**Sprawozdanie z realizacji zadania publicznego**

**„Aktywni po pandemii”**



Zadanie publiczne **„Aktywni po pandemii”** zostało w pełni zrealizowane. Wszystkie zadania
i czynności zaplanowane w projekcie zostały wykonane, zgodnie z założeniami i wytycznymi oraz w wyznaczonym terminie 1.04.2022 – 15.12.2022 r.

Koordynatorem zadania był Pan **Tomasz Łaciński**. W ramach zadania odbyło się wiele zajęć, których prowadzeniem zajmowali się: Emilia Łapińska, Janusz Szeszko, Marcin Kasiuk, Tomasz Łaciński.

Podczas zajęć wykorzystane zostały zakupione w ramach projektu materiały i pomoce. Zajęcia odbywały się w obiektach Zespołu Szkół Elektrycznych w Białymstoku: sala gimnastyczna, siłownia, boisko wielofunkcyjne, boisko do piłki nożnej.

**Źródła finansowania kosztów realizacji zadania Wartość [PLN]**

1. Suma wszystkich kosztów realizacji zadania 11 105,00

2. Dotacja w ramach niniejszej oferty 9 700,00

3. Wkład własny 1 405,00

3a. Wkład własny finansowy 1 305,00

3b. Wkład własny niefinansowy (osobowy i rzeczowy) 100,00

4. Świadczenia pieniężne od odbiorców zadania 0,00

**Sprzęt zakupiony na realizację zadania:**

- 1 karton piłek tenisowych (72 sztuki w kartonie);

- 1 kosz na piłki;

- 3 szt. rakiet do tenisa ziemnego;

- 6 szt. piłek do koszykówki;

- 6 szt. piłek do piłki ręcznej;

- 5 szt. gum oporowych Power Band;

- 4 szt. piłek do piłki nożnej.

Zadanie publiczne zakładało aktywizację młodzieży szkolnej w zakresie sprawności fizycznej
w celu przeciwdziałania skutkom pandemii COVID-19, którymi są przede wszystkim: mała aktywność fizyczna, brak integracji, słabe relacje międzyludzkie, uzależnienia od monitorów, komputerów, tabletów czy telefonów. Wiedzę o występowaniu tych problemów czerpaliśmy z obserwacji młodzieży szkolnej oraz własnych doświadczeń.

Zwróciliśmy uwagę przede wszystkim na potrzebę zaangażowania i aktywizowania młodego pokolenia, którego przedstawiciele niestety coraz częściej zamiast być aktywnymi fizycznie
i spędzać aktywnie czas wolny z rówieśnikami w realnym świecie, niestety zamykają się na rzeczywistość i żyją w wirtualnym świecie. W konsekwencji takiego trybu życia pojawiają się problemy zdrowotne (wady postawy), pogłębianie się chorób cywilizacyjnych, problemy psychiczne.

Jako Wnioskodawcy zależało nam na budowaniu relacji między rówieśniczych
i międzypokoleniowych beneficjentów projektu. Metody realizacji planu pracy były dostosowane do konkretnych tematów zajęć i możliwości uczniów. Nauka elementów technicznych i taktycznych była realizowana metodami: zabawową, naśladowczą, zadaniową. Natomiast przygotowanie kondycyjne (sprawność ogólna), doskonalenie elementów techniki i taktyki poprzez obwody ćwiczebne, gry zabawy, tory przeszkód oraz poprzez wprowadzenie innych dyscyplin sportowych.

Udział w zajęciach był dla każdego uczestnika bezpłatny. Każdy chętny uczestnik w wieku szkolnym zamieszkały na terenie miasta Białystok mógł wziąć udział w projekcie, ponieważ miał on charakter otwarty. Rekrutacja odbywała się na podstawie zapisów u osób prowadzących zajęcia.

Informacje o projekcie zamieszczane były na stronie internetowej [www.zse.bialystok.pl](http://www.zse.bialystok.pl) i na portalu społecznościowym FB Zespołu Szkół Elektrycznych w Białymstoku.

Ogółem w projekcie wzięło udział 67 osób. Zadanie było realizowane zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, z uwzględnieniem aktualnych przepisów prawa, regulujących sposób postępowania w związku ze stanem epidemii SARS-CoV-2, w tym rekomendacji rządowych oraz zaleceń Ministra Edukacji i Nauki, Ministra Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego.

 W ramach zadania zorganizowane były regularne, grupowe zajęcia sportowo-rekreacyjne dla młodzieży z nastawieniem na indywidualne podejście do każdego uczestnika w zależności od jego potrzeb. Były to następujące zajęcia:

- zajęcia ogólnorozwojowe z nauką gry w tenisa ziemnego (1x w tygodniu po 2 godziny, zajęcia w grupach 6 osobowych, łącznie 12 osób);

- zajęcia ogólnorozwojowe z elementami koszykówki (1 x w tygodniu 2 godziny, grupa 15 osobowa);

- zajęcia ogólnorozwojowe z elementami piłki ręcznej (1 x w tygodniu 2 godziny, grupa 15 osobowa);

- zajęcia ogólnorozwojowe z elementami piłki nożnej (1 x w tygodniu 2 godziny, grupa 15 osobowa);

- zajęcia ogólnorozwojowe na siłowni (1 x w tygodniu 1 godzina, grupa 10 osobowa).

