

**Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie**

**Filia w Białej Podlaskiej**

**Wydział Wychowania Fizycznego i Zdrowia**



## **DZIENNIK PRAKTYK TRENERSKICH**

**Kierunek SPORT – *PIŁKA NOŻNA***

***/45 godz. dydaktycznych/***

.....  
imię i nazwisko studenta

**Rok studiów: III**

**Semestr: VI**

**Rok akademicki: .....**

.....  
Pieczętka z nazwą i adresem placówki

## **Obowiązki studentów – praktykantów**

Praktyki zawodowe mogą odbywać się na podstawie skierowania i w terminie ustalonym przez Biuro Praktyk AWF Filii w Białej Podlaskiej.

1. Student/ka w czasie praktyk jest oddelegowany/a do placówki. Dlatego w czasie ich trwania przełożonym praktykanta/ki jest kierownik tej placówki.
2. Program praktyki obejmuje **45** godzin dydaktycznych pracy praktykanta/ki w placówce /nie licząc czasu na przygotowanie się do zajęć/.
3. Wspólnie z kierownikiem praktyki student/ka ustala indywidualny, szczegółowy plan pracy /zapisując go w „Dzienniku Praktyk Trenerskich ...”/. Planowanie powinno ujmować wszystkie rodzaje zadań przewidzianych programem praktyki.
4. **Studenta/kę obowiązuje:**
  - prowadzenie systematycznie **na bieżąco** dokumentacji związanej z realizacją programu praktyki,
  - pełna realizacja programu praktyki,
  - podsumowanie praktyki z kierownikiem praktyk w placówce po jej zakończeniu,
  - złożenie dokumentacji praktyki **bezpośrednio** po ich zakończeniu do Biura Praktyk w terminie ustalonym przez Dziekana WWFiZ /Pismem Okólnym/.

**/drukować obustronnie/**

### **UWAGA:**

Studenta/kę obowiązują dwa terminy składania dokumentacji praktyki:

- I termin – **po tym terminie ocena - 2,0 (ndst),**
- II termin poprawkowy – **przekroczenie tego terminu skutkuje powtarzaniem praktyki.**

**Biuro Praktyk Filii AWF w Białej Podlaskiej  
pok. 318A, tel. 83 342-88-48**

## ORGANIZACJA I TREŚCI PRAKTYKI ZAWODOWEJ

1. Instytucje, w których student może realizować praktykę:
  - Szkoły: klasy usportowione, klasy sportowe (PN)
  - Przykładowe ośrodki sportowe: Szkolne Ośrodki Piłkarskie
  - Szkoły Mistrzostwa Sportowego (PN)
  - Kluby Sportowe (PN)
  - Uczniowskie Kluby Sportowe (PN)
2. Czynności studenta w trakcie realizacji praktyki dotyczą:
  - poznania pracy na etapie specjalnym,
  - hospitacji, asystowania i prowadzenia zajęć sportowych
  - czynności organizacyjnych podczas meczu ligowego, oceny skuteczności gry zawodników.

### PROGRAM PRAKTYKI

**III rok, semestr VI – etap specjalny** (kategoria wiekowa: seniorzy) - 45 godz.

1. Ustalenie planu realizacji programu praktyk (1 godz.).
2. Zapoznanie się z organizacją klubu, dokumentacją klubu, warunkami treningowymi, tradycją i środowiskiem klubu (3 godz.).
3. Czynny udział w procesie treningowym drużyn na poziomie: Seniorzy amatorzy: III i IV liga (30 godz.).
4. Samodzielne przeprowadzenie jednostki treningowej na wybranej grupie zawodników (5 godz.).
5. Czynności organizacyjne podczas meczu ligowego, ocena skuteczności gry zawodników (5 godz.).
6. Podsumowanie praktyk (1 godz.).

## **SPIS TREŚCI**

### **Zadanie 1.**

Zestawienie przebiegu praktyk.....5

### **Zadanie 2.**

Charakterystyka klubu i zespołu dziecięcego lub młodzieżowego.....7

#### **2.1.**

Hospitacje zajęć treningowych.....11

#### **2.2.**

Asystowanie w prowadzeniu treningów.....23

#### **2.3.**

Samodzielne prowadzenie zajęć treningowych.....35

### **Zadanie 3.**

Uwagi i wnioski końcowe praktykanta.....45

**Zatwierdzenie i ocena końcowa praktyk trenerskich.....46**

**Zadanie 1. Zestawienie przebiegu praktyk**

<b>L.p.</b>	<b>Data</b>	<b>Grupa</b>	<b>Liczba godz.</b>	<b>Potwierdzenie trenera (klubu)</b>

**Zestawienie przebiegu praktyk cd.**

<b>L.p.</b>	<b>Data</b>	<b>Grupa</b>	<b>Liczba godz.</b>	<b>Potwierdzenie trenera (klubu)</b>

**Zadanie 2. Charakterystyka klubu i zespołu dziecięcego lub młodzieżowego**

Nazwa klubu.....

.....

.....

Barwy klubu.....

Prezes klubu.....

Kadra szkoleniowa(imię i nazwisko, kwalifikacje).....

.....

.....

Klasa rozgrywkowa (turnieje, liga).....

.....

## Charakterystyka zawodników

L.p.	Imię i nazwisko	Wysokość ciała	Masa ciała	Pozycja	Staż treningowy
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.					



**CHARAKTERYSTYKA ZESPOŁU**

**OCENA POZIOMU SPORTOWEGO**

**PODSTAWOWE BRAKI W WYSZKOLENIU**

**ZADANIA SPORTOWE - CEL**

**ZADANIA SZKOLENIOWE**

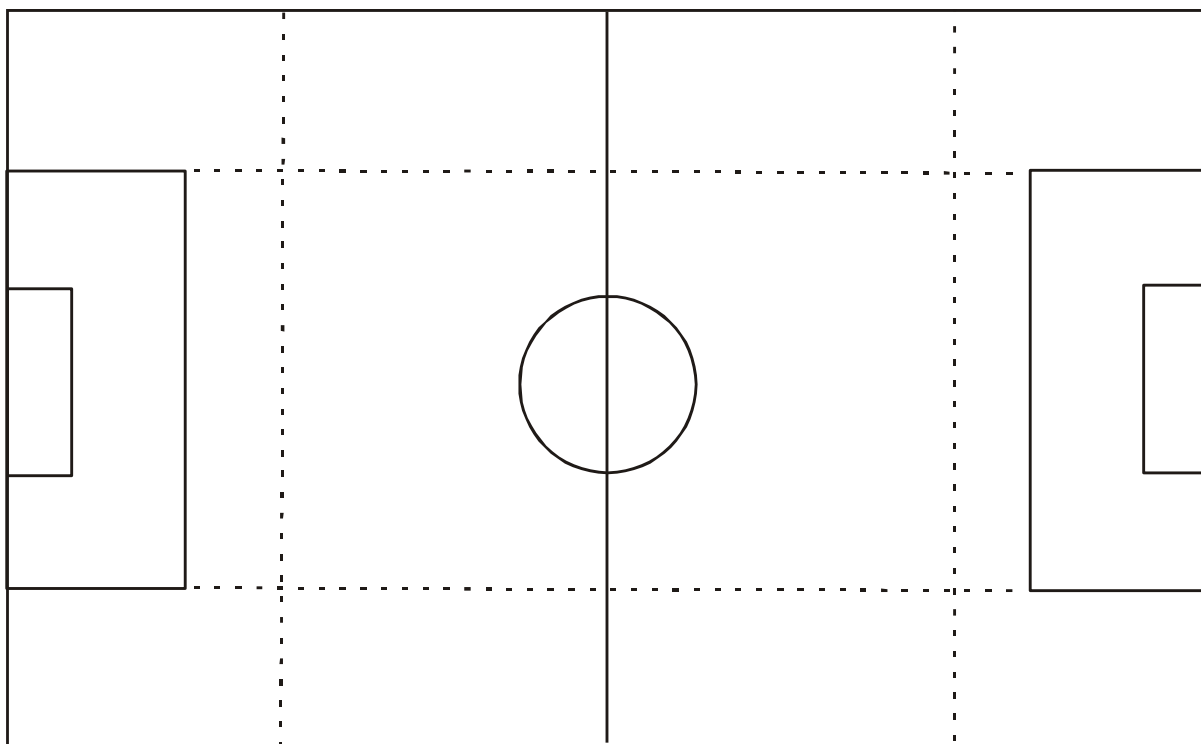
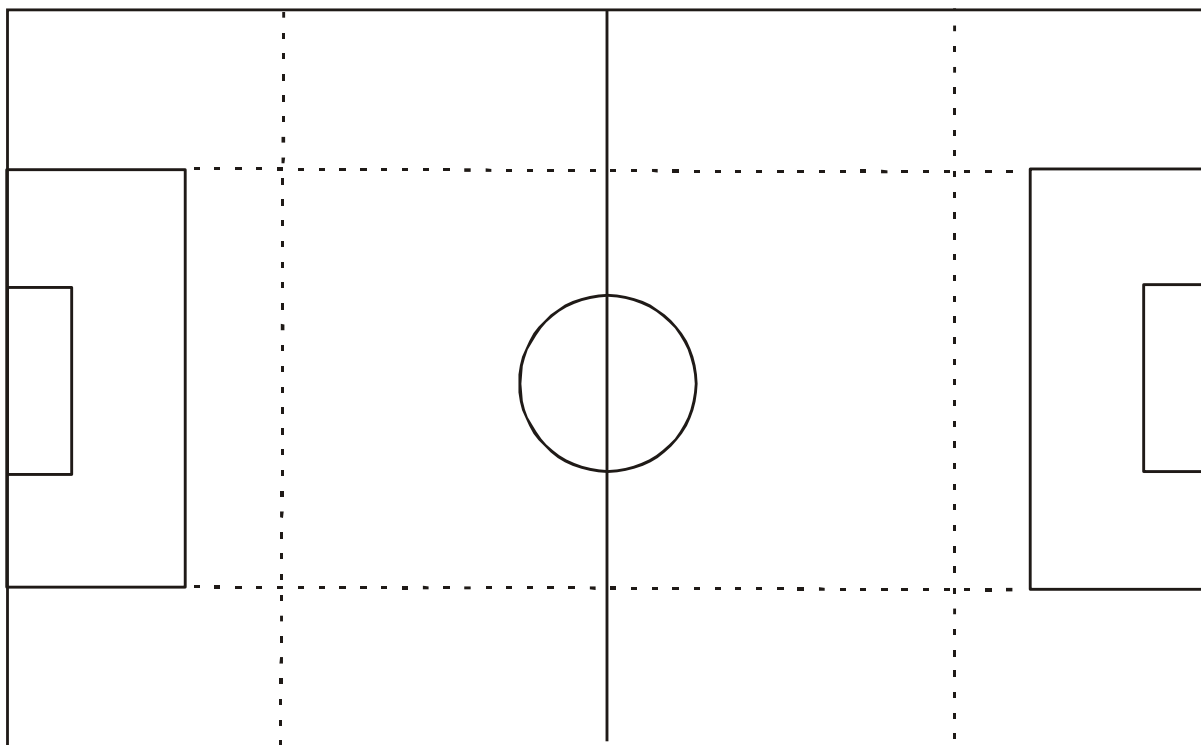
Roczny grafik szkolenia

ROCZNY GRAFIK SZKOLENIA																																													
MIESIĄC	DNI																																												
	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														

