

**Regulamin Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia**  
**„Trzymaj Formę!”**  
**w roku szkolnym 2022/2023**

**Założenia ogólne**

**§ 1.**

1. Organizatorami Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!”- zwanego dalej: „Konkursem” - są Główny Inspektorat Sanitarny, Polska Federacja Producentów Żywności Związek Pracodawców oraz Fundacja Żywność, Aktywność Fizyczna i Zdrowie.
2. Konkurs nie stanowi konkursu w rozumieniu ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2019 r. poz. 1481, z późn.zm.), konkurs spełnia jednak wymagania przewidziane dla konkursów ponadwojewódzkich organizowanych przez kuratorów oświaty na podstawie rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 29 stycznia 2002 r. w sprawie organizacji oraz sposobu przeprowadzania konkursów, turniejów i olimpiad (Dz. U. z 2002 r. Nr 13, poz. 125, z późn. zm.).
3. Konkurs jest wydarzeniem ogólnopolskim skierowanym do uczniów klas VI, VII i VIII szkół podstawowych, które uczestniczą w Ogólnopolskim Programie Edukacyjnym „Trzymaj Formę!”, zwanym dalej: „Programem”. W Konkursie mogą wziąć udział również uczniowie klas VI, VII i VIII szkół podstawowych, które nie uczestniczą w Programie.
4. Udział w Konkursie jest dobrowolny.
5. Konkurs jest konkursem interdyscyplinarnym, wynikającym z podstawy programowej kształcenia ogólnego w zakresie edukacji zdrowotnej, poszerzonym o treści pozaprogramowe.

**Cele, zakres i tematyka Konkursu**

**§ 2.**

1. Konkurs jest przeznaczony dla uczniów zainteresowanych zdobyciem i pogłębianiem wiedzy z zakresu zdrowego stylu życia w szczególności uwzględniającej tematykę zbilansowanej diety i aktywności fizycznej. Uczestnicy konkursu będą mieli możliwość wykazania się na wszystkich jego etapach umiejętnościami i wiedzą wynikającą z podstawy programowej kształcenia ogólnego w zakresie edukacji zdrowotnej, poszerzoną o treści pozaprogramowe.

## 2. Cele Konkursu obejmują:

- 1) zwiększenie świadomości dotyczącej wpływu żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie wśród młodzieży, w szczególności poprzez pogłębienie wiedzy na temat prawidłowego żywienia i zdrowego stylu życia oraz ich znaczenia dla organizmu człowieka;
- 2) pogłębienie wiedzy o wartości odżywczej żywności i doskonalenie umiejętności korzystania z informacji zamieszczonych na opakowaniach produktów żywnościowych;
- 3) wspomaganie uczniów w praktycznym wykorzystaniu zdobytej wiedzy i doskonaleniu umiejętności praktycznego zastosowania zdobytych informacji;
- 4) rozwijanie zainteresowań młodzieży tematyką zdrowego stylu życia oraz kształtowanie u niej prozdrowotnych postaw i zachowań;
- 5) propagowanie zdrowego stylu życia w szkole, w domu i środowisku pozaszkolnym;
- 6) umożliwienie uczniom zaprezentowania swojej wiedzy i umiejętności dotyczących żywności, żywienia i zdrowego stylu życia.

3. Program merytoryczny Konkursu stanowi Załącznik nr 1, natomiast wykaz literatury został określony w Załączniku nr 2 do niniejszego regulaminu. Załączniki 1 i 2 regulaminu obowiązują na wszystkich trzech etapach konkursu, o których mowa w § 5.

## **Struktura organizacyjna**

### **§ 3.**

1. Pracami organizacyjnymi i merytorycznymi związanymi z przeprowadzeniem Konkursu kieruje Komitet Organizacyjny powołany przez organizatorów Konkursu z siedzibą w Fundacji „Żywność, Aktywność Fizyczna i Zdrowie”, adres: ul. Cybernetyki 19B, 02-677 Warszawa.
2. W skład Komitetu Organizacyjnego wchodzi:
  - 1) Główny Inspektor Sanitarny;
  - 2) Dyrektor Generalny Polskiej Federacji Producentów Żywności Związku Pracodawców.
3. Komitet Organizacyjny powołuje Komisję Konkursową. W skład Komisji Konkursowej wchodzi:
  - 1) przedstawiciel Departamentu Biura Głównego Inspektora w Głównym Inspektoracie Sanitarnym;
  - 2) przedstawiciel Polskiej Federacji Producentów Żywności Związku Pracodawców;

