

Andrzej Dudkowski, Jarosław Nosal

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
WE WROCŁAWIU  
WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**DZIENNIK PRAKTYK SPECJALISTYCZNYCH  
SPECJALNOŚCI SPORT SZKOLNY**

.....  
**NAZWISKO I IMIĘ STUDENTA**

.....  
**NAZWA PLACÓWKI**

.....  
**OPIEKUN SZKOLNY/KLUBOWY**

.....  
**OPIEKUN DYDAKTYCZNY**

.....  
**ROK AKADEMICKI**

## Spis treści

<b>1. Regulamin praktyki</b>	<b>3</b>
<b>2. Organizacja praktyki</b>	<b>7</b>
<b>3. Plan praktyki</b>	<b>9</b>
<b>4. Realizacja planu praktyki</b>	<b>10</b>
<b>5. Obserwacja zajęć</b>	<b>12</b>
<b>6. Hospitacja zajęć</b>	<b>14</b>
<b>7. Asystowanie w zajęciach</b>	<b>19</b>
<b>8. Samodzielne prowadzenie zajęć sportowych</b>	<b>29</b>
<b>9. Obserwacja zawodów sportowych</b>	<b>49</b>
<b>10. Organizacja zawodów sportowych, turnieju</b>	<b>51</b>
<b>11. Diagnoza sprawności fizycznej</b>	<b>52</b>
<b>12. Struktura organizacyjna klubu</b>	<b>55</b>
<b>13. Potwierdzenie realizacji programu praktyki specjalistycznej</b>	<b>56</b>

**REGULAMIN  
PRAKTYK ZAWODOWYCH (SPECJALISTYCZNYCH)  
DLA KIERUNKU WYCHOWANIE FIZYCZNE NA WYDZIALE WYCHOWANIA  
FIZYCZNEGO  
AKADEMII WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU**

**Rozdział 1  
POSTANOWIENIA OGÓLNE**

§ 1

1. Praktyki zawodowe (specjalistyczne) 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 (dla III roku) i II stopnia (dla II roku).
2. Praktyki zawodowe (specjalistyczne) realizowane są w określonych instytucjach zależnych od rodzaju specjalności, na podstawie porozumienia między Akademią a tą instytucją.
3. Porozumienie to zostaje zawarte na określony termin pomiędzy Rektorem AWF we Wrocławiu i Dziekanem Wydziału Wychowania Fizycznego a Dyrektorem 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, **podstawę prawną wynagrodzenia opiekuna z instytucji przyjmującej.**
5. Osobą odpowiedzialną za organizację i realizację praktyk zawodowych (specjalistycznych) jest opiekun specjalności (strona merytoryczna) oraz pracownik Pracowni Praktyk Pedagogicznych (strona formalna).
6. Regulamin określa ogólne zasady organizacji praktyk zawodowych (specjalistycznych). Szczegółowe informacje dotyczące programu praktyki znajdują się w dzienniku praktyk.

**CELE PRAKTYKI ZAWODOWEJ (SPECJALISTYCZNEJ)**

§ 3

1. Celem praktyk zawodowych (specjalistycznych) jest zdobywanie doświadczenia związanego z realizacją wybranej 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 (hospitacji): zajęć prowadzonych przez opiekuna praktyk (innych pracowników) instytucji gdzie odbywana jest praktyka; interakcji z uczestnikami zajęć; sposobu integrowania przez opiekuna praktyk różnej działalności, działań podejmowanych przez opiekuna praktyk na rzecz zapewnienia bezpieczeństwa i zachowania dyscypliny;
  - c) Planowanie i prowadzenie zajęć pod nadzorem opiekuna praktyk

- d) Analizowanie, przy pomocy opiekuna praktyk, przebiegu prowadzonych zajęć
  - e) Skuteczne współdziałanie z opiekunem praktyk w celu poszerzenia swojej wiedzy.
2. Szczegółowe cele i zadania poszczególnych praktyk zawodowych (specjalistycznych) oraz prawa i obowiązki studentów/tek Akademii dotyczące realizacji praktyk zamieszczone są w odpowiednim dla specjalności Dzienniku praktyk.
  3. W wyniku realizowanych w trakcie praktyki zadań student nabeździe praktyczne umiejętności niezbędne do wykonywania działań w wybranej dodatkowej 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, nauczyciela – 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 WF 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, umowa, dziennik) – wydruk z odpowiedniej dla specjalności zakładki – strona WWW 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. odbyć praktykę w wyznaczonym przez Akademię miejscu i terminie.

