

REGULAMIN OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY PROMOCJI ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

Zatwierdzony uchwałą nr ~~186~~⁴⁸²/2019 Zarządu Głównego Polskiego Czerwonego Krzyża z dnia 4 listopada 2019 r.

Rozdział 1. Cel Olimpiady

- 1) Celem Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia - zwanej dalej Olimpiadą - jest wykształcenie wśród młodzieży szkolnej potrzeby dbania o własne zdrowie oraz promowanie zdrowego stylu życia.
- 2) Cel Olimpiady zostanie osiągnięty poprzez:
 - a) kształtowanie wśród uczniów postaw i zachowań prozdrowotnych,
 - b) pogłębianie wiedzy uczniów na temat zagrożeń zdrowotnych oraz sposobów ochrony zdrowia i dbałości o zdrowie,
 - c) inicjowanie i realizowanie przez młodzież działań promujących zdrowie w środowisku lokalnym.
- 3) Olimpiada ma charakter konkursowy. Nastawiona jest na wymianę doświadczeń oraz rozwijanie i doskonalenie swoich umiejętności.

Rozdział 2. Adresaci Olimpiady

Olimpiada skierowana jest do uczniów szkół podstawowych (klasy 6 – 8) i średnich, zarówno publicznych, jak i niepublicznych, w tym uczniów:

- a) szkół podstawowych – klasy 6-8
- b) branżowych szkół I i II stopnia,
- c) liceów ogólnokształcących,
- d) techników.

Rozdział 3. Organizatorzy

- 1) Organizatorem Olimpiady jest Polski Czerwony Krzyż.
- 2) Współorganizatorami Olimpiady mogą być inne instytucje takie jak uczelnie, kuratoria oświaty, stowarzyszenia, firmy prywatne.
- 3) Olimpiada jest przedsięwzięciem kilkustopniowym i obejmuje następujące etapy:
 - a) szkolny,
 - b) rejonowy,
 - c) okręgowy,
 - d) finał.
- 4) Za realizację poszczególnych etapów Olimpiady odpowiadają:

- a) etapu szkolnego i rejonowego - szkoły (w tym Szkolne Koła PCK) i Oddziały Rejonowe PCK,
 - b) etapu okręgowego - Oddziały Okręgowe PCK,
 - c) finału – Biuro Zarządu Głównego PCK.
- 5) Przy organizacji wszystkich etapów Olimpiady zaleca się współpracę z innymi instytucjami i organizacjami, które są zainteresowane promocją zdrowia w środowisku dziecięco - młodzieżowym.
- 6) Poszczególne etapy Olimpiady organizowane są ze środków budżetowych właściwych terenowo Oddziałów PCK lub ze środków finansowych pozyskanych przez Oddziały PCK na ten cel.

Rozdział 4. Założenia organizacyjne

- 1) Decyzje o rozpoczęciu organizacji Olimpiady w danym roku szkolnym oraz o terminach poszczególnych jej etapów podejmuje i podaje do wiadomości, najpóźniej do końca października danego roku szkolnego, Zarząd Główny PCK.
- 2) Olimpiada rozpoczyna się w listopadzie, a kończy w czerwcu, w trakcie jednego roku szkolnego.
- 3) Nad przebiegiem Olimpiady czuwa Komitet Główny Olimpiady powoływany przez Zarząd Główny PCK.
- 4) Olimpiada może być organizowana na terenie poszczególnych Okręgów PCK dla uczniów szkół podstawowych, szkół średnich, bądź równocześnie dla młodzieży z obu kategorii szkół. Uczestnicy startują w jednej z dwóch kategorii wiekowych: I – szkoły podstawowe (klasy 6-8) lub II – szkoły średnie, zwaną dalej kategorią wiekową lub kategoriami wiekowymi.
- 5) Miejsce organizacji Olimpiady ustalają:
 - a) dla etapów szkolnych - Oddziały Rejonowe PCK, przy czym etap szkolny Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca grudnia danego roku szkolnego,
 - b) dla etapów rejonowych - ustalają Oddziały Rejonowe PCK, przy czym etap rejonowy Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca stycznia danego roku szkolnego,
 - c) dla etapów okręgowych - ustalają Oddziały Okręgowe PCK, przy czym etap okręgowy Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca kwietnia danego roku szkolnego,
 - d) dla finału - ustala i podaje do wiadomości, najpóźniej do końca kwietnia danego roku szkolnego, Zarząd Główny PCK. Finał Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca pierwszej połowy czerwca danego roku szkolnego.
- 6) Podczas Olimpiady sprawdzana jest wiedza i umiejętności uczestników z zakresu istniejących zagrożeń zdrowotnych, sposobów ochrony zdrowia, ochrony środowiska oraz zasad zdrowego stylu życia, w szczególności:
 - a) zasad higieny osobistej i otoczenia ze szczególnym uwzględnieniem zdrowia i higieny jamy ustnej,
 - b) zasad zdrowego żywienia,

