

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 lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie*/niepobieranie*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie*/niepobieranie*".

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Urząd Miasta Stołecznego Warszawy
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	17) wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej

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	
Nazwa: Podlaskie Stowarzyszenie Rozwoju Dzieci i Młodzieży „ANDY” , Forma prawna: Stowarzyszenie Zwykłe , Krajowy Rejestr Sądowy: 0000438555 , Kod pocztowy: 17-300 , Poczta: Siemiatycze , Miejscowość: Siemiatycze , Ulica: 11 listopada , Numer posesji: 37 , Numer lokalu: 20 , Województwo: podlaskie , Powiat: siemiatycki , Gmina: m. Siemiatycze , Strona www: https://andy.org.pl , Adres e-mail: kontakt@andy.org.pl , Numer telefonu: 795219129 , Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Kacper Nowaczuk Adres e-mail: kacpernowaczuk@gmail.com Telefon: 795219129

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	KICKBOXING - pewność siebie & kontrola emocji			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	14.09.2026	Data zakończenia	12.12.2026

3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)
--

Opis zadania

Opis zadania

Zadanie polega na przeprowadzeniu bezpłatnego cyklu zajęć kickboxingu dla dzieci i młodzieży w wybranej szkole, stowarzyszeniu lub placówce działającej na rzecz lokalnej społeczności.

Podstawowe zakładane rezultaty zadania to:

- poprawa kondycji u uczestników programu
- zaznajomienie się uczestników z podstawami Kickboxingu i zdobycie umiejętności wykonywania podstawowych technik i pozycji
- uczestnicy rozwiną swoją wytrzymałość, wolę walki oraz wzmocnią ciało.
- poprawienie u uczestników cierpliwości oraz kontroli emocji i własnego ciała
- zauważalne poprawienie samodyscypliny oraz ograniczenie prokrastynacji, przynajmniej w obszarze aktywności fizycznej.
- poprawa samopoczucia i obniżenie napięcia u uczestników zajęć

Program jest bezpłatny i inkluzyny. Skierowany będzie szczególnie do dzieci z rodzin mierzących się z problemami materialnymi, wyzwaniem ogólnorozwojowymi oraz trudnościami w obszarze kontroli emocji.

Zajęcia podzielone będą na 3 grupy wiekowe: klasy 1-3, 4-6 i 7-8. każda grupa odbędzie 1 godzinę zegarową zajęć w tygodniu.

Rekrutacja odbędzie się wśród dzieci w placówce wsparcia dziennego prowadzonej przez Zarząd Mazowiecki Towarzystwa Przyjaciół Dzieci na Zamiany 16 na Ursynowie, która wyraziła chęć udziału w programie oraz w wybranej szkole podstawowej na Ursynowie, w której wspólnie z dyrektorem Stowarzyszenie ogłosi bezpłatne zajęcia.

Zajęcia odbywać się będą w Ursynowskim Domu Sztuki Jary, gdzie Stowarzyszenie wynajmuje przestrzeń, oraz/lub we wcześniej wspomnianej wybranej szkole podstawowej lub w placówce wsparcia dziennego.

Z instruktorem prowadzącym zajęcia Stowarzyszenie podpisze umowę zlecenie.

Analiza ryzyka:

- na wypadek nagłego zmniejszenia się frekwencji poniżej docelowej, na przykład za sprawą panującą wśród dzieci choroby, nagłej rezygnacji lub innych wydarzeń losowych do programu przyjęci na początku zostaną nadprogramowi uczestnicy w liczbie 5 osób.
- W przypadku niemożności wynajmu przestrzeni w szkole, wszystkie zajęcia odbywać się mogą w Domu Sztuki Jary.

Głównym celem projektu jest upowszechnianie kultury fizycznej i aktywności ruchowej wśród dzieci i młodzieży poprzez kickboxing , a jednocześnie wykorzystanie sportu jako narzędzia wspierającego ich rozwój osobisty i społeczny.

Kickboxing jest dyscypliną, która w naturalny sposób łączy aktywność fizyczną z koncentracją, samodyscypliną, podejmowaniem wyzwań i współpracą z innymi. Podczas zajęć uczestnicy poznają

podstawowe elementy techniczne kickboxingu, rozwijają koordynację ruchową, sprawność, szybkość i wytrzymałość, a także uczą się świadomego kontrolowania własnego ciała i reakcji.

Istotnym elementem programu jest budowanie pewności siebie i kontroli emocji. Uczestnicy są zachęceni do podejmowania wyzwań dostosowanych do swoich możliwości, radzenia sobie z trudnością i popełnianiem błędów oraz stopniowego wychodzenia poza własną strefę komfortu. Sukces podczas zajęć nie jest rozumiany wyłącznie jako osiągnięcie najlepszego wyniku sportowego. Równie ważne są zaangażowanie, wytrwałość, próba wykonania trudnego zadania, umiejętność zachowania spokoju oraz współpraca z innymi.

