



ДНІ АКТИВНОГО РОЗВИТКУ



ПІДГОТОВАНІЙ

Фонд Розвитку Суспільних Навичок
FRUMIS

Затишна 5b/84
35-326 Жешув



Рапорт з закінчення проекту
Дні Активного Розвитку,
який є інструментом, створеним з метою
підкреслення результатів дій
Фонду Розвитку Суспільних Навичок
FRUMIS,
реалізуючої проект також для того,
щоб задокументувати результати для
потреби їх розрахунку.

Розробка і склад
Фонд Розвитку Суспільних Навичок FRUMIS
ul Zaciszna 5b/84; 35-326
Rzeszów KRS 0000757099; REGON: 381790685; NIP: 8133795936
<http://www.frumis.org.pl>
frumis@frumis.org.pl

ЗМІСТ



01 Хто ми

02 Ідея дії

03 Проектні припущення

04 Реалізація

05 Висновки





The UNICEF logo is shown in white on a blue rectangular background. Below the word "unicef" and the emblem, the tagline "for every child" is written in a smaller, lowercase, sans-serif font.





01

Хто ми

Ми є некомерційною організацією, мета якої є поліпшення суспільного, емоційного і фізичного рівня підготовки. Ми працюємо з дітьми, молоддю та дорослими особами. Серед нас є вихователі, педагоги і тренери, а також тренери колективних ігор.

Знайдеш нас

адреса

Затишна 5b/84; 35-326 Жешув

Телефон

500 048 842

605 952 213

frumis@frumis.org.pl

Інтернет сторінка

www.frumis.org.pl





parciu Funduszu Narodów Zjednoczonych Rzec Dzieci (UNICEF), przy Wsp
z Gmina Mi-

ПЫТАННЯ / ЗАПИТАННЯ

WYBIERZ MĄDRZE / ОБЕРИ З РОЗУМОМ

TWOJE WYBORY:

- PIĘKA DO GRY CZY TELEFON?
- BIEGANIE Z PRZYJACIÓŁMI CZY SIEDZENIE PRZED KOMPUTEREM?
- DUŻE BOISKO CZY MAŁY POKÓJ?
- DUŻO NOWYCH PRZYJACIÓŁ CZY SAMOTNOŚĆ?
- WIELE NOWYCH PRZYGÓD CZY TE SAME HISTORIE Z TELEFONEM?

ТВІЙ ВИБІР:

- ІГРОВИЙ М'ЯЧ ЧИ ТЕЛЕФОН?
- БІГАТИ З ДРУЗЬМИ ЧИ СІДІТИ КОМП'ЮТЕРОМ?
- ВЕЛИКИЙ СТАДІОН ЧИ МАЛА КІМНАТА?
- БАГАТО НОВИХ ДРУЗІВ ЧИ САМЕ ІСТОРІЇ З ТЕЛЕФОНОМ?



nis@frumis.org.pl



www.furmis.org.pl

/fur



Павел Ленік

Доктор наук з фізичного виховання, випускник факультету фізичного виховання Жешувського університету з 20-річним досвідом проведення занять з дітьми шкільного та дошкільного віку і студентами, а також має кваліфікацію тренера з баскетболу найвищого класу для проведення спортивних заходів для дітей та молоді, має кваліфікацію для проведення коучингу, TEAM Coaching, а також дозвіл на тренінг соціальних навичок. Багаторазовий чемпіон Польщі в командних грах з академічними та професійними командами в жіночому і чоловічому баскетболі. Має 10-річний досвід проведення занять з дітьми та підлітками у спортивних зборах, літніх таборах і напівколоніях зі спортивним характером. Проводив тренінги для вихователів дошкільних закладів у рамках проекту, який реалізовувала Підкарпатська шкільна спортивна асоціація.



