

# ESKULAPIADA MIEJSKA W TYCHACH

## Edycja III

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

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

**Termin:** 09.04.2024 r. (wtorek) – godz. 8.00 weryfikacja drużyn, godz. rozpoczęcia 9.00, godz. zakończenia w zależności od ilości drużyn.

**Zespół:** 3 osobowe drużyny mieszane

Kategoria wiekowa: 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 powinna 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 praktyczną:

- ✓ przenoszenie rannego na noszach
- ✓ zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w tym: zasady bezpieczeństwa, pozycja boczna bezpieczna, resuscytacja krążeniowo-oddechowa, bandażowanie
- ✓ tor sprawności fizycznej

**Zgłoszenia do udziału w konkursie proszę kierować do Zespołu Szkół im. Orłąt 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 27.03.2024 r. godz.15.00**