Program zakłada stworzenie bezpiecznego i inkluzywnego środowiska, w którym dzieci o różnym poziomie sprawności i doświadczenia mogą uczestniczyć w zajęciach i rozwijać się we własnym tempie. Szczególną uwagę poświęca się wzajemnemu szacunkowi, zasadom bezpieczeństwa oraz odpowiedzialnemu korzystaniu z umiejętności związanych ze sportami walki. Celem zajęć nie jest promowanie agresji ani rywalizacji za wszelką cenę, lecz pokazanie, że sport walki może być narzędziem samokontroli, dyscypliny i rozwoju.

Zajęcia będą prowadzone w formule dostosowanej do wieku i możliwości uczestników. W ich ramach przewidziane są m.in. ćwiczenia ogólnorozwojowe i koordynacyjne, elementy nauki techniki kickboxingu, ćwiczenia z wykorzystaniem tarcz i sprzętu treningowego, zadania wymagające współpracy oraz krótkie wyzwania rozwijające koncentrację, odwagę i wytrwałość.

Projekt ma również na celu przełamywanie stereotypowego postrzegania sportów walki jako aktywności nastawionych przede wszystkim na rywalizację i walkę. Poprzez odpowiednio zaprojektowane zajęcia uczestnicy będą mogli doświadczyć kickboxingu jako dyscypliny rozwijającej zarówno ciało, jak i umiejętności potrzebne w codziennym życiu.

Bezpłatna forma udziału pozwala dotrzeć również do dzieci i młodzieży, dla których udział w komercyjnych zajęciach sportowych może być utrudniony ze względów ekonomicznych. W ten sposób projekt przyczynia się do zwiększania dostępności aktywności fizycznej oraz tworzenia możliwości uczestnictwa w wartościowej formie spędzania czasu wolnego niezależnie od sytuacji materialnej uczestników.

Długofalowym celem zadania jest pokazanie dzieciom i młodzieży, że aktywność fizyczna może być nie tylko sposobem na poprawę kondycji, ale również przestrzenią do budowania wiary we własne możliwości, uczenia się radzenia sobie z emocjami, współpracy z innymi oraz konsekwentnego pokonywania własnych ograniczeń.

Kickboxing stanowi w projekcie narzędzie – celem jest wszechstronny rozwój młodego człowieka.

Miejsce realizacji

Dom Sztuki Jary.

Wybrana szkoła/y podstawowa, bądź ponadpodstawowa z obszaru dzielnicy Ursynów.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
przeprowadzenie zajęć sportowo-rozwojowych	36 godzin	dokument ewidencji godzin/umowa zlecenie/rachunek/karta pracy
zaangażowanie do regularnej aktywności fizycznej połączonej z pracą nad kontrolą emocji dzieci z dzielnicy Ursynów	30 osób	listy zapisów i obecności
poprawa kondycji u uczestników	u 50 %	autorski test kondycji przeprowadzany na początku i na końcu programu (będzie załącznikiem do umowy)
Uczestnicy poznają podstawy kickboxingu	każdy uczestnik będzie potrafił wykonać 10 podstawowych technik kopanych i uderzanych	mini egzamin na końcu programu
poprawa kontroli emocji	u 80%	ilość przerywania krótkiej medytacji „mokuso” wykonywanej na końcu zajęć
zwiększony poziom samodyscypliny (utrzymanie frekwencji)	powyżej 80% uczestników	listy obecności
organizacja wydarzenia podsumowującego program i postępy uczestników	jedno wydarzenie podsumowujące	relacja z wydarzenia

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

Charakterystyka oferenta

PSRDiM „ANDY” to działające od 2012 roku stowarzyszenie stawiające sobie za cel niesienie pomocy dzieciom uprawiającym sztuki i sporty walki, będących w trudnych sytuacjach materialnych i rodzinnych i zagrożonym patologiami społecznymi. Stowarzyszenie podejmuje inicjatywy propagujące sztuki i sporty walki i używa tych dyscyplin jako narzędzie do rozwoju osobistego i społecznego dzieci i młodzieży. ANDY organizuje wypoczynek wakacyjny i zimowy oraz obozy sportowe dla dzieci i młodzieży, a także turnieje, imprezy okolicznościowe oraz różne inne formy zajęć sportowych i kulturalnych. Stowarzyszenie działa na terenie wielu miejscowości na Podlasiu i Mazowszu, oraz poza granicami Polski. W przeszłości Stowarzyszenie przez wiele lat prowadziło zajęcia w Warszawskim Domu Kultury Zacisze. Od 4 lat zajęcia odbywają się w Ursynowskim Domu Sztuki Jary. ANDY przez cały czas swojego istnienia współpracuje z samorządami oraz innymi organizacjami społecznymi. W przeszłości Stowarzyszenie realizowało projekty Starostwa Powiatowego w Siemiatyczach, oraz otrzymywało wsparcie finansowe z Urzędu Miasta Siemiatycze. Obecnie PSRDiM „ANDY”, po raz kolejny realizuje program „Krajowego Zrzeszenia Ludowego Zespoły Sportowe” „KLUB”