Каміл Суліба

Магістр економіки, випускник Жешувського університету, пов'язаний з фінансовою індустрією. Багаторічний гравець баскетбольних команд центрального рівня. Колишній гравець і капітан AZS PWSTE Ярослав. Асистент тренера з рухової підготовки AZS PWSTE Ярослав. Сертифікований персональний тренер. Багаторазовий призер академічних чемпіонатів Польщі з баскетболу. Віце-чемпіон польських академічних чемпіонатів. Чемпіон GP Польщі зі стрітболу 3х3. Захоплюється особистісним розвитком, розвитком емоційного інтелекту серед дітей, підлітків та дорослих.

Пауліна Копач-Гаєвська

Магістр – психолог, вивчала психологію у Варшавському університеті, аспірантуру з клінічної сексології та тренінги з профілактики і терапії поведінкових залежностей закінчила у Варшавському університеті від організації Praesternio. Професійний досвід – це кілька років роботи в Карітасі в Перемишлі.







Юстина Ленік

Доктор наук з фізичного виховання, випускник факультету фізичного виховання Жешувського університету, має понад 18 років досвіду роботи зі студентами, автор публікацій з теорії та методики спорту. Учасник міжнародних конференцій на тему спорту та освіти, у своїй освітній діяльності впроваджує сучасну систему роботи з використанням методів сучасної психо-педагогіки та позитивного виховання.



Ізабела Яштал

випускниця Інституту Наук про Фізичну Культуру Університету Жешовського, 2017 – 2019 діяла при місцевому Товаристві Гміна Павла. Брала участь в спортивному волонтерстві на вуличному бігу як організації, співорганізатор фестивалі кольорів, ночі ігор, організатор волейбольних турнірів для дітей та молоді. Грант: «Action Mania», що дає молоді можливість реалізувати власні ідеї для потреб місцевої громади. Від 2020 року бере участь в роботі з дітьми і молоддю на літніх і зимових спортивних таборах як вихователь, аніматор також інструктор зумбі.

Магда Борчик

випускниця Інституту Наук про Фізичну Культуру Університету Жешовського, має 5 років досвіду роботи з дітьми загальнорозвиткового напрямку, аніматор вільного часу, табірний вихователь, інструктор з катання на роликових ковзанах, інструктор рухової активізації дітей, ментальний тренер юніорів.



CERTYFIKA



rdzający aktywność, kreatywność i twórczy
acjach czasu wolnego prowadzonych przez
Fun podczas wydarzeń plenerowych oraz z
strefie drewnianych gier wielkoformatowy

Grzegorz Latocha

Marta Jabczyńska-Latocha

animatorzy • wychowawcy • trenerzy • instruktorzy



02



Ідея дії



Наша діяльність спрямована на розвиток високого рівня соціальних навичок за допомогою фізичної активності. Ми розвиваємо вміння і суспільні компетенції, які навчають самодисципліни, взаємодії, відповідальності особистої, групової і колективної.

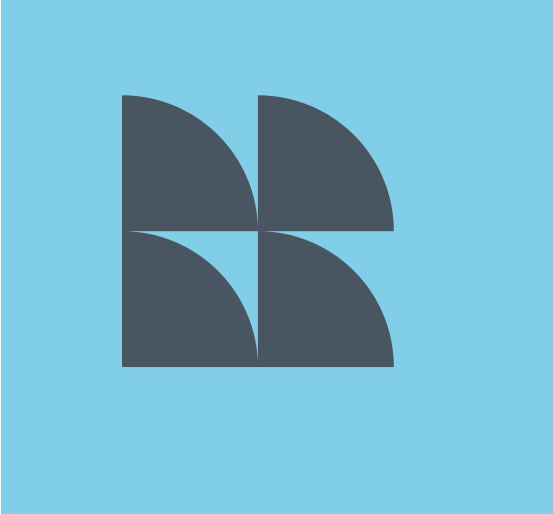
Ми віримо, що сильне прагнення до особистого розвитку є основою для вивчення соціальних навичок.

Нашим наміром є, щоб вказати, що: я "хочу" – значить більше ніж – я "мушу", що дозволить побудувати необхідні вміння до життя в суспільстві.

