

Zespół Szkół Gastronomicznych w Łodzi „Gastronomik”

serdecznie zaprasza do udziału w

VII EDYCJI KONKURSU DLA GIMNAZJALISTÓW

RACJONALNE ŻYWIENIE – TWÓJ NAJLEPSZY WYBÓR

Rok szkolny 2016/2017

Tematyka wiodąca VII edycji

ZIOŁA I PRZYPRAWY W RACJONALNYM ŻYWIENIU



Autorzy projektu:

mgr inż. Maria Jagiełło

mgr inż. Katarzyna Bulińska

## **REGULAMIN KONKURSU**

### **RACJONALNE ŻYWIENIE – TWÓJ NAJLEPSZY WYBÓR**

#### **1. Uwagi ogólne.**

- A. Organizatorem Konkursu jest Zespół Szkół Gastronomicznych w Łodzi, ul. Sienkiewicza 88.
- B. Organizator powołał Komitet Konkursu w składzie: mgr inż. Małgorzata Gośławska – dyrektor ZSG w Łodzi, mgr inż. Katarzyna Bulińska, mgr inż. Maria Jagiełło – nauczycielki ZSG w Łodzi.

#### **2. Cele konkursu.**

- 🕒 Rozwijanie zainteresowań uczniów gimnazjów problemami żywienia.
- 🕒 Upowszechnianie wzorców racjonalnego żywienia i promocja zdrowia.
- 🕒 Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych wśród młodzieży.
- 🕒 Zapobieganie nadwadze i otyłości wśród młodzieży, a tym samym w przyszłości chorobom żywieniowo zależnym: nadciśnieniu, miażdżycy, cukrzycy typu 2.
- 🕒 Promowanie prozdrowotnego stylu życia.
- 🕒 Jedną z form realizacji programu edukacyjno-badawczego „Mądre żywienie, zdrowe pokolenie” koordynowanego przez Polskie Towarzystwo Dietetyki.
- 🕒 Wpisanie się w „Globalną Strategię dotyczącą Żywienia, Aktywności Fizycznej i Zdrowia” opracowaną przez WHO oraz w dokument opracowany przez Radę Unii Europejskiej „Zielona Księga – promowanie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej: europejski wymiar zapobiegania nadwadze, otyłości i chorobom przewlekłym”.
- 🕒 Nawiązanie współpracy między szkołami.
- 🕒 Promocja szkoły wśród gimnazjalistów.

#### **3. Warunki uczestnictwa, terminarz.**

- A. Uczestnikiem konkursu może być każdy uczeń gimnazjum z klas I-III na terenie Łodzi i okolic.
- B. We wszystkich etapach uczniowie startują indywidualnie.
- C. Konkurs jest dwustopniowy:
  - I Etap – Szkolny** (pierwsza połowa grudnia 2016 )
  - II Etap – Ogólnośódzki** (kwiecień 2017)
- D. W I Etapie – Szkolnym mogą brać udział wszyscy chętni uczniowie, spośród których Szkolna Komisja Konkursowa wyłania dwóch do II Etapu – Ogólnośódzkiego.
- E. II Etap – Ogólnośódzki składa się z dwóch części: teoretycznej i praktycznej.
- F. W II Etapie – Ogólnośódzkim po części teoretycznej zostaje wyłonionych 6 najlepszych uczestników - finalistów, którzy wezmą udział w części praktycznej.
- G. Po części praktycznej zostaje wyłonionych 3 laureatów, którzy zajmują 1, 2 i 3 miejsce w Konkursie.

