

Instrukcja zgłaszania szkoły do
udziału w Konkursie wiedzy o
zdrowym stylu życia
„Trzymaj Formę!”
rok szkolny 2018/2019

- Wejdź na stronę główną Konkursu <https://konkurs.trzymajforme.pl>

[Strona główna](#)[O konkursie](#)[Moje konto](#)[Regulamin](#)[Rejestracja](#)[Do pobrania](#)[Kontakt](#)

Konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę! rok szkolny 2018/2019

Konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę! to dodatkowa inicjatywa realizowana w ramach Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego Trzymaj Formę! - inicjatywy promującej zdrowy styl życia wśród młodzieży szkolnej o największym w Unii Europejskiej zasięgu.

W roku szkolnym 2018/2019 realizowana jest już ósma edycja Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę!. Adresatami Konkursu są szkoły podstawowe (klasy VII) i gimnazjalne (klasy II i III) zlokalizowane na terenie wszystkich powiatów ze wszystkich województw w Polsce. Konkurs skierowany jest zarówno do szkół, które uczestniczą w Ogólnopolskim Programie Edukacyjnym „Trzymaj Formę!”, jak i do tych placówek, które nie realizują Programu.

Konkurs jest trzyetapowy, przy czym I etap (na poziomie szkolnym) oraz II etap (na poziomie powiatowym) Konkursu zostaną przeprowadzone w formie elektronicznej w ramach niniejszej strony internetowej.

[Logowanie koordynatorów](#)[Logowanie dla uczniów](#)

Aktualności

07-05-2018

Wyniki II etapu Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia "Trzymaj formę!"

Komisja Konkursowa zakończyła prace nad wyłonieniem laureatów II etapu-powiatowego Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę!

Decyzją Komisji Konkursowej, do III etapu-ogólnopolskiego Konkursu zakwalifikowanych zostało 19 uczniów, którzy uzyskali nie mniej niż 31 pkt. (tj. 77,5% punktów możliwych do zdobycia).

Wyniki uzyskane przez uczniów poszczególnych placówek są dostępne dla Koordynatorów w ramach Internetowego Systemu Konkursowego.

III etap Konkursu zostanie przeprowadzony w dniu 13 czerwca 2018 r. w Warszawie.

Szczegółowe informacje w tej sprawie zostaną przekazane szkolnym koordynatorom drogą mailową.

[więcej >](#)

- Kliknij na zakładkę „Rejestracja” znajdującą się na górze strony głównej



The image shows a screenshot of a website's navigation bar. The menu items are: [Strona główna](#), [O konkursie](#), [Moje konto](#), [Regulamin](#), [Rejestracja](#), [Do pobrania](#), and [Kontakt](#). The 'Rejestracja' item is highlighted with a red rectangular box, and a red arrow points from the left towards it.

Wzrost i zdrowy styl życia Trzymaj Formę! rok szkolny

Trzymaj Formę! to dodatkowa inicjatywa realizowana w ramach Trzymaj Formę! - inicjatywy promującej zdrowy styl życia wśród młodzieży w powiatowej społeczności.

jest już ósma edycja Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia w szkołach podstawowych (klasy VII) i gimnazjalnych (klasy II i III) w całym województwie w Polsce. Konkurs skierowany jest do uczestników polskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj Formę!”, jak i do tych uczestników (na poziomie szkolnym) oraz II etap (na poziomie powiatowym) konkursu elektronicznego w ramach niniejszej strony internetowej.

Wzrost i zdrowy styl życia Trzymaj Formę!

Aktualności

07-05-2018

Wyniki II etapu Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia "Trzymaj formę!"

Komisja Konkursowa zakończyła prace nad wyłonieniem laureatów II etapu-powiatowego Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę!

Decyzją Komisji Konkursowej, **do III etapu- ogólnopolskiego Konkursu zakwalifikowanych zostało 19 uczniów**, którzy uzyskali nie mniej niż 31 pkt. (tj. 77,5% punktów możliwych do zdobycia).

Wyniki uzyskane przez uczniów poszczególnych placówek są dostępne dla Koordynatorów w ramach Internetowego Systemu Konkursowego.