Paweł Lenik
Paweł Lenik
Prezes Fundacji

Kamil Suliba
Kamil Suliba
Vice-prezes Fundacji







Проектні припущення



03



4 Спортивно-
інтеграційні заходи

4 зустрічі
з психологом

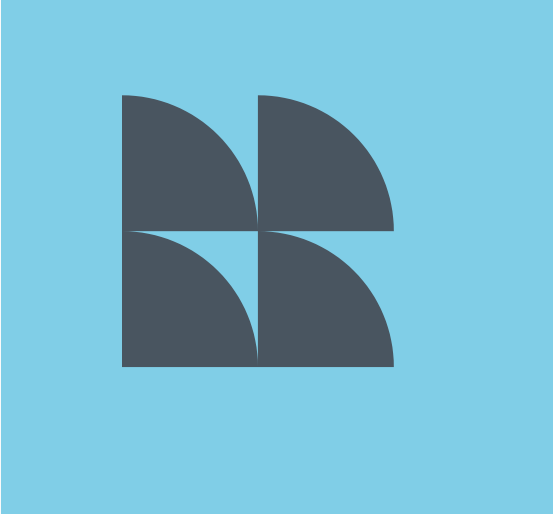
інтеграція
середовищ і націй

400 дітей в
шкільному віці

81 опікунів або батьків

Нові знайомства







04

Реалізація

4 Спортивно-
інтеграційні заходи

4 зустрічі
з психологом

450 з'їдених
гарячих страв

314 дітей з Польщі
105 дітей з України

81 батьків

419 вручених
золотих медалів





Рапорт з закінчення проекту DAR (Дні Активного Розвитку), який є інструментом, створеним з метою підкреслення результатів дій Фонду Розвитку Суспільних Навичок FRUMIS, реалізуючої проект також для того, щоб задокументувати результати для потреби їх розрахунку. Згідно з пропозицією Ради Європи у справі ключових компетенцій у процесі навчання крізь усе життя, комісія підкреслила, що освіта складає основу креативної і продуктивної діяльності людини. підкреслила також потребу інвестування в людей якомога раніше [1]. У зв'язку з цим, чим швидше будуть введені зміни тим швидше дитина впишеться в суспільний розвиток, який виникає між іншим з технологічного прогресу [2, 3, 4] чи суспільних змін, виникаючих з хвилею емігрантів. У цьому місці ми хочемо додати, що спорт вважається сектором, який дуже рано приймає нові рішення і який являє джерело нових задумів і інновацій з огляду на його здатність адаптації з точки зору технологічним як і суспільним. Виявляється також, що провідну роль в підтримці інновації в освіті можуть крім того відігравати особи, заангажовані в спорт, наприклад спортсмени, тренери [7].

У зв'язку з чим, спорт повинен складати основу для суспільного і освітнього розвитку майбутніх поколінь. Аналіз проведений нашим фондом, доводить, що реалії є трохи інші, оскільки дане ЦСУ, вказують, що близько 21,8 дітей у віці 5-9 років взагалі не бере участь у фізичній активності, а що 5 дитина поодинокі бере участь у фізичній активності [5]. Така ситуація відбивається негативно на функціонуванні дітей в суспільстві, оскільки несправні або мало справні діти спихаються на суспільний маргінес. Це підтверджують результати досліджень, які вказують, що аж 31,4 анкетуваних дітей з підкарпатського воєводства то слабкі фізично діти, а 41,1 дітей-несміливі [6].

В майбутньому цей факт найімовірніше перекладеться на обмеження у розвитку, таких навичок як інтеграція, співпраця чи комунікація. А як доводить у своїх публікаціях Matczak, коли людина НЕ володіє комплектом відповідних навичок і компетенції НЕ буде вміти володіти собою чи ситуацією, не досягає максимуму, щоб можна було це використати. У зв'язку з цим слід прагнути до змін, а спорт і його інтеграційні достоїнства являє досконале джерело, які уможливлують зміну цієї ситуації [10].

