

E. Garbowski
18.05.2018. Dem

URZĄD MIASTA MARKI
KANCELARIA OGÓLNA
WPŁYNĘŁO DNIA
2018 -05- 15
L. dz. 5660/5/2018
Zał.
Podpis:

Załączniki do rozporządzenia Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z dnia.....(poz. ...)

Załącznik nr 1

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	Burmistrz Miasta Marki			
2. Tryb, w którym złożono ofertę	Art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie			
3. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej			
4. Tytuł zadania publicznego	UKS BOX GARDA MARKI „Zajęcia sportowe ogólnorozwojowe z podstawowymi elementami boksu dla dzieci i młodzieży”			
5. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	1.06.2018	Data zakończenia	31.07.2018

II. Dane oferenta (-ów)

1. Nazwa oferenta (-ów), forma prawna, numer Krajowego Rejestru Sądowego lub innej ewidencji, adres siedziby oraz adres do korespondencji (jeżeli jest inny od adresu siedziby)	
UKS BOX GARDA NR EWIDENCYJNY 108 WYCIĄG Z EWIDENCJI UCZNIOWSKICH KLUBÓW SPORTOWYCH Z DN. 27.09.2017 UL. PIŁSUDSKIEGO 109C LOK. 6, 05-270 MARKI	
2. Inne dodatkowe dane kontaktowe, w tym dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. numer telefonu, adres poczty elektronicznej, numer faksu, adres strony internetowej)	Daniel Jaros ul. Piłsudskiego 109c lok. 6 05-270 Marki Tel.: 796 184 701 email: boxgarda@gmail.com PESEL: 88021805970



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.

²⁾ Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Opis zadania publicznego proponowanego do realizacji wraz ze wskazaniem, w szczególności celu, miejsca jego realizacji, grup odbiorców zadania oraz przewidywanego do wykorzystania wkładu osobowego lub rzeczowego

1. Projekt zakłada przeprowadzenie i zorganizowanie zajęć raz w tygodniu – czas trwania 80min
2. Termin rozpoczęcia zajęć 7.06.2018 – termin zakończenia zajęć 26.07.2018 (wg załączonego harmonogramu)
3. Zajęcia będą odbywały się na terenie Akademii MARCOVIA MARKI UL. WSPÓLNA 12, 05-270 MARKI SALA GIMNASTYCZNA w czwartki godz. 19.00-20.20
4. Zajęcia będą przeprowadzone przez dwóch wykwalifikowanych certyfikowanych trenerów oraz będzie zapewniona obsługa medyczna

Daniel Jaros BOX Garda – certyfikowany trener boksu – aktualnie Mistrz Warszawy w boksie w swojej wadze legitymacji upoważniającej do wykonywania treningów jako instruktor wydanej przez Polski Związek Bokserski Nr 119/ATIS/PZB/2016

Dariusz Szymanowicz – certyfikowany trener boksu – legitymacji upoważniającej do wykonywania treningów jako instruktor wydanej przez Polski Związek Bokserski nr 125/ATIS/PZB/2016

Piotr Waszewski – wykwalifikowany w zakresie udzielania pierwszej pomocy medycznej, etatowy kierowca ratowników w Ochotniczej Straży Pożarnej w Markach, stała obsługa jako pomoc medyczna na meczach piłkarskich rocznika 2009 w Akademii Marcovia Marki, posiadający również przeszkolenie z zakresu zabezpieczeń medycznych imprez masowych. Posiadający zaświadczenia o ukończonych szkoleniach i kursach w zakresie kwalifikacji pierwszej pomocy i uzyskanie tytułu ratownika nr KPP/109/EM/WAW/2014 z dn. 27.11.2014 r. oraz OSP/K/ZOSP/2017/WER/07/20 z dn. 12.11.2017 r.

