



AKADEMIA
WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO
IM. POLSKICH
OLIMPIJCZYKÓW
WE WROCŁAWIU

WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU

KIERUNEK SPORT

specjalność trenerska

DZIENNIK ZAWODOWYCH PRAKTYK TRENERSKICH

(w opracowaniu Jarosław Nosal, Ziemowit Bańkosz, Mieczysław Lewandowski)

..... nr indeksu.....
(imię i nazwisko studenta)

.....
KLUB SPORTOWY

.....
OPIEKUN KLUBOWY

.....
OPIEKUN DYDAKTYCZNY AWF WROCŁAW

#wiedza #sport #sukces

www.awf.wroc.pl



OGÓLNE CELE PRAKTYKI:

Poznanie specyfiki zawodu trenera na każdym etapie szkolenia i w każdym zakresie działania (trenowanie, organizowanie, wychowywanie, przygotowanie do współzawodnictwa).

Poznanie systemu szkolenia sportowego w danej dyscyplinie sportu.

Przygotowanie do stworzenia własnego warsztatu trenerskiego.

Stworzenie możliwości połączenia teorii z praktyką w kontekście nabywanych kompetencji trenerskich.

Praktyka zawodowa obejmuje w sumie 600 godzin do realizacji w poszczególnych semestrach w sposób następujący

Semestr 1 – 50 godzin

Semestr 2 – 150 godzin

Semestr 3 – 200 godzin

Semestr 4 – 100 godzin

Semestr 5 – 100 godzin

Dziennik praktyk podzielony jest na części, stosownie do realizowanych przez studenta zadań w poszczególnych semestrach. W każdej części zamieszczone są niezbędne dokumenty do wypełnienia, takie jak: plan praktyki, arkusz realizacji zadań wynikających z planu (zapiski z realizacji zadań), raporty, arkusze hospitacji, konspekty, miejsca na arkusze obserwacji czy regulamin zawodów itp. Student drukuje niezbędne dokumenty, wypełnia na bieżąco, następnie potwierdza w Klubie i przedstawia opiekunowi dydaktycznemu z Uczelni w celu zaliczenia praktyki.

REGULAMIN
ZAWODOWYCH PRAKTYK NA KIERUNKU SPORT
WYDZIAŁU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU
AKADEMII WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU

POSTANOWIENIA OGÓLNE

§ 1

1. Praktyki zawodowe (trenerskie) zwane dalej praktykami dla studentów Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu (zwanej dalej Akademią), stanowią integralną część procesu kształcenia przygotowującego do wykonywania wybranego zawodu dodatkowego (kwalifikacji dodatkowych) studentów/studentek studiów stacjonarnych i niestacjonarnych i podlegają obowiązkowemu zaliczeniu w określonej programem studiów liczbie godzin.

§ 2

1. Regulamin obowiązuje na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych I stopnia.
2. Praktyki realizowane są w określonych instytucjach zależnych na podstawie porozumienia między Akademią a tą instytucją.
3. Porozumienie to zostaje zawarte na określony termin pomiędzy Dziekanem Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu a Dyrektorem (Prezes Klubu, Szef Wydziału Szkolenia itp.) instytucji przyjmującej.
4. Porozumienie określa zasady odbywania praktyki, tj. potwierdzenie przyjęcia na praktykę i wyznaczenia miejsca jej odbywania, termin realizacji, obowiązki Akademii, obowiązki Instytucji przyjmującej, opiekuna z instytucji przyjmującej.
5. Osobą odpowiedzialną za organizację i realizację praktyk jest opiekun dydaktyczny z ramienia Uczelni powołany przez Dziekana (strona merytoryczna) oraz pracownik Pracowni Praktyk i Obozów (strona formalna).
6. Regulamin określa ogólne zasady organizacji praktyk. Szczegółowe informacje dotyczące programu praktyki znajdują się w dzienniku praktyk.

