

**Csenger Lajosné**

## **Egészségnevelési programok vizsgálata Győr-Moson-Sopron megye általános iskoláiban**

### **Bevezetés**

Az egészség felbecsülhetetlen és megbecsülendő érték egyéni és társadalmi szempontból egyaránt. A testi és lelki egészség tisztelete valamint az egészség örömteli megélése és a harmonikus élet értéként való megítélése a felnövekvő generáció számára kiemelten fontos és ebben az oktatásnak kiemelten fontos szerep jut.

A köznevelési intézmények számára a 2003.évi LXI. törvény 48.§ (3) bekezdése alapján kötelező az egészségnevelési program elkészítése.

A 20/2012.EMMI rendelet 128.§.(5) pontja előírja: „*A nevelési-oktatási intézmény teljeskörű egészségfejlesztéssel kapcsolatos feladatait koordinált, nyomon követhető és mérhető, értékelhető módon kell megtervezni a helyi pedagógiai program részét képező egészségfejlesztési program keretében*”.

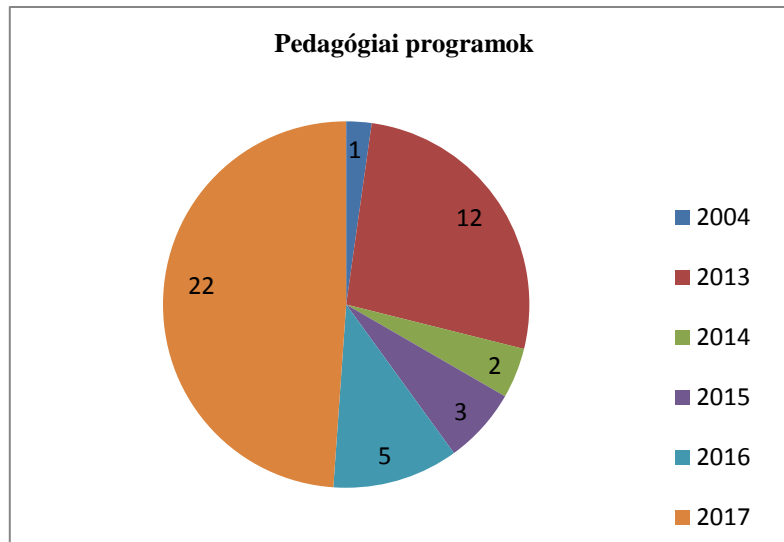
Vizsgálatomban arra kerestem a választ, hogy a köznevelési intézmények *egészségnevelési programjai tükrözik-e a teljes körű iskolai egészségfejlesztési törekvések* gyakorlati megvalósítását. Győr/Moson-Sopron megye 45 olyan intézményének pedagógiai programjában vizsgáltam meg az egészségnevelési programokat, melyeknek fenntartója a Győri és a Soproni Tankerület. Az iskolák többségi iskolák, tagiskolák nem szerepelnek közöttük.

### **A vizsgálat**

Az egészségnevelési programokat a következő szempontok mentén vizsgáltam:

1. Rendelkezik-e az intézmény egészségnevelési programmal?
2. Az egészségnevelési program helyzetelemzésre épül-e?
3. Milyen elvek fogalmazódnak meg a programokban?
4. Az egészségnevelési programok a testi és a lelki egészség egységét szemlélve jelölnek ki célokat, feladatokat?
5. A célok, feladatok mellett tevékenységek, módszerek is megjelennek-e a programokban?
6. Vannak-e felelősök a program koordinálása, megvalósítása érdekében?
7. Megjelennek-e elvárások, sikerkritériumok a programokban?
8. Ellenőrzik-e, értékelik-e a tevékenységek megvalósulását? Van-e visszacsatolás?
9. S egyéb intézményi sajátosság

A pedagógiai programokat készítésük illetve legutolsó felülvizsgálatuk alapján hat csoportba lehet osztani:



Az adatok alapján megállapítottam, hogy a pedagógiai programok fele, 22 iskola programja, a 2017/2018.tanév kezdetére megújult, 1 pedagógiai program pedig kirívóan régen készült. A pedagógiai programok felülvizsgálata 4-5 évente javasolt, illetve a fenntartó, a nevelőtestület, az intézményvezető, a szülői közösség kezdeményezésére vagy törvényi változások miatt szükség szerint felülvizsgálható, módosítható, kiegészíthető.

