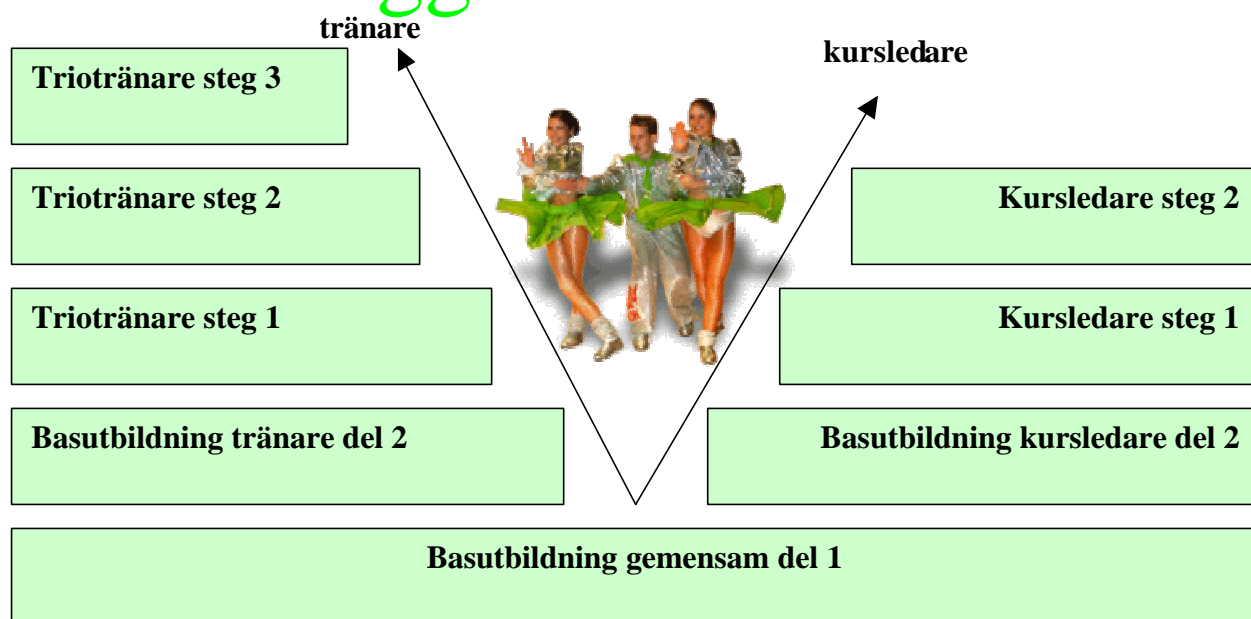


# Dubbelbugg



## Triotränare steg 1

### Målgrupp

Tränare för tävlingstrior i Dubbelbugg

### Mål

Kunna

- förbereda, planera och genomföra lämplig träning för tävlingstrior/grupp på nybörjarnivå alla åldrar samt
- förstå tävlingsregler och känna till bedömningsgrunderna/poängsättningen

### Krav

Du skall ha genomfört basutbildning del 1 samt basutbildning del 2 med inriktning på tränare.

### Förkunskaper

Du bör själv ha tävlat i Dubbelbugg eller erhållit motsvarande färdigheter på annat sätt. Känna att du behärskar dansernas grundtekniker väl

### Innehåll

- pedagogik,
- teknik,
- praktiska övningar i okoreograferad och koreograferad Dubbelbugg,

- förstå tävlingsregler och känna till bedömningsgrunderna/poängsättningen , musikteori samt
- presentation/utstrålning

### Efter utbildningen

- Hålla trioträning med grupp och individuellt,
- kunna göra enklare analyser av dansarnas styrka/svaghet,
- kunna arbeta med okoreograferad Dubbelbugg,
- få en grundläggande inblick i koreografering,
- få en grundläggande inblick i musikteori,
- kunna förstå och tolka reglemente och bestämmelser i tillämpliga delar,
- agera inför grupp samt
- utbildningsbehörighet till nästa kurssteg

### Kurstid

2 dagar 20 studietimmar á 45 min.

## **Triotränarutbildning steg 2**

### **Målgrupp**

Tränare för tävlingstrior i höga klasser i Dubbelbugg

### **Mål**

Kunna planera och genomföra trioträning med trior på alla nivåer. Att kunna planera individuella triosatsningar.