- d. zrealizować wszystkie zadania wynikające z programu praktyki.
  - e. złożyć w Pracowni Praktyk Pedagogicznych: dziennik praktyki, skierowanie i umowę, najpóźniej w trzecim dniu po zakończeniu praktyki (chyba, że wystąpią inne ustalenia).
  - i. uzyskać pozytywną ocenę za prowadzoną dokumentację oraz swoją pracę.
7. Student/ka zobowiązany jest do wykonania zadań praktyki w sobotę i niedzielę, jeżeli wynika to z zadań edukacyjnych realizowanych przez szkołę, w której odbywa praktykę.

## **Rozdział 2**

### **RODZAJE PRAKTYK**

#### § 5

1. Studenci realizują 120 godzin praktyki zawodowej (specjalistycznej):
  - a) na I stopniu studiów stacjonarnych i niestacjonarnych – zaliczenie w semestrze 6.
  - b) na II stopniu studiów stacjonarnych i niestacjonarnych – zaliczenie w semestrze 4.

## **Rozdział 3**

### **ORGANIZACJA I MIEJSCE PRAKTYK**

#### § 6

1. Praktyka jest realizowana pod nadzorem opiekuna z ramienia instytucji przyjmującej, nauczyciela akademickiego – opiekuna danej specjalności (powołanego w Zarządzeniu Dziekana Wydziału WF) i pracownika administracyjnego Uczelni – Pracowni Praktyk Pedagogicznych.
2. Studenci studiów stacjonarnych i niestacjonarnych odbywają praktykę zawodową (specjalistyczną) w placówkach zlokalizowanych na terenie kraju.

### **OBOWIĄZKI OPIEKUNA instytucji przyjmującej**

#### § 7

1. Opiekunem praktyk zawodowych może zostać osoba, która posiada przygotowanie zawodowe w danej specjalności. W przypadku szkoły powinien być to nauczyciel mianowany lub dyplomowany zatrudniony w pełnym wymiarze godzin.
2. Opiekun prowadzi nadzór i opiekę nad studentem/ką realizującym praktykę oraz umożliwia studentowi/ce realizację zadań wynikających z programu praktyki zgodnie z ustaloną kolejnością oraz nadzoruje jakość ich wykonania.
3. Aktywizuje studenta/kę do praktycznej weryfikacji wiedzy i umiejętności
4. Wspólnie ze studentem/ką ustala ramowy plan pracy studenta/ki i akceptuje jego zapis w dzienniku praktyki najpóźniej w 3 dniu praktyki.
5. Omawia ze studentem/ką jakość realizacji poszczególnych zadań praktyki.
6. Zobowiązany jest do natychmiastowego powiadomienia pracownika Pracowni Praktyk Pedagogicznych w przypadku nierzetelnego realizowania przez studenta/kę zadań praktyki pedagogicznej (np. spóźnianie się, nie przestrzeganie wyznaczonych godzinowych limitów dziennych i tygodniowych przebywania w szkole, braki w obowiązującej dokumentacji praktyki, itp.).
7. Po sprawdzeniu dokumentacji praktyki, realizacji jej zadań, ustala ocenę końcową oraz wpisuje ocenę do arkusza oceny studenta.

## **OBOWIĄZKI PRACOWNIKÓW UCZELNI**

### **§ 8**

1. Stronę merytoryczną praktyki zawodowej (specjalistycznej) przygotowuje i organizuje opiekun danej specjalności powołany przez Dziekana Wydziału WF (opracowanie dziennika praktyk, organizacja zebrania informacyjnego przed praktykami, ocena realizacji zadań praktyki na podstawie dziennika i oceny opiekuna instytucji przyjmującej)
2. Nad stroną formalną realizacji praktyk pełni nadzór pracownik administracyjny Akademii.

Pracownik ten: zbiera i rozlicza porozumienia i umowy, 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 – opiekun praktyki zawodowej (specjalistycznej).

## **KOSZTY I WYNAGRODZENIE**

### **§ 9**

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. Studenci odbywający praktykę specjalistyczną w szkołach zobowiązani są także do posiadania aktualnej książeczki zdrowia dla celów sanitarno-epidemiologicznych potwierdzonej aktualnymi wynikami badań.
3. Wynagrodzenie za praktykę otrzymuje opiekun instytucji przyjmującej w ramach umowy cywilno-prawnej zawartej z Akademią.

## **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

### **§ 10**

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.

## 2. ORGANIZACJA PRAKTYKI

### Przydział godzin na realizację poszczególnych zadań

1. **Plan praktyki** **4 godz.**
2. **Poznanie specyfiki zajęć sportowych w środowisku szkolnym i klubowym na różnych etapach edukacji ucznia-sportowca w klasach I-VIII** **10 godz.**
  - ∅ Obserwacja zajęć 2 godz.
  - ∅ Hospitacja zajęć – łącznie 4 protokoły hospitacji zajęć 8 godz.
3. **Przygotowanie do samodzielnego realizowania części zajęć sportowych w ramach SKS, UKS, SMS bądź w Klubie Sportowym (10 konspektów asysty)** **8 godz.**
  - ∅ Przygotowanie konspektów asysty prowadzenia rozgrzewki na zadany temat (4 konspekty) 3 godz.,
  - ∅ Przygotowanie konspektów asysty prowadzenia części głównej na zadany temat (6 konspektów) 5 godzin;
4. **Nabywanie umiejętności samodzielnego realizowania jednej z części zajęć sportowych (łącznie 10 konspektów):** **10 godz.**
  - ∅ Prowadzenie rozgrzewki – praktyczna realizacja 4 przygotowanych konspektów
  - ∅ Prowadzenie części głównej – praktyczna realizacja 6 przygotowanych konspektów
5. **Przygotowanie do samodzielnego realizowania całości zajęć sportowych w ramach SKS, UKS, SMS bądź w Klubie Sportowym (10 konspektów)** **20 godz.**
6. **Nabywanie umiejętności samodzielnego realizowania całości zajęć sportowych (realizacja praktyczna 10 jednostek treningowych)** **20 godz.**
7. **Poznanie specyfiki prowadzenia sportowca, zespołu na różnych etapach szkolenia sportowego w czasie zawodów sportowych** **10 godz.**
  - ∅ Obserwacja zawodów szkolnych, międzyszkolnych lub klubowych – łącznie 2 protokoły hospitacji zawodów sportowych zawierające – miejsce zawodów, ranga, kategoria wiekowa, system organizacji gry w ataku i obronie itp.)
8. **Nabywanie umiejętności organizowania zawodów sportowych np. turnieju, festynu, meczu sportowego, walki sportowej itp.:** **12 godz.**
  - ∅ **Pośrednie:** stworzenie regulaminu zawodów, programu, systemu rozgrywek, protokołów itp. 6 godz.
  - ∅ **Bezpośrednie** uczestnictwo w organizacji turnieju:
    - student bierze udział w przygotowaniu turnieju, a następnie czynnie uczestniczy w nim, a po jego zakończeniu **zamieszcza w dokumentacji praktyki konspekt organizacji turnieju**, (min. program, system rozgrywek, regulamin rozgrywek, plan minutowy, funkcje i role organizatorów itp.) oraz **sprawozdanie z pełnionej funkcji podczas zawodów** 6 godz.

- 9. Poznanie struktury organizacyjnej Szkolnego Klubu Sportowego, Uczniowskiego Klubu Sportowego, Szkoły Mistrzostwa Sportowego bądź też Klubu Sportowego, w którym student realizuje praktykę** **6 godz.**
- Ø - schemat struktury organizacyjnej klubu sportowego
  - liczba grup treningowych i ich liczebność
  - liczba trenerów i specjalistów prowadzących zajęcia
  - warunki realizacji procesu treningowego (boiska, hale sportowe, siłownia itp.)
- 10. Diagnoza sprawności fizycznej uczniów-sportowców** **12 godz.**
- Ø Przygotowanie do diagnozy (wybór testu, narzędzi pomiaru itp.) 8 godz.
  - Ø Przeprowadzenie diagnozy 4 godz.
- 11. Inne zadania wynikające ze specyfiki praktyki** **8 godz.**
- Ø Uzupełnienie dziennika praktyki 8 godz.
-



### 3. PLAN PRAKTYKI

Plan praktyki specjalistycznej uzgodniony z opiekunem klubowym bądź szkolnym.

Lp.	Data	Rodzaj zadania	Miejsce realizacji	Godziny realizacji
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.				
32.				
33.				
34.				
35.				
36.				
37.				
38.				
39.				
40.				

W miejscu rodzaj zadania należy wpisać;

H – hospitacja, A – asysta, O – obserwacja, PR – prowadzenie rozgrzewki, PG – prowadzenie części głównej, PT – prowadzenie jednostki treningowej, I – inne (wywiady, uczestnictwo w turnieju, struktury organizacyjne klubu, szkoły, UKS, SKS, SMS).

#### 4. REALIZACJA PLANU PRAKTYKI

Rodzaj zadania: O – obserwacja, H – hospitacja, A – asysta, P - prowadzenie

Lp.	Data	Grupa wiekowa	Treść zadania/Temat jednostki treningowej	Podpis nauczyciela
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.				
32.				
33.				
34.				
35.				
36.				
37.				
38.				
39.				
40.				

## 5. OBSERWACJA ZAJĘĆ

Student podczas realizacji praktyki specjalistycznej jest zobowiązany do przeprowadzenia 2 godzin obserwacji zajęć sportowych.

Jedna godzina dotyczy obserwacji pracy nauczyciela-trenera, druga godzina dotyczy obserwacji ucznia-sportowca podczas zajęć.

### Arkusze obserwacji nauczyciela

Lp.	Obserwacja pracy nauczyciela	Uwagi
1.	Przygotowanie miejsca ćwiczeń	
2.	Dobór tematu lekcji	
3.	Uświadomienie uczniom celu i zadań lekcji	
4.	Wykorzystanie środków dydaktycznych	
5.	Różnorodność zastosowanych metod i form	
6.	Organizacja pracy (manewrowanie grupą, aktywizacja)	
7.	BHP podczas zajęć	
8.	Wykorzystanie czasu zajęć	
9.	Przekazywanie informacji	
10.	Zaangażowanie nauczyciela	
11.	Postawa (sposób objaśniania, dykcja, modulacja głosu, sprawność osobista)	

### Arkusz obserwacji ucznia-sportowca

<b>Lp.</b>	<b>Obserwacja ucznia:</b>	<b>Uwagi</b>
1.	Interakcja N-U (atmosfera	
2.	Dyscyplina	
3.	Sprawność reagowania	
4.	Zrozumienie instrukcji	
5.	Zaangażowanie	
6.	Interakcje (U-U, U-U-U, itp.)	
7.	Realizacja zadań	
8.		



## 6. HOSPITACJA ZAJĘĆ

Student podczas realizacji praktyki specjalistycznej jest zobowiązany do przeprowadzenia 8 godzin hospitacji zajęć.

### OBSZARY HOSPITACJI:

#### 1. Organizacja zajęć

- a) przygotowanie miejsca, przyrządów i przyborów do zajęć
- b) przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy
- c) podział i rozmieszczenie grup ćwiczebnych
- d) efektywność wykorzystania czasu zajęć
- e) czas przeznaczony na poszczególne części zajęć
- f) wykorzystanie przyborów i przyrządów

#### 2. Realizacja tematu i zadań zajęć

- a) zgodność tematu z zaproponowanymi zadaniami
- b) dobór środków realizacji zadań
- c) dobór form i metod do realizowanych zadań
- d) różnorodność i indywidualizacja zadań
- e) skala stopniowania trudności proponowanych zadań
- f) przebieg krzywej natężenia wysiłku podczas zajęć
- g) oddziaływania wychowawcze

#### 3. Zachowanie uczniów, sportowców w czasie zajęć

- a) zainteresowanie i aktywność sportowców podczas zajęć
- b) reagowanie na komunikaty ( bodźce, sygnały, komendy ) prowadzącego
- c) sprawność sportowców
- d) ujawniane emocje w trakcie zajęć

#### 4. Postawa prowadzącego

- a) typ prowadzącego zajęcia
- b) model kierowania sportowcem, grupą sportowców
- c) aktywność i poziom empatii prowadzącego
- d) zasadność i skuteczność stosowania czynności trenerskich (opisujące, informacyjne, naprowadzające, motywujące, kontrolne, korygujące)
- e) sposoby komunikacji dydaktycznej ( werbalna, wzrokowa, czuciowa)
- f) stosowanie pokazu i instruowania
- g) ustawianie się podczas przekazu informacji
- h) jasność i zrozumienie przekazywanych informacji
- i) sposób zwracania się do sportowców, modulacja głosu
- j) etyka ubioru prowadzącego
- k) panowanie nad przebiegiem zajęć i emocjami sportowców
- l) umiejętność modyfikowania zadań i celów zajęć

## PROTOKOŁY HOSPITACJI

### PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ 1 (obszar hospitacji.....)

Data:.....Miejsce zajęć:..... Prowadzący:..... Liczba uczestników:.....

Kategoria wiekowa:.....Środowisko (Klub Sportowy, UKS, SKS, SMS):.....

Temat zajęć (zadanie główne):.....

.....

Zadania szczegółowe:.....

.....

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ 2 (obszar hospitacji.....)**

Data:.....Miejsce zajęć:..... Prowadzący:..... Liczba uczestników:.....

Kategoria wiekowa:.....Środowisko (Klub Sportowy, UKS, SKS, SMS):.....

Temat zajęć (zadanie główne):.....

.....

Zadania szczegółowe:.....

.....

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA



**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ 3 (obszar hospitacji.....)**

Data:.....Miejsce zajęć:..... Prowadzący:..... Liczba uczestników:.....

Kategoria wiekowa:.....Środowisko (Klub Sportowy, UKS, SKS, SMS):.....

Temat zajęć (zadanie główne):.....

.....

Zadania szczegółowe:.....

.....

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ 4 (obszar hospitacji.....)**

Data:.....Miejsce zajęć:..... Prowadzący:..... Liczba uczestników:.....

Kategoria wiekowa:.....Środowisko (Klub Sportowy, UKS, SKS, SMS):.....

Temat zajęć (zadanie główne):.....

.....

Zadania szczegółowe:.....

.....

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA



## 7. ASYSTOWANIE W ZAJĘCIACH

Student podczas praktyki specjalistycznej jest zobowiązany do przeprowadzenia 4 godzin asyst części wstępnej (4 konspekty części wstępnej) oraz 6 godzin asyst części głównej (6 konspektów części głównej).

### KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

**ASYSTA CZĘŚCI WSTĘPNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 1 data.....)**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:.....Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI WSTĘPNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 2 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:.....Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI WSTĘPNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 3 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:.....Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI WSTĘPNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 4 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:.....Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI GŁÓWNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 1 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:.....Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI GŁÓWNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 2 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			



## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI GŁÓWNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 3 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI GŁÓWNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 4 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### ASYSTA CZĘŚCI GŁÓWNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 5 data.....)

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## KONSPEKTY ZAJĘĆ - ASYSTA

### **ASYSTA CZĘŚCI GŁÓWNEJ- KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ (nr 6 data.....)**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....

Trener/Nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....

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	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi
<b>Część wstępna</b>			
<b>Część główna</b>			
<b>Część końcowa</b>			

## 8. SAMODZIELNE PROWADZENIE ZAJĘĆ SPORTOWYCH

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 1 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<b>Część wstępna</b> (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 2 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			



**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 3 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 4 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 5 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 6 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			



**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 7 data.....

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 8 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 9 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			

**PROWADZENIE - KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

**nr 10 data.....**

Klub sportowy/SKS.....Kategoria wiekowa:.....  
 Trener/nauczyciel..... Miejsce treningu:..... Godzina rozpoczęcia:.....  
 Temat jednostki treningowej:.....  
 Cele jednostki treningowej:.....  
 Zadania główne  
 Motoryczność.....  
 Umiejętności:.....  
 Postawy:.....  
 Formy organizacyjne(wiodące):.....Formy metodyczne(wiodące):.....  
 Metoda treningowa(wiodąca):.....Czas trwania treningu.....

Przebieg zajęć	Treść zadania	Czas/liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjno-metodyczne
<p><b>Część wstępna</b>                      (czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej)</p>			

<b>Część główna</b> <b>(ćwiczenie realizujące</b> <b>cel i zadania jednostki</b> <b>treningowej)</b>			
<b>Część końcowa</b> <b>(czynności</b> <b>organizacyjno</b> <b>porządkowe, ćwiczenia</b> <b>kompensacyjno-</b> <b>rozluźniające,</b> <b>podsumowanie zajęć)</b>			



## 9. OBSERWACJA ZAWODÓW SPORTOWYCH

Student podczas realizacji praktyki specjalistycznej jest zobowiązany do przeprowadzenia dwóch obserwacji zawodów szkolnych, międzyszkolnych lub klubowych (miejsce zawodów, ranga, kategoria wiekowa, warunki gry, system organizacji gry w ataku i obronie, sposoby realizacji stałych fragmentów gry w ataku i obronie).

### PROTOKÓŁ OBSERWACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH nr 1 – GRY itp.

**OBSZAR/ CEL OBSERWACJI.....**

Data:..... Miejsce zawodów:..... Prowadzący:..... Liczba uczestników:...  
Kategoria wiekowa..... Rodzaj zawodów.....  
Zespół/zawodnik(nazwa klubu/imię i nazwisko).....  
Przeciwnik(nazwa klubu/imię i nazwisko).....  
Wynik zawodów sportowych.....

OBSERWACJA ZAWODÓW	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**PROTOKÓŁ OBSERWACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH nr 2 – GRY itp.**  
**OBSZAR/ CEL OBSERWACJI.....**

Data:..... Miejsce zawodów:..... Prowadzący:..... Liczba uczestników:...  
Kategoria wiekowa..... Rodzaj zawodów.....  
Zespół/zawodnik(nazwa klubu/imię i nazwisko).....  
Przeciwnik(nazwa klubu/imię i nazwisko).....  
Wynik zawodów sportowych.....

OBSERWACJA ZAWODÓW	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA



## 10. ORGANIZACJA ZAWODÓW SPORTOWYCH, TURNIEJU

Nabywanie umiejętności organizowania zawodów sportowych np. turnieju, festynu, meczu, polegające na **przygotowaniu** oraz **bezpośrednim** uczestnictwie w organizacji przedsięwzięcia:

- student uczestniczy czynnie np. w organizacji turnieju, a po jego zakończeniu **zamieszcza w dokumentacji opis organizacji zawodów, turnieju**, (min. program, system rozgrywek, regulamin rozgrywek, plan minutowy, funkcje i role organizatorów itp.) oraz **sprawozdanie z pełnionej funkcji**.

OPIS ORGANIZACJI ZAWODÓW, TURNIEJU – SPRAWOZDANIE Z PEŁNIONEJ FUNKCJI  
(wklej lub opisz)

OPIS ORGANIZACJI ZAWODÓW, TURNIEJU – SPRAWOZDANIE Z PEŁNIONEJ  
FUNKCJI(c.d.)



## DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Niezwykle istotnym elementem w procesie kształcenia młodego gracza jest dążenie do uzyskania jak największego poziomu tych cech i zdolności, które mają silny związek z podwyższeniem poziomu gry u zawodnika. Dotyczy to zarówno cech somatycznych osobowościowych jak i zdolności motorycznych i umysłowych. Na każdym etapie kształcenia gracz powinien być poddawany diagnozie w celu zaplanowania dalszego treningu sportowego. Jednym z podstawowych zadań szkolenia, na wstępnym etapie, jest rozwój sprawności fizycznej zawodników, która bezpośrednio przekłada się na wynik końcowy. Sprawność ta przejawia się w różnych formach; sprawności fizycznej ogólnej, ukierunkowanej i specjalnej.

Nie można jednoznacznie stwierdzić, które elementy warunkują osiągnięcie mistrzostwa sportowego przez zawodnika. Dlatego też, w pracy szkoleniowej trener powinien uwzględniać wszystkie elementy wpływające na rozwój sportowy zawodnika oraz poddawać je stałej kontroli. W zależności od potrzeb, sprawdziany i testy mogą być pomocne trenerowi jako kryterium selekcyjne, a także oceniać postępy opanowania umiejętności sportowych zawodnika

Sprawność ogólną utożsamia się z wszechstronnym kształtowaniem i wzmocnieniem organizmu, rozwojem funkcji poszczególnych układów i organów, podniesieniem poziomu zdolności motorycznych, wyrównaniem braków. Określa aktualną możliwość wykonania czynności ruchowych wymagających zaangażowania podstawowych zdolności motorycznych, a więc: siły, szybkości i wytrzymałości.

Sprawność ukierunkowana umożliwia graczowi wykonywanie działań i czynności w specyficznych dla dyscypliny warunkach zawodów sportowych. Sprawność ta umożliwia kształtowanie typowych kompetencji sportowo-motywacyjnych charakterystycznych dla dyscypliny w warunkach treningowych.

Sprawność specjalna - to umiejętność działania w grze (właściwej lub grach szkolnych), kształtuje się ją w warunkach meczowych, przy odpowiedzialności zawodnika za wynik.

Diagnoza przeprowadzona winna zostać wybranym, wystandaryzowanym testem.

### Wyniki diagnozy

**Wyniki diagnozy c.d.**



## **STRUKTURA ORGANIZACYJNA KLUBU**

W trakcie praktyki specjalistycznej student ma za zadanie zapoznać się ze strukturą organizacyjną klubu sportowego SKS, UKS, SMS, KS.

Wizyta w klubie sportowym i przygotowanie przez studenta:

- Ø - schematu struktury organizacyjnej klubu sportowego,
- Ø - liczba grup treningowych i ich liczebność,
- Ø - liczba trenerów i specjalistów prowadzących zajęcia,
- Ø - warunki realizacji procesu treningowego (boiska, hale sportowe, siłownia itp.).

SPRAWOZDANIE Z WIZYTY W KLUBIE

**POTWIERDZENIE REALIZACJI PROGRAMU PRAKTYKI SPECJALISTYCZNEJ, UWAGI I OCENA  
KOŃCOWA OPIEKUNA DYDAKTYCZNEGO Z UCZELNI**

Miejscowość .....data.....

**POTWIERDZENIE  
realizacji programu praktyki w klubie sportowym, SKS, UKS, SMS**

Zaświadczam się, że student/ka Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu

.....

odbył/a praktykę specjalistyczną w Klubie Sportowym, SKS, UKS, SMS:

.....

w sekcji.....

Trenerem/opiekunem z ramienia Klubu Sportowego, szkoły był.....

Ocena końcowa wystawiona przez trenera/opiekuna  
to:.....

.....  
pieczęć klubu, szkoły

.....  
data i podpis trenera

**OPINIA I OCENA KOŃCOWA OPIEKUNA DYDAKTYCZNEGO Z UCZELNI**

**OPINIA**

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

**ZESTAWIENIE OCEN:**

a) ocena trenera/opiekuna klubowego, szkolnego                   —                   .....  
b) ocena opiekuna dydaktycznego   —                   .....

**OCENA KOŃCOWA(zaznacz): 5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0**

Wrocław, .....

.....  
Podpis opiekuna dydaktycznego