

Pravidlá internetového kurzu Hravo ži zdravo 2019

1. Všeobecné podmienky realizácie internetového kurzu

Organizátorom internetového kurzu Hravo ži zdravo 2019 (ďalej tiež len "**internetový kurz**") je Potravinárska komora Slovenska, IČ: 36065803, (ďalej len "**organizátor**").

Internetový kurz v nesúťažnej časti prebieha na stránkach www.hravozizdravo.sk (ďalej len "**internetové stránky**") od 1.10.2019 do 31.8.2020. Internetový kurz Hravo ži zdravo 2019 v jeho súťažnej časti bude zahájený 2.10.2019 a ukončený 4.2.2020. Súťažnej časti kurzu predchádza od 9.9.2019 povinná registrácia pedagógov.

Internetový kurz je určený primárne pre žiakov základných škôl, ale nesúťažne sa ho môže zúčastniť ktokoľvek.

Súčasťou internetového kurzu je súťaž o hodnotné ceny (ďalej len "**súťaž**"), ktorej sa však môžu zúčastniť práve len žiaci piatych tried základných škôl v SR.

Partnerom súťaže a odborným garantom súťaže je Hravě žij zdravě o.s., se sídlem Sluhy 68, 250 63, Mratín, Česká republika a odborným garantom pre Slovenskú republiku je Doc. MUDr. Peter Minárik, PhD., MSc.

Prevádzkovateľom databázy osobných údajov účastníkov súťaže je ACTIVE 24, s.r.o., Sokolovská 394/17, 18600 Praha 8, Česká republika (ďalej len "**prevádzkovateľ**"). Vlastníkom tejto databázy je organizátor.

2. Cieľ internetového kurzu

Cieľom internetového kurzu Hravo ži zdravo 2019 je vzdelávať žiakov základných škôl v oblasti zdravého životného štýlu. Internetový kurz umožňuje pomocou moderných vzdelávacích postupov odovzdávať účastníkovi teoretické aj praktické poznatky z oblasti výživy, pohybovej aktivity, pitného režimu aj duševnej hygieny. Cieľom kurzu nie je odovzdávať poznatky o chudnutí, t. j. účastník tu nenájde žiadne návody na redukčné diéty, potravinové doplnky alebo iné prípravky či prístroje určené pre podporu redukčného režimu.

3. Podmienky registrácie

3.1. Registrácia do internetového kurzu

Všetci účastníci internetového kurzu majú **povinnosť sa zaregistrovať**, a to kedykoľvek od 1.10.2019, na internetových stránkach www.hravozizdravo.sk. Účastníci internetového kurzu v rámci registrácie uvádzajú:

- svoje meno
- svoj rok narodenia
- heslo (zvolia si ľubovoľné),
- ako ich má program osloviť

3.2. Registrácia do súťaže

Do súťažnej časti kurzu sa môžu registrovať **iba žiaci 5. tried základných škôl v SR**, a to kedykoľvek v termíne od 1.10.2019 najneskôr do 7.1.2020. V tomto prípade však registrácii jednotlivých účastníkov predchádza registrácia triedy, ktorú uskutoční učiteľ a to od 11.9.2019 do 7.1.2020.

3.2.1. Registrácia triedy do súťaže

Triedu musí zaregistrovať učiteľ (triedny alebo iný učiteľ, prípadne vychovávateľ školskej družiny či školského klubu). Podmienkou je, aby to bol zamestnanec danej školy. Úlohou učiteľa je prostredníctvom registračného formuláru na stránkach súťaže založiť triedu, do ktorej sa následne budú môcť žiaci, ktorí do nej fakticky patria, zapojiť. Učiteľ je zodpovedný za komunikáciu s organizátorom súťaže a tiež nesie zodpovednosť za správnosť

údajov zadaných o triede.

Jeden učiteľ môže registrovať do súťaže aj viac tried danej školy.