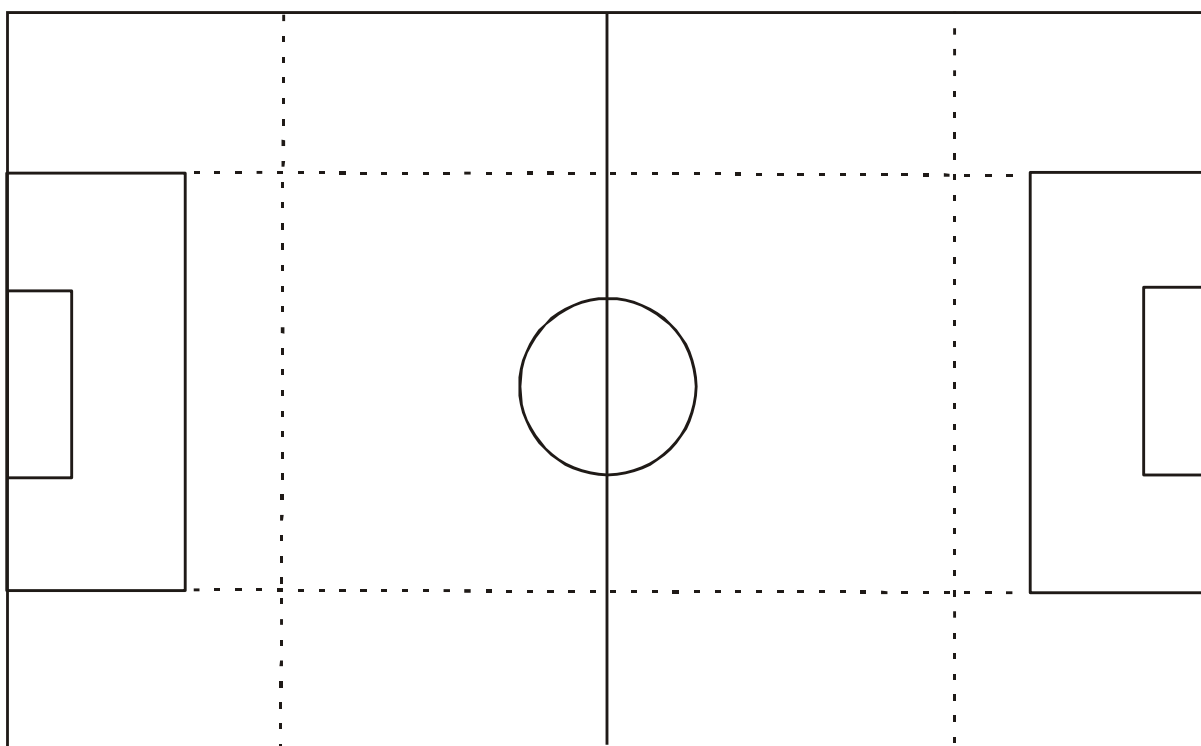
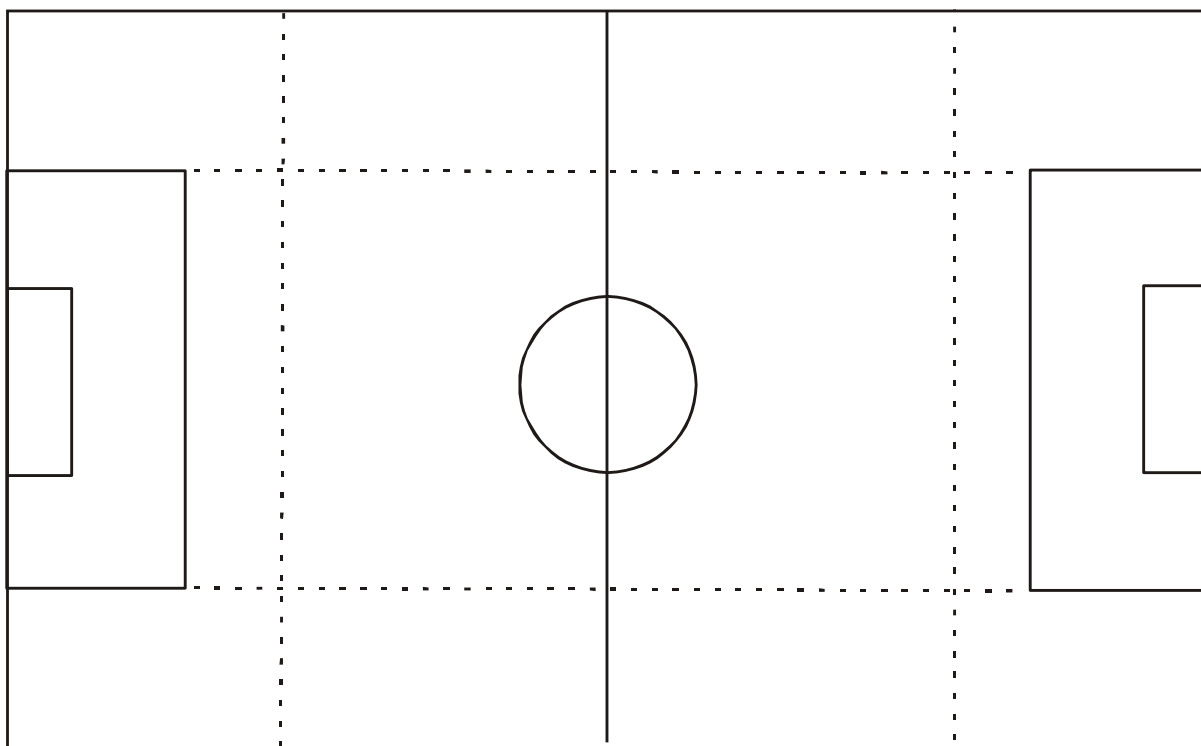
  

<input type="checkbox"/> ZGRUPOWANIE	<input type="checkbox"/> BADANIA WYDOLNOŚCI	<input type="checkbox"/> ZAWODY PUCHAROWE
<input type="checkbox"/> TRENINGI	<input type="checkbox"/> SPRAWDZIAN	<input type="checkbox"/> ZAWODY MISTRZOWSKIE
<input type="checkbox"/> BADANIA LEKARSKIE	<input type="checkbox"/> ZAWODY KONTROLNE	<input type="checkbox"/> .....

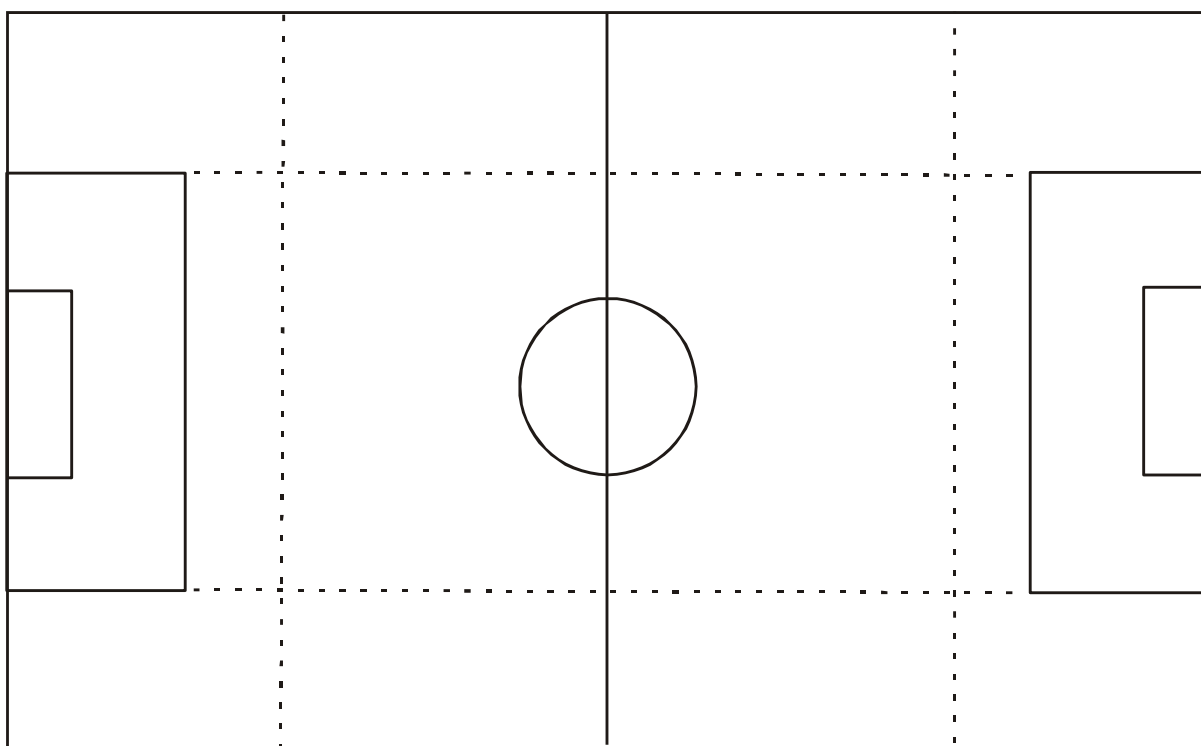
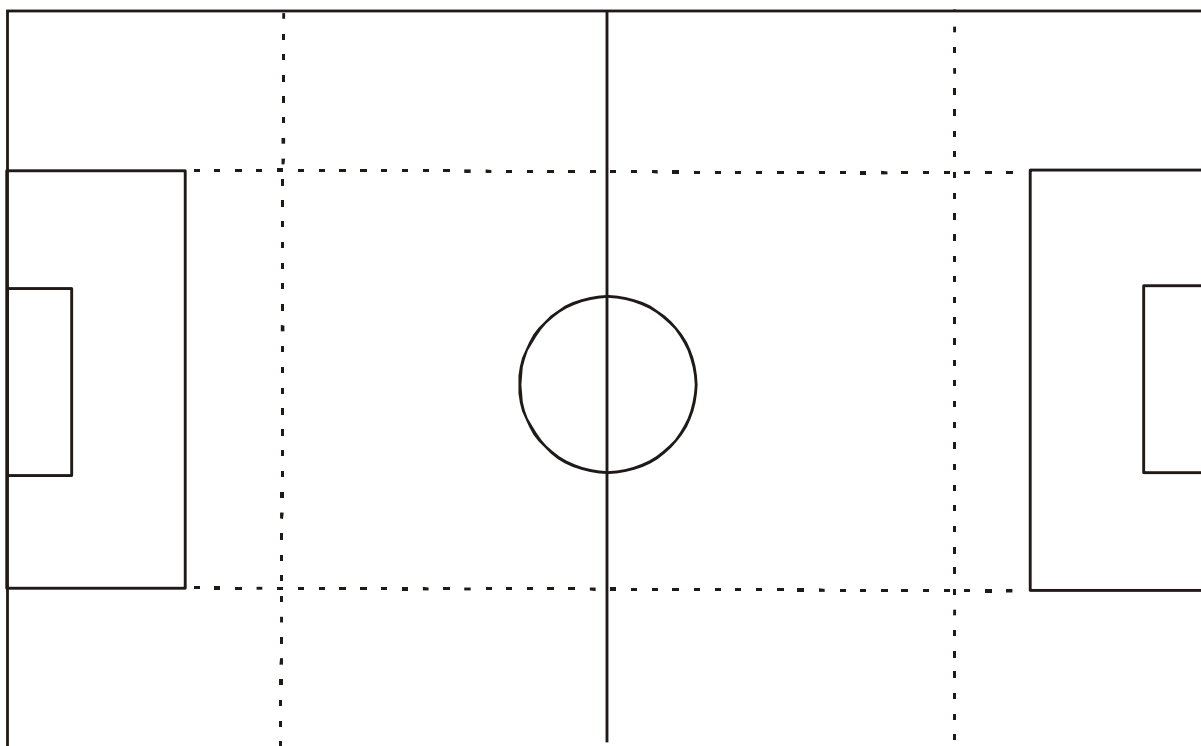
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>

