

INSTRUKCJA WYPEŁNIANIA ZESZYTU PRAKTYK INSTRUKTORSKICH Z LEKKIEJ ATLETYKI

Zeszyt praktyk jest dokumentem potwierdzającym realizację praktyki instruktorskiej z lekkiej atletyki. Jego celem jest udokumentowanie przebiegu praktyki, zakresu wykonywanych zadań, obserwowanych i prowadzonych zajęć oraz stopnia przygotowania studenta do pracy instruktorskiej z dziećmi, młodzieżą i młodymi zawodnikami. Student zobowiązany jest do prowadzenia zeszytu praktyk systematycznie, starannie i zgodnie z podanym wzorem. Wszystkie części zeszytu powinny zostać wypełnione w sposób czytelny, merytoryczny i zgodny z rzeczywistym przebiegiem praktyki.

Zeszyt praktyk powinien zawierać:

- stronę tytułową z danymi studenta, miejscem i terminem praktyki oraz danymi opiekuna;
- opis miejsca realizacji praktyki oraz charakterystykę grupy treningowej;
- dziennik praktyki z datami, tematami zajęć i liczbą godzin;
- protokoły wszystkich obserwacji oraz konspekty wszystkich zajęć prowadzonych lub współprowadzonych;
- ocenę opiekuna praktyki, samoocenę studenta i sprawozdanie końcowe;
- wymagane podpisy i potwierdzenia realizacji praktyki.

Podczas opisywania zajęć należy uwzględnić metodykę nauczania konkurencji lekkoatletycznych, dobór ćwiczeń do wieku i poziomu grupy, organizację zajęć, bezpieczeństwo, korektę błędów technicznych oraz sposób komunikacji z ćwiczącymi. Wpisy powinny być rzeczowe i merytoryczne, bez ogólników typu „zajęcia przebiegły dobrze”.

Dokumentacja niekompletna, nieczytelna, niespójna z przebiegiem praktyki lub przygotowana według innego wzoru nie jest przyjmowana. Po zakończeniu praktyki student/studentka składa kompletny zeszyt do biura praktyk w wyznaczonym terminie, zgodnie z harmonogramem praktyk na kierunku Wychowanie Fizyczne w danym roku akademickim.

Szczegółowe informacje do wypełniania zeszytu praktyk:

- kalendarz praktyk – proszę wpisać liczbę godzin dydaktycznych (45-minutowych) zrealizowanych w ramach prowadzenia / asysty / hospitacji zajęć treningowych w poszczególnych dniach praktyki oraz podsumować miesiące, jak i całość.
- Prowadzenie / asysty / hospitacje zajęć treningowych – każde zajęcia należy opisać oddzielnie, zgodnie z charakterem uczestnictwa, tj. w formie protokołu obserwacji i/lub konspektu zajęć prowadzonych / współprowadzonych. W zeszycie zamieszczono po jednym wzorze dla każdego dokumentu; student powinien powielić odpowiedni wzór tyle razy, ile jest potrzebnych do udokumentowania wszystkich zrealizowanych zajęć.

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W POZNANIU**

61-871 Poznań, ul. Królowej Jadwigi 27/39

**PRAKTYKA INSTRUKTORSKA
LEKKA ATLETYKA**

SPRAWOZDANIE

Zeszyt praktyk dla studentów kierunku Wychowanie Fizyczne

Imię i nazwisko:

Rok studiów:

Termin praktyki:

Nazwa placówki:

Adres placówki:

Opiekun praktyki:

Opiekun merytoryczny AWF:

PROGRAM PRAKTYKI INSTRUKTORSKIEJ

dla studentów kierunku WYCHOWANIE FIZYCZNE, studia I°

Cele praktyki

- zapoznanie się z działalnością i sposobami realizacji zadań w miejscu odbywania praktyki,
- poznanie metod, form i środków treningu sportowego realizowanych w miejscu odbywania praktyki.

Zadania praktyki

- zapoznanie się ze sposobami funkcjonowania danej placówki/klubu sportowego (struktura, kompetencje pracowników, formy działania w odniesieniu do kultury fizycznej dzieci, młodzieży i dorosłych),
- zapoznanie się ze sposobami projektowania działań diagnostycznych, profilaktycznych i edukacyjnych odpowiadających potrzebom sportowców,
- projektowanie procesu treningowego i prowadzenie dokumentacji przebiegu procesu szkolenia.

Miejsca realizacji praktyki

Praktyka instruktorska dotyczy działań związanych z bezpośrednią realizacją procesu treningowego, a zatem miejscami jej odbywania powinny być:

- kluby sportowe,
- stowarzyszenia,
- fundacje.

Termin realizacji praktyki

Zgodnie z planem studiów I stopnia

Zaliczenie praktyki

Podstawą zaliczenia praktyki jest:

- obecność na praktyce w wymaganym wymiarze godzin (90 godzin),
- zaangażowanie i działania w trosce o dobro ćwiczących,
- pisemne sprawozdanie dokumentujące czas trwania praktyki oraz opis zadań wykonywanych przez studenta, potwierdzone przez prezesa klubu/stowarzyszenia/fundacji,
- terminowe złożenie dokumentacji po zakończeniu praktyk,
- uzyskanie pozytywnej oceny opiekuna praktyki i opiekuna merytorycznego.