Každá trieda môže byť registrovaná len raz. V rámci registrácie učiteľ uvedie:

- kraj, v ktorom sa škola nachádza (vyberie z ponuky programu)
- mesto, v ktorom sa škola nachádza (vyberie z ponuky programu)
- štvrť, v ktorej sa škola nachádza (vyberie z ponuky programu)
- názov školy
- triedu (označenie - 5. A apod.)
- svoje meno
- svoj e-mail (pre spätný kontakt, zároveň bude slúžiť ako užívateľské meno s odporúčaním, aby pri registrácii viacerých tried použil/a rovnaký e-mail)
- svoje telefónne číslo (pre spätný kontakt)
- celkový počet žiakov v triede
- heslo (zvolí si ľubovoľné)
- odpoveď na otázku, ako sa na danej škole vyučuje a propaguje zdravý životný štýl u detí.

Učiteľ musí navyše potvrdiť, že sa zoznámil s pravidlami súťaže, a že:

- s účasťou triedy v internetovom kurze zoznámil svojich nadriadených,
- počet žiakov v triede, ktorý uviedol pre internetový kurz, zodpovedá skutočnosti,
- si je vedomý, že **v prípade zistenia nezrovnalostí - hlavne v počte prihlásených detí - bude trieda zo súťaže vylúčená.**

Po odoslaní registračných údajov a následnom schválení prevádzkovateľom sa trieda do systému zaradí. Pokiaľ budú údaje nekompletné, alebo evidentne nesprávne, upozorní prevádzkovateľ učiteľa, ktorý bude mať možnosť údaje doplniť, alebo opraviť. **Akonáhle bude trieda zaradená do databázy, učiteľ bude o tejto skutočnosti informovaný.** Od tejto chvíle sa môžu do triedy začať registrovať a hlásiť žiaci.

3.2.2. Registrácia účastníkov do súťaže

Účastníci súťaže v rámci registrácie uvádzajú:

- svoje meno
- svoj rok narodenia
- heslo (zvolia si ľubovoľné)
- ako ich má program oslovať

Účastníci súťaže si ďalej vyberú z databázy školu a triedu, za ktorú budú súťažiť.

Za vyplnenie dotazníka získava žiak body, ktoré však nie sú pridelené na základe odpovedí žiaka. **Až po vyplnení celého dotazníka získava žiak 50 bodov.** Ak žiak dotazník po registrácii nevyplnil, po začatí riešenia úloh 1. lekcie sa už nemôže dodatočne vrátiť k vyplneniu dotazníka, jedine formou novej registrácie do svojej triedy.

Po odoslaní údajov je žiadosť žiaka oznámená učiteľovi, ktorý danú triedu založil. Schválením žiaka učiteľom sa žiak stáva účastníkom súťaže za svoju triedu.

Registrovaní žiaci a učiteľom akceptovaní žiaci z každej pedagógom vytvorenej triedy môžu ihneď plniť súťažné lekcie. **Do konečného vyhodnotenia súťažnej časti kurzu je zahrnutá iba tá trieda, kde sa kurzu zúčastní 70 % aktívnych žiakov z celkového počtu žiakov v skutočnej triede.** V prípade, že trieda vyhrá, organizátor si vyhradzuje právo na overenie počtu žiakov v triede.

4. Prihlasovanie do internetového kurzu a do súťaže

4.1. Prihlasovanie učiteľov

Učitelia sa prihlasujú na internetových stránkach pomocou uvedenia **e-mailu a hesla** zvolených pri registrácii.

Po prihlásení získavajú prístup do internetového kurzu a jeho komponentov a tiež do "Triedneho prehľadu". Pokiaľ učiteľ registruje a spravuje viacero tried, prihlasuje sa iba 1x a v prehľade sa mu navyše objavujú rozhrania pre tieto triedy.

V rámci Triedneho prehľadu môžu učitelia sledovať:

- počet a mená žiakov, ktorí sú už pod triedou zaregistrovaní,
- počet žiakov v triede, ktorí už majú hotový test a "odpočítavadlo", koľko žiakov ešte musí testom prejsť, aby bol splnený súťažný limit 70 % aktívnych žiakov z celkového počtu žiakov v skutočnej triede.

Na konci každého týždňa bude učiteľom navyše odosielaný upozorňovací auto-email obsahujúci zoznam žiakov, ktorí sú už pod triedou zaregistrovaní s prehľadným výpisom nasledujúcich údajov:

- status jednotlivých žiakov v kurze,
- lekcii, na ktorej žiak pracuje (t.j. v akej časti kurzu sa žiak nachádza),
- celkový počet bodov,
- body za vyplnený vstupný dotazník,
- body za vyplnený "Denníček",
- prípadne ďalšie informácie, ktoré bude chcieť organizátor počas súťaže učiteľom poskytnúť.