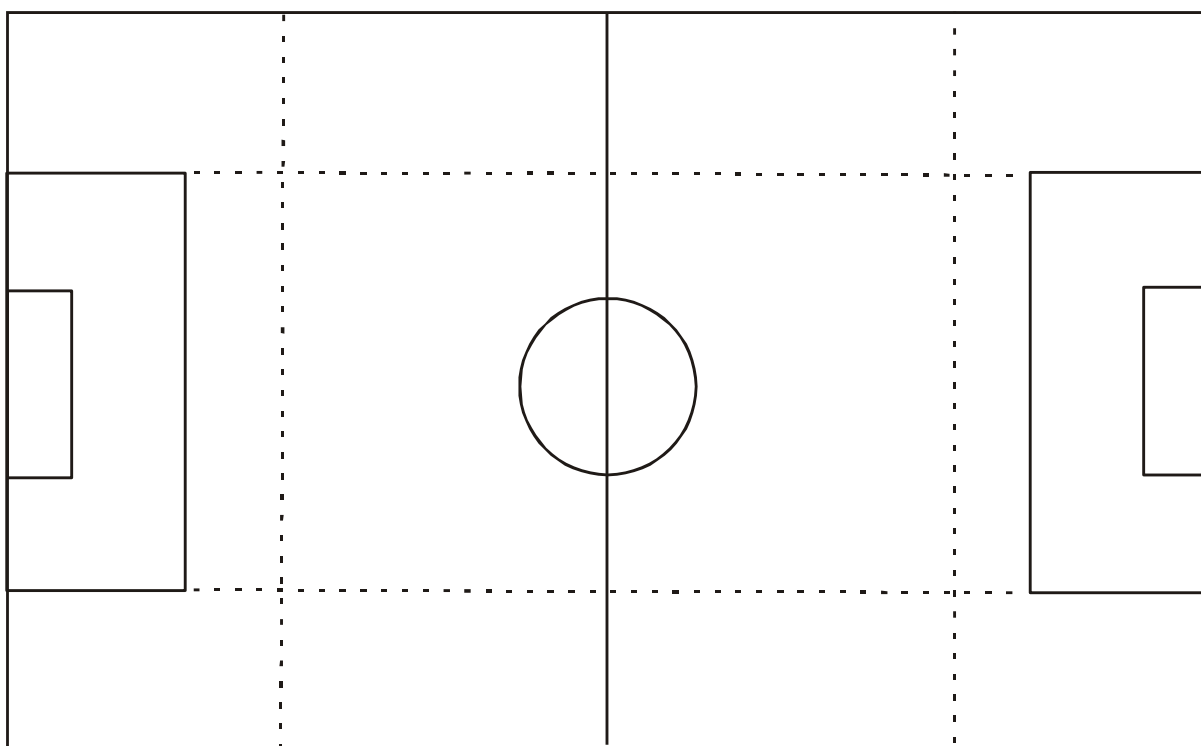
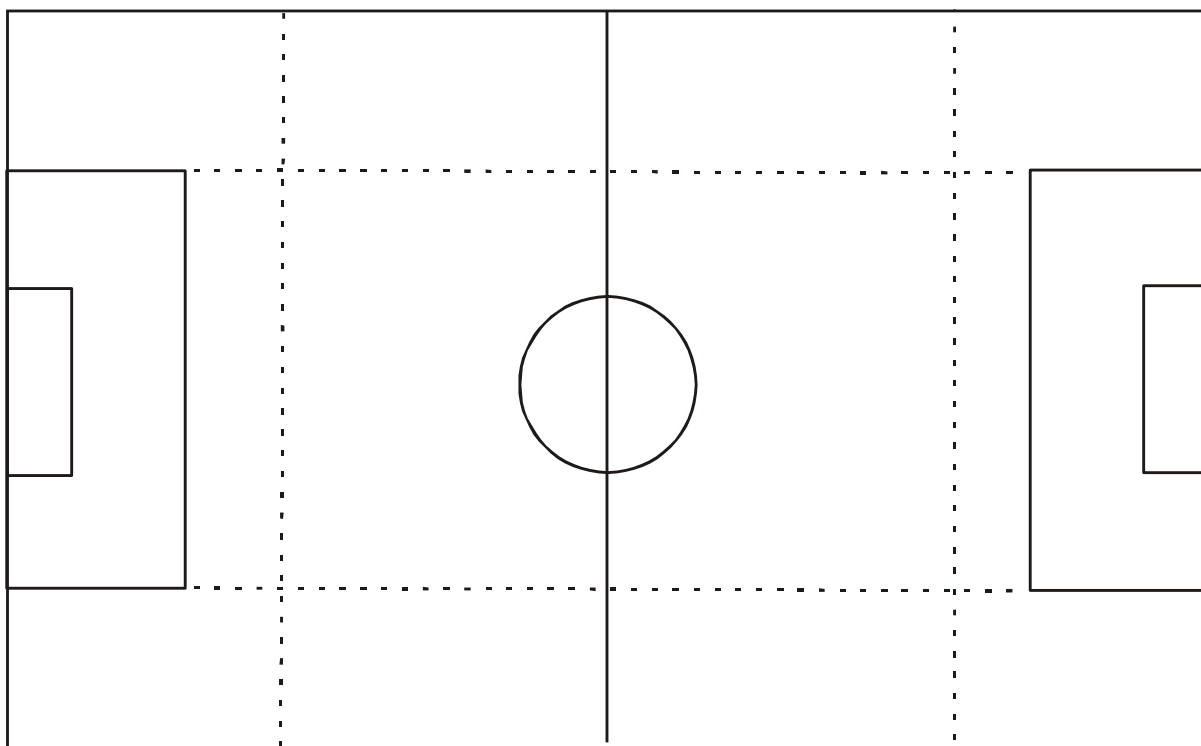


<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>

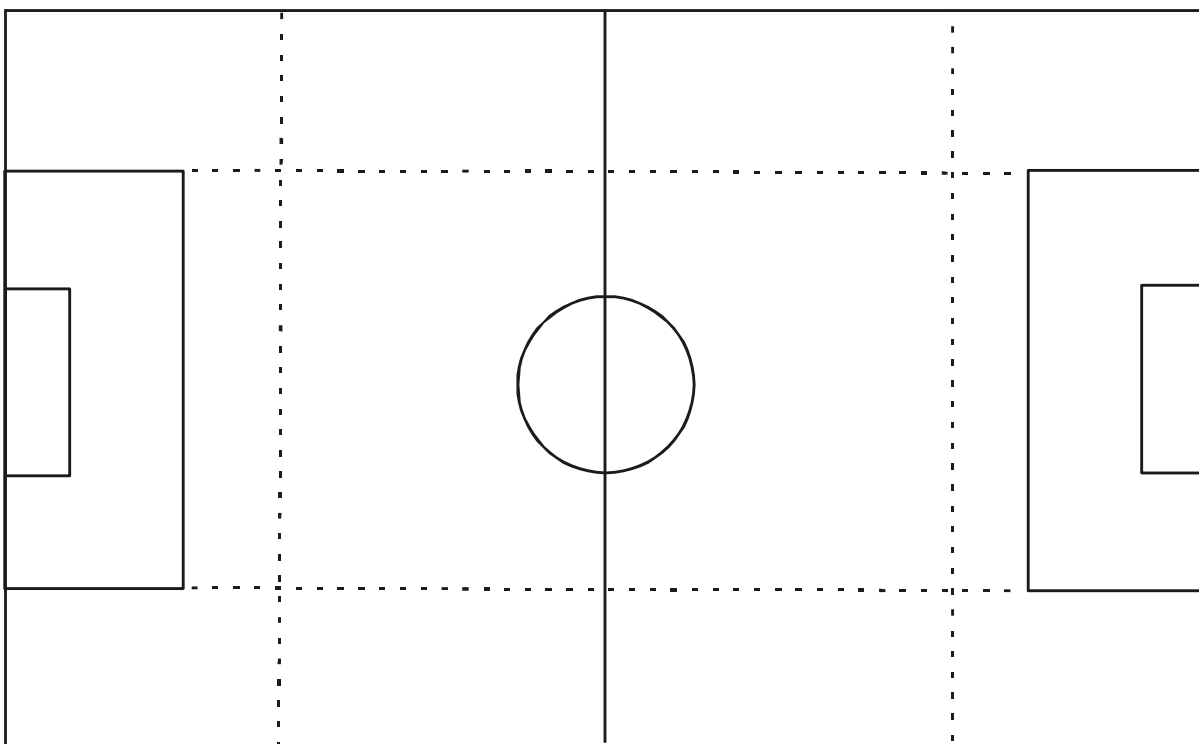
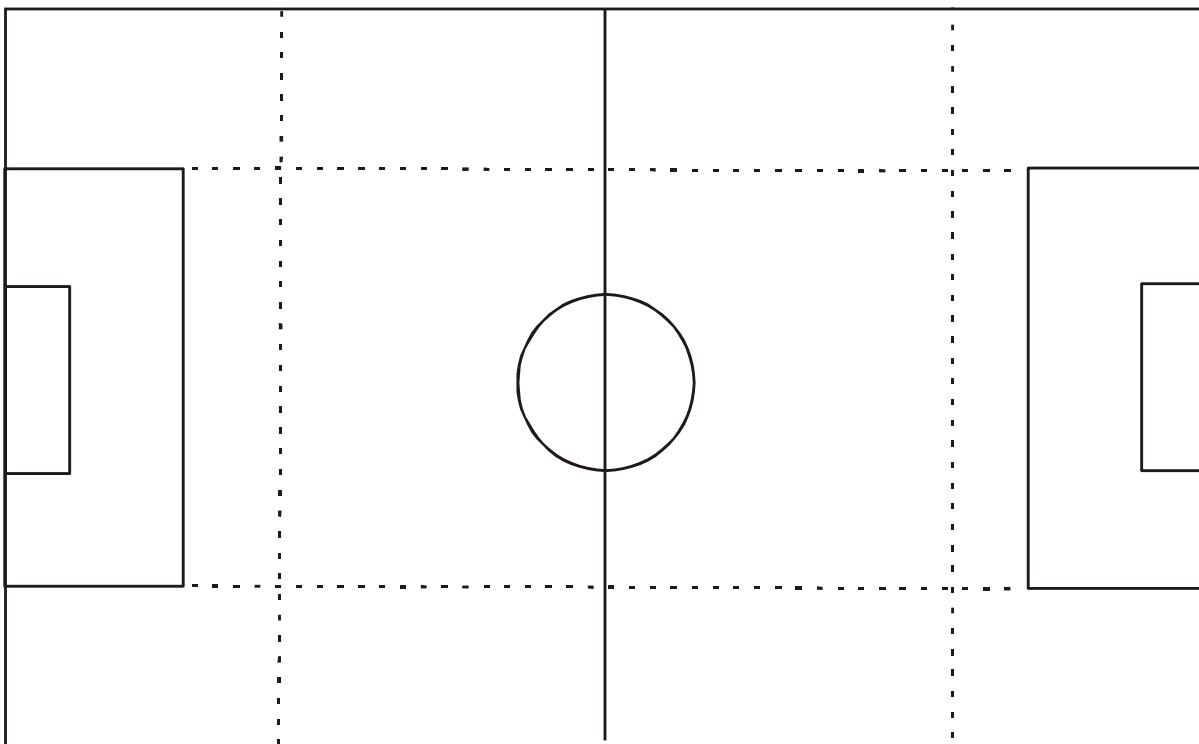




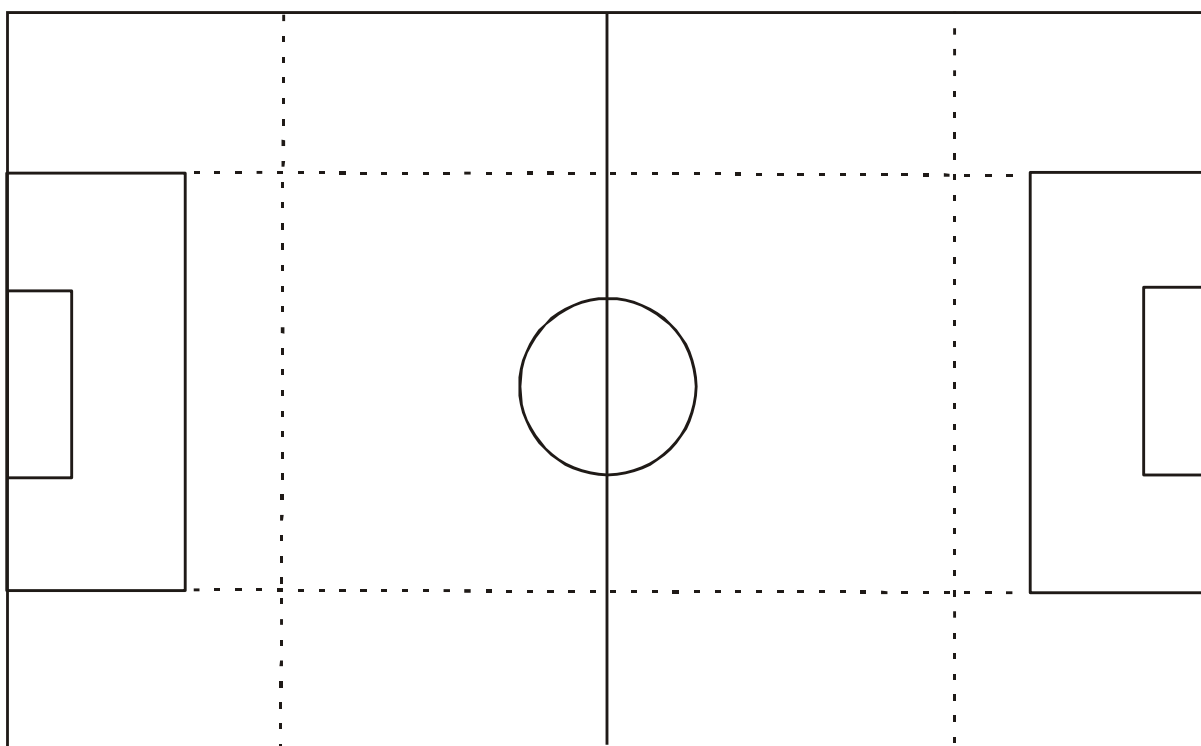
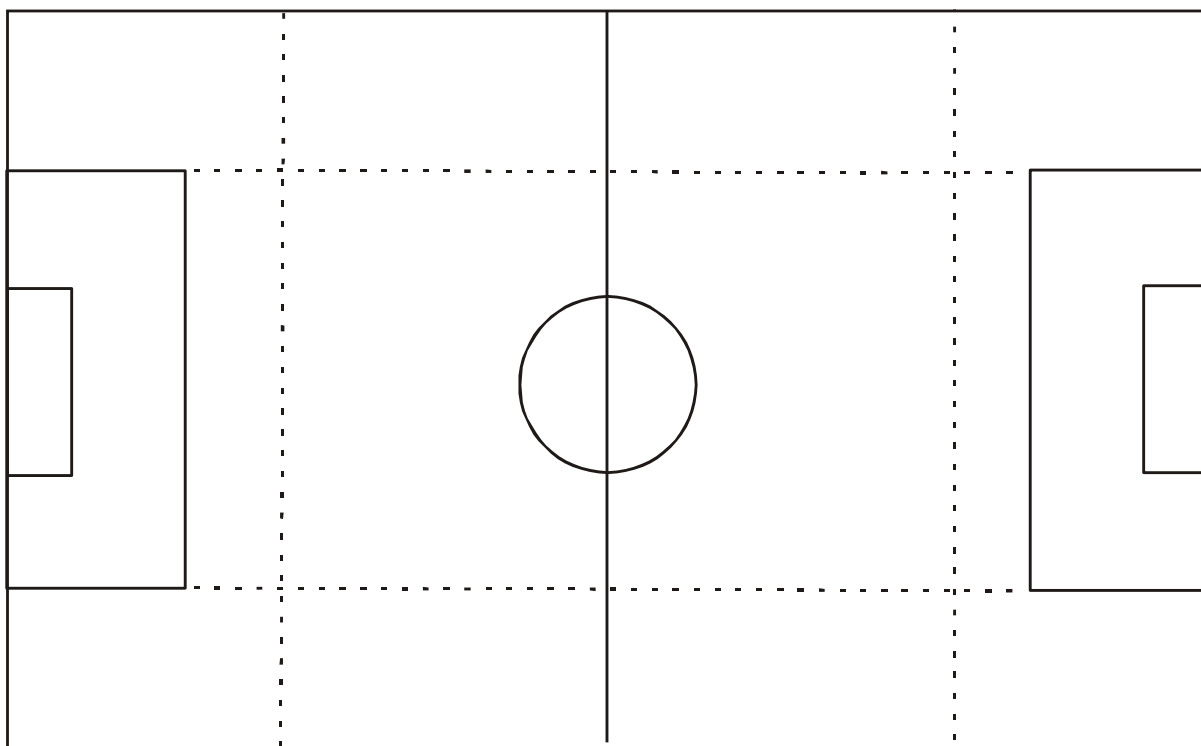
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



