

Załącznik nr 1 do SIWZ**OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA**

Przedmiotem zamówienia jest usługa polegająca na zorganizowaniu i przeprowadzeniu kursu dla uczestników projektu systemowego realizowanego przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krasnymstawie pt. „Samodzielność drogą do aktywności życiowej”, współfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki - Działanie 7.1. Rozwój i upowszechnianie aktywnej integracji, Poddziałanie 7.1.2 Rozwój i upowszechnianie aktywnej integracji przez Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie.

Opis przedmiotu zamówienia:

Kurs instruktora rekreacji ruchowej o specjalności samoobrona dla 3 osób**Część ogólna dotycząca wymagań**

1. Miejsce prowadzenia kursu – **województwo lubelskie**
2. Wykonawca pokryje koszty dojazdów uczestników z miejsca zamieszkania do miejsca prowadzenia kursu i powrót z miejsca prowadzenia kursu do miejsca zamieszkania.
3. W przypadku przeprowadzenia kursu wraz z zakwaterowaniem Wykonawca pokryje koszty zakwaterowania.
4. W przypadku przeprowadzenia kursu wraz z zakwaterowaniem wykonawca zapewni transport uczestników z miejsca zakwaterowania do miejsca odbywania kursu i po zakończeniu drogę powrotną.
5. Wykonawca zapewni każdego dnia odbywania kursu poczęstunek napoje ciepłe kawę i herbatę, napoje zimne, ciastka kruche i owoce.
W przypadku realizacji kursu wraz z zakwaterowaniem wyżywienie w postaci pełnego dziennego wyżywienia (śniadanie, obiad – dwa dania, kolacja).
W przypadku realizacji kursu w formie dojazdowej bez zakwaterowania wyżywienie w postaci obiadu (dwa dania).
6. Wykonawca zobowiązuje się przedłożyć Zamawiającemu harmonogram i program kursu na trzy dni przed rozpoczęciem kursu, (gdzie 1 godzina szkolenia teoretycznego liczy 45 minut zajęć i 15 minut przerwy, 1 godz. szkolenia praktycznego liczy 60 min. bez przerwy).
7. Wykonawca zapewni warunki kursu zgodnie z obowiązującymi przepisami bezpieczeństwa i higieny pracy.
8. Do realizacji kursu Wykonawca zapewni uczestnikom odpowiednie materiały szkoleniowe (notes i długopis oraz, publikacje książkowe odpowiednie do tematyki kursu, które po zakończeniu kursu przejdą w ich posiadanie).
9. Do realizacji kursu Wykonawca zapewni uczestnikom odpowiednie wyposażenie techniczne adekwatne do rodzaju zajęć odpowiadające indywidualnym potrzebom szkoleniowym uczestnika. W przypadku zajęć praktycznych musi być zapewniony odpowiedni sprzęt i warunki do odbywania kursu.
10. Wykonawca obowiązany jest ubezpieczyć uczestników szkolenia od następstw nieszczęśliwych wypadków powstałych w związku z kursem, oraz w drodze do miejsca prowadzenia kursu i z powrotem, zgodnie z listą do ubezpieczenia przekazaną przez Zamawiającego.