A vizsgálati szempontok sorrendjében a következő eredmények születtek.

### ***1. Rendelkezik-e az intézmény egészségnevelési programmal?***

A vizsgálatom azt bizonyította, hogy mind a 45 intézmény rendelkezik egészségnevelési programmal, bár nem mindegyik időszerű.

### ***2. Az egészségnevelési program helyzetelemzésre épül-e?***

A 45 iskolából *mindössze 9 intézmény* egészségnevelési programja épül helyzetelemzésre. A helyi sajátosságok feltérképezését azért tartom fontosnak, mert az általánosan meghatározott elvek, célok, feladatok, amelyek megfelelő elméleti háttérrel biztosítanak az intézmények számára, akkor valósulhatnak meg igazán eredményesen, ha azokat a helyi igényekhez, szükségletekhez igazítjuk. A következőkben négy iskola helyzetelemzésének részleteit idézem.

#### **a) Győr, Fekete István Általános Iskola**

„Iskolai környezet:

- városrész pl. lakótelep,
- közlekedés,
- iskola sajátosságai”

#### **b) Hegykő, Fertő-táj Általános Iskola**

A tanulók egészségi állapotának elemzése:

Az iskola a rendszeres szűrővizsgálatok eredményeként tisztában van a tanulók, tanulást is befolyásoló egészségi állapotával. Ezek a következők:

- fogszuvasodás,
- mozgásszervi eltérések,
- légúti megbetegedések,
- bőr- és kültakaró elváltozása,
- anyagcsere-és emésztőrendszer megbetegedések,
- elhízott tanulók,
- szív-és keringési rendszer megbetegedések,
- szemészeti eltérések

c) **Győr**, Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskola  
 „a dohányzás és az alkohol kipróbálása”

A helyzetelemzés alapján megfogalmazott konkrét célokat, és feladatokat a nagycenki iskola programjából mutatom be mintaként:

d) **Nagycenk**, *Széchenyi István Általános Iskola*

**„Helyzetelemzést az iskolánkban az egészséges életvitelre vonatkozó kérdőív összesítése alapján készítettünk.**

A helyzetelemzést 2 évente szükség szerint újra el kell végezni, átfogó vagy egy-egy területre irányuló felmérés segítségével. Az eredmények alapján a rövid távú célokat módosítani kell. A tantestület közösen meghatározhatja az egészség ill. a környezeti nevelés erős és gyenge pontjait.

**Az egészséges táplálkozás**

Cél: A táplálkozást illetően a család, a közvetlen környezet, a társadalom alakít ki jó és rossz szokásokat. A helytelen táplálkozási hagyományokon a legnehezebb változtatni.

A reklámok, divathullámok nagy hatást gyakorolnak nemcsak a tanulók, de a felnőttek döntéseire is, így e miatt tanítványainkat megfelelő ismeretanyaggal, tudással kell ellátnunk, hogy a teljes értékű táplálkozást szem előtt tartva hozzák meg döntéseiket. A tanórai és tanórán kívüli téma feldolgozási lehetőséget a következő táblázat szemlélteti:

Evf.	Tanórán	Tanórán kívül
1.	Könyvtárismertetés: tej, növényi, gyümölcs fogyasztás jelentősége, máshol való olvasás, udvaroztatás	
2.	Könyvtárismertetés: Kulturális olvasás Előadások Napi étrend ösztönzése	
3.	Könyvtárismertetés: Egészséges táplálkozás Táplálkozási árulások	
4.	Könyvtárismertetés: Vitaminok-( gyümölcsökben lévő) szerepe a táplálkozásban	- Szülői értekezleten, fogadóórán beszélgetés a szülőkkel az étkezési szokásokról, a reggeli fontosságáról, az üdítő italok tartalmasságáról.
5.	Országifüldő órák: Táplálkozási szokások Technika és elvárások: Az élelmiszerek összetétele, tápanyagok Az egészséges táplálkozás. Az étrend Tervezés: A gyümölcs és zöldségfélék szerepe az egészségünk megőrzésében	- Védőnői előadás az étrendről - Vetélkedő szervezése az egészséges táplálkozásról - Bekapcsolódás megyei, ill. országos szintű egészségnevelési versenyekbe, melyek az egészséges táplálkozás területét is érintik
6.	Országifüldő órák: Egészséges táplálkozás Technika és elvárások: élelmiszerek és egészségünk Egészségesen: A táplálkozás, mint életmódbeli Ami az egészséges táplálkozásról tudni kell	- egészségnevelési hét
7.	Országifüldő órák: Egészséges táplálkozás	
8.	Kémi óra: zöldsék, olijók, csokoládé, sárgák, ásványi anyagok, vitaminok szerepe a táplálkozásban Biológia és egészség: Táplálkozás, tápanyagok Jól jár az egészségem! A helyes táplálkozás	

