

SPORTO
RĖMIMO
FONDAS



Įkvėpti judėti

2022 m. kvietimo bendrieji prioritetai ir specialieji kriterijai

2021-12-02

Dovydas Buslavičius
Projektų koordinatorius

DOKUMENTAI

- PSO fizinio aktyvumo veiksmų planas 2018-2030 m.
- 2021–2030 metų nacionalinis pažangos planas
- 2021–2030 m. sporto plėtros programa (projektas)



Bendrieji prioritetai

1. Siekiant fizinio aktyvumo veiklas priartinti prie žmogaus kasdieninio gyvenimo, fiziniam aktyvumui didinti panaudojamos arti žmogaus esančios atviros erdvės (parkai, aikštės, dviračių takai ir pan.).
2. Ugdomas fizinis raštingumas (plėtojamos žinios ir įgūdžiai): nurodoma, kokios žinios ir įgūdžiai bus įgyti ir kokiais principais / metodais vadovaujantis bus įgyvendinama veikla.
3. Asmenys skatinami reguliariai (ne mažiau kaip 2 kartus per savaitę, kai bendra užsiėmimų trukmė yra ne mažesnė kaip 150 minučių per savaitę) dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose, apimančiose ne trumpesnę nei 3 mėnesių laikotarpį.
4. Didinamas fizinio aktyvumo veiklų prieinamumas mažiau galimybių turintiems asmenims (ne mažiau kaip 25 proc. tokių dalyvių). Aprašoma, kurie dalyviai ir kodėl priskiriami mažiau galimybių turinčiųjų grupei bei kokiais būdais jiems bus užtikrinamas fizinio aktyvumo prieinamumas.

1. Siekiant fizinio aktyvumo veiklas priartinti prie žmogaus kasdieninio gyvenimo, fiziniam aktyvumui didinti panaudojamos arti žmogaus esančios atviros erdvės

- fiziniam aktyvumui išnaudojamos viešosios (ir prieinamos nemokamai) erdvės: pvz.: parkai, aikštės, skverai, alėjos, rekreacinės zonos ir kt.;
- gyvenamosios vietovės susisiekimo infrastruktūra kryptingai panaudojama keliauti pėsčiomis, bemotorėmis priemonėmis (pvz., dviračiais, paspirtukais, neįgaliojo vežimėliais ir kt.).

2. Ugdomas fizinis raštingumas (plėtojamos žinios ir įgūdžiai): nurodoma, kokios žinios ir įgūdžiai bus įgyti ir kokiais principais / metodais vadovaujantis bus įgyvendinama veikla.

- projekto dalyviai teoriškai ir praktiškai supažindinami su įvairiomis fizinio aktyvumo veiklomis, jų įtaka žmogaus fizinei ir psichinei sveikatai ir gerai savijautai, per asmeninę patirtį padedama atrasti konkrečiam asmeniui pagal jo / jos galimybes ir poreikius tinkamiausią fizinio aktyvumo formą; skiriamas ypatingas dėmesys pratimų atlikimo taisyklingumui; kartu su projekto dalyviais planuojamas ir stebimas sveikatos rodiklių pokytis, taip ugdant jų suvokimą apie asmeninius fizinio aktyvumo poreikius bei poveikį ir kt.;

- tobulinama fizinio aktyvumo specialistų kvalifikacija, reikalinga darbui su įvairiomis tikslinėmis grupėmis ir / arba naujomis metodikomis, technologijomis;

- vykdant informacijos sklaidą visuomenė ar konkrečios jos grupės motyvuojamos būti fiziškai aktyvios, atskleidžiama reguliaraus fizinio aktyvumo nauda fizinei bei psichinei sveikatai, asmeninei, šeimos ir bendruomenės gerovei; informuojama apie gerąsias praktikas ir kt.

3. Asmenys skatinami reguliariai (ne mažiau kaip 2 kartus per savaitę, kai bendra užsiėmimų trukmė yra ne mažesnė kaip 150 minučių per savaitę) dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose, apimančiose ne trumpesnę nei 3 mėnesių laikotarpį.

- PSO: Visos fizinio aktyvumo formos gali būti naudingos sveikatai, jei juo užsiimama **reguliariai**, pakankama jo **trukmė** ir **intensyvumas**.
- **Įpročio** ugdymas (projektas yra laikinas)
- Projekto veiklos pobūdis, fizinės veiklos intensyvumas - pagal konkrečios **tikslinės grupės** poreikius ir galimybes
 - [Global recommendations on physical activity for health](#), PSO
 - [Bendrosios fizinio aktyvumo rekomendacijos 3 amžiaus grupėms](#), Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras, 2018

4. Didinamas fizinio aktyvumo veiklų prieinamumas mažiau galimybių turintiems asmenims (ne mažiau kaip 25 proc. tokių dalyvių). Aprašoma, kurie dalyviai ir kodėl priskiriami mažiau galimybių turinčiųjų grupei bei kokiais būdais jiems bus užtikrinamas fizinio aktyvumo prieinamumas.