MIEJSCE REALIZACJI PRAKTYKI

dokładna nazwa placówki:

adres:

forma organizacyjna: klub sportowy / stowarzyszenie / fundacja / inna

OPIS KLUBU / INSTYTUCJI:

podstawowe informacje, struktura, kompetencje pracowników/trenerów, zakres działalności

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CHARAKTERYSTYKA GRUPY TRENINGOWEJ

kategoria wiekowa:
liczba zawodników:
poziom sportowy:	nabór / dzieci / młodzik / junior / senior / masters / inny
dominujące konkurencje:	sprinty / płotki / skoki / rzuty / biegi średnie i długie / wielobój
liczba treningów w tygodniu:
okres treningowy:	przygotowawczy / startowy / przejściowy / ogólnorozwojowy
główne cele szkoleniowe grupy:
najważniejsze zadania metodyczne grupy:

Podpis opiekuna:

KALENDARZ PRAKTYK

Rok kalendarzowy:											
	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
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					X							
31		X			X		X		X			X
SUMA												

Łącznie: godzin dydaktycznych

Podpis opiekuna:

Protokół obserwacji zajęć nr

Temat zajęć:

Cel główny:

Data: Liczba uczestników: Czas trwania:

Analiza przebiegu zajęć

Część zajęć	Środki i ćwiczenia	Dozowanie	Uwagi metodyczne

Obserwacja techniczna i organizacyjna

Elementy techniki:

Najczęstsze błędy:

Zastosowane korekty:

Podpis opiekuna:

Konspekt prowadzonych zajęć nr

Temat zajęć:

Cel główny:

Cele szczegółowe:

Data: Liczba uczestników: Czas trwania:

Sprzęt:

Przebieg zajęć

Część zajęć	Środki i ćwiczenia	Dozowanie	Organizacja / ustawienie	Uwagi metodyczne

Podpis opiekuna:

OCENA PRACY STUDENTA

*wypełnia opiekun praktyk; proszę ocenić każdy obszar w skali od 1 (bardzo źle) do 5 (znakomicie)
oraz dodać komentarz w razie potrzeby*

Imię i nazwisko studenta:

1. Umiejętność nawiązywania prawidłowych relacji z ćwiczącymi: 1 2 3 4 5
.....
.....
.....
2. Wywiązywanie się z obowiązków (zdyscyplinowanie, punktualność, rzetelność, systematyczność, staranność itp.): 1 2 3 4 5
.....
.....
.....
3. Kultura osobista i relacje z trenerami oraz pracownikami klubu/institucji: 1 2 3 4 5
.....
.....
.....
4. Samodzielność, twórcze i krytyczne podejście do zadań: 1 2 3 4 5
.....
.....
.....
5. Przygotowanie dokumentacji do prowadzonych zajęć: 1 2 3 4 5
.....
.....
.....
6. Ocena jakości prowadzonych przez studenta zajęć (w tym przygotowanie organizacyjne, realizacja celów, wykorzystanie czasu, dostosowanie zadań do kategorii wiekowej, wykorzystanie sprzętu, pokazu i objaśnienie, zaangażowanie): 1 2 3 4 5
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

OCENA OGÓLNA OPIEKUNA PRAKTYK

.....
skala ocen: bdb, db+, db, dost+, dost, ndst

Podpis opiekuna:

PODZIĘKOWANIE

Szanowni Państwo,

serdecznie dziękujemy za umożliwienie realizacji praktyki instruktorskiej oraz za opiekę nad studentem w czasie jej trwania. Państwa wsparcie, zaangażowanie oraz dzielenie się wiedzą i doświadczeniem są dla nas cenną pomocą w kształceniu przyszłych instruktorów.

Ze sportowym pozdrowieniem,
Zakład Lekkiej Atletyki i Przygotowania Motorycznego
AWF Poznań

POTWIERDZENIE REALIZACJI PRAKTYK PRZEZ PREZESA KLUBU / INSTYTUCJI

Potwierdzam, że student

.....
zrealizował praktykę zgodnie z dokumentacją.

.....
data **czytelny podpis Prezesa** **pieczęć klubu / instytucji**

SAMOOCENA STUDENTA

1. Jaką nową wiedzę i jakie umiejętności zdobyłam/zdobyłem podczas praktyki?

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

2. Z czym miałam/miałem największą trudność podczas realizacji praktyki?

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

3. Jakie uwagi lub wskazówki otrzymałam/otrzymałem od opiekuna praktyki?

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

4. Co uważam za swój największy sukces podczas praktyki?

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

5. Które elementy mojej wiedzy lub umiejętności instruktorskich wymagają dalszego doskonalenia?

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

6. Które treści realizowane na Uczelni okazały się najbardziej przydatne podczas praktyki, a jakich elementów przygotowania mi brakowało?

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

Podpis studenta:

