

Zamawiający:

Gmina Rudziniec

ul. Gliwicka 26, 44-160 Rudziniec

ZAPYTANIE OFERTOWE

W związku z zamiarem realizacji programu powszechnej nauki pływania „Umiem pływać” o nazwie „PŁYWAM BO LUBIĘ, PŁYWAM BO CHCĘ – NAUKA PŁYWANIA W GMINIE RUDZINIEC”, zwracamy się z uprzejmą prośbą o przedłożenie pisemnej oferty.

Ofertę prosimy dostarczyć **do dnia 16 sierpnia 2019 r. do godz. 11:00** do Urzędu Gminy w Rudzińcu ul. Gliwicka 26 lub przesłać pocztą elektroniczną na adres oswiata@rudziniec.pl, bądź na nr faksu 32 739 06 14.

Opis przedmiotu zamówienia:

1. wynajem całego basenu trzy razy w tygodniu w poniedziałek, wtorek i środę w godz. 12:30 – 15:30 oraz szatni od 12:15 do 15:45, przez 10 tygodni w okresie od 09.09.2019 r. do 06.12.2019 r.,
2. nauka pływania 6 grup maksymalnie 15 osobowych, poprzez realizację treści programowych stanowiących załącznik do zapytania ofertowego,
3. zabezpieczenie 2 ratowników/instruktorów, z kwalifikacjami, w czasie przeznaczonym na realizację treści programowych.

Kryteria oceny ofert:

1. cena oferty brutto, za zrealizowanie jednych zajęć jednej grupy - 80%
(cena najniższa : cena badana x waga kryterium)
2. odległość od gminy – 20%
(odległość najniższa : odległość badana x waga kryterium)

Inne wymagania zamawiającego - brak

Załączniki – treści programowe

Z up. Wójta Gminy

lek. wet. Andrzej Hosz
Z-ca Wójta Gminy

TREŚCI PROGRAMOWE**Etap pierwszy – ćwiczenia oswajające z wodą oraz nauka podstawowych ruchów napędowych w środowisku wodnym (20 lekcji)**

do wykorzystania przy realizacji zajęć w ramach projektu
powszechnej nauki pływania „Umiem pływać”.

Faza pierwsza (lekcje 1-5)		Faza druga (lekcje 6-10)		Faza trzecia (lekcje 11-15)		Faza czwarta (lekcje 16-20)	
1.	Opanowanie podstawowych czynności w wodzie	6.	Wykonywanie leżenia na piersiach i grzbiecie	11	Opanowanie ruchów napędowych kończyn dolnych do kraula na grzbiecie	16	Opanowanie pracy kończyn górnych do kraula na grzbiecie
2.	Zanurzenie głowy do wody.	7.	Wykonywanie leżenia na piersiach i grzbiecie	12	Opanowanie ruchów napędowych kończyn dolnych do kraula na grzbiecie	17	panowanie pracy kończyn górnych do kraula na grzbiecie
3.	Otwieranie oczu pod wodą.	8.	Wykonywanie prostych skoków	13	Elementy nurkowania w głębi.	18	Elementy nurkowania w dali w głębi
4.	Opanowanie wydechu do wody.	9.	Opanowanie poślizgów na piersiach	14	Opanowanie ruchów napędowych kończyn dolnych do kraula na piersiach z poprawnym wydechem	19	Wykonywanie skoków do wody głębokiej
5.	Ćwiczenia wypornościowe	10	Opanowanie poślizgów na piersiach	15	Opanowanie ruchów napędowych kończyn dolnych do kraula na piersiach z poprawnym wydechem	20	Gry i zabawy z wykorzystaniem poznanych elementów w formie festynu lub zawodów.
Sprawdzian I na stopień RYBKA		Sprawdzian II na stopień FOKA		Sprawdzian III na stopień NUREK		Sprawdzian IV na stopień DELFINEK	
1.	Wdech-bezdech- wydech w każdej fazie zaznaczenie – łączone 3-5 powtórzeń	1.	Wykonanie poślizgu na piersiach i grzbiecie z zaznaczoną fazą szybowania – 5 sekund	1.	Przełynięcie odcinka 25 m samymi NN do kraula na grzbiecie i kraula na piersiach z wykorzystaniem sprzętu wypornościowego (deska, makaron)	1.	Przełynięcie dystansu 25 m kraulem na grzbiecie bez przyborów i przyrządów wypornościowych.
2.	Wykonanie tzw. „meduzy” na piersiach i grzbiecie – 10 sekund	2.	Skok do wody Wypłynięcie z asekuracją ułożenie ciała na plecach	2.	Nurkowanie w głębi z wyłowieniem zabawki z dna pływalni do około 100-120 cm (można wykorzystywać żerdź pływacką)	2.	Skok do wody głębokiej, wypłynięcie obrócenie się na plecy i dopłynięcie do wyznaczonego miejsca, wyłowienie zabawki z dna pływalni.

Źródło – opracowanie Katarzyna Kucia-Czyszczorń, Alicja Stachura