



AKADEMIA  
INNOWACJI SPOŁECZNEJ

## Regulamin Akademii Innowacji Społecznej pt. Walking Futbol 2024/2025

### Słownik pojęć:

#### Akademia Innowacji Społecznej (AIS)

Cykl szkoleń, którego celem jest przygotowanie uczestników do przeprowadzania i wspierania procesu wdrażania innowacji społecznej pt. Walking Futbol. Po ukończeniu AIS absolwenci posiadają umiejętności potrzebne do wdrażania nowatorskiego narzędzia w miejscu pracy oraz przeprowadzanie szkoleń w tym zakresie.

#### Uczestnicy

Uczestnikiem AIS mogą być specjaliści zatrudnieni w jednostkach pomocy i integracji społecznej; jednostkach samorządu terytorialnego; kadra, wolontariusze, członkowie zarządu organizacji pozarządowych oraz eksperci przez doświadczenie z terenu województwa wielkopolskiego.

#### Organizator

Organizatorem AIS jest Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu, w ramach zadań Regionalnego Inkubatora Innowacji Społecznych, finansowanego ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego. AIS organizowana jest we współpracy z twórcami innowacji lub osobami zaangażowanymi w proces inkubacji.

#### Wykonawca

Walking Futbol Polska (WFP)

#### Metodyka

W ramach jednej edycji AIS odbywa się kilka cykli szkoleniowych. Przedmiotem cyklu jest innowacja pt. Walking Futbol – podręcznik dla trenerów i trenerek. Każdy cykl realizowany jest w oparciu o trzy moduły – teoretyczny, metodyki pracy warsztatowej, praktyczny. Celem modułu teoretycznego jest zdobycie pogłębionej wiedzy merytorycznej o innowacji. W trakcie modułu dotyczącego metodyki pracy warsztatowej uczestnicy kształtują podstawowe umiejętności trenerskie m.in. prowadzenie warsztatu, praca z grupą, tworzenie scenariuszy szkoleń. Moduł praktyczny daje możliwość przećwiczenia zdobytych w AIS umiejętności i wiedzy, poprzez przeprowadzenie warsztatu lub jego elementów, przez każdego z uczestników.

#### Informator o szkoleniu

Jest to ramowy program AIS, zawierający kryteria rekrutacyjne (Załącznik nr 1 do regulaminu).



WIELKOPOLSKI  
ZWIĄZEK  
PIŁKI NOŻNEJ



Regionalny Ośrodek  
Polityki Społecznej  
ROPS  
w Poznaniu



WIELKOPOLSKA



JEDNOSTKA ORGANIZACYJNA  
SAMORZĄDU  
WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

## § 1 Rekrutacja

1. Uczestnikiem AIS może być osoba pracująca na terenie województwa wielkopolskiego, spełniająca kryteria określone w informatorze o szkoleniu, stanowiący załącznik do regulaminu.
2. Zgłoszenie uczestnictwa AIS odbywa się za pośrednictwem platformy WebAnkieta.
3. Ogłoszenie o naborze wraz z linkiem do zapisów, zamieszczone zostanie na stronie [innovacje.rops.poznan.pl](http://innovacje.rops.poznan.pl) oraz na FB.
4. Kryteria naboru określone w ramowym programie, będą weryfikowane na etapie naboru.
5. W przypadku braku chętnych uczestników, organizator zastrzega sobie prawo do zmiany kryteriów naboru.
6. Każda osoba, nie spełniająca oczekiwanych kryteriów, która zgłosi chęć uczestnictwa w AIS, przechodzi rozmowę wstępną, po której otrzymuje informacje zwrotną drogą mailową lub telefonicznie o wyniku rekrutacji.
7. W przypadku dużego zainteresowania danym cyklem szkoleniowym i równorzędnych uprawnieniach osób ubiegających się o uczestnictwo, o zakwalifikowaniu się do zajęć w ramach AIS, decyduje kolejność zgłoszeń i/ lub faktyczne możliwości wykorzystania wiedzy zdobytej w akademii.
8. Złożenie formularza przez platformę WebAnkieta jest równoznaczne z akceptacją treści niniejszego Regulaminu.
9. Uczestnicy zostaną poinformowani o ewentualnych zmianach w regulaminie AIS drogą mailową.

## § 2 Zasady uczestnictwa

1. Uczestnik zobowiązany jest do uczestnictwa we wszystkich trzech modułach cyklu szkoleniowego.
2. Uczestnik, który opuści dzień szkoleniowy, zobowiązany jest do nadrobienia treści merytorycznych zjazdu, w formie i zakresie ustalonej z osobą prowadzącą zjazd/trenerem.
3. Po zakończeniu cyklu szkoleniowego każdy uczestnik otrzymuje dyplom wraz z informacją o zakresie merytorycznym i godzinowym zrealizowanym w ramach AIS.
4. Opuszczenie więcej niż jednego dnia szkoleniowego jest równoznaczne z nieukończeniem akademii.
5. W przypadku nieuzasadnionej i nieusprawiedliwionej nieobecności na więcej niż 1 dniu szkoleniowym organizator ma prawo wykluczyć z kolejnych edycji AIS, mimo spełnienia przez niego wszystkich kryteriów kwalifikacyjnych.