- 3) przedstawiciel Instytutu Nauk o Żywieniu Człowieka SGGW w Warszawie będącego partnerem Konkursu.
4. Komisja Konkursowa odpowiada za przeprowadzenie Konkursu oraz za poziom merytoryczny konkursu. Postępowanie Komisji Konkursowej określa Załącznik nr 3 do niniejszego regulaminu.

### **Zgłoszenie do udziału w Konkursie**

#### **§ 4.**

1. Warunkiem wzięcia udziału w Konkursie przez uczniów danej szkoły jest prawidłowe zgłoszenie szkoły przez dyrektora szkoły do Komitetu Organizacyjnego.
2. Koordynator (nauczyciel koordynujący) zgłaszający szkołę do udziału w Konkursie jest zobowiązany przed dokonaniem zgłoszenia zapoznać uczniów, ich rodziców (przez których należy rozumieć również opiekunów prawnych) oraz nauczycieli z niniejszym regulaminem.
3. Zgłoszenia dokonuje się za pośrednictwem modułu rejestracji dostępnego w ramach Internetowego Systemu Konkursowego na stronie internetowej Konkursu: [konkurs.trzymajforme.pl](http://konkurs.trzymajforme.pl) Zgłoszenie szkół i uczniów do udziału w konkursie następuje w terminie określonym w Harmonogramie Konkursu, stanowiącym Załącznik nr 4 do niniejszego regulaminu.
4. Szczegółowy opis procedury zgłoszenia szkoły i uczniów oraz funkcjonalności Internetowego Systemu Konkursowego stanowi Załącznik nr 5 do niniejszego regulaminu.
5. Zgłoszenie szkoły do udziału w Konkursie jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu przez szkołę i rodziców zgłoszonych uczniów.
6. **Ostateczne zakwalifikowanie szkoły do udziału w Konkursie następuje po weryfikacji formalnej nadesłanych zgłoszeń przeprowadzonej przez Komisję Konkursową. Weryfikacja formalna uwzględnia sprawdzenie dotrzymania przez szkołę terminu przesłania formularza zgłoszenia do Internetowego Systemu Konkursowego.** Ponadto, do postępowania konkursowego zakwalifikowani zostają jedynie uczniowie, których rodzice wyrazili zgodę na udział ucznia/uczennicy w Konkursie, zgodę na przetwarzanie danych osobowych ucznia/uczennicy, zgodę na przetwarzanie danych osobowych rodzica ucznia/uczennicy oraz zgodę na wykorzystanie wizerunku ucznia/uczennicy. Rodzic ucznia nie ma obowiązku wyrażenia zgody na udział ucznia/uczennicy w Konkursie, zgody na przetwarzanie danych osobowych ucznia/uczennicy, zgody na przetwarzanie danych

osobowych rodzica oraz zgody na wykorzystanie wizerunku ucznia/uczennicy, a ww. zgody rodziców są dobrowolne, przy czym w przypadku ich nieudzielenia bądź późniejszego wycofania, jak również przesłania wniosku o zmianę lub usunięcie danych dziecka, dziecko straci możliwość uczestniczenia w Konkursie. Niewyrażenie zgody uniemożliwia bowiem udział ucznia/uczennicy w procedurze konkursowej (przy czym wyrażenie zgody na rozpowszechnianie wizerunku ucznia/uczennicy przez Skarb Państwa – Główny Inspektorat Sanitarny z siedzibą w Warszawie jest całkowicie dobrowolne i nie jest konieczne do wzięcia udziału w Konkursie; ponadto Główny Inspektor Sanitarny nie wymaga udzielenia na swoją rzecz zgody na przetwarzanie danych osobowych w celu wzięcia udziału w Konkursie, ponieważ koordynując i pełniąc nadzór nad przebiegiem Konkursu. Główny Inspektor Sanitarny wykonuje obowiązki prawne polegające na koordynowaniu i nadzorowaniu działalności oświatowo-zdrowotnej w celu ukształtowania odpowiednich postaw i zachowań zdrowotnych (art. 6 ustawy z dnia 14 marca 1985 r. o Państwowej Inspekcji Sanitarnej).