5. W zajęciach mogą brać udział dzieci i młodzież w wieku 9-16 lat i są mieszkańcami Marek
6. Jednorazowe zajęcia są otwarte dla każdego mieszkańca Marek przewidziane dla grupy od 15 do 40 uczestników ze względu na warunki sali gimnastycznej przy czym jeśli ilość uczestników na zajęciach przekroczy 20 będzie potrzebnych 2 trenerów (biorąc pod uwagę, że to dzieci i nad każdym trzeba mieć oko, aby prawidłowo wykonywało ćwiczenia)
7. Nabór uczestników będzie przeprowadzony w siedzibie UKS BOX GARDA, oraz drogą mailową na adres boxgarda@gmial.com. Lista uczestników będzie zamknięta po osiągnięciu zgłoszenia od 25 osób.
8. Informacja o odbywających się treningach zostanie zamieszczona na stronie UM Marki, poprzez ulotki informacyjne oraz na tablicy Facebooku BOX GARDA
9. Promocja projektu będzie trwała od dnia podpisania umowy, aż do zakończenia ostatnich zajęć tj. 26.07.2018
10. Zakup ewentualnego sprzętu do przeprowadzenia zajęć przewidziany na 04.-07.06.2018 r.
11. Cel projektu:

W ramach systematycznych zajęć chcemy wzbogacić dzieci o aktywność ruchową, która jest jednym z ważniejszych czynników wpływających na zdrowie. Kształtowanie w dziecku nawyków czynnego spędzania czasu wolnego oraz zaszczepienie w nim zamiłowania do ruchu procentuje w całym późniejszym życiu. Każdy sport wymaga opanowania przynależnej mu techniki ruchu i do tego potrzebny jest trener. Dzieci potrzebują aktywnego rozwoju, wielu bodźców i wyzwań. Pragniemy nauczyć dzieci jak aktywnie spędzać czas wolny, wprowadzamy na zajęciach wiele interesujących dyscyplin sportowych, które swoją różnorodnością przyczyniają się do większej efektywności opanowania cech motorycznych (wytrzymałości, koordynacji, skoczności, szybkości, gibkości oraz siły). Celem zajęć jest zbudowanie solidnej podstawy dającej młodemu człowiekowi dobry grunt do podejmowanej wybranej w

późniejszym czasie ukierunkowanej aktywności fizycznej. Jak wiadomo dzieci w wieku 9-16 lat są fizjologicznie spragnione ruchu, niestety często ta potrzeba jest tłumiona przez gry komputerowe. Dzięki naszym zajęciom chcemy pokazać dzieciom jak można spędzić czas aktywnie na sportowo. Zajęcia sportowe dla dzieci spełniają jeszcze inną funkcję: rozwijają ich zmysły, przede wszystkim równowagi i koncentracji. Wzmacniają się również kości i mięśnie dziecka, organizm zostaje dotleniony. Aktywność fizyczna to doskonała okazja do pozbycia się nadmiaru energii u bardzo ruchliwych dzieci. Zajęcia sportowe dla dzieci uczą współpracy z innymi, organizowania zadań w grupie. Ponadto umożliwiamy nieodpłatne uczestnictwo w treningach podnosząc sprawność fizyczną. Zwiększenie wiedzy w zakresie prawidłowego sposobu wykonywania ćwiczeń dzięki profesjonalnej kadrze trenerskiej. Założonym celem jest również integracja środowiska mareckiego wśród dzieci poprzez wspólne zajęcia.

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Wprowadzeniem do naszych zajęć będzie odpowiednia rozgrzewka, którą będzie składać się z podstawowych ćwiczeń ruchowych takich jak trucht dookoła sali, w podskokach krążenia ramion w przód i w tył, podskoki naprzemiennie, podskoki ze skrzętem, na sygnał przysiad wyskok w górę, biegu pierwsza osoba kuca a następna przeskakuje przez nią jak przez kozła i ustawia się w takiej samej pozycji spacer taczek zmiana w parach, przysiady, pompki krążenia stawów łokciowych, krążenia bioder, krążenia tułowia itp. ćwiczenia takie pozwalają rozgrzać wszystkie partie przed kolejnymi zadaniami na zajęciach i są niezbędne. Kolejnym etapem zajęć będzie zabawa ruchowa – poprzez grę drużynową w zbijaka, piłkę nożną, koszykówkę, siatkówkę, ringo itp.,

