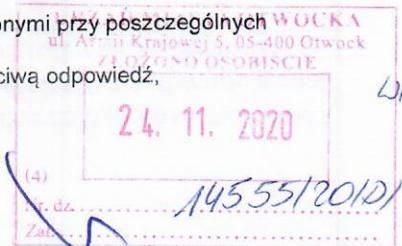


UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

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 jest adresowana oferta	Miasto Otwock
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Ochrona zdrowia – przeciwdziałanie alkoholizmowi

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 e-mail, numer telefonu	
Otwocki Klub Sportowy „START” 05-400 Otwock ul. Sportowa 1 NIP:532-001-64-88 klub@oksotwock.pl 22-779-24-26 KRS. 0000045556	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Goliński Janusz – Prezes Klubu Tel.-227792426

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Profilaktyka poprzez sport – podnoszenie ciężarów			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	01.12.2020 r.	Data zakończenia	31.12.2020 r.
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Zadanie realizowane będzie na terenie Otwockiego Klubu Sportowego „Start” przy ulicy Sportowej 1 w Otwocku. Docelową grupą - bezpośrednimi odbiorcami/uczestnikami zadania będą dzieci i młodzież (zawodnicy) uczestniczący w zajęciach sekcji podnoszenia ciężarów OKS „Start”. W ramach realizacji zadania przeprowadzony zostanie program profilaktyki uzależnień, dostosowanie sali do ćwiczeń oraz zostanie zakupiony sprzęt sportowy niezbędny do realizowania zajęć sportowych – jako alternatywa zapewnienia dla dzieci i młodzieży wolnego czasu, poza zajęciami szkolnymi – jednakże będącą w korelacji i uzupełniająca zajęcia sportowe w sekcji. Zadanie ma na celu podniesienie wśród jego uczestników poczucia własnej sprawności psychofizycznej, zwiększenie motywacji i uświadomienie o zagrożeniach płynących z zażywania substancji alkoholowych i narkotykowych.				

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

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie 8 godzin warsztatów/prelekcji z zakresu programu profilaktycznego	Podniesienie kompetencji w radzeniu sobie w sytuacjach trudnych, umiejętności organizowania czasu wolnego, poznanie zagrożeń wynikających z zażywania substancji psychoaktywnych oraz uzależnień. ; zwiększenia wachlarza możliwości w planowaniu czasu wolnego;	Działania profilaktyczne realizowane w OKS „START” będą kształtowały w dzieciach i młodzieży ważne umiejętności, które w znacznym stopniu obniżą ryzyko wystąpienia zachowań zaburzających ich zdrowie fizyczne i psychiczne. Coraz wyższy poziom sprawności i lepsze efekty na treningach sportowych będą potwierdzeniem pozytywnych efektów zadania.
Przystosowanie pomieszczenia do przeprowadzenia ćwiczeń będących uzupełnieniem programu profilaktycznego dla sekcji podnoszenia ciężarów.	Specjalistyczna gumowa mata zapewni bezpieczeństwo w trakcie przeprowadzanych ćwiczeń	Zakupiona mata będzie stanowiła wyposażenie sali przeznaczonej dla osób trenujących podnoszenie ciężarów.
Wyposażenie sekcji w sprzęt treningowy niezbędny do realizacji zadań z zakresu podnoszenia ciężarów	Nowy sprzęt treningowy wzbogaci zajęcia i podniesie poziom sportowy zawodników , pozwoli na urozmaicenie zajęć.	Zakupione ławki treningowe, zestaw hantli, zestaw ketli, gumy rozciągające, wałki i rollery do ćwiczeń i masażu będą na wyposażeniu sali podnoszenia ciężarów
Przeprowadzenie 60 godzin ćwiczeń będących uzupełnieniem programu profilaktycznego,	Treningi podniosą sprawność fizyczną uczestniczących w zajęciach, coraz wyższy poziom sprawności przełoży się na osiągnięte rezultaty na zawodach sportowych.	Sprawdziany przeprowadzone podczas zajęć podnoszenia ciężarów, udział w zawodach sportowych i osiągnięte na nich wyniki będą efektem podniesienia poziomu sportowego zawodników.