У цьому місці ми хочемо зазначити, що покоління Альфа (діти, народжені по 2010 р) є поколінням, вихованим з телефоном в руці, де замість іграшки є телефон з доступом YouTube чи Netflix, а ігри онлайн замінують рух і бажання спільних дій і забави. Діти перескакують між аплікаціями, ще швидше, ніж "MILENIALSI" скакали між каналами в ТБ



Ефект – покоління Альфа бомбардується зовнішніми стимуляторами, які впливають на те, що мозок отримує щораз нові стимули, а через те дитина не вміє зосередитися і не вміє взаємодіяти, веселитися в групі. Як показують дослідження, суспільна інтеграція через спорт є підставою до багатьох видів активності, в тому нав'язування нових знайомств незалежно від мови чи походження [8]. Оскільки коли дитина немає вміння нав'язування контактів (інтеграція), то не вміє співпрацювати, а то вже крок до зниження зацікавленості і відсторонення в дорослому житті [9]. У зв'язку з цим ми хочемо ввести дії, які мають керуватимуть дітей в сторону міжкультурної інтеграції, навчать дітей будувати навички комунікації і співпраці, все це за допомогою широко зрозумілої фізичної активності в тому числі забав. [9 Експерти описують забаву як „Кожну спонтанну або організовану активність, яка постачає розвагу і радість. Кожна хвилина проведена при забаві, важлива, але ще важливіше, щоб була нічим невимушена і дозволила дітям інтегруватися, бути вільними і самостійно приймати рішення і створювати нові рішення. Додатково забава має ключове значення в розвитку емоційних і суспільних компетенцій – а ті необхідні в подальшому дорослому житті; будує ангажування дітей в оточуюче їх середовище, взаємозв'язок членами суспільства, є ключовим чинником розвитку креативності, а також можливість перевірити поведінку та її границі[11].

Дозволяє розвивати внутрішній діалог дитини, що веселиться, який може звучати більш менш так: Чи піднятися на ту драбину? Чи я можу? Є зависока і то жахливе, але я хочу спробувати. Під час такої простої діяльності, діти блискавично вчать критичного мислення, рішучості та відваги. З нашого досвіду слідує, що спорт і забава є надзвичайно важливими елементами життя дітей, що сприяє до їх фізичного розвитку та суспільних навичок. Ці елементи є основними життєвими цінностями та навичками, такими як наполеглива праця, дисципліна, командна робота, справедливість і повага до інших. Відповіддю на ці потреби є проект, який має завданням звернути увагу і показати, що спорт і забава то не тільки рух, але чудове знаряддя до освіти за допомогою якого можна інтегрувати навчати, а при нагоді чудово веселитися. Можна також навчати компетенції і суспільних навичок, які складають основу до розвитку суспільства. Проект адресований дітям з міста Жешув віком 6-11 років з Польщі та України.





Фонд в дні 10.10.2022 – 17.10.2022 почала ряд підготовчих дій, якими були: забезпечення термінів в місцях організації занять, підписання угод про співробітництво з школами, які брали участь в проекті, заключення страхування, яке обіймало учасників проекту, підготовка рекламних матеріалів та комплектуючого персоналу, який залучений до проекту.

