



Studieplan Kretsdommer nivå 1 - synkronsvømming

Kurset er på totalt 20 undervisningstimer.

E-læring som utføres i forkant av dommerkurset:

Innhold	Tid
Idrettens organisering	20
Barneidrettsbestemmelser	10
Om synkronsvømming	20
Lover og regler synkron	20
Dommer etikk	10
Stjernesystemet & innhold	80
Organisering av konkurranser	15
Bekledning dommere	5
<i>Total varighet E-læring</i>	<i>4 timer (180min)</i>

Kurshelgen:

Modul	Innhold	Tid totalt (min)
Innledning	Velkommen, bli kjent, agenda	40 min
Gjennomføring av konkurranser	Dommer bekledning, dommermøter, dommerpanel, dommerblokk, startliste, rotasjon, feil figur, annet utstyr, spesielle synkronbestemmelser.	90 min
Dommerrollen	Hvorfor være dommer, Hva slags dommer og videre utdanning. Forventninger til dommere. Dommerens ansvar. Etikk. Mine styrker og svakheter som dommer. Hvordan være dommer og dømme. Utfordringer ved å dømme	120 min
Oppbygning av FINA boken, dommermanualen og stjernemanualen	Bruk av FINAboka, bruk av dommermanualen (hvordan de er bygget opp) og stjernemanualen. Hvordan de brukes hensiktsmessig som dommer	50 min
Gjennomgang av grunnstillinger og overganger	Gå gjennom grunnstillinger, gå gjennom overganger, gå gjennom høyder, hastighet og klarhet.	120 min
Karakterbedømming	Gjennomgang av Karakterskalaen. Gjennomgang av NVT og PV verdien. Bruk av «guiding scale for height»	90 min
Bedømming av figurer	Bedømming av figurer, inkludert stjerner, scullinger, rutineelement og rutineoverganger	175 min
Konkurransetiger	Gjennomgang av konkurransetigen i Norge	20 min
Veien videre	Dommerutdanning- veien videre, autorisasjon, testdømming m.m.	15 min
Totalt tidsbruk	16 undervisningstimer á 45 min	16 timer(720 minutter)