

## Veiledning til oppgaveskriving

1. BEGREPSFORKLARINGER
2. VEILEDNING TIL OPPGAVESKRIVING OG OPPGAVELØSNING

### Begrepsforklaringer

I oppgavetekstene vil du møte på ulike begrep og uttrykk, de vanligste begrepene og uttrykkene finner du forklaring på under.

Det er viktig at du får forståelse for hva som forventes av innhold i din besvarelse av oppgavene.

Du benytter forklaringen under for å forstå hvor mye og hvordan du skal besvare et spørsmål eller løse en oppgave. Forventet innhold i svarene og vanskelighetsgraden på spørsmålene/oppgavene er stigende etter hvert som du kommer nedover listen.

- **Nevn** – her forventes en oppramsing av faktorer eller fenomener som det stilles spørsmål om, uten nærmere begrunnelse eller vurdering.
- **Definer** – her skal du gi en kort forklaring som innbefatter det begrepet omhandler og en begrensning av dette.
- **Forklar** – her forventes det at du belyser, forklarer og oppklarer. Det kan også brukes som avklaring av en bestemt bruk eller vektlegging i en bestemt sammenheng.
- **Beskriv** – her skal du gjengi med egne ord en situasjon, et problemområde eller et fenomen.
- **Redegjør for/ Gjør rede for** – dette innebærer at du skal nevne, definere og beskrive kunnskaper med egne ord, som viser at du har forståelse for emnet.
- **Vurder** – i denne besvarelsen skal det komme frem ulike synspunkter på emnet, disse begrunnes og viser til konsekvenser.
- **Drøft** – her skal du få frem ulike synspunkter på emnet, begrunne egne synspunkter og se disse i forhold til hverandre og deretter trekke konklusjoner.

## Veiledning til oppgaveskriving og oppgaveløsning

I løpet av studietiden har dere ulike oppgaver som skal leveres inn til vurdering.

Til massasjestudiet og soneterapistudiet skal det leveres inn fagoppgave.

I VEKS-fagene vil dere få spørsmål/oppgaver til hvert emne som skal leveres inn.

Til soneterapistudiet skal det også leveres inn en artikkel for ernæringslæren.

Alle oppgavene skal leveres til gitt tidspunkt. Oppgavene vil vurderes med *bestått/ikke bestått*. Dersom du får *ikke bestått*, skal oppgaven(e) rettes og hele besvarelsen leveres inn på nytt.

Gjennom arbeidet med å skrive fagoppgave/artikler eller å besvare oppgaver tilegner du deg mye kunnskap, og denne aktiviteten er avgjørende for din læring. Dette vil også hjelpe deg til å kunne formidle fagstoff på en god måte, som du vil få bruk for når du senere skal veilede dine pasienter. Generelt gjelder det at jo mer aktiv du er, jo bedre lærer du.

I veiledningssamtalene med din faglærer er det viktig å bruke noe av tiden til eventuelle spørsmål du har vedrørende fagoppgaven.

Å jevnlig samles i kollokviegrupper er en god måte å kunne diskutere faglige spørsmål med medstudenter.

### Bruk av kilder

Det er viktig å benytte seg av ulike kilder. Ved å bruke kun én kilde blir det ofte mye avskrift. Du må være kritisk til hva du velger å ta med, hvordan du skal skrive det og i hvilken rekkefølge du vil at det skal komme.

Direkte avskrift/kopiering fra en kilde vil kunne føre til ikke bestått, da må du endre på oppgaven og levere inn på nytt.

Du skal forsøke å skrive besvarelsen med egne ord. Tenk på at du skal forklare dette til noen andre – da er det viktig å kunne benytte egne ord. Du må få eierskap til det du forklarer. I arbeidet med å skape din egen tekst basert på ulike kilder, vil du finne en forståelse for stoffet og du tilegner deg gode kunnskaper. Jobb aktivt – det vil gi resultater!

I slutten av oppgaven skal du legge inn en kildehenvisning (se «Kildehenvisning»).

### Å skrive en god oppgave

**Skriv enkelt.** Når en skriver fagstoff er det viktig at det skrives så enkelt og direkte som mulig. Bruk korte setninger og avsnitt. Et avsnitt bør gjerne være på ca. 5 linjer (om lag 50 ord). Legg inn en tom linje mellom avsnittene.

**Bruk overskrifter.** For at det skal være enklere for den som leser oppgaven å orientere seg, så er det viktig at du bruker overskrifter som deler opp teksten.

**Les oppgaven/disposisjonen nøye.** Vi anbefaler deg å følge oppsettet i oppgaveteksten – det gjør det gjerne enklere for deg å være sikker på at du får med alt som skal være med i oppgaven. Ved løsning av spørsmål/oppgaver som er nummererte er det viktig å følge nummereringen. Les oppgavene/spørsmålene nøye. Her er det viktig å benytte begrepsforklaringen for å forstå hva som forventes av deg.

Du skal ikke slå sammen svar, eller henvise til svar i et annet spørsmål. Henviser du til svar i et annet spørsmål, er det ikke usannsynlig at et av svarene er feil.

