

Departament Sportu i
Turystyki

nazwa Departamentu

.....

data wpływu

Tryb uproszczony 19a

nazwa konkursu

CYKL SZKOLEŃ DLA TRENERÓW PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY - II

nazwa zadania

Oferent

Fundacja "PRO LUDIS"

Suma kontrolna

a327 17b7 d8aa 10bf 4fd8 e3c5 141b 0581

Oferta

Korekta oferty

Aktualizacja oferty

Aneks oferty

Sprawozdanie

**Korekta
sprawozdania**

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach oraz w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np.: „pobieranie*/niepobieranie*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź, pozostawiając prawidłową. Przykład: „~~pobieranie*~~/niepobieranie*”.

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Zarząd Województwa Opolskiego
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Wspierania i upowszechniania kultury fizycznej

II. Dane oferenta(-tów)

1. Nazwa oferenta(-tów), forma prawna, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji, adres siedziby, strona www, adres do korespondencji, adres email, numer telefonu	
Fundacja "PRO LUDIS" 45-226 Opole Majora Hubala 10 10 Forma prawna: fundacja KRS 0000796237	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Lista reprezentantów zgodnie z DOWÓD OSOBISTY CGL 055755: Marcin Lisik Osoba/y upoważniona do składania wyjaśnień: MARCIN LISIKt. 602 101810email marcin.lisik2@gmail.com, 602101810, MARCIN.LISIK2@GMAIL.COM

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	CYKL SZKOLEŃ DLA TRENERÓW PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY - II			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2023-10-02	Data zakończenia	2023-10-31

3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)

Szkoleniem opisanym poniżej rozpoczynamy II cykl szkoleń dla trenerów przygotowania motorycznego dzieci i młodzieży. Szkolenie będzie 8 godzinne, podzielone na moduły i prowadzone przez profesjonalnego szkoleniowca. Szkolenie będzie przeprowadzane na sali klubu SPORT PLUS OPOLE, która mieści się przy ulicy Majora "HUBALA" 10 w OPOLU.

Każdy moduł będzie podzielony na część teoretyczną i praktyczną z wykorzystaniem sprzętów sportowych i testowych dostępnych na sali szkoleniowej (koszt ich użytkowania wliczony jest w wynajem sali). Projekt będzie skierowany do trenerów zrzeszonych w Wojewódzkim Zrzeszeniu Ludowych Zespołów Sportowych w Opolu i nauczycieli W-F województwa opolskiego.

Podczas szkolenia planujemy przeszkolić 30 trenerów z terenu województwa opolskiego. Szkolenie zakończy się certyfikatem.

MODUŁY:

Moduł 1 (Długofalowy rozwój motoryczny / diagnostyka / testy motoryczne)

- A. Ogólne założenia koncepcji LTAD (Długofalowy rozwój motoryczny)
- B. Czym jest PHV (Peak High velocity) / Diagnostyka
- C. Główne cechy motoryczne
- C. Testy Motoryczne

Moduł 2 (Podstawowe wzorce ruchowe w treningu Silowym)

- A. Trening Silowy oparty o koncepcje : Push And Pull
- B. Biblioteka ćwiczeń
- C. Testowanie + Planowanie

Moduł 3 (moc i szybkość)

- A. Trening mocy
 - A1. Plyometria
 - A2. Piłki lekarskie
- B. Trening szybkości
 - B1. Szybkość liniowa
 - B2. Szybkość ze zmianą kierunku
- C. Testowanie + planowanie

Moduł 4 (wytrzymałość)

- A. Trening wytrzymałości
- B. Testowanie + planowanie

Moduł 5 (monitoring i planowanie)

- A. Monitoring zmęczenia i gotowości do treningu
- B. Planowanie

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Podniesienie kompetencji trenerskich w treningu motorycznym. Wprowadzenie innowacji w dotychczasowy trening motoryczny.	30 trenerów	Lista osób, zdjęcia