Ako doplnok pre sledovanie a tréning správneho životného štýlu je v Triednom prehľade možné si stiahnuť formuláre pre zápis a sledovanie jedálnička a pohybových aktivít v danom období. Zápisy do formulárov sú dobrovoľné a nebodované.

4.2. Prihlasovanie účastníkov internetového kurzu a súťaže

Účastníci sa prihlasujú do internetového kurzu aj súťaže na internetových stránkach **pod prihlasovacím menom a heslom uvedenými pri registrácii**.

Po prihlásení získavajú prístup do svojho aktuálneho nastavenia (aktuálna lekcija, "denníček" atď.) a objaví sa odpočítavadlo.

Odpočítavadlo sleduje, v akej fáze internetového kurzu sa účastník nachádza (v ktorej lekcii, prípadne **koľko dní mu zostáva do ukončenia súťaže** a i.). Účastníci a ani učitelia nemôžu vidieť porovnania na úrovni všetkých tried.

5. Ochrana osobných údajov

Prevádzkovateľ a aj organizátor sa týmto zaväzujú, že budú dodržiavať zákonné normy, najmä zákon č. 428/2002 Z. z. o ochrane osobných údajov v znení neskorších právnych predpisov. (ďalej ako "**zákon o ochrane osobných údajov**")

Účasťou v hre prejavuje každý účastník a jeho zákonný zástupca svoj súhlas s jej pravidlami a s tým, že organizátor je oprávnený uverejniť mená víťazov na internete. Zároveň tak účastník prejavuje aj svoj súhlas s tým, že organizátor je oprávnený, ako vlastník databázy osobných údajov poskytnutých účastníkmi v rozsahu tejto hry a pre účely jej realizácie, databázu využívať a to hlavne pre zasielanie informácií týkajúcich sa ďalších pokračovaní internetového kurzu, resp. súťaže, zasielanie noviniek o súťaži a informácií podobného charakteru a to po dobu dvoch rokov od ukončenia tejto súťaže.

Účasťou v hre každý účastník a jeho zákonný zástupca potvrdzuje, že je zoznámený so všetkými právami v zmysle zákona o ochrane osobných údajov, v znení neskorších zmien, t.j. najmä s právami podľa ust. § 7, § 10, § 20 tohto zákona, že osobné údaje sa môžu spracovávať len na základe súhlasu dotknutej osoby, poskytnutie osobných údajov je dobrovoľné, dotknutá osoba má právo byť informovaná o účele a podmienkach spracúvania osobných údajov, na informácie o zdroji, z ktorého prevádzkovateľ získal jej osobné údaje, právo na odpis osobných údajov, právo na opravu nesprávnych, neúplných alebo neaktuálnych osobných údajov, právo na likvidáciu osobných údajov ak bol splnený účel ich spracúvania alebo ak došlo k porušeniu zákona a právo na ďalšie informácie v rozsahu s ohľadom na zaručenie práv a právom chránených záujmov dotknutej osoby.

6. Princíp internetového kurzu Hravo ži zdravo 2019

Internetový kurz Hravo ži zdravo 2019 je výučbovým programom, ktorého cieľom je vedenie detí k zdravému životnému štýlu.

Internetový kurz aj jeho súťažná verzia pre 5. ročníky základných škôl pozostáva zo **4 lekcí, resp. edukačne motivačných a testovacích kôl**.

Cieľom súťaže je, aby žiak, resp. žiaci danej triedy, získali v priebehu internetového kurzu čo najvyšší počet bodov. Body je možné získavať prostredníctvom bodovaných komponentov kurzu, ktorými sú:

- úvodní dotazník za 50 bodov
- 4 lekcie zdravého životného štýlu
- Denníček, ktorý slúži na praktické prehĺbenie znalostí z lekcí

6.1. 4 lekcie zdravého životného štýlu

V rámci internetového kurzu musí účastník prejsť edukačnou časťou kurzu, ktorá pozostáva zo 4 lekcí zdravého životného štýlu.