II część zajęć będzie to nauka oraz doskonalenie sprawności fizycznej poprzez odpowiednie ćwiczenia. Podczas zajęć na sali zostaną wykorzystane ćwiczenia mające na celu doskonalenie postaw cech merytorycznych takich jak szybkość, siła, koordynacja ruchowa oraz wytrzymałość. Dzięki wykorzystywaniu przyrządów gimnastycznych takich jak drabinki gimnastyczne, hantle, materace, piłki lekarskie, drabinki koordynacyjne, worki treningowe uczestnicy będą wykonywać szereg zróżnicowanych ćwiczeń wzmacniające poszczególne partie ciała. Każdego dnia ćwiczenia będą inne. Przykładowe ćwiczenia jakie zostaną zaproponowane do wykonania: bieg bokserski, przysiady z piłką lekarską, pajacyki, skakanka, brzuszki, przeskoki nad piłką lekarską, ćwiczenia z gumami, ćwiczenia z wykorzystaniem hantli, brzuszki, ćwiczenia z wykorzystaniem drabinek koordynacyjnych, ćwiczenia z wykorzystaniem worków treningowych, na których dzieci będą wykonywać ruchy naprzemiennie na koordynację. Ponadto, żeby urozmaicić uczestnikom zajęcia chcielibyśmy pokazać kilka ćwiczeń przygotowujących do różnych sztuk walki, które w przyszłości mogą się przydać - między innymi uniki, walka z cieniem oraz wykonywanie ruchów naprzemiennych na workach. Dzieci będą również wykonywać ćwiczenia na piłkach rehabilitacyjnych oraz materacach, będą to ćwiczenia rozluźniające i wzmacniające kręgosłup.

Na zakończenie przygotowaliśmy zestaw ćwiczeń rozciągających i rozluźniających oraz wzmacniających ciało po zajęciach, które również zapobiegają kontuzjom. Do takich ćwiczeń należą między innymi: zwisy na drabinkach, rozluźnienie, opady tułowia przy drabinkach, rozciąganie pleców typu foczka, siad plotkarski, itp.

PODSUMOWANIE ZAJĘĆ:

Ćwiczenia wykonywane na zajęciach na sali gimnastycznej nauczą młodych ludzi prawidłowej techniki wykonywania ćwiczeń, i pozwolą wyrobić nawyk prawidłowego sposobu wykonywania zadań ruchowych, które przyniosą korzyści zdrowotne i staną się podstawą do dalszego wykonywania trudniejszych ćwiczeń. Uczestnicy nauczą się wielu ćwiczeń rozciągających i wzmacniających, które będą mogli wykonywać samemu w domu, a które pozwolą w zapobieganiu kontuzjom. Oprócz korzyści zdrowotnych zajęcia zapewnią uczestnikom korzyści społeczne. Mogą zapocentrować jako formę hobby i integracja z innymi dziećmi o podobnych zainteresowaniach, co pomoże na pewno w utrzymaniu dyscypliny oraz motywacji do dalszej pracy. Jednocześnie dzięki ćwiczeniom można powoli zacząć korygować wady postawy w tak młodym wieku, a także jak wiadomo aktywność pomaga zbudować rusztowanie z mięśni, które ochroni stawy i kręgosłup przed przeciążeniami, bólem, urazami.

2. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego

Rezultaty zadania publicznego jest:

- zapewnienie optymalnego poziomu rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży
- propagowanie aktywnego i zdrowego trybu życia;
- zapewnienie alternatywnych i zdrowych form spędzenia wolnego czasu.
- Integracja środowiska mareckiego poprzez wspólne zajęcia
- zwiększenie wiedzy w zakresie prawidłowego sposobu wykonywania ćwiczeń dzięki profesjonalnej kadrze trenerskiej

Efekty realizacji zadania będą miały charakter trwały przez wpływ na poziom aktywności fizycznej i w konsekwencji na poziom zdrowia. Zadanie będzie miało także długofalowe skutki zdrowotne, bowiem aktywność fizyczna w wieku dojrzewania ma wpływ na zdrowie oraz styl życia w latach późniejszych. Efektem realizacji zadania będzie także zmniejszenie poziomu patologii społecznych na terenie miasta Marki przez zapewnienie uczestnikom alternatywnych i zdrowych form spędzania wolnego czasu.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego (w przypadku większej liczby kosztów istnieje możliwość dodania kolejnych wierszy)