- Uzupełnij formularz zgodnie ze schematem

Login: [adres e-mail szkoły/placówki]

Powtórz login:

Hasło:

Powtórz hasło:

Pełna nazwa szkoły:

Adres szkoły (ulica):

Adres szkoły (numery):

Kod pocztowy:

Miejscowość:

Województwo:

Powiat:

Numer telefonu placówki:

Dyrektor szkoły/placówki:

Nauczyciel koordynator odpowiedzialny za udział w konkursie:

Adres poczty elektronicznej nauczyciela koordynatora:

Numer telefonu nauczyciela koordynatora:

Czy szkoła realizuje Ogólnopolski Program Edukacyjny "Trzymaj Formę!":

TAK NIE

- Zapoznaj się z treścią regulaminu, klikając „regulamin konkursu”

Rejestracja szkoły w konkursie **Trzymaj Formę**

Login: [adres e-mail szkoły/placówki]

Powtórz login:

Hasło:

Powtórz hasło:

Pełna nazwa szkoły:

Adres szkoły (ulica):

Adres szkoły (numery):

Kod pocztowy:

Miejscowość:

Województwo:

Powiat:

Numer telefonu placówki:

Dyrektor szkoły/placówki:

Nauczyciel koordynator odpowiedzialny za udział w konkursie:

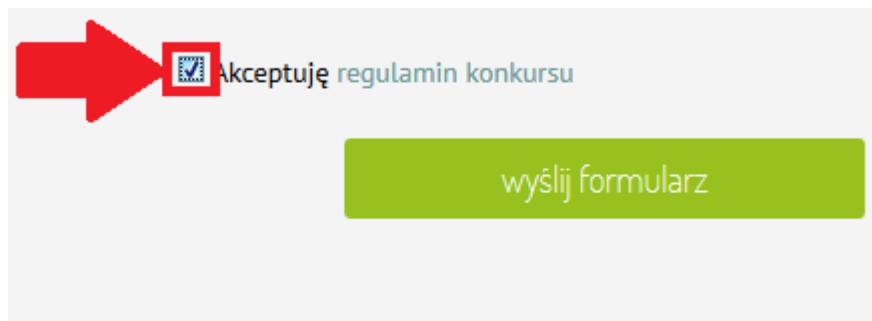
Adres poczty elektronicznej nauczyciela koordynatora:

Numer telefonu nauczyciela koordynatora:

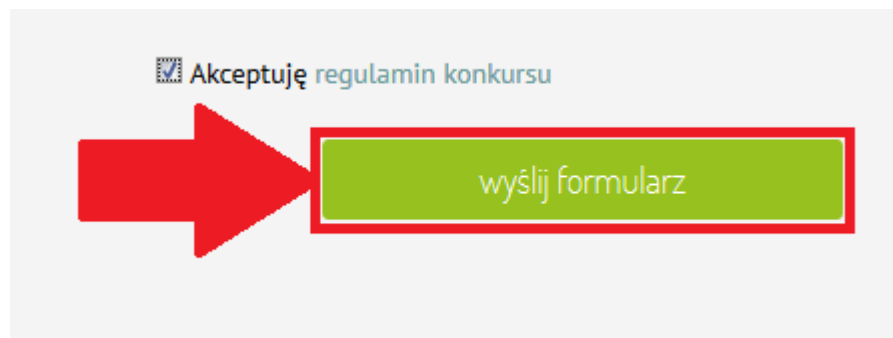
Czy szkoła realizuje Ogólnopolski Program Edukacyjny "Trzymaj Formę!":
 TAK NIE

Akceptuję [regulamin konkursu](#)

