

**REGULAMIN KONKURSU DLA
UCZNIÓW
POD PATRONATEM PREZYDENTA
BYDGOSZCZY
W RAMACH PROJEKTU**

„ATW - Aktywność TWOIM Wyzwaniem!”

ORGANIZATOR

Organizatorem konkursu jest Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA”, Wydział Edukacji i Sportu Urzędu Miasta Bydgoszczy, Miejski Ośrodek Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy oraz Miejskie Centrum Kultury w Bydgoszczy.

CELE KONKURSU

Celem jest:

- budowa więzi i relacji rówieśniczych;
- wzbudzanie aktywności fizycznej i emocjonalnej dzieci i młodzieży;
- dbanie o zdrowie i kondycję psychiczną;
- kształtowanie kreatywnego myślenia;
- zwiększanie umiejętności konstruktywnego korzystania z nowych technologii jako przeciwdziałanie uzależnieniom sieciowym.

PRZEDMIOT KONKURSU

Przedmiotem konkursu jest realizacja zadań w jednej lub kilku formach aktywności:

SPORTOWEJ:

- 1. Pracownia taneczna.** Uczestnik podejmuje wyzwanie uczestnictwa raz w miesiącu (czyli w marcu, kwietniu, maju – łącznie 3 razy) w zajęciach taneczno-ruchowych, które odbywają się w każdy piątek od godz. 16:30 do 18:00 w Bydgoskim Ośrodku Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA”. Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany miejsca z uwagi na ilość uczestników.
Każdy chętny do wzięcia udziału w zajęciach zobowiązany jest do zgłoszenia telefonicznego minimum dwa dni przed wybranym terminem zajęć. (prowadząca Agnieszka Matusiak tel. kontaktowy 530-070-109). Prowadząca potwierdza uczestnictwo w zajęciach podpisem w Dzienniku Aktywności.
Jeśli obostrzenia epidemiczne nie pozwolą na spotkanie się stacjonarne, uczestnik bierze udział w zajęciach w trybie on-line.
- 2. Ćwiczenia zaproponowane przez instruktora.** Uczestnik podejmuje wyzwanie wykonywania ćwiczeń raz w tygodniu przez 3 miesiące. Ćwiczenia te będą określone przez instruktora i udostępnione Uczestnikowi na podany w zgłoszeniu adres e-mail.
Instruktor zobowiązuje się do udostępnienia w formie filmów video planów ćwiczeń , na każdy tydzień inny plan ćwiczeniowy.
Uczestnik dokumentuje realizację zadania nagrywając video potwierdzające wykonanie zadania.
- 3. Spacer.** Uczestnik podejmuje wyzwanie regularnych spacerów raz w tygodniu w czasie trwania Projektu. Spacer może odbywać się w towarzystwie rodzica/opiekuna/kolegów/koleżanek. Uczestnik zaczyna spacery od 3 km w marcu i zwiększa dystans do 10 km w maju.
Każdy spacer dokumentuje na jednej z wybranych przez siebie aplikacji dostępnych w telefonie, dowodem odbycia spaceru jest zrzut ekranu w formacie JPG z aplikacji. Przykładowe aplikacje: Strava, MapMyRun, Garmin Connect, Runkepeer, aplikacje kompatybilne ze smartwatchami i opaskami fitness
- 4. Inwencja własna.** Uczestnik samodzielnie wymyśla aktywność fizyczną na czas jednej godziny i starannie ją opisuje. Uwzględnia rozgrzewkę, nazwy i opis ćwiczeń, ilość powtórzeń itp. Opis może być ręczny albo w pliku Word, ilość znaków dowolna.