11. Wykonawca zapewni do przeprowadzenia kursów wykwalifikowaną kadrę, posiadającą stosowne uprawnienia.
12. W przypadku potrzeby wykonania badań wymaganych do przeprowadzenia kursu Wykonawca zapewni uczestnikom badania i pokryje koszty ich wykonania (w tym lekarskie).
13. Wszystkie materiały piśmienne i dydaktyczne, zaświadczenia oraz sala w której będą odbywały się warsztaty powinny być oznaczone logotypem UE, EFS, PO KL, zgodnie z obowiązującymi „Wytycznymi dotyczącymi oznaczenia projektów w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki” oraz informacji „Projekt „Samodzielność droga do aktywności życiowej” współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego”, dostępnymi na stronie internetowej www.wup.lublin.pl.
14. Wykonawca zobowiązany jest do sprawowania nadzoru nad frekwencją uczestników kursu, w szczególności Wykonawca zobowiązuje się do przekazania Zamawiającemu telefonicznie informacji o nie stawieniu się na szkoleniu osób skierowanych przez Zamawiającego niezwłocznie po rozpoczęciu kursu zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 11.01.2012r. w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych (Dz. U. 2012 poz. 186 z późn. zm.).
15. Wykonawca wystawi uczestnikom kursu zaświadczenie lub inny dokument potwierdzający ukończenie kursu.
16. Wykonawca zobowiązany jest do prowadzenia następującej dokumentacji:
 - imienne listy obecności,
 - listy potwierdzającej odbiór materiałów szkoleniowych i wyposażenia,
 - listy potwierdzającej korzystanie z posiłków,
 - kopie wydanych zaświadczeń potwierdzających uczestnictwo w kursach,
 - dokumentację fotograficzną (min. 20 zdjęć) zapisaną na nośniku CD,
 - w ostatnim dniu kursu wykonawca zobowiązany jest do przeprowadzenia wśród uczestników ankiety oceniającej kurs.
17. Przekazania zamawiającemu kserokopii potwierdzającej za zgodność z oryginałem dokumentacji kursu w terminie 5 dni roboczych od dnia zakończenia kursu.
18. W przypadku, gdy realizacja kursu wymaga zezwoleń i certyfikatów oraz program szkolenia regulowany jest rozporządzeniami, a ponadto kursy zakończą się wydaniem dokumentów świadczących o uczestnictwie w kursach będących przedmiotem zamówienia (zaświadczeń, świadectw, certyfikatów itp.). Zamawiający wymaga, aby kurs przeprowadzony był zgodnie z obowiązującymi przepisami.
19. Liczba uczestników kursu może ulec zmniejszeniu o jedną osobę.
20. W przypadku, gdy liczba osób, które faktycznie brały udział w kursie jest niższa od osób wskazanych przez Zamawiającego, Wykonawca wystawia fakturę wynikającą z iloczynu kosztu brutto za jednego uczestnika oraz ilości uczestników.
21. W przypadku, gdy realizacja kursu wymaga zezwoleń i certyfikatów oraz program szkolenia regulowany jest rozporządzeniami, a ponadto kursy zakończą się wydaniem dokumentów świadczących o uczestnictwie w kursach będących przedmiotem zamówienia (zaświadczeń, świadectw, certyfikatów itp.). Zamawiający wymaga, aby kurs przeprowadzony był zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Kurs instruktora rekreacji ruchowej o specjalności samoobrona dla 3 osób

Kurs skierowany jest do uczestników projektu systemowego „Samodzielność drogą do aktywności życiowej” zagrożonych wykluczeniem społecznym, będących w wieku aktywności zawodowej **(18-64 lat)**, korzystających ze świadczeń pomocy społecznej w rozumieniu przepisów o pomocy społecznej, mieszkających na terenie powiatu krasnostawskiego.

Uczestnikami kursu będą 3 osoby:

- 1 osoba pełnoletnia posiadająca wykształcenie zawodowe (uczęszczająca do ostatniej klasy szkoły średniej).
- 2 osoby pełnoletnie posiadające wykształcenie średnie.

Wymagane zagadnienia w programie kursu:

Część ogólna:

1. Teoria i metodyka rekreacji.
2. Anatomiczno-fizjologiczne podstawy ćwiczeń fizycznych w rekreacji i sporcie powszechnym.
3. Humanistyczne podstawy rekreacji ruchowej i sportu powszechnego (pedagogika, psychologia, socjologia).
4. Organizacja i marketing imprez sportowych i rekreacyjnych.
5. Pierwsza pomoc przedmedyczna.

Część specjalistyczna

1. Wykorzystanie nowoczesnych form gimnastyki do przeprowadzenia rozgrzewki w zajęciach z samoobrony.
2. Techniki dotyczące samoobrony.
3. Podział technik na ręczne, nożne, dźwignie, bloki, rzuty.
4. Wstępne omówienie różnych sportów walki.
5. Wykorzystanie broni w samoobronie.
6. Omówienie punktów witalnych na ciele człowieka.
7. Przećwiczenie ciosów z wykorzystaniem punktów witalnych na całym ciele.
8. Aspekt psychologiczny podejścia instruktora do ucznia.
9. Ostrzeżenia na temat elementów niebezpiecznych w samoobronie.
10. Trening w wykonaniu kursanta.
11. Gry i zabawy ruchowe wykorzystywane na treningu samoobrony.
12. Przekazanie wiadomości i umiejętności metodycznych, technicznych i taktycznych pomocnych w realizacji procesu nauczania.
13. Omówienie kwestii zróżnicowania pod względem umiejętności, sprawności, wieku, płci.
14. Kwestie prawne dotyczące samoobrony.
15. Oswajanie strachu, przezwyciężanie stresu, trening mentalny.
16. Bezpieczne rozciąganie.
17. Strategia unikania sytuacji niebezpiecznych, czyli „walka bez walki”.
18. Ćwiczenia w zadawaniu ciosów z każdej pozycji.
19. Trening szybkości i siły uderzeń (siła eksplozywna).
20. Zastosowanie przedmiotów codziennego użytku w samoobronie.
21. Pałka drewniana/teleskopowa, kubotan, koga.
22. Samoobrona jako sztuka ratowania własnego życia.
23. Podsumowanie.
24. Egzamin końcowy.