- c) znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia człowieka,
 - d) prawidłowego rozkładu dnia ucznia i odpowiednich form wypoczynku,
 - e) problematyki ochrony środowiska naturalnego,
 - f) profilaktyki uzależnień (od nikotyny, alkoholu i narkotyków),
 - g) zapobiegania chorobom zakaźnym (szczególnie HIV/AIDS) i cywilizacyjnym,
 - h) zapobiegania urazom i wypadkom (w domu, szkole oraz w drodze),
 - i) zasad udzielania pierwszej pomocy,
 - j) podstawowych wiadomości o ruchu czerwono krzyskim.
- 7) Zakres materiału wymagany podczas Olimpiady stanowi załącznik nr 5 do niniejszego Regulaminu.
- 8) Komitet Główny Olimpiady może ustalić temat przewodni danej edycji Olimpiady, który będzie obowiązywał na części lub na wszystkich jej etapach.

Rozdział 5. Przebieg poszczególnych etapów Olimpiady

Na wszystkich etapach Olimpiady przeprowadzony będzie test w formie papierowej.

Dział I. Zasady organizacji etapu szkolnego Olimpiady

- 1) Podczas etapu szkolnego zadaniem uczestników jest rozwiązanie testu składającego się z 20 pytań testowych (zarówno z jedną poprawną odpowiedzią, jak i pytań o charakterze „prawda-fałsz”). Na wykonanie zadania przeznaczona jest 30 minut.
- 2) Jeżeli więcej niż jedna osoba uzyska taką samą, najwyższą ilość punktów należy przeprowadzić dogrywkę między tymi osobami. Za przygotowanie pytań dogrywki odpowiada Komisja Szkolna Olimpiady lub przedstawiciel Oddziału Rejonowego PCK.
- 3) Protokół z przebiegu etapu szkolnego Olimpiady należy dostarczyć do biura Oddziału Rejonowego PCK w terminie 14 dni od dnia zakończenia tego etapu. Wzór protokołu stanowi załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu.
- 4) Do etapu rejonowego przechodzą uczestnicy, którzy otrzymali najwięcej punktów w każdej z kategorii wiekowych.

Dział II. Zasady organizacji etapu rejonowego Olimpiady

- 1) W etapie rejonowym Olimpiady uczestniczą uczniowie, którzy zajęli pierwsze miejsce podczas etapu szkolnego w każdej z kategorii wiekowych.
- 2) Podczas etapu rejonowego Olimpiady zadaniem uczestników jest rozwiązanie testu składającego się z 30 pytań testowych (zarówno z jedną poprawną odpowiedzią, jak i pytań o charakterze „prawda-fałsz”), na wykonanie zadania przeznaczona jest 40 minut.
- 3) Jeżeli więcej niż jedna osoba uzyska taką samą, najwyższą ilość punktów należy przeprowadzić dogrywkę między tymi osobami. Za przygotowanie pytań dogrywki odpowiada Oddział Rejonowy PCK.

- 4) Protokół z przebiegu etapu rejonowego Olimpiady należy dostarczyć do biura Oddziału Okręgowego PCK w terminie 14 dni od dnia zakończenia tego etapu. Wzór protokołu stanowi załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu.
- 5) Do etapu okręgowego przechodzą uczestnicy, którzy otrzymali najwięcej punktów w każdej z kategorii wiekowych.
- 6) Koszty przejazdu uczestników etapu rejonowego i ich opiekunów pokrywają delegujące szkoły.