WIELKOPOLSKI  
ZWIĄZEK  
PIŁKI NOŻNEJ



Regionalny Ośrodek  
Polityki Społecznej  
ROPS  
w Poznaniu



WIELKOPOLSKA



JEDNOSTKA ORGANIZACYJNA  
SAMORZĄDU  
WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

**Załącznik nr 1**  
**INFORMATOR O SZKOLENIU**  
**Ramowy program szkoleń w ramach Akademii Innowacji Społecznej**  
**„Walking Futbol”**  
2024/2025

**I. INFORMACJE OGÓLNE:**

**Cel:**

Przygotowanie specjalistów do wdrożenia innowacji społecznej pt. „Walking futbol – podręcznik dla trenerów i trenerek”, w tym pracowników Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Domów Dziennego Pobytu, organizacji pozarządowych działających na rzecz osób starszych. Przygotowanie indywidualnych osób i zespołów do organizacji i prowadzenia zajęć piłki nożnej chodzonej.

**Grupa szkoleniowa:**

30 uczestników z terenu Wielkopolski. Podana powyżej liczba uczestników jest szacunkowa – istnieje możliwość, że uczestnicy w trakcie trwania cyklu zrezygnują z kolejnych zajęć. Maksymalna ilość uczestników, którzy ukończą cały cykl szkolenia może wynosić 100% osób wyłonionych na etapie rekrutacji. Rekrutacja prowadzona będzie przez ROPS w Poznaniu, przy ścisłej współpracy ze Stowarzyszeniem Walking Futbol Polska.

Kryteria rekrutacji grupy szkoleniowej:

- a. minimum dwuletnie doświadczenie działania w obszarze prowadzenia zajęć sportowych – np. animator sportu, trener/instruktor dowolnej dyscypliny, lub
- b. minimum dwuletnie doświadczenie w pracy z osobami starszymi i/ lub ograniczonym stopniu percepcji i mobilności – m.in. pracownicy Domów Dziennego Pobytu, Uniwersytetów Trzeciego Wieku, jednostek samorządowych i organizacji pozarządowych działających na rzecz osób starszych.

**Kadra szkoleniowa:** autorzy innowacji „Walking Futbol – podręcznik dla trenerów i trenerek”

Grażyna Busse – gerontolożka

Jarosław Paradowski – założyciel Stowarzyszenia Walking Futbol Polska

Ewa Szmitka – ekspertka w obszarze ekonomii społecznej, współtwórczyni innowacji społecznej „Walking Futbol – podręcznik dla trenerów i trenerek”

Katarzyna Stefańska-Chojnacka – fizjoterapeutka

**Miejsce zajęć stacjonarnych:** wybrane miejscowości w województwie wielkopolskim



WIELKOPOLSKI  
ZWIĄZEK  
PIŁKI NOŻNEJ



Regionalny Ośrodek  
Polityki Społecznej  
w Poznaniu



WIELKOPOLSKA



JEDNOSTKA ORGANIZACYJNA  
SAMORZĄDU  
WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

## II. Działania w ramach Akademii Innowacji Społecznych

Akademia zawierać będzie trzy moduły szkoleniowe:

- A. Teoretyczny
- B. Metodyka pracy warsztatowej
- C. Praktyczny

### A. Moduł teoretyczny stacjonarnie (zjazd I)

**13 i 14 marca br. Poznań, godziny: 10.00 do 16.00.**

a. OPIS DZIAŁANIA:

przeprowadzenie dwóch dni warsztatów szkoleniowych zawierających treści dotyczące:

- b. fizjologii starzenia się
- c. psychospołecznych aspektów starości
- d. metodyki zajęć z seniorami
- e. bezpieczeństwa i pierwszej pomocy
- f. podstawowych informacji o walking futbolu
- g. metodyki motywowania i angażowania
- h. integrujących działań walking futbolu

Przed rozpoczęciem zjazdu każdy z uczestników otrzyma materiały szkoleniowe w wersji online (wysłane na adres mailowy wskazany w zgłoszeniu). Dodatkowo na zjeździe otrzyma wydrukowany egzemplarz podręcznika. Moduł teoretyczny pogłębi treści zawarte w podręczniku oraz wdroży zagadnienia teoretyczne zawarte powyżej. Moduł będzie również zawierał części praktyczno-warsztatowe (m.in. trening walking futbol dla uczestników, grę w walking futbol).

b. EWALUACJA:

po szkoleniu uczestnicy rozwiążą test z części teoretycznej szkolenia.