Każdy uczestnik kursu, który pozytywnie zda egzamin końcowy otrzyma legitymację instruktora rekreacji ruchowej ze specjalizacją samoobrona.

Liczba godzin kursu: nie mniej niż 90 godzin /ogółem zajęcia teoretyczne i praktyczne/. Celem kursu jest zdobycie kwalifikacji instruktora rekreacji ruchowej o specjalności samoobrona. W trakcie odbywania ćwiczeń praktycznych uczestnik kursu, jak również prowadzący je instruktorzy, powinni być wyposażeni w środki ochrony indywidualnej oraz odzież i obuwie stosownie do standardów obowiązujących w tym zakresie.

Wykonawca zapewni kadrę tj. **minimum 1 osobę**, która przeprowadzi kurs instruktora rekreacji ruchowej o specjalności samoobrona posiadającą doświadczenie w przeprowadzeniu co najmniej 2 kursów/szkoleń tożsamyh lub odpowiadających przedmiotowi zamówienia (posiadająca wymagane uprawnienia, jeżeli ustawy nakładają obowiązek posiadania takich uprawnień).

Kurs może się odbywać codziennie od poniedziałku do piątku (oraz soboty i niedziele za zgodą uczestników).

Termin realizacji zamówienia w okresie: **od podpisania umowy do 27 listopada 2014r.**

Miejsce prowadzenia kursu: województwo lubelskie.

W przypadku realizacji kursu na terenie powiatu krasnostawskiego Zamawiający dopuszcza formę z dojazdami uczestników z miejsca zamieszkania do miejsca realizacji. W przypadku realizacji kursu poza terenem powiatu krasnostawskiego Zamawiający zastrzega przeprowadzenie kursu z zakwaterowaniem i pełnym wyżywieniem uczestników.

W koszt kursu winny być wliczone koszty dojazdu uczestnika z miejsca zamieszkania (tj. **gmina Siennica Różana 1 osoba, miasto Krasnystaw 2 osoby**) do miejsca prowadzenia kursu i powrót z miejsca prowadzenia kursu do miejsca zamieszkania. W przypadku przeprowadzenia kursu wraz z zakwaterowaniem Wykonawca zapewni zakwaterowanie w pokojach nie więcej niż 3 osobowych z łazienką, wliczy koszty tego zakwaterowania i całodziennego wyżywienia (śniadanie, obiad, kolacja) wraz z dojazdami z miejsca zakwaterowania do miejsca prowadzenia kursu i drogę powrotną.

Wykonawca zobowiązany jest do przeprowadzenia egzaminu końcowego wewnętrznego oceniającego nabyte umiejętności w trakcie kursu.

Wykonawca zobowiązany jest wyposażyć uczestnika kursu w odzież i obuwie (buty sportowe, dres sportowy składający się z bluzy i spodni, bluzka krótki rękaw typu t-shirt 3 sztuki, kurtka wierzchnia sportowa niezbędne w trakcie odbywania zajęć praktycznych) oraz podręcznik uwzględniający tematykę zawartą w programie kursu, notes A 4 (min. 100 kartek) w kratkę oraz długopis metalowy, które po zakończonym kursie przejdą na własność uczestników. **Wartość w/w wyposażenia nie mniejsza niż 600,00zł (Zamawiającemu przysługuje prawo do wezwania Wykonawcy celem przedstawienia dokumentu potwierdzającego wartość jednostkową wyposażenia przekazanego uczestnikom w ramach realizowanego kursu).**