

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
im. Jerzego Kukuczki w Katowicach**



OGÓLNA PRAKTYKA STUDENCKA I (II)*

DZIENNIK PRAKTYK

**KIERUNEK: TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ
STUDIA II STOPNIA**

Student:

.....

Numer albumu

Studia stacjonarne

Semestr:

Termin: od do 20..... r

Miejsce realizacji praktyki (nazwa i adres placówki):

.....

(pieczęć placówki)

Opiekun Praktyki z ramienia placówki.....

Opiekun Praktyki z ramienia uczelni.....

* niepotrzebne skreślić

INSTRUKCJA OGÓLNEJ PRAKTYKI STUDENCKIEJ TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ STUDIA II STOPNIA

1. Terminy realizacji:

III semestr 2020/2021 (90 godz.) w okresie 02.10.2020 – 29.01.2021

IV semestr 2020/2021 (90 godz.) w okresie 01.03.2021 – 17.06.2021

2. Miejsce realizacji:

- centra rekreacyjno-sportowe,
- kluby fitness,
- kluby sportowe,
- hotele,
- siłownie,
- baseny,
- centra leczenia nadwagi i otyłości,
- poradnie dietetyczne,
- uzdrowiska,
- sanatoria,
- stowarzyszenia osób aktywnych fizycznie,
- ośrodki terapii ruchowej,
- stowarzyszenia ludzi otyłych,
- zakłady pracy, w których istnieje komórka do spraw organizacji aktywnego czasu wolnego dla pracowników itp.
- inne placówki świadczące usługi związane z aktywnością fizyczną i żywieniem – po uzgodnieniu z opiekunem praktyki z ramienia uczelni.

Istnieje możliwość odrobienia części godzin praktyk biorąc udział w imprezach, eventach, targach itp. związanych z aktywnością fizyczną lub żywieniem (ilość godzin do zaliczenia uzgadniana indywidualnie z opiekunem praktyki z ramienia uczelni przed rozpoczęciem praktyki). Dopuszcza się także realizację praktyki w danym semestrze w więcej niż jednej placówce.

Na wniosek studenta jako praktyka może być uznane wykonywanie pracy zawodowej wykonywanej na podstawie umowy cywilnoprawnej lub umowy o pracę, jeżeli prowadzi do uzyskania wymaganych efektów kształcenia. Decyzję podejmuje dziekan na podstawie dokumentacji przedłożonej przez studenta przed planowanym rozpoczęciem praktyki programowej.

Praktyki w III i IV semestrze nie mogą odbywać się w tych samych ośrodkach!

3. Cele i zadania praktyki

3.1. Podstawowym celem praktyk jest dobre przygotowanie przyszłych absolwentów do podjęcia pracy zawodowej oraz oczekujących ich zadań. Podczas trwania praktyki studenci mogą zweryfikować zdobytą na studiach wiedzę i skonfrontować ją z wymogami stawianymi przez pracodawców. Praktyka oprócz funkcji edukacyjnej daje też możliwość zapoznania się studentów z ich potencjalnymi przyszłymi pracodawcami oraz pracodawców z ich ewentualnymi pracownikami. Odbywana przez studentów praktyka pozwala im na zestawienie swojej wiedzy, umiejętności i

oczekiwać z warunkami pracy, a pracodawcom umożliwia sprawdzenie kompetencji i przygotowania do pracy studentów.

3.2. Do zadań realizowanych przez studenta podczas praktyki należą:

- poznanie zakresu i specyfiki działania jednostki,
- zapoznanie się ze strukturą organizacyjną instytucji i zidentyfikowanie jej uwarunkowań prawnych,
- zapoznanie się z formami współdziałania placówki ze środowiskiem,
- poznanie dokumentacji,
- udział w zebraniach, uroczystościach i spotkaniach pracowników,
- uczestnictwo w charakterze pomocnika, współwykonawcy, organizatora w realizacji bieżących zadań danej instytucji,
- hospitowanie zajęć prowadzonych przez pracowników,
- przedstawianie scenariuszy zajęć do akceptacji przez opiekuna,
- realizacja zadań (zajęć) pod nadzorem opiekuna.

