

REGULAMIN
OLIMPIADY INTERDYSCYPLINARNEJ „EKO-TRIATHLON”
W ROKU SZKOLNYM 2015/2016

1. Olimpiada skierowana jest uczniów Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Technicznych im. Jana Szczepanika w Tarnowie.
2. Cele Olimpiady:
 - a) popularyzacja zdrowego i aktywnego stylu życia,
 - b) kształtowanie właściwych nawyków żywieniowych,
 - c) propagowanie roli kultury fizycznej w codziennym życiu oraz aktywnego wypoczynku i rekreacji,
 - d) wykorzystanie potencjału twórczego młodzieży oraz wspieranie ich w rozwianiu pasji i zainteresowań,
 - e) promocja szkoły w środowisku lokalnym,
 - f) w ujęciu długofalowym sukcesywne działania ukierunkowane na przeprowadzenie Olimpiady o zasięgu regionalnym (powiat tarnowski).

3. Organizator Olimpiady

Organizatorem Olimpiady jest Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Technicznych im. Jana Szczepanika w Tarnowie, ul. Brodzińskiego 9, 33-100 Tarnów, www.zso.tarnow.pl.

- a) Koordynatorzy Olimpiady: Alicja Jewuła (nauczyciel chemii) i Anna Pagacz (nauczyciel geografii i przyrody). Kontakt: ekochemicy.zso@gmail.com.
- b) Opiekunowie części teoretycznej (test jednokrotnego wyboru z zakresu „Źródło i rola wybranych mikro- i makroelementów oraz witamin w życiu człowieka”): Alicja Jewuła (nauczyciel chemii), Klaudia Więclaw (nauczyciel dietetyki, pielęgniarka), Regina Janicka (nauczyciel chemii).
- c) Opiekunowie części sportowej (CrossFit, Eurofit): Anna Pagacz (nauczyciel geografii i przyrody), Grzegorz Będkowski (nauczyciel WF), Sebastian Krawczyk (nauczyciel WF).
- d) Opieka medyczna: Małgorzata Czyszczon (pielęgniarka, inspektor BHP).
- e) Strona internetowa Olimpiady: Artur Morys (nauczyciel informatyki).

4. Warunki uczestnictwa

- a) Do Olimpiady uczniowie zgłaszają się dwójkami w dowolnym składzie.
- b) Każda para uczestników nazywana jest Zespołem.
- c) Liczba miejsc jest ograniczona do 30 Zespołów (decyduje kolejność zgłoszeń).
- d) Zgłoszenia przyjmowane są od 15 września 2015 r. do wyczerpania limitu miejsc (ostateczny termin zgłoszeń mija 30 września 2015 r.).
- e) Warunkiem uczestnictwa jest wypełnienie Karty zgłoszeniowej Zespołu (załącznik nr 1) oraz dostarczenie zgody rodziców (prawnych opiekunów) na udział w Olimpiadzie (załącznik nr 2).
- f) Karty zgłoszeniowe należy oddawać Koordynatorom Olimpiady (Alicja Jewuła, Anna Pagacz).
- g) Uczestnicy wypełniając i podpisując i kartę zgłoszeniową akceptują warunki niniejszego regulaminu.
- h) Zawodnicy są obowiązani do zachowania kultury osobistej oraz przestrzegania zasad fair play i regulaminu BHP.

- i) W przypadku naruszenia zasad fair play Organizator może zastosować następujące kary: upomnienie, dyskwalifikacja.
- j) Zawodnicy rezygnujący z udziału w zawodach na dowolnym etapie, niezależnie od przyczyny wycofania, zobowiązani są do niezwłocznego poinformowania o tym fakcie Koordynatorów lub Opiekunów poszczególnych etapów Olimpiady (wycofany zostaje wówczas cały Zespół).
- k) W przypadkach szczególnych, mając na uwadze dobro zawodników, Organizator w porozumieniu z opieką medyczną ma prawo do wycofania zawodnika z rywalizacji (wycofany zostaje wówczas cały Zespół).

5. Program Olimpiady

Olimpiada „EKO-TRIATHLON” składa się z trzech części:

- a) Testu wyboru jednokrotnego złożonego z 50 pytań z zakresu: „Źródło i rola wybranych mikro- i makroelementów oraz witamin w życiu człowieka”, który uczniowie rozwiązują w dwuosobowych zespołach (materiały do przygotowania w złączniku nr 3). Maksymalna liczba punktów do uzyskania: 50.
- b) Wpisu na szkolny ekoblog „Ekochemicy” (www.ekochemicy-zso.blogspot.com) z tematyki ekologicznej i prozdrowotnej. Forma wpisu jest dowolna (felieton, reportaż, fotostory, sonda, komiks, film, wywiad). Temat wpisu uczniowie wybierają samodzielnie. Mogą skorzystać z pomocy opiekuna merytorycznego (nauczyciela). Opracowany temat należy przesłać na adres: ekochemicy.zso@gmail.com. Maksymalna liczba punktów do uzyskania: 50 (zwycięzców wyłoni powołane w tym celu Jury).
- c) Zawodów sportowych Eurofit oraz CrossFit (szczegółowy opis ćwiczeń w załącznikach nr 4 i nr 5). Uczniowie w parze samodzielnie dokonują podziału, w której dyscyplinie który zawodnik z pary startuje. W przypadku Eurofitu wyróżnia się odrębną punktacją dla dziewcząt i chłopców. Maksymalna liczba punktów do uzyskania: 50.

6. Harmonogram Olimpiady

- a) 23.10.2015 r., godz. 8:45 – 10:25. Testu wyboru jednokrotnego złożony z 50 pytań z zakresu: „Źródło i rola wybranych mikro- i makroelementów oraz witamin w życiu człowieka”.
- b) 23.10.2015 r – 23.11.2015 r. Wpis na szkolny ekoblog „Ekochemicy” (www.ekochemicy-zso.blogspot.com).
- c) Listopad 2015 r. (szczegółowa data zostanie podana w trakcie trwania Olimpiady) – Zawody sportowe.

7. Wyłonienie zwycięzców

- a) Zwycięzcami zostaną uczestnicy, którzy otrzymają największą sumaryczną liczbę punktów w całej Olimpiadzie. Wyłonione zostaną miejsca: I, II i III.
- b) Dodatkowo przyznane zostaną I miejsca z każdego etapu Olimpiady.
- c) Konkurs zostanie rozstrzygnięty do 16 grudnia 2015 r.

8. Nagrody

- a) Zwycięzcom zostaną wręczone następujące nagrody: miesięczne karnety na siłownię, miesięczne karnety do klubu fitness, bony na zakupy w sklepie sportowym oraz sklepie ze zdrową żywnością i naturalnymi kosmetykami, a także nagrody rzeczowe.
- b) Każdy zawodnik otrzyma dyplom uczestnictwa.

9. Załączniki

Załącznik nr 1. Karta zgłoszenia Zespołu

Załącznik nr 2. Zgoda rodziców (prawnych opiekunów)

Załącznik nr 3. Zakres materiału do części teoretycznej Olimpiady: „Źródło i rola wybranych mikro- i makroelementów oraz witamin w życiu człowieka”.

Załącznik nr 4. Instrukcja Eurofitu.

Załącznik nr 5. Opis CrossFitu