

Przewodnik po projekcie

Upowszechnianie jeździectwa -
ogólnorozwojowe treningi wołyżerskie



*Przewodnik ma charakter informacyjny, warunki realizacji, założenia mogą ulec zmianom.



POLSKI
ZWIĄZEK
JEŹDZIECKI



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

Spis treści



1. Cel projektu
2. Wymagania formalne
3. Program zajęć
4. Zgłoszenia
5. Nabór i Wyniki
6. Przygotowanie do rozpoczęcia projektu
7. Realizacja zajęć
8. Zakończenie projektu
9. Kontakt

1. Cel projektu



Celem naszego projektu jest stworzenie ogólnopolskiego programu, który pozwoli dzieciom i młodzieży na aktywne uczestnictwo w jeździectwie, niezależnie od ich umiejętności czy możliwości. Projekt ten ma na celu nie tylko popularyzację jeździectwa, ale także wspieranie rozwoju fizycznego i psychicznego uczestników, oferując im unikalne doświadczenia, z elementami rywalizacji sportowej.

Nasz projekt odpowiada na rosnące problemy związane z obniżającą się sprawnością fizyczną dzieci i młodzieży, co potwierdzają badania eksperckie. Coraz więcej dzieci boryka się z wadami postawy i innymi problemami zdrowotnymi wynikającymi z braku ruchu. Dlatego nasz program nie tylko stawia na zabawę i rekreację, ale także na realną poprawę kondycji fizycznej i zdrowia młodych ludzi.

Kluczowy filar projektu to:

Ogólnorozwojowe zajęcia sportowe, z elementami wołyżerki – stanowiące doskonały sposób na rozwijanie koordynacji ruchowej, siły i gibkości, dostępne dla wszystkich, niezależnie od wcześniejszego doświadczenia.

Dzięki temu programowi:

- Promujemy aktywność fizyczną wśród dzieci i młodzieży.
- Stwarzamy możliwość udziału w systemowej rywalizacji sportowej.
- Wyrównujemy szanse dostępu do zorganizowanych form aktywności.
- Promujemy zdrowy, aktywny styl życia.
- Przeciwdziałamy zjawiskom patologii społecznej i agresji.
- Odkrywamy i wspieramy rozwój talentów sportowych.

Polski Związek Jeździecki, wychodząc naprzeciw wyzwaniom, stworzył projekt, w ramach którego dzieci mogą uczestniczyć w bezpłatnych wydarzeniach sportowych. Projekt ten nie tylko promuje jeździectwo, ale także inspiruje młodzież do aktywnego spędzania czasu, budując świadomość i pasję do tej dyscypliny.

2. Wymagania formalne



Względem instruktora:

- Ukończony 18 rok życia, wykształcenie minimum średnie,
- Aktualna licencja szkoleniowca PZJ,
- Instruktor nie może być trenerem szkolenia centralnego,
- Doświadczenie lub przygotowanie pedagogiczne, udokumentowane prowadzenie zajęć sportowych w szkole, klubie lub innej jednostce prowadzącej zajęcia z zakresu kultury fizycznej,
- Nie może równocześnie być kontraktowym trenerem szkolenia centralnego.
- Podpisujemy umowę zlecenie / umowę o świadczenie usług.

2. Wymagania formalne



- Zadanie nie może być realizowane w ramach programu szkolenia i współzawodnictwa sportowego młodzieży uzdolnionej.
- Zadanie nie może być realizowane w ramach obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego.
- Realizując zadanie, prowadzący zajęcia sportowe, nie mogą jednocześnie rozliczać godzin finansowanych w ramach innych projektów/programów Ministerstwa (tzw. podwójne finansowanie) z wyłączeniem dotacji w ramach Programu Klub.

2. Wymagania formalne



Względem miejsca realizacji zajęć:

- hala jeździecka
- lub sala treningowa
- lub sala gimnastyczna
- lub plac do jazdy konnej (pod warunkiem dostępności hali / salki treningowej w razie niepogody)
- każde inne miejsce wymaga zatwierdzenia
- + szatnia, toalety.

Rozliczenie za wynajem miejsca do realizacji zajęć:

- wstępnie 100 zł brutto za 60 min wynajmu na zajęcia, 150 zł brutto za 90 min wynajmu na zajęcia. Rozliczenie za pomocą faktury.
**Kwota może ulec obniżeniu, jest to zależne od wysokości dofinansowania, które otrzymamy.*

2. Wymagania formalne



Względem uczestników:

- dzieci muszą być w wieku szkoły podstawowej (ważna legitymacja szkolna),
- liczba dzieci - minimum 10 w grupie, jeśli jakieś dziecko zrezygnuje i będzie mniej niż 10 dzieci, należy przeprowadzić nabór uzupełniający
- beneficjentami projektu nie mogą być zawodnicy objęci szkoleniem wojewódzkim i centralnym lub programem szkolenia młodzieży uzdolnionej sportowo w ośrodkach działających ze wsparciem jednostek samorządu terytorialnego.

Względem realizacji zajęć:

- zajęcia dla dzieci są bezpłatne,
- mogą się odbywać między 1, a 3 razy w tygodniu,
- zajęcia muszą trwać 60 lub 90 min,
- harmonogram zajęć musi być określony przed rozpoczęciem zajęć z projektu,

Wolontariusz:

- pełnoletni, obecny w czasie zajęć,
- w przypadku wolontariusza niepełnoletniego konieczna zgoda rodzica, podpisujemy umowę,

3. Program zajęć



Jakie zajęcia są realizowane?