### **Krav**

- Du skall ha genomfört triotränarutbildning steg 1 i Dubbelbugg,
- du skall ha varit aktiv som tränare i minst två år och du skall ha verkat som tränare under minst nio månader efter genomgången Triotränarutbildning 1,
- du skall kunna tävlingsregler och bedömningsgrunderna/poängsättningen samt
- vid anmälan bifoga kopia av kursintyg från triotränare 1.

### **Förkunskaper**

- Du bör själv ha tävlat i lägst B-klass eller erhållit motsvarande färdigheter på annat sätt,
- känna att du väl behärskar Dubbelbuggens tekniker,
- kunna se fel/brister och möjligheter hos trior du tränar samt
- du bör även gått en domarutbildning för att öka förståelsen i bedömning av dans

### **Innehåll**

- pedagogik och didaktik,
- teknik,
- praktiska övningar i koreograferad Dubbelbugg,
- praktiska övningar i dramaturgi och tematänkande,
- praktiska övningar i Idéframställning,
- analysera tävlingsregler och bedömningsgrunderna/poängsättningen,
- musikteori samt
- presentation/utstrålning

### **Efter utbildningen**

- Hålla trioträning med grupp och individuellt,
- kunna göra analyser av dansarnas styrka/svaghet,
- få en fördjupad inblick i koreografering,
- få en fördjupad inblick i musikteori,
- kunna analysera möjligheter utifrån reglemente och bestämmelser i tillämpliga delar,
- ha enklare förståelse för dramaturgi och tematänkande,
- kunna arbeta med idéframställning,
- förstå sin egen roll som tränare utifrån ett enklare didaktiskt perspektiv,
- agera inför grupp samt
- utbildningsbehörighet till nästa kurssteg

### **Kurstid**

2 dagar 20 studietimmar á 45 min

## **Triotränarutbildning steg 3**

### **Målgrupp**

Tränare för tävlingstrior i högsta klasserna och internationella klasser i Dubbelbugg

### **Mål**

Kunna planera och genomföra trioträning med trior på högsta nationella och internationella nivå. Att kunna planera individuella triosatsningar

### **Krav**

- Du skall ha genomfört triotränarutbildning steg 2 i Dubbelbugg,
- du skall ha genomfört godkänd examination av Triotränarutbildning steg 2,
- du skall ha genomfört minst en Partränarutbildning i annan dans samt Grundläggande Akrobatikutbildning,
- varit aktiv som tränare i minst två år och du skall ha verkat som tränare under minst arton månader efter genomgången triotränarutbildning steg 2,
- du skall kunna tävlingsregler och bedömningsgrunderna / poängsättningen,
- gått en domarutbildning för att öka din förståelse för bedömning av dans samt
- vid anmälan bifoga kopia av kursintyg triotränare steg 2

### **Förkunskaper**

- Du bör själv ha tävlat i lägst B-klass eller erhållit motsvarande färdigheter på annat sätt,
- känna att du väl behärskar Dubbelbuggens tekniker samt
- kunna se individuella och trio relaterade fel/brister och möjligheter hos trior du tränar.

### **Innehåll**

- pedagogik och didaktik,
- teknik,
- praktiska övningar i koreograferad Dubbelbugg,
- praktiska övningar i Dramaturgi och tematänkande,
- praktiska övningar i Idéframställning,
- praktiska övningar i individuell analys och planering,
- analysera tävlingsregler och bedömningsgrunderna/ poängsättningen, musikteori samt
- presentation/utstrålning

### **Efter utbildningen**

- Hålla elittrioträning med grupp och individuellt och föreslå individuellt anpassade träningsmetoder inom dans och annan träning,
- kunna göra djupare analyser av dansarnas styrka/svaghet,
- få en fördjupad inblick i koreografering,
- få en fördjupad inblick i dramaturgi och tematänkande,
- få en fördjupad inblick i idéframställning,
- fördjupa förståelsen för sin egen roll som tränare utifrån ett didaktiskt perspektiv,
- kunna använda WRRC:s regelverk för Dubbelbugg samt
- agera inför grupp

### **Kurstid**

2 dagar 20 studietimmar á 45 min.