#### 4. **Przebieg Konkursu.**

- A. Komitet Konkursu opracowuje i wysyła wytyczne do kolejnej edycji Konkursu.
- B. Szkolne Komisje Konkursowe szkół biorących udział w Konkursie opracowują pytania do I Etapu, a ponadto mogą przesłać do Komitetu Konkursu propozycje zadań testowych do wykorzystania w II Etapie Konkursu.
- C. Komitet Konkursu opracowuje zestaw zadań do II Etapu Konkursu wraz z instrukcją dotyczącą: zasad przeprowadzenia eliminacji, czasu udzielania odpowiedzi, zasad oceny. Określa zasady kwalifikowania uczniów do etapu praktycznego.
- D. Zadania pisemne w I i II Etapie Konkursu są anonimowe. Dane osobowe (imię i nazwisko, szkołę oraz klasę na etapie szkolnym) uczestnik dołącza do

pracy w kopercie w obecności członka komisji nadzorującej przebieg danego etapu. Kopertę i pracę pisemną oznacza się tymi samymi kolejnymi symbolami.

- E. Odtajnienie danych osobowych z zaklejonych kopert następuje dopiero po ustaleniu punktacji.
- F. Szkolna Komisja Konkursowa w ciągu 5 dni od zakończenia eliminacji szkolnych – I Etapu Konkursu wysyła pocztą protokół wraz z listą uczestników zakwalifikowanych do II Etapu – Ogólnośrodzkiego na adres Organizatora.
- G. Komitet Konkursu do końca lutego przesyła do szkół informację mailową o dokładnej dacie i przebiegu II Etapu – Ogólnośrodzkiego.

#### 5. I Etap – szkolny.

- A. Szkolną Komisję Konkursową wyznacza dyrektor szkoły z grona nauczycieli.
- B. Tematykę i sposób przeprowadzenia eliminacji szkolnych określa Szkolna Komisja Konkursowa w oparciu o elementy treści podstaw programowych i wybranych w danej szkole programów nauczania różnych przedmiotów obejmujących szeroko rozumianą wiedzę nt. racjonalnego żywienia i prozdrowotnego stylu życia.

#### 6. II Etap – Ogólnośrodzki

- A. II Etap – Ogólnośrodzki Konkursu organizowany jest przez ZSG w Łodzi, ul. Sienkiewicza 88.
- B. Komitet Konkursu powołuje Komisję do przeprowadzenia II Etapu Ogólnośrodzkiego w składzie:
  - ☉ **Przewodniczący** – dyrektor ZSG w Łodzi
  - ☉ **Z-ca przewodniczącego** – jedna z nauczycielek Komitetu Konkursu
  - ☉ **Sekretarz** – jedna z nauczycielek Komitetu Konkursu
  - ☉ **Członkowie**

1. Jeden nauczyciel przedmiotów zawodowych z ZSG w Łodzi.
  2. Dwóch nauczycieli z gimnazjów wybranych drogą losowania spośród obecnych na Konkursie.
  3. W skład Komisji mogą wchodzić również jako jej członkowie przedstawiciele uczelni, stowarzyszeń i instytucji zajmujących się również szeroko pojętą problematyką żywienia.
- C. II Etap – Ogólnołódzki składa się z części teoretycznej wyłaniającej 6 najlepszych uczestników Konkursu - finalistów, którzy wezmą udział w części praktycznej.
- D. Część teoretyczna obejmuje rozwiązanie testu, na który składają się pytania z zakresu tematyki wiodącej oraz racjonalnego żywienia i prozdrowotnego stylu życia.
- E. Do części praktycznej Konkursu dopuszczonych zostaje 6 uczestników - finalistów, którzy zdobyli największą liczbę punktów z testu. Jeśli po podsumowaniu wyników testu trudno będzie wyłonić 6 uczestników ze względu na tę samą ilość punktów otrzymanych z testu przez kilka osób, wówczas o pierwszeństwie decydować będzie ilość punktów otrzymanych z 10 zadań skojarzeniowych, które ustalą ostateczny udział w części praktycznej Konkursu.
- F. Finalistami Konkursu „Racjonalne żywienie – Twój najlepszy wybór” zostaje 6 uczestników z najwyższą liczbą uzyskanych punktów z części teoretycznej.
- G. Laureatami Konkursu zostaje 3 uczestników z najwyższą liczbą uzyskanych punktów łącznie z części teoretycznej i praktycznej.
- H. Zwycięzcą Konkursu „Racjonalne żywienie – Twój najlepszy wybór” zostaje zawodnik z najwyższą liczbą punktów uzyskanych z części teoretycznej i praktycznej.
- I. Punktacja II Etapu – Ogólnołódzkiego Konkursu:
1. Test (część teoretyczna) – 30 pkt
  2. Część praktyczna – 20 pkt