Lp.	Rodzaj kosztu	Koszt całkowity (zł)	do poniesienia z wnioskowanej dotacji ³⁾ (zł)	do poniesienia ze środków finansowych własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego ⁴⁾ (zł)
1	WYNAGRODZENIE TRENERA DANIEL JAROS 8 treningów x 180 zł	1440	0	1440
2	WYNAGRODZENIE TRENERA DARIUSZ SZYMANOWICZ 8 treningów x 180 zł	1440	1440	
3	WYNAGRODZENIE KSIĘGOWA 300 zł/m x 2 MIESIACE	600	600	
5	WYNAJEM SALI za miesiąc 250 zł x 2 MIESIACE	500	500	
6	WORKI TRENINGOWE 10 SZT + WYSYŁKA	1459,18	1459,18	
7	ZACZEPY DO WORKÓW 10 szt zaczepów	1540,08	1540,08	
8	ULOTKI INFORMACYJNE 200 SZT + 10 SZT PLAKATY	200	200	
Koszty ogółem:		7179,26	5739,26	1440

UWAGI:

Klub UKS BOX Garda posiada aktualny pakiet OC zawarty z firmą WARTA nr Polisy 908565179975 ważny od 20 marca 2018 r. do 19 marca 2019 r.

Oświadczam(-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy pobieranie*/niepobieranie* świadczeń pieniężnych od adresatów zadania;
- 3) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 4) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)*/zalega (-ją)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 5) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)*/zalega (-ją)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne.

.....UKS-Box-Garda.....
.....06-270 Marki, ul. Piłsudskiego 109c/m.6.....
.....tel. 796 184 701.....
(podpis osoby upoważnionej) NIP 125-164 49-07 REGON 365116642
lub podpisy osób upoważnionych
do składania oświadczeń woli w imieniu
oferenta)

Data 15.05.2018

Załącznik:

nr 1 - wyciąg z ewidencji uczniowskich klubów Sportowych nr 108 z dn. 27.09.2017 – kopia

³⁾ Wartość kosztów ogółem do poniesienia z dotacji nie może przekroczyć 10 000 zł.

⁴⁾ W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.

WSO.4221.32.2.2017

WYCIĄG
z Ewidencji uczniowskich klubów sportowych
z dnia 27 września 2017 r.

1. Nazwa:

**UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY
BOX GARDA**

2. Numer Ewidencji: **108**

3. Data wpisu: 16 czerwca 2015 r.

4. Teren działania: województwo mazowieckie

5. Siedziba: 05-270 Marki, ul. Piłsudskiego 109C lok. 6

6. Sposób reprezentowania i zaciągania zobowiązań majątkowych - reguluje § 37 statutu:

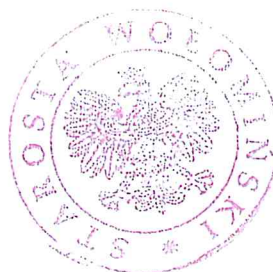
Dokumenty prawne w imieniu Klubu oraz zobowiązania majątkowe zaciągane przez Klub muszą być podpisane przez dwóch członków Zarządu, w tym Prezesa lub Wiceprezesa.

7. Skład Zarządu:

Prezes:	Piotr Jaros,
Wiceprezes:	Daniel Jaros,
Sekretarz:	Damian Szewczak.

Na podstawie art. 2 ust. 1 pkt 1 lit. g ustawy z dnia 16 listopada 2006 r. o opłacie skarbowej (t. j. Dz. U. z 2016 r. poz. 1827, z późn. zm.) wyciąg zwolniony z opłaty skarbowej.

Za zgodność z Ewidencją:



Z up. Starosty Wołomińskiego
INSPEKTOR
Wydziału Spraw Obywatelskich
Dariusz Dąbrowski