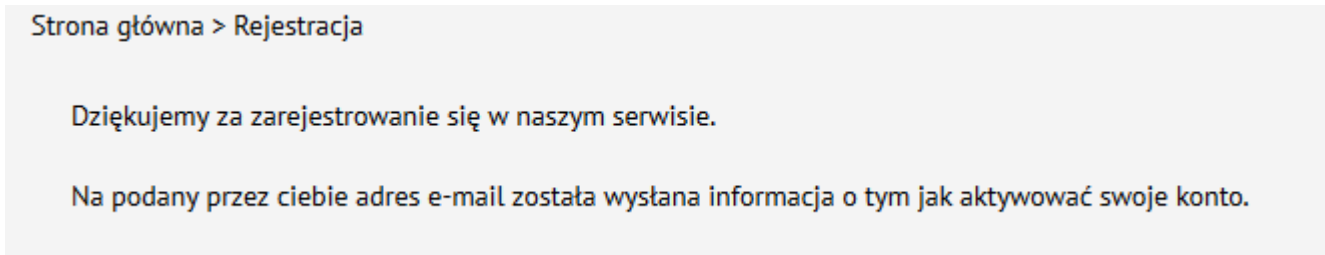
- Zaakceptuj regulamin, klikając kwadracik



- Kliknij „wyślij formularz”









- Po wysłaniu formularza, na stronie Konkursu pokaże się informacja o wysłaniu wiadomości mailowej na podany przez Ciebie adres e-mail



- Zaloguj się na swoją skrzynkę e-mail, znajdź i otwórz wiadomość od nadawcy „Konkurs Trzymaj Formę”.
Wiadomość jest zatytułowana „Rejestracja”

- Potwierdź rejestrację klikając na link umieszczony w treści wiadomości e-mail

Rejestracja  Odebrane x  


 **Konkurs Trzymaj Formę** <konkurs@pfpz.pl> 12:26 (14 minut temu) ☆  

do mnie ▾

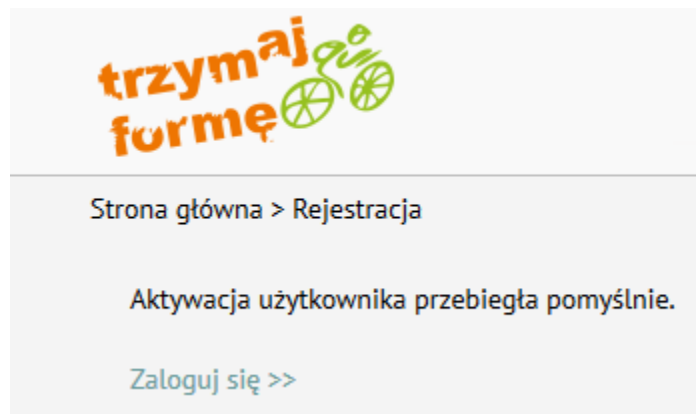
Witamy w gronie uczestników Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia Trzymaj Formę!
Twój login: XXXXXXXXXXXXXXXX

Aby potwierdzić rejestrację prosimy kliknąć w poniższy link:
<http://konkurs.trzymajforme.pl/register/?p=4&md5=1c1f7d8e7aa2275f56d010a693c8bf7&idd=andrut61@gmail.com>

lub skopiować i wkleić w pasku adresowym przeglądarki internetowej.
Jeśli nie jesteś osobą, która dokonała rejestracji oznacza to, że ktoś omyłkowo wpisał Twój adres e-mail. W takiej sytuacji prosimy nie klikać w powyższy link i nie potwierdzać rejestracji.



- Po kliknięciu linku, zostaniesz przeniesiony na stronę Konkursu, gdzie zobaczysz następującą wiadomość:



- Następnie kliknij „Zaloguj się”



- Wpisz login i hasło podane podczas rejestracji szkoły i kliknij „zaloguj się”
- Jeżeli zapomnisz hasła użyj przycisku „Przypomnij hasło”

Zaloguj się do konkursu **Trzymaj Formę**

andrut61@gmail.com

••••••••





zaloguj się

Przypomnij hasło



- Po zalogowaniu zostaniesz przeniesiony do zakładki „Moje konto”