Systém si pamätá, ktoré časti kurzu sú už prebraté a ktoré ešte čakajú. Tu sa kurz odštartuje pri ďalšom prihlásení tohto užívateľa.

V rámci jednotlivých krokov získava súťažiaci nápovedu.

Na konci každej lekcie je pre všetkých účastníkov pripravený test, ktorý má preveriť znalosti získané v absolvovanom kole kurzu a súťažiacim umožní získať cenné body. Výnimku tvorí 4. lekcia, v ktorej je bodovaná každá jednotlivá úloha. Po odoslaní všetkých odpovedí z daného testu sa účastníkom objaví bodový výsledok, ktorý je v prípade súťažiach započítaný do celkového skóre triedy.

Účastník nemusí kurz prejsť za jediný deň, môže sa k nemu ľubovoľne vrátiť. Aby získal "priepustku" do ďalšieho kola - ďalšej lekcie, musí mať ukončenú predchádzajúcu lekciiu, t.j. splniť test a mať vyplnený celý "Denníček" v lekcii. Účastník sám rozhoduje, kedy ukončí lekciiu, môže sa úlohe venovať ľubovoľný počet dní - najmenej však 7 dní. Súťažná časť kurzu je ukončená 4.2.2020, znamená to, že žiaci musia do tohto termínu prejsť celým kurzom. Keďže **jedna lekcii trvá najmenej 7 dní**, než sa otvorí nasledujúca lekcii, to znamená, že **na vyriešenie úloh všetkých 4 lekcí je potrebný čas v trvaní 28 kalendárnych dní**. Z uvedeného dôvodu posledným dňom na zahájenie riešenia 1. lekcie je **7.1.2020**.

Každý účastník môže postúpiť do ďalšej lekcie iba po úspešnom ukončení testu v 1. - 3. lekcii a vyplnení "Denníčka". Za úspešný je považovaný 75 % výsledok. Pokiaľ ho účastník ani v jednom **z troch možných pokusov** nedosiahne, môže pokračovať v pokusoch s tým, že pokiaľ test splní, pokračuje v súťaži, ale za takto splnený test nemá žiadne body.

Aby trieda mohla pokračovať v súťaži, musí aspoň 70 % z celkového počtu žiakov v skutočnej triede úspešne absolvovať všetky 4 súťažné lekcie. To môže znamenať aj to, že pokiaľ je za triedu registrovaných minimum, teda 70 % skutočného počtu žiakov v triede, musia kurzy aj testy úspešne absolvovať všetci súťažiaci. Uzatvorené kurzy sú všetkým účastníkom internetového kurzu voľne prístupné v ktorúkoľvek chvíľu ako nebudované.

6.2. Denníček

Súťažiaci musí počas trvania súťaže vyplňať v lekciiach nielen úlohy a test, ale tiež Denníček, ktorý sa zameriava na tréning vyváženosti medzi príjmom a výdajom energie. Denníček je **povinný** a bez jeho vyplnenia súťažiaci nepostúpi do ďalšej lekcie.

Počas kurzu je pripravených 12 náhodne vygenerovaných dní rozdelených na leňošivý deň, normálny deň a náročný deň. Deväť dní je založených na princípe výberu správnej skladby resp. energetickej hodnoty jedál z ponuky na základe vygenerovaných aktivít v danom dni. Tri dni sú založené na obrátenom princípe, t.j. riešiteľ kurzu musí z ponuky vybrať aktivity, ktorými vydá energiu zodpovedajúcu energetickej hodnote danej potraviny, resp. jedla.

Záznamy do programu Denníček sú bodovo hodnotené na základe správneho výberu jedál alebo aktivít podľa predpísanej náročnosti dňa.

Denníček je možné vyplňať zároveň s jednotlivými úlohami v danej lekcii. Riešiteľ tak môže kedykoľvek prácu na úlohách v lekcii prerušiť a pracovať na Denníčku.

6.3. Ďalšie aktivity v rámci internetového kurzu (nesúťažné)

Účastníci internetového kurzu sa tiež môžu venovať ďalšiemu edukačnému obsahu. Jedná sa o:

- rady pre životné situácie,
- recepty, sekcia pre zvedavých,
- kapitoly pre rodičov - Nutričné značenie potravín (GDA),
- poradňa zdravého životného štýlu.