### **3. Milyen elvek fogalmazódnak meg a programokban?**

A harmadik vizsgálati szempont eredménye azt mutatta, hogy a 45 intézmény az egészségnevelés, egészségfejlesztés elvei között általában jogszabályi háttérre hivatkozva, a Nemzeti Alaptantervet idézve, a WHO állásfoglalása vagy a Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztési program alapján *általános elveket* fogalmaznak meg az egészségnevelés szükségességéről, fontosságáról, az iskolák e területen betöltendő szerepéről.

#### **a) Gyömöre, Háy László Általános Iskola:**

„A WHO megfogalmazása szerint az egészségfejlesztő iskola folyamatosan fejleszti környezetét, ami elősegíti azt, hogy az iskola az élet, a tanulás és a munka egészséges színtere legyen.”

#### **b) Győr, Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskola**

„*A testi és lelki egészségre nevelés*”

Az egészséges életmódra nevelés hozzásegít az egészséges testi és lelki állapot örömteli megéléséhez. Ösztönözzük a tanulókat arra, hogy legyen igényük a helyes táplálkozásra, a mozgásra, a stresszkezelés módszereinek alkalmazására. Legyenek képesek lelki egyensúlyuk megővására, társas viselkedésük szabályozására, a konfliktusok kezelésére. Az iskola feladata, hogy a családdal együttműködve felkészítsük a tanulókat az önállóságra, a betegség-megelőzésre, továbbá a szabályok betartására a közlekedésben, a testi higiénében, a veszélyes körülmények és anyagok felismerésében, a váratlan helyzetek kezelésében. Motiváljuk és segítjük a tanulókat a káros függőségekhez vezető szokások kialakulásának megelőzésében.”

### c) **Öttevény**, Általános Iskola

„A teljes körű egészségfejlesztési program az iskola közössége életminőségének, életfeltételeinek javítását szolgálja, amelynek célja az életminőség, ezen keresztül az egészségi állapot javítása, olyan problémakezelési módszer, amely az iskola közösségének aktív részvételére épít.

A teljes körű iskolai egészségfejlesztés az alábbi négy egészségfejlesztési alapfeladat rendszeres végzését jelenti a nevelési-oktatási intézmény partneri kapcsolati hálójában szereplők ésszerű bevonásával:

- egészséges táplálkozás megvalósítása;
- mindennapi testnevelés (ennek részeként tartásjavító torna és gyógytestnevelés, relaxáció, tánc);
- a tanulók érett személyiséggé válásának elősegítése személyközpontú pedagógiai módszerekkel és a művészetek személyiségfejlesztő hatékonyságú alkalmazásával (éneke-zene, tánc, rajz és vizuális kultúra, mesemondás, népi játékok);
- számos egyéb téma között környezeti, médiatudatossági, fogyasztóvédelmi, balesetvédelmi és családi életre nevelést is magában foglaló egészségfejlesztési ismeretek oktatása.”

#### *c) Az egészségnevelési programok a testi és a lelki egészség egységét szemlélve jelölnek ki célokat, feladatokat?*

A Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztési program – továbbiakban TIE – négy területe közül a *mindennapos testnevelés, az egészséges táplálkozás és az egészségismeretek* elsajátítása minden egészségnevelési programban megtalálható, **a lelki egészség védelme azonban nem kap megfelelő figyelmet.**

A mindennapos testnevelés intézményi megvalósítása törvényi előírás, melynek értelmében a 2012/2013. tanévtől kezdve- az első és ötödik évfolyamoktól kezdődően, felmenő rendszerben- ezt minden intézménynek be kellett vezetni. Ezzel párhuzamosan került bevezetésre a NETFIT mérési program, amely a tanulók testzsír százaléka, testtömeg indexe hajlékonysága és egyéb mutatók mentén vizsgálja a gyerekek fittségét.