Dział III. Zasady organizacji etapu okręgowego Olimpiady

- 1) W etapie okręgowym Olimpiady uczestniczą uczniowie, którzy zajęli pierwsze miejsce podczas etapu rejonowego w każdej kategorii wiekowych.
- 2) Etap okręgowy Olimpiady obejmuje:
 - a) część pisemną - test składający się z 40 pytań testowych (zarówno jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, jak i pytań o charakterze „prawda-falsz”), na wykonanie zadania przeznaczona jest 45 minut.
 - b) ocenę przez Komisję Oceniającą na etapie okręgowym dokumentacji z przebiegu jednej akcji promującej zdrowie, zwanej również akcją prozdrowotną. Tematykę akcji może ustalić Komitet Główny Olimpiady. Przeprowadzenie akcji prozdrowotnej powinno być udokumentowane i potwierdzone na piśmie przez przedstawiciela szkoły, w której akcja ta została zorganizowana (np. dyrektora szkoły, opiekuna Szkolnego Koła PCK). Dokumentacja powinna zawierać opis akcji prozdrowotnej (w tym opis jej przebiegu, ewentualne ankiety, ewaluację) oraz elementy dodatkowe, takie jak: prezentacja multimedialna, film, plakaty, ulotki itp. Karta ocen akcji prozdrowotnej na etapie okręgowym stanowi załącznik nr 2 do niniejszego Regulaminu.
- 3) Wszystkie prace dokumentujące akcje prozdrowotne powinny zostać dostarczone osobiście lub pocztą do Biura Oddziału Okręgowego PCK minimum na 14 dni przed częścią pisemną etapu okręgowego Olimpiady. Dokładny termin nadsyłania dokumentacji ustalają poszczególne Oddziały Okręgowe PCK i informują o tym wszystkich zgłoszonych do etapu uczestników.
- 4) Zwycięzcą etapu okręgowego Olimpiady zostaje uczestnik, który uzyska największą sumaryczną liczbę punktów ze wszystkich części etapu okręgowego, o których mowa w ust. 2.
- 5) Jeżeli więcej niż jedna osoba uzyska taką samą, najwyższą ilość punktów należy przeprowadzić dogrywkę między tymi osobami. Za przygotowanie pytań dogrywki odpowiada Oddział Okręgowy PCK.
- 6) Protokół z przebiegu etapu okręgowego Olimpiady, sporządzony według wzoru określonego w załączniku nr 1 do niniejszego Regulaminu, należy przekazać Komitetowi Głównemu Olimpiady przesyłając listem poleconym na adres: Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża, 00-561 Warszawa, ul. Mokotowska 14 z dopiskiem „Finał Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia” lub złożyć osobiście

w sekretariacie Biura Zarządu Głównego PCK w terminie 14 dni od dnia zakończenia tego etapu.

- 7) Całą dokumentację dotyczącą przeprowadzonej akcji prozdrowotnej laureaci etapów okręgowych przesyłają listem poleconym na adres: Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża, 00-561 Warszawa, ul. Mokotowska 14 z dopiskiem „Finał Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia” lub osobiście składają ją w sekretariacie Biura Zarządu Głównego PCK w Warszawie do dnia 10 maja danego roku szkolnego - liczy się data doręczenia. Laureat etapu okręgowego wysyła pracę za pośrednictwem operatora publicznego na swoją odpowiedzialność.
- 8) Zwycięzca etapu okręgowego, o którym mowa w ust. 4, który przystąpi do finału Olimpiady otrzymuje tytuł finalisty oraz zaświadczenie wydane przez Komitet Główny Olimpiady. Zaświadczenie to jest wręczane podczas finału Olimpiady. Wzór zaświadczenia stanowi załącznik nr 3 do niniejszego Regulaminu.
- 9) Koszty przejazdu uczestników etapu okręgowego i ich opiekunów pokrywają Oddziały Okręgowe PCK delegujące, bądź szkoły.

