

REGULAMIN ZAJĘĆ SPORTOWYCH REALIZOWANYCH

W RAMACH PROJEKTU

„Obrona nie tylko na Orliku”

Regulamin uczestnictwa w zajęciach sportowych realizowanych przez Fundację Orły Sportu, zwany dalej Regulaminem.

Rozdział I

Postanowienia ogólne

1. Ilekroć w regulaminie jest mowa o:
 - a. Organizatorze – należy przez to rozumieć Fundację Orły Sportu
 - b. Uczestnikach – należy przez to rozumieć dzieci, młodzież i dorośli (przede wszystkim dziewczyny i kobiety) i pozostali adresaci: rodziny i seniorzy
 - c. Projekcie – należy przez to rozumieć projekt pt. „Obrona nie tylko na Orliku”
2. Projekt realizowany jest w ramach Programu „Sportowe Wakacje +” (zadania z zakresu upowszechniania sportu różnych grup społecznych i środowiskowych) i dofinansowany ze środków pochodzących z budżetu państwa, których dysponentem jest Minister Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu.
3. Udział w zajęciach jest bezpłatny.

Rozdział II

Cele zadania

1. poprawa ogólnej sprawności fizycznej oraz ukształtowanie nawyku aktywnego trybu życia poprzez wskazanie warunków i korzyści z aktywności ruchowej i aktywnego spędzania czasu wolnego;
2. zwiększenia świadomości społeczeństwa co do zdrowego stylu życia, która znacząco wpłynie na ograniczenie występowania tzw. chorób cywilizacyjnych: otyłości, cukrzycy czy chorób układu krążenia oraz kształtowanie nawyków zdrowotnych wśród młodych ludzi;
3. przeciwstawienie się i przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu oraz zjawiskom patologii społecznej ze wskazaniem na przemoc domową;
4. wzmocnienie odporności fizycznej i psychicznej Polaków, skuteczne zarządzanie własnymi emocjami i umiejętne radzenie sobie w trudnych sytuacjach;
5. wypromowanie prozdrowotnych, społecznych, wychowawczych i edukacyjnych wartości sportu również w oparciu o upamiętnienie ważnych wydarzeń historycznych lub osób, które swoją bohaterską postawą i życiem stanowią wzorce dla kolejnych pokoleń;
6. zacieśnienie więzi rodzinnych i solidarności wielopokoleniowej;
7. wykształtowanie cech motorycznych niezbędnych do działań związanych z samoobroną takich jak: siła, szybkość, wytrzymałość oraz zwiększenie pewności siebie
8. zwiększenie wiedzy na temat wolontariatu;
9. promowanie obiektów typu ORLIK jako bazy do wszechstronnego wykorzystania w różnych formach aktywności fizycznej.

Rozdział III

Warunki rekrutacji i umowy

1. Do projektu „Obrona nie tylko na Orliku” zakwalifikowanych zostanie 40 animatorów z min. 12 województw, którzy przeprowadzą zajęcia na obiektach sportowych powstałych w ramach projektu Moje Boisko Orlik 2012.
2. Rekrutacja Orlików uczestniczących w projekcie odbędzie się za pomocą formularza zgłoszeniowego zamieszczonego na stronie internetowej Fundacji Orły Sportu. Informacja o rekrutacji zostanie opublikowana na stronie www.orlysportu.pl oraz portalu społecznościowym Facebook. O dostaniu się do projektu zadecyduje kolejność zgłoszeń.
3. W projekcie może brać udział 1 animator z 1 Orlika.
4. Z zakwalifikowanym animatorem zostanie podpisana umowa zlecenie na zorganizowanie i przeprowadzenie 10 zajęć sportowo – rekreacyjnych w terminie od 15.09.2021r. do 20.11.2021r.
5. Wynagrodzenie w ramach projektu wyniesie 2000 zł brutto i zostanie wypłacone na podstawie kompletnej dokumentacji z realizacji projektu tj. listy obecności na wszystkich zajęciach, karty czasu pracy animatora, podpisanych porozumień wolontarystycznych i kart rozliczających wykonane świadczenie wolontarystyczne, fotorelacji z każdego zajęć (min. 3 zdjęcia) wraz z opisem przeprowadzonych zajęć, opisu przeprowadzonych lokalnie działań promocyjnych oraz prawidłowo wypełnionego i podpisanego rachunku/faktury.
6. Zakwalifikowani animatorzy zrekrutują 3 wolontariuszy wspierających realizację zajęć sportowo-rekreacyjnych, z którymi zostanie podpisane porozumienie wolontarystyczne na realizację łącznie min. 30 godzin świadczenia wolontarystycznego.
7. Harmonogramy na poszczególnych orlikach opracowują animatorzy.
8. Zmiana harmonogramu w trakcie projektu musi nastąpić po wcześniejszym pisemnym (e-mail) poinformowaniu Organizatora.