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

- Oferent od 5 lat realizuje zadania publiczne powierzane przez Miasto Otwock z zakresu ochrony zdrowia – przeciwdziałania alkoholizmowi dla mieszkańców Otwocka. Ponadto oferent realizuje działania statutowe w zakresie upowszechniania sportu i kultury fizycznej wśród dzieci i młodzieży.
- W realizacji zadania opiekę trenerską w sekcji podnoszenia ciężarów sprawuje :
- Tomasz Magiera - trener Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Magiera

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Przeprowadzenie 8 godzin warsztatów/prelekcji z zakresu programu profilaktycznego	1.000,00		
2.	Zakup gumowej maty na podłogę w celu przystosowania pomieszczenia do ćwiczeń	7.000,00		
3.	Zakup sprzętu sportowego (ławki treningowe – rzymskie i skośne, zestaw hantli, zestaw ketli, gumy rozciągające, wałki i rollery do ćwiczeń i masażu)	3.000,00		
4.	Wynagrodzenie szkoleniowca –opracowanie i przygotowanie planów przygotowań zawodników sekcji podnoszenia ciężarów.	1.000,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		12.000,00	10.000,00	2.000,00

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(-ją)*/zalega(-ją)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 4) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)*/zalega(-ją)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
- 5) dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym*/inną 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.



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

Data 20.11.2020

Wydruk informacji pobranej w trybie art. 4 ust. 4aa ustawy z dnia 20 sierpnia 1997 r. o Krajowym Rejestrze Sądowym, posiada moc dokumentu wydawanego przez Centralną Informację, nie wymaga podpisu i pieczęci.

CENTRALNA INFORMACJA KRAJOWEGO REJESTRU SĄDOWEGO

KRAJOWY REJESTR SĄDOWY

Stan na dzień 25.11.2020 godz. 10:02:25

Numer KRS: 0000045556

**Informacja odpowiadająca odpisowi aktualnemu
Z REJESTRU STOWARZYSZEŃ, INNYCH ORGANIZACJI SPOŁECZNYCH I ZAWODOWYCH,
FUNDACJI ORAZ SAMODZIELNYCH PUBLICZNYCH ZAKŁADÓW OPIEKI ZDROWOTNEJ**

PODMIOT NIWPISANY DO REJESTRU PRZEDSIĘBIORCÓW

Data rejestracji w Krajowym Rejestrze Sądowym	10.10.2001			
Ostatni wpis	Numer wpisu	17	Data dokonania wpisu	28.12.2015
	Sygnatura akt	WA.XIV NS-REJ.KRS/43238/15/630		
	Oznaczenie sądu	SĄD REJONOWY DLA M. ST. WARSZAWY W WARSZAWIE, XIV WYDZIAŁ GOSPODARCZY KRAJOWEGO REJESTRU SĄDOWEGO		

Dział 1

Rubryka 1 - Dane podmiotu	
1.Oznaczenie rodzaju organizacji	STOWARZYSZENIE KULTURY FIZYCZNEJ
2.Numer REGON/NIP	REGON: 010328939, NIP: 5320016488
3.Nazwa	OTWOCKI KLUB SPORTOWY "START"
4.Dane o wcześniejszej rejestracji	REJESTR STOWARZYSZEŃ KULTURY FIZYCZNEJ I ZWIĄZKÓW SPORTOWYCH SKF "A" 154 SĄD OKRĘGOWY W WARSZAWIE, VII WYDZIAŁ CYWILNY I REJESTROWY
5.Czy podmiot posiada status organizacji pożytku publicznego?	NIE

Rubryka 2 - Siedziba i adres podmiotu	
1.Siedziba	kraj POLSKA, woj. MAZOWIECKIE, powiat OTWOCKI, gmina OTWOCK, miejsc. OTWOCK
2.Adres	ul. SPORTOWA, nr 1, lok. ---, miejsc. OTWOCK, kod 05-400, poczta OTWOCK, kraj POLSKA
3.Adres poczty elektronicznej	-----
4.Adres strony internetowej	-----