4. Obowiązki studenta:

4.1. Warunkiem realizacji praktyki jest wypełnienie dokumentu „Porozumienie” (2 egzemplarze), który przed rozpoczęciem praktyki należy odebrać, a po zakończonej praktyce oddać do Działu Praktyk (pokój nr 6, Budynek Główny, p. Ewa Bester).

4.2. Student zobowiązany jest dostarczyć pocztą elektroniczną opiekunowi praktyki z ramienia uczelni na minimum 7 dni przed jej rozpoczęciem szczegółowy harmonogram (plan) praktyki (do pobrania w zakładce praktyki studenckie), który powinien zawierać informacje o miejscu, terminie i godzinach odbywania praktyki oraz imię, nazwisko, stanowisko i numer kontaktowy osoby odpowiedzialnej (opiekuna z ramienia placówki) wyznaczonej przez jednostkę przyjmującą praktykanta na praktykę. Plan praktyki musi być także podpisany przez studenta i opiekuna z ramienia placówki.

Opiekun praktyki z ramienia uczelni może nie zaliczyć studentowi praktyki, jeżeli ten nie dostarczy w wyznaczonym terminie planu praktyki!

4.3. W trakcie odbywania praktyki student zobowiązany jest do:

- a) Zrealizowania programu praktyki.
- b) Zapoznanie się z organizacją i regulaminami jednostki.
- c) Sumiennego, rzetelnego i terminowego wykonywania poleceń kierownika placówki oraz opiekunów z ramienia placówki i uczelni.
- d) Punktualnej i terminowej obecności w miejscu odbywania praktyki w stroju wymaganym przez kierownictwo jednostki.

W razie nieobecności należy powiadomić opiekunów z ramienia placówki i uczelni oraz ją usprawiedliwić. Niezrealizowane z powodu nieobecności godziny zajęć należy odpracować w innym terminie uzgodnionym z opiekunem z ramienia placówki. Termin ten należy podać do wiadomości opiekunowi z ramienia uczelni. Nieusprawiedliwiona nieobecność pociąga za sobą niezaliczenie praktyki.

- e) Przestrzegania obowiązującej w zakładzie dyscypliny pracy, zasad BHP, PPOŻ regulaminów wewnętrznych placówki oraz regulaminu uczelni.
- f) Systematycznego prowadzenia dziennika praktyk (wszystkie zapisy należy wykonać pismem odrębnym) zgodnie z planem zajęć poprzez odnotowywanie w nim:
 - przebiegu wykonywanej pracy,
 - przebiegu i wniosków z dokonywanych hospitacji.
 - spostrzeżeń i wiadomości nabytych podczas pobytu i pracy w jednostce,
 - uwag końcowych o przebiegu praktyki.

5. Praktyka nie może być zaliczona w przypadku:

- a) Każdej nieusprawiedliwionej nieobecności studenta na praktyce o wyznaczonej porze oraz w wyznaczonym miejscu.
- b) Niewłaściwego zachowania studenta podczas odbywania praktyki, a w szczególności:
 - stan wskazujący na spożycie alkoholu, narkotyków i innych środków odurzających,
 - zachowanie niezliczące ze statusem studenta polegające na niekulturalnym zachowaniu (słownictwo, postępowanie, strój),
 - odmowy wykonania polecenia kierownika jednostki lub opiekuna praktyki.