Rozdział IV

Zakres obowiązków animatora

1. Zrekrutowanie min. 12 uczestników. Uczestnicy zajęć muszą należeć do jednej z grup: dzieci, młodzież, dorośli i seniorzy: przede wszystkim dziewczyny i kobiety, którzy będą czynnie uczestniczyć w zajęciach z zakresu samoobrony na Orliku w terminie od 15.09.2021 do 20.11.2021r.
2. Zorganizowanie i przeprowadzenie ogółem 10 ogólnodostępnych zajęć teoretycznych i praktycznych z zakresu samoobrony, zajęć sportowo-rekreacyjnych i regenerujących w wymiarze 2 godzin każde zajęcia:
 - a. Wsparcie w przeprowadzeniu 1 spotkania z psychologiem, podczas którego uczestnicy odbędą warsztaty pozytywnego myślenia i uwalniania emocji, nauczą się jak panować nad stresem i strachem, jak nie stać się ofiarą, jak stawiać granice, zdobyć pewność siebie wyzbycić się syndromu ofiary;
 - b. Wsparcie w przeprowadzeniu 4 spotkań z zakresu samoobrony, które przeprowadzone zostaną przez osobę posiadającą odpowiednie kwalifikacje i uprawnienia (trener samoobrony, krav magi, judo, ju-jitsu, innych sztuk walki) i podczas których uczestnicy dowiedzą się: jak rozpoznać i unikać zagrożeń, jakie przyjąć postawy w sytuacji zagrożenia, jak radzić sobie z przemocą, również psychiczną, jak pokonywać swoje słabości, jak reagować gdy jesteśmy świadkiem przemocy. Program zajęć zawierać będzie techniki

- samoobrony, techniki prewencji, naukę techniki atakowania i obrony oraz podstawowych postaw i pozycji ciała;
- c. Przeprowadzenie 5 zajęć sportowo-rekreacyjnych, podczas których zaproponowane zostaną ćwiczenia fitness ABT – ćwiczenia na brzuch, uda i pośladki, TBC – ćwiczenia ze skakanką, taśmami i ciężarkami, podstawy gimnastyki czy Aero Box – wykorzystanie sztuk walki w zajęciach fitness, zajęcia w plenerze oraz ćwiczenia relaksacyjne (np. powolne oddychanie, medytacja, joga) oraz przeprowadzenie rozmowy na temat zdrowego i aktywnego stylu życia oraz poprawnego odżywiania i suplementacji.
 3. Zainicjowanie zajęć, które wpłyną na poprawę poziomu aktywności fizycznej, polepszą samopoczucie psychiczne, odbudują relacje społeczne a także zapewnią możliwość uczestniczenia w wędrówce upamiętniającej i utrwalającej wydarzenia i postaci mające istotne znaczenie w historii Polski, ze wskazaniem na kobiety, które zapisały się w kartach historii (m.in. Maria Skłodowska-Curie, Halina Konopacka, Irena Sendlerowa czy Irena Szewińska).
 4. Przeprowadzenie lokalnej akcji promującej zajęcia za pośrednictwem FB, lokalnych stron internetowych, lokalnych mediów, plakatów, banerów, itp (plakaty i banery dostarczy Organizator).

ROZDZIAŁ V

Organizacja zajęć

1. Zajęcia sportowe mają charakter otwarty dla uczestników i zasady ich przeprowadzania ustalają każdorazowo animatorzy w zależności od liczby uczestników chętnych do udziału w poszczególnych zajęciach.
2. Rozpoczęcie zajęć sportowych odbywać się będzie we wskazanych przez animatorów/instruktorów terminach i ustalonej przez nich formie.
3. Wszystkich uczestników zajęć sportowych obowiązuje strój i obuwie sportowe. Organizator nie zapewnia stroju sportowego.
4. W trakcie zajęć uczestnicy wykonują ćwiczenia wskazane przez animatora/instruktora i pod jego bezpośrednim nadzorem oraz stosują się do obowiązującego regulaminu obiektu, przepisów bhp oraz poleceń wydawanych przez prowadzącego zajęcia.
5. W przypadku wystąpienia symptomów kontuzji, stanu zagrożenia zdrowia czy innego rodzaju problemu, obowiązkiem ćwiczących jest natychmiastowe powiadomienie animatora/instruktora.
6. Organizator i prowadzący zajęcia nie odpowiada za rzeczy pozostawione i zgubione na terenie obiektu sportowego.
7. Uczestnik podpisuje oświadczenie o:
 - a) udziale w zajęciach na własną odpowiedzialność,
 - b) zapoznaniu się z treścią niniejszego regulaminu, wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora oraz na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych,
 - c) każdorazowo oświadczenie w związku ze stanem epidemii COVID-19.
8. W związku z realizacją zajęć w reżimie spowodowanym zagrożeniem epidemią COVID-19, organizator zapewnia uczestnikom środki do odkażania oraz dba o ich bezpieczeństwo. W sytuacji, w której u uczestnika po zajęciach (do 2 tygodni) zostanie zdiagnozowane zakażenie wirusem SARS-Cov2, uczestnik powinien poinformować o tym organizatora. Jednocześnie w związku z zakażeniem nie będzie rościł sobie praw do odszkodowania od organizatora.
9. Animator ma prawo odmówić udziału w zajęciach osobom z widocznymi oznakami infekcji.