Rubryka 3 - Jednostki terenowe lub oddziały	
Brak wpisów	

Rubryka 4 - Informacje o statucie	

1. Informacja o sporządzeniu lub zmianie statutu	1	29.02.1992 ROK ZMIANY W DNIU 17.11.200 R.: PAR.1, PAR.6 PKT.4, PAR.15 PKT.2, PAR.20 PKT. 5, PAR.24 PKT.3, PAR.29 PKT.2 (ZMIANA PKT.2 NA PKT.4).
	2	ZMIANY W STATUCIE W DNIU 06.11.2004 ROK - ROZDZIAŁ II PAR.6, PKT 7A, B, C, D; PKT 8A, B, C, D, E, F, G, H. - ROZDZIAŁ III PAR.10 PKT 1, PKT 3, PAR.12 PKT 2A, PAR.15 PKT 1C, PKT 3, PAR.16 - ROZDZIAŁ IV PAR.18 PKT 1A, PAR.19, PAR.20, PAR.21, PAR.22, PAR.23 PKT 1, PKT 2, PAR.24 PKT 1, PAR.26 PKT 8, PAR.29 PKT 1C, PAR.30, PAR.31 PKT 3, PAR.32 - ROZDZIAŁ V PAR.34 PKT 2, PAR.37 PKT 1
	3	19.12.2008R. ZMIANY W STATUCIE: ROZDZIAŁ I PAR.1, PAR.2; ROZDZIAŁ II PAR.6 PKT.8 PPKT.A; ROZDZIAŁ III PAR.8 PPKT.3, PAR.9 PKT.2, PAR.13 PKT.D, PAR.17 PKT.1; ROZDZIAŁ IV PAR.21 PKT.5, PAR.24 PKT.3; ROZDZIAŁ V PAR.36 PKT.1.

Rubryka 5

1. Czas, na jaki została utworzona organizacja	NIEOZNACZONY
------------------------------------------------	--------------

Rubryka 6 - Sposób powstania podmiotu

Brak wpisów

Rubryka 7 - Komitet założycielski

Brak wpisów

Rubryka 8 - Organ sprawujący nadzór

1. Nazwa organu	STAROSTA POWIATU OTWOCKIEGO
-----------------	-----------------------------

Dział 2

Rubryka 1 - Organ uprawniony do reprezentacji podmiotu

1. Nazwa organu uprawnionego do reprezentowania podmiotu	ZARZĄD
2. Sposób reprezentacji podmiotu	DLA WAŻNOŚCI OŚWIADCZEŃ WOLI W ZAKRESIE PRAW I OBOWIĄZKÓW MAJĄTKOWYCH WYMAGANE SĄ PODPISY PREZESA ZARZĄDU KLUBU LUB WICEPREZESA URZĘDUJĄCEGO CZŁONKA ZARZĄDU LUB OSÓB PRZEZ NICH UPOWAŻNIONYCH.

Podrubryka 1

Dane osób wchodzących w skład organu

1	1. Nazwisko / Nazwa lub firma	GOLIŃSKI
	2. Imiona	JANUSZ ZBIGNIEW
	3. Numer PESEL/REGON	47041912112
	4. Numer KRS	****
	5. Funkcja w organie reprezentującym	PREZES ZARZĄDU
2	1. Nazwisko / Nazwa lub firma	CHMIELAK



