

REGULAMIN III POWIATOWEGO FESTIWALU ZDROWIA

Założenia ogólne

1. Hasło festiwalu.: „Żyj zdrowo i bez nałogów”
2. **Organizator:**
 - * Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna, w Tczewie
 - * Starostwo Powiatowe w Tczewie
 - * Szkoła Podstawowa nr 12 w Tczewie
3. **Współorganizator:**
 - * Urząd Miejski w Tczewie
4. **Patronat:**
 - * Prezydent Miasta Tczewa
 - * Starosta Tczewski

Cele, zakres, tematyka

1. **Adresaci konkursu:**

Tczewski Festiwal Zdrowia adresowany jest do uczniów klas VI –VIII szkół podstawowych, uczniów szkół ponadpodstawowych, pielęgniarek szkolnych, rodziców a także nauczycieli i dyrektorów szkół;
2. **Cele konkursu:**
 - * wzrost poziomu wiedzy nt. zapobiegania zakażeniom HIV poprzez budowanie świadomości młodych ludzi w obszarze ryzykownych zachowań
 - * poszerzenie wiedzy i umiejętności na temat zbilansowanej diety, wartości odżywczej produktów, zaburzeń stanu zdrowia i rozwoju związanego z nieprawidłowym odżywianiem
 - * uświadomienie uczniom wpływu aktywności fizycznej na potęgowanie zdrowia
 - * promowanie i upowszechnianie zdrowego stylu życia wolnego od nikotyny, alkoholu i innych środków psychoaktywnych
 - * zwiększenie świadomości na temat wpływu działalności człowieka na środowisko
 - * integracja środowisk szkolnych i inspirowanie ich do działań w zakresie profilaktyki zdrowotnej
3. **Czas trwania Festiwalu Zdrowia**
 - **6 grudnia 2019 r. w godz. 9.00 – 14.00** - w Szkole Podstawowej nr 12 w Tczewie
4. **Zakres Festiwalu Zdrowia:**

W Festiwalu Zdrowia uczestniczą **10 osobowe** reprezentacje szkół wyłonione na etapie szkolnym, dalej zwane drużyną.

Każda szkoła wystawia tylko jedną 10 osobową drużynę.

Drużyna będzie miała za zadanie zdobyć jak największą liczbę punktów w poszczególnych etapach rozgrywek podczas Festiwalu Zdrowia.

Na poszczególne etapy składają się następujące 4 konkursy:

- przygotowanie zdrowej sałatki, omówienie jej składu oraz zasadności użytych produktów spożywczych w konkursie na wybór **Mistrza Sałatki**
- przykłady ćwiczeń kształtujących wygląd, sylwetkę, postawę ciała - w konkursie „**Wyginaj śmiało ciało!**”
- **praca plastyczna** dotycząca tematyki ekologii i ochrony środowiska
- konkurs wiedzy nt. profilaktyki HIV/AIDS i zdrowego stylu życia – **pisemny test wiedzy** (oparty na wiedzy dostępnej w materiałach programów prozdrowotnych koordynowanych przez PSSE Tczew)

5. Sposób zgłaszania uczestników:

Ustala się następujące zasady przeprowadzenia konkursu:

- Konkurs odbywa się w II etapach: szkolnym i powiatowym
- Do konkursu powiatowego należy zgłosić drużynę, która zwyciężyła na etapie szkolnym Konkursu

Przebieg konkursów

1. Zadania dla uczestników konkursu pt. Mistrz Sałatki:

Produkty spożywcze do przyrządzenia sałatki zapewnia organizator. Każda drużyna wybierze nie więcej jak 10 składników i dodatków wśród dostępnych produktów. Zespół, który korzysta z dodatkowych produktów, (np. przyniesionych przez siebie) zostanie zdyskwalifikowany.

Deskę i nóż do krojenia drużyna przynosi ze sobą. talerze do prezentacji oraz widelce do degustacji sałatki, zapewnia organizator. Dla osób przygotowujących sałatki zapewnione będą również rękawiczki, ręczniki papierowe, serwetki gastronomiczne. Stoły zostaną wyłożone białym, papierowym obrusem.

W konkursie udział biorą 2 osoby z drużyny.