CELE PRAKTYKI ZAWODOWEJ (SPECJALISTYCZNEJ)

§ 3

1. Celem praktyk jest zdobywanie doświadczenia związanego z realizacją specjalności zawodowej, w tym ogólnie:
 - a) zapoznanie się ze specyfiką placówki, w której praktyka jest odbywana, w szczególności poznanie realizowanych przez nią zadań, sposobu funkcjonowania, organizacji pracy, pracowników oraz prowadzonej dokumentacji;
 - b) prowadzenie obserwacji i hospitacji: zajęć prowadzonych przez trenera (lub innych pracowników) klubu lub instytucji, w których odbywana jest praktyka;
 - c) planowanie i prowadzenie zajęcia pod nadzorem trenera w klubie
 - d) analizowanie, przy pomocy opiekuna praktyk i trenera, przebiegu prowadzonych zajęć
 - e) skuteczne współdziałanie z opiekunem praktyk w celu poszerzenia swojej wiedzy nt. organizacji i realizacji zajęć.
2. Szczegółowe cele i zadania poszczególnych praktyk oraz prawa i obowiązki studentów/tek Akademii dotyczące realizacji praktyk zamieszczone są w odpowiednim Dzienniku praktyk.
3. W wyniku realizowanych w trakcie praktyki zadań student nabędzie praktyczne umiejętności niezbędne do wykonywania działań w wybranej specjalności zawodowej.

PRAWA I OBOWIĄZKI STUDENTA/STUDENTKI

§ 4

1. Student/ka odbywający/a praktykę ma prawo do:
 - a) prowadzenia rozmów i wywiadów z pracownikami instytucji gdzie odbywana jest praktyka
 - b) obserwowania i hospitowania zajęć opiekuna, u którego realizuje praktykę oraz zajęć innych pracowników, którzy wyrażą na to zgodę,
 - c) uczestniczenia w zebraniach zespołów.
2. Student/ka jest zobowiązany/a do:
 - a) godnego reprezentowania Akademii,
 - b) wywiązania się ze wszystkich zadań wynikających z praktyki zamieszczonych w Dzienniku,
 - c) wykonywania poleceń dyrektora instytucji przyjmującej, trenera – opiekuna instytucji, pracownika administracyjnego Uczelni oraz opiekuna z Akademii;
 - d) przestrzegania przepisów BHP,
 - e) prowadzenia na bieżąco zapisów w dzienniku praktyki.
 - f) zrealizowania i udokumentowania praktyki w wyznaczonym przez Akademię terminie, zgodnie z wyznaczonymi limitami godzinowymi dziennymi i tygodniowymi.
 - g) zrealizowania programu praktyki zawartego w Dzienniku Praktyki.
 - h) informowania opiekuna o swojej nieobecności (np. z powodu choroby i ustalenie terminu i sposobu odrobienia nieobecności).
3. Nieusprawiedliwiona i nieodrobiona nieobecność na praktyce trwająca 1 dzień lub dłużej jest równoznaczna z nie zaliczeniem praktyki.
4. W uzasadnionych przypadkach (np. krótka choroba nie dłuższa niż 3 dni) istnieje możliwość zaliczenia praktyki pod warunkiem uzyskania pozytywnej opinii opiekuna oraz odrobienia zaległych dni po zakończeniu praktyki. Termin i miejsce odpracowania zaległości muszą być uzgodnione z opiekunem z Akademii i placówki.
5. Student/ka, który nie uzyska pozytywnego wyniku zaliczenia praktyki może ponownie przystąpić do praktyki w terminie ustalonym przez Dziekana Wydziału WFIS i zgodnie z Regulaminem Studiów Akademii.
6. W celu zaliczenia praktyki zawodowej (specjalistycznej) student/a ma obowiązek:
 - a) skompletować dokumenty potrzebne do realizacji praktyki (skierowanie, porozumienie, dziennik) – wydruk dwustronny z odpowiedniej zakładki na stronie Akademii
 - b) przed rozpoczęciem praktyki zgłosić się na spotkanie organizacyjne w celu omówienia szczegółowych warunków realizacji zadań praktyki (podjęcie praktyki bez uczestnictwa w spotkaniu organizacyjnym oznacza złamanie warunków zaliczenia praktyki).
 - c) zrealizować praktykę i rozliczyć się w wyznaczonym w zarządzeniu Dziekana WFIS terminie.