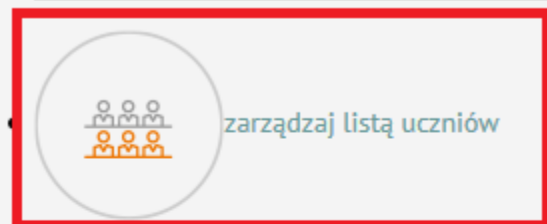
Moje konto

-  zarządzaj listą uczniów
-  edytuj dane szkoły
-  zmień e-mail do konta
-  zmień hasło do konta

przejdź do kolejnego kroku

- Żeby dodać uczniów, kliknij „zarządzaj listą uczniów” lub „przejdź do kolejnego kroku”

Moje konto



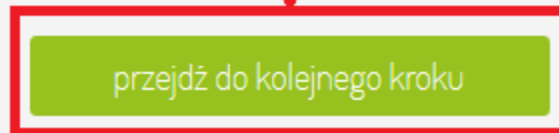
edytuj dane szkoły



zmień e-mail do konta




zmień hasło do konta



- Kliknij „dodaj ucznia” żeby wpisać nowego ucznia na listę uczestników Konkursu

Lista uczniów



1. PIERWSZY KROK
Wybór szkoły

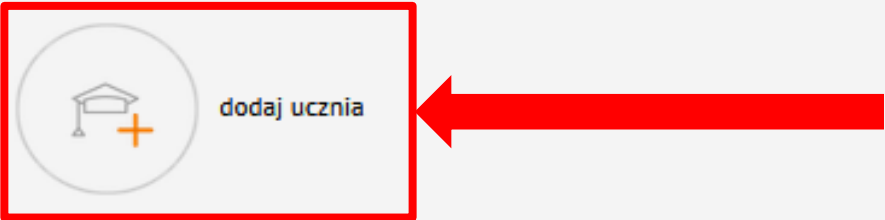
2. DRUGI KROK
Zgłoszenie uczniów do Konkursu

3. TRZECI KROK
Finalna weryfikacja danych zgłoszeniowych

Tutaj możliwe jest zgłoszenie uczniów, którzy będą uczestniczyli w Konkursie. Formularz umożliwia dodanie dowolnej liczby uczniów, którzy chcą przystąpić do Konkursu. W tym kroku możliwa jest również edycja danych poszczególnych uczniów.

Jeżeli wszyscy uczniowie zainteresowani udziałem w konkursie zostali dodani, ich dane są poprawne, a rodzice/opiekunowie przystąpili do zgody na udział poszczególnych uczniów w Konkursie, prosimy o przejście do kolejnego kroku.

Ważne!: Jedynie uczniowie, u których w kolumnie „Zgoda rodziców” widnieje TAK będą mogli przystąpić do konkursu.

 **dodaj ucznia**

- Wpisz dane ucznia oraz e-mail do rodzica i kliknij „dodaj”
- Dodanie ucznia powoduje automatyczne wysłanie na e-mail rodzica prośby o wyrażenie zgody na udział dziecka w Konkursie

Dodaj ucznia

Imię:

Nazwisko:

Czy uczeń realizuje program Trzymaj Formę!:

TAK NIE


Klasa:

wyberz..

Profil klasy:

wyberz..

Adres e-mail do rodzica:



- Kliknięcie „krzyżyka” przy nazwisku ucznia spowoduje usunięcie go z listy
- Kliknięcie „pióra” przy nazwisku ucznia pozwoli zmienić jego dane







dodaj ucznia

Lp.	Imię	Nazwisko	Klasa	Profil	Program	E-mail rodzica	Zgoda rodzica	Edytuj	Usuń
1	Anna	Piekarska	Gimnazjum - klasa III	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wysłania: 2018-10-23 11:27:26) » wyślij ponownie	NIE		







Zgoda rodzica

- W sytuacji gdy rodzic nie otrzyma e-maila z prośbą o wyrażenie zgody, możliwe jest ponowne wysłanie e-maila za pośrednictwem przycisku „wyślij ponownie”




Lp.	Imię	Nazwisko	Klasa	Profil	Program	E-mail rodzica	Zgoda rodzica	Edytuj	Usuń
1	Anna	Piekarska	Gimnazjum - klasa III	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wysłania: 2018-10-24 10:46:02) » wyślij ponownie	NIE		
2	Anna	Piekarska	Podstawówka - klasa VII	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wysłania: 2018-10-23 11:14:57) » wyślij ponownie	TAK		

