER FIGURER**

- Figur 1: *Viser hvilken type tilbakemelding juniorfotballspillere får under trening.*
- Figur 2: *Viser tidsbruk (antall sekunder) brukt på individuelle, gruppe og lagstilbakemeldinger.*
- Figur 3: *Viser forskjellen på hvilken måte tilbakemeldinger ble gitt på under trening.*

# 11. VEDLEGG

1. Observasjonsskjema
2. Samtykkeerklæring

Hendelse \_\_\_\_\_

Lag 1

Lag 2

	1	2	3	4
Trening	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Laget	Gruppe	Individuelt
Hvem til	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Neg	Nøy	Pos
Type	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Før	Under	Etter
Når	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Hoved	Assistent
Trener	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nummer/Spiller: \_\_\_\_\_

Tid på tilbakemelding: \_\_\_\_\_

Innhold i tilbakemelding:

Kommentar:



# **Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt**

## **BAKGRUNN OG FORMÅL**

Aleksander Ulvik skal skrive mastergradsoppgave som omhandler organisering på treningsfeltet i fotball. Jeg ønsker derfor å observere deres trening samt ta videoopptak for analyse. Formålet med studien er å se hvilken type tilbakemelding trenere gir til sine spillere og hva er innholdet i tilbakemeldingene vedrørende teknisk ferdighetsutvikling. Aleksander Ulvik vil gjennomføre datainnsamlingen. Ansvarlig for studien er HINT ved veileder Pål Lagestad og Boye Welde.

## **HVA INNEBÆRER DELTAKELSE I STUDIEN?**

Deltakelse innebærer å bli observert og filmet på treningsfeltet. Observasjonene vil registreres gjennom videoopptak og observasjonsnotater. Videoklipp og feltnotater vil bli analysert og blir kun tilgjengelig for student og veileder. Trenere deler ut informasjonsskrivet på vegne av studenten til spillerne. De som ønsker å delta, leverer samtykkeerklæringen til trener som kontakter studenten for nærmere avtale.

## **HVA SKJER MED INFORMASJONEN OM DEG?**

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt og alle data vil bli anonymisert ved prosjektslutt. Ingen vil kunne gjenkjennes i masteroppgaven eller evt publikasjon. Etter at treninger er filmet er det kun student og veileder HINT som har tilgang på datamaterialet.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 01.03.2015.

## **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert. Det er overhodet ingen konsekvenser for deg om du trekker deg fra studien. Spillere som ikke vil delta, vil også få ett treningstilbud parallelt med den samme treningen som resten av laget.

Dersom du har spørsmål til studien, ta kontakt med Aleksander Ulvik, [a\\_ulvik@hotmail.com](mailto:a_ulvik@hotmail.com) (99409258) eller Pål lagestad (Veileder HINT) [pal.lagestad@hint.no](mailto:pal.lagestad@hint.no)

Studien er godkjent av Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

