

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



**PRAKTYKA STUDENCKA SPECJALNOŚCIOWA**

***Specjalność: Trening w otyłości i chorobach przewlekłych***

# **DZIENNIK PRAKTYK**

**KIERUNEK: AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM  
STUDIA I 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.....

# INSTRUKCJA SPECJALNOŚCIOWEJ PRAKTYKI STUDENCKIEJ AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM STUDIA I STOPNIA

## 1. Terminy realizacji:

*V semestr 2020/2021 (52 godz.) w okresie: 02.10.2020 – 29.01.2021*

## 2. Miejsce realizacji:

- *centra rekreacyjno-sportowe,*
- *kluby fitness,*
- *kluby sportowe,*
- *hotele,*
- *siłownie,*
- *baseny,*
- *kluby seniorów,*
- *domy pomocy społecznej,*
- *domy spokojnej starości,*
- *centra leczenia nadwagi i otyłości,*
- *poradnie dietetyczne,*
- *uzdrowiska,*
- *sanatoria,*
- *ośrodki terapii ruchowej,*
- *stowarzyszenia ludzi otyłych lub przewlekle chorych,*
- *inne placówki świadczące usługi związane z aktywnością fizyczną osób otyłych i przewlekle chorych – po uzgodnieniu z opiekunem praktyki z ramienia uczelni.*

*Istnieje możliwość odrobienia części godzin praktyk biorąc udział w imprezach, eventach, targach itp. związanych z otyłością lub chorobami przewlekłymi (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.*

***Praktyka specjalnościowa może być realizowana wyłącznie w miejscach oferujących usługi w zakresie treningu osobom otyłym i przewlekle chorym.***

## 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 oczekiwań 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.*

***Praktykant realizuje ww. zadania w kontekście pracy z osobami otyłymi i przewlekle chorymi.***

#### **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 odręcznym) 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 niezgodne ze statutem 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 (do 14 dni po zakończeniu praktyki), 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 <sup>†</sup> (realizowane zadania, hospitacje, obserwacje, uwagi i wnioski studenta)

podpis opiekuna z ramienia placówki

.....

---

\* Należy powielić w ilości egzemplarzy umożliwiającej zapis wszystkich realizowanych zadań. Całość zbindować.

<sup>†</sup> 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.

<b>Efekty uczenia się, których uzyskanie przez studenta jest niezbędne do zaliczenia praktyki***</b>	
<b>W zakresie wiedzy</b>	
1	Zna metody diagnozy i oceny stanu psychofizycznego i możliwości funkcjonalnych człowieka w kontekście podejmowania aktywności fizycznej o zróżnicowanej formie i intensywności ze szczególnym uwzględnieniem osób otyłych i przewlekle chorych.
2	Posiada podstawową wiedzę o zasadach programowania oraz metodach i środkach realizacji treningu zdrowotnego osób otyłych i przewlekle chorych.
3	Posiada podstawową wiedzę z zakresu żywienia i suplementacji osób otyłych i przewlekle chorych.
<b>W zakresie umiejętności</b>	
1	Potrafi zaplanować, zorganizować i przeprowadzić zajęcia treningu zdrowotnego stosownie do warunków, możliwości fizjologicznych i potrzeb osób otyłych i przewlekle chorych.
2	Posiada umiejętność pracy z grupą, potrafi wspierać samodzielność uczestników zajęć treningowych i inspirować do zachowań prozdrowotnych osoby otyłe i przewlekle chore.
3	Potrafi udzielić porad żywieniowych osobom otyłym i przewlekle chorym.
<b>W zakresie kompetencji społecznych</b>	
1	Jest świadomy odpowiedzialności za zdrowie i bezpieczeństwo podopiecznych
2	Rozumie konieczność prowadzenia indywidualnych działań terapeutycznych i wychowawczych w stosunku do osób w różnym wieku z otyłością i chorobami przewlekłymi.
3	Potrafi formułować opinie dotyczące zachowań żywieniowych osób w różnym wieku z otyłością i różnymi schorzeniami przewlekłymi.

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

.....

.....

.....