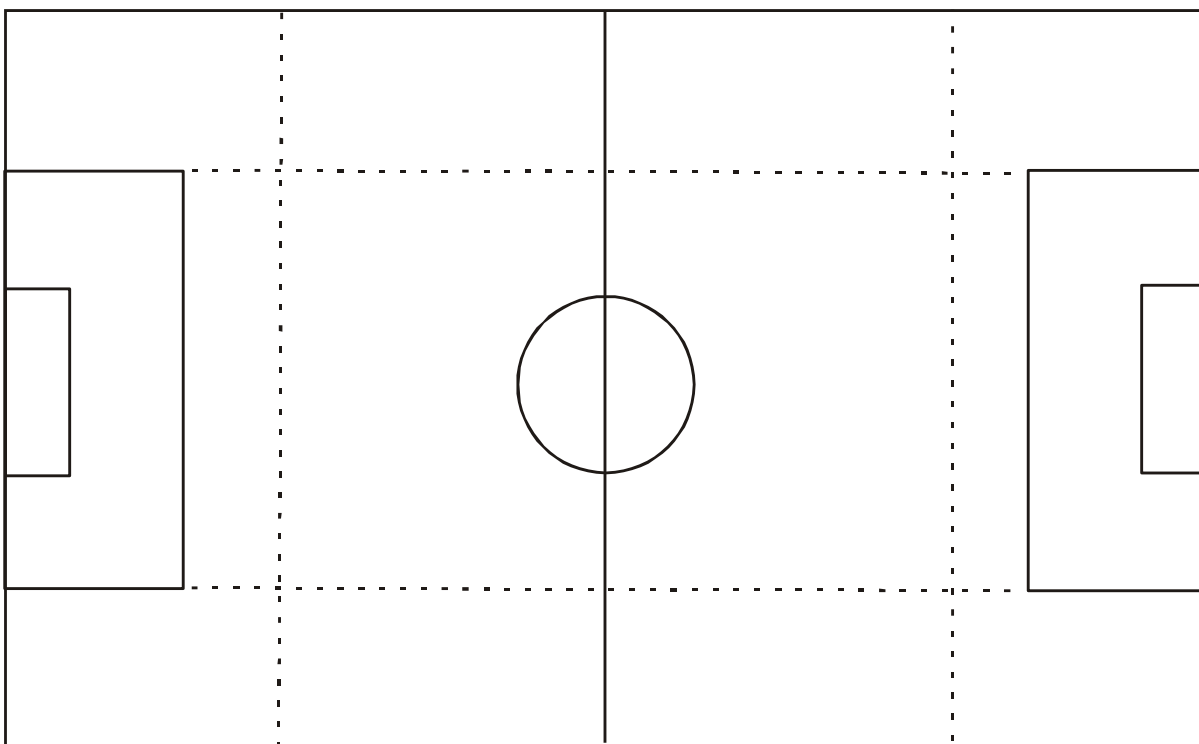
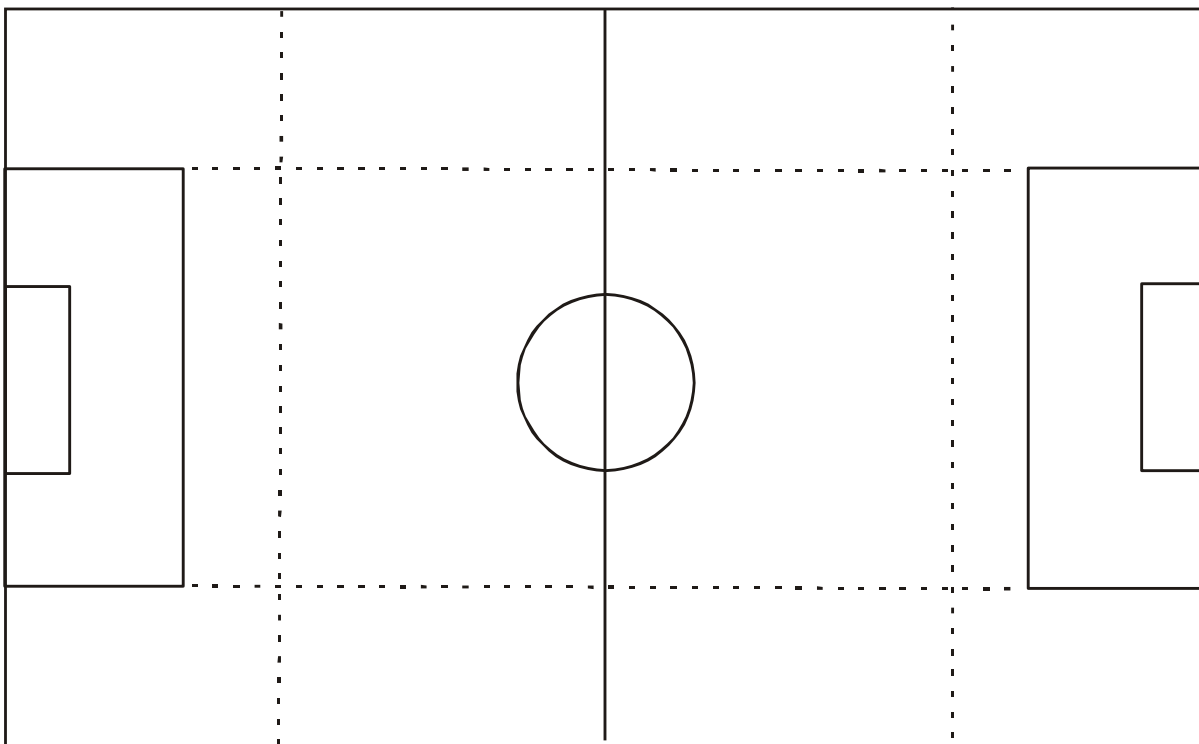
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min, s)</b>	<b>Uwagi</b>

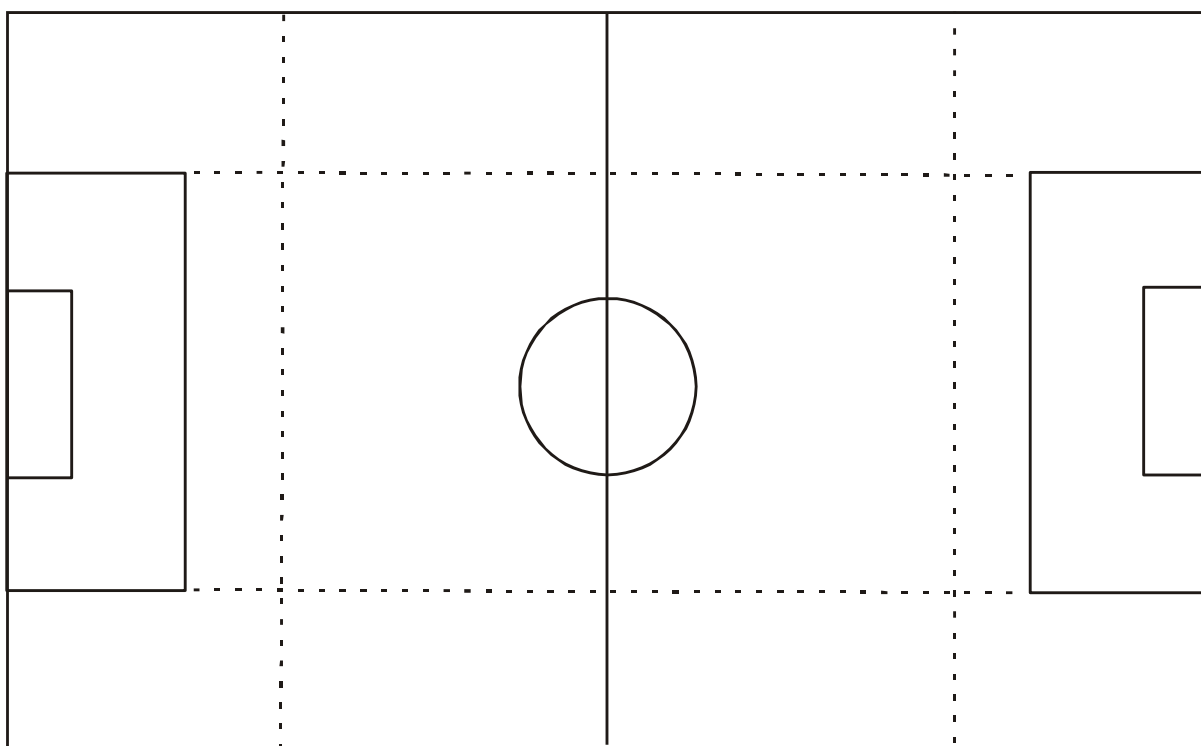
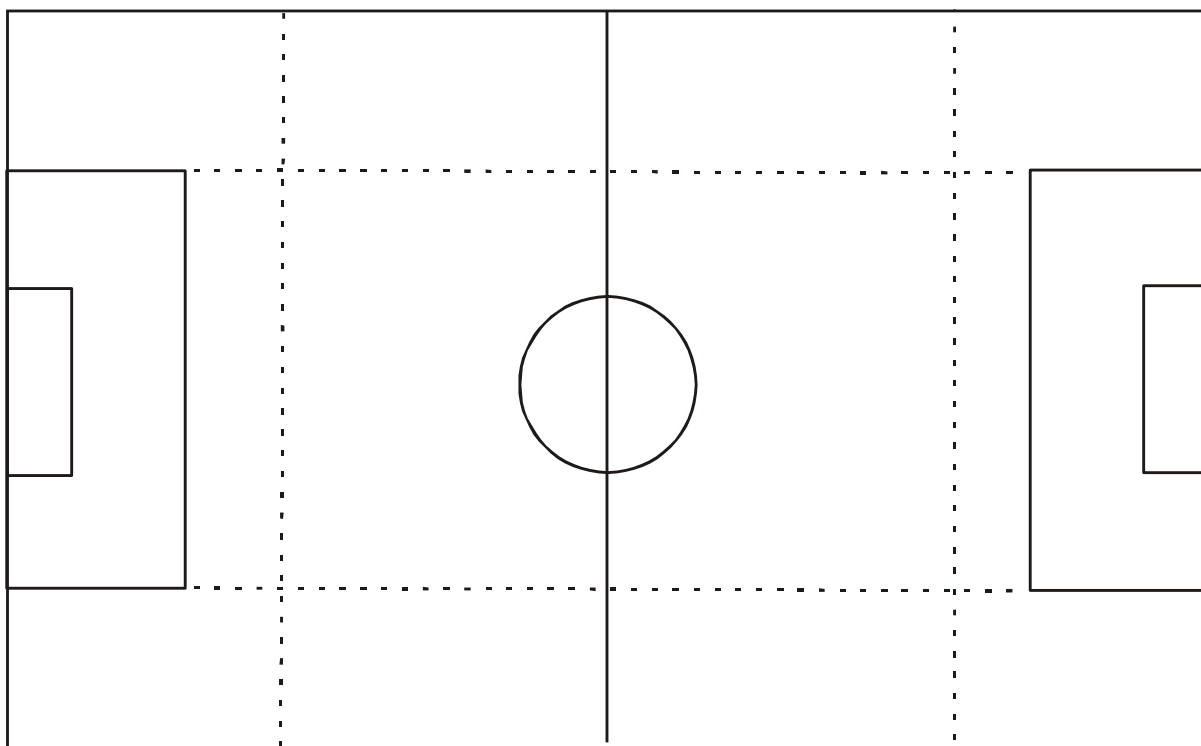


