**EKR 3 ja EKR 4 purjetamistreeneri praktika arvestus**

Kuupäevad:

Tundide/võistluse algus ja lõpp:

Läbiviimise koht:

**Treeningtunni korraldus:**

|  |
| --- |
| Too üks näide treeningtunni ülesehitusest: |
|  |
| Milliseid planeerimise ja korraldamise ülesandeid saaksid järgmisel korral paremini teha? |
|  |

**Kehaliste võimete arendamine:**

|  |
| --- |
| Milliseid võimeid treeningutel arendasid? |
|  |
| Millised harjutused olid kergemini omandatavad? |
|  |
| Kas kõik valitud harjutused olid eale ja tasemele vastavad? |
|  |
| Milline harjutus oleks võinud olla paremini läbimõeldud? |
|  |

**Tehniliste ja taktikaliste oskuste arendamine:**

|  |
| --- |
| Milliste meetoditega tehnilisi ja taktikalisi oskuseid õpetasid? |
|  |
| Kas sportlased omandasid kiiremini tehnilisi või taktikalisi oskuseid? |
|  |
| Millised meetodid olid sportlastele kõige paremini omandatavad? |
|  |

**Õpilaste motiveerimine, kasvatuslik tegevus, psühholoogiline keskkond:**

|  |
| --- |
| Milliseid meetodeid kasutades pidid sportlaseid motiveerima? |
|  |
| Kõige raskem kasvatuslik tegevus? Miks? |
|  |

**Õpetamise praktilised aspektid:**

|  |
| --- |
| Millised osad tulid treeningtunni edasiandmisel hästi välja? |
|  |
| Milline osa oleks vajanud paremini planeerimist? |
|  |
| Kas praktilisi ülesannete puhul kasutasid ka teooriat, kirjandust, videomaterjali? Millised need ülesanded olid? |
|  |

**Treeningu strateegiline põhjendus, vastavus treeningperioodile:**

|  |
| --- |
| Millisel perioodil treening toimus? |
|  |