	2.Imiona	PAWEŁ TOMASZ
	3.Numer PESEL/REGON	71041301579
	4.Numer KRS	****
	5.Funkcja w organie reprezentującym	WICEPREZES
3	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	MROCEK
	2.Imiona	CEZARY
	3.Numer PESEL/REGON	73102809659
	4.Numer KRS	****
	5.Funkcja w organie reprezentującym	CZŁONEK ZARZĄDU
4	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	RACZKOWSKA
	2.Imiona	EWA BOŻENA
	3.Numer PESEL/REGON	58112305320
	4.Numer KRS	****
	5.Funkcja w organie reprezentującym	CZŁONEK ZARZĄDU
5	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	SKOCZEK
	2.Imiona	PIOTR PAWEŁ
	3.Numer PESEL/REGON	75062605672
	4.Numer KRS	****
	5.Funkcja w organie reprezentującym	CZŁONEK ZARZĄDU
6	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	GAŚIEWSKI
	2.Imiona	WOJCIECH MAREK
	3.Numer PESEL/REGON	79042316299
	4.Numer KRS	****
	5.Funkcja w organie reprezentującym	CZŁONEK ZARZĄDU
7	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	BARABASZ
	2.Imiona	KRZYSZTOF PAWEŁ
	3.Numer PESEL/REGON	75062712952
	4.Numer KRS	****
	5.Funkcja w organie reprezentującym	CZŁONEK ZARZĄDU

Rubryka 2 - Organ nadzoru			
1	1.Nazwa organu		KOMISJA REWIZYJNA
	Podrubryka 1		
	Dane osób wchodzących w skład organu		
	1	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	WRZOSEK
		2.Imiona	MARZENA
		3.Numer PESEL/REGON	74042613162
	2	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	ROWIŃSKA
		2.Imiona	JADWIGA ALINA
		3.Numer PESEL/REGON	53041105346
	3	1.Nazwisko / Nazwa lub firma	JURUSZ
2.Imiona		RYSZARD	
3.Numer PESEL/REGON		61102507837	

Rubryka 3

Brak wpisów

Dział 3

Rubryka 1 - Nie dotyczy

Brak wpisów

Rubryka 2 - Nie dotyczy

Rodzaj dokumentu	Nr kolejny w polu	Data złożenia	Za okres od do
1.Wzmianka o złożeniu rocznego sprawozdania finansowego	1	13.07.2006	01.01.2005-31.12.2005
4.Wzmianka o złożeniu sprawozdania z działalności podmiotu	1	*****	SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE Z DZIAŁALNOŚCI ZA ROK 2005

Rubryka 3 - Cel działania organizacji

1.Cel działania	ORGANIZOWANIE I PROWADZENIE DZIAŁALNOŚCI WIELOSEKCYJNEJ.
-----------------	----------------------------------------------------------

Rubryka 4 - Przedmiot działalności statutowej organizacji pożytku publicznego

Brak wpisów

Rubryka 5 - Informacja o dniu kończącym rok obrotowy

Brak wpisów

Dział 4

Rubryka 1 - Zaległości

Brak wpisów

Rubryka 2 - Wierzytelności

Brak wpisów

Rubryka 3 - Informacje o oddaleniu wniosku o ogłoszenie upadłości na podstawie art. 13 ustawy z 28 lutego 2003 r.

Prawo upadłościowe albo o zabezpieczeniu majątku dłużnika w postępowaniu w przedmiocie ogłoszenia upadłości albo w postępowaniu restrukturyzacyjnym albo po prawomocnym umorzeniu postępowania restrukturyzacyjnego

Brak wpisów

Rubryka 4 - Umorzenie prowadzonej przeciwko podmiotowi egzekucji z uwagi na fakt, że z egzekucji nie uzyska się sumy wyższej od kosztów egzekucyjnych

Brak wpisów

Dział 5
Nie dotyczy
Dział 6

Rubryka 1 - Likwidacja

Brak wpisów

Rubryka 2 - Informacje o rozwiązaniu podmiotu

Brak wpisów

Rubryka 3 - Informacja o połączeniu lub podziale

Brak wpisów

Rubryka 4 - Informacja o postępowaniu upadłościowym

Brak wpisów

Rubryka 5 - Informacja o postępowaniu układowym

Brak wpisów

Rubryka 6 - Informacje o postępowaniach restrukturyzacyjnych, o postępowaniu naprawczym lub o przymusowej restrukturyzacji

Brak wpisów

Rubryka 7 - Informacja o zawieszeniu działalności gospodarczej

Brak wpisów

data sporządzenia wydruku 25.11.2020

adres strony internetowej, na której są dostępne informacje z rejestru: ekrs.ms.gov.pl

