

## **GLÓWNE ZAŁOŻENIA PROGRAMU w 2017 roku:**

Program „Aktywnie spędzam czas na sportowo i kształtuję swoją postawę ciała prawidłowo” – zajęcia sportowe dla uczniów z elementami gimnastyki korekcyjno – kompensacyjnej poprzez realizację dodatkowych zajęć sportowych i rekreacyjno-sportowych ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń korekcyjnych i kompensacyjnych ma zachęcać dzieci i młodzież do regularnej aktywności fizycznej, jak również kształtować podstawowe nawyki ruchowe związane z prawidłową postawą ciała.

Zadania korekcyjno-kompensacyjne są bardzo ważną wartością dodaną programu ze względu m.in. na brak obowiązkowych i powszechnych zajęć gimnastyki korekcyjnej w szkołach podstawowych i gimnazjalnych.

### **1. Główne cele zadania:**

- harmonijny rozwój fizyczny oraz poprawa ogólnej kondycji i sprawności fizycznej uczniów,
- kształtowanie nawyku prawidłowej postawy,
- przeciwdziałanie powstawaniu wad postawy,
- zapobieganie nadwadze i otyłości wśród dzieci i młodzieży,
- włączenie jak największej grupy uczniów do regularnej aktywności fizycznej.

#### **1. 1. Cele i zadania szczegółowe programu:**

##### a) Cele aksjologiczne:

- kształtowanie aktywnej postawy do aktywności fizycznej podejmowanej w szkole i poza szkołą,
- wdrażanie do stylu życia, w którym aktywność ruchowa znajduje się na ważnym miejscu w hierarchii wyznawanych wartości,
- zachęcanie do podejmowania aktywności sportowo-rekreacyjnej w klubach i sekcjach sportowych,
- zrównoważony rozwój morfofunkcjonalny organizmu,

##### b) Cele sprawnościowo-motoryczne:

- kształtowanie zdolności motorycznych, w tym: wytrzymałości, szybkości, siły, koordynacji ruchowej i gibkości,
- nauczanie i doskonalenie umiejętności ruchowych w indywidualnych oraz zespołowych formach aktywności fizycznej,
- rozwijanie potrzebnych nawyków ruchowych,
- zaznajamianie z metodami kształtowania sprawności fizycznej,
- umożliwienie dzieciom i młodzieży doskonalenia ich specyficznych uzdolnień ruchowych,
- kształtowanie wydolności fizycznej organizmu.

##### c) Cele poznawcze:

- przekazywanie wychowankom wszechstronnej wiedzy o rozwoju fizycznym człowieka,
- nauczanie metod i form związanych z kształtowaniem sprawności fizycznej, jak również nauczaniem lub doskonaleniem umiejętności ruchowych,

##### d) Cele diagnostyczne:

- teoretyczno-praktyczne zapoznanie wychowanków z testami do oceny indywidualnej sprawności fizycznej,
- kształtowanie umiejętności właściwej interpretacji wyników testów sprawnościowych i wydolnościowych,

##### e) Cele zdrowotne:

- wdrażanie do regularnej oraz w miarę intensywnej aktywności fizycznej,
- hartowanie i adaptacja organizmu,

##### f) Cele korekcyjno-kompensacyjne:

- Uświadczenie uczniom wpływu prawidłowej postawy ciała na zdrowie teraz i w przyszłości
- kształtowanie nawyku prawidłowej postawy ciała,
- doskonalenie pamięci ruchowej,
- kształtowanie siły mięśniowej mięśni posturalnych,

- odpowiedni zakres ruchu w stawach,
- usuwanie ewentualnych przykurczy mięśni,
- wykonywanie czynności utylitarnych dnia codziennego z zachowaniem prawidłowej postawy,
- profilaktyka wad postawy,
- rozwijanie umiejętności prawidłowego chodu,
- uczenie umiejętności prawidłowego oddychania,

Projekt polega na zorganizowaniu i przeprowadzeniu w ciągu **26 tygodni 52 jednostek/zajęć** sportowych poza lekcyjnych z elementami gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej w **222 grupach**, gdzie każda grupa będzie składała się z **12 uczestników/osób**.