Zgoda rodzica

- Ważne!:** Jedynie uczniowie, u których w kolumnie „Zgoda rodziców” widnieje TAK będą mogli przystąpić do konkursu

Lp.	Imię	Nazwisko	Klasa	Profil	Program	E-mail rodzica	Zgoda rodzica	Edytuj	Usuń
1	Anna	Piekarska	Gimnazjum - klasa III	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wystania: 2018-10-24 10:46:02) » wyślij ponownie	NIE		
2	Anna	Piekarska	Podstawówka - klasa VII	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wystania: 2018-10-23 11:14:57) » wyślij ponownie	TAK		

- Jeżeli wszyscy uczniowie zostali dodani, ich dane są poprawne, a rodzice/opiekunowie prawni wyrazili zgody na udział w Konkursie, prosimy o przejście do kolejnego kroku

Lp.	Imię	Nazwisko	Klasa	Profil	Program	E-mail rodzica	Zgoda rodzica	Edytuj	Usuń
1	Anna	Piekarska	Gimnazjum - klasa III	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wysłania: 2018-10-24 10:46:02) » wyślij ponownie	NIE		
2	Anna	Piekarska	Podstawówka - klasa VII	Ogólny	TAK	b.sakaus@gis.gov.pl (data wysłania: 2018-10-23 11:14:57) » wyślij ponownie	TAK		

1-2 |

wstecz

przejdź do kolejnego kroku



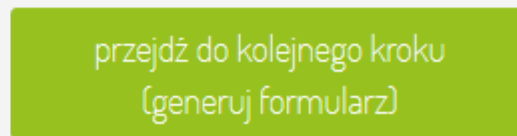
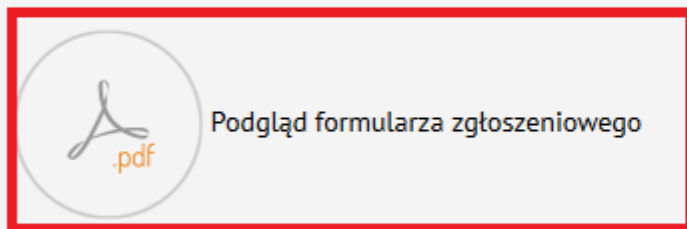
- Kliknij „Podgląd formularza zgłoszeniowego”. Formularz zostanie pobrany na Twój komputer w formacie pliku PDF

W tym miejscu możliwy jest podgląd formularza zgłoszeniowego w formie pdf.

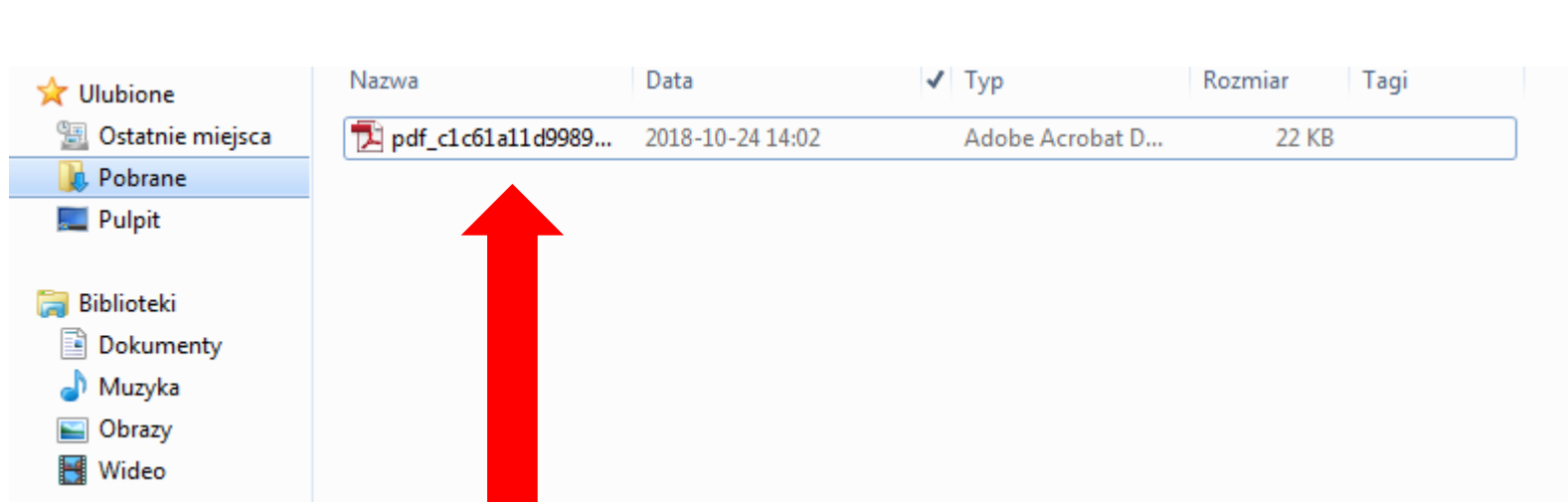
Formularz zgłoszeniowy to dokument konkursowy niezbędny w celu ostatecznego zgłoszenia szkoły do udziału w konkursie.

