

PROGRAM PRAKTYKI TRENERSKIEJ
TRENER OSOBISTY
60 GODZIN

Cele praktyki

- zapoznanie ze strukturą organizacyjną klubu fitness lub studium treningu personalnego,
- praktyczne zastosowanie wiedzy teoretycznej z zakresu anatomii, fizjologii, biomechaniki i planowania treningów,
- rozwój umiejętności prowadzenia treningów personalnych i grupowych,
- zdobycie umiejętności diagnozowania potrzeb klientów i dostosowania planów treningowych do ich celów,
- nabycie kompetencji w zakresie budowania relacji z klientami i promocji usług trenera personalnego,
- poznanie zasad etyki zawodowej i bezpieczeństwa w pracy trenera.

Zadania studenta

- systematyczna realizacja zadań związanych z praktyką,
- systematyczne prowadzenie dziennika praktyk,
- przygotowanie szczegółowego sprawozdania z praktyki,
- uzyskanie oceny opiekuna i potwierdzenia z klubu.

Termin realizacji praktyki

Praktyka realizowana jest w trakcie IV semestru studiów. Szczegóły wraz z dokładnymi terminami dostarczenia dokumentacji podane są na uczelnianej stronie internetowej (zakładka dotycząca praktyk realizowanych na kierunku Sport).

Zaliczenie praktyki

Podstawą zaliczenia praktyki jest:

- dostarczenie umowy o organizację praktyk przed ich rozpoczęciem,
- zrealizowanie wymaganej liczby godzin,

- dostarczenie w wyznaczonym terminie wypełnionego dziennika praktyk (wraz z pieczęciami instytucji, podpisami opiekuna oraz prezesa, sprawozdaniem z praktyk i oceną opiekuna),
- uzyskanie pozytywnej oceny opiekuna klubowego i opiekuna merytorycznego.