

Praktyka specjalność Trener Przygotowania Motorycznego – semestr 2

Celem praktyki realizowanej w zakresie przygotowania motorycznego w podmiocie (klub sportowy, akademia, związek sportowy, kadra narodowa) prowadzącym zorganizowane szkolenie i uczestniczącym we współzawodnictwie sportowym, jest:

- zapoznanie studenta z warunkami realizacji treningu przygotowania motorycznego
- diagnoza mocnych i słabych stron realizacji kluczowych obszarów treningu przygotowania motorycznego
- zaznajomienie studenta z metodami oceny potencjału ruchowego i motorycznego zawodników, planowania, programowania oraz monitorowania obciążeń treningowych
- przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia jednostek treningowych o charakterze motorycznym
- zwiększenie kompetencji studenta w zakresie współpracy w sztabie treningowym

Realizacja praktyki w wymiarze 200 godzin odbywa się w dwóch semestrach (po 100 godzin) i realizowana jest w trzech blokach:

- BLOK I Obserwacja i diagnoza potencjału technicznego i merytorycznego podmiotu
- BLOK II Ocena potencjału motorycznego i planowanie obciążeń treningowych zawodników
- BLOK III Realizacja treningu motorycznego

Klub sportowy, akademia, związek sportowy lub kadra narodowa, przyjmując studenta na praktykę, zobowiązuje się zapewnić studentowi:

a) możliwość wykonania następujących zadań:

- zapoznanie się ze strukturą organizacyjno-szkoleniową klubu sportowego/akademii/institucji prowadzących zorganizowany trening sportowy na różnych etapach szkolenia w zakresie treningu motorycznego (m.in. poznanie sekcji sportowych, kategorii wiekowych, dostępnych obiektów i sprzętu specjalistycznego)
- poznanie zasad współpracy, funkcji i kompetencji osób odpowiedzialnych za rozwój sportowców w sztabie treningowym (m. in. kierownika sekcji, trenera głównego, asystenta)
- poznanie zakresu zadań i obowiązków trenera przygotowania motorycznego oraz fizjoterapeuty na różnych etapach edukacji sportowca w zakresie treningu motorycznego (diagnoza poziomu zdolności motorycznych i deficytów narządu ruchu, planowanie, programowanie środków i obciążeń treningowych, monitorowanie obciążeń treningowych, diagnozowanie gotowości zawodnika w procesie powrotu po kontuzji do pełnych obciążeń w treningu specjalistycznym, planowanie procesu regeneracji)
- diagnoza potencjału ruchowego oraz poziomu zdolności motorycznych zawodników i zaplanowanie na tej podstawie obciążeń treningowych, zgodnie z wymaganiami realizowanego treningu
- hospitacja zajęć treningowych, ze szczególnym uwzględnieniem części związanej z przygotowaniem motorycznym

b) odpowiednie warunki pracy

c) opiekuna praktyki z ramienia klubu/akademii/institucji (trener przygotowania motorycznego lub fizjoterapeuta)

d) w porozumieniu z trenerem, badań wykorzystywanych np. do tworzenia projektów

e) systematyczny nadzór nad realizacją programu praktyki

f) ocenę działalności studenta na praktyce

Praktyka w semestrze 2 obejmuje 100 godzin dydaktycznych, które podzielone są blokowo zgodnie z realizowanymi zadaniami:

BLOK I Obserwacja i diagnoza potencjału technicznego i merytorycznego podmiotu

- 15 godz. – diagnoza w zakresie struktury organizacyjnej, infrastruktury i sprzętu
- 15 godz. – diagnoza w zakresie zadań i kompetencji członków sztabu szkoleniowego
- 15 godz. – diagnoza w zakresie zadań trenera przygotowania motorycznego/fizjoterapeuty

BLOK II Ocena potencjału motorycznego i planowanie obciążeń treningowych zawodników

- 25 godz. - hospitacja jednostek treningowych i procedur startowych
- 15 godz. – diagnoza w zakresie potencjału ruchowego i motorycznego
- 15 godz. – planowanie i programowanie treści treningowych zgodnie z wynikami diagnozy

Warunkiem zaliczenia praktyk w każdym semestrze jest:

- ustalenie miejsca realizacji praktyk do dwóch tygodni od daty opublikowania zarządzenia i rozpoczęcie ich realizacji
- redagowanie wykonywanych zadań w elektronicznej wersji raportu
- terminowe przesłanie raportu w wersji elektronicznej (plik *.pdf) na adres kamil.michalik@awf.wroc.pl i akceptacja złożonego raportu, w którym udokumentowane zostaną zrealizowane zadania u opiekuna dydaktycznego
- terminowe dostarczenie skierowania i zaświadczenia o odbyciu praktyk (do Dział Praktyk i Obozów, p. 062, P2).