**ESKULAPIADA MIEJSKA W TYCHACH**

**Edycja IV**

**Organizator:** Zespół Szkół im. Orląt Lwowskich w Tychach ZDZ w Katowicach,   
ul. Budowlanych 156 przy współpracy WCR Tychy oraz Centrum Powiadamiania Ratunkowego w Katowicach

**Miejsce:** Zespół Szkół im. Orląt Lwowskich w Tychach ZDZ w Katowicach,   
ul. Budowlanych 156 (budynek A – test wiedzy teoretycznej, budynek B i skwer – testy praktyczne)

**Termin:** 08.04.2025 r. (wtorek) – godz. 8.00 weryfikacja drużyn, godzina rozpoczęcia - 9.00, godzina zakończenia - w zależności od ilości drużyn

**Zespół:** 3 - osobowe drużyny mieszane (max. dwa zespoły ze szkoły)

**Kategoria wiekowa uczestników**: przedstawiciele klas 7 i 8 szkół podstawowych

**Nagrody**: puchary dla najlepszych drużyn, dyplomy, medale, nagrody rzeczowe

Eskulapiada to umowna nazwa  Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia. Obejmuje swym zakresem wiedzę o zdrowym stylu życia, pierwszą pomoc przedmedyczną oraz historię PCK.

Zgodnie z regulaminem olimpiady będzie ona sprawdzać **wiedzę teoretyczną** uczestników na temat:

* istniejących zagrożeń zdrowotnych oraz sposobów ochrony i doskonalenia zdrowia,
* zasad utrzymywania higieny osobistej i otoczenia ze szczególnym uwzględnieniem
* zdrowia i higieny jamy ustnej,
* zasad zdrowego żywienia,
* znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia człowieka,
* prawidłowego rozkładu dnia ucznia i odpowiednich sposobów wypoczynku,
* problematyki uzależnień od nikotyny, alkoholu i narkotyków,
* zapobiegania chorobom zakaźnym (szczególnie HIV/AIDS) oraz cywilizacyjnym,
* zapobiegania urazom i wypadkom ( w domu, w szkole i na drodze),
* zasad udzielania pierwszej pomocy,
* podstawowych wiadomości o Ruchu Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca, w tym wiedzy o PCK.

oraz **wiedzę praktyczną**:

* przenoszenie rannego na noszach,
* zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w tym: zasady bezpieczeństwa, pozycja boczna bezpieczna, resuscytacja krążeniowo-oddechowa, bandażowanie, udzielanie pierwszej pomocy przy oparzeniach różnego stopnia,
* tor sprawności fizycznej.

**Zgłoszenia do udziału w konkursie proszę kierować do Zespołu Szkół im. Orląt Lwowskich w Tychach ZDZ w Katowicach, ul. Budowlanych 156, 43-100 Tychy, tel. 32 / 327-08-80, e-mail:** [**s-tychy@zdz.katowice.pl**](mailto:s-tychy@zdz.katowice.pl) **do dnia 28.03.2025 r. godz.15.00**