<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>

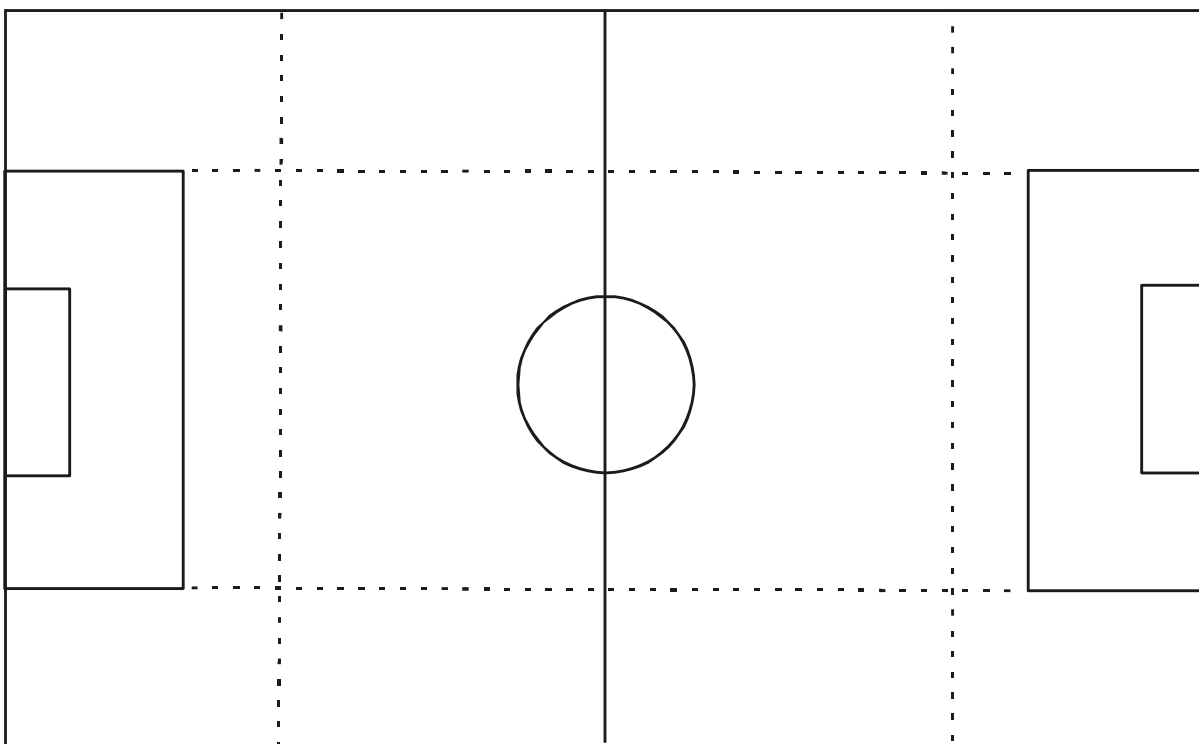
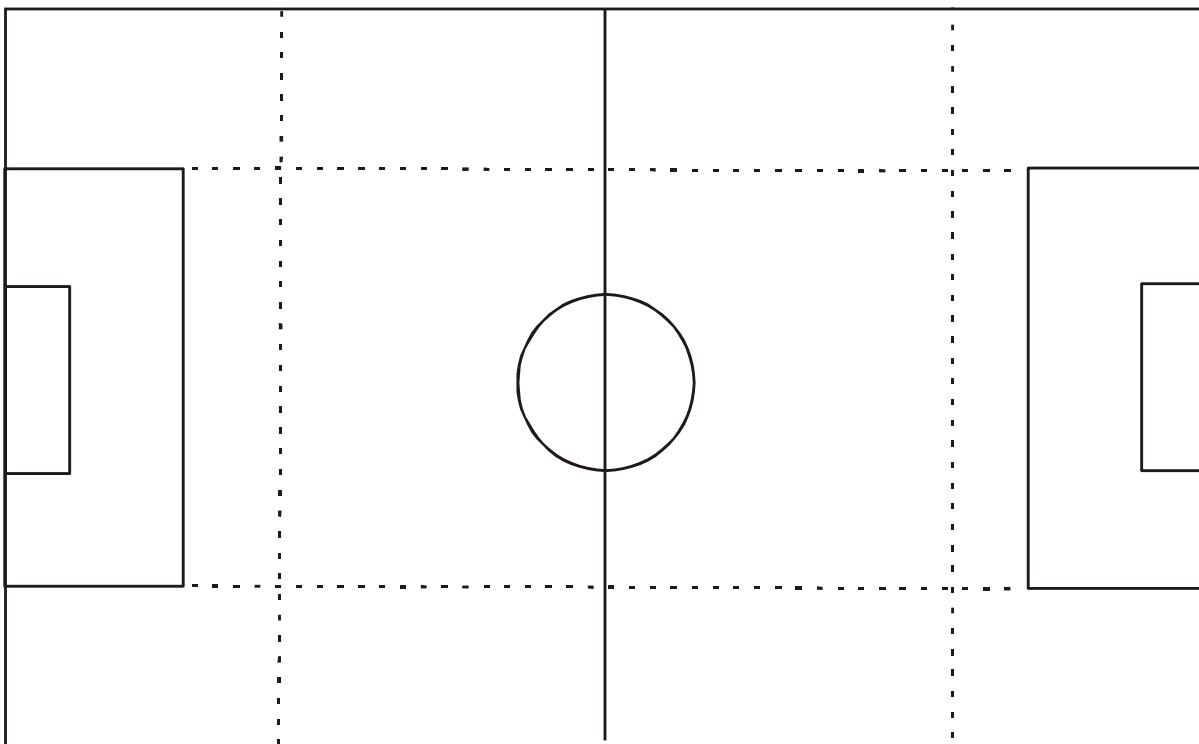




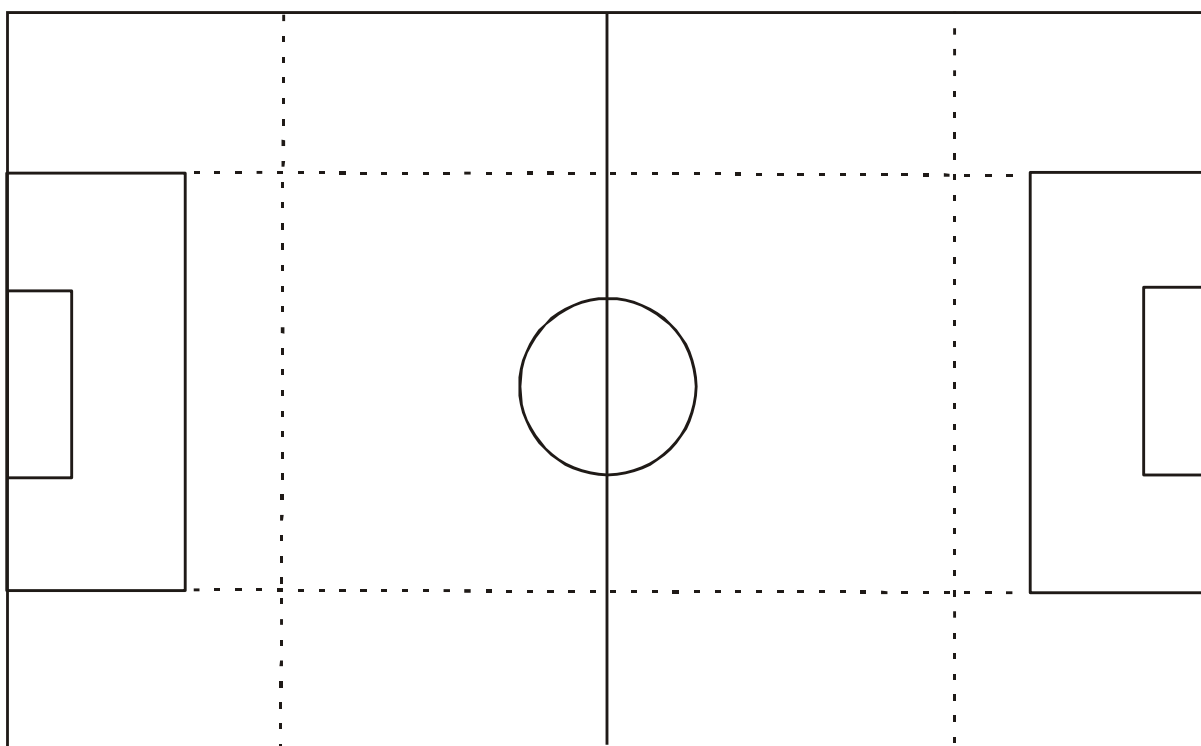
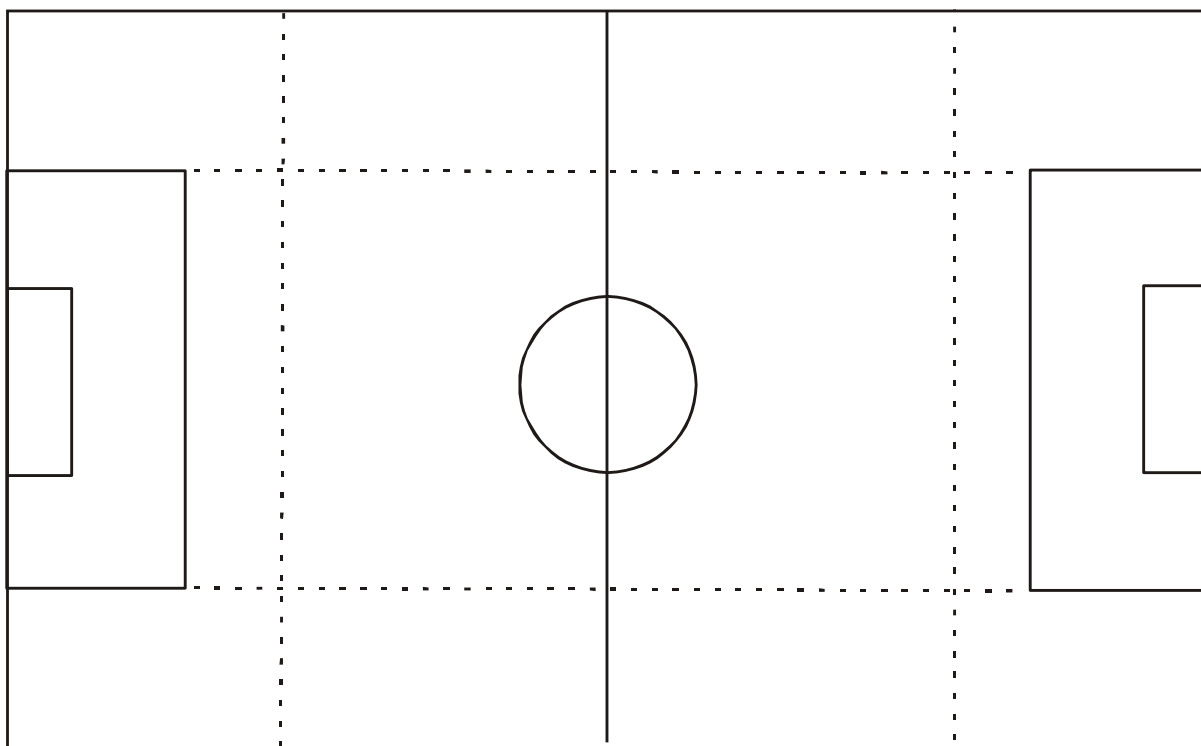
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