Mažiau galimybių turintis asmuo - asmuo, kuris turi mažiau galimybių nei kiti asmenys, nes gyvena nepalankiomis sąlygomis ar patiria tam tikrų sunkumų, tokių kaip socialiniai, ekonominiai, išsilavinimo, kultūriniai, geografiniai sunkumai, negalia, sveikatos problemos.

- fizinio aktyvumo veiklos vykdomos uždaroje ar atviroje erdvėje, kurios užtikrina veiklų pasiekiamumą (pvz., pasiekiamos asmenims neįgaliųjų vežimėliuose);
- dalyviams siūlomos veiklos yra nemokamos, taip užtikrinant finansinį prieinamumą;
- siekiant motyvuoti, pritraukti mažiau galimybių turinčius dalyvius, naudojami tikslinei grupei prieinami informavimo būdai ir šaltiniai;
- projekto veiklos pritaikomos prie dalyvių poreikių ir galimybių, užtikrinamas dalyvių saugumas;
- formuojamas pozityvus asmens požiūris į savo galimybes, su projekto dalyviu aptariami ir įvertinami pasiekti rezultatai.

Specialieji kriterijai

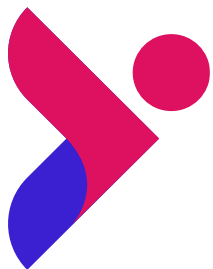
Maksimali balų suma: 15

Minimalus pereinamas balas: 8

1. Fizinis aktyvumas praturtinamas informacinių technologijų naudojimu: esami IT įrankiai naudojami fizinio aktyvumo veikloms vykdyti ir / arba organizuojamos nuotolinės treniruotės – 0, 2 ar 4 balai;
2. Fizinio aktyvumo veiklose kartu, **t. y. tuo pačiu metu ir toje pačioje veikloje, dalyvauja skirtingų amžiaus grupių** (kaip nurodyta paraiškos punkte „Sporto projekto tikslinės grupės unikalūs dalyviai“) atstovai arba šeimos – 0, 2 ar 4 balai;
3. Dirbantiems sėdimą darbą žmonėms organizuojamos fizinio aktyvumo veiklos darbo vietoje ir / arba fizinio aktyvumo veiklomis mažinama sėdėjimo trukmė – 0, 2 ar 4 balai;
4. **Ne mažiau kaip 50 proc.** sporto projekto dalyvių yra **vyresni kaip 65 m.** asmenys, kuriems **ne rečiau kaip 3 kartus** per savaitę organizuojamas aerobinio pajėgumo, jėgos, judesių koordinacijos ir / ar pusiausvyros lavinimas – 0, 2 ar 4 balai;
5. Į sporto projekto veiklas neatlygintinai kaip lektoriai, švietėjai, fizinio aktyvumo veiklų vedėjai įtraukiami sporto lyderiai (pvz., visuomenėje žinomi fiziškai aktyvūs asmenys, žurnalistai, esami ir buvę aukšto meistriškumo sportininkai ir kt.); paraiškoje pagrindžiamas jų pasirinkimas ir vaidmuo – 0, 2 ar 4 balai;

6. **Ne mažiau kaip 50 procentų** sporto projekto dalyvių yra **jaunesni nei 18 metų**, kuriems fizinis aktyvumas organizuojamas **atsižvelgiant į vaikų fizinę ir emocinę brandą**, kuriant saugią emocinę aplinką, – 0, 2 ar 4 balai;
7. Projekto veiklos įgyvendinamos laikantis konkrečių aplinką tausojančių sprendimų (**Atmintinė tvaraus projekto organizavimui**) – 0, 2 ar 4 balai;
8. Ne mažiau nei 50 procentų sporto projekto dalyvių yra mergaitės, merginos ar moterys – 0 arba 4 balai;
9. Visos sporto projekto veiklos yra nemokamos dalyviams – 0 arba 4 balai;
10. Į sporto projektą įtraukiami savanoriai:
 - a. prisideda prie sporto projekto veiklų organizavimo (0 ar 1 balas) arba
 - b. senjorai prisideda prie sporto projekto veiklų organizavimo (0 ar 2 balai), arba
 - c. vykdo fizinio aktyvumo veiklas (0 ar 4 balai).

SPORTO
RĖMIMO
FONDAS



Įkvėpti judėti

Ačiū už dėmesį ir sėkmės teikiant paraiškas!

+370 6 587 8304;
+370 6 587 8352;
+370 6 5878 496

srf@smpf.lt