OBOWIĄZKI PRACOWNIKÓW UCZELNI

§ 5

1. Stronę merytoryczną praktyki przygotowuje i organizuje opiekun dydaktyczny powołany przez Dziekana Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu (organizacja zebrania informacyjnego przed praktykami, przedstawienie celów i zasad funkcjonowania na praktyce, ocena realizacji zadań praktyki na podstawie dziennika i oceny opiekuna instytucji przyjmującej)
2. Nad stroną formalną realizacji praktyk pełni nadzór pracownik administracyjny Akademii. Pracownik Pracowni Praktyk i Obozów zbiera dokumentację i nadzoruje oddawanie dzienników praktyk, jest osobą kontaktową dla interesariuszy zewnętrznych;

3. Ocenę końcową z praktyki wystawia i wpisuje do indeksu elektronicznego studenta nauczyciel akademicki Akademii będący opiekunem dydaktycznym praktyki.

KOSZTY

§ 6

1. Koszty wyżywienia, noclegów oraz dojazdów związanych z odbywaniem praktyki poza miejscem zamieszkania ponosi student. Uczelnia nie zwraca poniesionych w tym zakresie wydatków.
2. Student zobowiązany jest do posiadania ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW) oraz ubezpieczenia OC.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

§ 7

1. Regulamin wchodzi w życie z dniem podpisania.
2. Uczelnia zastrzega sobie prawo do decydowania w sprawach spornych i nie objętych Regulaminem.
3. Uczelnia zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym Regulaminie

CELE SZCZEGÓŁOWE PRAKTYKI:

- Zapoznanie się ze strukturą organizacyjno-szkoleniową klubu sportowego prowadzącego edukację sportowca na różnych etapach.
- Poznanie zasad funkcjonowania sportowców w sekcji – warunki, prawa i obowiązki sportowca.
- Poznanie zakresu zadań i obowiązków trenera na różnych etapach edukacji sportowca.
- Udział w trenerskich spotkaniach, naradach, odprawach szkoleniowo-metodycznych.
- Poznanie systemu i rodzajów współzawodnictwa prowadzonego przez polski związek sportowy oraz wojewódzkie i okręgowe związki sportowe dla poszczególnych kategorii wiekowych w określonej dyscyplinie sport.
- Poznanie formalnych wymogów pozwalających na udział we współzawodnictwie (wymogi formalne ze względu na wiek i płeć, poziom rozgrywek – karty zgłoszeń, licencja sportowca, umowy kontraktowe, książeczka zdrowia sportowca, badania lekarskie, protokół udziału w zawodach, protokoły meczowe, listy startowe, regulamin rozgrywek, regulamin zawodów itp.).
- Poznanie funkcji współzawodnictwa i organizacji widowni w zależności od poziomu rozgrywek.
- Poznanie sposobów organizowania zawodów sportowych.
- Poznanie zadań i funkcji instytucji i osób współpracujących w procesie edukowania sportowca w środowisku klubowym.
- Zapoznanie się z praktycznymi aspektami planowania i programowania procesu szkolenia sportowego.
- Poznanie specyfiki procesu treningowego poprzez czynny udział w jego realizacji:
 - ✓ obserwacja zajęć
 - ✓ hospitacja zajęć na różnych etapach i poziomach szkolenia sportowego,
 - ✓ kontrola procesu treningowego, diagnoza uzdolnień sportowca oraz obserwacja i analiza gry, walki, zawodów, treningu sportowca lub zespołu w różnych aspektach,
 - ✓ realizacja wyznaczonych zadań w jednostce treningowej – asystowanie, samodzielne prowadzenie zajęć,
 - ✓ sędziowanie meczów, walk, zawodów treningowych, kontrolnych i innych,
 - ✓ przygotowanie koncepcji meczu, walki, zawodów oraz kierowanie sportowcem lub zespołem w trakcie ich trwania: odprawa przed meczem, walką, zawodami, kierowanie sportowcem w trakcie współzawodnictwa, odprawa po meczu, walce, zawodach (m.in. analiza i ocena wyniku współzawodnictwa na tle wyznaczonych zadań).