6.4. Ukončenie súťaže

Internetový kurz bude trvať na internetových stránkach do 31.8.2020.

Súťaž bude ukončená k 4.2.2020, kedy bude uskutočnené uzatvorenie bodových účtov všetkých tried, a podľa výsledkov budú určené víťazi.

Všetci registrovaní učitelia si môžu vytlačiť prednastavený „**Certifikát triedy**“ o účasti v internetovom kurze Hravo ži zdravo 2019. Zároveň môžu informovať žiakov o možnosti tlače „**Preukazu aktívneho žiaka**“ po úspešnom ukončení všetkých 4 lekcí súťaže.

6.5. Výhry, výhercovia a spôsob odovzdania

Vyhodnotenie výsledkov súťaže Hravo ži zdravo 2019 sa uskutoční na základe **kategorizácie tried**. Triedy sú rozdelené podľa počtu žiakov v triede do nasledovných 3 kategórií:

Kategória 1 - triedy s počtom žiakov do 10 (vrátane)

Kategória 2 - triedy s počtom žiakov do 20 (vrátane)

Kategória 3 - triedy s počtom žiakov nad 20

Vyhodnotenie tried sa uskutoční za každú kategóriu zvlášť (bez ohľadu na to, z ktorého kraja Slovenskej republiky príslušná trieda bude).

Tri najlepšie triedy, ktoré dosiahnu najvyšší bodový priemer na žiaka v rámci každej kategórie triedy zvlášť (bez ohľadu na kraj Slovenskej republiky), t.j.:

Víťazná trieda s najvyšším bodovým priemerom na žiaka **v kategórii 1 – s počtom žiakov do 10**

Víťazná trieda s najvyšším bodovým priemerom na žiaka **v kategórii 2 – s počtom žiakov do 20**

Víťazná trieda s najvyšším bodovým priemerom na žiaka **v kategórii 3 – s počtom žiakov nad 20**

získajú pre všetkých svojich žiakov a učiteľa nasledovné ceny:

- oblečenie a potreby na šport a voľný čas. V prípade získania bodového priemeru na žiaka v rovnakej výške u viac ako dvoch tried, konečné poradie v kategórii tried 1, 2 a 3 bude určené žrebovaním v prítomnosti notára.
- voľný vstup do ľubovoľnej expozície SNM na Slovensku podľa vlastného výberu.

V rámci každej kategórie tried sa bodový priemer na žiaka počíta nasledovne: podiel počtu bodov celej triedy k počtu žiakov v triede. Počet žiakov v triede zadá učiteľ pri registrácii triedy alebo je daný počtom reálne registrovaných žiakov. Pri výpočte sa použije vyšší počet žiakov, avšak očistený od prípadnej duplicitnej registrácie. Pri určovaní bodového priemeru triedy na žiaka sa pri výpočte zarátajú body všetkých žiakov bez ohľadu na to, ktorý stupeň kurzu ukončili, či ukončili všetky 4 lekcie v riadnom termíne, alebo do konca súťažnej časti kurzu absolvovali menej ako 4 lekcie kurzu.

Traja najlepší žiaci kurzu, ktorí dosiahnu najvyšší počet bodov (bez ohľadu na to, z ktorého kraja Slovenskej republiky budú), vyhrajú poukazy na nákup oblečenia a potrieb na šport a voľný čas v hodnote 80,- Eur na žiaka. V prípade získania rovnakého počtu bodov u viac ako dvoch žiakov, konečné poradie na prvých troch miestach bude určené žrebovaním v prítomnosti notára.

Mimoriadna cena súťaže Hravo ži zdravo 2019:

Vybraní žiaci budú mať možnosť sa stretnúť s majsterkou v Naturálnej kulturistike a fitness pani Nikolou Šalikovou. O forme stretnutia/kempu/tréningu budú žiaci vopred informovaní v dostatočnom predstihu.