Projekt skierowany był do młodzieży uczącej się w Zespole Szkół Elektrycznych im. prof. Janusza Groszkowskiego w Białymstoku, zamieszkałej na terenie miasta Białystok. Działania projektowe obejmujące fazę przygotowawczą i rozliczenie projektu były realizowane na terenie szkoły. Działanie główne prowadzone było w na obiektach sportowych (sala gimnastyczna, boisko wielofunkcyjne, siłownia szkolna) Zespołu Szkół Elektrycznych im. prof. Janusza Groszkowskiego w Białymstoku, które były użyczone na potrzeby realizacji projektu. Grupą docelową byli uczniowie klas I - IV Zespołu Szkół Elektrycznych w Białymstoku, zamieszkali na terenie miasta Białystok.

Planowane zadanie publiczne służyło realizacji celu strategicznego: „Wysoki poziom kapitału ludzkiego i społecznego”, który był realizowany przez cel operacyjny: „Zdrowi mieszkańcy”. Ponadto powyższa strategia dowodzi o korzyściach wynikających ze wspomagania postaw prozdrowotnych i zdrowego trybu życia mieszkańców, a także o potrzebie kontynuowania działań prozdrowotnych, profilaktycznych, ze szczególnym uwzględnieniem promowania zdrowego trybu życia. Takie działania poskutkowały podniesieniem świadomości zdrowotnej młodych mieszkańców Białegostoku i poprawą stanu ich zdrowia.

Potrzeby grupy docelowej były zaspokojone poprzez zaproponowane różnorodne aktywności ruchowe:

**- zajęcia ogólnorozwojowe z nauką gry w tenisa ziemnego.** W ramach projektu odbyły się zajęcia ogólnorozwojowe z nauką gry w tenisa ziemnego, aktywizujące sprawność fizyczną - promocja zdrowego stylu życia na bazie tenisa ziemnego, rozwój fizyczny i psychomotoryczny, kształtowanie wydolności ruchowej, integracja rówieśnicza oraz nauka podstawowych elementów tenisa ziemnego. Maj-październik 2022 r., łącznie 26 godzin zajęć. **Prowadzący** – Tomasz Łaciński;

**- zajęcia ogólnorozwojowe z elementami koszykówki.** W ramach projektu odbyły się zajęcia ogólnorozwojowe z elementami koszykówki, aktywizujące uczestników do aktywności fizycznej. Podczas zajęć miało miejsce: zapoznanie uczestników z podstawowymi przepisami gry w koszykówkę oraz koszykówkę 3x3, nauczanie podstawowych elementów technicznych
i taktycznych, rozwijanie zdolności motorycznych, wdrażanie do rywalizacji i współdziałania
w grupie, integracja uczestników, wdrażanie elementów profilaktyki zdrowotnej. Maj- październik 2022 r., łącznie 20 godzin zajęć. **Prowadzący** – Emilia Łapińska;

**- zajęcia ogólnorozwojowe z elementami piłki ręcznej**. W ramach projektu odbyły się zajęcia ogólnorozwojowe z elementami gry w piłkę ręczną. Szczegółowe cele zajęć: rozwój fizyczny
i psychomotoryczny, poprawa sprawności fizycznej uczestników poprzez aktywny udział
w zajęciach sportowych, poprawienie zdrowia zarówno fizycznego, jak i psychicznego, nauka oraz doskonalenie elementów gry w piłkę ręczną oraz poznanie zasad i przepisów gry, poznanie historii dyscypliny oraz jej znaczenia w aspekcie zdrowotnym oraz ogólnorozwojowym. Maj-październik 2022 r., łącznie 24 godziny zajęć. **Prowadzący** – Janusz Szeszko;

**- zajęcia ogólnorozwojowe na siłowni**. W ramach zadania odbyły się zajęcia ogólnorozwojowe na siłowni. Szczegółowe cele zajęć: zapoznanie uczestników z podstawowymi zasadami bezpieczeństwa i higieny podczas wykonywania ćwiczeń siłowych, prawidłowy rozwój układu mięśniowego i kostno-stawowego, wzmocnienie układu krążenia, opanowanie w jak najlepszym stopniu techniki wykonania poszczególnych ćwiczeń, zdobycie umiejętności asekuracji i samoasekuracji podczas wykonywania ćwiczeń, wyrobienie nawyku samokontroli i redukcji błędów, kształtowanie postaw koleżeństwa i wzajemnej pomocy podczas zajęć, propagowanie kulturystyki jako formy aktywności sportowo-rekreacyjnej do realizacji w czasie wolnym – wyposażenie uczestników w podstawową wiedzę z zakresu kulturystyki i racjonalnych form żywienia. Maj-październik 2022 r., łącznie 10 godzin zajęć. **Prowadzący** – Emilia Łapińska;

**- zajęcia ogólnorozwojowe z elementami piłki nożnej**. W ramach zadania odbyły się zajęcia ogólnorozwojowe z elementami piłki nożnej. Szczegółowe cele zajęć: kształtowanie koordynacji ruchowej, podnoszenie sprawności ogólnej, podnoszenie współdziałania
w zespołach ćwiczebnych, poprawa szybkości i wytrzymałości biegowej, podniesienie umiejętności technicznych i taktycznych gry w piłkę nożną. Maj-październik 2022 r., łącznie 24 godziny zajęć. **Prowadzący** – Marcin Kasiuk.