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Prezesem Stowarzyszenia jest Shihan Andrzej Nowaczuk, od 35 lat prowadzący klub sportowy „Akademia ANDY”. Instruktorem prowadzącym program jest Sensei Kacper Nowaczuk, instruktor sportu, trener Kickboxingu i wychowawca kolonijny, oraz aktywny zawodnik z tytułami mistrza Świata, Europy i Polski. Od 4 lat prowadzi zajęcia sportowo-rozwojowe w Warszawie, gdzie obecnie realizuje dwa autorskie programy dla dzieci i młodzieży: „Confidence Through Kickboxing”, oraz „KICKBOXING - pewność siebie & kontrola emocji”. Pierwszy wspomniany program jako anglojęzyczny, skierowany jest do uczniów szkół międzynarodowych w Warszawie, a drugi skupia się na dzieciach mówiących językiem polskim, szczególnie na Ursynowie, w związku ze współpracą z lokalnym Domem Sztuki Jary. W przeszłości Stowarzyszenie realizowało projekty Starostwa Powiatowego w Siemiatyczach, oraz otrzymywało wsparcie finansowe z Urzędu Miasta Siemiatycze. Obecnie PSRDiM „ANDY”, po raz kolejny realizuje program „Krajowego Zrzeszenia Ludowego Zespoły Sportowe” „KLUB”

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Do realizacji zadania wykorzystane zostaną zasoby osobowe, rzeczowe, organizacyjne i merytoryczne prowadzącego oraz placówki, w której odbywać się będą zajęcia.

Zasoby osobowe i merytoryczne:

- prowadzenie zajęć przez Kacpra Nowaczuka – trenera kickboxingu posiadającego kwalifikacje instruktora sportu oraz trenera Polskiej Federacji Kickboxingu;
- doświadczenie w prowadzeniu zajęć sportowych dla dzieci i młodzieży oraz pracy z grupami o różnym poziomie zaawansowania;
- doświadczenie w pracy z grupami wielokulturowymi oraz dziećmi w różnych środowiskach;
- znajomość zasad prowadzenia bezpiecznych i dostosowanych do wieku zajęć z zakresu kickboxingu;
- autorski sposób prowadzenia zajęć, łączący naukę podstaw kickboxingu z ćwiczeniami ogólnorozwojowymi, zadaniami rozwijającymi koncentrację, współpracę, pewność siebie i kontrolę emocji.

Zasoby rzeczowe:

- sprzęt treningowy niezbędny do prowadzenia zajęć, w szczególności tarcze treningowe, przyrządy gimnastyczne, maty i pozostały sprzęt wykorzystywany podczas ćwiczeń;
- materiały i pomoce wykorzystywane do prowadzenia ćwiczeń ruchowych, technicznych i ogólnorozwojowych;
- materiały informacyjne i promocyjne dotyczące projektu.

Zasoby lokalowe i organizacyjne:

- bezpieczna, odpowiednio przygotowana przestrzeń udostępniona przez szkołę, stowarzyszenie lub inną placówkę uczestniczącą w realizacji zadania;
- zaplecze organizacyjne placówki, w tym możliwość dotarcia do grupy dzieci i młodzieży objętych projektem;

Wykorzystanie powyższych zasobów pozwoli na przeprowadzenie zajęć w bezpiecznej, uporządkowanej i dostosowanej do wieku uczestników formule, przy jednoczesnym zapewnieniu bezpłatnego dostępu do aktywności fizycznej. Organizacja zajęć, przygotowanie programu, prowadzenie treningów oraz zapewnienie niezbędnego sprzętu pozostają po stronie realizatora zadania.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie dla instruktora za przeprowadzenie 36 godzin zajęć kickboxingu dla trzech grup wiekowych po ok. 10 osób	7 200,00		
2.	Wynajem sali na której będą odbywać się zajęcia.	1 200,00		
3.	Zakup niezbędnego sprzętu sportowego.	1 000,00		
4.	Obsługa księgowa.	600,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	0,00

V. Oświadczenia

Oświadczam(y), 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 oferenta)

Data.....

Załączniki:

1. w przypadku, gdy oferent nie podlega wpisowi w Krajowym Rejestrze Sądowym – kopię aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji, ewentualnie inny dokument potwierdzający status prawny oferenta. Odpis musi być zgodny ze stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany; *(fakultatywny)*
2. w przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji oferentów składających ofertę niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów); *(fakultatywny)*
3. kopię umowy lub statutu spółki - w przypadku gdy oferent jest spółką prawa handlowego, o której mowa w art. 3 ust. 3 pkt 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. *(fakultatywny)*
4. Fakultatywne załączniki oferenta. *(fakultatywny)*

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