Svarbu vadovautis šiuo kontroliniu sąrašu, kad galėtumėte visapusiškai tobulėti:

Prieš treniruotę

1	Išsikelkite mokymo tikslą ir suformuokite planą. Pagalvokite, ką svarbiausia pasakyti.	
2	Priminkite mokiniams apie save ir šokių pamoką, pavyzdžiui, per socialinę žiniasklaidą (žinutę, IG stories ar grupės įrašą).	
3	Prieš treniruotę atvykite šiek tiek anksčiau	
4	Bendraukite su mokiniais, pasistenkite pabendrauti su visais.	
5	Atlikite aparatūros "soundcheck"	

Per treniruote

6	Pasikalbėkite apie mokymo planą ir specifiką, kaip vedate pamoką. Laikykites numatyto plano.	
7	Apšilimas, pratimai, tempimas pagal iš anksto parengtą planą.	
8	Per treniruotę papasakokite šiek tiek teorijos, kad tai nebūtų tik šokio judesiai.	
9	Per treniruotę kontroliuokite energiją (balso tembrą, emocinį lygį, dinamiką ir laiką).	
10	Demonstruokite choreografiją ar judesius prieš mokymą, kad būtų pasiektas "wow" efektas	
11	Mokykite judesių be ilgų pertraukų - prastovų, kad padidintumėte efektyvumą.	
12	Pagirkite mokinius už tai, ką jie padarė gerai (individualiai ir bendrai) - visada yra už ką pagirti, pataisykite tai, kas nepavyko	
13	Bent kelis kartus pakeiskite mokinių linijas ir vietas.	
14	Padarykite treniruotės kulminaciją (battle'as, šokis grupelėmis prieš likusią grupės dalį)	
15	Po fizinės veiklos išsitempkite - paruoškite raumenis atsipalaidavimui	
16	Aptarkite, ko išmokta per užsiėmimą, papasakokite, ko laukiate per kitą užsiėmimą	
17	Padėkokite už gerą darbą ir energiją per treniruotę, plojimai.	

Po treniruotės

18	Toliau bendraukite su mokiniais, atsakykite į jų klausimus.	
19	Skelbkite savo ir mokinių šokio IG stories, išmoktas per treniruotę (šokio reklamos tikslais)	
20	Pridėkite naujokus į draugus, sukurkite grupės pokalbį, pridėkite visus.	

Sukurta Dmitrijus Fofonovas 2024

SKILLZ