Dział IV. Zasady organizacji finału Olimpiady

- 1) W finale Olimpiady uczestniczą uczniowie (finaliści), którzy zajęli pierwsze miejsce podczas etapu okręgowego. Uczniowie przyjeżdżają wraz z opiekunami - nauczycielami przygotowującymi uczniów do Olimpiady.
- 2) W finale Olimpiady nie mogą brać udziału uczestnicy, którzy w poprzednim roku zajęli pierwsze miejsce podczas finału Olimpiady.
- 3) Koszt zakwaterowania i wyżywienia uczestników finału Olimpiady i ich opiekunów pokrywa Biuro Zarządu Głównego PCK. Koszt podróży uczestników i ich opiekunów pokrywają Oddziały Okręgowe PCK delegujące, bądź szkoły.
- 4) Finał Olimpiady obejmuje:
 - a) test składający się ze 100 pytań (zarówno jedno jak i wielokrotnego wyboru, jak i pytań o charakterze „prawda-falsz”) - na wykonanie tego zadania przeznaczona jest 75 minut,
 - b) ocenę zaprezentowanej przez uczestnika jednej akcji promującej zdrowie przeprowadzonej przez niego w środowisku lokalnym w ramach etapu okręgowego Olimpiady zwanej akcją prozdrowotną. Tematykę akcji może ustalić Komitet Główny Olimpiady. Kartę ocen akcji prozdrowotnej zawiera załącznik nr 2 do niniejszego Regulaminu. Na wykonanie tego zadania przeznaczona jest 15 minut na każdego uczestnika, w tym 10 minut na prezentację akcji przez uczestnika i 5 minut na pytania od Komisji Oceniającej w finale.
- 5) Jeżeli więcej niż jedna osoba otrzyma taką samą, łączną ilość punktów z zadań finałowych, o których mowa w ust. 4, o zwycięstwie decyduje liczba punktów zdobytych podczas testu wiedzy. W przypadku równej liczby punktów z testu, Komisja Oceniająca przeprowadza dogrywkę.

- 6) Zwycięzcą Olimpiady zostaje uczestnik, który uzyska największą sumaryczną liczbę punktów ze wszystkich zadań finałowych oraz spełni warunki określone w ust. 5. Zwycięzca Olimpiady otrzymuje tytuł laureata. Wzór zaświadczenia stanowi załącznik nr 4 do niniejszego Regulaminu.

Rozdział 6. Komisja Oceniająca

Nad prawidłowym przebiegiem poszczególnych etapów Olimpiady pod względem merytorycznym czuwa Komisja Oceniająca, w skład której wchodzi między innymi:

- a) na etapie szkolnym – nauczyciel/opiekun Szkolnego Koła PCK i dyrektor szkoły i/lub informatyk/nauczyciel informatyki,
- b) na etapie rejonowym - przedstawiciel Oddziału Rejonowego PCK, przedstawiciel Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej i/lub specjalista w dziedzinie żywienia człowieka, Instruktor Pierwszej Pomocy PCK,
- c) na etapie okręgowym - przedstawiciel Oddziału Okręgowego PCK, Instruktor Pierwszej Pomocy PCK, przedstawiciel Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej i/lub specjalista w dziedzinie żywienia człowieka,
- d) w finale - przedstawiciel Zarządu Głównego PCK, Instruktor Pierwszej Pomocy PCK, przedstawiciel Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej i/lub specjalista w dziedzinie żywienia człowieka.

Rozdział 7. Protesty

- 1) Protesty dotyczące oceny uczestników, na każdym etapie Olimpiady, zgłoszone jeszcze przed ogłoszeniem wyników rozstrzyga Komisja Oceniająca dany etap Olimpiady.
- 2) Protesty dotyczące oceny uczestników, na każdym etapie Olimpiady, zgłoszone po ogłoszeniu wyników rozstrzyga zarząd odpowiedniego szczebla organizujący dany etap Olimpiady.
- 3) Protest powinien zostać złożony na piśmie za pośrednictwem Komisji Oceniającej dany etap Olimpiady w nieprzekraczalnym terminie 7 dni od daty ogłoszenia wyników danego etapu.
- 4) Decyzja zarządu danego szczebla jest ostateczna.

Rozdział 8. Nagrody

- 1) Zwycięzcy poszczególnych etapów Olimpiady otrzymują nagrody rzeczowe lub wyróżnienia, o których rodzaju i przeznaczonych na nie środkach finansowych decydują - odpowiednio do danego etapu Olimpiady - Oddziały Rejonowe PCK, Oddziały Okręgowe PCK lub Biuro Zarządu Głównego PCK.
- 2) Nagrody główne, na wszystkich etapach Olimpiady, przyznawane są uczestnikom wyłącznie za trzy pierwsze miejsca w każdej z kategorii wiekowych.

- 3) Podczas finału Olimpiady nagrodzeni mogą zostać ponadto uczestnicy, którzy zaprezentowali najciekawsze akcje prozdrowotne.

Rozdział 9. Uwagi ogólne

- 1) Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego Regulaminu.
- 2) Zmiany niniejszego Regulaminu wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.

Załączniki do regulaminu:

1. Protokół z przebiegu Ogólnopolskiej Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia;
2. Karta ocen akcji prozdrowotnej;
3. Wzór zaświadczenia - etap okręgowy;
4. Wzór zaświadczenia – finał;
5. Zakres materiału wymagany w Ogólnopolskiej Olimpiadzie Zdrowego Stylu Życia.