Środki finansowe z Ministerstwa Sportu i Turystyki przeznaczone na zadanie w maksymalnej wysokości dofinansowania 40 zł (brutto) x 52 zajęć poza lekcyjnych 45 minutowych w okresie 1 kwietnia – 23 czerwca i 1 września 30 listopada 2017 r. Zadanie będzie realizowane w województwach: [dolnośląskim](#), [lubelskim](#), [lubuskim](#), [mazowieckim](#), [opolskim](#), [podlaskim](#), [warmińsko-mazurskim](#).

## 2. Organizator

- Szkolny Związek Sportowy Zarząd Główny - koordynator i realizator zadania na podstawie umowy z Departamentem Sportu dla Wszystkich Ministerstwa Sportu i Turystyki;
- Lokalne SZS (Wojewódzkie SZS) w województwach dolnośląskim, lubelskim, lubuskim, mazowieckim, opolskim, podlaskim, warmińsko-mazurskim, - współorganizatorzy.

## 3. Uczestnicy - adresaci programu

- Nauczyciele wychowania fizycznego z danej szkoły<sup>1</sup>;
- dzieci i młodzież szkoły podstawowej, gimnazjalnej. Kwalifikacja do zajęć pozalekcyjnych odbywać się powinna na podstawie badań przesiewowych przeprowadzonych przez nauczyciela wychowania fizycznego i pielęgniarkę (higienistkę) szkolną lub na podstawie odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego.

## 4. Kryteria zgłoszeń

Wnioskodawcami mogą być;

- szkoły podstawowe, gimnazjalne z województw: dolnośląskiego, lubelskiego, lubuskiego, mazowieckiego, opolskiego, podlaskiego, świętokrzyskiego, warmińsko-mazurskiego, zachodniopomorskiego.

Zgłaszający kandydatów powinni kierować się jego wysoką aktywnością społeczną, widocznymi efektami organizacyjno-szkoleniowymi.

Wnioskodawca zgłasza we wniosku wkład niefinansowy w postaci nieodpłatnego udostępnienia obiektu sportowego min. **650** zł od grupy jak i zarówno sprzętu w celu realizacji tych zajęć.

Prawidłowo wypełnione wnioski kandydatów rozpatrują Lokalne SZS - współorganizatorzy.

<sup>1</sup> W przypadku dużej liczby zgłoszeń, o przyjęciu do programu w pierwszej kolejności decydować będą dodatkowe uprawnienia z zakresu gimnastyki korekcyjno – kompensacyjnej.

## **5. Sposób wyboru uczestników**

Komisje Wojewódzkie przy Lokalnych SZS, rozpatrują nadesłane wnioski i dokonują wyboru uczestników programu.

W pierwszej kolejności rozpatrywane będą wnioski kandydatów, posiadających uprawnienia do prowadzenia zajęć z elementami gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej na podstawie obowiązujących przepisów.

Komisje Wojewódzkie po analizie złożonych ofert dokonują wyboru kandydatów do realizacji projektu.

Ewentualne odwołania od decyzji Komisji Wojewódzkich rozpatruje Komisja Programu powołana przez Zarząd Główny SZS.