Zadania uczestników konkursu:

- wybór składników sałatki
- praktyczne przygotowanie sałatki
- omówienie składu sałatki z wyróżnieniem wartości odżywczych
- dbanie o czystość i porządek na miejscu pracy

► **Zasady oceny:**

- ocena grup żywnościowych produktów i ich wartości odżywczych użytych w przygotowaniu sałatki
- ład i porządek na miejscu pracy
- kolorystyka i prezentacja sałatki

► **Zasady nagradzania:**

- punkty za przygotowanie sałatki zostaną przyznane osobno dla szkół podstawowych (lub zespołów szkół) oraz szkół ponadpodstawowych a następnie zliczone do ogólnej liczby punktów drużyny.

2. **Zadania dla uczestników konkursu „Wyginaj śmiało ciało!”**

Celem konkursu jest zachęcenie młodych ludzi do większej aktywności ruchowej, która pomoże im zachować właściwą masę ciała, utrzymać prawidłowe ciśnienie krwi, rozładować stres, a dzięki temu zdecydowanie zmniejszyć ryzyko chorób układu krążenia w dorosłym życiu.

W konkursie udział biorą 4 osoby z drużyny.

- każda ze szkół przygotowuje i prezentuje zestaw ćwiczeń aerobowych przy muzyce własnej, wzmacniających mięśnie całego ciała, rozciągających, na zdrowy kręgosłup, itp.
- **Czas prezentacji: do 4 minut.**

Szkoła dysponuje: matami do ćwiczeń, stepami, piłkami fitness.

► **Zasady oceny:**

- oryginalność, poprawność doboru i wykonania ćwiczeń
- sugestywny przekaz treści związanych z tematem

► **Zasady nagradzania:**

- punkty za przygotowanie i prezentację zestawu ćwiczeń zostaną przyznane osobno w dwóch kategoriach szkół a następnie zliczone do ogólnej liczby punktów drużyny.

3. **Zadania dla uczestników konkursu plastycznego p. h. „Nasza Ziemia - Twój Dom”**

Tematyka prac plastycznych powinna obejmować zagadnienia ściśle związane z negatywnymi skutkami wpływu człowieka na środowisko naturalne i ekosystem oraz tematyka dot. ochrony środowiska.

Czas wykonywania pracy plastycznej: **90 minut.**

Prace powinny być wykonane w technikach z wykorzystaniem wyłącznie kredek, farb lub flamastrów. Sztalugi i papier w jednakowym dla wszystkich formacie, będą przygotowane dla każdej grupy, natomiast **kredek, flamastry, farby, pędzle - uczestnicy zapewniają sobie we własnym zakresie.**

W konkursie udział biorą 2 osoby z drużyny.

- każda drużyna przywozi ze sobą materiały i akcesoria potrzebne do wykonania pracy plastycznej w technice – **rysunek, malunek, grafika**
- każda drużyna wykonuje tylko jedną pracę
- treść pracy plastycznej powinna ściśle łączyć się z tematem

Szkoła dysponuje sztalgami do prac i papierem.

► **Zasady oceny:**

- zgodność pracy z tematyką, przekaz plakatu, estetyka pracy, oryginalność

► **Zasady nagradzania:**

- punkty za wykonanie pracy plastycznej zostaną przyznane osobno w każdej kategorii wiekowej a następnie zliczone do ogólnej liczby punktów drużyny

4. Zadania dla uczestników konkursu wiedzy - TEST

Test będzie się składał z **30 pytań**. Czas na udzielenie odpowiedzi - **40 minut**.

W konkursie udział biorą 2 osoby z drużyny.

- konkurs wiedzy będzie się opierał na teście wielokrotnego wyboru
- tematyka testu będzie obejmowała zagadnienia dotyczące HIV/AIDS, profilaktyki stosowania środków psychoaktywnych przez dzieci i młodzież oraz zdrowego stylu życia. Pytania będą zróżnicowane i dostosowane do możliwości grupy wiekowej (tj. uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych).

► **Zasady oceny:**

- konkurs wygrywa drużyna, która otrzyma największą liczbę punktów z testu.