## 7. Dokumentacja.

- A. Komitet Konkursu ustala rodzaj dokumentacji Etapów I i II.
- B. Dokumentacja Etapu I i II obejmuje:
  - ☒ Listę członków komisji
  - ☒ Protokoły z poszczególnych Etapów
  - ☒ Prace pisemne zawodników
  - ☒ Pisma przychodzące i wychodzące
  - ☒ Listę zgłoszonych do udziału w Konkursie uczniów z I i II Etapu
  - ☒ Listę zgłoszonych do Konkursu szkół

## 8. Nagrody.

- A. Wszyscy uczestnicy II Etapu – Ogólnośrodzkiego otrzymują dyplomy uczestnictwa.
- B. Laureaci i finaliści otrzymują nagrody rzeczowe.
- C. Laureaci i finaliści zainteresowani kontynuowaniem nauki w ZSG mają możliwość wzięcia udziału w lekcji otwartej z przedmiotów zawodowych (technologia gastronomiczna, pracownia technologiczna, obsługa konsumenta, zasady żywienia człowieka, itp.), aby przyjrzeć się z bliska specyfice kształcenia w *Gastronomiku*.

## 9. Ustalenia końcowe.

- A. Komitet Konkursu ma prawo dokonywać w niniejszym regulaminie zmian. Powiadamia o nich z co najmniej 30-dniowym wyprzedzeniem Przewodniczącego Komisji Szkolnej oraz opiekuna uczniów.
- B. Corocznie Komitet Główny Konkursu wydaje wytyczne do kolejnej edycji Konkursu.
- C. W przypadku zaistnienia sytuacji, które nie są przewidziane w tym regulaminie, decyzję ostateczną podejmuje przewodniczący Komitetu Konkursu po zasięgnięciu opinii pozostałych członków.

- D. Wydatki związane z organizacją I Etapu – Szkolnego oraz z dojazdem dwóch uczestników i ich opiekuna na II Etap pokrywają w całości zgłoszone szkoły.
- E. Wydatki związane z organizacją i przeprowadzeniem II Etapu pokrywa ZSG w Łodzi oraz Sponsorzy.
- F. Informacje o konkursie zamieszczone są na szkolnej stronie internetowej: [www.gastronomik.neostrada.pl](http://www.gastronomik.neostrada.pl)
- G. Szczegółowych informacji udzielają:
  - ☎ Maria Jagiełło, e-mail: [mariajagiello@zsglodz.onmicrosoft.com](mailto:mariajagiello@zsglodz.onmicrosoft.com)
  - ☎ Katarzyna Bulińska, e-mail: [katarzynabulinska@zsglodz.onmicrosoft.com](mailto:katarzynabulinska@zsglodz.onmicrosoft.com)
- H. Adres Szkoły:

Zespół Szkół Gastronomicznych

90-357 Łódź, ul. Sienkiewicza 88

Z dopiskiem: Konkurs dla Gimnazjalistów „Racjonalne żywienie – Twój najlepszy wybór”.

Tel/fax: 42 6361233
- I. Administratorem danych osobowych jest Zespół Szkół Gastronomicznych w Łodzi przy ul. Sienkiewicza 88.
- J. Administrator danych nie wyraża zgody na podawanie przez opiekunów uczniów prywatnych numerów telefonów i prywatnych adresów mailowych, ani żadnych innych prywatnych danych kontaktowych.
- K. W przypadku imiennych zgłoszeń uczniów administrator danych dopuszcza zgłoszenia wyłącznie na formularzu stanowiącym załącznik do regulaminu.

#### 10. **Załączniki.**

- A. Załącznik nr 1 – Cele Konkursu
- B. Załącznik nr 2 – Terminarz Konkursu
- C. Załącznik nr 3 – Literatura
- D. Załącznik nr 4 – Zgłoszenie szkoły