## **6. Sposób realizacji zadania**

- Z wyłonionymi (w wyniku przeprowadzonej procedury) uczestnikami programu lokalne SZS zawierają indywidualne umowy;
- Zakres zadań prowadzących zajęcia sportowe i sposób dokumentowania wykonanych prac określa umowa;
- SZS ubezpieczy uczestników zajęć prowadzonych w ramach zawartej umowy;
- Liczba uczestników zajęć sportowych prowadzonych w ramach „Projektu”, nie może być mniejsza niż 12 uczniów danej szkoły;
- Praca nauczyciela wf musi być udokumentowana w „dzienniku pracy nauczyciela” i stanowi dla wnioskodawcy podstawę wypłaty dofinansowania ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki;
- Osoby prowadzące zajęcia sportowe w ramach „Projektu” nie mogą prowadzić zajęć sportowych dofinansowanych ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach innych programów;
- Każda szkoła (szkoła: podstawowa, gimnazjalna) może zgłosić do programu maksymalnie 1 grupę ćwiczebną (12 osobową) i jednego nauczyciela wf;
- Nieodpłatne udostępnienie obiektu sportowego jak i zarówno sprzętu odbędzie się na podstawie stosownej umowy o udzieleniu nieodpłatnego wsparcia projektu wraz z wyceną przez zarządzającego obiektem;
- Każda grupa ćwiczebną powinna posiadać charakterystykę wiekową uczestników;
- Zajęcia powinny być prowadzone z częstotliwością min. 2 - 3 razy w tygodniu dla każdego uczestnika.
- W każdej jednostce metodycznej 1/3 czasu zajęć tj. 12-15 minut prowadzący przeznacza na ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne;
- Uczestnikami zajęć powinni być uczniowie niebiorący udziału w zajęciach sportowych prowadzonych w klubach sportowych;

- Uczestnicy zajęć – uczniowie nie ponoszą żadnych kosztów uczestnictwa w zajęciach;

#### **6.1. Nauczyciel przystępujący do programu będzie zobowiązany do:**

- Bieżącego wypełniania elektronicznego dziennika zajęć wprowadzonego przez operatora projektu;
- Wydruk z dziennika elektronicznego pobity i podpisany przez nauczyciela prowadzącego zajęcia i dyrektora szkoły;
- Aktywnej współpracy z operatorem projektu w zakresie promocji, sprawozdawczości, ewaluacji, monitoringu i kontroli realizacji zadania;
- Realizacji projektu zgodnie z założeniami i podejmowania wszelkich obowiązków z niego wynikających;
- Wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych przez Biura Wojewódzkich SZS i Biuro Szkolnego Związku Sportowego z siedzibą w Warszawie ul. Ciołkosza 1/29, 03-134 Warszawa w celu realizacji w/w Projektu. Administrator danych informuje, że przysługuje prawo wglądu do treści swoich danych osobowych oraz ich poprawiania. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednak bez tego nie jest możliwe udział w Projekcie;
- Wyrażeniu zgody na nieodpłatne rozpowszechnianie swojego wizerunku w materiałach promocyjnych i informacyjnych w/w Projektu w tym do publikacji, pokazywania i wykorzystywania w sposób niekomercyjny w dowolnym formacie i we wszystkich mediach;
- Niezwłocznego informowania Wojewódzkiego SZS o wszelkich zmianach danych osobowych;
- Zapoznania się z ogólnymi warunkami ubezpieczenia OC i NW dostępnymi na stronie [www.szs.pl](http://www.szs.pl);

#### **6.2 Pozostałe informacje:**

- Szkolny Związek Sportowy dopuszcza zmiany w osobach prowadzących realizację na pisemny wniosek szkoły w wypadkach losowych;
- Uczestnicy zajęć są ubezpieczeni przez ZG SZS w trakcie trwania projektu od Następstw Nieszczęśliwych Wypadków, a nauczyciel prowadzący od Odpowiedzialności Cywilnej;
- Wynagrodzenie osoby prowadzącej zajęcia będzie płatne na podstawie udokumentowanych w dzienniczku przeprowadzonych godzin;