MEDIALNEJ

1. **Wywiad.** Uczestnik przeprowadzi wywiad z ciekawym bohaterem. To może być każdy człowiek, który ma coś ciekawego do powiedzenia albo jest autorytetem dla uczestnika. Temat rozmowy musi wiązać się z dowolną aktywnością (sportową, życiową, intelektualną itp.) Wywiad SPISANY RĘCZNIE, w sposób czytelny, na kartce formatu A4.
2. **Praca na źródłach.** Na podstawie źródeł znalezionych w Bibliotece Miejskiej (czytelnia prasy regionalnej) lub w Internecie Uczestnik napisze esej/reportaż/portret o lokalnym sportowcu MEDALIŚCIE OLIMPIJSKIM, który może być autorytetem, wzorem do naśladowania itp. Tekst nie może przekroczyć 3 tys. znaków ze spacjami. Pod tekstem Uczestnik wypisze źródła, na których się opierał. Podczas oceny prac premiowana będzie różnorodność źródeł (ilość artykułów, wzmianek itp.)
3. **Kurs medialny.** Uczestnik obejrzy i wysłucha pięciu materiałów szkoleniowych z dziedziny mediów i komunikacji przygotowanych i przesłanych w formie video w ramach Akademii Młodego Reportera na podany w zgłoszeniu adres e-mail. W każdym materiale przedstawione będzie zadanie/ćwiczenie do wykonania z dokładnym instruktażem, jak je wykonać i w jaki sposób dostarczyć do organizatora.
4. **Akademia Młodego Reportera.** Uczestnik weźmie udział w zajęciach stacjonarnych Akademii Młodego Reportera raz w miesiącu (czyli w marcu, kwietniu, maju – łącznie 3 razy), w siedzibie „BORPA”. Zajęcia odbywają się w każdy poniedziałek od godz. 16:00 do 17:45. Każdy chętny do wzięcia udziału w zajęciach zobowiązany jest do zgłoszenia telefonicznego minimum dwa dni przed wybranym terminem zajęć (prowadzący Marcin Kowalski tel. kontaktowy 507-094-236). Prowadzący potwierdza uczestnictwo w zajęciach podpisem w Dzienniku Aktywności.
5. **Przegląd prasy papierowej.** Przez jeden tydzień (w czasie trwania Projektu), od poniedziałku do piątku, Uczestnik będzie czytał papierową prasę regionalną (jeden dziennik). Następnie przygotuje krótki przegląd prasy, tzw. prasówkę z informacji, które wydały się ciekawe i intrygujące. Uczestnik przygotuje tzw. Prasówkę z całego tygodnia (ciekawie podany przegląd przeczytanych informacji) liczącą nie więcej niż 3 tys. znaków ze spacjami.

FILMOWEJ

- 1. Dokumentacja filmowa.** Uczestnik zrealizuje video nie dłuższe niż 3 minuty, dokumentujące wspólną aktywność rodzinną (każda aktywność rodzinna: gotowanie, pranie, sprzątanie, spacer, gry planszowe itp.)
Dopuszczone są formy plików video – MP4, MOV i inne. Film może być nakręcony dowolną techniką i sprzętem (np.: kamera, aparat fotograficzny, telefon komórkowy, tablet) i zmontowany z użyciem dowolnego programu montażowego.
- 2. Kurs filmowy.** Uczestnik obejrzy i wysłucha pięciu krótkich materiałów szkoleniowych, nie dłuższych niż 10 minutowych, z dziedziny filmowej, montażowej, produkcyjnej, przygotowanych i przesłanych w formie video w ramach Zajęć Filmowych na podany w zgłoszeniu adres e-mail. W każdym materiale przedstawione będzie zadanie/ćwiczenie do wykonania, z dokładnym instruktażem, jak je wykonać i w jaki sposób dostarczyć do organizatora.
- 3. Pracownia Filmowa „KADR”.** Uczestnik weźmie udział w zajęciach stacjonarnych Pracowni Filmowej „KADR” raz w miesiącu (czyli w marcu, kwietniu, maju – łącznie 3 razy), w siedzibie „BORPA”. Zajęcia odbywają się we wtorki godz. 17:00-19:00
Każdy chętny do wzięcia udziału w zajęciach zobowiązany jest do zgłoszenia telefonicznego minimum dwa dni przed wybranym terminem zajęć. (prowadzący Maciej Matowski - tel. kontaktowy 790-369-717).
Prowadzący potwierdza uczestnictwo w zajęciach podpisem w Dzienniku Aktywności.
- 4. Inwencja własna.** Uczestnik nagra serial pt: „Ja w świecie przyrody” w trzech odcinkach, każdy odcinek maksymalnie 2 min., realizowany kolejno pierwszy w marcu, drugi w kwietniu, trzeci w maju.

**Wszystkie wykonywane zadania Uczestnik
dokumentuje w miesięcznym
Dzienniku Aktywności
(przykład na kolejnym slajdzie).**

Każda osoba, która zdecyduje się na udział w konkursie otrzyma zestaw druków Dzienników Aktywności na kolejne miesiące .

PROJEKT PROFILAKTYCZNY - „ATW - Aktywność TWOIM Wyzwaniem!”

DZIENNIK AKTYWNOŚCI WYZWANIA SPORTOWE - MARZEC

Imię i nazwisko:

.....

Szkoła:

e-mail:

Zadanie	Data	Podpis uczestnika	Podpis prowadzącego
1. Pracownia taneczna BORPA (poproś o potwierdzenie prowadzącego zajęcia)			
1. Ćwiczenia (pamiętaj o przesłaniu filmików)			
1. Spacer (pamiętaj o przesłaniu zdjęcia zrzutu ekranu)			
1. Inwencja własna (pamiętaj o dołączeniu opisu zadania)			

Podpis koordynatora - opiekuna

.....

WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Konkurs jest adresowany do wszystkich uczniów bydgoskich szkół podstawowych i ponadpodstawowych.
2. Warunkiem przystąpienia jest **wyrażenie pisemnej zgody przez rodzica/opiekuna prawnego (zał. 1)** oraz **oświadczeń (zał. 2)**.
3. Zgłoszenia do Projektu dokonuje Koordynator - Opiekun przez zgłoszenie listy Uczestników , oświadczeń rodziców i wypełnionej karty zgłoszeniowej w terminie do **10 marca 2022 r.**
4. Dopuszczamy formy plików - ,mp4, mov i inne oraz wszystkie dostępne formaty plików tekstowych.
5. Każdy materiał zgłoszony w Konkursie powinien być podpisany wg wzoru: **Imię, Nazwisko, Szkoła.**
6. Wszystkie wykonywane zadania Uczestnik dokumentuje w miesięcznym **Dzienniku Aktywności (zał. 3, 4 lub 5)**.
7. Miesięczny Dziennik Aktywności, wraz z pracami pisemnymi Uczestnik dostarcza na koniec każdego miesiąca trwania Projektu (do 30 marca, do 30 kwietnia, do 25 maja) do Koordynatora - Opiekuna, a Koordynator – Opiekun - do Organizatora.
8. Materiał filmowy realizowany w ramach konkursów Uczestnik przesyła na adres e-mail borpa.konkurs@gmail.com na koniec każdego miesiąca trwania Projektu (do 30 marca, do 30 kwietnia, do 25 maja).

OCENA I ROZSTRZYGNIĘCIE KONKURSU

1. Laureaci Konkursu zostaną wyłonieni w drodze oceny Jury Konkursu, powołanego przez Organizatora.
2. Każda Praca zgłoszona do Konkursu będzie rozpatrywana indywidualnie.
3. W skład Jury Konkursu wejdą przedstawiciele Organizatora.
4. Członkowie Jury Konkursu przed przystąpieniem do oceny Prac wybiorą ze swego grona przewodniczącego.
5. Członkowie Jury Konkursu przy ocenie Prac wezmą pod uwagę następujące kryteria:

•dla AKTYWNOŚCI MEDIALNEJ:

- zgodność z regulaminem;
- lekkość pióra autora, różnorodność prac, ciekawość;
- aktywność w realizacji zadań

•dla AKTYWNOŚCI FILMOWEJ:

- zgodność z regulaminem;
- pomysły realizacyjne autora;
- aktywność w realizacji zadań

•dla AKTYWNOŚCI SPORTOWEJ:

- zgodność z regulaminem;
- inwencję i systematyczność;
- aktywność w realizacji zadań;

6. Jury Konkursu dokona oceny Prac oraz rozstrzygnięcia Konkursu nie później niż do dnia **10 czerwca 2022.**

7. Wstępnej oceny prac dokona Jury preselekcyjne.

8. Miejsce i termin wręczenia nagród oraz wyniki Konkursu zostaną ogłoszone na stronie <https://moen.edu.bydgoszcz.pl> lub <http://www.borpa.bydgoszcz.pl>

9. Jury Konkursu, biorąc pod uwagę kryteria Regulaminu, przyzna nagrody:

• **Wyzwania medialne:**

- i. Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 2 tys. zł.
- ii. Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 1,5 tys. zł.
- iii. Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 1 tys. zł.

• **Wyzwania sportowe:**

- Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 2 tys. zł.
- Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 1,5 tys. zł.
- Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 1 tys. zł.

• **Wyzwania filmowe:**

- Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 2 tys. zł.
- Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 1,5 tys. zł.
- Miejsce – nagroda rzeczowa o wartości do 1 tys. zł.

W każdej kategorii Organizator przyzna po **trzy wyróżnienia** o wartości do 500 zł każde.

10. Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystania w materiałach edukacyjnych, informacyjnych i promocyjnych wszystkich prac nadesłanych do Konkursu.

INFORMACJE DODATKOWE

1. Organizator zobowiązuje się do przesyłania materiałów konkursowych na adres e-mail podany przez Uczestnika w Karcie Zgłoszenia.
2. Pytania w sprawie konkursu proszę kierować na adres e-mail borpa.konkurs@gmail.com z dopiskiem w temacie wiadomości „Pytanie konkursowe”.
3. Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany miejsca realizacji zajęć z uwagi na ilość uczestników.
4. Organizator jest uprawniony do zmiany postanowień niniejszego Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie warunków uczestnictwa w Konkursie. Dotyczy to w szczególności zmian terminów poszczególnych czynności konkursowych oraz zmian specyfikacji nagrody.

„ATW - Aktywność TWOIM Wyzwaniem!”