OTWOCKI KLUB SPORTOWY
„START”

PROGRAM
PROFILAKTYKI

Dokonuję
dobrych
wyborów

Podnoszenie Ciężarów

OTWOCK 2020

WSTĘP

GLÓWNE ZAŁOŻENIA PROGRAMU PROFILAKTYKI

Program profilaktyki jest odpowiedzią na zapotrzebowanie sportowców w kwestii zapobiegania i rozwiązywania problemów społecznych. Powstał w oparciu o informacje przekazywane trenerowi Sekcji Podnoszenia Ciężarów Otwockiego Klubu Sportowego „Start” .

Analiza uzyskanych informacji pozwoliła na wyodrębnienie czynników ryzyka i czynników chroniących, na podstawie których sformułowano cel nadrzędny i cele operacyjne programu oraz ustalono zakres obszarów działalności profilaktycznej.

Programem objęto młodych sportowców, którzy uczestniczą w zajęciach podnoszenia ciężarów. Założenia programu są zgodne z celami Otwockiego Klubu Sportowego „Start” określonymi w statucie.

Program realizowany jest przez pedagoga - specjalistę w zakresie resocjalizacji oraz licencjonowanych trenerów.

Program został stworzony w celu chronienia dzieci i młodzieży przed zagrożeniami poprzez działania wychowawczo-profilaktyczne, reagowanie w sytuacji podejmowania zachowań ryzykownych, zapobiegania zachowaniom patologicznym i ich eliminacji, kształtowania akceptowanych społecznie postaw oraz łagodzenia skutków negatywnych doświadczeń i przeżyć, spowodowanych dysfunkcją rodziny i dotychczasowego środowiska wychowawczego.

WNIOSKI Z ANALIZY PRZEPROWADZONEJ DIAGNOZY DOTYCZĄCE CZYNNIKÓW RYZYKA

Na podstawie zgłaszanych problemów w programie profilaktyki należy uwzględnić następujące problemy:

1. Używanie środków psychoaktywnych i alkoholu.
2. Palenie papierosów.
3. Agresję słowną i fizyczną.
4. Nieprzestrzeganie zasad zdrowego stylu życia.
5. Nieakceptowany społecznie system wartości.
6. Zaburzoną i nieadekwatną samoocenę.

OBSZARY DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH

- 1. Profilaktyka uzależnień.**
- 2. Promocja zdrowego stylu życia.**
- 3. Działania w sytuacjach kryzysowych.**

CEL NADRZĘDNY

Zapobieganie zachowaniom ograniczającym lub niszczącym prawidłowy rozwój dzieci i młodzieży oraz kształtowanie społecznie akceptowanych postaw i odpowiedzialności za własne postępowanie.

CELE OPERACYJNE

1. Kształtowanie postaw i zachowań ułatwiających właściwe funkcjonowanie w grupie rówieśniczej.
2. Wyrabianie nawyków celem dbałości o właściwy rozwój fizyczny.
3. Kształtowanie nawyków higieny osobistej, poczucia estetyki i poszanowania wspólnego mienia.
4. Wyrabianie nawyków efektywnego spędzania wolnego czasu.
5. Przeciwdziałanie zagrożeniom cywilizacyjnym.

ZASADY STOSOWANE W TRAKCIE REALIZACJI PROGRAMU

1. Dostosowanie treści programu do potrzeb i możliwości dzieci i młodzieży.
2. Korelacja różnorodnych oddziaływań wychowawczych.
3. Podporządkowanie i ukierunkowanie działań na osiągnięcie zamierzonych celów.
4. Stworzenie atmosfery życzliwości i akceptacji wokół prowadzonych działań.

METODY STOSOWANE W TRAKCIE REALIZACJI PROGRAMU

1. Podające: - warsztaty, rozmowa wychowawcza, prelekcja, opowiadanie, czytelnictwo.
2. Ekspozujące: - film, wystawy, ilustracje.
3. Aktywizujące: - rundka, dyskusja, „burza mózgów”, odgrywanie ról i scenek, konkursy, zajęcia sportowe.