CZĘŚĆ 4

Semestr 4

Przygotowanie i prowadzenie zajęć, kontrola i planowanie – 100 godzin

- Planowanie i programowanie procesu treningowego
- Czynny udział w realizacji procesu treningowego poprzez przygotowanie i prowadzenie zajęć na różnych etapach i poziomach szkolenia sportowego
- Kontrola procesu treningowego, diagnoza uzdolnień sportowca oraz obserwacja i analiza gry, walki, zawodów, treningu sportowca lub zespołu w różnych aspektach,
- Udział w odprawach przedmeczowych, przed zawodami, zapoznanie ze sposobami motywowania sportowców i wyznaczania celów i zadań treningowych, wynikowych i innych

Wykaz dokumentów niezbędnych do zaliczenia praktyki:

- **10 wypełnionych konspektów zajęć, które student prowadził**
- **projekt makrocyklu**
- **przykłady kontroli procesu treningowego**
- **codzienna realizacja zadań potwierdzona zapiskami w Dzienniku**
- **ankieta ewaluacyjna**
- **potwierdzenie z Klubu**

PLAN PRAKTYKI

| <i>L.p.</i> | <i>Data</i> | <i>Rodzaj zadania</i> | <i>Miejsce realizacji</i> | <i>Godziny</i> |
|-------------|-------------|-----------------------|---------------------------|----------------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| 12 | | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |
| 15 | | | | |
| 16 | | | | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |
| 21 | | | | |
| 22 | | | | |
| 23 | | | | |
| 24 | | | | |
| 25 | | | | |
| 26 | | | | |
| 27 | | | | |
| 28 | | | | |
| 29 | | | | |
| 30 | | | | |

.....
(podpis opiekuna klubowego)

REALIZACJA ZADAŃ PRAKTYKI

| <i>L.p.</i> | <i>Data</i> | <i>Godziny</i> | <i>Temat zajęć</i> | <i>Wykonywane zadania</i> | <i>Uwagi studenta</i> |
|-------------|-------------|----------------|--------------------|---------------------------|-----------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

REALIZACJA ZADAŃ PRAKTYKI

| <i>L.p.</i> | <i>Data</i> | <i>Godziny</i> | <i>Temat zajęć</i> | <i>Wykonywane zadania</i> | <i>Uwagi studenta</i> |
|-------------|-------------|----------------|--------------------|---------------------------|-----------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

REALIZACJA ZADAŃ PRAKTYKI

| <i>L.p.</i> | <i>Data</i> | <i>Godziny</i> | <i>Temat zajęć</i> | <i>Wykonywane zadania</i> | <i>Uwagi studenta</i> |
|-------------|-------------|----------------|--------------------|---------------------------|-----------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

REALIZACJA ZADAŃ PRAKTYKI

| <i>L.p.</i> | <i>Data</i> | <i>Godziny</i> | <i>Temat zajęć</i> | <i>Wykonywane zadania</i> | <i>Uwagi studenta</i> |
|-------------|-------------|----------------|--------------------|---------------------------|-----------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 1

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 2

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 3

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 4

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 5

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 6

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 7

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 8

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 9

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ – PROWADZENIE ZAJĘĆ

Prowadzenie zajęć – konspekt nr 10

Typ jednostki treningowej:.....

Cele jednostki treningowej:.....

Zadania główne

Motoryczność:.....

Umiejętności:.....

Postawy:.....

Formy organizacyjne(wiodące):.....

Formy metodyczne(wiodące):.....

Metoda treningowa (wiodąca):.....

Czas trwania treningu/zajęć:.....

| Przebieg zajęć | Zadania | Czas (liczba powtórzeń, serii itp.) | Uwagi (wskazanie roli studenta podczas prowadzenia – asysty) |
|----------------|---------|---|--|
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|

PROJEKT MAKROCYKLU – PLAN ORGANIZACJI SZKOLENIA

Przygotuj i przedstaw Opiekunowi plan organizacji szkolenia – projekt makrocyklu (przykładowy pusty dokument znajduje się poniżej)

ROK - **P l a n o r g a n i z a c j i s z k o l e n i a** dyscyplina sportu
grupa zawodnicza

| MIESIĄC | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | M-c | zgrupowania | | konsultacje | | zawody | | |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------------|-------------|------|-------------|------|--------|------|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | zagr. | kraj | zagr. | kraj | mn | kraj | |
| WRZESIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 | | | | | | |
| PAŹDZIERNIK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | |
| LISTOPAD | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3 | | | | | | |
| GRUDZIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | | | | | | |
| STYCZEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 5 | | | | | | |
| LUTY | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 6 | | | | | | |
| MARZEC | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 7 | | | | | | |
| KWIECIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 8 | | | | | | |
| MAJ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 9 | | | | | | |
| CZERWIEC | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 10 | | | | | | |
| LIPIEC | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | |
| SIERPIEŃ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | RAZEM : | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

zgrupowania
 zawody międzynarodowe
 zawody krajowe
 badania

zagr kraj mn - zagraniczne - krajowe - międzynarodowe

PROJEKT MAKROCYKLU (do wklejenia)

KONTROLA PROCESU TRENINGOWEGO

Przygotuj i przedstaw Opiekunowi dydaktycznemu przykłady kontroli procesu treningowego stosowane w Twojej dyscyplinie sportowej. Opisz sposoby kontroli procesu treningowego oraz dokonaj ich analizy. Sformułuj wnioski wpływające na poprawę walki sportowej.

