



Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu  
Katedra Zespołowych Gier Sportowych  
51-684 Wrocław, ul. Mickiewicza 58  
tel. 71/3473545 fax 3473562

Jarosław Nosal  
Marek Lewandowski

**DZIENNIK ZAWODOWYCH  
PRAKTYK STUDENCKICH  
SPECJALNOŚĆ TRENERSKA  
WYDZIAŁ NAUK O SPORCIE**

**KLUB SPORTOWY**

pełna nazwa  
klubu sportowego

adres klubu sportowego  
*ulica, numer,  
kod pocztowy,  
miejscowość*

termin praktyki

imię i nazwisko studenta

prezes klubu sportowego

opiekun z klubu sportowego

opiekun dydaktyczny  
z Uczelni

## **SPIS RZECZY**

1. Program zawodowych praktyk studenckich, **3**
2. Zadania szczegółowe do zrealizowania w trakcie praktyki, **5**
3. Kryteria zaliczenia praktyki oraz obowiązki studenta, **7**
4. Plan praktyki, **8**
  - Realizacja planu praktyki, **9**
5. Hospitacje zajęć, **13**
  - Protokoły hospitacji zajęć, **14**
6. Hospitacje zawodów sportowych, **21**
  - Protokoły hospitacji zawodów sportowych, **22**
7. Obserwacja, analiza i ocena zawodów sportowych (tendencje rozwojowe dyscypliny sportowej), **30**
8. Organizacja zawodów sportowych, **36**
9. Struktura organizacyjna związku sportowego i system współzawodnictwa, **40**
10. Asystowanie w zajęciach, **43**
  - Konspekty jednostki treningowej, **44**
11. Prowadzenie zajęć, **52**
  - Konspekty jednostki treningowej, **53**
12. Planowanie pracy – mikrocykl, plan półroczny, **63**
13. Sprawozdanie studenta, **66**
14. Samoocena studenta, **68**
15. Ocena i uwagi opiekuna z klubu sportowego, **71**

### Dodatkowa dokumentacja

Potwierdzenie realizacji programu praktyki  
oraz opinia i ocena końcowa opiekuna z Uczelni

#### *Komitet Wydawniczy*

Tadeusz Bober  
Bogusława Idzik (sekretarz)  
Artur Jaskólski  
Lesław Kulmatycki  
Zbigniew Naglak  
Krystyna Rożek-Piechura (przewodnicząca)  
Alicja Rutkowska-Kucharska  
Marek Woźniewski

#### *Redakcja i opracowanie graficzne*

Beata Irzykowska

#### *Korekta*

Anna Miecznikowska

© Copyright by Wydawnictwo AWF Wrocław, 2009

ISBN 978-83-89156-92-1



Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu  
51-612 Wrocław, al. I.J. Paderewskiego 35  
[www.awf.wroc.pl/wydawnictwo](http://www.awf.wroc.pl/wydawnictwo)  
Wydanie I (poprawione).

# 1. PROGRAM ZAWODOWYCH PRAKTYK STUDENCKICH

Kierunek studiów :	sport
Tryb studiów:	stacjonarne, niestacjonarne
Specjalność:	trenerska
LICZBA GODZIN:	3 semestr (75 godz.), 4 semestr (75 godz.), 5 semestr (100 godz.)

## OGÓLNE CELE 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
- 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 ze sposobem planowania i programowania procesu szkolenia sportowego.
- Czynny udział w realizacji procesu treningowego:
  - 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).

## ZADANIA PRAKTYKI Z ZAKRESU:

- Organizacji szkolenia w klubie sportowym:
  - poznanie statusu oraz ogólnej struktury organizacyjnej klubu sportowego,
  - zapoznanie się ze strukturą organizacyjno-szkoleniową sekcji klubu sportowego na różnych poziomach szkolenia (umiejscowienie dyscypliny w strukturze klubu sportowego),
  - poznanie zasad współpracy, funkcji i kompetencji osób odpowiedzialnych za rozwój sportowca (umiejscowienie sportowców wraz z trenerem w układzie współpracy z innymi działami – osobami funkcjonującymi w klubie sportowym).

- Zasad funkcjonowania sportowców w sekcji:
  - poznanie warunków funkcjonowania sportowców (status sportowca – amator, zawodowiec, profesjonalista, stypendia, umowy kontraktowe, umowy o pracę),
  - prawa i obowiązki sportowca, regulamin zespołu.
- Zadań szkoleniowo-wychowawczych i obowiązków trenera:
  - zapoznanie się ze sposobami planowania i programowania procesu szkoleniowego,
  - planowanie zasobów i warunków realizacji szkolenia (sprzęt, zgrupowania, mecze, walki, zawody kontrolne),
  - plany szkoleniowe (cele wynikowe zespołu, cele i zadania dla poszczególnych zawodników – wiedza, sprawność, umiejętności),
  - poznanie sposobów oddziaływania wychowawczego na sportowców,
  - zapoznanie się z dokumentacją szkoleniową prowadzoną przez trenera.
- Uczestnictwa w realizacji procesu treningowego:
  - ⊙ rejestracja i analiza jednostki treningowej pod względem:
    - wyznaczonych zadań treningowych,
    - rodzaju zastosowanych środków treningowych,
    - wielkości obciążeń (intensywności, objętości, częstotliwości treningu),
    - sposobu kontroli efektów treningowych,
    - metod i form treningowych;
  - ⊙ metody postępowania trenera w realizowaniu zadań treningowych:
    - typ trenera (wychowawca, trener-nauczyciel, trener-menedżer),
    - model kierowania grupą (autokratyczny, demokratyczny, liberalny),
    - zasadność i skuteczność stosowania czynności trenerskich (opisujące, informacyjne, naprowadzające, motywujące, kontrolne, korygujące),
    - sposoby egzekwowania realizacji wyznaczonych zadań treningowych;
  - ⊙ asystowanie w zajęciach treningowych:
    - samodzielne prowadzenie jednostki treningowej (części lub całości),
    - sędziowanie meczów, walk, zawodów treningowych, kontrolnych i innych,
    - pełnienie funkcji asystenta trenera – realizacja wyznaczonych zadań itp.,
    - przygotowanie pomocy dydaktycznych do treningu.
- Przygotowania i kierowania sportowcem lub sportowcami w trakcie współzawodnictwa:
  - ⊙ odprawa przed meczem, walką, zawodami:
    - warunki odprawy, wykorzystanie pomocy audiowizualnych (kompetencja organizacyjna),
    - przedstawienie ogólnej koncepcji przebiegu meczu, walki sportowca lub zespołu (kompetencja kreatywności merytorycznej),
    - wyznaczenie zadań sportowcom oraz podanie sposobów rozwiązywania sytuacji zaistniałych podczas rywalizacji (kompetencja merytoryczna),
    - zmotywowanie sportowca lub zespołu do współzawodnictwa (kompetencja emocjonalno-motywacyjna),
    - omówienie pozytywnych i negatywnych stron przeciwnika (kompetencja merytoryczna),
    - rozgrzewka przed meczem, walką (kompetencja organizacyjno-merytoryczna);
  - ⊙ kierowanie sportowcem lub zespołem podczas meczu, współzawodnictwa:
    - komunikacja ze sportowcem lub zespołem,
    - rodzaje informacji kierowanych do sportowca, sportowców,
    - sposób wykorzystania przez trenera przerw w meczu, współzawodnictwie;
  - ⊙ odprawa po meczu, walce, zawodach:
    - analiza i ocena wyniku współzawodnictwa na tle wyznaczonych zadań,
    - analiza i ocena metod realizacji zadań przez sportowca w aspekcie eliminowania sposobów rozwiązywania sytuacji, które są obojętne, nieskuteczne i przeciwnie skuteczne dla osiągnięcia celów meczu, walki, zawodów.

## 2. ZADANIA SZCZEGÓŁOWE DO ZREALIZOWANIA W TRAKCIE PRAKTYKI

### 3 SEMESTR (75 godzin):

1. Plan praktyki
2. Poznanie struktury organizacyjnej związków sportowych, ze szczególnym uwzględnieniem wydziałów szkolenia, oraz systemu współzawodnictwa prowadzonego przez polski, wojewódzkie i okręgowe związki sportowe:
  - wizyta w związku sportowym.  
Student przygotowuje sprawozdanie i zamieszcza w dzienniku praktyki:
    - schemat struktury organizacyjnej w zakresie dyscypliny sportowej,
    - schemat systemu współzawodnictwa,
    - regulamin współzawodnictwa w poszczególnych kategoriach wiekowych.
3. Zapoznanie się ze strukturą organizacyjno-szkoleniową klubu sportowego prowadzącego edukację sportowca na różnych etapach (m.in. poznanie statutu oraz ogólnej struktury organizacyjnej klubu sportowego, – zapoznanie się ze strukturą organizacyjno-szkoleniową sekcji klubu sportowego na różnych poziomach szkolenia
4. Poznanie specyfiki lekcji i treningu w środowisku szkolnym i klubowym na różnych etapach edukacji sportowca:
  - Hospitacja zajęć pozalekcyjnych i treningowych.  
W zależności od sposobu funkcjonowania klubu student realizuje hospitację zajęć na wszystkich, bądź możliwych do realizacji, poziomach szkolenia sportowego (*łącznie 7 protokołów hospitacji zajęć*):
    - szkoła podstawowa (SKS, UKS) – szkoła gimnazjalna (SKS, UKS)
    - szkoła ponadpodstawowa (SKS, UKS)
    - etap szkolenia od 6 do 12 roku życia (klub sportowy)
    - etap szkolenia od 12 do 15 roku życia (klub sportowy)
    - etap szkolenia od 16 do 21 roku życia (klub sportowy)
    - etap szkolenia po 21 roku życia (klub sportowy)

### 4 SEMESTR (75 godzin):

1. Plan praktyki
2. Poznanie specyfiki prowadzenia sportowca lub zespołu na różnych etapach szkolenia sportowego w czasie zawodów sportowych.
  - Hospitacja zawodów sportowych.  
w zależności od sposobu funkcjonowania klubu student realizuje hospitację zawodów na wszystkich, bądź możliwych do realizacji, poziomach szkolenia sportowego (*łącznie 4 protokoły hospitacji zawodów sportowych*):
    - etap szkolenia od 6 do 12 roku życia
    - etap szkolenia od 12 do 15 roku życia
    - etap szkolenia od 16 do 21 roku życia
    - etap szkolenia po 21 roku życia
3. Poznanie kierunków i tendencji w rozwoju dyscypliny sportowej – najlepiej na podstawie bezpośredniego udziału w zawodach najwyższej rangi (ocena organizacji i poziomu sportowego), a jeśli to niemożliwe, to na podstawie transmisji telewizyjnej.

- Charakterystyka ilościowa i jakościowa sportowców, zespołów uczestniczących w zawodach na najwyższym poziomie mistrzostwa sportowego:
  - liga mistrzów,
  - igrzyska olimpijskie,
  - finały mistrzostw świata,
  - finały mistrzostw Europy,
  - finały mistrzostw Polski.

Student dostarcza wypełnione arkusze obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych (*łącznie 5 sprawozdań*), ze wskazaniem tendencji rozwojowych własnej dyscypliny sportu.

4. Przygotowanie do samodzielnego realizowania zajęć w klubie sportowym na różnych etapach edukacji sportowca.

- Asystowanie podczas zajęć prowadzonych przez trenera.

Student asystuje w zajęciach prowadzonych przez trenera - łącznie 4 konspekty.

- etap szkolenia od 6 do 12 roku życia
- etap szkolenia od 12 do 15 roku życia
- etap szkolenia od 16 do 21 roku życia
- etap szkolenia po 21 roku życia

**5 SEMESTR (100 godzin):**

1. Plan praktyki

2. Nabywanie umiejętności organizowania zawodów sportowych, np. turnieju, festynu, meczu, walki:

- **Bezpośrednie** uczestnictwo w organizacji zawodów sportowych.

Student czynnie uczestniczy w organizacji zawodów, a po ich zakończeniu zamieszcza w dzienniku *konspekt organizacji imprezy* (m.in. program, system i regulamin rozgrywek, plan minutowy, zadania organizatorów) oraz sprawozdanie z pełnionej funkcji.

3. Nabywanie umiejętności samodzielnego prowadzenia jednej z części lub całej jednostki treningowej (*łącznie 10 konspektów*):

- prowadzenie części wstępnej – 3 konspekty,
- prowadzenie części głównej – 4 konspekty (2 nauczające, 2 doskonalące),
- prowadzenie części końcowej – 3 konspekty.

4. Zapoznanie się ze sposobem planowania procesu treningowego w klubie sportowym:

Student opracowuje i zamieszcza w dzienniku praktyk:

- przykładowy tygodniowy plan treningowy w pracy z dziećmi i młodzieżą,
- przykładowy plan mikrocyklu treningowego w pracy z seniorami,
- przykładowy półroczny plan szkolenia sportowego określonej grupy sportowców lub sportowca.

5. Inne zadania wynikające ze specyfiki dyscypliny sportowej:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 3. KRYTERIA ZALICZENIA PRAKTYKI ORAZ OBOWIĄZKI STUDENTA

Zawodowa praktyka studencka podlega obowiązkowemu zaliczeniu z wpisem do indeksu i kart okresowych osiągnięć studenta dokonywanym przez opiekuna dydaktycznego z Uczelni. Ocenie poddawana jest dokumentacja praktyki złożona przez studenta opiekunowi praktyki z Uczelni. Wszystkie zadania zrealizowane w trakcie praktyki muszą być potwierdzone przez opiekuna z klubu sportowego.

#### SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA ZALICZENIA PRAKTYKI :

- odbycie praktyki w terminie i miejscu zatwierdzonym przez opiekuna dydaktycznego – nauczyciela akademickiego z Uczelni nadzorującego praktykę,
- zrealizowanie wszystkich zadań wynikających z programu praktyki,
- uzyskanie pozytywnej oceny opiekuna z klubu – wyznaczonego przez klub sportowy trenera, pod którego kierunkiem student odbywał praktykę,
- przedłożenie opiekunowi dydaktycznemu z Uczelni w wyznaczonym terminie kompletnej dokumentacji z praktyki,
- uzyskanie pozytywnej oceny końcowej opiekuna dydaktycznego z Uczelni.

**UWAGA:** Uzyskanie pozytywnej oceny z zawodowej praktyki studenckiej jest warunkiem dopuszczenia do egzaminu z teorii i metodyki dyscypliny sportowej (kierunkowej).

#### OBOWIĄZKI STUDENTA ODBYWAJĄCEGO PRAKTYKĘ :

Student odbywający praktykę w klubie sportowym jest zobowiązany do:

- godnego reprezentowania Uczelni,
- opracowania wspólnie z opiekunem z klubu planu praktyki, którego podstawę stanowią program ogólny praktyki oraz wytyczne dokumentacji wraz z liczbą godzin przeznaczoną na realizację poszczególnych zagadnień,
- wykazywania właściwej postawy przyszłego trenera, nauczyciela, wychowawcy, charakteryzującego się nienaganną kulturą osobistą oraz dążeniem do samodoskonalenia i czynnego uczestnictwa w realizacji zadań wynikających z tematyki praktyki,
- systematycznego przygotowywania się do zajęć wynikających z programu praktyki,
- respektowania i wykonywania poleceń opiekuna z klubu, trenerów, z którymi student będzie współpracował podczas praktyki, oraz opiekuna dydaktycznego z Uczelni,
- przestrzegania przepisów BHP,
- prowadzenia na bieżąco zapisów w dzienniku praktyki.

#### UWAGI

- w uzasadnionych przypadkach (np. z powodu choroby) dopuszcza się możliwość zaliczenia praktyki w innym terminie, pod warunkiem uzyskania pozytywnej opinii opiekuna dydaktycznego z Uczelni oraz odrobienia zaległych zajęć po zakończeniu praktyki, przy czym termin i miejsce odpracowania zaległości muszą być uzgodnione z pełnomocnikiem dziekana ds. zawodowych praktyk studenckich na specjalności instruktorsko-trenerskiej.
- w razie nieusprawiedliwionego niezgłoszenia się na praktykę lub jej niezaliczenia student może ponownie przystąpić do praktyki po wniesieniu opłaty wynikającej z regulaminu studiów i uzyskaniu zgody dziekana, przy czym termin i miejsce należy uzgodnić z pełnomocnikiem dziekana ds. zawodowych praktyk studenckich na specjalności instruktorsko-trenerskiej.
- w uzasadnionych przypadkach, po uzyskaniu zgody dziekana, student może odbyć praktykę w innym terminie lub rozłożyć ją w czasie, ale z zachowaniem wymaganej liczby 120 godzin.
- w uzasadnionych przypadkach dopuszcza się możliwość zaliczenia praktyki na podstawie udokumentowanej dwuletniej pracy zawodowej w klubie sportowym. w warunkiem zaliczenia jest dostarczenie zaświadczenia z miejsca pracy oraz uzyskanie pozytywnej opinii opiekuna dydaktycznego z Uczelni i pełnomocnika dziekana ds. zawodowych praktyk studenckich na specjalności instruktorsko-trenerskiej.

## 4. PLAN PRAKTYKI

Dzień praktyki	Data, dzień tygodnia	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				

Plan praktyki uzgodnij z opiekunem z klubu. W ciągu trzech dni od rozpoczęcia praktyki kopię planu dostarcz opiekunowi dydaktycznemu z Uczelni. W miejscu „rodzaj zadania” wpisz:

H – hospitacja      PR – prowadzenie części wstępnej,      OZ – organizacja zawodów  
A – asysta      Pg – prowadzenie części głównej      Pt m – plan treningu z młodzieżą (mikrocykl)  
O – obserwacja      PK – prowadzenie części końcowej      Pt S – plan treningu z seniorami (mikrocykl)  
Pt – prowadzenie jednostki treningowej

i – inne (badania, wywiady, narada szkoleniowa, uczestnictwo w zawodach sportowych, struktury organizacyjne związku sportowego, struktury organizacyjne klubu, półroczny plan szkolenia sportowego)



## REALIZACJA PLANU PRAKTYKI

Lp.	Data, dzień tygodnia	Temat i typ zajęć. Rodzaj zadania. Kategoria wiekowa	Czas pracy od-do	Miejsce realizacji	Zaliczenie	Podpis opiekuna z klubu
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Lp.	Data, dzień tygodnia	Temat i typ zajęć. Rodzaj zadania. Kategoria wiekowa	Czas pracy od-do	Miejsce realizacji	Zaliczenie	Podpis opiekuna z klubu
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						

Lp.	Data, dzień tygodnia	Temat i typ zajęć. Rodzaj zadania. Kategoria wiekowa	Czas pracy od-do	Miejsce realizacji	Zaliczenie	Podpis opiekuna z klubu
31						
32						
33						
34						
35						
36						
37						
38						
39						
40						
41						
42						
43						
44						
45						

Lp.	Data, dzień tygodnia	Temat i typ zajęć. Rodzaj zadania. Kategoria wiekowa	Czas pracy od-do	Miejsce realizacji	Zaliczenie	Podpis opiekuna z klubu
46						
47						
48						
49						
50						
51						
52						
53						
54						
55						
56						
57						
58						
59						
60						

## 5. HOSPITACJE ZAJĘĆ

Poznanie specyfiki lekcji i treningu w środowisku szkolnym i klubowym na różnych etapach edukacji sportowca.

*W zależności od sposobu funkcjonowania klubu przeprowadź hospitację zajęć na wszystkich, bądź możliwych do zrealizowania, poziomach szkolenia sportowego. Spostrzeżenia na temat przebiegu zajęć i ich ocenę zamieść w odpowiednim protokole hospitacji zajęć (łącznie 7):*

- szkoła podstawowa (SKS, UKS)
- szkoła gimnazjalna (SKS, UKS)
- szkoła ponadgimnazjalna (SKS, UKS)
- etap szkolenia od 6 do 12 roku życia (klub sportowy)
- etap szkolenia od 12 do 15 roku życia (klub sportowy)
- etap szkolenia od 16 do 21 roku życia (klub sportowy)
- etap szkolenia po 21 roku życia (klub sportowy)

*W miejscu „obszar hospitacji” wpisz numer obszaru wybranego z podanych poniżej możliwości, np. 1b, 3d. Możesz wybrać więcej niż jeden obszar.*

### 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 jednostki treningowej,
- e) czas przeznaczony na poszczególne części jednostki treningowej,
- 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) emocje ujawniane 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 zrozumiałość przekazywanych informacji,
- i) sposób zwracania się do sportowców, modulacja głosu,
- j) estetyka ubioru prowadzącego,
- k) panowanie nad przebiegiem zajęć i emocjami sportowców,
- l) umiejętność modyfikowania zadań i celów zajęć.

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ NR 1** (obszar hospitaacji .....

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....  
miejsce zajęć .....  
prowadzący .....  
liczba uczestników ..... Zadania szczegółowe: .....  
kategoria wiekowa .....  
środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

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

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....

miejsce zajęć .....  
.....

prowadzący ..... Zadania szczegółowe: .....

liczba uczestników .....  
.....

kategoria wiekowa .....  
.....

środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

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

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....  
miejsce zajęć .....  
prowadzący .....  
liczba uczestników ..... Zadania szczegółowe: .....  
kategoria wiekowa .....  
środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA



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

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....

miejsce zajęć .....  
.....

prowadzący ..... Zadania szczegółowe: .....

liczba uczestników .....  
.....

kategoria wiekowa .....  
.....

środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ NR 5** (obszar hospitacji .....

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....  
miejsce zajęć .....  
prowadzący .....  
liczba uczestników ..... Zadania szczegółowe: .....  
kategoria wiekowa .....  
środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ NR 6** (obszar hospitacji .....

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....

miejsce zajęć .....  
.....

prowadzący ..... Zadania szczegółowe: .....

liczba uczestników .....  
.....

kategoria wiekowa .....  
.....

środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ NR 7** (obszar hospitacji .....

data ..... Temat zajęć (zadanie główne): .....  
miejsce zajęć .....  
prowadzący .....  
liczba uczestników ..... Zadania szczegółowe: .....  
kategoria wiekowa .....  
środowisko .....  
(klub sportowy, UKS, SKS, SMS)

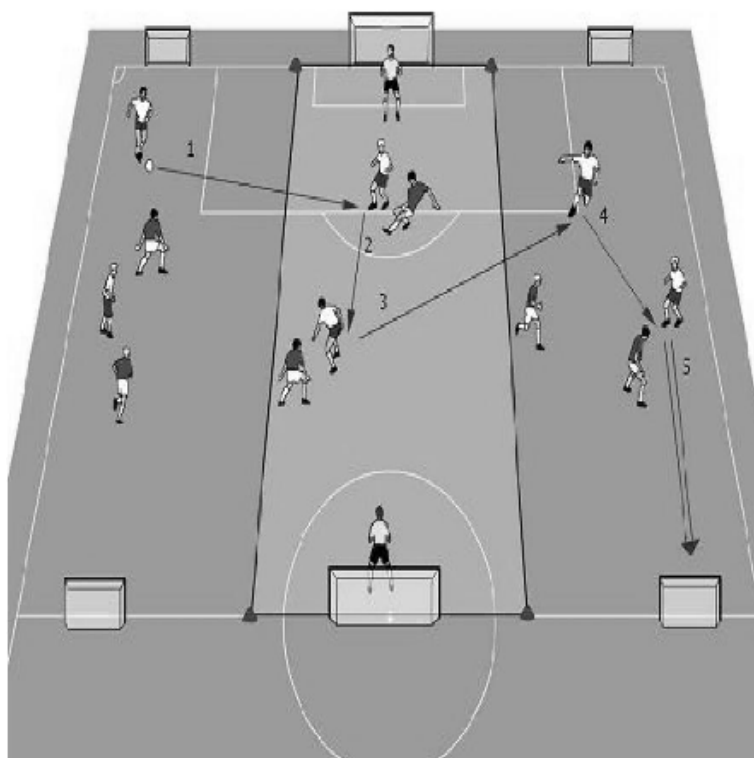
PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

## 6. HOSPITACJE ZAWODÓW SPORTOWYCH

Poznanie specyfiki prowadzenia sportowca lub zespołu na różnych etapach szkolenia sportowego w czasie zawodów sportowych.

*W zależności od sposobu funkcjonowania klubu sportowego przeprowadź hospitację zawodów sportowych na wszystkich, bądź możliwych do zrealizowania, poziomach szkolenia sportowego. Spostrzeżenia na temat przebiegu zawodów i ich ocenę zamieść w odpowiednim protokole hospitacji zawodów sportowych (łącznie 4):*

- etap szkolenia od 6 do 12 roku życia
- etap szkolenia od 12 do 15 roku życia
- etap szkolenia od 16 do 21 roku życia
- etap szkolenia po 21 roku życia



**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH (walki, gry itp.) NR 1 (obszar hospitacji .....**)

data ..... zespół/zawodnik .....

rodzaj zawodów .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

miejsce zawodów ..... przeciwnik .....

prowadzący .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

liczba uczestników ..... wynik zawodów .....

kategoria wiekowa .....  
.....

PRZEBIEG ZAWODÓW	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**ARKUSZ OBSERWACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 1)**

*Wklej arkusz obserwacji zawodów preferowany przez opiekuna z klubu.*

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH (walki, gry itp.) NR 2 (obszar hospitaacji .....**)

data ..... zespół/zawodnik .....

rodzaj zawodów .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

miejsce zawodów ..... przeciwnik .....

prowadzący .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

liczba uczestników ..... wynik zawodów .....

kategoria wiekowa .....  
.....

PRZEBIEG ZAWODÓW	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA



**ARKUSZ OBSERWACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 2)**

*Wklej arkusz obserwacji zawodów preferowany przez opiekuna z klubu.*

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH** (walki, gry itp.) **NR 3** (obszar hospitaacji .....

data ..... zespół/zawodnik .....

rodzaj zawodów .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

miejsce zawodów ..... przeciwnik .....

prowadzący .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

liczba uczestników ..... wynik zawodów .....

kategoria wiekowa .....  
.....

PRZEBIEG ZAWODÓW	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**ARKUSZ OBSERWACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 3)**

*Wklej arkusz obserwacji zawodów preferowany przez opiekuna z klubu.*

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH** (walki, gry itp.) **NR 4** (obszar hospitaacji .....

data ..... zespół/zawodnik .....

rodzaj zawodów .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

miejsce zawodów ..... przeciwnik .....

prowadzący .....  
(nazwa klubu/imię i nazwisko)

liczba uczestników ..... wynik zawodów .....

kategoria wiekowa .....  
.....

PRZEBIEG ZAWODÓW	UWAGI I SYNTETYCZNA OCENA

**ARKUSZ OBSERWACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 4)**

*Wklej arkusz obserwacji zawodów preferowany przez opiekuna z klubu.*

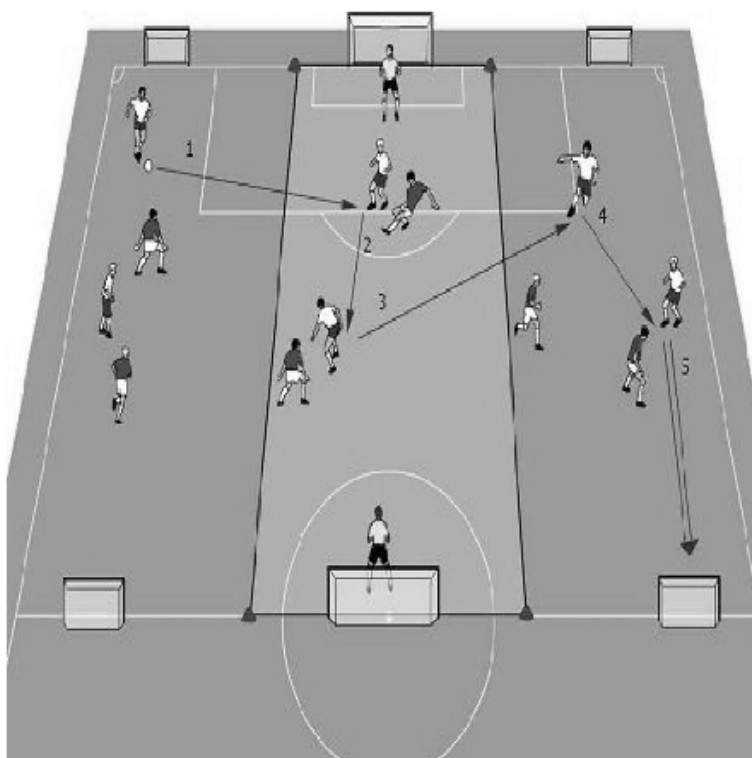
## 7. OBSERWACJA, ANALIZA I OCENA ZAWODÓW SPORTOWYCH (tendencje rozwojowe dyscypliny sportowej)

Poznanie kierunków i tendencji w rozwoju dyscypliny sportowej – najlepiej na podstawie bezpośredniego udziału w zawodach najwyższej rangi (ocena organizacji i poziomu sportowego), a jeśli to niemożliwe, to na podstawie transmisji telewizyjnej.

*Dokonaj charakterystyki ilościowej i jakościowej sportowców uczestniczących w zawodach na najwyższym poziomie mistrzostwa sportowego:*

- *Liga Mistrzów,*
- *igrzyska olimpijskie,*
- *finały mistrzostw świata,*
- *finały mistrzostw Europy,*
- *finały mistrzostw Polski.*

*Swoje spostrzeżenia zamieść w arkuszach obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych (łącznie 5 sprawozdań). Wskaż w nich tendencje rozwojowe dyscypliny sportowej.*



**ARKUSZ OBSERWACJI, ANALIZY I OCENY ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 1)**

*Wklej arkusz obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych preferowany przez prowadzącego zajęcia z teorii i metodyki dyscypliny sportowej.*

.....  
(nazwa dyscypliny)

**ARKUSZ OBSERWACJI, ANALIZY I OCENY ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 2)**

*Wklej arkusz obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych preferowany przez prowadzącego zajęcia z teorii i metodyki dyscypliny sportowej.*

.....  
(nazwa dyscypliny)



**ARKUSZ OBSERWACJI, ANALIZY I OCENY ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 3)**

*Wklej arkusz obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych preferowany przez prowadzącego zajęcia z teorii i metodyki dyscypliny sportowej.*

.....  
(nazwa dyscypliny)

**ARKUSZ OBSERWACJI, ANALIZY I OCENY ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 4)**

*Wklej arkusz obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych preferowany przez prowadzącego zajęcia z teorii i metodyki dyscypliny sportowej.*

.....  
(nazwa dyscypliny)

**ARKUSZ OBSERWACJI, ANALIZY I OCENY ZAWODÓW SPORTOWYCH (NR 5)**

*Wklej arkusz obserwacji, analizy i oceny zawodów sportowych preferowany przez prowadzącego zajęcia z teorii i metodyki dyscypliny sportowej.*

.....  
(nazwa dyscypliny)

## 8. ORGANIZACJA ZAWODÓW SPORTOWYCH

Nabywanie umiejętności organizowania zawodów sportowych, np. turnieju, festynu, meczu, walki, polegające na bezpośrednim uczestnictwie w organizacji imprezy.

*Weź czynny udział w organizacji zawodów sportowych, a po ich zakończeniu zamieść w dzienniku praktyki opis sposobu organizacji imprezy (m.in. program, system i regulamin rozgrywek, plan minutowy, zadania organizatorów) oraz sprawozdanie z pełnionej funkcji.*

### **OPIS ORGANIZACJI ZAWODÓW SPORTOWYCH I SPRAWOZDANIE Z PEŁNIONEJ FUNKCJI**

*Wklej lub opisz.*

opis organizacji zawodów sportowych i sprawozdanie z pełnionej funkcji (cd.)

opis organizacji zawodów sportowych i sprawozdanie z pełnionej funkcji (cd.)

opis organizacji zawodów sportowych i sprawozdanie z pełnionej funkcji (cd.)

## 9. STRUKTURA ORGANIZACYJNA ZWIĄZKU SPORTOWEGO I SYSTEM WSPÓŁZAWODNICTWA

Poznanie struktury organizacyjnej związków sportowych, ze szczególnym uwzględnieniem wydziałów szkolenia, oraz systemu współzawodnictwa prowadzonego przez polski, wojewódzkie i okręgowe związki sportowe.

*Udaj się do okręgowego lub wojewódzkiego związku sportowego i zapoznaj z następującą dokumentacją:*

- *schemat struktury organizacyjnej dyscypliny ze szczególnym uwzględnieniem wydziału szkolenia,*
- *schemat systemu współzawodnictwa dzieci i młodzieży oraz grup dorosłych,*
- *regulamin współzawodnictwa dla kategorii wiekowej, z którą miałeś(łaś) najwięcej zajęć.*

*Po zapoznaniu się z dokumentacją napisz sprawozdanie.*

### **SPRAWOZDANIE Z WIZYTY W ZWIĄZKU SPORTOWYM**



sprawozdanie z wizyty w związku sportowym (cd.)

sprawozdanie z wizyty w związku sportowym (cd.)

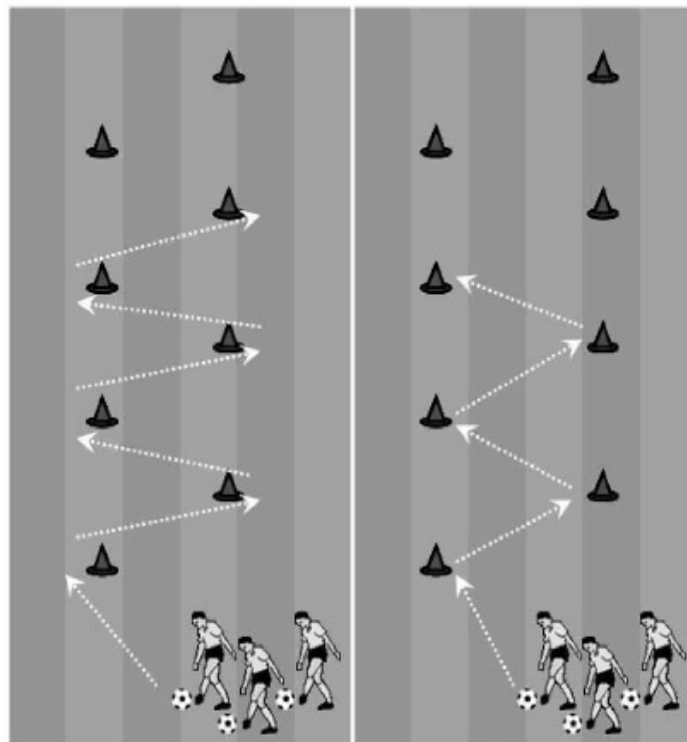
## 10. ASYSTOWANIE W ZAJĘCIACH

Przygotowanie do samodzielnego realizowania zajęć w klubie sportowym na różnych etapach edukacji sportowca.

*Przed rozpoczęciem samodzielnego prowadzenia zajęć asystuj w zajęciach opiekuna z klubu: po 4 godziny na każdym z niżej wymienionych etapów szkolenia lub 16 godzin na jednym z możliwych do zrealizowania poziomów edukacji sportowej (w zależności od sposobu funkcjonowania klubu):*

- etap szkolenia od 6 do 12 roku życia
- etap szkolenia od 12 do 15 roku życia
- etap szkolenia od 16 do 21 roku życia
- etap szkolenia po 21 roku życia

*Zanim przystąpisz do asystowania, poproś opiekuna z klubu o podanie tematu zajęć i treści zadań, a następnie opracuj konspekt (łącznie 4), ze szczególnym uwzględnieniem części głównej jednostki treningowej. Omów go przed zajęciami z opiekunem.*





PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI
<p>Część główna opisowe i graficzne przedstawienie zastosowanych środków</p>	



PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI
<p>Część główna opisowe i graficzne przedstawienie zastosowanych środków</p>	





PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI
<p>Część główna opisowe i graficzne przedstawienie zastosowanych środków</p>	



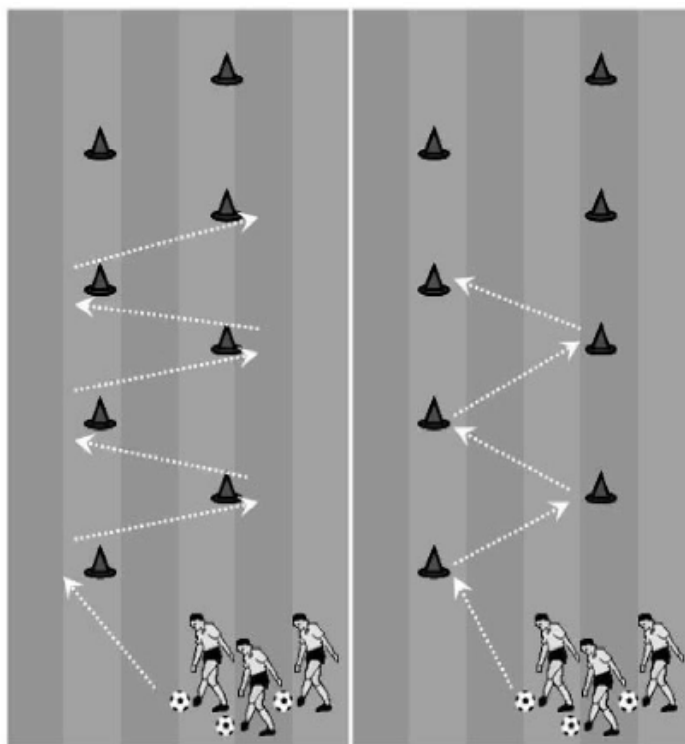
PRZEBIEG ZAJĘĆ	UWAGI
<p>Część główna opisowe i graficzne przedstawienie zastosowanych środków</p>	

## 11. PROWADZENIE ZAJĘĆ

Nabywanie umiejętności samodzielnego prowadzenia części lub całej jednostki treningowej.

*Przygotuj konspekty i poprowadź, pod nadzorem opiekuna z klubu, poszczególne części lub całą jednostkę treningową w dostosowaniu do możliwości klubu sportowego:*

- *prowadzenie części wstępnej* – 3 konspekty
- *prowadzenie części głównej* – 4 konspekty (2 nauczające i 2 doskonalące)
- *prowadzenie części końcowej* – 3 konspekty



**PROWADZENIE CZĘŚCI WSTĘPNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 1, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część wstępna czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI WSTĘPNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 2, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część wstępna czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI WSTĘPNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 3, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część wstępna czynności organizacyjno-porządkowe, rozgrzewka, ćwiczenia wprowadzające do części głównej (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI GŁÓWNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 1, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część główna ćwiczenia realizujące cele i zadania jednostki treningowej (opis i ujęcie graficzne)	



**PROWADZENIE CZĘŚCI GŁÓWNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 2, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część główna ćwiczenia realizujące cele i zadania jednostki treningowej (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI GŁÓWNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 3, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część główna ćwiczenia realizujące cele i zadania jednostki treningowej (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI GŁÓWNEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 4, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część główna ćwiczenia realizujące cele i zadania jednostki treningowej (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI KOŃCOWEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 1, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część końcowa czynności organizacyjno-porządkowe, podsumowanie, rozbieganie, rozluźnienie i rozciąganie (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI KOŃCOWEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 2, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część końcowa czynności organizacyjno-porządkowe, podsumowanie, rozbieganie, rozluźnienie i rozciąganie (opis i ujęcie graficzne)	

**PROWADZENIE CZĘŚCI KOŃCOWEJ – KONSPEKT JEDNOSTKI TRENINGOWEJ**

nr 3, data .....

klub sportowy: ..... kategoria wiekowa: .....

trener: ..... miejsce treningu: ..... godzina rozpoczęcia: .....

Typ jednostki treningowej: .....

Cele jednostki treningowej: .....

**Zadania główne**

Zdolności: .....

Umiejętności: .....

Postawy: .....

Formy organizacyjne (wiodące): ..... Formy metodyczne (wiodące): .....

Metoda treningowa (wiodąca): ..... Czas trwania treningu: .....

<b>PRZEBIEG ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Część końcowa czynności organizacyjno-porządkowe, podsumowanie, rozbieganie, rozluźnienie i rozciąganie (opis i ujęcie graficzne)	

## 12. PLANOWANIE PRACY – MIKROCYKL, PLAN PÓŁROCZNY

Zapoznanie się ze sposobami planowania procesu treningowego w klubie sportowym.

*Poniżej zamieść:*

- *przykładowy tygodniowy plan treningowy w pracy z dziećmi i młodzieżą,*
- *przykładowy plan mikrocyklu treningowego w pracy z seniorami,*
- *przykładowy półroczny plan szkolenia sportowego określonej grupy sportowców lub sportowca.*

### **TYGODNIOWY PLAN TRENINGOWY W PRACY Z DZIEĆMI I MŁODZIEŻĄ**

*(wklej lub opisz)*

## **PLAN MIKROCYKLU TRENINGOWEGO W PRACY Z SENIORAMI**

*(wklej lub opisz)*



**PÓŁROCZNY PLAN SZKOLENIA SPORTOWEGO OKREŚLONEJ GRUPY SPORTOWCÓW LUB SPORTOWCA**  
(*wklej lub opisz*)

## 13. SPRAWOZDANIE STUDENTA

Sprawozdanie napisz po zakończeniu praktyki. Postaraj się odpowiedzieć na pytania szczerze. Uzyskane informacje zostaną wykorzystane wyłącznie do diagnozy i modyfikacji programu nauczania.

1. Czy w czasie zawodowej praktyki studenckiej zdobyłeś(łaś) jakieś nowe umiejętności lub informacje?

a) nie

b) trudno mi określić

c) tak (jakie?)

umiejętności praktyczne .....

.....

.....

.....

informacje teoretyczne i praktyczne .....

.....

.....

.....

.....

2. Co najbardziej utrudniało Ci realizację zadań w czasie praktyki (zaznacz i ustal ewentualną hierarchię)?

a) zbyt duża ich liczba  .....

b) moje nastawienie – nie jestem zainteresowany(a) pracą w klubie sportowym  .....

c) moje niewystarczające przygotowanie praktyczne  .....

d) moje niewystarczające przygotowanie teoretyczne  .....

e) nie lubię prowadzić dokumentacji  .....

f) brak pomocy ze strony opiekuna z klubu  .....

g) brak pomocy ze strony opiekuna dydaktycznego z Uczelni  .....

h) niewystarczająca baza materialna do realizacji procesu treningowego w klubie sportowym (boiska, sale, urządzenia, przybory itp.)  .....

i) niekorzystny plan zajęć w klubie sportowym  .....

j) nieprzychylny stosunek opiekuna z klubu  .....

k) nie zostałem(łam) przygotowany(a) do realizacji zadań (wpisz, jakich) w czasie zajęć z „teorii i metodyki dyscypliny sportowej”  .....

.....

.....

l) inne (jakie?) .....

.....

.....

.....

3. Czy proces przygotowania studentów do pracy w klubie sportowym jest prowadzony na Uczelni właściwie?

a) tak

b) nie mam zdania

c) nie, największe braki dostrzegam w przygotowaniu z przedmiotów (wpisz nazwy przedmiotów):

przygotowanie praktyczne .....

.....

.....

przygotowanie teoretyczne .....

.....

.....

.....

4. Jak oceniasz realizację procesu szkolenia w klubie sportowym, w którym odbyłeś(łaś) praktykę?

Uważam, że jest prowadzone na poziomie:

a) bardzo dobrym

b) dobrym

c) dostatecznym

d) niedostatecznym

e) trudno mi ocenić

f) inne (jakie?) .....

.....

.....

5. Czy któreś z zaobserwowanych przez Ciebie w klubie sportowym rozwiązań stosowanych przez trenera (np. metody, system oceniania, planowanie) uważasz za ciekawe i warte propagowania?

a) nie odnotowałem(łam) rozwiązań, których nie znałem(łam)

b) nie dostrzegłem(łam) nic wartego propagowania

c) to, co zaobserwowałem(łam), było raczej negatywne niż pozytywne

d) trudno mi stwierdzić

e) tak (jakie?) .....

.....

.....

.....

6. Inne uwagi (np. dotyczące pracy nadzoru pedagogicznego, zadań praktyki).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 14. SAMOOCENA STUDENTA

Samooceny dokonaj po zakończeniu praktyki.