I. OBSZAR DZIAŁANIA
- PROFILAKTYKA UZALEŻNIEŃ

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
Zapoznanie wychowanków z rodzajami, przyczynami i skutkami uzależnień.	Poznanie rodzajów, przyczyn i skutków.	Prezentacja filmów edukacyjnych dotyczących uzależnień. Program przeciw uzależnieniom – „Alkoholizm, narkomania”, „paleniu papierosów”, informowanie o zagrożeniu rakiem.
	Czym są środki uzależniające i jak działają?	Zebranie materiałów dotyczących rodzajów uzależnień.
	Mechanizm uzależnienia organizmu.	Omówienie wybranych artykułów z prasy i fragmentów broszur.
	Przyczyny sięgania przez młodzież po alkohol, narkotyki i tytoń.	Rozmowy wychowawcze, pogadanki, prelekcje, psychodrama o uzależnieniu.
	Skutki używania alkoholu, narkotyków i tytoniu.	Prace plastyczne /plakaty, komiksy/, poznanie europejskiego kodeksu walki z rakiem
	Sposoby leczenia uzależnień.	Prezentowanie informacji o sposobach i metodach leczenia uzależnień z różnych źródeł
Umiejętność określenia stopnia zagrożenia uzależnieniami.	Dzielenie się doświadczeniami związanymi z kontaktami ze środkami uzależniającymi.	Rozmowy, dyskusje, ankiety referaty, wysłuchanie na MP3 wypowiedzi byłych narkomanów
	Formułowanie obiektywnych opinii na temat korzystania z używek i braku przyzwolenia dla młodzieży.	Pogadanki, rozmowy, dyskusje.
	Analizowanie związku pomiędzy występowaniem problemu uzależnień a sytuacją rodzinną dziecka.	Ankiety, referaty, monitorowanie sytuacji rodzinnej, edukacja rodziny.

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
Kształtowanie stylu życia wspomagającego psycho - fizyczny rozwój młodzieży.	Wyrabianie nawyków aktywnego spędzania czasu wolnego.	Wspólne planowanie form spędzania czasu wolnego.
	Rozwijanie indywidualnych zainteresowań i pasji.	Organizowanie kół zainteresowań (informatyczne, sportowe, plastyczne, teatralne, muzyczne, ekologiczne).
	Propagowanie aktywności poznawczej.	Zachęcanie do wizyt muzeach, parkach narodowych, teatrach, itp.
	Kształtowanie umiejętności wyboru form bezpiecznego spędzania czasu wolnego.	Organizowanie rozgrywek sportowych.
Kształtowanie zachowań asertywnych.	Uświadomienie konieczności kształtowania postaw asertywnych.	Prezentowanie postaw asertywnych poprzez odgrywanie scenek. Realizacja programu wychowawczo-korekcyjnego „:Inna droga”, Trening ART
	Omówienie sytuacji sprzyjających przyjmowaniu środków uzależniających. Nauka odmawiania.	Poznanie zasad poprawnej komunikacji. Autorskie programy przeciwdziałania uzależnieniom.
	Nauczanie konstruktywnych sposobów rozładowywania napięcia i właściwych zachowań w trudnych sytuacjach. Ćwiczenie zachowań asertywnych.	Prezentowanie i nauka różnych technik relaksacji: słuchanie muzyki relaksacyjnej, elementy treningu autogenicznego Schultza, program „Terapia baśnią”. Rundki z komunikatem „ja”
	Opracowanie form wymiany informacji w sytuacji zagrożenia.	Stałe i systematyczne wzajemne kontakty pracowników pedagogicznych z rodzicami – ustalenie jednolitych form postępowania.

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
	Opracowanie form wspólnej strategii działań wychowawczych.	j.w.
	Zapoznanie z możliwościami uzyskania wszelkiego rodzaju pomocy psychologiczno – pedagogicznej.	Podanie adresów i telefonów organizacji pomagających uzależnionym i ich rodzicom.