Як фонд ми провели інформаційно-рекламну кампанію, якої завданням було рекламування проекту, а також усвідомлення значення спорту під кутом інтеграційним і освітнім. До проекту ми створили відкритий набір з використанням медіа спільнот. Інформація про проект у вигляді листівок була доставлена до Адміністрації Міста Жешува і ДК, також шкіл на території міста Жешува. У цих самих пунктах в помітних місцях були вивішені плакати. В школах у жовтні під час зустрічей батьки отримали інформаційні листівки про проект, а також анкети з пунктом RODO. Всі рекламні матеріали були підготовлені на двох мовах (польській і українській). В наборі ми використали також побудовану раніше мережу контактів виникаючих з наших попередніх дій як: спільноти на FB, TEAMS. Набір тривав з 10.10.2022 по 03.11.2022. Дії проекту ми провели за допомогою чотирьох освітньо-спортивних заходів, для дітей початкових шкіл у віці 6–11 років в дні 20.10–04.11.2022, під час яких за допомогою фізичної активності ми інтегрувались, та пропагували ставлення до здоров'я, в т.ч. з метою закріплення знань з поведінкових заходів (залежність від Інтернету, телефону), ми навчали співпраці та комунікації груп (макс 20 дітей в групі) з використанням забав і рухової активності. Заходи зібрали 419 дітей плюс їх опікунів як спостерігачів (опікуни черпали знання через спостереження активності дітей і стали непрямыми одержувачами).

Місцем подій були початкові школи з міста Жешува (Школа початкова номер 23 в Жешуві, Школа початкова номер 16 в Жешуві, Школа початкова номер 2 в Жешуві, Комплекс Шкільно-садковий номер 6 в Жешуві). Заняття проводились після закінчення обов'язкового навчання в спортивних приміщеннях, які можуть змістити декілька груп дітей (близько 100 осіб). Проект складався з модулів, на яких ми реалізовували різний зміст. Простір заходу був поділений на дві частини, першу з них реалізовував самостійно фонд. Перша частина була поділена на декілька модулів. Групи дітей по черзі реалізовували програму в кожному модулі.