## Informacje i wskazówki dotyczące realizacji programu

**„Aktywnie spędzam czas na sportowo i kształtuję swoją postawę ciała prawidłowo” w 2017 r.**

**Program „Aktywnie spędzam czas na sportowo i kształtuję swoją postawę ciała prawidłowo” zostanie przeprowadzony w okresie 1.04 – 23.06 2017 i 1.09 – 30.11.2017 r. Realizowany jest na podstawie zawartej umowy pomiędzy Zarządem Głównym Szkolnego Związku Sportowego, a Ministerstwem Sportu i Turystyki.**

1. Ustala się, że w ramach umowy zawartej pomiędzy Wojewódzkim SZS, a konkretną osobą - nauczycielem zostanie zrealizowane w okresie kwiecień - czerwiec 2017 r. i wrzesień – listopad 2017 r. 52 godzin lekcyjnych zajęć udokumentowanych odpowiednimi zapisami w „Dzienniku Pracy Nauczyciela”.
2. Rozliczenie dokonane w „Dzienniku Pracy Nauczyciela” dotyczy wynagrodzenia pochodzącego ze środków MSiT i wypłacane będzie przez Wojewódzki SZS po wykonaniu umowy zgodnie z obowiązującymi przepisami.  
Plan organizacji zajęć:
  - Harmonogram zajęć – dni tygodnia i godziny
  - Miejsce prowadzenia zajęć (adres)
  - Uczestnicy zajęć – liczba i ogólny opis dysfunkcji
  - Plan pracy, rodzaj zajęć, tematyka
  - Zajęcia – 52 godzin lekcyjnych przeprowadzonych w okresie kwiecień – czerwiec, wrzesień – listopad.
3. Rozliczenie wynagrodzenia z realizacji programu, jest dokonywane przez SZS, w /Dokumentacja zajęć w ramach programu musi być prowadzona w „Dzienniku pracy nauczyciela”./
4. Przyjmuje się, że uczestnikami zajęć będzie 12 osobowa grupa ćwiczebna.
5. Częstotliwość zajęć nie powinna być mniejsza niż 2 -3 x w tygodniu.
6. Uczestnicy zajęć w ramach programu „Aktywnie spędzam czas na sportowo i kształtuję swoją postawę ciała prawidłowo” są ubezpieczeni przez ZG SZS.
7. Prowadzący zajęcia muszą posiadać odpowiednie kwalifikacje pozwalające im na pracę z grupą dzieci lub młodzieży (kserokopia uprawnień złożona do Komisji Wojewódzkiej).
8. Procedury osiągnięcia celów i zadań programu:
  - prowadzenie zajęć sportowych i kompensacyjno-korekcyjnych wg zasad pedagogicznych,
  - stosowanie wielu metod realizacji zadań ruchowych, nauczania ruchu, przekazywania i zdobywania wiadomości z kultury fizycznej,
  - rozwijanie wszechstronnej osobowości ucznia poprzez wykorzystywanie metod wychowawczych i własny przykład osobisty,
  - dbałość o różnorodność form organizacyjnych,
  - systematyczne stosowanie ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych,
  - dobór różnorodnych środków dydaktycznych do prowadzonych zajęć,
9. Pożądane osiągnięcia uczestników programu:
  - a) w zakresie postaw, uczeń:
    - chętnie podejmuje dodatkową aktywność fizyczną w trakcie zajęć sportowych i korekcyjno-kompensacyjnych,
    - stosuje zasadę fair play w sportach indywidualnych i zespołowych,

- wykonuje ćwiczenia fizyczne na miarę swoich możliwości i potrzeb ruchowych,
- b) w zakresie wiedzy, uczeń:
- zna test do oceny sprawności fizycznej i postawy ciała,
  - rozumie potrzebę hartowania organizmu,
  - wie, jak wygląda prawidłowa postawa ciała,
  - zna podstawowe zasady bezpiecznej organizacji zajęć ruchowych,
- c) w zakresie umiejętności, uczeń:
- potrafi przeprowadzić samokontrolę i samoocenę własnej sprawności fizycznej i postawy ciała
  - stosuje prozdrowotny styl życia.