5. Krótka charakterystyka oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystane w realizacji zadania

Fundacja "PRO LUDIS" jest młodą organizacją, ale dzięki współpracy z profesjonalistami, jesteśmy pewni sukcesu swoich działań. Do chwili obecnej udało się nam zorganizować szkolenia (dzięki wsparciu Pana Marszałka) dla zawodników i trenerów. Wsparliśmy starty w zawodach regionalnych, ogólnopolskich i międzynarodowych sportowców, np. Daniel "Lisek" Lis. Na bieżąco staramy się pomagać młodemu sportowca z niszowych sportów, tj. Street Lifting.

Grzegorz Maroński trener i szkoleniowiec z 8 letnim stażem trenerskim od 6 lat główny trener motoryczny Odry OPOLE:

- Absolwent Politechniki Opolskiej - Wychowanie Fizyczne
- Trener Crossfit Level 1 – Międzynarodowy certyfikat – marzec 2014 Mediolan
- Trener Crossfit Level 2- Międzynarodowy certyfikat - wrzesień 2014 Londyn
- Ocena funkcjonalna FMS
- Kształtowanie motoryczne w ujęciu funkcjonalnym FMS
- DŁUGOFALOWY ROZWÓJ MŁODYCH PIŁKARZY - Better Way - Sport Performance
- Szkolenie z zakresu : Mobility, Stability i Profilaktyki przeciwurazowej w Sporcie (Reha-Safe)
- Seminarium: "Nowoczesne trendy przygotowania motorycznego " - Fizjofit.
- Polskie Stowarzyszenie Treningu Funkcjonalnego - "Wytrzymałość", "Monitoring w sporcie"
- Certificate in Workload Management in Football
- Speed and Agility Coach-NSPA
- ASCALevel1

Specjalista, zajmujący się zarówno wykonywaniem badań oceniających poziom wytrenowania i potencjał poszczególnych zawodników, jak i całych drużyn. Od pięciu lat z powodzeniem prowadzi szkolenia trenerskie z przygotowania motorycznego dla trenerów województwa opolskiego, np. zrzeszonych przy OZPN, jak również indywidualne i zespołowe zajęcia motoryczne we wszystkich dyscyplinach sportowych i na wszystkich poziomach zaawansowania.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Wynajęcie sali i sprzętu dydaktycznego	7 000,00 zł		
2	Wynagrodzenie prowadzącego	2 400,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		9 400,00 zł	9 400,00 zł	0,00 zł

V. Oświadczenia

Oświadczam(my), że:

1. proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta(-tów);
2. pobieranie świadczeń pieniężnych będzie się odbywać wyłącznie w ramach prowadzonej odpłatnej działalności pożytku publicznego;
3. oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)*/zalega(-ja)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
4. oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)*/zalega(-ja)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
5. dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym*~~właściwą ewidencją*~~;
6. wszystkie informacje podane w ofercie oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
7. w zakresie związanym ze składaniem ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których dotyczą te dane, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z przepisami o ochronie danych osobowych.
8. Oświadczam, że w bieżącym roku kalendarzowym ~~OTRZYMAŁEM*/NIE OTRZYMAŁEM*~~ w innym konkursie ogłaszanym przez Zarząd Województwa Opolskiego, finansowania lub dofinansowania na realizację zadania publicznego o spójnej treści określonej w niniejszej ofercie. Oferta, która otrzymała dotację na finansowanie lub dofinansowanie realizacji zadania publicznego, a została złożona do innego konkursu ogłoszonego przez Zarząd zostaje pozostawiona bez rozpatrzenia

.....
(podpis osoby upoważnionej lub podpisy
osób upoważnionych do składania oświadczeń
woli w imieniu oferentów

Data: 2023-09-05 09:59:29

Przypisy

1. Rodzaj zadania zawiera się w zakresie zadań określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.