A vizsgált intézmények közül kettő rendelkezik *komplex mozgásprogrammal*, amelyet az öttevényi Általános Iskola programjából emeltem ki.

„Komplex intézményi mozgásprogram

1. Egészséges életmóddal kapcsolatos feladatok épüljenek be a kötelező iskolai programokba (sport- és egészségnap, részvétel a különféle helyi szervezésű sportprogramokon).

2. A mozgásos tevékenységek a tantárgyi jellegnek és az életkori sajátosságoknak megfelelően épüljenek be az óratervi órákba.

3. Az egész napos iskolai (szabadidős), napközis és tanulószobai foglalkozásokon a foglalkozási programban foglaltak szerint, míg a különféle szabadidős tevékenységekben azok időkeretének minimum 40%-ában a testmozgás különféle formái domináljanak a tematikai-tárgyi jelleghez igazodóan.

4. Az egyéb foglalkozásokon – a tantárgyfelosztás keretei között – változatos programok keretében képviseltesék magukat a sportfoglalkozások (tömegsport, néptánc szakkör, sportkör stb.).

5. Az éves munkatervben a szorgalmi időszak minden hónapjához – az évszak sajátosságainak megfelelően (pl. tél – korcsolyázás) – legyen egy-egy kiemelt mozgásos tevékenység rendelve, amely az iskolai szabadidős és napközis időkeretben szervezett tevékenységek kiemelt iránya legyen.

6. Az intézmény horizontális kapcsolatrendszerének keretében az iskolai sportegyesülettel, illetve a településen működő más sporttevékenységgel foglalkozó társadalmi szervezetekkel alakuljon ki stratégiai együttműködés az iskola tanulóinak mozgáskultúrájának fejlesztésére.

7. A tanulmányi kirándulások egyik központi eleme legyen a mozgás és az egészségtudatos életmódra nevelés.

8. A felső tagozat osztályfőnöki foglalkozásain tematikus program kerüljön kidolgozásra a testmozgás propagálására, amely életvezetési tanácsokat is foglaljon magába.

9. Az uniós és a központi költségvetési források kimerítésével, az ezekre épülő anyagi alapokra támaszkodva a legkülönbélebb sportprogramok kerüljenek megszervezésre.

10. A tanulók fizikai állapotának méréséből fakadó tapasztalatok értékelése alapján a szabadidős és sporttevékenységek terén a mozgásprogramok tartalmára készüljön minden tanévben javaslat.

11. A komplex intézményi mozgásprogram adott tanévre aktualizált feladatterve az éves munkaterv mellékleteként kerül kidolgozásra.”

Az *egészséges táplálkozás* területén az iskolák azért nincsenek könnyű helyzetben, mert egészségismereteket közvetíthetnek ugyan, de a közétkeztetés törvényi szabályozása- pl. a só- és cukortartalom csökkentése- nem az intézmények felelőssége és a családok táplálkozási szokásait sem tudjuk alapjaiban megváltoztatni.

*A táplálkozási szokásokkal kapcsolatos programrészt a nyúli Pilinszky János Általános Iskola programjából idézem.*

#### **“Korszerű, egészséges táplálkozás**

- Napi ötszöri étkezés.
- Változatos, az évszaknak és napszaknak megfelelő táplálkozás biztosítása.
- Megfelelő minőségű és mennyiségű tápanyagbevitel.
- Az életkornak megfelelő ételek biztosítása (mennyiség, elkészítési mód, fűszerezés).
- A helyes és helytelen táplálkozási szokások ismerve, összehasonlítása.
  - Helyes - Helytelen
  - Az eddig felsoroltak. - Felsoroltak cáfolatai.
  - Mértékletesség. - Mértéktelenség.
  - Kiegészítő táplálkozás, vitaminpótlás. Túlzott, állandó vitaminfogyasztás.
  - Gasztronómiai kultúra ismerete. Egyoldalú táplálkozás.
  - Csemegézés, ínycsikoklás. A reklámcsikkek fogyasztása.
- Fontos tudni a gyerekeknek!
  - Táplálék bevitelének módja, útja, felszívódása-felhasználása, ürülése az emberi szervezetben és az ezeket elősegítő tényezők, eljárások ismerete. Természetesen életkorhoz igazodva.