- zajęcia ogólnorozwojowe (ćwiczenia rozciągające, wzmacniające, poprawiające koordynację, relaksacyjne)
- podstawowe ćwiczenia woltyżerskie,
- ćwiczenia bezpiecznych upadków,

Jaki sprzęt jest przewidziany?

- sztuczny koń do woltyżerki dla nowych ośrodków,
- w zależności od wysokości dofinansowania, dodatkowo: zestaw piłek gimnastycznych, komplet mat, materace gimnastyczne.

Po zakończeniu projektu sprzęt pozostaje na terenie Państwa obiektów. Sprzęt przez 5 lat pozostaje własnością PZJ. Sprzęt jest przekazywany przy pomocy protokołu zdawczo - odbiorczego.

4. Zgłoszenia



Zeskanowanie kodu QR
przekieruje do formularza
zgłoszeniowego:



- Zgłoszenia za pomocą formularza:
<https://forms.office.com/e/u5YM539SUd>

- w razie problemów z formularzem proszę się kontaktować na adres kamila.kot@pzj.pl
- zgłoszenia przyjmowane są do 12.03, do godz. 12:00, potem na listę rezerwową

W zgłoszeniu należy podać:

- nazwę oraz dokładny adres stajni / szkoły
- dane kontaktowe: mail + telefon,
- dane osobowe trenera oraz koordynatora (w przypadku kiedy trener nie koordynuje realizacji projektu), w tym nr licencji trenera - jeśli jeszcze nie jest wystawiona - proszę zapisać "w trakcie".
- liczbę: grup, dzieci, planowaną częstotliwość zajęć.

5. Nabór i Wyniki



Kryteria na które będziemy zwracać uwagę, jeśli nie będziemy mogli zakwalifikować wszystkich

- czy zajęcia są prowadzone w szkole,
- czy zajęcia są prowadzone w certyfikowanym ośrodku jeździeckim,
- czy trener wcześniej brał udział w projekcie i czy dokumenty, raporty były terminowo dosyłane,
- ile grup i z jaką częstotliwością zajęć zostało zgłoszonych,
- czy zajęcia są prowadzone na terenie województwa gdzie nie ma innej lokalizacji, w której odbywają się zajęcia,

Wyniki będą ogłoszone na stronie internetowej PZJ po otrzymaniu informacji o wynikach naborów do programu SWD.

6. Przygotowanie do rozpoczęcia projektu



Wymagane dokumenty:

- porozumienie partnerskie o bezpłatne udostępnienie miejsca realizacji zajęć
- umowa trenerska (zlecenie lub o świadczenie usług dla osób z własną działalnością),
- umowa wolontariacka,
- oświadczenie Rodo od szkoleniowca oraz wolontariusza,
- protokół przekazania sprzętu,
- zgody rodziców na udział dzieci w projekcie.

Dokumenty są przesyłane przez PZJ, komplet należy dostać na miesiąc przed rozpoczęciem zajęć - brak dokumentów może skutkować wykreśleniem z listy realizatorów projektu.

7. Realizacja zajęć



Realizację zajęć z projektu należy raportować:

- przysyłać zdjęcia z realizacji zdjęć
 - 1x w tygodniu, co najmniej 1 zdjęcie grupowe z zajęć,
- uzupełnianie dziennika elektronicznego
 - 1 raz w tygodniu, w dzienniku należy uzupełniać frekwencję z zajęć oraz zrealizowane tematy,
- Należy prowadzić dziennik zajęć (papierowy), przesyłamy wzór do wydrukowania.

Nieobecności instruktora / zastępstwa należy zgłaszać z możliwie jak największym wyprzedzeniem (drogą mailową).

7. Realizacja zajęć



Udział żywych koni

- projekt zakłada realizację zajęć na sztucznym koniu do wołyżerki, jednak w sytuacji kiedy ośrodek dysponuje końmi odpowiednio przygotowanymi do treningów wołyżerskich - istnieje taka możliwość, należy pamiętać, że konia powinna prowadzić osoba pełnoletnia, a dzieci obowiązkowo powinny mieć na sobie kaski.

Rozliczenie za zajęcia

- wysokość wynagrodzenia to 80 zł brutto za 60 min zajęć, 120 zł brutto za 90 min zajęć.

Rozliczenie za wynajem miejsca do realizacji zajęć:

- wstępnie 100 zł brutto za 60 min wynajmu na zajęcia, 150 zł brutto za 90 min wynajmu na zajęcia.

Rozliczenie za pomocą faktury. ***Kwota może ulec obniżeniu, jest to zależne od wysokości dofinansowania, które otrzymamy.**

Wizytacje

- W ramach projektu odbywamy wizytacje kontrolne.

8. Zakończenie projektu



Projekt kończy się po zrealizowaniu 15 tygodni zajęć.

- Uzupełniony dziennik (papierowy), należy przesłać do biura PZJ - pocztą, bądź dostarczyć osobiście.
- Rozliczenie ostatniego miesiąca zajęć następuje po uzupełnieniu wszystkich brakujących dokumentów.
- Na koniec projektu przesyłamy ankietę ewaluacyjną, która będzie obowiązkowa dla szkoleniowców.
- Po zakończeniu zajęć z projektu istnieje możliwość kontynuowania ogólnorozwojowych zajęć wołyżerskich zajęć na własną rękę.

9. Kontakt



Koordynatorem projektu jest Kamila Kot:
e-mail. kamila.kot@pzj.pl
tel. 660 384 280

Po zakwalifikowaniu się oryginały dokumentów
z projektu należy przesyłać do biura PZJ:
ul. Gilarska 5, 03-589 Warszawa

Biuro Związku działa w dni robocze w godzinach 8:00-16:00



PZJ