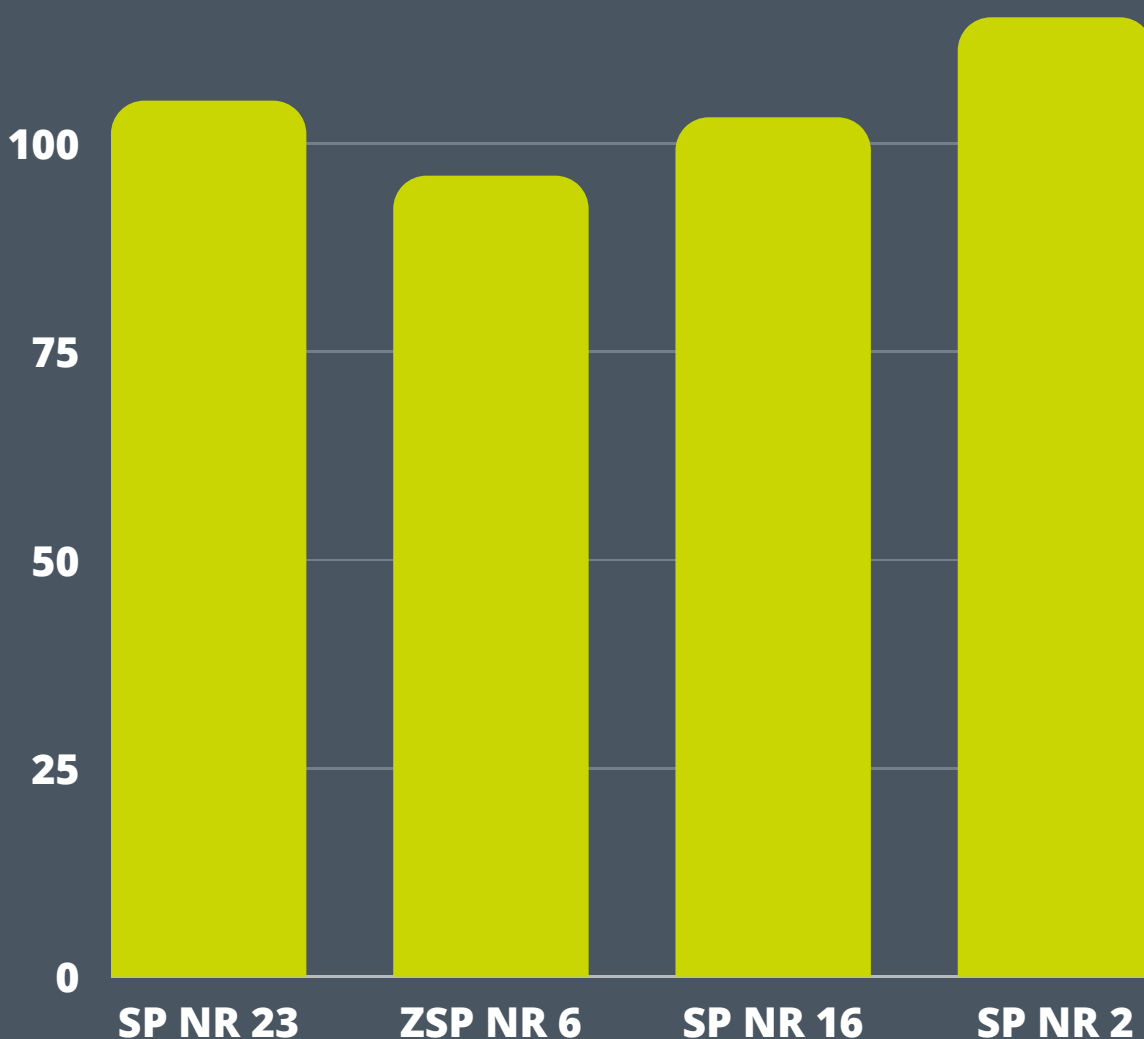




Програма була пристосована до величини групи і віку дітей. На заняття набиралися лише групи, які відвідують діти з України для міжкультурної інтеграції. Другу частину провів фонд з підтримкою фірми ZIQA і її зоною ігор. Партнер ZIQA володіє дуже багатим досвідом у проведенні занять для дітей. Друга частина також була поділена на модулі. Групи дітей по черзі реалізовували програму в кожному модулі.

Różnorodność gier i ich tematyka indywidualnie rozbudzają kreatywność i wspierają motorykę, zaś zespołowo tworzą przestrzeń i integrują jej uczestników, a przemyślana formuła strefy umożliwi korzystanie z niej również przez osoby z niepełnosprawnościami, czy też schorzeniami zdrowotnymi. Założenie promowało idee aktywnego spędzania czasu wolnego przeciwdziałając uzależnieniom behawioralnym. Różnorodność gier i ich tematyka dodatkowo stymulują twórczość i wspierają motorykę, a w grupie tworzą przestrzeń i integrują jej uczestników, a dobrze przemyślana forma strefy umożliwia korzystanie z niej również przez osoby z ograniczonymi możliwościami lub innymi chorobami

125





. Припущення пропагує ідею активного проведення вільного часу, протидії поведінковим залежностям. До проведення занять допускались лише особи, які мали досвід і могли надати інформацію про відсутність їхнього імені в списку Реєстрі осіб, які вчинили сексуальні злочини. Підготовлена програма занять була піддана аналізу психолога. Під час заходу кожен учасник був забезпечений їжею та напоями. Харчування було підібрано з урахуванням доступу до овочів і фруктів, а також відсутності штучно підсолоджених напоїв. Кожен з учасників був нагороджений наприкінці заходу золотою медаллю та грамотою, яку також підготували двома мовами

Наступним етапом проекту була серія чотирьох занять з опікунами дітей, які брали участь в проекті (зустрічі 25.11–7.12.2022) . Було то продовженням та розширенням програми заходів. Одна зустріч по кожному з заходів в школі, яка брала участь в першій частині. Разом в цих зустрічах взяло участь 81 батьків. Це було продовження у формі забав та ігор, метою яких було зміцнити стосунки між дитиною та дорослим, підвищити обізнаність про залежність від телефону і соціальні компетенції та навички, такі як інтеграція, спілкування, співпраця чи мотивація. Семінар проводив психолог, що володіє необхідними компетенціями і досвідом. Набір на заняття відбувався під час та після кожного заходу. Набір у формі заявки. Визначає пріоритетність заявки. Загалом у семінарах взяли участь близько 81 батьків учасників.