- A megismerés módszerei: példaadás, olvasás, rajzolás, szerepjáték, kisfilmek megtekintése.
- Az étkezéssel kapcsolatos szociális környezet biztosítása:
  - Étkezési időpontok.
  - Helyszín (étkező, ebédlő, teakonyha, főzőkonyha).
  - Kiszolgáló feltételek (bútorzat, edények, tányérok, evőeszközök). Ezek ismerete, helyes, rendeltetésszerű használatuk, tisztántartásuk és tárolásuk.

A nevelőtestület mellett a konyhai dolgozók és az ételmezezővezető együttes feladata a gyerekek ez irányú nevelésének gyakorlata.”

*Az egészségismeretek* elsajátítása szaktantárgyi órákon- környezetismeret, természetismeret, biológia- valamint osztályfőnöki, technika- életvitel és etika órákon megvalósítható, de a napközis foglalkozások, szakkörök, témanapok, egészségnapok is lehetőséget nyújtanak e területen az intézmények számára.

A **győri** Gyárvárosi Általános Iskola programjában ezt így fogalmazták meg:

*„A tanulók az életkoruknak megfelelő szinten – a tanórai és a tanórán kívüli foglalkozások keretében – foglalkoznak az egészség megőrzésének szempontjából legfontosabb ismeretekkel: a táplálkozás, az alkohol- és kábítószer fogyasztás, dohányzás káros hatásai a szervezetre, a családi és kortárskapcsolatok, a környezet védelme, az aktív életmód, a sport, a személyes higiénia, az elsősegély-nyújtás alapismeretei, a szexuális fejlődés területén.”*

*d) A célok, feladatok mellett tevékenységek, módszerek is megjelennek-e a programokban?*

A következőkben az intézményekben tervezett tevékenységrendszer bemutatásához néhány intézményi példa:

a) **Töltéstava**, Fiáth János Általános Iskola

*„Tanórai keretek:* A tanórai tartalom a tanulók számára a kötelezően elsajátítandó tartalmat jelenti. Ennek szervezési formája lehet:

- hagyományos, amely alatt a 45 perces tanórákat értjük, illetve
- nem hagyományos tanóra, ami lényegében komplex (kerettantervi, tantárgyközi) foglalkozásokat ölel fel, s mint ilyen kiemelkedő jelentőségű az egészségnevelés szempontjából (pl. projektmódszer, erdei iskola)

*Tanórán kívüli foglalkozások*

- szakköri foglalkozások
- kézműves foglalkozások
- napközis foglalkozások
- délutáni szabadidős foglalkozások
- sportprogramok
- vetélkedők
- filmvetítések
- orvosi, védőnői előadások

- versenyek
- egészségnap
- kirándulások, túrák
- cél: erdei iskola
- szánkózás
- akadályverseny
- hulladékgyűjtés
- színházlátogatás
- tanulmányi kirándulás
- osztályszépítés

#### Tájékoztató fórumok

- szülői értekezletek
- szülői értekezletek keretében tartott előadások (pszichológus, iskolaorvos, rendőrség bűnmegelőzési osztálya)”

