

REGULAMIN OGÓLNOPOLSKIEJ OLIMPIADY PROMOCJI ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

Zatwierdzony uchwałą nr 255/2014 Zarządu Głównego Polskiego
Czerwonego Krzyża z 7 października 2014 roku

Rozdział 1. Cel Olimpiady:

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 poprzez:

- kształtowanie wśród uczniów postaw i zachowań prozdrowotnych,
- pogłębianie wiedzy uczniów na temat zagrożeń zdrowotnych oraz sposobów ochrony zdrowia i dbałości o zdrowie,
- inicjowanie i realizowanie przez młodzież działań promujących zdrowie w środowisku lokalnym.

Olimpiada, mimo charakteru konkursowego, nie jest nastawiona na rywalizację, a na wymianę doświadczeń oraz rozwijanie i doskonalenie swoich umiejętności.

Rozdział 2. Adresaci Olimpiady:

Olimpiada skierowana jest do uczniów szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych,

w tym uczniów:

- zasadniczych szkół zawodowych,
- liceów ogólnokształcących,
- liceów profilowanych,
- techników,

zarówno publicznych, jak i niepublicznych.

Rozdział 3. Organizatorzy:

1 Głównym organizatorem Olimpiady jest Polski Czerwony Krzyż.

2 Współorganizatorami Olimpiady mogą być inne instytucje takie jak uczelnie wyższe, kuratoria oświaty, stowarzyszenia, firmy prywatne.

3 Olimpiada jest przedsięwzięciem kilkustopniowym i obejmuje następujące etapy:

- 4 a) szkolny
- 5 b) rejonowy
- 6 c) okręgowy
- 7 d) finał

8 Za realizację poszczególnych etapów Olimpiady odpowiadają:

- 9 a) etapu szkolnego i rejonowego - szkoły (w tym szkolne koła PCK) i oddziały rejonowe PCK,
- 10 b) etapu okręgowego - oddziały okręgowe PCK,
- 11 c) finału – Biuro Zarządu Głównego PCK.
- 12 Przy organizacji wszystkich etapów Olimpiady zaleca się współpracę z innymi instytucjami i organizacjami, które są zainteresowane promocją zdrowia w środowisku dziecięco - młodzieżowym.
- 13 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 września danego roku szkolnego, Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża.
- 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 Ogólnopolska Olimpiada Promocji Zdrowego Stylu Życia może być organizowana na terenie poszczególnych okręgów PCK dla uczniów gimnazjów, szkół ponadgimnazjalnych, bądź równocześnie dla młodzieży z obu kategorii szkół. Uczestnicy startują w jednej z dwóch kategorii wiekowych: gimnazjalnej lub ponadgimnazjalnej, zwaną dalej kategorią wiekową lub kategoriami wiekowymi.
- 5 Miejsce organizacji Olimpiady ustalają:
 - 6 a) dla etapów szkolnych - oddziały rejonowe PCK, przy czym etap szkolny Olimpiady odbywa się najpóźniej do połowy grudnia danego roku szkolnego,
 - 7 b) dla etapów rejonowych - ustalają oddziały rejonowe PCK, przy czym etap rejonowy Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca stycznia danego roku szkolnego,
 - 8 c) dla etapów okręgowych - ustalają oddziały okręgowe PCK, przy czym etap okręgowy Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca marca danego roku szkolnego,
 - 9 d) dla finału - ustala i podaje do wiadomości, najpóźniej do końca kwietnia danego roku szkolnego, Zarząd Główny PCK. Etap centralny (finał)

Olimpiady odbywa się najpóźniej do końca pierwszej połowy czerwca danego roku szkolnego.

