



REGULAMIN

REJONOWEJ OLIMPIADY ZDROWIA I WIEDZY O PCK

1. Cel Olimpiady:

- *promowanie zdrowia, zdrowego stylu życia, humanitarnych ideałów ruchu czerwonokrzyżowego wśród młodzieży szkolnej oraz w środowisku zamieszkania.*

2. Organizatorzy:

- *Oddział Rejonowy Polskiego Czerwonego Krzyża w Tarnowie*

3. Uczestnicy Olimpiady:

- *uczniowie szkół ponadpodstawowych miasta Tarnowa i powiatu tarnowskiego*

4. Przebieg Olimpiady:

- *etap rejonowy – 03.03.2023 r
w etapie rejonowym biorą udział 3 osobowe zespoły, które zostały zakwalifikowane na etapie szkolnym.*

Etap szkolny i rejonowy obejmuje:

A/ ocenę wiedzy uczniów nt. istniejących zagrożeń zdrowotnych, sposobów udzielania pierwszej pomocy, doskonalenia zdrowia oraz zdrowego stylu życia, a w szczególności:

- *zasad higieny osobistej i otoczenia ze szczególnym uwzględnieniem zdrowia i higieny jamy ustnej,*
- *zasad zdrowego odżywiania,*
- *znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia człowieka,*
- *problematyki ochrony środowiska,*
- *profilaktyki uzależnień /nikotyna, alkohol, narkotyki/,*
- *zapobieganie chorobom zakaźnym /szczególnie HIV, AIDS/ oraz cywilizacyjnym,*
- *zapobieganie urazom i wypadkom /w domu, szkole oraz w drodze do szkoły i domu/,*
- *zasad udzielania pierwszej pomocy,*

- podstawowych wiadomości o ruchu czerwono krzyskim i PCK, w formie testu pisemnego

oraz sprawdzenie udzielania pierwszej pomocy /zakres kursu podstawowego/ obejmujące wykonanie czynności podstawowego podtrzymania życia na fantomie i udzielania pierwszej pomocy osobie poszkodowanej w pozorowanym wypadku.

Zwycięzcą w Olimpiadzie zostaje zawodnik, drużyna która uzyska największą sumaryczną liczbę punktów ze wszystkich zadań.

5. Nagrody

- *zdobywcy I,II,III miejsca otrzymają wyróżnienia i nagrody, szkoły okolicznościowe podziękowania.*

Serdecznie zapraszamy

Pieczątka szkoły

data

ZGŁOSZENIE
udziału w Rejonowej Olimpiadzie Zdrowia i Wiedzy o PCK

Zgłaszam udział

.....

nazwa szkoły

w Rejonowej Olimpiadzie Zdrowia i Wiedzy o PCK.

Imię i nazwisko uczestników

Klasa

1.

2.

3.

Imię i nazwisko Opiekuna

.....

Zgłoszenia prosimy o przesłanie na adres:

Oddział Rejonowy Polskiego Czerwonego Krzyża w Tarnowie

Ul. Rynek 16

33 – 100 Tarnów

najpóźniej do dnia 24.02.2023 r.

.....

pieczętka i podpis