10. Organizator w ramach realizowanych zajęć zapewni sprzęt sportowy niezbędny do przeprowadzenia zajęć, koszulkę dla prowadzących i wolontariuszy, pamiątkowy medal dla uczestników, gadżety oraz wodę i poczęstunek.

Rozdział VI

Zgody

Administratorem danych osobowych jest Fundacja Orły Sportu z siedzibą w Pucku, adres: 84-100 Puck, ul. Zamkowa 6, REGON 012070310.

1. Dane osobowe:
 - a. Wyrażam zgodę na przechowywanie i przetwarzanie danych osobowych podanych przeze mnie w zgłoszeniu zgodnie z obowiązującymi przepisami, w celach informacyjnych, związanych z organizacją zajęć.
 - b. Podanie danych osobowych konieczne jest w celu realizacji procesu rekrutacji, na potrzeby wykonywania świadczeń na rzecz Korzystającego – zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. a i b Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (Ogólne rozporządzenie o ochronie danych) z dnia 27 kwietnia 2016 r.
2. Administrator danych informuje, że:
 - a. podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne w celu realizacji zajęć;
 - b. Uczestnik posiada prawo żądania dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia – zgodnie z art. 17 RODO, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania;
 - c. Wolontariusz posiada prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania i wniesienia skargi do organu nadzorczego – Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
 - d. dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji zajęć i rozliczenia projektu;
 - e. nie wykorzystuje danych w celu wydawania zautomatyzowanych decyzji oraz dokonywania profilowania.
3. Wyrażam zgodę na przechowywanie i przetwarzanie danych osobowych podanych przeze mnie w zgłoszeniu zgodnie z obowiązującymi przepisami, w celach informacyjnych, związanych z organizacją zajęć.
4. Oświadczam, iż zostałam/-em należycie pouczone/ny o przysługujących mi uprawnieniach w zakresie możliwości wglądu do gromadzonych danych, prawa dostępu do ich treści, możliwości ich uzupełniania i poprawiania, żądania sprostowania w razie stwierdzenia, że dane te są niekompletne, nieaktualne lub nieprawdziwe oraz do wycofania uprzednio wyrażonej zgody.
5. Uczestnik upoważnia, bez jakiegokolwiek dla niego rekompensaty, Organizatora i Fundację zarówno podczas zajęć jak i w dowolnym czasie po ich zakończeniu, do używania i udzielania w celach niekomercyjnych, bezterminowej licencji innym, swojego wizerunku, głosu, słów do nagrań telewizyjnych, radiowych, dla potrzeb filmu, prasy lub nagrań dla innych mediów i w każdej innej formie, tylko dla celów promocji i propagowania celów i działalności Organizatora i Fundacji i/lub wykorzystywania do zbierania funduszy na wsparcie tych celów i działalności.

Rozdział VII

Postanowienia końcowe

1. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem stosuje się normalnie obowiązujące przepisy prawa.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego regulaminu.
3. Organizator każdorazowo poinformuje uczestników o zmianie regulaminu.
4. Wykryte wszelkie nieprawidłowości w przestrzeganiu niniejszego Regulaminu skutkować będą wykluczeniem uczestnika z możliwości udziału w kolejnych zajęciach sportowych.
5. Animator uczestniczący w projekcie „Obrona nie tylko na Orliku” musi zaakceptować regulamin.
6. Akceptacją Regulaminu jest podpis na liście obecności na zajęciach dołączonej do regulaminu.
7. Regulamin obowiązuje od 18.08.2021r. do 30.11. 2021r.

Puck, 18.08.2021r.