6. Zaliczenie praktyki

Po zakończeniu praktyki, student winien niezwłocznie (nie później niż 7 dni przed końcowym terminem wpisu zaliczenia praktyki w USOS, wynikającym z organizacji roku akademickiego), osobiście złożyć u opiekuna z ramienia uczelni dziennik praktyk zawierający:

- wyszczególnienie i przedstawienie wykonywanych czynności i zrealizowanych zadań z określeniem dokładnego przedziału czasowego, zarówno w zakresie hospitacji jak i samodzielnej pracy praktykanta na określonych stanowiskach (**każda godzina udokumentowana stosownym wpisem, każda strona opatrzona podpisem opiekuna z ramienia placówki**),
- ocenę pracy studenta wraz z jej uzasadnieniem, udokumentowaną pieczęcią placówki oraz podpisami kierownika i opiekuna z ramienia placówki,
- wypełnioną rubrykę zawierającą uwagi i wnioski ogólne studenta odnośnie przeprowadzonej praktyki.

Zaliczenia praktyki dokonuje opiekun dydaktyczny wpisem do dzienniczka praktyk i systemu USOS w oparciu o przedstawioną dokumentację oraz własną ocenę. Student, który złoży niepełną dokumentację lub po wymaganym terminie, nie uzyskuje zaliczenia praktyki.

Zadania szczegółowe[†]

Data, godziny pracy od – do, (dzienna liczba godzin praktyki)	Wyszczególnienie zajęć[‡] (Szczegółowy opis realizowanych zadań, hospitacji i obserwacji oraz uwagi i wnioski studenta) <i><u>każda godzina udokumentowana stosownym wpisem</u></i>

podpis opiekuna z ramienia placówki

.....

[†] Należy powielić w ilości egzemplarzy umożliwiającej zapis wszystkich realizowanych zadań. Całość zbindować.

[‡] Każdy kolejny dzień praktyki należy podkreślić linią poziomą

Ocena pracy studenta

Wystawiając pozytywną ocenę pracy studenta opiekun z ramienia placówki zaświadcza jednocześnie, że wszystkie wymienione poniżej efekty uczenia się zostały przez studenta osiągnięte podczas realizacji praktyki.

Efekty uczenia się, których uzyskanie przez studenta jest niezbędne do zaliczenia praktyki	
W zakresie wiedzy	
1	Zna zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia podczas prowadzenia treningu opartego o różne formy wysiłku fizycznego
2	Dysponuje szczegółową wiedzą o zasadach programowania oraz metodach i środkach realizacji zindywidualizowanego treningu fizycznego
3	Posiada rozszerzoną wiedzę o zasadach wspomagania dietetyczno-suplementacyjnego w sporcie i treningu zdrowotnym
W zakresie umiejętności	
1	Potrafi samodzielnie tworzyć i modyfikować programy aktywności fizycznej w zależności od cech biologicznych organizmu i warunków środowiskowych
2	Potrafi samodzielnie planować, organizować, prowadzić różnorodne zajęcia ruchowe, kontrolować efekty treningu fizycznego z uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób o różnym poziomie stanu zdrowia, wieku i sprawności fizycznej
3	Wykorzystuje wiedzę z zakresu żywienia człowieka i dietetyki sportowej w połączeniu z wiedzą z innych dyscyplin
W zakresie kompetencji społecznych	
1	Troszczy się o bezpieczeństwo własne, otoczenia i współpracowników
2	Ma świadomość ponoszenia odpowiedzialności za zdrowie i sprawność psychofizyczną podopiecznych w programowaniu i realizacji treningu
3	Demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną

Ocena pracy studenta.....

(oceny dokonuje opiekun z ramienia placówki w skali: bdb, +db, db, +dost, dost, ndst.)

Uzasadnienie:

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

Pieczęć Placówki

Podpis kierownika placówki

Podpis opiekuna z ramienia placówki

.....

.....

.....

Uwagi ogólne praktykanta o przebiegu praktyki (wypełnia student):

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

Podpis studenta

.....

Ocena końcowa praktyki

Ocena końcowa praktyki

(oceny dokonuje nauczyciel akademicki - słownie)