Prosimy kliknąć w przycisk podglądu formularza zgłoszeniowego oraz dokładnie sprawdzić poprawność zawartych w nim danych. Jeśli dane są prawdziwe prosimy kliknąć w przycisk "przejdź do następnego kroku - generuj formularz".

WAŻNE! Po przejściu do następnego kroku jakakolwiek zmiana danych uczniów czy szkoły nie będzie już możliwa!



- Znajdź formularz zgłoszeniowy na dysku swojego komputera, otwórz go i sprawdź poprawność zawartych w nim danych



Formularz zgłoszeniowy szkoły do udziału w Konkursie wiedzy o zdrowym stylu życia
"Trzymaj Formę!"
rok szkolny 2018/2019

1. Dane dotyczące placówki szkolnej

Pełna nazwa szkoły biorącej udział w konkursie	Główny Inspektorat Sanitarny
Adres szkoły	Targowa 65
Kod pocztowy	03-729
Miejscowość	Warszawa
Województwo	mazowieckie
Powiat	Warszawa
Numer telefonu placówki	0225361479
Adres poczty elektronicznej szkoły/placówki	b.sakaus@gis.gov.pl
Dyrektor szkoły/placówki	Aleksandra Lusawa
Nauczyciel koordynator odpowiedzialny za udział w konkursie	Aleksandra Lusawa
Adres poczty elektronicznej nauczyciela koordynatora	b.sakaus@gis.gov.pl
Numer telefonu nauczyciela koordynatora	0225361479

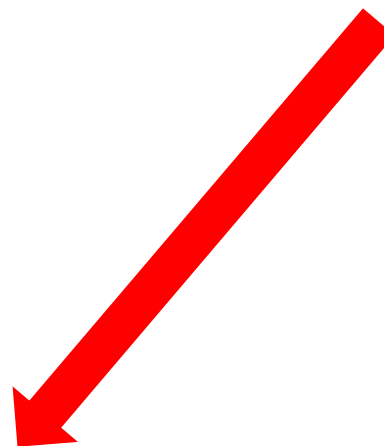
2. Uczniowie uczestniczący w konkursie

Lp.	Imię ucznia	Nazwisko ucznia
1	Anna	Piekarska

Zaświadczam, że zgodnie z §5 Regulaminu Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia "Trzymaj Formę!", uczniowie, ich rodzice oraz nauczyciele, przed dokonaniem niniejszego zgłoszenia, zostali zapoznani z ww. Regulaminem. Niniejsze zgłoszenie jest równoznaczne z akceptacją ww. Regulaminu przez szkołę i zgłoszonych uczniów.

Ponadto, deklaruję dołożenie staranności w przeprowadzeniu konkursu, w szczególności dochowanie tajności pytań konkursowych oraz zapewnienie uczniom warunków do samodzielnej pracy w trakcie rozwiązywania zadań konkursowych.