Skriv enkelt og tydelig. Bruk korte og entydige setninger. Pass på at du ikke bruker mange unødvendige ord eller repetisjoner. Les gjennom det du skriver med jevne mellomrom, slik at du lett kan oppdage feil eller mangler i teksten.

### Levering av fagoppgave/artikkel/oppgaver/spørsmål

Alt skal skrives på PC eller Mac. Nettbrett og iPad fører ofte til problemer ved levering. Husk å lagre alt du skriver – ta back-up. Dersom oppgaven ikke er bestått, må du rette og levere alt inn på nytt, og da er det greit at du har lagret oppgaven.

Fagoppgaven leveres til faglærer i papir-format. De resterende innleveringsoppgavene leveres til aktuell lærer i emnet. Alle oppgavene skal også sendes inn til [ifh@ifh.no](mailto:ifh@ifh.no).

### Kildehenvisning

Når du skal skrive oppgaver, artikler eller løser hjemmeoppgaver, må du referere til kilder. Her vil du finne veiledning til hvordan dette gjøres.

I følgende situasjoner skal du legge inn kilder:

- Dersom du benytter deg av andre kilder enn det som er i pensum/pensumlitteraturen
- Dersom du benytter direkte avskrift eller sitat skal du ha med kildehenvisning. Dette gjelder også ved avskrift eller sitat fra pensumlitteraturen

### Hvordan referere til kilder?

Referansene nummereres i den rekkefølgen den dukker opp. I den setningen du referer til en kilde, skriver du nummeret i parentes (1) på slutten av setningen. I kildehenvisningen på slutten av oppgaven/artikkelen kommer samme nummer i parentes med kildehenvisningen.

Kildehenvisningene kan for eksempel være hentet fra Internett eller en bok. Du oppgir da nummeret: (1) og kilden. *Kilder fra internett må legges inn med hele adressen.* Sikreste måte er å kopiere hele adressen. Skriv også dato for når du benyttet denne lenken. *Kilder fra bøker må ha navn på forfatter(e), tittel, utgave og forlag.*

Vi anbefaler å benytte VIKO veien til informasjonskompetanse sin side, her finner du god veiledning i oppgaveskriving med kildehenvisning [Vancouver - referansestil - NTNU](#)

Vi benytter regler i Vancouver – stil i løpende tekst.

### **Hvorfor referere til kilder?**

Det er flere grunner til at du skal legge inn en oversikt over dine kilder:

- Slik at lærer, deg selv og andre som leser oppgaven skal kunne finne tilbake til kildens originaltekst
- Du skal kunne dokumentere dine påstander
- For å vise leseren at den kunnskapen du har kommet frem til, er til å stole på i faglig sammenheng

Arbeid inn en rutine med å legge inn referansen fra starten av. På denne måten unngår du et omfattende ekstraarbeid like før innlevering.

### **Vurdering av kilder**

For å vurdere om kildene er brukende, still deg følgende spørsmål:

- Hvem har publisert artikkelen? Er for eksempel nettstedet troverdig?
- Er forfatterens navn oppgitt?
- Hvor gammel er den? Er det oppgitt en dato?
- Er det lagt inn eventuelle referanser/kilder, og hvordan er de i så fall lagt inn?
- På hvilket nivå er den skrevet? (Språket kan fortelle noe om nivået.)

Dersom du er usikker på noe av dette, kan kvaliteten være noe tvilsom. Å benytte flere kilder kan være en fordel, da det vil gi deg et bedre grunnlag for å vurdere troverdigheten.

Ved bruk av Wikipedia må du sjekke referanselisten nederst på siden, da det ikke er noe krav til hvem som skriver artiklene på Wikipedia. Med andre ord er det muligheter for feil og unøyaktigheter. Sjekk derfor påstander opp mot andre kilder.

Bloggposter kan heller ikke benyttes som kilder. Dersom bloggforfatteren har oppgitt kilder av god kvalitet kan du benytte disse.

### **Egne erfaringer**

Du har gjerne en allsidig bakgrunn, med ulike utdannelser, kurser, gjerne erfaringer innen helsearbeid med mye kunnskap som kan være relevant å benytte som kilde.

Det er positivt å kunne trekke inn egne erfaringer og sammenligne med det som står i fagbøker eller andre kilder. Da får du virkelig reflektere over fagstoffet. Her er det da viktig at læreren (leseren) tydelig kan se hva som er egne erfaringer. Du viser det ved å for eksempel skrive «Min erfaring fra praksis viser at.....». Dersom spørsmålet ber om egne synspunkter, er det unødvendig å vise til at det er egne erfaringer.

Du skal ikke bruke deg selv som kilde til rene faktaopplysninger.

Spørsmål vedrørende oppgaveskriving tas opp med faglærer. Det vil også settes av tid til dette under veiledningstimene. Spørsmål vedrørende oppgaveskriving og eksamensoppgaver kan også tas opp og diskuteres i vitenskapsstudiet.