**Fakulta športu PU v Prešove**

**Inštruktorsko – metodickÁ prax 2**

**PRÍPRAVA NA CVIČEBNÚ/TRÉNINGOVÚ JEDNOTKU**

Meno študenta ................................................................................... Meno zodpovedného pracovníka miesta praxe ......................................................................................

Miesto praxe ................................................................................................................... Dátum ............................................... Počet žiakov/cvičencov/športovcov ......................

Zameranie cvičebnej/tréningovej jednotky ............................................................................................................................. ....................................................................................

Ciele:

A V osvojovaní pohybových činností:

B. V rozvoji pohybových schopností:

C. V osvojovaní vedomostí:

D. Vo výchovnom pôsobení:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| P.č. | Štruktúra, cvičenia cvičebnej/tréningovej  jednotky | Čas | FP | DŠ | Z | Organizácia, pomôcky  dávkovanie, pozn. |
|  |  |  |  |  |  |  |
| P.č. | Štruktúra, cvičenia cvičebnej/tréningovej  jednotky | Čas | FP | DŠ | Z | Organizácia, pomôcky  dávkovanie, pozn. |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| P.č. | Štruktúra, cvičenia cvičebnej/tréningovej  jednotky | | Čas | FP | DŠ | Z | Organizácia, pomôcky  dávkovanie, pozn. |
|  |  | |  |  |  |  |  |
| Poznámky k cvičebnej/tréningovej jednotke | | Podpis zodpovedného pracovníka miesta praxe | | | | | |

P.č. - časť cvičebnej/tréningovej jednotky (1. úvodná, 2. prípravná, 3. hlavná, 4. záverečná)

Čas - trvanie cvičebnej/tréningovej jednotky

FP - forma práce

DŠ - didaktický štýl

Z - zaťaženie, intenzita