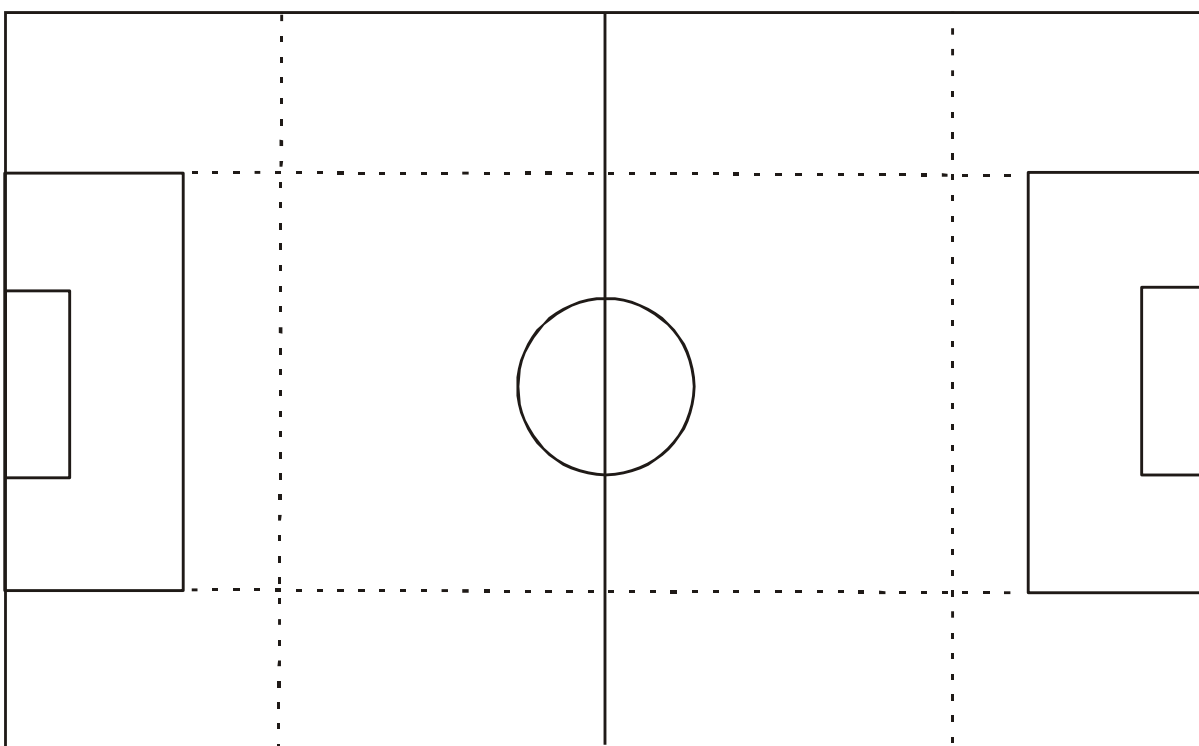
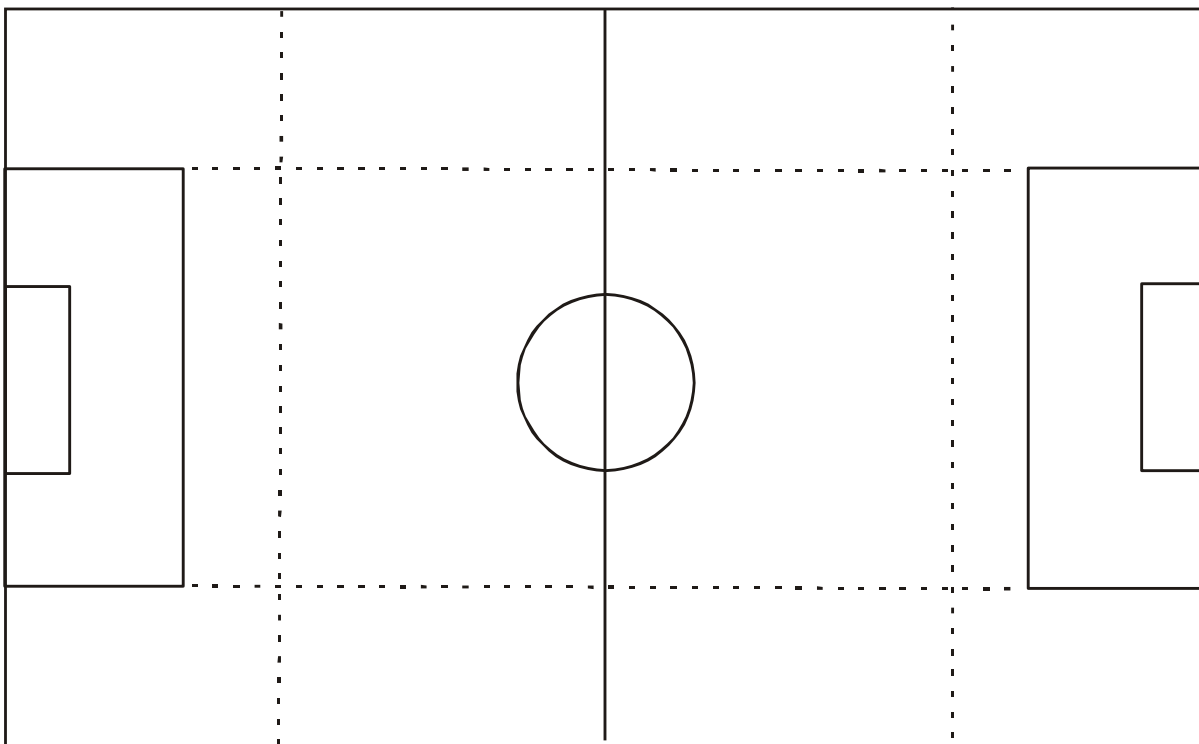
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>

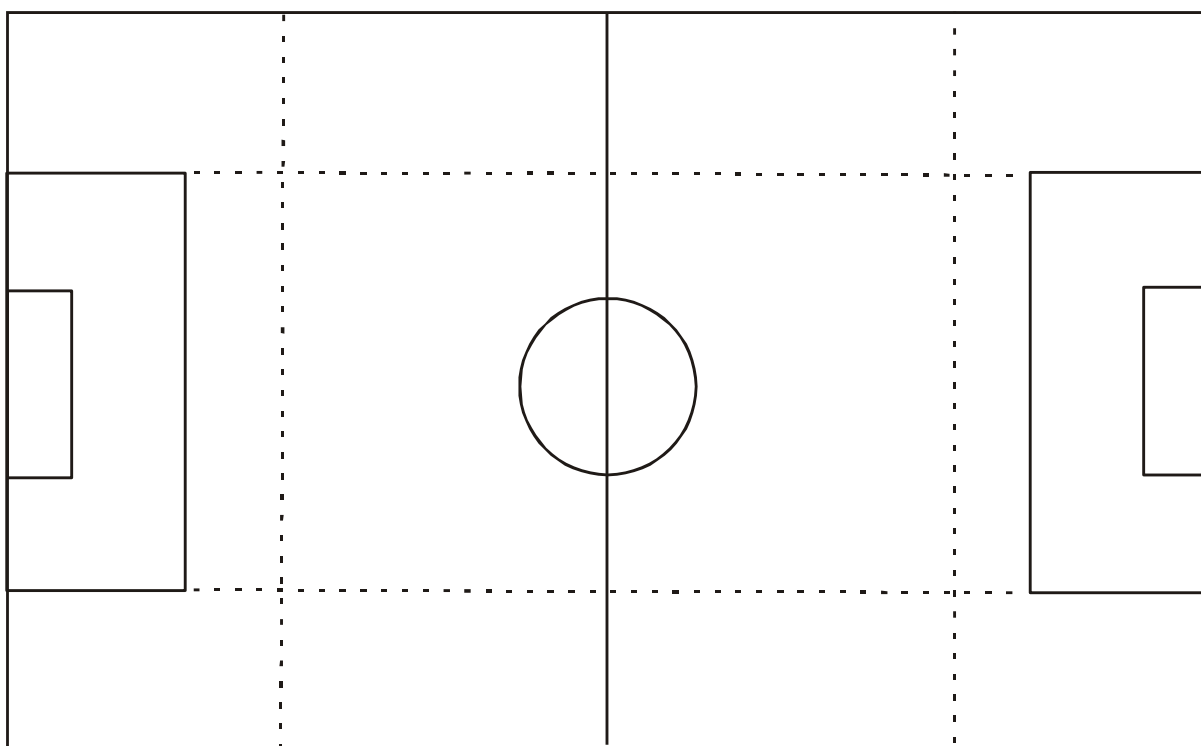
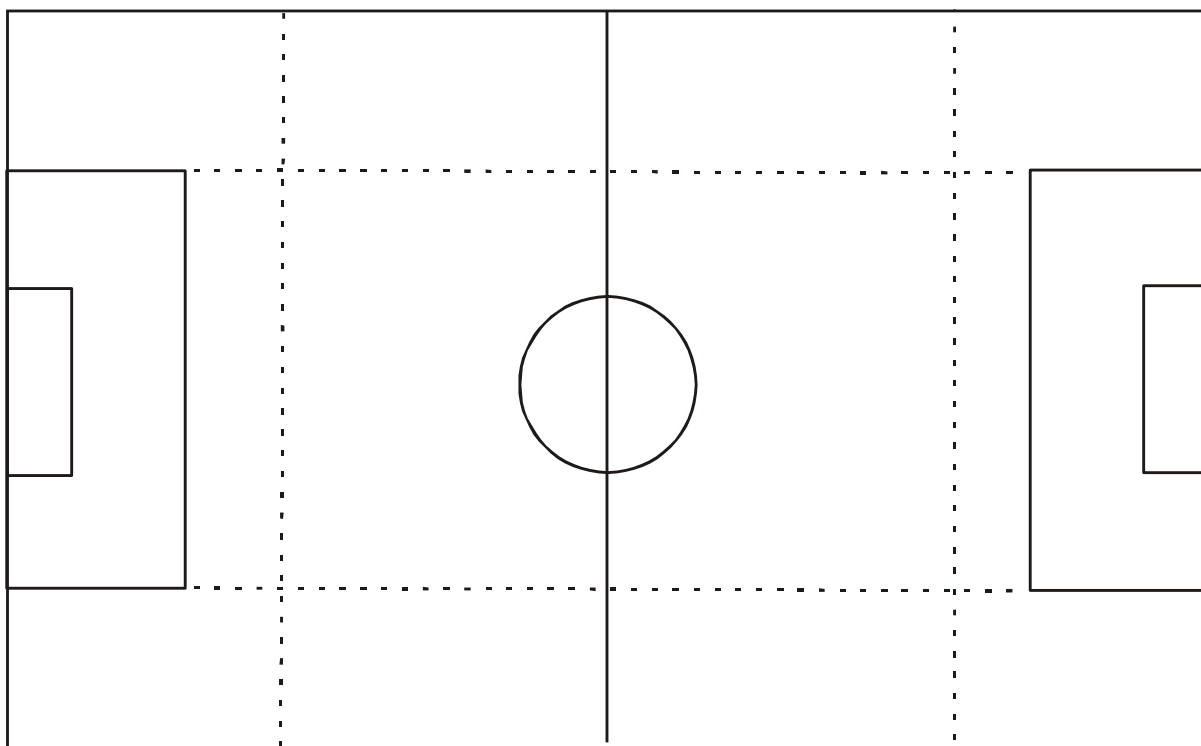


<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>

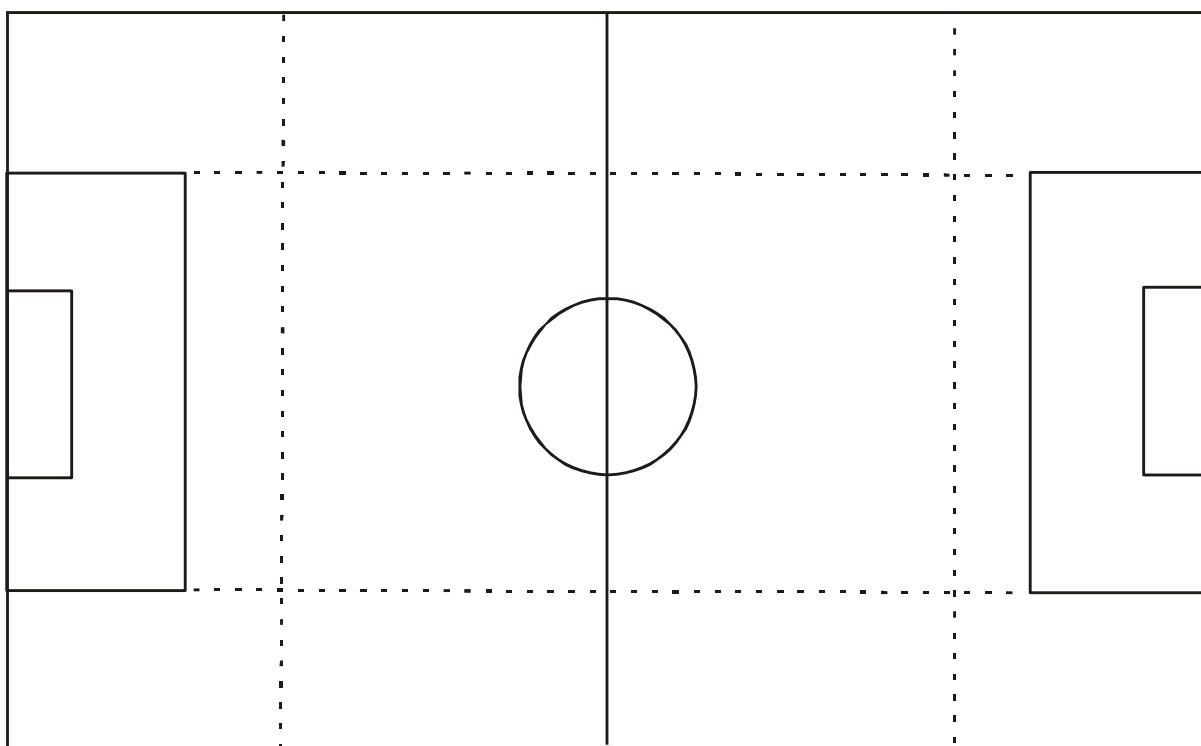
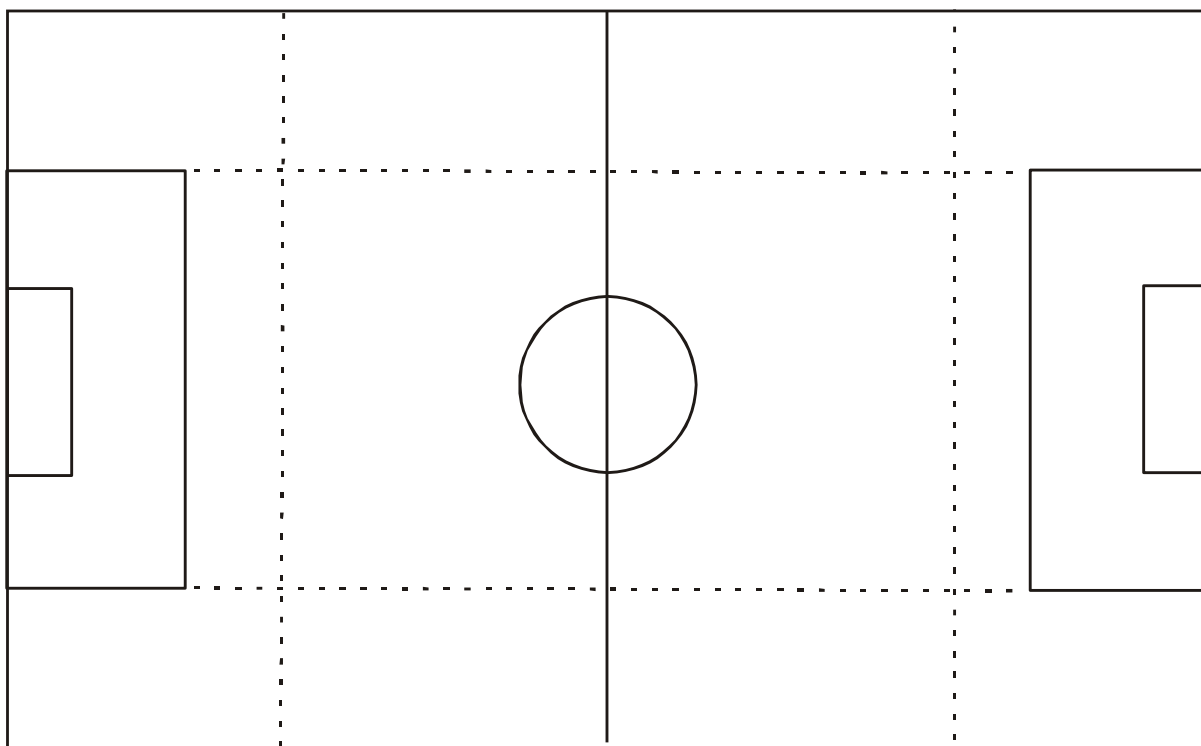