7. Szkoły zostają poinformowane o wyniku procesu weryfikacji w terminie określonym w Załączniku nr 4 do niniejszego regulaminu.

## **Przebieg Konkursu**

### **§ 5.**

1. Konkurs przeprowadzany jest w trzech etapach: I etap – szkolny, II etap – powiatowy, III etap – ogólnopolski.
2. Wszystkie etapy Konkursu są przeprowadzane na podstawie zestawów zadań opracowanych zgodnie z zasadami pomiaru dydaktycznego.
3. Na wszystkich etapach Konkursu uczestnik powinien mieć przy sobie dokument potwierdzający tożsamość (legitymację szkolną).
4. I etap – szkolny oraz II etap – powiatowy, przeprowadzane są on-line za pośrednictwem Internetowego Systemu Konkursowego.
5. I etap – szkolny polega na samodzielnym rozwiązaniu zadań konkursowych przez uczniów zgłoszonych uprzednio przez szkołę do udziału w Konkursie. Zadania konkursowe na I etapie – szkolnym Konkursu mają charakter testów z pytaniami zamkniętymi.
6. Czas trwania testu zawierającego zadania konkursowe wynosi 40 minut.
7. Dyrektor szkoły zgłoszonej do udziału w Konkursie zapewnia nadzór nauczycielski w trakcie przeprowadzania etapu szkolnego Konkursu w celu zagwarantowania samodzielnej pracy uczniów.

8. Komisja Konkursowa, w terminie określonym w Załączniku nr 4 do niniejszego regulaminu, powiadamia Koordynatorów za pośrednictwem Internetowego Systemu Konkursowego o liście laureatów I etapu – szkolnego z danej szkoły
9. Do II etapu – powiatowego zakwalifikowani zostaną uczniowie, którzy uzyskali najwyższe wyniki, nie niższe jednak niż 80% maksymalnej liczby punktów. Liczba uczestników II etapu nie może być większa niż 300. Liczba uczestników może być zwiększona, jeśli uczestnik (uczestnicy) etapu szkolnego z pozycji 301 i następnych uzyskali taką samą liczbę punktów jak uczeń z pozycji 300. Decyzję o poszerzeniu listy uczniów zakwalifikowanych do II etapu podejmuje Komisja Konkursowa.
10. II etap – powiatowy polega na samodzielnym rozwiązaniu przez zakwalifikowanych do niego uczniów zadań konkursowych. Zadania konkursowe na II etapie – powiatowym Konkursu mają charakter testów z pytaniami zamkniętymi.
11. Etap powiatowy przeprowadzany jest w oddziałach Powiatowych Stacji Sanitarno - Epidemiologicznych właściwych terenowo dla lokalizacji szkół lub we wskazanych przez PSSE lokalizacjach.
12. Termin i godzina przeprowadzenia II etapu – powiatowego określone zostały w Załączniku nr 4 do niniejszego regulaminu.
13. Czas trwania testu zawierającego zadania konkursowe wynosi 40 minut.
14. W celu zagwarantowania samodzielnej pracy uczniów, przeprowadzenie II etapu – powiatowego Konkursu odbywa się pod nadzorem powiatowego koordynatora Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj Formę!”, będącego pracownikiem Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej oraz oddelegowanych przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego pracowników Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej. Komisja Konkursowa zastrzega sobie prawo do dokonywania niezapowiedzianych wizytacji w PSSE w trakcie postępowania konkursowego.
15. Komisja Konkursowa, w terminie określonym w Załączniku nr 4 do niniejszego regulaminu, powiadamia Koordynatorów za pośrednictwem Internetowego Systemu Konkursowego o liście laureatów II etapu – powiatowego, zakwalifikowanych do III etapu – ogólnopolskiego.
16. Do III etapu - ogólnopolskiego zakwalifikowani zostaną uczniowie, którzy uzyskali najwyższe wyniki z testu wiedzy na II etapie powiatowym Konkursu, nie niższe jednak niż 80% maksymalnej liczby punktów. Komisja Konkursowa może obniżyć kryterium kwalifikacyjne. Liczba uczestników III etapu – ogólnopolskiego nie może być większa niż 20. Liczba uczestników może być zwiększona, jeśli uczestnik (uczestnicy) etapu powiatowego z

pozycji 21 i następnych uzyskali taką samą liczbę punktów jak uczeń z pozycji 20. Decyzję o poszerzeniu listy uczniów zakwalifikowanych do III etapu – ogólnopolskiego podejmuje Komisja Konkursowa.