- 10 Podczas Olimpiady sprawdzana jest wiedza i umiejętności uczestników z zakresu istniejących zagrożeń zdrowotnych, sposobów ochrony zdrowia, ochrony środowiska oraz zasad zdrowego stylu życia, a w szczególności:
 - 11 a) zasad higieny osobistej i otoczenia ze szczególnym uwzględnieniem zdrowia i higieny jamy ustnej,
 - 12 b) zasad zdrowego żywienia,
 - 13 c) znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia człowieka,
 - 14 d) prawidłowego rozkładu dnia ucznia i odpowiednich form wypoczynku,
 - 15 e) problematyki ochrony środowiska naturalnego,
 - 16 f) profilaktyki uzależnień (od nikotyny, alkoholu i narkotyków),
 - 17 g) zapobiegania chorobom zakaźnym (szczególnie HIV/AIDS) i cywilizacyjnym,
 - 18 h) zapobiegania urazom i wypadkom (w domu, szkole oraz w drodze),
 - 19 i) zasad udzielania pierwszej pomocy,
 - 20 j) podstawowych wiadomości o ruchu czerwono krwistym.
- 21 Zakres materiału wymagany podczas Olimpiady stanowi załącznik nr 5 Regulaminu.
- 22 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 (tzw. tradycyjnej). Na etapie szkolnym istnieje możliwość przeprowadzenia testu on-line (tzw. forma elektroniczna). Etap szkolny będzie prowadzony w systemie mieszanym. Forma przeprowadzania testu przez uczestników podczas etapu szkolnego Olimpiady będzie wybierana przez daną szkołę. Formę przeprowadzenia testu podczas etapu szkolnego Olimpiady wybierze dana Komisja Oceniająca na etapie szkolnym.

Dział I. Zasady organizacji etapu szkolnego Olimpiady w formie tradycyjnej:

- 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”).

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.

Dział II. Zasady organizacji etapu szkolnego Olimpiady w formie elektronicznej:

1 Etap szkolny Olimpiady przeprowadzany jest w formie elektronicznej w specjalnie utworzonym w tym celu Serwisie internetowym (zwanym również platformą). Uczniowie za pomocą Serwisu internetowego rozwiązują test oraz jeśli zaistnieje taka konieczność – dogrywkę.

2 Zasady rejestracji uczestnika do Serwisu internetowego Olimpiady, w celu przeprowadzenia etapu w formie elektronicznej opisane są w załączniku nr 6.

3 Podczas etapu szkolnego zadaniem uczestników jest rozwiązanie testu składającego się z 20 pytań testowych w specjalnie stworzonej platformie. Pytania mają formę zamkniętą z jedną poprawną odpowiedzią lub/i o charakterze „prawda/fałsz”. Pytania mogą być prezentowane jako tekst, film lub grafika.

4 Odpowiedzi na każde z pytań będzie można udzielić w określonym czasie. Czas na odpowiedź na dane pytanie będzie wyświetlany na stronie z testem. Czas na każde pytanie jest czasem odliczanym od określonej ilości sekund do zera. Po osiągnięciu progu 0s, bieżące pytanie znika i pojawia się kolejne.

5 W przypadku pytań prezentowanych jako materiał multimedialny nie będzie możliwości ich wstrzymania i przewijania. Treść pytania oraz odpowiedzi pojawią się dla Ucznia, dopiero w chwili wczytania pełnego materiału multimedialnego. Czas na pytanie będzie odliczany dopiero po zakończeniu odtwarzania materiału multimedialnego.

6 Organizator udostępnia test w ściśle określonym czasie za pośrednictwem Serwisu internetowego Olimpiady. Termin, w którym można wygenerować test, określa Organizator.

7 Jeśli Uczeń odpowie na pytanie przed upływem czasu dla tego pytania a następnie włączy kolejne, pozostały czas nie będzie doliczany do innych Pytań.

- 8 Uczestnik, który zdobędzie najwięcej punktów w swojej szkole typowany jest jako zwycięzca z danej szkoły. W przypadku większej liczby uczestników z najwyższą liczbą punktów, typowani są oni automatycznie do dogrywki. Nauczyciel poprzez swój panel udostępnia uczniom dogrywkę manualnie. Dogrywka będzie przeprowadzana w formie testu bądź zadania opisowego.
- 9 O zwycięzcy dogrywki z danej szkoły decydują następujące kryteria (w kolejności):
- 10 a) największa ilość punktów,
- 11 b) najkrótszy czas udzielenia odpowiedzi.
- 12 Warunkiem koniecznym do przeprowadzenia etapu szkolnego jest udostępnienie każdemu z uczestników komputera ze stabilnym i skutecznym dostępem do Internetu i aktualną wersją oprogramowania obsługującego w pełni Serwis internetowy Olimpiady. Spełnienie tych warunków jest obowiązkiem Komisji Szkolnej Olimpiady.
- 13 Organizator nie odpowiada za niezapewnienie lub zapewnienie zbyt niskiej jakości łącza internetowego, z którego korzysta uczestnik Olimpiady.
- 14 Organizator może podjąć decyzję o wydłużeniu uczestnikowi czasu wyznaczonego na rozwiązanie testu, jeśli uzyska wiarygodne informacje o trudnościach z dostępem do Serwisu internetowego Olimpiady podczas rozwiązywania testu. Organizator uwzględnia wyłącznie te trudności, które powstały bez winy uczestnika i/lub Komisji Szkolnej Olimpiady.