BADANIA KONTROLNE

Dyscyplina sportu

| Rodzaj badania/testu |
|----------------------|
| |

| Wnioski z analizy |
|-------------------|
| |

OCENA OPIEKUNA

Proszę dokonać oceny wiedzy i umiejętności studenta (studentki), oznaczając w skali od 1 do 10 jego (jej) kwalifikacje. W przyjętej punktacji 10 oznacza ocenę najwyższą, a 1 – najniższą.

I. WIEDZA

- | | |
|--|----------------------|
| 1. Znajomość ogólnych celów i zadań na poszczególnych etapach szkolenia sportowego | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 2. Znajomość i rozumienie właściwości psychofizycznych sportowców | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 3. Znajomość i rozumienie specyfiki dyscypliny sportowej | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 4. Znajomość i rozumienie zasad bezpieczeństwa podczas realizacji zadań treningowych | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 5. Znajomość i rozumienie celów i zadań poszczególnych części jednostki treningowej | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 6. Znajomość zasad doboru środków treningowych do realizowanych celów i zadań | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 7. Znajomość sposobów motywowania sportowców do realizacji zadań | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 8. Znajomość sposobów diagnozowania, kształtowania i rozwijania zdolności motorycznych | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 9. Znajomość i rozumienie przepisów danej dyscypliny sportowej | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 10. Znajomość i rozumienie zasad planowania procesu szkoleniowo-wychowawczego | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 11. Znajomość i rozumienie wieloaspektowej kontroli procesu szkolenia | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |

Ogólnie wiedzę studenta/studentki w zakresie przygotowania teoretycznego oceniam na:

5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0

II. UMIEJĘTNOŚCI

- | | |
|--|----------------------|
| 1. Organizacji i prowadzenia zabaw, gier oraz ćwiczeń | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 2. Doboru zabaw, gier i ćwiczeń do właściwości psychofizycznych sportowców | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 3. Doboru zabaw, gier i ćwiczeń do tematu jednostki treningowej | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |

| | |
|---|----------------------|
| 4. Diagnozowania sprawności sportowca – zdolności i umiejętności | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 5. Nauczania i doskonalenia czynności ruchowych składających się na dyscyplinę | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 6. Kształtowania i rozwijania zdolności motorycznych sportowca | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 7. Planowania metodyki nauczania i doskonalenia czynności i działań | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 8. Pokazu i demonstracji podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 9. Przekazu informacji podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 10. Kontroli i korekty podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 11. Przygotowania i prowadzenia dokumentacji procesu treningowego (np. konspekt jednostki treningowej) | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 12. Motywowania sportowców do realizacji zadań w czasie treningu | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |

Ogólnie umiejętności studenta/studentki oceniam na:

5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0

III. POSTAWA

| | |
|--|----------------------|
| 1. Zaangażowanie w realizację zadań praktyki | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 2. Stosunek do sportowców | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 3. Stosunek do trenera | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 4. Punktualność | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 5. Zaangażowanie w przygotowanie się do prowadzenia zajęć | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 6. Kultura słowa | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |
| 7. Estetyka ubioru | 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1 |

Ogólnie postawę studenta/studentki w czasie praktyki oceniam na:

5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0

UWAGI OPIEKUNA DYDAKTYCZNEGO I OCENA KOŃCOWA Z PRAKTYKI

(przy uwzględnieniu wymaganych efektów kształcenia)

Uzyskane efekty w zakresie wiedzy:

.....
.....
.....

Uzyskane efekty w zakresie umiejętności:

.....
.....
.....

Uzyskane efekty w zakresie kompetencji:

.....
.....
.....

Ocena końcowa:.....

Opiekun dydaktyczny praktyk

Data:

Podpis: