



*Program rada i financijski plan
Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“ za 2020. godinu*



Zagreb, 7. studeni 2019. god.

SADRŽAJ

1. Uvod	3
2. Polazne osnove za 2020. godinu	4
2.1. Područje provedbe programa	4
2.2. Opis problema/potreba	4-5
2.3. Analiza protekle 2019. godine	5-7
2.4. Ciljevi i zadatci	7-8
2.5. Prognoza za 2020. godinu.	8
3. Organizacija i provedba programa	9
3.1. Planirane aktivnosti u 2020. godini	9
3.2. Detaljan opis planiranih aktivnosti	9
3.2.1. Redovni treninzi u 2020. godini	9
3.2.2. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2020	10
3.2.3. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2020	10
3.2.4. European Sitting Volleyball Clubs Championship 2020	10
3.2.5. Program "Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji ...	10
3.2.5.1. Treninzi sjedeće odbojke	11
3.2.5.2. Škola hodanja i trčanja za osobe s amputacijom	11
3.2.5.3. Međunarodni turniri u Vukovaru, Kninu i Splitu	11
3.2.5.4. Turnir „Leipzig Cup 2020“ Leipzig	12
3.2.6. Projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“	12-16
3.2.7. E-inkluzija hrvatskih branitelja i osoba s invaliditetom	16
3.2.8. Program „Sport i ... (25 dana izazov na Jarunu)“	17
3.2.9. Razvoj i prijava novih projekata na natječaje Grada Zagreba i EU	18
3.2.10. Obiteljsko druženje članova i Božićni domjenak	18
3.3. Osobe odgovorne za provedbu programa	18
3.4. Status igrača	19
3.5. Zdravstvena skrb članova – igrača	19
4. Evaluacija	19
5. Plan prihoda i rashoda za 2020. god.	20
5.1. Detaljni troškovnik programa po stavkama	21-23
5.2. Plan zaduživanja i otplata	24
5.3. Obrazloženje financijskog plana	24 -25
6. Zaključak	25
7. Podatci o Klubu	26

1. UVOD

Invalidski odbojkaški klub "Zagreb" je osnovan 1998. godine s ciljem promicanja, razvitka i omasovljenja sjedeće odbojke te uključivanja što većeg broja invalida iz Domovinskog rata i ostalih osoba s invaliditetom u sport.

Od osnutka kroz klub je prošlo stotinjak članova, danas broji 52 člana. Klub je član Zagrebačkog sportskog saveza osoba s invaliditetom i Hrvatskog saveza sjedeće odbojke. Članovi kluba svoje sportsko rekreativne potrebe ostvaruju kroz redovne treninge četiri puta tjedno i sportska natjecanja (gradska, državna i međunarodna). Realizaciju programa vrši Predsjedništvo kluba (predsjednik, dopredsjednik i tajnik kluba), zaposlenici u klubu (voditelj EU projekta, koordinator aktivnosti EU projekta) i honorarni voditelji sportskih aktivnosti EU projekta (trener i asistent trenera). U radu i pomaže i zaposlenik Zagrebačkog sportskog saveza osoba s invaliditetom (voditelj sjedeće odbojke).

Klub je proteklih godina bio nositelj razvoja sjedeće odbojke u Hrvatskoj, popularizirajući sjedeću odbojku osnovali smo ili potpomogli osnivanje 12 novih klubova. Donošenjem i stupanjem na snagu novog Zakona o sportu osnovali smo Hrvatski savez sjedeće odbojke i donijeli sve potrebne akte, kako bi sportske rezultate pratila i odgovarajuća pravna regulativa.

U protekom razdoblju klub je osvojio deset naslova prvaka Hrvatske te dvanaest naslova pobjednika Hrvatskog kupa, uz to su ostvareni i sjajni rezultati u Europi. Klub je četiri puta bio sudionik Final Four-a Euro lige, a 2010. godine je osvojio treće mjesto. Osim toga klub je osvajač mnogih europskih turnira. Za izniman doprinos razvoju sporta osoba s invaliditetom više puta smo nagrađivani od strane ZŠSI-a i Sportskog saveza Grada Zagreba. Za Hrvatsku reprezentaciju redovito nastupa šest do sedam klupskih igrača. Klub svake godine, povodom Dana branitelja Grada Zagreba, organizira veliki međunarodni turnir "Zagreb Open", koji iz godine u godinu okuplja sve veći broj sudionika i na glasu je kao jedan od najboljih turnira u Europi.

Klub tijekom godine, osim redovitih treninga i natjecanja, provodi i više drugih programa i projekata. Jedan od najvažnijih projekata je "Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova". Projekt ima za cilj okupljanje i uključivanje što većeg broja mladih osoba s invaliditetom u sport s ciljem očuvanja njihovog psihofizičkog zdravlja i podizanje opće kvalitete življenja te razvoj i unapređenje sporta osoba s invaliditetom u Republici Hrvatskoj. Nositelj Projekta je Invalidski odbojkaški klub "Zagreb", a partner je DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“. Projekt će se tijekom tri godine provoditi na području Grada Zagreba, Zagrebačke, Sisačko-moslavačke i Karlovačke županije kroz organizaciju pokaznih treninga i utakmica sjedeće odbojke, sustavnih treninga, edukativnih radionica i predavanja.

Kako bi mogli, sukladno zakonu o sportu, provoditi i druge sportske programe, klub je 2014. godine osnovao Društvo sportske rekreacije „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“ s kojim dijeli zajednički prostor u ulici Kralja Držislava 6. Prostor se prostire na 280m², uređen je i opremljen spravama i rekvizitima za vježbanje te funkcionira kao specijalizirani sportski centar za osobe s invaliditetom i hrvatske branitelje.

2. POLAZNE OSNOVE ZA 2020. GODINU

2.1. Područje provedbe programa

Područje djelovanja Kluba je skrb o invalidima Domovinskog rata i ostalim osobama s invaliditetom posebno mladih kroz provođenje sportsko-rekreativnih i zdravstveno-rehabilitacijskih aktivnosti. Godišnji plan i program rada Kluba je osmišljen na temelju procjene potreba u ovom području, a u potpunosti je usklađen s Programom skrbi za hrvatske branitelje iz Domovinskog rata i članove njihovih obitelji za razdoblje od 2018. godine do 2020. godine i više od tri nacionalna i EU strateška dokumenta:

- 1) Konvencija o pravima osoba s invaliditetom
- 2) Hrvatska deklaracija o pravima osoba s invaliditetom
- 3) Zagrebačka strategija izjednačavanja mogućnosti za osobe s invaliditetom u razdoblju od 2016. do 2020.
- 4) Nacionalna strategija izjednačavanja mogućnosti za osobe s invaliditetom u razdoblju od 2017. do 2020. godine
- 5) Strategija Vijeća Europe za osobe s invaliditetom 2017. - 2023.
- 6) Europska socijalna povelja
- 7) Strategija borbe protiv siromaštva i socijalne isključenosti u Republici Hrvatskoj (2014.-2020.)
- 8) Smjernice za lokalni razvoj pod vodstvom zajednice namijenjene lokalnim sudionicima
- 9) Deklaracija o suradnji gradova i organizacija civilnoga društva u Republici Hrvatskoj
- 10) Provedbena uredba Komisije (EU) br. 215/2014 od 7. ožujka 2014. – područje intervencija: III. Socijalna, zdravstvena i obrazovna infrastruktura
- 11) Delegirana uredba Komisije (EU) br. 480/2014 od 3. ožujka 2014.
- 12) Delegirana uredba Komisije (EU) br. 240/2014 od 7. siječnja 2014.

Program rada i financijski plan usvojen je na Skupštini društva 7.11.2019. godine.

2.2. Opis problema / Potreba

Imajući u vidu postojanje velikog broja udruga koje se bave braniteljskom problematikom u smislu rješavanja statusnih pitanja, osnovali smo sportsku udrugu s naglaskom na sport kao prevenciju daljnjeg razvoja bolesti i resocijalizacije invalida Domovinskog rata i ostalih osoba s invaliditetom u smislu njihovog uključivanja u zdravu sredinu.

Kako određene sportske djelatnosti iz područja sportske rekreacije, sukladno Zakonu o sportu, nismo mogli provoditi osnovali smo Društvo sportske rekreacije kako bi iste mogli provoditi. Društvo osim osoba s invaliditetom, invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja okuplja i ostale građane. Procijenili smo da će tako resocijalizacija i reintegracija osoba s invaliditetom, invalida iz Domovinskog rata i hrvatskih branitelja u društvo biti još kvalitetnija.

Na temelju istraživanja koje je opisano u knjizi 'Uzroci smrti hrvatskih branitelja iz Domovinskog rata 15 godina poslije' dokazano je da je najveći uzrok smrtnosti hrvatskih branitelja karcinom i bolesti srca i krvnih žila koje možemo vrlo lako povezati sa dugotrajnim stresom kojim su izloženi hrvatski branitelji.

Istraživanja koja su provedena u posljednjih petnaestak godina ukazuju na pozitivan doprinos sporta i sportske rekreacije u poboljšanju zdravlja u bolesnika koji pate od simptoma izraženog stresa.

U Centru za hrvatske branitelje i njihove obitelji u Zagrebu provedeno je istraživanje pozitivnog stava spram sporta i bavljenja sportskom rekreacijom. Rezultati ovog istraživanja su pokazali da velika većina ispitanika 90,90% smatra da im je bavljenje sportom i sportskom aktivnošću potrebno u civilnom životu. Značajna razlika uočena je kod oblika pražnjenja negativne energije, gdje veterani oboljeli od PTSP pokazuju veću potrebu za pražnjenjem negativne energije. Isto tako smatraju da su sport i sportska rekreacija najprikladniji način za oslobađanje te energije. Ovi rezultati ukazuju na moguću preventivnu i kurativnu ulogu sportske rekreacije u terapiji psiholoških posljedica uzrokovanih ratnim stresom.

Ratni veterani nakon završetka Domovinskog rata su često osamljeni, nažalost u mnogim situacijama nemaju nikog bliskog. Tjelesna aktivnost ljudi koji se bave rekreacijom predstavlja veliki potencijal za zbližavanje ljudi i lakšu komunikaciju, bez obzira na dob i društveni status. Sport, druženje kroz sport, putovanja u sklopu natjecanja, sigurno je "spasilo" nas koji smo se našli u sportu.

U Zagrebu živi i 80 000 osoba s invaliditetom, od čega 5 000 mladih do 30 godina, a od toga je samo mali broj uključen u sportske aktivnosti, u sjedećoj odbojci ih je dvadesetak. Iskustvo koje smo stekli u proteklih godina, provodeći programe omasovljenja sjedeće odbojke i uključivanja invalida iz Domovinskog rata u sport, danas prenosimo na mlade osobe s invaliditetom. Osobama s invaliditetom, pogotovo mladima, sport ponajprije pruža psiho-motorički oblik terapije, pa tek onda rekreativni aspekt kvalitetnog načina provođenja slobodnog vremena. Uključivanje mladih osoba s invaliditetom u sportske aktivnosti je pretpostavka za njihovu što bolju prilagodbu na novonastale uvjete života. Sudjelovanje u sportskim aktivnostima ublažava promjene u ponašanju koje se gotovo redovito javljaju nakon nastanka invaliditeta.

U Klubu nastojimo invalidima Domovinskog rata i mladim osobama s invaliditetom pružiti potrebnu društvenu podršku kao što je osjećaj bliskosti i prijateljstva iz kojih pojedinac crpi potporu u trenucima svojih najdubljih emotivnih kriza. Hoćemo li u tome uspjeti ovisi isključivo o nama samima ali i o potpori šire društvene zajednice.

2.3. Analiza 2019. godine

Na temelju usvojenog plana i programa Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ je u 2019. godini proveo više programa i aktivnosti. Za provedbu programa bila je potrebna dobra organiziranost i zalaganje svih članova kluba. Tijekom godine Predsjedništvo je održalo jedanaest sjednica na kojima su rješavana vitalna pitanja vezana za neposredne programske aktivnosti kluba i donosile odluke koje su omogućile nesmetano financiranje kluba.

Klub je tijekom godine održavao redovite i kvalitetne kontakte sa Zagrebačkim sportski savezom osoba s invaliditetom, Hrvatskim savezom sjedeće odbojke, Gradskim uredom za branitelje i Gradski uredom za sport i mlade.

Sportsko rekreativne i edukativne aktivnosti provedene su kroz EU projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“, Program "Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji daljnjeg razvoja bolesti i resocijalizaciji invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja", Program „E-inkluzija invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja“ i program „Sport i rekreacija za mlade - stvaranje zdraviye

generacije“.

Redoviti treninzi naših članova održavali su se četiri puta na tjedan na dvije lokacije u Sportskoj dvorani Centra Vinko Bek i klupskom sportskom centru (teretani) u ulici Kralja Držislava 6.

U 2019. godini klub je nastupio na više natjecanja na kojima su postignuti odlični rezultati:

- 1. mjesto - Hrvatska liga,
- 1. mjesto - Hrvatski kup
- 2. mjesto - Turnir „Prijateljstvo 2019“ – Zagreb
- 3. mjesto - Turnir „Vukovar Open 2019“ – Vukovar

Četvorica klupskih igrača i tri člana stručnog stožera sudjelovali su sa Hrvatskom reprezentacijom na Europskom prvenstvu u Mađarskoj i osvojili peto mjesto.

Nažvažniji klupski projekt u 2019. godini bio je EU projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“. Projekt je sufinanciran sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda, a ima za cilj uključivanje djece i mladih u riziku od socijalne isključenosti te osoba s invaliditetom i djece s teškoćama u razvoju u zajednicu kroz sport. Ukupna vrijednost projekta je 1.484.246,58 kn. Projekt se provodi u suradnji sa DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“. Sukladno odluci Predsjedništva kluba od 1.8.2019. godine voditelj EU projekta Ivan Ćosić i koordinator aktivnosti EU projekta Damir Kasap su zamijenili uloge. Promjena je izvršena kako bi se izbjeglo povećanje nepriznatih troškova nastalih radi zapošljavanja putem ugovora o djelu. Probleme oko nepriznavanja djela troškova rješavaju se u Ministarstvu rada i mirovinskog sustava u suradnji s još desetak udruga koje imaju isti problem. U 2019. godini ostvareni su sljedeći mjerljivi ishodi:

- uključeno 23 sudionika s invaliditetom na treninge "sjedeće odbojke",
- redizajnirana internet stranica kluba,
- izrađeno i postavljeno 6 rollup banneri,
- izrađeno i postavljeno 10 plakata,
- nabavljen video zid i postavljen na izlogu klupskih prostorija,
- izrađeno i podijeljeno 2000 letaka,
- adaptiran ulaz u klupske prostorije (nabavljena i postavljena nova prilagođena vrata)
- nabavljena i postavljena mobilna rampa kako bi se omogućio olakšan pristup sudionicima s invaliditetom,
- nabavljeno kombi vozilo kako bi se omogućio olakšan pristup treninzima sudionicima s invaliditetom,
- održano 12 informativnih sastanaka s ciljem animiranja i informiranja mladih osoba s invaliditetom o sjedećoj odbojci,
- održan 1 sastanak na kojem je kroz aktivnosti interdisciplinarne suradnje (8 sudionika prezentiralo svoj rad)
- održane 4 radionice senzibilizacije,
- održan 1. kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“
- održana dva partnerska sastanka,
- predana 4 ZNS-a.

Klub je u 2019. godini nastavio sa uređenjem i opremanjem klupskih prostorija „Centara za sport i rekreaciju hr. branitelja i osoba s invaliditetom“. Osim adaptacije ulaza i nabave rampe za osobe s invaliditetom nabavljen je i instaliran novi kondenzacijski plinski kotao za grijanje i saniran dimnjak.

Klub je u prvoj polovici godine, u partnerstvu s Gradom Zagrebom, DSR

„Centar za sport i rekreaciju Zagreb“ i HVIDRA Trešnjevka pripremio i prijavio dva EU projekta na natječaj Europskog socijalnog fonda. Projekt s HVIDRA Trešnjevka u kojem je klub partner odabran je za financiranje dok je drugi projekt, u kojem je klub prijavitelj, u fazi procjene formalnih uvjeta.

Klub je u 2019. godine bio korisnik institucionalne podrške Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva za stabilizaciju i/ili razvoj udruga iz Domovinskog rata u republici Hrvatskoj koje djeluju na lokalnoj razini. Tijekom godine predana su četiri financijska izvješća i četiri izvješća o radu i novi proračun za 2020. godinu.

Na klupskim internetskim stranicama (www.iok-zagreb.hr) nastavili smo izvještavati o svim bitnim događajima i aktivnostima vezanim za sjedeću odbojku u Hrvatskoj i svijetu što je rezultiralo sa ukupan 232544 posjeta web stranicama u 2019. godini. Aktivnostima kluba bile su vrlo dobro popraćene u medijima što je pridonijelo većoj popularnosti kluba i lakšem iznalaženju financijskih sredstava. Za provedbu svih programa potrebna su bila značajna financijska sredstva. Glavni izvori financiranja u 2019. godini bili su proračun Europskog socijalnog fonda, Grada Zagreba, Ministarstva hrvatskih branitelja, Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva i dotacije ZŠSI. Drugi izvor financiranja bila su sredstva dobivena od obavljanja dozvoljenih aktivnosti. Ukupni prihodi bili su 962,764,00 kn, a rashodi 775.020,00 kn.

Na kraju možemo zaključiti, da je 2019. godina bila vrlo uspješna godina, kako po ostvarenim rezultatima tako i u organizacijskom i financijskom smislu.

2.4. Ciljevi i zadaci u 2020. godini

Opći ciljevi Programa su:

- poboljšati uvjete za skrb o hrvatskim braniteljima, članovima njihovih obitelji i osobama s invaliditetom kroz sportske aktivnosti koje će prevenirati socijalnu isključenost i poboljšati zdravstveno stanje ove ciljne skupine,
- razvoj sjedeće odbojke i adaptivnih sportova za osobe s invaliditetom

Specifični ciljevi programa su:

- obrana naslova prvaka Hrvatske
- obrana naslova osvajača Hrvatskog kupa
- osvajanje jedne od medalja na European Sitting Volleyball Clubs Championship 2020 - Men
- Uspješno organizirati međunarodni turnira „Zagreb Open 2020“
- uključiti 40 osoba s invaliditetom, hrvatskih branitelja, članova njihovih obitelji u programe sportske rekreacije,
- uključiti 20 osoba s invaliditetom, invalida Dom. rat i hrvatskih branitelja u program E-inkluzija osoba s invaliditetom i hrvatskih branitelja,
- uključiti 10 novih članova osoba s invaliditetom u projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“
- uključiti 20 učenika i studenta u klupske volonterske programe pomoći osoba s invaliditetom, invalidima iz Domovinskog rata i braniteljima kroz zajedničke sportske aktivnosti,
- prijaviti projekt „Centar za sport i rekreaciju osoba s invaliditetom“ na natječaj Grada Zagreba,

- adaptirati sanitarni čvor na način da se njime mogu koristiti osobe u invalidskim kolicima,

Zadatci:

- Tijekom 2020. planirano je održavanje 10 sjednica Predsjedništva kluba i četiri partnerska sastanka (EU projekti),
- Održavanje financijske stabilnosti kluba i pronalaženje novih izvora financiranja,
- Nastavak provedbe postojećih programa i projekata,
- Organizacija redovitih treninga (četiri puta tjedno) i sudjelovanje na državnim i međunarodnim natjecanjima,
- Organizacijom pokaznih treninga i predavanja poticati uključivanje što većeg broja osoba s invaliditetom i invalida Domovinskog rata u sport,
- Organizirati što veći broj pokaznih utakmica s ciljem popularizacije sjedeće odbojke i uključivanja što većeg broja mladih osoba s invaliditetom u sport,
- Organizirati trodnevni kamp „Školu sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“,
- Uključivati mlade igrače u ligaške utakmice, s ciljem stjecanja potrebnog iskustva, kako bi mogli konkurirati za prvi sastav i juniorsku reprezentaciju.
- Starije igrače (invalide Dom. rata) usmjeravati i osposobljavati za organizacijske poslove vezane za rad i djelovanje u udruzi (Klubu),
- Poboljšati i ojačati suradnju sa drugim udrugama, savezima, školama i ustanovama,
- Pripremiti i prijaviti na natječaj Grada Zagreba projekt „Centar za sport i rekreaciju osoba s invaliditetom“

2.5. Prognoza za 2020. godinu

Na temelju postignutih rezultata iz prethodne godini te analize mogućih dosegâ naših članova, u idućoj godini očekujemo ponavljanje odličnih sportskih rezultata iz 2019. godine. Navedena prognoza je optimistična i ostvariva s obzirom da smo osigurali financiranje EU projekta „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ i nastavak institucionalne podršku Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva. U idućoj godini očekujemo odobravanje financiranja novog EU projekta te nastavak uređenja opremanja klupskih prostorija. U 2020. godini očekujemo i nastavak dobre suradnje sa Gradskim uredom za branitelje, Gradskim uredom za sport i mlade, matičnim savezima i udrugom HVIDRA Trešnjevka. Angažmanom dovoljnog broja trenera i fizioterapeuta očekujemo još kvalitetniji rad i brži napredak mladih igrača. Očekujemo da će naši mladi igrači biti nosioci igre u Klub i u Hrvatskoj reprezentaciji. Igrajući za klub i reprezentaciju, ova novostvorena generacija sportaša, steći će potrebno iskustvo i igračka znanja koja bi trebali iskoristiti za ostvarivanje uvjeta za odlazak na europska i svjetska natjecanja. Uspješna realizacija zadataka iz programa doprinijeti će daljnjoj popularizaciji i razvoju sjedeće odbojke i adaptivnih sportova u Zagrebu i Hrvatskoj.

3. ORGANIZACIJA I PROVEDBA PROGRAMA

Temeljni i najvažniji preduvjet uspješne provedbe svakog programa je kvalitetna i smisljena organizacija poslova te precizno definiranje prava i obveza svih subjekata koji sudjeluju u realizaciji programa.

3.1. Planirane aktivnosti u 2020. godini

1. Redoviti treninzi u 2020. godini
2. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2020
3. Hrvatski kup 2020
4. European Sitting Volleyball Clubs Championship 2020 - Men
5. Projekt "Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova"
6. Program "Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji daljnjeg razvoja bolesti i resocijalizaciji invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja"
 - Redoviti treninzi
 - Škola hodanja i trčanja za osobe s amputacijom
 - Međunarodni turniri u sjedećoj odbojci "Vukovar Open", „Oluja 95“ i "Mediterran 2020"
 - Turnir „Leipzig Cup 2020“, Leipzig, Njemačka
7. Program „E – Inkluzija osoba s invaliditetom i hrvatskih branitelja“
8. Program „Sport i rekreacija za mlade - stvaranje zdravije generacije“
 - „25 dana izazov na Jarunu“
9. Razvoj i prijava novih projekata na natječaje Grada Zagreba i EU fondova
10. Obiteljsko okupljanje i Božićni domjenak

3.2. Detaljan opis planiranih aktivnosti

3.2.1. REDOVITI TRENINZI

Planom i programom treninga obuhvaćeno je četrdeset četiri člana kluba raspoređenih u tri kategorije: AKTIVNI REGISTRIRANI SPORTAŠI – NATJECATELJI, VETERANI – REKREATIVCI, MLADI POČETNICI. Svaka kategorija ima trenera. Trenažni proces odvija se u dvije smjene i to u jutarnjim i popodnevnim satima.

Cilj godišnjeg plana i programa treninga je putem organiziranog nastavno – trenažnog procesa doprinijeti pravilnom fizičkom i intelektualnom razvoju igrača, kao i njihovih individualnih sposobnosti potrebnih za formiranje kvalitetnih odbojkaša s invaliditetom. U planu i programu rada škole sjedeće odbojke za mlade članove kluba dominiraju elementi obučavanja osnovnih odigravanja u sjedećoj odbojci, tehnika odigravanja vršnog i podlaktičnog odbijanja, tehnika smeča, bloka, servisa, učenje stavova u sjedećoj odbojci i igrice sjedeće odbojke. (u prilogu se nalazi detaljan plan i program treninga za 2019. godinu i sastavni je dio ovog programa).

3.2.2. HRVATSKA LIGA U SJEDEĆOJ ODBOJCI 2020

Hrvatska liga u sjedećoj odbojci okuplja 12 klubova. Liga je nastala 1999. g. na poticaj Invalidskog odbojkaškog kluba „Zagreb“. Ligu organizira i provodi Hrvatski savez sjedeće odbojke. Radi smanjenja troškova, u prvom djelu natjecanja ekipe igraju u dvije skupine Jug i Sjever. Na kraju jesenskog djela sezone, tri najbolje plasirane ekipe iz svake skupine nastavljaju igrati Ligu za prvaka, a ostale ekipe Ligu za poredak. Prvak Hrvatske stiče pravo nastupa na European Sitting Volleyball Clubs Championship 2020 - Men. Klub domaće utakmice igra u sportskoj dvorani Centra „Vinko Bek“ u Kušlanovoj 59 a. Na gostovanja putuje klupskim kombijem i osobnim vozilima.

3.2.3. HRVATSKI KUP U SJEDEĆOJ ODBOJCI 2020

Memorijalni Hrvatski kup u sjedećoj odbojci organizira Hrvatski savez sjedeće odbojke u spomen na sve poginule hrvatske branitelje i umrle članove saveza. Kup se organizira kao turnir na kojem sudjeluju svi hrvatski klubovi sa preko 200 sudionika. Domaćin 14. kupa Hrvatske će biti klub sjedeće odbojke Hrabri iz Zagreba koji proslavlja 50 godina postojanja, kup će se održati sredinom 10. mjeseca 2020. god. pod pokroviteljstvom Ministarstva hrvatskih branitelja i HPO.

3.2.4. EUROPEAN SITTING VOLLEYBALL CLUBS CHAMPIONSHIP 2020

European Sitting Volleyball Clubs Championship 2020 (Liga prvaka) organizira ParaVolley Europe (PVE) europska krovna organizacija sjedeće odbojke. Na natjecanju mogu sudjelovati klubovi zemalja članica PVE-a koji ispunjavaju uvjete za prijavu za Ligu prvaka europskih sjedećih odbojkaških klubova 2020. godine. Klub ispunjava uvjete za igranje u Ligi prvaka ako je prvak nacionalnog prvenstva ili ispunjava uvjete sudjelovanja sukladno listi PVE.

Klubovi su podijeljene u skupine sa maksimalno šest ekipa. Broj skupina ovisi o broju prijavljenih ekipa. Natjecanje se održava kroz tri kola, prvo kolo mora se završiti u ožujku ili travnju, drugo kolo u svibnju ili lipnju, a završno kolo u listopadu ili studenom. Sve troškove kotizaciju, smještaj, ishranu i putne troškove snose klubovi. Na turnire se putuje klupskim kombijem i osobnim automobilima, a ako je udaljenost veća zrakoplovom.

3.2.5. PROGRAM "SJEDEĆA ODBOJKA POMOĆ U PREVENCIJI DALJNJEG RAZVOJA BOLESTI I RESOCIJALIZACIJI INVALIDA DOMOVINSKOG RATA"

Program "Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji daljnjeg razvoja bolesti i resocijalizaciji invalida Domovinskog rata" ima za cilj okupljanje i uključivanje što većeg broja invalida iz Domovinskog rata i hrvatskih branitelja u sport s ciljem očuvanja njihovog psihofizičkog zdravlja i podizanje opće kvalitete življenja te razvoj i unapređenje sjedeće odbojke u Hrvatskoj. Program se provodi na području cijele Hrvatske i inozemstva, a ogledava se kroz organizaciju redovitih i pokaznih treninga sjedeće odbojke i sudjelovanja na turnirima. Korisnici programa su invalidi Domovinskog rata i hrvatski branitelji, njih dvadesetak, podijeljenih u dvije kategorije: natjecatelji i rekreativci.

Program se sastoji od:

1. Redoviti i sustavni treninzi sjedeće odbojke
2. Škola hodanja i trčanja za osobe s amputacijom
3. Međunarodni turniri u sjedećoj odbojci "Vukovar Open", „Oluja 95“ i "Mediterran 2020"
4. Međunarodni turnir „Leipzig Cup 2020“, Leipzig, Njemačka

3.2.5.1. Redoviti sustavni treninzi sjedeće odbojke invalida Domovinskog rat, hrvatskih branitelja i članova njihovih obitelji

Aktivnost obuhvaća invalide Domovinskog rat, hrvatske branitelje i članove njihovih obitelji koji aktivno igraju sjedeću odbojku i koji se natječu u Hrvatskoj ligi sjedeće odbojke, Hrvatskom kupu i Europskom klupskom prvenstvu. Broj tjednih treninga je četiri, plus jedna utakmica (unutar grupe, prijateljska ili prvenstvena).

- Ponedjeljak od 18-20 sati u SD Centra Vinko Bek (sjedeća odbojka)
- Utorak od 18-20 sati u SD Centra Vinko Bek (sjedeća odbojka)
- Srijeda od 10-12 sati u klupskoj teretani Kralja Držislava 6 (teretana)
- Četvrtak od 16:30-18:30 sati u SD Centra Vinko Bek (sjedeća odbojka)
- Subota od 11-13 sati utakmice sjedeće odbojke (unutar grupe, prijateljska ili prvenstvena)

3.2.5.2. Škola hodanja i trčanja za osobe s amputacijom

Cilj programa je, kroz individualizirani pristup, fizičko i psihološko osnaživanje invalida Domovinskog rata i ostalih osoba s amputacijom. Time se unapređuje i štiti tjelesno i mentalno zdravlje, osvještava vlastita odgovornost za zdravlje, i olakšava normalizacija života osoba s amputacijom (OSA). U razdoblju od veljače do prosinca 2020. održati će se 7 dvosatnih radionica - koraka u Školi hodanja i trčanja za 8 invalida Domovinskog rata i 6 članova obitelji hrvatskih branitelja. Za provedbu programa nužna je nabava još jedne trake za trčanje i hodanje.

Termini održavanja aktivnosti:

- Petak od 17-19 sati u klupskoj teretani u Kralja Držislava 6 ili u SD Centra Vinko Bek
- Radionice će se održavati od 17-19 sati svakog prvog petka u veljači, ožujku, travnju, lipanj, listopad, studeni i prosinac

3.2.5.3. Sudjelovanje na turnirima „Vukovar Open“, „Oluja 95“ i "Mediterran 2020"

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ će sudjelovati na turnirima sjedeće odbojke „Vukovar Open“ u Vukovaru i „Oluja 95“ u Kninu. Turniri se održavaju povodom obilježavanja važnih obljetnica vezanim za Domovinski rat. Na turnirima će sudjelovati 12 igrača i dva trenera.

Termini i mjesto održavanja:

- Turnir „Vukovar Open“ - Vukovar, 2.5.2020. god.
- Turnir „Oluja 95“ – Knin, 1.8.2020. god.
- Turnir "Mediterran 2020", 19.9.2020. god.

3.2.5.4. Turnir „Leipzig Cup 2020“, Leipzig, Njemačka

Turnir će se održati od 4.12. do 6.12.2020. godine u Leipzigu u Njemačkoj. Na turniru će sudjelovati 12-14 ekipa sa preko 150 odbojkaša iz Velike Britanije, Češke, Ukrajine, Nizozemske, Danske, Hrvatske i Njemačke. Na turniru osim civilnih osoba s invaliditetom nastupaju i ranjeni veterani Velike Britanije i Ukrajine. (U prilogu - detaljno razrađen plan).

Planirane aktivnosti:

1. Pripreme za natjecanje
2. Nabava i kompletiranje opreme
3. Organizacija putovanja i smještaja
3. Natjecanje – turnir „Leipzig Cup 2020“

3.2.6. PROJEKT „ŠKOLA SJEDUĆE ODBOJKE I ADAPTIVNIH SPORTOVA“

Projekt ima za cilj okupljanje i uključivanje što većeg osoba s invaliditetom u sport posebno mladih osoba s invaliditetom s ciljem očuvanja njihovog psihofizičkog zdravlja i podizanje opće kvalitete življenja te razvoj i unapređenje sporta osoba s invaliditetom u Republici Hrvatskoj. Nositelj Projekta je Invalidski odbojkaški klub "Zagreb", a partner je DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“. Projekt će se tijekom tri godine provoditi na području Grada Zagreba, Zagrebačke, Sisačko-moslavačke i Karlovačke županije kroz organizaciju pokaznih treninga i utakmica sjedeće odbojke, sustavnih treninga, edukativnih radionica i predavanja. Glavna aktivnost se provodi u Zagrebu na dvije lokacije, u Sportskoj dvorani Vinko Bek i Centru za sport i rekreaciju Zagreb (klupska teretana). Korisnici projekta su 35 mladih osoba s invaliditetom i 280 djece i mladih opće populacije. Osim sustavnih treninga u 2020. godini projekt predviđa organizaciju više pokaznih treninga i utakmica s ciljem uključivanja novih osoba s invaliditetom u sport i senzibiliziranje mladih za teškoće osoba s invaliditetom. Projekt predviđa i organizaciju petodnevno kampa „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ za 25 korisnika. Osim toga predviđena je i adaptacija sanitarnog čvora na način da se njime mogu koristiti osobe u invalidskim kolicima. Za sve nove korisnike biti će nabavljena oprema za treniranje. S korisnicima rade stručni voditelji različitih profesija što osigurava stručni pristup s obzirom na korisnikovu sposobnost odnosno teškoću i sadržaj rada-treninga (profesori tjelesne i zdravstvene kulture i fizioterapeut). Za korisnike projekta koji se uz pomoć šaka i invalidskih kolica organiziran je prijevoz od kuće do sportske dvorane i natrag. Tijekom godine redovno se provodi evaluacija projekta u vidu praćenja realizacije plana aktivnosti te utjecaja pojedinih aktivnosti na djelotvornost projekta kako bi se već u tijeku realizacije projekta aktivnosti prilagođavale potrebama korisnika.

Projekt se u potpunosti financira sredstvima Europskog socijalnog fonda dobivenim putem javnog natječaja. Ukupni troškovi provedbe projekta su 1.484.246,58 kn.

Opći cilj projekta:

- razvoj i unapređenje sporta osoba s invaliditetom u Republici Hrvatskoj,
- integracija mladih osoba s invaliditetom u društvo kroz sport.

Specifični ciljevi projekta za 2020. godinu:

- uključivanje najmanje 10 novih osoba s invaliditetom u sport sjedeća odbojka ili neki drugi

adaptivni sport,

- organiziranje najmanje 4 pokazna treninga i utakmice, s ciljem popularizacije sjedeće odbojke i senzibilizacije mladih opće populacije za probleme mladih osoba s invaliditetom,
- organizirati petodnevni kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“,
- adaptirati sanitarni čvor (WC i pristupni hodnik) na način da se njime mogu koristiti osobe u invalidskim kolicima,
- nabaviti 10 kompleta sportske opreme za treniranje i nove odbojkaške mreže,
- održati 12 informativnih sastanaka s ciljem animiranja i informiranja mladih osoba s invaliditetom o sjedećoj odbojci,
- održati 2 sastanak na kojima se kroz aktivnosti interdisciplinarne suradnje (8 sudionika) prezentira svoj rad,
- održati dva partnerska sastanka,
- izraditi i predati 4 ZNS-a.

Organizacija i provedba programa

Temeljni, i možda najvažniji, preduvjet uspješne provedbe svakog projekta je kvalitetna i smisljena organizacija poslova te precizno definiranje prava i obveza svih subjekata koji sudjeluju u realizaciji programa. Jedan od glavnih preduvjeta za kvalitetan rad je osiguravanje kvalitetnog radnog prostora koji će biti dostupan mladim korisnicima, te osiguranje dovoljnog broja termina za trening. U tu svrhu Klub je u suradnji sa ZŠSOI osigurao tri termina u sportskoj dvorani „Vinko Bek“, Kušlanova 59a. Osim toga korisnicima je svakodnevno na raspolaganju klupska teretana u ulici Kralja Držislava 6.

U 2020. godini planiraju se slijedeće aktivnosti i mjere:

1. Animiranje i informiranje mladih osoba s invaliditetom o sjedećoj odbojci (12 sastanaka),
2. Radionice senzibilizacije i pokazna igra sjedeće odbojke (4 pokazna treninga i utakmice),
3. Organizirani prijevoza kombi vozilom za slabo pokretne korisnike projekta,
4. Redoviti i sustavni trenažni proces (četiri puta tjedno)
5. Kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ (petodnevni kamp),
6. Adaptacija klupskih prostorija (sanacija WC-a i pristupnog hodnika),
7. Aktivnosti osoba koje rade na provedbi projekta,
8. Informiranje, promidžba i vidljivosti projekta,

3.2.6.1. Animiranje i prikupljanje mladih osoba s invaliditetom

Jedan od glavnih ciljeva ove aktivnosti je prikupljanje informacija o osobama s invaliditetom i poticanje istih na bavljenje sjedećom odbojkom. Kako bi ostvarili taj cilj provodit će se slijedeće mjere i aktivnosti:

- jednom mjesečno posjetiti jednu osnovnu ili srednju školu te u suradnji sa nastavnicima TZK i učiteljima razredne nastave informirati djecu s invaliditetom o mogućnosti treniranja sjedeće odbojke i sudjelovanja u pokaznim treninzima,
- jednom mjesečno obaviti razgovor s doktorima i fizioterapeutima Klinike za rehabilitaciju i ortopedsku pomagala u Zagrebu s ciljem prikupljanja informacija o mladim osobama s invaliditetom koje su došle na liječenje u kliniku. Mlade osobe s invaliditetom upoznati s mogućnošću bavljenja sjedeće odbojke i sportskom

rekreacijom u Centru za sport i rekreaciju Zagreb,

- prezentacija programa na TV i radijskim postajama (šest nastupa godišnje)

Aktivnosti će provoditi trener Ante Mihaljević, prof., Mato Dragičević, odbojkaški trener i koordinator aktivnosti projekta Ivan Ćosić

3.2.6.2. Radionice senzibilizacije i pokazne utakmice

Radionice senzibilizacije, pokazni treninzi i utakmice imaju za cilj inkluziju djece i mladih osoba s invaliditetom u društvo kroz sport, te senzibilizaciju djece i mladih opće populacije za probleme mladih osoba s invaliditetom. Aktivnosti se provode, na području grada Zagreba, Zaprešića, Karlovca, Sisak, Samobor, Sesvete i Ivanić-Grada. Na način da su sudionici aktivnosti različite dobi i tjelesnog oštećenja. U organizaciji našeg kluba sudjelovati će: članovi našeg kluba - mlade osobe s invaliditetom, djeca iz redovitih škola, štíćenici centara za odgoj i obrazovanja i mladi odbojkaši bez invaliditeta. Pokazne utakmice i zajednički treninzi će se održavati jednom u mjesecu u trajanju 90 minuta pod stručnim vodstvom trenera.

Datum i mjesto održavanja pokaznih trening i utakmica u 2020:

1. pokazni trening i utakmica – 31.02.2020. Bjelovar,
2. pokazni trening i utakmica – 16.03.2020. SD OŠ Samobor
3. pokazni trening i utakmica – 24.05.2020. Zagreb, Trg Bana Josipa Jelačića
4. pokazni trening i utakmica – 19.10.2020. Sisak, Sportska dvorana Brezovica

3.2.6.3. Organizirani prijevoz za članove kluba

Većina korisnika projekta je teško pokretna i pri kretanju se koriste štapićima, štakama i kolicima. Kako bi im olakšali dolaska na treninge i radionice klub je organizirao prijevoz od kuće do dvorane i natrag. Prijevoz se obavlja klupskim kombijem tijekom cijele godine u prosjeku tri puta na tjedan. Klub je u travnju prošle godine svoje staro kombi vozilo zamijenio novim i komfornijim vozilom prilagođenim za vožnju osoba s invaliditetom.

3.2.6.4. Trenažni proces i sportske stipendije

Planiranje godišnjeg trenažnog procesa je glavni ključ uspjeha, a svrha planiranja je kreiranje korisnog vodiča kroz trenažnu godinu. Plan treninga pomaže da zadržimo “pažnju i misli” na godišnjem cilju. Trenažni plan mora biti dinamičan i podložan modificiranju u novonastalim situacijama i okolnostima. Trenažni proces se odvija četiri do pet puta tjedno, tri do četiri puta u sportskoj dvorani „Vinko Bek“, Kušlanova 59a (sjededeća odbojka) i dva puta u klupskoj dvorani u Kralja Držislava 6 (sjededeća odbojka, stolni tenis, paralympic powerlifting, pikado, fitness, trening na veslačkom i skijaškom ergometru i rekreativno vježbanje u teretani).

Osnovni dijelovi trenažnog procesa su:

a. Ciljevi:

- pozitivan utjecaj na antropološka obilježja sudionika trenažnog procesa, odnosno mladog sportaša s invaliditetom.

b. Zadaci:

- utjecati na zdravstveni status,
- utjecati na tehničke i taktičke osobine budućeg sportaša,
- utjecati na motoričke i funkcionalne sposobnosti,
- utjecati na kognitivne sposobnosti i konativne osobine mladih sportaša s inval.,
- socijalizacija mladih sportaša s invaliditetom

c. Godišnji plan

- godišnji broj sati treninga - 320 sati,
- mjesečni broj sati treninga - 32 sati ,
- tjedni broj sati treninga - 8 sati (5 treninga tjedno),
- po danima - ponedjeljak 1 sat, utorak 2 sata, četvrtak 1,5 sat, srijeda 1,5 sat, petak, 1,5 sat,

3.2.6.5. Kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ će od 23. do 27.09.2020. godine u Poreču, organizirati kamp „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“. Cilj je okupiti 20 hrvatskih odbojkaša i odbojkašica s invaliditetom iz cijele Hrvatske. Tijekom pet dana strani i domaći treneri će odraditi više pokaznih treninga i predavanja za igrače i trenere, na kojima će prezentirati svoj način rada i iskustva u sportu. Osim toga planirana je demonstracija odbojkaške tehnike u izvedbi odbojkaša IOK „Zagreb“ i tečaj za trenere sjedeće odbojke. Planirani predavači su: Branko Mihorko Predsjednik ParaVolley Europe, Ante Mihaljević, prof., Juraj Brajnović, prof. Dominik Raca, prof.. Sudionici kampa biti će smješteni u Hotelu „Diamant“. Treninzi, pokazne utakmice i predavanja biti će u sportskoj dvorani i teretani koji se nalaze u sklopu hotela. Svim sudionicima kampa bit će podijeljeni video materijali i sportska oprema (majice i trenerke).

3.2.6.6. Adaptacija klupskih prostorija

a) Adaptacija i uređenje sanitarnog čvora i svlačionica

Postojeći sanitarni čvor je dotrajavao, skučen i neadekvatan za osobe invaliditetom koje se kreću u kolicima. Prostor se sastoji od dva WC-a i prostora sa umivaonicama. Za uređenje - proširenje sanitarnog čvora potrebno je porušiti jedan zid, ugraditi dva nova prozora, šira vrata, izmjestiti instalacije, postaviti keramičko opločenje i sanitarne elemente. Kupaonice u dvije postojeće i uređene svlačionice treba dodatno opremiti opremom potrebnom za kupanje osoba s invaliditetom (rampe, držači i prilagođene stolice).

Planirani radovi :

- a. Demontaže i rušenja starih zidova
- b. Instalaterski radovi – voda, plin i kanalizacija
- c. Zidarski i betonski radovi
- d. Nabava i ugradnja prozora i vrata
- e. Nabava i ugradnja sanitarije i oprema
- f. Elektroinstalacije
- g. Keramičarski i ličilački radovi

3.2.6.7. Aktivnosti osoba koje rade na provedbi projekta

Na realizaciji projekta rade dvije osobe zaposlene sukladno ugovoru o radu i dvije osobe koje rade temeljem ugovora o djelu.

Popis osoba koje rade na projektu „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ i njihove uloge:

1. Damir Kasap– Voditelj projekta (ugovor o radu, 3 sata dnevno)
2. Ivan Ćosić – Koordinator svih aktivnosti (ugovor o radu, 8 sati dnevno)
3. Ante Mihaljević – Trener 1 (ugovor o djelu)
4. Anto Krišto – Vozač/asistent trenera (ugovor o djelu)

3.2.6.8. Informiranja, promidžba i vidljivosti projekta

Aktivnosti informiranja i komunikacije biti će usmjerene na:

- krajnje korisnike projekta
- opću i stručnu javnost
- medije

Svrha aktivnosti:

- prezentirati projekt, projektnu ideju, ciljeve i rezultate
- podizanje svijesti javnosti, medija i dionika o ulozi Europske unije te objava činjenice da EU sufinancira projekt
- podijeliti stečena znanja i iskustva, kako stručna, tako i vezana uz projekt.

Komunikacijski alati:

- Video zid 3x2 m postavljen na izlogu klupskih prostorija (velika vidljivost jer se prostor nalazi u jednoj od najfrekventnijih ulica u gradu Zagrebu)
- WEB i Facebook stranica (dodatno uređenje novih klupskih Web stranica)
- Priopćenja (početak provedbe projekta, važni pomoci u provedbi projekta i informiranje o projektnim rezultatima itd.)
- Konferencija za medije
- Informativni i edukativni događaji
- Publikacije (izrada - letci, brošure, priručnici itd.)
- Naljepnice za opremu i vozila
- Banneri i rollup

3.2.7. E – INKLUZIJA OSOBA S INVALIDITETOM I HRVATSKIH BRANITELJA

Cilj programa je ojačati znanja i vještine iz e-novinarstva, web dizajna i video produkcije invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja. Program će se provoditi od 01. rujna do 31. prosinca 2020. Program radionica se sastoji od četiri modula.

- Alati online suradnje,
- digitalna fotografija,
- video produkcija
- digitalno pripovijedanje

Sudionici programa će jednom tjedno po 2 školska sata (ukupno 80 školskih sati) sudjelovati u edukaciji i produkciji medijskih sadržaja kroz tehnike

projektnog učenja. Osim poboljšanja digitalnih kompetencija potrebnih u svakodnevnom životu polaznici će kroz produkciju medijskih sadržaja jednostavnije komunicirati i prenijeti svoje priče široj javnosti i aktivno sudjelovati u kritičkom promišljanju o temama koje nas okružuju. S sudionicima koji se naknadno uključe u rad radionice raditi će se dodatno, ukoliko to žele. Programom će biti obuhvaćeno 12 osoba, od toga 8 invalida Domovinskog rata, 4 hrvatska branitelja.

3.2.8. PROGRAM „SPORT I REKREACIJA ZA MLADE - STVARANJE ZDRAVIJE GENERACIJE“

Program „Sport i rekreacija za mlade - Stvaranje zdravije generacije“ ima za cilj organizirati besplatne sportske sadržaje s ciljem uključivanja mladih u riziku od socijalne isključenosti i djece hrvatskih branitelja u sport te senzibilizacija i poticanje djece i mladih na uključivanje u volonterske programe pomoći osobama s invaliditetom kroz zajedničke sportske aktivnosti.

3.2.8.1. Aktivnost „25 dana izazov na Jarunu“

Klub će u partnerstvu s DSR "Centar za sport i rekreaciju Zagreb" i Mariom Mlinarićem provoditi program "25-dnevni Izazov na Jarunu"

"25-dnevni Izazov na Jarunu" je tradicionalni proljetni program čija je glavna karakteristika pozitivna energija voditeljske ekipe na čelu sa Mariom Mlinarićem i korisnika programa. Uz besplatne treninge, motivaciju, zabavu i nagrade, korisnicima su ponuđeni mnogobrojni savjeti glede zdravih navika. Popularnost ovog Izazova raste iz godine u godinu u kojem sudjeluje 500-1000 sudionika dnevno koji treniraju svih 25 dana neovisno o vremenskim prilikama. Event se odvija već pet godina, a svake godine poprima sve veću pažnju javnosti i medija. MM Izazov na Jarunu poznat je kao glavni "pokretač" mnogih koji su uspjeli ostvariti odlične rezultate u gubitku od 5-85 kg što je evidentirano u mnogim TV emisijama, magazinima i portalima.

Članovi kluba i društva osobe s invaliditetom (paraolimpijci Ivan Ćosić, Siniša Miličević, Damir Kasap, Nenad Ilibašić, Toni Prekpaljaj, Hrvoje Radoš i Andreja Giba) biti će motivatori i izvoditelji djela programa namijenjenog za osobe s invaliditetom i hrvatske branitelje (HRVI, hrvatske branitelje i članove njihovih obitelji).

Datum trajanja programa : 01.05.- 01.07. 2020., 2021. i 2020.

Svakim danom od ponedjeljka do petka u vremenskom periodu od 18-20h.

Program se sastoji od :

- Uvod u program (upis sudionika, vagnje, podjela sportskih majica te plana prehrane sa dnevnim receptima te kalorijskom vrijednošću obroka).
- Zagrijavanje/Trening/istezanje sa Marijem Mlinarićem (treninzi su prilagođeni dobnoj skupini, te osobama sa zdravstvenim poteškoćama)
- Edukativni dio (Dr.Pavičić i Dr.Piljek, Kaja Bagarić, mag. fizioterapije savjeti i odgovori na pitanja)
- Motivacijski dio programa (Ivan Ćosić, Hrvoje Radoš, Toni Prekpaljaj i Andreja Giba - hrvatski paraolimpijci.
- Podjela promo materijala, najava dodatnog sadržaja.
- Vrijeme za druženje, odmor i zabavu

3.2.9. RAZVOJ I PRIJAVA NOVIH PROJEKATA NA NATJEČAJE EU I GRADA ZAGREBA

Tijekom 2020. godine klub planira prijaviti nove projekte na natječaje EU i Grada Zagreba. Projekt „Školska liga sjedeće odbojke“ planiramo prijaviti na Erasmus+ program koji podupire nekoliko tipova aktivnosti u području sporta. Početkom 2020. na natječaj Grada Zagreba planiramo prijaviti projekt „Centar za sport i rekreaciju osoba s invaliditetom“. Projekte planiramo prijaviti u partnerstvu s DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“.

Popis osoba koji će raditi na pripremi projekta

1. Ivan Ćosić – Voditelj projektnog tima
2. Iva Zlomislić – Kineziolog
3. Ante Mihaljević, prof. TZK
4. Toni Prekpaljaj – e-facilitator
5. Kaja Bagarić – mag. physioth.

U 2020. godini očekujemo rezultate EU natječaja u okviru Europskog socijalnog fonda „Prostori sudjelovanja - razvoj programa revitalizacije prostora u javnom vlasništvu kroz partnerstvo OCD-a i lokalne zajednice“ gdje smo u partnerstvu s Gradom Zagrebom i DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“ prijavili Projekt „Društveni centar Zagreb“. Isto tako očekujemo rezultate EU poziva u okviru Europskog socijalnog fonda „Uključivanje djece i mladih u riziku od socijalne isključenosti te osoba s invaliditetom i djece s teškoćama u razvoju u sport“ u kojem je klub partner, a DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“ prijavitelj.

3.2.10. OBITELJSKO DRUŽENJE I BOŽIĆNI DOMJENAK

Klub svake godine za članove i njihove obitelji organizira izlet i druženje u prirodi. Cilj druženja je i što bolje međusobno upoznavanje i stvaranje zajedništva. Druženje je planirano za 22. lipnja, mjesto održavanja je Sportsko ribolovni centar Granešina u Zagrebu. Isto tako Klub za sve svoje članove i prijatelje kluba tradicionalno organizira Božićni domjenak. Domjenak će se održati u klupskim prostorijama u Zagrebu u drugoj polovici mjeseca prosinca 2020..

3.3. Osobe odgovorne za provedbu programa

Na operativnoj razini klubom upravlja Predsjedništvo kluba u sastavu Damir Kasap predsjednik, Ante Mihaljević i Siniša Miličević članovi predsjedništva, u radu ima pomaže sportski direktor i koordinator EU projekta Ivan Ćosić.

Za provedbu projekta „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“ zaduženi su:

1. Damir Kasap– Voditelj projekta
2. Ivan Ćosić – Koordinator svih aktivnosti
3. Ante Mihaljević – Trener 1
4. Anto Krišto – Vozač/asistent

Tijekom 2020. godine planira se održati najmanje 10 sjednica Predsjedništva i dvije redovite Skupština kluba.

Za provedbu programa sportskih priprema i treninga odgovoran je trener

Ante Mihaljević, pomoćnik trenera Mato Dragičević. U radu im pomaže fizioterapeut Kaja Bagarić mag.physioth. Računovodstvene poslove obavlja financijski servis „Vess-Master“.

3.4. Status članova – igrača

Dobro riješen status članova – igrača bitno utječe na provođenje njihovih priprema, kao i na sportski rezultat na natjecanjima. Klub posebno skrbi o stručnim, tehničkim, materijalnim i životnim uvjetima svojih članova, a posebno o mladim sportašima. Radi ostvarivanja što boljih rezultata, za mlade, nadarene i kategorizirane igrače se osiguravaju posebna financijska sredstva u vidu sportske stipendije. Prava i obaveze članova uređeni su statutom kluba i pravilnikom o stipendiranju.

3.5. Zdravstvena skrb članova – igrača

Svi članovi obuhvaćeni ovim programom dužni su dva puta godišnje obaviti liječnički pregled. Dobivanjem pozitivnog liječničkog mišljenja mogu pristupiti treninzima. Liječnički pregledi se obavljaju svakih šest mjeseci u Sportskoj ambulanti Zagrebačkog športskog saveza, troškove snosi ZŠSOSI. U slučaju bolesti ili ozljede, igrači su se obavezni javiti Klubu.

4. EVALUACIJA

Za vrijeme priprema i provedbe programa obaviti će više intervjua sa sudionicima, voditeljem i izvršiteljima programa, isto tako obaviti će anketno istraživanje sa sudionicima Hrvatske lige, Hrvatskog kupa i Zagreb Open 2020. Anketna istraživanja i intervjue obaviti će prof. Antu Mihaljevića, član predsjedništva, a pomagati će mu Nenad Ilibašić član NO. Cilj evaluacije je procijeniti uspješnost programa, odnosno utvrditi dali su i u kojoj mjeri ostvareni zacrtani ciljevi iz programa. Na kraju kalendarske godine podnijeti će izvješće s rezultatima vrednovanja Predsjedništvu kluba koje će provesti završno vrednovanje i o rezultatima izvijestiti Skupštinu kluba.

Treneri su dužni izraditi plan i program treninga i svaki mjesec podnijeti izvješće voditelju programa. Na osnovu izvješća Skupština će donijeti zaključak dali su ostvareni zacrtani ciljevi iz sportskog djela programa. Ostvarenje ciljeva i izvršenje zacrtanih zadataka biti će pokazatelji uspješnosti programa.

METODE:

- analiza Programske dokumentacije (prijedlog Programa, polugodišnji i završni narativni i financijski izvještaji, promotivni materijali programa, medijski isječci, zapisnici i dr.)
- evaluacijska radionica s voditeljem i izvršiteljima aktivnosti,
- pisanje evaluacijskog izvještaja,
- anketno istraživanja sa sudionicima programa

Na početku 2020. godine obaviti će se vanjska revizija poslovanja kluba za 2019. godinu. Nalaz revizije biti će prezentiran Skupštini kluba koja će se održati sredinom ožujka 2020. godine

5.1. PRIHODI I RASHODI

POZICIJA		Izvršenje 2019.	Plan 2020.
I.	PRIHODI		
1.	Prihodi od prodaje roba i pružanja usluga	1.000,00	1.000,00
2.	Prihodi od članarina i članskih doprinosa	2.500,00	3.000,00
3.	Prihodi po posebnim propisima	0	0
4.	Prihodi od imovine	2,00	10,00
5.	Prihodi od donacija	928.056,00	546.880,00
5.1.	Prihodi od donacija iz Državnog proračuna i EU	757.926,00	385.000,00
5.2.	Prihodi od donacija iz proračuna jedinica lokalne samo.	100.000,00	120.000,00
5.3.	Prihodi od međunarodnih organizacija	0,00	0,00
5.4.	Prihodi od trgovačkih društava i ostalih pravnih osoba	70.130,00	41.880,00
6.	Ostali prihodi	6,00	0
7.	Prihodi od povezanih neprofitnih organizacija	31.200,00	70.000,00
II.	RASHODI		
1.	Rashodi za radnike	135.797,00	195.600,00
2.	Materijalni rashodi	469.749,00	136.000,00
3.	Naknade članovima u predstavničkim tijelima i sl.	75.484,00	79.600,00
4.	Rashodi za usluge	257.093,00	90.000,00
5.	Rashodi za materijal i energiju	93.136,00	88.000,00
3.	Rashodi amortizacije	122.873,00	2.400,00
4.	Financijski rashodi	2.801,00	2.800,00
5.	Donacije	43.800,00	4.832,00
6.	Ostali nespomenuti rashodi	35.455,00	30.000,00
7.	Rashodi vezani uz financiranje povezanih neprofitnih organizacija	0,00	1.400,00
	Ukupno prihodi	962.764,00	620.890,00
	Ukupno rashodi	775.020,00	620.632,00
	Višak prihoda razdoblja	187.744,00	285,00
	Manjak prihoda razdoblja	0	0
	Preneseni višak	246.887,00	247.172,00
	Preneseni manjak	0	0
	Višak prihoda raspoloživ u sljedećem razdoblju	434.631,00	434.916,00
	Stanje novčanih sredstava na početku godine	523.749,00	201.107,00
	Ukupni priljevi na novčane račune i blagajne	614.630,00	620.890,00
	Ukupni odljevi s novčanih računa i blagajni	937.272,00	620.632,00
	Stanje novčanih sredstava na kraju razdoblja	201.107,00	201.365,00

5.1. Detaljni troškovnik programa po aktivnostima

PROGRAMSKE STAVKE	IZNOS kn
1. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2020	20.800,00
2. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2020	3.000,00
3. Program "Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji daljnjeg razvoja bolesti resocijalizaciji invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja	74.200,00
4. Projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“	408.532,00
5. E-inkluzija osoba s invaliditetom i hrvatskih branitelja	16.000,00
6. Aktivnost „25 dana izazov na Jarunu“	14.400,00
7. Obiteljsko druženje članova i Božićni domjenak	5.200,00
8. Redovito funkcioniranje kluba	88.100,00
UKUPNO	678.232,00

5.1.1. Hrvatska liga u sjedećoj odbojci 2020

Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Prijevoz	10.600,00	osobni auto. i kombi
Cestarina	1.200,00	autoput
Smještajni troškovi	2.500,00	Noćenja (Osijek, Šibenik)
Prehrana	6.500,00	Troškovi prehrane i voda
UKUPNO	20.800,00	

5.1.2. Hrvatski kup u sjedećoj odbojci 2020

Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Dresovi	3.000,00	nova garnitura dresova
UKUPNO	3.000,00	

5.1.3. Program „Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji daljnjeg razvoja bolesti i resocijalizacije invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja“

Program „Sjedeća odbojka pomoć u prevenciji daljnjeg razvoja bolesti i resocijalizacije invalida Domovinskog rata i hrvatskih branitelja	
a) Škola hodanja i trčanja za osobe s amputacijom	20.000,00
b) Međunarodni turniri u Vukovaru, Kninu i Splitu	29.600,00
c) Troškovi Leipzig Cup 2020	26.400,00
UKUPNO	74.200,00

a) Škola hodanja i trčanja za osobe s amputacijom		
Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
1. Naknada izvoditelju programa	8.000,00	1 ugovor o djelu
2. Traka za trčanje	12.000,00	
UKUPNO	20.000,00	

b) Međunarodni turniri u Vukovaru, Kninu i Splitu		
Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
1. Naknada i izvoditeljima programa	19.200,00	2 ugovora o naknadi za sport (treninzi i utak.)
2. Promo majice	2.000,00	50 majica s tiskom
3. Prehrana	3.000,00	ručak na turnirima
4. Putni troškovi	5.400,00	2kn x 1km, cestarina
UKUPNO	29.600,00	

c) Troškovi Leipzig Cup 2020		
Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Smještajni troškovi	10.000,00	Hotel, smještaj i doručak za 13 sudionika
Prehrana	4.000,00	13 članova
Kotizacija	2.000,00	Ulazna naknada
Oprema za igranje	3.000,00	Dresovi, trenirke
Putno osiguranje	500,00	Osiguranje članova
Putni troškovi i cestarina	6.900,00	Dva kombija
UKUPNO	26.400,00	

5.1.4. Projekt „Škola sjedeće odbojke i adaptivnih sportova“

NAZIV STAVKE / KONTA	IZNOS
1. Plaća voditelja i koordinatora projekta	195.600,00
2. Ugovor o djelu – trener, vozač/asi.	60.000,00
3. Adaptacija prostora za pristup osoba s invaliditet.	20.000,00
4. Adaptacija i uređenje sanitarnog čvora i svlači.	40.882,00
5. "Kamp „Škola sjedeće odbojke“	40.000,00
6. Prijevoz – gorivo za službeni kombi	8.000,00
7. Putni troškovi – privatna vozila	4.500,00
8. Odbojkaška oprema (mreže, dresovi, majice ...)	10.000,00
9. Catering	800,00
10. Savjetodavne usluge vezane za projekt	28.750,00
UKUPNO	408.532,00

5.1.5. E-inkluzija osoba s invaliditetom i hrvatskih branitelja

Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Voditelj i izvoditelj progra.	12.000,00	1 ugovor o djelu
Oprema	4.000,00	Informatička oprema
UKUPNO	16.000,00	

5.1.6. Program „Spor i rekreacija za mlade – stvaranje zdravije generacije“ Aktivnost – „25 dana izazov na Jarunu“

Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Voditelj i izvoditelj progra.	12.000,00	1 ugovor o djelu
Oprema	2.400,00	Majice promotivne
UKUPNO	14.400,00	

5.1.7. Obiteljsko druženje članova i božićni domjenak

Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Hrana i piće	4.700,00	Hrana
Popratni troškovi	500,00	Čaše, tanjuri i ost.
UKUPNO	5.200,00	

5.1.8. Redovito funkcioniranje kluba

Vrsta troška	Iznos - kn	Napomena
Tehnički pregled	600,00	sl. vozila
Registracija	1.400,00	sl. vozila
Osnovno osiguranje sl. voz.	7.400,00	sl. vozila
Kasko osiguranje sl. voz.	8.000,00	sl. vozila
Servis sl. voz.	2.500,00	sl. vozila
Režije	45.000,00	klupske prostorije
Knjigovodstvene usluge	12.000,00	12 mj x 1.000,00 kn
Financijski troškovi	1.200,00	Bankovne usluge i sl.
Održavanje klupskih prostr.	3.500,00	Bojanje, el. instalacija i os.
Vanjska revizija	6.500,00	Revizije poslovanja za 2019.
UKUPNO	88.100,00	

5.2. Plan zaduživanja i otplata

Invalidski odbojkaški klub „Zagreb“ se ne planira tijekom 2020. godine kratkoročno zaduživati.

5.3. Obrazloženje Financijskog plana

Zakonodavni okvir za izradu Financijskog plana IOK „Zagreb“ za 2020. godinu je Zakon o financijskom poslovanju i računovodstvu neprofitnih organizacija (NN br. 119/15) i Pravilnik o sustavu financijskog upravljanja i kontrola, izradi i izvršavanju financijskih planova neprofitnih organizacija (NN br. 119/15). Izravna poveznica s ovim Financijskim planom je Program rada IOK „Zagreb“ za 2020. godinu u kojemu su navedene programske aktivnosti kluba u 2020. godini, prema strateškim ciljevima i prioritetnim programskim područjima. Također, iza svakog programskog prioriteta navedene su aktivnosti, očekivani rezultati, ciljne skupine, vremenski okviri za provedbu te napomene o financijskim sredstvima (odakle su prikupljena, za koje aktivnosti, koja su sredstva u trenutku sastavljanja Programa rada već osigurana, za koja postoji velika vjerojatnost da će biti osigurana, a za koja se očekuju). Zbog toga, sastavni dio Financijskog plana kluba je i Program rada kluba, iz kojega se vide obrazloženja programa, aktivnosti i projekata koji će se provoditi u 2020. godini (godini za koju se donosi Financijski plan).

Izvori financiranja IOK „Zagreb“ za programe, projekte, aktivnosti i obavljanje redovne djelatnosti prikupljaju se iz različitih izvora:

- a) potpore i dotacije povezanih društava (Hrvatski savez sjedeće odbojke, Zagrebački športski savez sjedeće odbojke, Hrvatski paraolimpijski odbor, DSR „Centar za sport i rekreaciju Zagreb“;
- b) dijelom aplicirajući s projektima i programima na raznim natjecanjima počevši od Državnog proračuna, preko proračuna jedinica lokalne samouprave, europskih fondova, domaćih trgovačkih društava i ostalih pravnih subjekata uključenih u sufinanciranje projekata;
- c) razvijanjem partnerstva za donacije i sponzorstva s tvrtkama u okviru društveno odgovornog poslovanja;
- d) godišnjim članarinama članova IOK Zagreb

Sukladno Pravilniku o financijskom izvještavanju Plan je na razini skupina iz Računskog plana neprofitnih organizacija, a prihodi i rashodi su planirani prema računovodstvenom načelu nastanka događaja. To se vidi iz naprijed prikazanih tablica gdje su prihodi i rashodi podijeljeni na skupine.

Sukladno planu očekivanih prihoda napravljen je i Plan rashoda pa podijeljen na rashode od vlastitih sredstava i rashode za projektne aktivnosti.

IOK „Zagreb“ ima jednog zaposlenog radnika koji obavlja poslove voditelja EU projekta i sportskog direktora. Na poslovima provedbe programa i projekata planiran je angažman još četiri osobe s kojima će biti sklopljeni ugovori o djelu.

Sve administrativne poslove obavljaju tri člana predsjedništva IOK „Zagreb“

Posljednja stavka Financijskog plana je preneseni višak prihoda iz prošlih godina. U 2019. godini preneseni višak prihoda iznosio je 434.631,00 kn, a u 2020. godini planirani preneseni višak prihoda iznositi će 434.916,00 kn.

Izmjene i dopune Financijskog plana napraviti će se u slučaju značajnijih

odstupanja prihoda i rashoda u odnosu na planirane, u skladu sa Statutom i drugim općim aktima koje će donositi predsjedništvo IOK „Zagreb“, a usvajati Skupština IOK „Zagreb“ tijekom 2020. godine. Značajnija odstupanja se očekuju u slučaju pozitivnog ishoda na natjecanjima Grada Zagreba i EU.

Financijski plan za 2020. godinu usvojen je na Skupštini IOK „Zagreb“, održanoj 7. studenog 2019. godine u Zagrebu.

6. ZAKLJUČAK

U provedbi ovog Programa nužan je maksimalan angažman upravljačkih tijela kluba, kao i veliko zalaganje članova uključenih u sustav sportskih priprema i natjecanja. U svrhu što kvalitetnije organizacijske pripreme i provedbe Programa, potrebno je osigurati koordinirano djelovanje svih bitnih upravljačkih čimbenika IOK Zagreba.

Realizacija bitnih odrednica ovog Programa omogućit će svrsishodne i optimalne pripreme naših članova za njihov uspješan nastup na svim takmičenjima koja ih očekuju u 2020. godini.

Uspješna realizacija ovog Programa treba pridonijeti popularizaciji sjedeće odbojke u Republici Hrvatskoj i razvoju hrvatskog sporta osoba s invaliditetom u cjelini. Stvaranje jakog kluba, uspješne reprezentacije, proširenje lige, animiranje novih mladih osoba s invaliditetom u sport ostati će i nadalje naši glavni ciljevi.

7. PODATCI O KLUBU

NAZIV KLUBA : **Invalidski odbojkaški klub "ZAGREB"**

SJEDIŠTE: Kralja Držislava 6, 10 000 Zagreb

e-mail: info@iok-zagreb.hr

Web: www.iok-zagreb.hr

OIB: **63908753742**

MATIČNI BROJ: **1420577**

RNO broj: **0088838**

IBAN: **HR0423900011100139752** Hrvatska Poštanska banka

PREDSJEDNIŠTVO KLUBA:

Dmir Kasap – predsjednik kluba

Tel./fax: 01/2922 386, mob. 098 815 758

E-mail: kasap@iok-zagreb.hr

Siniša Miličević – tajnik kluba

mob. 092 236 64416

E-mail: info@iok-zagreb.hr

Ante Mihaljević, prof. – dopredsjednik

E-mail: ante-vu@hotmail.com

mob. 091 2010026

Koordinator EU projekta i sportski direktor:

Ivan Ćosić

mob. 097 6963 211

e-mail: chosich.ivan@gmail.com i info@iok-zagreb.hr

Zagreb, 7.11. 2019. god.



Predsjednik kluba, Damir Kasap


(potpis)