#### b) Mosonmagyaróvár, Ujhelyi Imre Általános Iskola

<b>CÉLOK</b>	<b>FELADATOK</b>	<b>SIKERKRITÉRIUMOK</b>
Egészségnevelés az oktatás és nevelés valamennyi területén jelenjen meg!	Személyi higiénia kialakítása. A mosdókban WC-papír, folyékony szappan elhelyezése.	Az alapvető egészségügyi szokások beépülnek, készségszintre emelkednek a tanulóknál.
Az egészséges testtartás, mozgás fontossága.	A mindennapos testedzés megvalósulása.	Javulás az állapotfelmérési statisztikában (gerincferdülés, lúdtalp).
Az étkezés, a táplálkozás egészséget befolyásoló szerepének kialakítása.	A helyes táplálkozási szokások és az egészséges étrend kialakítása. Az iskolai menza étrendjében jelenjenek meg a korszerű táplálkozás alapelvei.	Megszűnik az egyoldalú táplálkozás, az új ízek és ételek változatossá teszik étrendjüket. Kulturált étkezés.
A barátság, a párkapcsolatok szerepe az egészségmegőrzésben.	Szexuális felvilágosítás, családtervezés alapjainak megismertetése, AIDS prevenció	Felelős felnőttekké válnak tanulóink.
A szenvedélybetegségekkel való foglalkozás.	A szervezetre károsan ható anyagok és azok pusztító hatásának megismertetése.	Önállóan dönteni tudó, önmagát vállaló érték szemlélet kialakítása.



c) **Győr**, Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskola  
**„Tanórák**

Az egészségnevelést a tananyagba közvetlen vagy közvetett módon minden órán beépítettük. Direkt módon természetismeret, biológia, földrajz, kémia, fizika, testnevelés, technika, osztályfőnöki órákon valósul meg.

**Napközi és tanulószobai foglalkozások**

A játék, a levegőzés keretében, a helyes napirend kialakítása kapcsán; a napközi foglalkozásain, rendezvényein (pld. játszóházak) jelenik meg.

Projektfoglalkozások, vetélkedők (egészséges életmód, táplálkozás), előadások (bőrápolás, családi életre nevelés, szenvedélybetegségek), pályázatok keretében tevékenykednek diákjaink.

**Szakkör**

A képzőművészeti szakkör, valamint a sportkörök keretén belül van jelenleg lehetőség egészségnevelésre és környezeti nevelésre.

**Iskola-egészségügyi szolgálat**

Az állapotfelméréssel az időszerű, pillanatnyi egészségi helyzetét mérjük fel a tanulóknak. A szűrővizsgálatokkal a még panaszt nem okozó kóros elváltozásokra sikerül fényt deríteni, a kötelező oltásokkal a súlyos fertőző betegségek terjedésének lehet gátat szabni. A védőnő rendszeresen részt vesz az egészséges táplálkozás, a higiénia, a nemi felvilágosítás, a családi életre nevelés, a felelős párkapcsolat kialakításának kérdéseivel foglalkozó órákon, gyakran ő tartja ezeket.

**Nyári tábor**

A közösségépítés fontos terepe a nyári táboroztatás, amely nem kötelező, de igyekszünk olyan árszínvonalon megszervezni, hogy sokak számára elérhető legyen.

Az alsósok számára Győrújbarátra szervezünk tábort, ahol a cselekvő pihenésé, regenerálódásé a fő szerep.

A felsősöknek Dunaszigetre szervezünk ÖKO-tábort. Különös figyelmet fordítunk a napirendre: a négyes étkezés, a csendes pihenő, a mozgás a sportversenyek, a szobák-faházak tisztasági szemléje is hozzátartoznak a tábor programjához.

A felső tagozatosok táboroztatása alapítványi támogatással illetve pályázati források megnyerésével valósul meg.

A táborok programjának szervezésénél a legfontosabb céljaink között van az idegen tájak, és az ott élő emberek mindennapjainak, hagyományainak, kulturális értékeinek, népszokásainak közös megismerése.

Igyekszünk az időpontot falunapokhoz, helyi kulturális rendezvényekhez igazítani, így más közösségek megismerésén keresztül saját közösségünk hagyományait is jobban tudjuk értékelni.

**Kirándulások**

A tanulmányi kirándulások szervezése a pedagógiai programban megfogalmazott nevelési célok alapján történik. Alsó tagozat számára a megyében, felső tagozat számára a régióban és egyszer Budapestre szervezhető, időtartama 1 nap.

## **Erdei iskola**

Erdei iskolai programon vehetnek részt – 3 nap időtartamig - a harmadik és hatodik évfolyam diákjai a Győri Tankerületi Központ illetékességi területén. Alapítványi támogatással illetve pályázati források megnyerésével valósul meg.