Potravinárska komora Slovenska vyhlasuje aj v 8. ročníku „Hravo ži zdravo“ **súťaž o cenu v hodnote 300,- € za najlepšie video triedy**. Podmienky súťaže:

1. **téma: „Naša trieda žije zdravo“ - reklamný spot o zdravom životnom štýle triedy**
2. **dĺžka reklamného spotu: najviac 60 sekúnd** (vrátane úvodného predstavenia triedy, s názvom školy) - reklamné spoty v časovom limite dlhšom ako 60 sekúnd budú zo súťaže vyradené a nebudú hodnotené
3. **zaslanie odkazu na video z videoportálu www.youtube.com na adresu organizátora kurzu: info@hravozizdravo.sk v termíne najneskôr do 31.1.2020**
4. **hodnotenie zaslaných reklamných spotov odbornou komisiou do 28.2.2020**
5. **zaslanie informácie o víťaznom reklamnom spote elektronickou poštou učiteľovi víťaznej triedy**
6. **výsledky súťaže o najlepšie video triedy budú umiestnené na stránke www.hravozizdravo.sk**
7. **odmena 300,- € bude odovzdaná víťaznej triede spôsobom dohodnutým so zodpovedným učiteľom.**

Víťazné triedy budú vyhlásené najneskôr do 19.2.2020 a o výhre budú učitelia informovaní prostredníctvom e-mailu. Výsledky budú takisto umiestnené na internetových stránkach. Ceny budú odovzdané buď formou slávnostného vyhlásenia, alebo budú rozoslané najneskôr do 30.6.2020. Organizátor nezodpovedá za nedoručenie cien z dôvodov ležiacich na strane Slovenskej pošty, š.p. Nedodržaním podmienok uvedených v týchto pravidlách nárok na cenu zaniká a odmena prepadá v prospech organizátora.

Organizátor nenesie zodpovednosť za prípadné vady cien. Nebezpečenstvo škody na vecných cenách prechádza na účastníka okamihom doručenia. Súťažiaci si nemôže nárokovat' inú cenu, než ktorá mu bude vydaná a nemá nárok cenu reklamovať.

Ceny sú nemenné a nie je možné ich vymáhať právnou cestou. Výherná listina pre všetky ceny bude k dispozícii u organizátora súťaže a na internetových stránkach www.hravozizdravo.sk.

Organizátor si vyhradzuje právo zmeniť súťažné pravidlá, prípadne súťaž bez náhrady zrušiť. Zmena pravidiel bude zverejnená na stránke www.hravozizdravo.sk, pričom účinnosť zmeny/zrušenia nastáva okamihom zverejnenia.

Organizátor nezodpovedá za nedoručenie alebo neprijatie registrácie z dôvodu nedostupnosti stránky www.hravozizdravo.sk z dôvodov ležiacich na strane poskytovateľa internetovej stránky www.hravozizdravo.sk.

Organizátor nezodpovedá za prípadné daňové povinnosti účastníkov a úhradu prípadnej dane vyplývajúcej z výhry podľa príslušného zákona o dani z príjmov č. 595/2003 Z.z.

Súťaže sa nemôžu zúčastniť osoby, ktoré sú v dodávateľsko-odberateľskom vzťahu k organizátorovi súťaže, a ďalej osoby v pracovnom alebo inom obdobnom vzťahu k organizátorovi súťaže, alebo k prevádzkovateľovi poverenému zaistením tejto súťaže, alebo spoločnostiam, ktoré sa na nej zúčastňujú iným spôsobom. V prípade, že sa výhercom stane osoba, ktorá je zamestnancom uvedených spoločností, alebo osoba im blízka, cena sa nevydá.

V prípade akéhokolvek sporu týkajúceho sa súťaže alebo výhry, bude rozhodnutie organizátora súťaže konečné a záväzné.

Výhra sa nevydá ani v prípade, že organizátor zistí, či bude mať podozrenie, že výhra bola získaná podvodným jednaním či v rozpore s týmito pravidlami.

Potrebujete poradiť so súťažou? - [Napíšte nám!](#) Máte otázky o stravovaní a zdravom životnom štýle? - [Napíšte nám!](#)

2019 - Hravo ži zdravo

[Úvodná stránka](#) [Súťažné lekcie](#) [Denníček](#) [Na stiahnutie](#) [Partneri](#) [Pre zvedavých](#) [Pre rodičov](#) [Archív výsledkov súťaže](#)