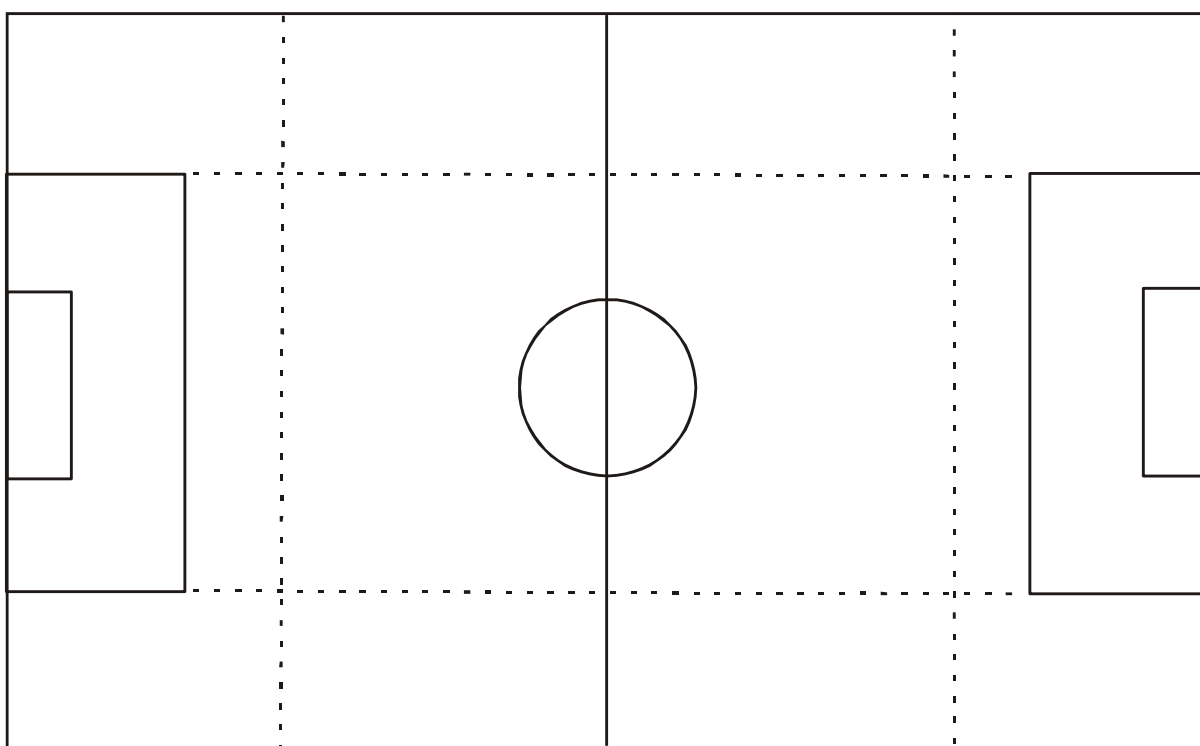
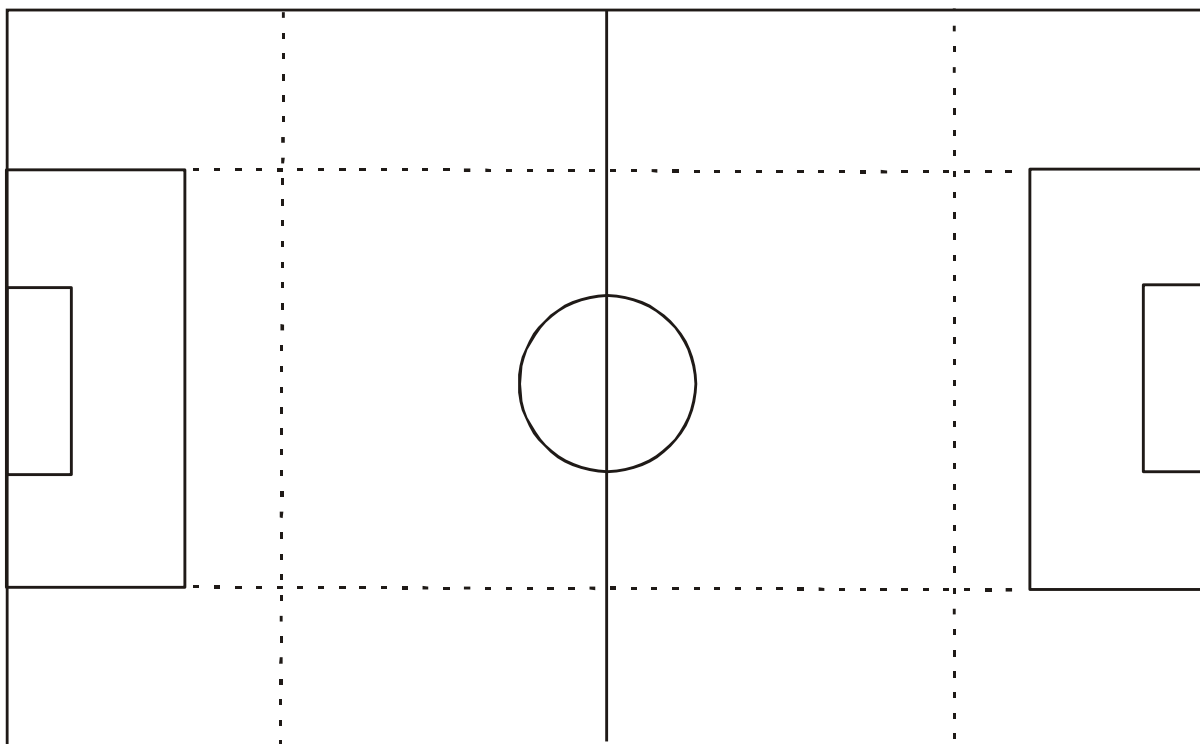
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



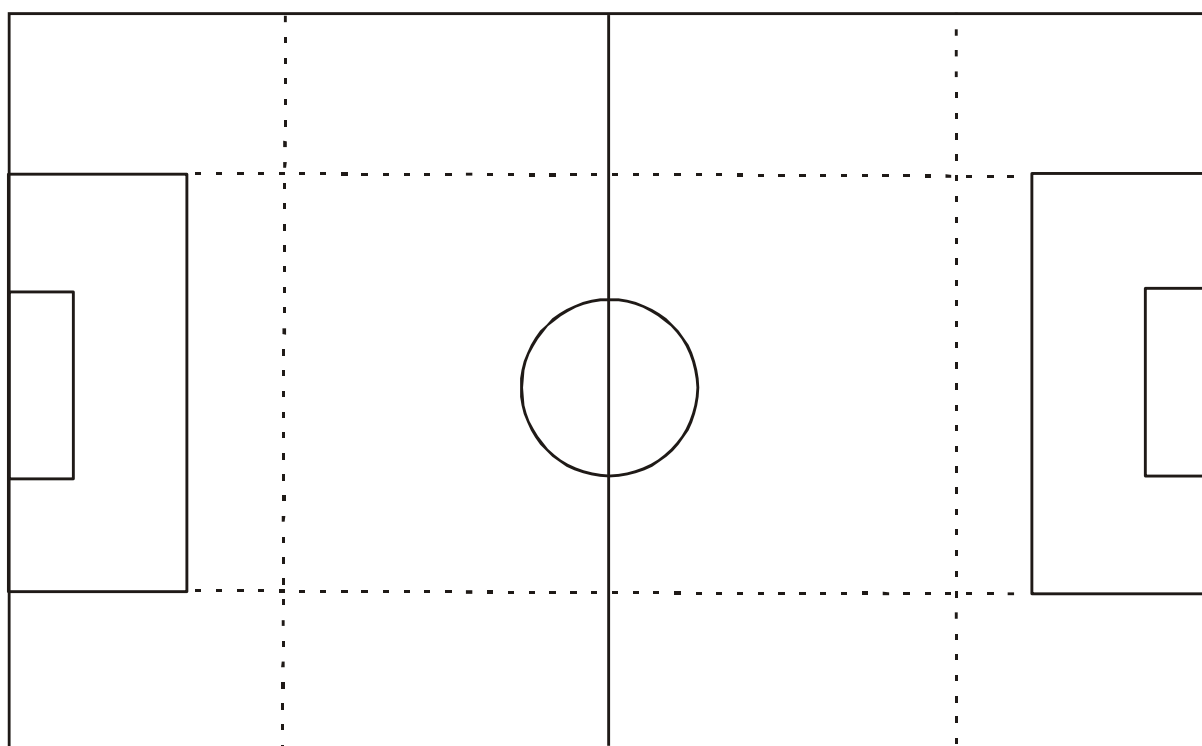
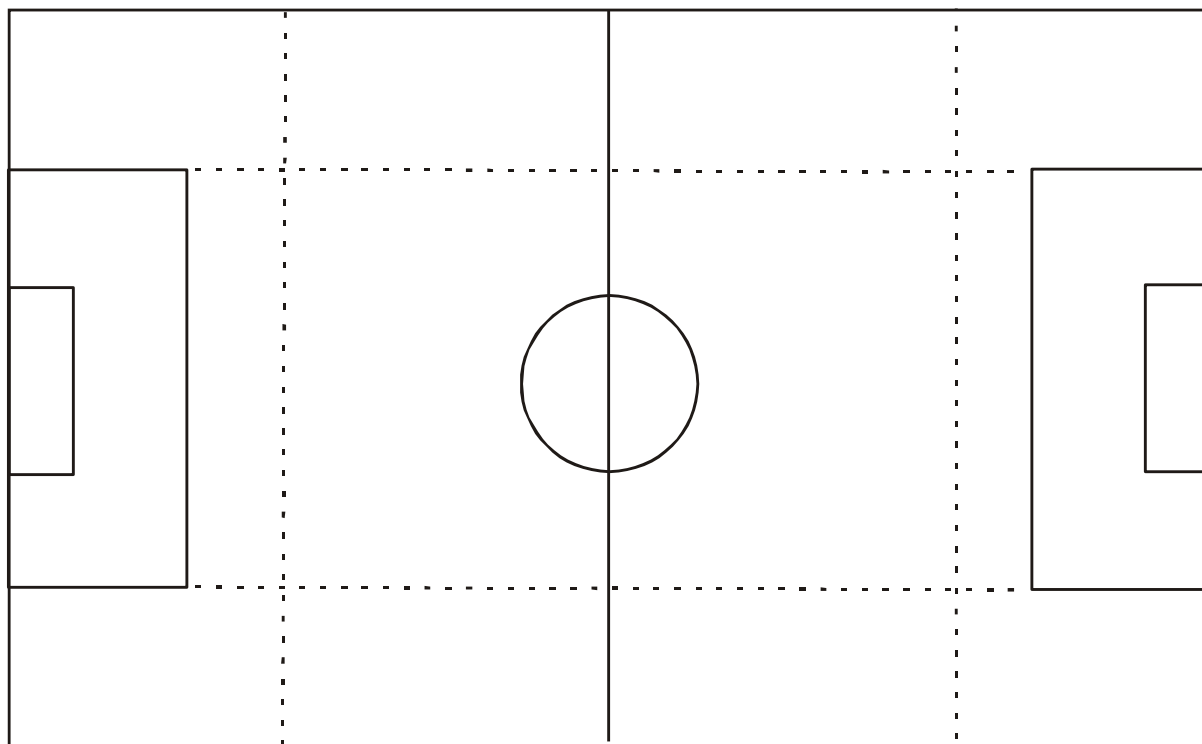
<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>