II. OBSZAR DZIAŁANIA – PROMOCJA ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
Posiadanie przez dzieci i młodzież oraz ich rodziców wiedzy na temat zdrowego stylu życia.	Dostarczenie dzieciom i młodzieży oraz ich rodzicom wiedzy na temat zdrowego stylu życia.	Projekcje filmów o tematyce zdrowotnej (właściwe odżywianie, profilaktyka chorób, pierwsza pomoc, uzależnienia).
	Uświadomienie dzieci i młodzieży, że:	Przygotowanie przez uczniów referatów o tematyce zdrowotnej. Prowadzenie prelekcji na temat zdrowia. Zorganizowanie apeli poświęconych problematyce zdrowotnej. Zorganizowanie apeli poświęconych zdrowiu i urodzie.
	-czystość ciała jest warunkiem zdrowia, estetyka ubioru jest pozytywnym wizerunkiem każdego człowieka, -czystość, świeżość i estetyka pomieszczeń ma duży wpływ na nasze zdrowie.	Udział uczniów w spotkaniach proponowanych przez inne instytucje propagujące zdrowie.
	Uświadomienie zagrożeń związanych z nieprzestrzeganiem	Dostarczanie i analizowanie materiałów w postaci prasy, ulotek reklamowych i folderów wydawanych przez firmy kosmetyczne i farmaceutyczne.

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
	tych zasad.	
Wdrażanie zasad higieny osobistej i utrzymywanie estetyki pomieszczeń	Przestrzeganie zasad higieny osobistej i czystości otoczenia. Umiejętność samoobsługi w zakresie higieny osobistej i estetycznego wyglądu pomieszczeń.	Systematyczne kontrolowanie przestrzegania zasad higieny osobistej i estetyki pomieszczeń. Zorganizowanie konkursu czystości. Wyposażenie wychowanków w razie potrzeby w środki higieny osobistej.
Profilaktyka chorób zakaźnych, w tym przenoszonych drogą płciową oraz przez krew: WZW B i HIV.	Zapobieganie chorobom zakaźnym.	Przygotowanie referatów i plansz poświęconych tematyce chorób zakaźnych. Projekcje filmów edukacyjnych. Analiza artykułów prasowych i materiałów propagandowych. Dyskusje w czasie spotkań grupowych. Prelekcje specjalistów. Informowanie rodziców o potrzebie szczepień ochronnych. Szczególnie: WZW Typu A i B
Promocja racjonalnego odżywiania.	Informowanie na temat prawidłowego odżywiania.	Podejmowanie tematów właściwego odżywiania na lekcjach i spotkaniach grupowych. Analiza piramidy pokarmowej. Prezentacja filmów i analiza artykułów.

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
	Wskazanie zależności pomiędzy ilością i jakością posiłków a zdrowiem i prawidłowym rozwojem człowieka. Monitorowanie problemu nadwagi i niedowagi dzieci.	Dostarczanie informacji na temat chorób oraz zaburzeń rozwoju spowodowanych niewłaściwym odżywianiem Projekcje filmów i analiza artykułów akcentujących skutki niewłaściwego odżywiania. Zajęcia w kole kulinarnym.
Prezentacja różnych aspektów procesu dojrzewania.	Pogłębianie wiedzy wychowanków o okresie dojrzewania.	Przeprowadzenie pogadank z zastosowaniem metod audiowizualnych – wskazanie różnic psychoseksualnego rozwoju dziewcząt i chłopców. Wywiad na temat zbyt wczesnej inicjacji seksualnej. Informowanie o możliwych konsekwencjach współżycia: ciąży, choroby weneryczne, AIDS.
	Wdrażanie nawyków wzmożonej dbałości o higienę w okresie dojrzewania.	Pomoc i kontrola przestrzegania zasady dbałości o higienę ciała (mycie, środki higieniczne, sposób ubrania).
	Zwrócenie uwagi na potrzebę intymności każdego człowieka. Kształtowanie szacunku dla ludzkiego ciała.	Omówienie skutków lekceważenia intymności drugiego człowieka.
Troska o prawidłowy rozwój fizyczny.	Dostarczanie informacji na temat czynników warunkujących prawidłowy rozwój fizyczny. Zachęcanie do aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu. Zapewnienie	Przeprowadzenie pogadank i prelekcji. Prezentacja filmów edukacyjnych. Spotkania ze specjalistami. Organizowanie zajęć pozalekcyjnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym. Współpraca z rodzicami w zakresie leczenia wad postawy.