Після завершення навчально-спортивного проекту було підготовлено звіт з усього проекту двома мовами. Звіт є у відкритому доступі на нашому сайті у спеціально підготовленій рубриці. Звіт також був переданий у паперовому вигляді до Відділу Суспільної Політики Адміністрації Міста Жешува. Проект завдяки своїй унікальній конструкції володів рішеннями, які виникають з нашого більш раннього досвіду співробітництва з Містом Жешув (Угодою 110/2019/ZD). У Проект DAR ми також залучили волонтерів, які були вибрані з числа студентів Жешувського університету для підтримки освітньо-спортивної діяльності. З метою зміцнення співробітництва в процесі реалізації завдання фонд стисло співпрацював з Відділом Суспільної Політики Адміністрації Міста Жешува. Під час одного з заходів фонд був проконтрольований через представників UNICEF а також Адміністрації Міста Жешува. Перевірка пройшла без проблем і завершилася дуже позитивним відгуком інспекторами о діяльності нашого Фонду. Наприкінці проекту ми подали у відповідний підрозділ фінансовий звіт про завершений проект.





Висновки

- Розширити охоплення на інші міста
- Підготувати інформаційну кампанію
- Розширити віковий діапазон



05





BIBIOGRAFIA:

1. Zalecenie rady w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie. Tekst mający znaczenie dla EOG. Bruksela 2017.01.17
2. Strategia rozwoju kapitału ludzkiego; Ministerstwo Rozwoju, Pracy i Technologii, Załącznik do uchwały nr 184/2020 Rady Ministrów z dnia 14 grudnia 2020 r. Warszawa 2020. 66
3. Zintegrowana strategia umiejętności 2030 (część szczegółowa); Polityka na rzecz rozwijania umiejętności zgodnie z ideą uczenia się przez całe życie. Ministerstwo Edukacji Narodowej; Załącznik do uchwały nr 195/2020 Rady Ministrów z dnia 28 grudnia 2020 r. Warszawa 2020.
4. Założenia Strategii rozwoju województwa – Podkarpackie 2030. Czerwiec 2019 podstawowych, gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych na terenie województwa podkarpackiego. Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna, 17(1)
5. Krupa, S., Ozga, D. i Stokłosa, P. (2019). Ocena aktywności fizycznej dzieci i młodzieży w województwie Podkarpackim.
6. Rębisz, S., Sikora, I., & Smoleń-Rębisz, K. (2017). Świadomość i skala zjawiska cyberprzemocy wśród młodzieży gimnazjalnej województwa podkarpackiego. Edukacja-Technika-Informatyka, 8(3), 231-238
7. Dziennik Urzędowy C 212 Unii Europejskiej z dnia 4 czerwca 2021. Rocznik 64.
8. Waśkowski, Z. (2011). Integracyjna rola sportu we współczesnym świecie. Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, 689, 23-32.
9. Niedbalski, J. (2015). Sport jako narzędzie aktywizacji i społecznej integracji osób. Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje, (28 (1)/2015), 101-118.
10. Otrębski, W., & Rutkowska, K. (2006). Kompetencje społeczne instruktorów sportu. Studia z psychologii w KUL, 13, 81-98.
11. Międzynarodowa konwencja ONZ dotycząca praw dziecka; Deklaracja Praw Dziecka Uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w dniu 20 listopada 1959 roku; Deklaracja Praw Dziecka Przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Ligi Narodów w 1924 roku (zwana Deklaracją Genewską); Konwencja o Prawach Dziecka zmiany: 1999-09-02; Dz.U.2000.2.11 KONWENCJA O PRAWACH DZIECKA przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopada 1989.



„chcę” – znaczy więcej niż – „muszę”,

Fundacja Rozwoju
Umiejętności
Społecznych
FRUMIS