W przyjętej punktacji 10 oznacza ocenę najwyższą, a 1 – najniższą.

..... od ..... do ..... 20..... r.  
imię i nazwisko studenta termin praktyki

**uczniowski klub sportowy (UKS)**

**amatorski klub sportowy**

miejsce praktyki

**profesjonalny klub sportowy**

**młodzieżowy klub sportowy**

(zakreśl właściwe)

### 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 i rozumienie przepisów danej dyscypliny sportowej 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
8. Znajomość i rozumienie wieloaspektowej kontroli procesu szkolenia 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
9. Znajomość i rozumienie zasad planowania procesu szkoleniowo-wychowawczego 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
10. Znajomość stosowanych w dyscyplinie sportowej narzędzi doboru i selekcji sportowców 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
11. Znajomość sposobów motywowania sportowców do realizacji zadań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
12. Znajomość zasad poprawnego żywienia i odżywiania się sportowców 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
13. Znajomość zasad planowania odnowy biologicznej 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
14. Znajomość sposobów diagnozowania, kształtowania i rozwijania zdolności motorycznych 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1

**Ogólnie moją wiedzę w zakresie przygotowania teoretycznego oceniam na:**

5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0

## II. UMIEJĘTNOŚCI

1. Przygotowania do zawodów i kierowania sportowcem lub sportowcami w trakcie współzawodnictwa 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
2. Organizacji i prowadzenia zabaw, gier oraz ćwiczeń 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
3. Doboru zabaw, gier i ćwiczeń do właściwości psychofizycznych sportowców 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
4. Doboru zabaw, gier i ćwiczeń do tematu jednostki treningowej 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
5. Diagnozowania sprawności sportowca – zdolności i umiejętności 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
6. Indywidualizacji doboru zadań treningowych i form ćwiczebnych 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
7. Nauczania i doskonalenia czynności ruchowych składających się na dyscyplinę 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
8. Kształtowania i rozwijania zdolności motorycznych sportowca 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
9. Planowania metodyki nauczania i doskonalenia czynności i działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
10. Pokazu i demonstracji podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
11. Przekazu informacji podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
12. Kontroli i korekty podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
13. Przygotowania i prowadzenia dokumentacji procesu treningowego (np. konspekt jednostki treningowej) 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
14. Rozwiązywania problemów wychowawczych, konfliktów w grupie 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
15. Sędziowania zawodów sportowych 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
16. Motywowania sportowców do realizacji zadań w czasie treningu i na zawodach 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1

**Ogólnie moje umiejętności 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 opiekuna z klubu 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 moją postawę w czasie praktyki oceniam na:**

**5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0**

#### **IV. OCENA KOŃCOWA**

*Moje przygotowanie do pracy w zawodzie trenera w klubie sportowym oceniam na:*

**5,0—4,5—4,0—3,5—3,0—2,0**

## 15. OCENA I UWAGI OPIEKUNA Z KLUBU SPORTOWEGO

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.

..... od ..... do ..... 20..... r.  
imię i nazwisko studenta termin praktyki

**uczniowski klub sportowy (UKS)**

**amatorski klub sportowy**

miejsce praktyki

**profesjonalny klub sportowy**

**młodzieżowy klub sportowy**

(proszę zakreślić właściwe)

### 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 i rozumienie przepisów danej dyscypliny sportowej 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
8. Znajomość i rozumienie wieloaspektowej kontroli procesu szkolenia 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
9. Znajomość i rozumienie zasad planowania procesu szkoleniowo-wychowawczego 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
10. Znajomość stosowanych w dyscyplinie sportowej narzędzi doboru i selekcji sportowców 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
11. Znajomość sposobów motywowania sportowców do realizacji zadań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
12. Znajomość zasad poprawnego żywienia i odżywiania się sportowców 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
13. Znajomość zasad planowania odnowy biologicznej 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
14. Znajomość sposobów diagnozowania, kształtowania i rozwijania zdolności motorycznych 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. Przygotowania do zawodów i kierowania sportowcem lub sportowcami w trakcie współzawodnictwa 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
2. Organizacji i prowadzenia zabaw, gier oraz ćwiczeń 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
3. Doboru zabaw, gier i ćwiczeń do właściwości psychofizycznych sportowców 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
4. Doboru zabaw, gier i ćwiczeń do tematu jednostki treningowej 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
5. Diagnozowania sprawności sportowca – zdolności i umiejętności 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
6. indywidualizacji doboru zadań treningowych i form ćwiczebnych 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
7. Nauczania i doskonalenia czynności ruchowych składających się na dyscyplinę 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
8. Kształtowania i rozwijania zdolności motorycznych sportowca 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
9. Planowania metodyki nauczania i doskonalenia czynności i działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
10. Pokazu i demonstracji podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
11. Przekazu informacji podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
12. Kontroli i korekty podczas nauczania i doskonalenia czynności lub działań 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
13. Przygotowania i prowadzenia dokumentacji procesu treningowego (np. konspekt jednostki treningowej) 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
14. Rozwiązywania problemów wychowawczych, konfliktów w grupie 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
15. Sędziowania zawodów sportowych 10—9—8—7—6—5—4—3—2—1
16. Motywowania sportowców do realizacji zadań w czasie treningu i na zawodach 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







# POTWIERDZENIE REALIZACJI PROGRAMU PRAKTYKI ORAZ OPINIA I OCENA KOŃCOWA OPIEKUNA Z UCZELNI

miejsowość ..... data .....

## POTWIERDZENIE

REALIZACJI PROGRAMU PRAKTYKI ORGANIZACYJNO-SZKOLENIOWEJ W KLUBIE SPORTOWYM

Zaświadcza się, że student (studentka) Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu

.....  
imię i nazwisko

odbył(a) praktykę organizacyjno-szkoleniową w wymiarze 100 godzin w klubie sportowym:

.....  
nazwa klubu

w sekcji .....

Opiekun z klubu sportowego: .....

Ocena końcowa wystawiona przez opiekuna z klubu: .....

.....  
pieczęć klubu sportowego

.....  
podpis opiekuna z klubu

## OPINIA KOŃCOWA OPIEKUNA DYDAKTYCZNEGO Z UCZELNI

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

Zestawienie Ocen

a) samoocena studenta .....

b) ocena opiekuna z klubu .....

c) ocena opiekuna dydaktycznego .....

**OCENA KOŃCOWA** .....

.....  
data i podpis  
opiekuna dydaktycznego