### B. Metodyka Pracy Warsztatowej stacjonarnie (II zjazd)

**28 marca br. Poznań, godzina: 9.30 do 16.30.**

a. OPIS DZIAŁANIA:

Praca metodą warsztatową polegająca na kształtowaniu umiejętności samodzielnego przygotowania i przeprowadzenia zajęć treningowych walking futbolu dla grupy osób o zróżnicowanym poziomie sprawności psychoruchowej.

Treści szkoleniowe:

- b. diagnozowanie poziomu sprawności psychoruchowej potencjalnych uczestników zajęć poprzez zastosowanie narzędzi badawczych, m.in. testy sprawności funkcjonalnej: gibkości mięśni ud, gibkości mięśni klatki piersiowej i ramion, test wstawania z krzesła
- c. diagnozowanie potrzeb grupy docelowej
- d. przygotowanie konspektu treningowego opartego o potrzeby grupy docelowej
- e. adaptacja treści treningowych dla potrzeb różnych grup odbiorców.

Uczestnicy zostaną podzieleni na 4-osobowe mikrogrupy. Każda mikrogrupa opracuje:

- charakterystykę docelowych uczestników zajęć walking futbolu,
- konspekt 90-minutowych zajęć.

Po zakończeniu prac każda z grup zaprezentuje konspekt. Po każdej z prezentacji zostanie przeprowadzona wspólna dyskusja, podczas której zostaną zweryfikowane m.in.:

- zgodność konspektu z potrzebami grupy docelowej,
- możliwości czasowe i przestrzenne,
- środki treningowe przewidziane dla grupy docelowej.

Po przeprowadzonej dyskusji uczestnicy wybiorą najlepiej opracowany konspekt, według którego zostaną przeprowadzone zajęcia w grupie osób uczestniczących w szkoleniu.

b. **PLANOWANY EFEKT:**

wypracowanie metodologii tworzenia konspektów zajęć wraz z zestawem 5 konspektów treningowych z komentarzem gerontologa.

### **Konsultacje indywidualne online dla każdego uczestnika**

c. **OPIS DZIAŁANIA:**

Uczestnicy mogą umówić się na indywidualne konsultacje, aby rozwiązać wątpliwości lub omówić przygotowane materiały. Konsultacje są także okazją do poruszenia kwestii osobistych, które nie powinny być omawiane w grupie, co zapewnia większy komfort. Po zakończeniu II zjazdu uczestnicy otrzymają link do formularza zgłoszeniowego, który umożliwi rejestrację na konsultacje.

d. **EWALUACJA:**

każdy uczestnik przedstawi kadrze szkoleniowej przygotowany przez siebie konspekt zajęć.

e. **ILOŚĆ GODZIN SZKOLENIOWYCH:**

średnio 2h godziny dla każdego uczestnika – istnieje możliwość zmiany ilości godzin w zależności od potrzeb uczestników (łącznie 40h konsultacji).

f. **CZAS REALIZACJI:**

marzec 2025 – maj 2025 (podczas II zjazdu uczestnicy dostaną informację w jaki sposób zgłosić się na konsultację, uczestnik ma możliwość odbycia spotkania konsultacyjnego na każdym etapie szkolenia, w zależności od swoich potrzeb).

g. **GRUPA DOCELOWA:**

20 osób uczestniczących w szkoleniu.



WIELKOPOLSKI  
ZWIĄZEK  
PIŁKI NOŻNEJ



Regionalny Ośrodek  
Polityki Społecznej  
ROPS  
w Poznaniu



WIELKOPOLSKA



JEDNOSTKA ORGANIZACYJNA  
SAMORZĄDU  
WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

## **C. Moduł praktyczny (stacjonarnie) województwo wielkopolskie**

### a. OPIS DZIAŁANIA:

Uczestnicy podzieleni na grupy będą mieli za zadanie zorganizować i przeprowadzić zajęcia walking futbolu w swojej społeczności lokalnej, w swoim miejscu pracy lub działania. Ich zadaniem będzie zebranie uczestników (minimum 10 osób starszych lub o ograniczonej mobilności i/lub percepcji) oraz organizacja miejsca i sprzętu sportowego do przeprowadzenia zajęć. Miejsce i termin zajęć musi zostać wcześniej ustalony z kadrą szkoleniową, której zadaniem będzie wizytacja zajęć. 1 grupa – 1 zajęcia.

### b. EWALUACJA:

Kadra szkoleniowa sporządzi dla każdego uczestnika notkę z wizytacji, uwzględniającą m.in. postawę, adekwatność środków treningowych do potrzeb i możliwości odbiorców, motywowanie, umiejętność budowania pozytywnej atmosfery i zaufania.

### c. ILOŚĆ GODZIN SZKOLENIOWYCH:

4h

### d. CZAS REALIZACJI:

maj – czerwiec 2025

## **Podsumowanie ogólne Akademii – on-line**

### • OPIS DZIAŁANIA:

Prezentacja wniosków po zajęciach w grupach, podsumowanie całości.

### • ILOŚĆ GODZIN SZKOLENIOWYCH:

4h w godz. 09:30-13:30

### • CZAS REALIZACJI:

czerwiec 2025