

ВИСОКА ШКОЛА СТРУКОВНИХ СТУДИЈА ЗА ОБРАЗОВАЊЕ  
ВАСПИТАЧА И ТРЕНЕРА У СУБОТИЦИ

**Реализација стручно-педагошке праксе**  
Дневник рада  
(Курс спортски оперативни тренер)

Кандидат: \_\_\_\_\_

Спортска грана: \_\_\_\_\_

Спортски клуб: \_\_\_\_\_

НАПОМЕНА: Кандидат је у обавези да одради укупно 40 тренинга, и то 12 тренинга за узраст Кадети; 14 тренинга за узраст Јуниори; и 14 тренинга за узраст Сениори.

Суботица, 2018/2019.

**СТРУЧНА ПРАКСА – СПОРТСКИ ОПЕРАТИВНИ ТРЕНЕР  
ЕВИДЕНЦИЈА ДОЛАЗАКА**

Назив спортског клуба: \_\_\_\_\_ Узраст: \_\_\_\_\_

Спортска грана: \_\_\_\_\_ Одговорно лице: \_\_\_\_\_

ИМЕ И ПРЕЗИМЕ КАНДИДАТА:					
	Датум и термин	Потпис тренера		Датум и термин	Потпис тренера
ТРЕНИНГ 1			ТРЕНИНГ 8		
ТРЕНИНГ 2			ТРЕНИНГ 9		
ТРЕНИНГ 3			ТРЕНИНГ 10		
ТРЕНИНГ 4			ТРЕНИНГ 11		
ТРЕНИНГ 5			ТРЕНИНГ 12		
ТРЕНИНГ 6			ТРЕНИНГ 13		
ТРЕНИНГ 7			ТРЕНИНГ 14		

Овера тренинга од стране одговорног лица клуба:

Потпис

М.П.

\_\_\_\_\_

**ДНЕВНИК СТРУЧНО-ПЕДАГОШКЕ ПРАКСЕ СПОРТ:** \_\_\_\_\_

КЛУБ: \_\_\_\_\_

ТРЕНЕР: \_\_\_\_\_

ДАТУМ: \_\_\_\_\_

МЕСТО: \_\_\_\_\_ (сала, стадион, теретана,...)

УЗРАСТ: \_\_\_\_\_

БРОЈ СПОРТИСТА: \_\_\_\_\_

(кадети, јуниори, сениори)

ТРЕНИНГ бр: \_\_\_\_\_

ПЕРИОДИЗАЦИЈА: \_\_\_\_\_

(припремни, такмичарски,...)

**Циљ тренинга:**

---

---

**И ДЕО ТРЕНИНГА-ЗАГРЕВАЊЕ**

ИЗБОР ВЕЖБИ И ОРГАНИЗАЦИЈА РАДА*	Дозирање**	Напомена***

2. ДЕО ТРЕНИНГА- ГЛАВНИ ДЕО

ИЗБОР ВЕЖБИ, ЗАДАЦИ И ОРГАНИЗАЦИЈА РАДА	Дозирање	Напомена
А)		
Б)		

### 3 ДЕО- ЗАВРШНИ ДЕО ТРЕНИНГА

ИЗБОР ВЕЖБИ И ОРГАНИЗАЦИЈА РАДА	Дозирање	Напомена

ОПШТИ УТИСАК О ТРЕНИНГУ, ОПШТЕ НАПОМЕНЕ\*\*\*\*:

\*Наводи и опис вежби које се дају на тренингу и њихова сврха

\*\* Број серија, понављања у оквиру серије, пауза између вежби, време трајања вежбе

\*\*\*Личне напомене везане за конкретан избор вежби (нпр. Добро загрејати одређену групу мишића, радити максимално снажно вежбу, пазити да се не повредe спортисти, додатна асистенција,...)

\*\*\*\*Напомене општег типа, да ли је тренинг добро вођен, да ли су предвиђени задаци испуњени, да ли су спортисти добро реаговали на избор и дозирање вежби, да ли је било проблема, да ли је циљ тренинга постигнут, евентуални предлози за унапређење самог тренинга

У Суботици, 06.02.2019.године

Број: 179-03/19

Овера тренинга од стране одговорног лица клуба:

Потпис

М.П.

\_\_\_\_\_