17. Termin przeprowadzenia etapu ogólnopolskiego określony został w Załączniku nr 4 do niniejszego regulaminu.
18. Postępowanie konkursowe na III etapie – ogólnopolskim przeprowadza się w wydzielonych salach, w warunkach zapewniających samodzielność pracy.
19. III etap – ogólnopolski Konkursu składa się z części pisemnej wyłaniającej finalistów Konkursu oraz części praktycznej wyłaniającej laureatów Konkursu.
20. Część pisemna obejmuje rozwiązanie testu, na który składają się zadania z zakresu wiedzy o żywności i żywieniu oraz aktywności fizycznej określone ramowym programem Konkursu. Czas trwania zadania pisemnego wynosi 40 minut.
21. Tytuł **finalisty Konkursu** otrzymuje uczestnik części pisemnej III etapu – ogólnopolskiego Konkursu, który uzyskał liczbę punktów nie mniejszą niż 40% z maksymalnej liczby punktów.
22. Do części praktycznej III etapu – ogólnopolskiego Konkursu zostanie zakwalifikowanych nie więcej niż 10 finalistów, którzy uzyskali w części pisemnej nie mniej niż 80% maksymalnej liczby punktów. Komisja Konkursowa może obniżyć kryterium kwalifikacyjne. Uczniowie zakwalifikowani do części praktycznej uzyskują tytuł **laureata Konkursu**.
23. Część praktyczna składa się z zadań z zakresu tematyki Konkursu, na wykonanie których uczestnicy mają do dyspozycji łącznie 60 minut.
24. Zwycięzcą Konkursu zostaje uczestnik III etapu – ogólnopolskiego Konkursu, który został zakwalifikowany do części praktycznej (laureat) i uzyskał najwyższą łączną liczbę punktów z części pisemnej i praktycznej III etapu – ogólnopolskiego.
25. Za zajęcie I, II i III miejsca w III etapie – ogólnopolskim Konkursu, Organizatorzy przyznają następujące nagrody:
  - 1) I miejsce – nagroda główna o wartości 5000 zł;
  - 2) II miejsce – nagroda o wartości 3000 zł;
  - 3) III miejsce – nagroda o wartości 2000 zł.
26. Laureaci i finaliści otrzymują potwierdzenie uczestniczenia w III etapie – ogólnopolskim Konkursu wydane przez Organizatorów Konkursu.

27. Lista finalistów i laureatów III etapu – ogólnopolskiego zostanie opublikowana na stronie internetowej Konkursu: [www.konkurs.trzymajforme.pl](http://www.konkurs.trzymajforme.pl) w terminie określonym w Załączniku nr 4 do niniejszego regulaminu.

## **Tryb odwoławczy**

### **§ 6.**

1. Dla uczestników, którzy z przyczyn losowych w wyznaczonym dniu i godzinie nie przystąpią do Konkursu, nie przewiduje się dodatkowego postępowania konkursowego.
2. Uczestnicy i ich rodzice mają prawo wglądu do ocenianych prac własnych dzieci, w terminie dwóch dni roboczych od ogłoszenia wyników poszczególnych etapów Konkursu, bez możliwości ich kopiowania, w siedzibie Komitetu Organizacyjnego Konkursu. Prace uczestników będą udostępniane do wglądu wyłącznie w obecności członka Komisji Konkursowej.
3. Zastrzeżenia w zakresie sposobu oceniania prac można złożyć w terminie dwóch dni od dnia ogłoszenia wyników danego etapu do Komisji Konkursowej. Decyzja Komisji Konkursowej jest ostateczna.
4. Zastrzeżenia wniesione z uchybieniem terminu, o którym mowa w ust. 3, nie będą rozpatrywane.
5. W przypadku ewentualnego wystąpienia awarii Internetowego Systemu Konkursowego przed rozpoczęciem postępowania konkursowego, jego uczestnikom udostępniony zostanie co najmniej jeden zapasowy adres serwisu zastępczego do wypełniania testów.
6. W przypadku ewentualnego wystąpienia awarii Internetowego Systemu Konkursowego w trakcie trwania postępowania konkursowego, na bieżąco wyświetlane będą stosowne komunikaty o trybie rozwiązania zaistniałego problemu.
7. Organizatorzy Konkursu nie ponoszą odpowiedzialności za niewłaściwe funkcjonowanie łączy internetowych, za pośrednictwem których wysyłana będzie korespondencja i prowadzone rozwiązywanie zadań konkursowych on-line przez uczestników, a które wynikało z przyczyn niezależnych od Organizatora.
8. W przypadku podania nieprawdziwych danych osobowych, administrator zastrzega sobie