► **Zasady nagradzania:**

- punkty za test zostaną przyznane osobno dla zespołów ze szkół podstawowych oraz
- ponadpodstawowych a następnie zliczone do ogólnej liczby punktów drużyny

Struktura organizacyjna

1. Skład komisji konkursowej:

Każda konkurencja oceniana będzie przez powołane oddzielne komisje konkursowe, w skład których wejdą przedstawiciele organizatorów festiwalu oraz zaproszeni goście.

Po przeprowadzeniu wszystkich 4 konkursów i podsumowaniu punktów drużyn, zostaną wyłonione zwycięskie zespoły.

Nagrody dla laureatów zapewniają organizatorzy i współorganizatorzy w miarę posiadania środków finansowych.

Przewiduje się nagrody dla zespołów, które zdobyły I, II oraz III miejsca w dwóch kategoriach : szkoły podstawowe oraz ponadpodstawowe.

Zgłoszenia do udziału w Festiwalu Zdrowia

Warunkiem wzięcia udziału w Festiwalu Zdrowia przez zespoły szkolne danej szkoły jest prawidłowe zgłoszenie szkoły przez dyrektora szkoły na karcie zgłoszenia (Zał. nr 1).

Karty zgłoszenia na III Powiatowy Festiwal Zdrowia należy wypełnić i przesłać na adres e-mail: oz@psse.tczew.pl

Zgłoszenia udziału w III Festiwalu Zdrowia przyjmowane będą **do dnia 31 października 2019 r**
Zgłoszenia, które wpłyną po wyznaczonym terminie lub będą niekompletne nie będą honorowane.

Karty zgłoszenia zostaną przesłane wraz z regulaminem również pocztą elektroniczną w wersji edytowalnej.

Wszystkie załączniki muszą być wypełnione czytelnie, drukowanymi literami.

W celu zapewnienia widowni prosi się szkoły uczestniczące w Festiwalu o przybycie z kibicami - jedna klasa ze szkoły.

Muzykę do ćwiczeń w konkursie „ WYGINAJ CIAŁO ŚMIAŁO” należy dostarczyć w pliku MP 3 - e – mailem na adres: oz@psse.tczew.pl w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 29.11.2019 r.** do godz. 15.00.

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo zdyskwalifikowania drużyny, która w w/w terminie nie prześle muzyki do ćwiczeń w formacie MP3.

Za osoby przebywające na terenie hali sportowej SP 12 odpowiedzialność ponosić będą opiekunowie, którzy przybyli z grupami i kibicami z poszczególnych szkół biorących udział w Festiwalu Zdrowia.

Postanowienia końcowe

- Decyzja Komisji Konkursowej jest ostateczna i nie podlega odwołaniu.
- Niniejszy regulamin jest jedynym dokumentem określającym zasady konkursu.
- Organizatorzy mogą przerwać lub odwołać konkurs bez podania przyczyn.
- W sytuacjach nie objętych regulaminem rozstrzygają organizatorzy.
- Organizator nie zwraca kosztów poniesionych w związku z uczestnictwem w Konkursie.
- Zespoły, które naruszają Regulamin Konkursu, jak również obowiązujące w Polsce przepisy prawa powszechnego oraz ogólnie przyjęte normy społeczne, zostaną wykluczone z Konkursu.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za podanie nieprawdziwych danych przez Uczestników.
- Uczestnictwo w Konkursie jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na umieszczanie przez Organizatora wizerunku uczestnika w materiałach promocyjnych i medialnych.
- Informacji dodatkowych udzielają pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Tczewie – Sekcji Oświaty Zdrowotnej z Higieną Dzieci i Młodzieży
Danuta Komorowska; Małgorzata Pasikowska - tel. 58/ 531 – 39 – 31 w. 21.

Załączniki

- „Karta zgłoszenia na Festiwal Zdrowia”
- „Zgoda Przedstawiciela ustawowego niepełnoletniego uczestnika konkursu na udział w konkursie –
Załącznik nr 1
- Klauzula informacyjna o przetwarzaniu danych osobowych – F/IT/PT/PZ/01/02/02
- Oświadczenie pełnoletniego uczestnika Konkursu – Załącznik nr 2
- Klauzula informacyjna o przetwarzaniu danych osobowych – F/IT/PT/PZ/01/02/03