CELE	ZADANIA	SPOSÓB REALIZACJI
	aktywnego udziału w zajęciach sportowych i rekreacyjnych. Działania prewencyjne dotyczące wad postawy.	

III. OBSZAR DZIAŁANIA

– DZIAŁANIA W SYTUACJACH KRYZYSOWYCH

Sytuacje kryzysowe pojawiają się nagle, w wyniku kłopotów dziecka, chociaż przyczyny kryzysu mogą narastać latami, a jego skutki tym bardziej są dynamiczne i niebezpieczne dla młodego człowieka i jego otoczenia. Szybkie rozpoznanie sytuacji i właściwa diagnoza oraz znajomość procedur postępowania decydują o skuteczności oddziaływań.

Zaburzone zachowanie i destrukcja werbalna może być spowodowana frustracją, brakiem siły do rozwiązywania problemów osobistych, a czasami nawet brakiem chęci do dalszego życia. Problemy młodego człowieka należy traktować jako problemy egzystencjalne.

Działania podejmujemy w oparciu o założenia wychowawcze i terapeutyczne:

1. Staramy się stworzyć przyjazną atmosferę, tak aby osoba poczuła się bezpiecznie.
2. W miarę możliwości wchodzimy w bliższy kontakt i jesteśmy do jej dyspozycji.
3. Próbuje w miarę możliwości obiektywnie zrekonstruować zdarzenia, które przyczyniły się do kryzysu.
4. Pytamy o przyczyny kryzysu, zarówno potrzebującego pomocy, jak i osoby z jego otoczenia.
5. Staramy się ustalić osoby, które mają wpływ na zaistniałą sytuację i kto może być pomocny w jej rozwiązaniu.
6. Przekazujemy rzeczowe informacje dotyczące proponowanej pomocy.
7. Pytamy o przyczyny kryzysu, zarówno potrzebującego pomocy, jak i jeśli to możliwe osoby z jego otoczenia.
8. Konsultujemy się ze specjalistami w celu niesienia profesjonalnej pomocy dziecku.

Istotne w diagnozie dziecka jest:

- ogólny wygląd osoby (lub osób). Zwracamy uwagę na samopoczucie, higienę osobistą, maniery, ekspresję, sposób poruszania się i mówienie;
- stan świadomości. Badamy orientację przestrzenną, zdolność skupienia się na jednym zagadnieniu, krytycyzm, stopień podlegania sugestii;
- uczuciowość i nastrój – obniżenie lub podwyższenie nastroju, niepokój, lęk, apatia, drażliwość, agresja, styl wyrażania stanów emocjonalnych i uczuć;
- motoryka – ruchy zamierzone, brak koordynacji ruchowej, wyraźne spowolnienie;
- myślenie – logika zachowana lub brak logiki i zaburzenia percepcji;

- poziom intelektualny – poziom nawiązywanego kontaktu, styl myślenia, poglądy, zdolność koncentracji, pamięć, myślenie konkretne i abstrakcyjne.

ODBIORCY PROGRAMU

Dzieci i młodzież uczestnicząca w zajęciach sportowych Sekcji Podnoszenia Ciężarów Otwockiego Klubu Sportowego „Start”.

REALIZATORZY PROGRAMU

Pedagodzy, specjaliści w zakresie terapii uzależnień i resocjalizacji, licencjonowani trenerzy sportowi.

CZAS I MIEJSCE REALIZACJI PROGRAMU

Program realizowany będzie w okresie 01.12-31.12.2020, na terenie Otwockiego Klubu Sportowego „Start”.

Przygotowała:

Małgorzata Sokolik – mgr pedagogiki resocjalizacyjnej
Otwocki Klub Sportowy „Start”