<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy (min.)</b>	<b>Uwagi</b>

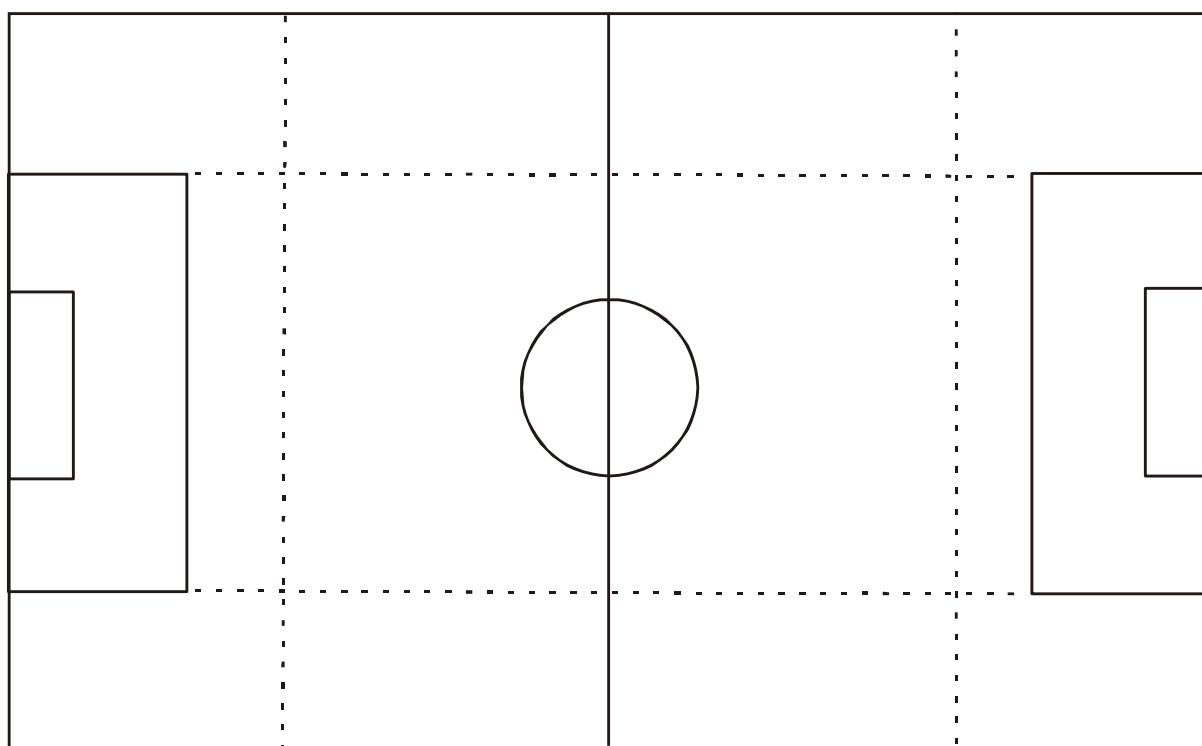
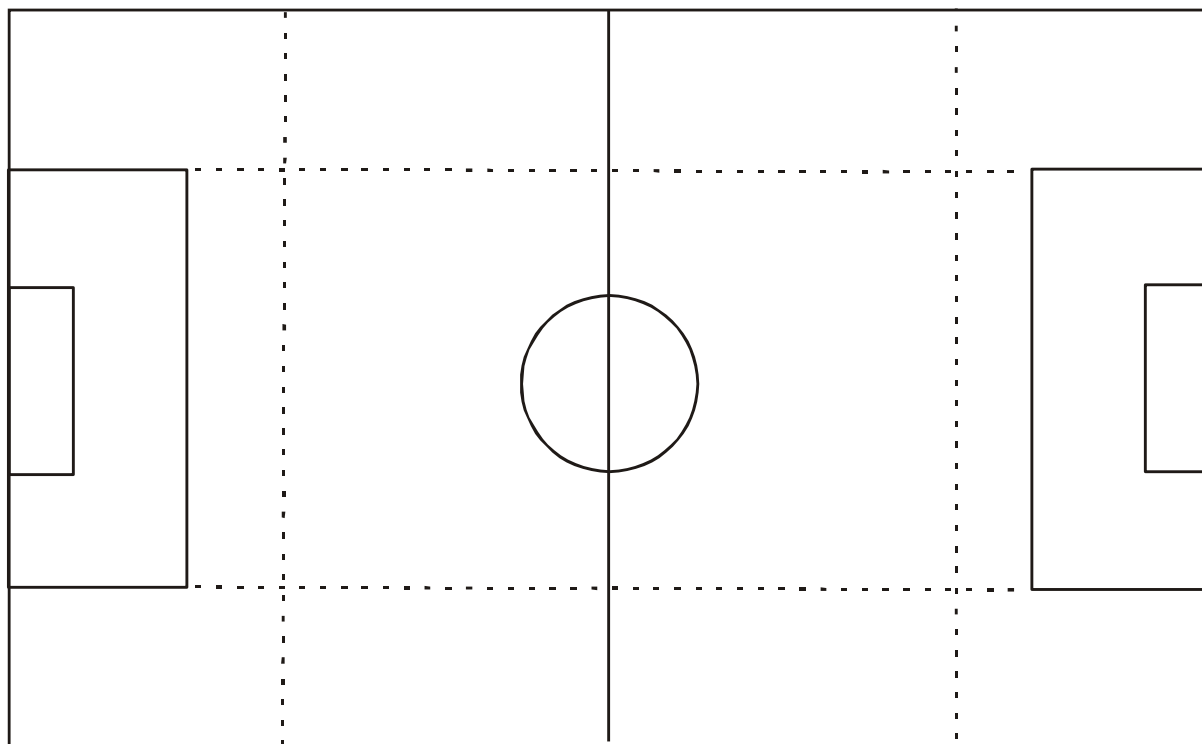


<b>Data</b>	<b>Treść jednostki treningowej</b>	<b>CEL GŁÓWNY treningu</b>	<b>Efektywny czas pracy ( min. )</b>	<b>Uwagi</b>

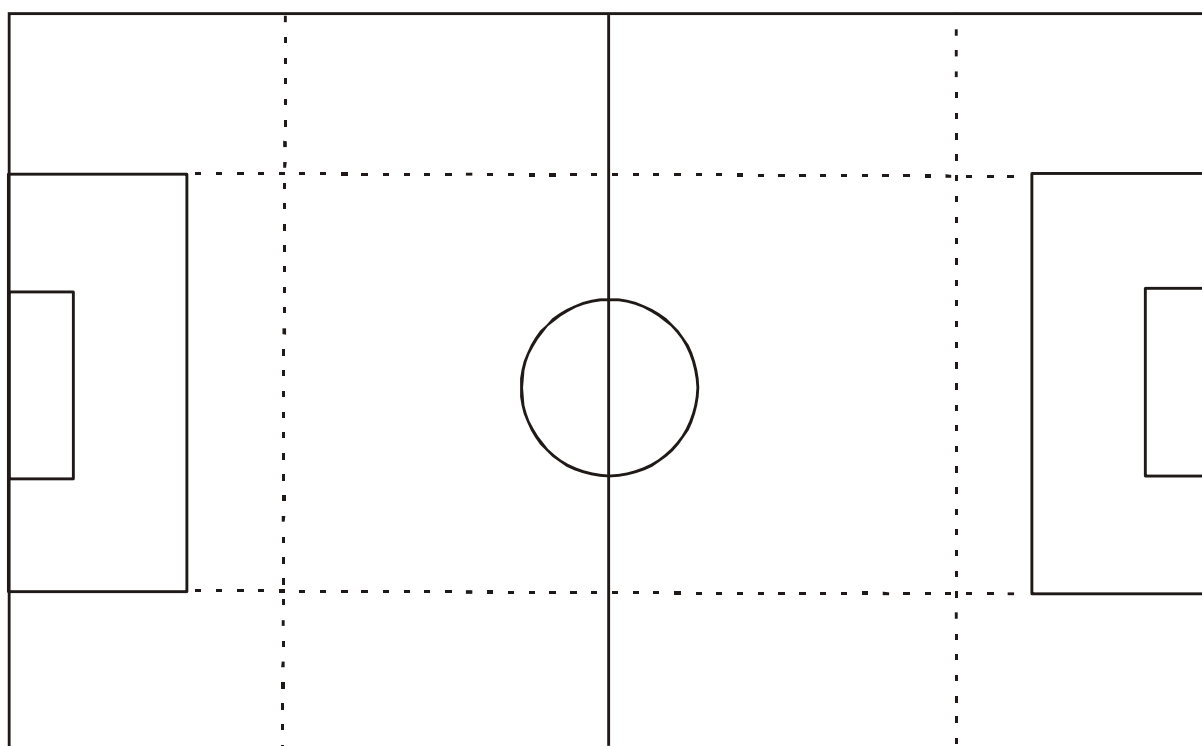
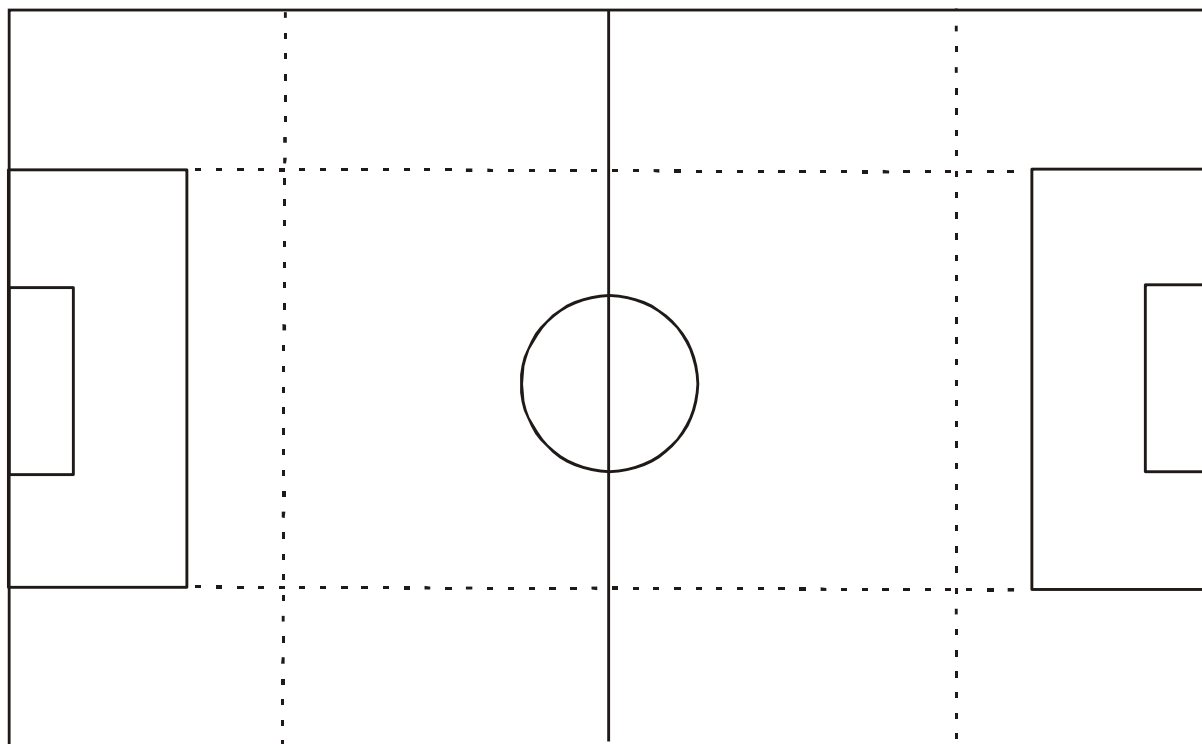




Data	Treść jednostki treningowej	CEL GŁÓWNY treningu	Efektywny czas pracy (min.)	Uwagi



Data	Treść jednostki treningowej	CEL GŁÓWNY treningu	Efektywny czas pracy (min.)	Uwagi





## ZATWIERDZENIE PRAKTYK TRENERSKICH

### Opinia kierownika praktyk

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

Ocena:.....

Podpis:.....

### Opinia opiekuna AWF:

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

Ocena końcowa:.....

Podpis:.....

.....  
*data*

.....  
*podpis pracownika Biura Praktyk*