możliwość zablokowania konta użytkownika.

9. Każda osoba zgłoszona do Konkursu może posiadać tylko jedno konto.
10. Nieuprawnione wykorzystanie loginu i hasła uczestnika przez osoby postronne nie skutkuje anulowaniem konkursu oraz ponowieniem procedury konkursowej.
11. W przypadku uzasadnionego podejrzenia nieuczciwości Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość unieważnienia wyników, także po zakończeniu III etapu – ogólnopolskiego.

## **Postanowienia końcowe**

### **§ 7.**

1. Niniejszy regulamin jest jedynym dokumentem określającym zasady Konkursu.
2. Laureaci i finaliści Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” nie mogą w nim startować ponownie.
2. W sytuacjach nieobjętych regulaminem, rozstrzygają Organizatorzy.
3. W przypadku małego zainteresowania szkół oraz ich uczniów udziałem w Konkursie, Komitet Organizacyjny może zdecydować o nieprzeprowadzeniu Konkursu.
4. Administratorem danych osobowych są Polska Federacja Producentów Żywności Związek Pracodawców, z siedzibą przy ul. Cybernetyki 19B w Warszawie oraz Główny Inspektorat Sanitarny, z siedzibą przy ul. Targowej 65 w Warszawie. Dane będą przetwarzane w celu udziału w konkursie, kontaktu z uczestnikami konkursu i ich rodzicami oraz przyznania nagród. Dane zwycięzców zostaną umieszczone na stronie internetowej [www.konkurs.trzymajforme.pl](http://www.konkurs.trzymajforme.pl) w zakresie imienia, nazwiska oraz nazwy i adresu szkoły. Rodzicom przysługuje prawo dostępu do danych uczestników konkursu oraz ich poprawiania. Pełna treść informacji o przetwarzaniu danych osobowych przez każdego z administratorów znajduje się na stronie <https://konkurs.trzymajforme.pl/klauzula-informacyjna-83>.
5. Załączniki do niniejszego regulaminu stanowią jego integralną część. Pojęcia zdefiniowane w regulaminie mają takie samo znaczenie także w załącznikach.

### **§ 8.**

Wszelkie sprawy związane z realizacją Konkursu, a nieuregulowane w niniejszym regulaminie, rozstrzyga Komitet Organizacyjny Konkursu.

### **§ 9.**

Załącznikami do niniejszego regulaminu Konkursu są:



- 1) Załącznik nr 1: Program merytoryczny Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” dla uczniów klas VI, VII i VIII szkół podstawowych rok szkolny 2019/2020;
- 2) Załącznik nr 2: Wykaz literatury Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” dla uczniów klas VI, VII i VIII szkół podstawowych rok szkolny 2019/2020;
- 3) Załącznik nr 3: Postępowanie Komisji Konkursowej Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” dla uczniów klas VI, VII i VIII szkół podstawowych rok szkolny 2019/2020;
- 4) Załącznik nr 4: Harmonogram Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” dla uczniów klas VI, VII i VIII szkół podstawowych rok szkolny 2019/2020;
- 5) Załącznik nr 5: Funkcjonalność Internetowego Systemu Konkursowego.
- 6) Załącznik nr 6: Zgoda rodziców dziecka na udział ucznia w Konkursie wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!” rok szkolny 2019/2020