Dział III. Ogólne zasady organizacji etapu szkolnego w obu wersjach:

- 1 Komisja Oceniająca na etapie szkolnym Olimpiady (zwana Komisją Szkolną) powinna stworzyć równe warunki udziału dla uczestników z niepełnosprawnością.
- 2 Uczestnik zobowiązany jest do rozwiązywania testu w sposób samodzielny bez korzystania z materiałów dodatkowych (materiałów drukowanych oraz urządzeń elektronicznych) i pomocy osób trzecich.
- 3 Komisja Szkolna czuwa nad przebiegiem etapu szkolnego, szczególnie nad samodzielną pracą uczestników Olimpiady. Komisja jest zobowiązana zdyskwalifikować uczestnika, którego praca jest niesamodzielną.
- 4 Dokumentację etapu szkolnego prowadzi Komisja Szkolna. Na dokumentację składają się: e-maile, pisma przychodzące i wychodzące, począwszy od maila autoryzującego (dla formy on-line) lista członków

Komisji Szkolnej, lista uczestników Olimpiady, protokół z przebiegu etapu szkolnego Olimpiady.

Dział IV. Zasady organizacji etapu rejonowego Olimpiady

- 1 Podczas etapu rejonowego Olimpiady uczestnik ma za zadanie:
- 2 a) poprawnie rozwiązać test składający się z 30 pytań testowych (zarówno z jedną poprawną odpowiedzią, jak i pytań o charakterze „prawda-falsz”),
- 3 b) przeprowadzić jeden projekt społeczny promujący aktywny styl życia (aktywność fizyczną), polegający na organizacji wydarzenia/zawodów sportowych w swoim środowisku lokalnym (klasie, szkole lub środowisku pozaszkolnym), angażujący minimum 15 osób, zwany również wydarzeniem sportowym. Wydarzenie sportowe powinno być dodatkowym działaniem inicjowanym przez uczestnika, a nie np. udokumentowaniem lekcji WF czy zajęć sportowych w ramach klubu sportowego. Przeprowadzenie niniejszego wydarzenia sportowego powinno być udokumentowane i potwierdzone na piśmie przez przedstawiciela placówki, w której zostało zorganizowane (np. dyrektora szkoły, opiekuna Szkolnego Koła PCK). Dokumentacja projektu powinna zawierać krótki opis wydarzenia sportowego (w tym jego przebiegu), ewaluację oraz zdjęcia/film dokumentujące to wydarzenie, jednocześnie powinna ona odzwierciedlać fakt zaangażowania minimum 15 osób oraz sportowy charakter wydarzenia, który te osoby aktywizuje do ruchu.
- 4 Przeprowadzenie wydarzenia sportowego, o którym mowa w ust. 1 lit. b, nie jest punktowane, natomiast jest warunkiem przystąpienia do testu wiedzy, o którym mowa w ust. 1 lit. a. Potwierdzenie przeprowadzenia wydarzenia sportowego następuje poprzez Serwis internetowy przez uczestnika lub jego opiekuna lub dany oddział rejonowy/oddział okręgowy PCK. *Potwierdzenie wydarzenia sportowego nastąpić może w wersji papierowej.*
- 5 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.
- 6 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.

7 Do etapu okręgowego przechodzą uczestnicy, którzy otrzymali najwięcej punktów w każdej z kategorii wiekowych.

8 Koszty przejazdu uczestników etapu rejonowego i ich opiekunów pokrywają szkoły delegujące.

Dział V. Zasady organizacji etapu okręgowego Olimpiady:

1 W etapie okręgowym Olimpiady uczestniczą uczniowie, którzy zajęli pierwsze miejsce podczas etapu rejonowego w każdej kategorii wiekowych. Etap okręgowy Olimpiady obejmuje:

2 a) część pisemną - Test składający się z 40 pytań testowych (zarówno jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, jak i pytań o charakterze „prawda-falsz”),

3 b) ocenę przez Komisję Oceniającą na etapie okręgowym dokumentacji z przebiegu jednej akcji promującej zdrowie, zwaną również akcją prozdrowotną. Przeprowadzenie akcji prozdrowotnej powinno być udokumentowane i potwierdzone na piśmie przez przedstawiciela placówki, 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. Kryteria oceny akcji prozdrowotnej na etapie okręgowym stanowi załącznik nr 2a.