- Wygenerowany formularz zgłoszeniowy zawiera jedynie nazwiska uczniów, których rodzice wyrazili zgodę na udział ucznia w Konkursie



- Jeżeli dane w formularzu są poprawne, wróć do strony Konkursu i kliknij „przejdź do kolejnego kroku”

UWAGA, po przejściu do kolejnego kroku jakakolwiek zmiana danych szkoły i uczniów nie będzie możliwa

W tym miejscu możliwy jest podgląd formularza zgłoszeniowego w formie pdf.

Formularz zgłoszeniowy to dokument konkursowy niezbędny w celu ostatecznego zgłoszenia szkoły do udziału w konkursie.

Prosimy kliknąć w przycisk podglądu formularza zgłoszeniowego oraz dokładnie sprawdzić poprawność zawartych w nim danych. Jeśli dane są prawidłowe prosimy kliknąć w przycisk "przejdź do następnego kroku - generuj formularz".

WAŻNE! Po przejściu do następnego kroku jakakolwiek zmiana danych uczniów czy szkoły nie będzie już możliwa!



Podgląd formularza zgłoszeniowego

wstecz

przejdź do kolejnego kroku
(generuj formularz)




- Kliknij w zaznaczonym miejscu żeby pobrać formularz zgłoszeniowy

Wysyłka formularza zgłoszeniowego

- 1 PIERWSZY KROK**
Rejestracja szkoły
- 2 DRUGI KROK**
Zgłoszenie uczniów do Konkursu
- 3 TRZECI KROK**
Finalna weryfikacja danych zgłoszeniowych
- 4 CZWARTY KROK**
Wysyłka formularza zgłoszeniowego

Prosimy kliknąć w przycisk poniżej w celu wydrukowania formularza zgłoszeniowego.
Dokument należy wydrukować, podpisać i wysłać online do Internetowego Systemu Konkursowego.

Termin nadsyłania zgłoszeń upływa 15 grudnia 2018 r. (piątek)
Ostateczne zakwalifikowanie szkoły do udziału w Konkursie następuje po weryfikacji formalnej nadestanych zgłoszeń Organizatorów Konkursu. Placówki szkolne zostają poinformowane o wyniku procesu weryfikacji w terminie **do 7 stycznia 2019 r. (poniedziałek)** mailowo na adres podany przy rejestracji.

 **Wydrukuj formularz zgłoszeniowy**

Można przesłać już podpisany dokument bezpośrednio do systemu używając formularza poniżej:

Wybierz plik:
 Nie wybrano pliku.
Dozwolony format pliku: jpg, png, pdf

- Dokument należy wydrukować, podpisać i wysłać online do Internetowego Systemu Konkursowego

Termin nadsyłania zgłoszeń upływa 14 grudnia 2018 r.


Wysyłka formularza zgłoszeniowego

- ✓ **1 PIERWSZY KROK**
Rejestracja szkoły
- ✓ **2 DRUGI KROK**
Zgłoszenie uczniów do Konkursu
- ✓ **3 TRZECI KROK**
Finalna weryfikacja danych zgłoszeniowych
- 4 CZWARTY KROK**
Wysyłka formularza zgłoszeniowego

Prosimy kliknąć w przycisk poniżej w celu wydrukowania formularza zgłoszeniowego.
Dokument należy wydrukować, podpisać i wysłać online do Internetowego Systemu Konkursowego.


Termin nadsyłania zgłoszeń upływa 30 listopada 2018 r. (piątek)

Ostateczne zakwalifikowanie szkoły do udziału w Konkursie następuje po weryfikacji formalnej nadesłanych zgłoszeń Organizatorów Konkursu. Placówki szkolne zostają poinformowane o wyniku procesu weryfikacji w terminie **do dnia 14 grudnia 2018 r. (piątek)** mailowo na adres podany przy rejestracji.

 Wydrukuj formularz zgłoszeniowy

Można przesłać już podpisany dokument bezpośrednio do systemu używając formularza poniżej:

Wybierz plik:
 Nie wybrano pliku.
Dozwolony format pliku: jpg, png, pdf



Życzymy powodzenia

trzymaj
formę 