4 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.

5 Zwycięzcą etapu okręgowego Olimpiady zostaje uczestnik, który uzyska największą sumaryczną liczbę punktów ze wszystkich części etapu okręgowego, o których mowa w ust. 1.

6 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.

7 Protokół z przebiegu etapu okręgowego Olimpiady, sporządzony według wzoru określonego w załączniku nr 1 do niniejszego Regulaminu, należy przesłać do Komitetu Głównego Olimpiady na adres Zarządu Głównego PCK w terminie 14 dni od dnia zakończenia tego etapu.

- 8 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 30 kwietnia danego roku szkolnego - liczy się data doręczenia, a nie data stempla pocztowego. Laureat etapu okręgowego wysyła pracę za pośrednictwem operatora publicznego na swoją odpowiedzialność.
- 9 Zwycięzca etapu okręgowego, o którym mowa w ust. 3, który przystąpi do finału Olimpiady otrzymuje tytuł finalisty oraz zaświadczenie wydane przez Komitet Główny Olimpiady. Wzór zaświadczenia stanowi załącznik nr 3 do niniejszego Regulaminu.
- 10 Koszty przejazdu uczestników etapu okręgowego i ich opiekunów pokrywają zarządy delegujące.

Dział VI. Zasady organizacji finału Olimpiady:

- 1 W finale Olimpiady uczestniczą uczniowie (finaliści), którzy zajęli pierwsze miejsce podczas etapu okręgowego. Uczniowie przyjeżdżają wraz z opiekunami.
- 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; koszty podróży uczestników i ich opiekunów pokrywają zarządy delegujące.
- 4 Finał Olimpiady obejmuje:
 - 5 a) test składający się ze 100 pytań (zarówno jedno jak i wielokrotnego wyboru, jak i pytań o charakterze „prawda-fałsz”),
 - 6 b) sprawdzenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy (zakres kursu podstawowego PCK) obejmujące wykonanie czynności podstawowego podtrzymywania życia (resuscytacji) na fantomie oraz udzielenie pierwszej pomocy osobie poszkodowanej w pozorowanym zdarzeniu. Na wykonanie każdego zadania uczestnik ma do 7 minut. Niezbędne materiały opatrunkowe zapewnia Organizator,
 - 7 c) ocenę zaprezentowanej przez uczestnika jednej akcji promującej zdrowie przeprowadzonej przez niego w środowisku lokalnym w ramach etapu okręgowego Olimpiady zwanej akcją prozdrowotną. Kryteria oceny akcji prozdrowotnej zawiera załącznik nr 2b. Na

wykonanie tego zadania przeznaczają się 15 minut na każdego uczestnika, w tym 10 minut na prezentację akcji przez uczestnika i 5 minut na pytania Komisji Oceniającej w finale.

8 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, zwycięzcą zostaje ten z uczestników, który uzyskał najwięcej punktów podczas części związanej z pierwszą pomocą.

9 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.

Rozdział 6. Komisja Oceniająca:

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

- na etapie szkolnym – nauczyciel/opiekun Szkolnego Koła PCK i dyrektor szkoły i/lub informatyk/nauczyciel informatyki;
- na etapie rejonowym - przedstawiciel Oddziału Rejonowego PCK, przedstawiciel Stacji Sanitarno -Epidemiologicznej i/lub specjalista w dziedzinie żywienia człowieka, Instruktor Pierwszej Pomocy PCK;
- na etapie okręgowym - przedstawiciel Oddziału Okręgowego PCK, Instruktor Pierwszej Pomocy PCK, przedstawiciel Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej i/lub specjalista w dziedzinie żywienia człowieka;
- 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 oddział/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 oddziału/ zarządu danego szczebla jest ostateczna.

5 W uzasadnionych przypadkach protest może zostać rozpatrzony przez Komitet Główny Olimpiady.

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 Zarząd Główny 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.

Zmiany niniejszego Regulaminu wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.