## **Versenyek**

Alsó és felső tagozatban számtalan egyéni és csapatverseny indul minden évben a természetvédelem, környezetvédelem, egészségvédelem, csecsemőgondozás, egészséges életmód, káros szenvedélyek elleni küzdelem témakörében; emellett ide kapcsolhatók a sportversenyek, képzőművészeti és irodalmi pályázatok is.

## **Úszásoktatás**

A gyerekeknek lehetőségük van arra, hogy szervezett oktatás keretében megismerkedjenek az úszás alapjaival a helyi tantervnek megfelelően.

## **Akciók, programok**

A rendőrség szervezésében iskolánk részt vesz a DADA programban. Ennek keretén belül tanulóink a dohányzás, az alkoholfogyasztás, a drog és az AIDS veszélyeivel ismerkednek meg, valamint rendőrségi szakember irányításával elsajátíthatják ezen veszélyek kikerüléséhez szükséges technikákat. A DADA programban részt nem vevő osztályok a védőnő segítségével és irányításával foglalkoznak ugyanezzel a témával. Évente 1-2 tanulóknak lehetősége van nyári bűnmegelőzési–tábori részvételre is.”

d) Győr, Móricz Zsigmond Általános Iskola

## **„Az iskolai egészségnevelést szolgáló tevékenységformák**

### *Mindennapos testnevelés biztosítása*

- mindennapos testnevelés órák 1-8. osztály
- játékos torna 1-2. osztály
- ugrókötél szakkör 1-8. osztály
- atlétika szakkör 5-8. osztály
- futball 1-8. osztály
- táncszakkör 1-8. osztály
- néptánc 1-2. osztály
- lány futball 5-8. osztály
- úszásoktatás 1-1évfolyam alsóban, felsőben
- kocsolyaoktatás 2. évfolyam (szülői igény esetén)
- túrák 1-8. osztály
- íjász szakkör 4-8. osztály
- NETFIT méréseredményeinek felhasználása a felső tagozaton.

### *Egészséggel kapcsolatos ismeretek oktatása, feldolgozása*

tanórákon: biológia, természetismeret, környezetismeret, hit- és erkölcsstan, magyar nyelv és irodalom, kémia, technika, rajz

előadások, rendhagyó órák, témnapok, témahetek, projektek, DÖK-programok, szakkörök, napközis és tanulószobai foglalkozások keretében

### *Lelki egészséggel kapcsolatos tevékenység*

- tanórákon: osztályfőnöki óra, hit-és erkölcsstan, magyarnyelv-és irodalom

előadások, rendhagyó órák, témanapok, művészeti szakkörök

Boldogságóra, Esélynap

*Egészséges táplálkozás*

tanórákon: biológia, természetismeret, környezetismeret, hités erkölcsstan, magyar nyelv-és irodalom, kémia, technika, rajz

előadások, rendhagyó órák, témanapok, témahetek, projektek, szakkörök, napközis és tanulószobai foglalkozások keretében

versenyek

iskolagyümölcs”

**d) Mosonmagyaróvár, Móra Ferenc Általános Iskola**

*A tanórán kívüli foglalkozások között pedig a következő listát találjuk:*

- Óráközi ügyelet a folyosón;
- Szemetelés megszüntetése;
- Szárazelem- gyűjtési akció;
- Udvari foglalkozások rendjének megszervezése;
- A tanuló személyi- és tanfelszerelés tisztaságának ellenőrzése;
- Sportszerek, játékszerek rendeltetésszerű használatára ügyelés;
- Sérült, fogyatékos gyermekek segítése;

A tanórai foglalkozásokat az alábbi táblázat mutatja:

## Tanulásszervezési és tartalmi keretek

- Hagyományos tanórai foglalkozások

Tantárgy	Kiemelt egészségnevelési lehetőség a tanulóknak
Testnevelés és sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Fedezzék fel, értsek meg, hogy a környezeti hatások jelentős mértékben befolyásolják egészséges testi fejlődésüket;</li> <li>○ Legyenek tisztában azzal, hogy a testnevelés és a sport nélkülözhetetlen az élményszerű tapasztalatszerzésben, az emberi kapcsolatokban, az együttműködés és a tolerancia fejlesztésében;</li> <li>○ Értsék és tapasztalják meg a szabadtéri foglalkozásokon keresztül, hogy a környezetszennyezés az egészségre veszélyes;</li> <li>○ Tudatosítsák az egészség és a környezet komplexitását;</li> <li>○ Törekedjenek a szervezet mozgásigényének, edzésének kielégítésére;</li> <li>○ Igényükké váljon a rendszeres kondicionálás;</li> <li>○ Tanuljanak meg alkalmazkodni az időjárás változásaihoz;</li> <li>○ Fejlődjön koordinációs képességük;</li> <li>○ Érezzék testük, belső szerveik fejlődését a feladatok teljesítésekor;</li> <li>○ A testmozgás, a szabadban való tartózkodás igényének felkeltése;</li> <li>○ Rendszeres testedzés, az aktív egészséges életmód, szokássá alakítása;</li> <li>○ Váljon igényévé az alapvető higiénés szokások, cselekvések alkalmazása;</li> <li>○ Hibás testtartás folyamatos javítása a gimnasztikai feladatokba beépített gyakorlatokkal.</li> </ul>
Biológia	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Az egészség értékéről vallott véleményt legyen képes kifejtteni;</li> <li>○ Pozitív és negatív példákon tudja elemezni a magatartás egészségvédő, egészségkárosító hatását;</li> <li>○ Tudjon érvelni valamely magatartás, szokáscselekvés, viselkedés, párkapcsolat egészséges vagy hibás voltáról;</li> <li>○ Ismerje fel egy-egy egészségre ható tevékenység motívumait;</li> <li>○ Ismerje meg a környezet-egészségügyi problémákat;</li> <li>○ Legyen képes az egészségügyi problémák megelőzésére és mérséklésére;</li> <li>○ Legyen képes egészségi önismeretre, életmódjuk revíziójára, az egészségéstől eltérő állapot felismerésére, korrekciójára;</li> </ul>

A tantárgyak között még a földrajz, kémia, fizika, természetismerete, magyar nyelv és irodalom, történelem, matematika, technika – életvitel, ének-zene, vizuális kultúra, erkölcsan, dráma és tánc, idegen nyelv és az osztályfőnöki óra tartalmi keretei is megtalálhatók.

e) *Vannak-e felelősök a program koordinálása, megvalósítása érdekében?*

Jó példának tartom egy olyan munkacsoport létrehozását, mely segít az egészségnevelés sokrétű intézményi feladatainak koordinálásában, irányításában. A 45 intézményből **csak egy a Váci Mihály Általános Iskola rendelkezik TIE csoporttal.** Ők így fogalmaztak: „*Iskolánk kidolgozta és 2017. januártól megkezdte a Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztési programját. A kitűzött feladatok koordinálását és megvalósulását a TIE csoport irányítja.*”

Minden iskolában hasznos lenne elgondolkodni egy ilyen munkacsoport megalakításán kidolgozva a pedagógusok kiválasztásának elveit és a pontos felelősség-és hatásköröket. **A megvizsgált 45 egészségnevelési programból összesen 7 esetben volt megtalálható a felelősi rendszer, illetve a felelős megnevezése. 38 iskolában ez nem volt érdekes.**

Az alábbi példában, a **farádi** Király Iván Általános Iskolában belső és külső erőforrások feladatait és szerepköreit, az együttműködési formákat dolgozták ki.

**„Az egészségfejlesztéssel kapcsolatos pedagógiai feladatok végrehajtásában résztvevők köre**

<b>Belső, humán erőforrások</b>	<b>Feladat, szerepkör</b>
Iskolavezetés	Támogatja az egészségnevelési programokat. Értékeli az ilyen tevékenységet. Aktívan részt vesz az egyes programokban. Pályázati lehetőségek kihasználása.
Tanárok	Kidolgozzák és a tantárgyakba beépítve tanítják az egyes egészségnevelési tartalmakat.
Osztályfőnökök	Évfolyamokra lebontva foglalkoznak a tartalmak feldolgozásával.
Technikai dolgozók	A programok tárgyi feltételeit biztosítják.
Diákok	A tervezett éves programban sokoldalúan részt vesznek (hallgatóság, tevékeny szerepvállalás, önálló kezdeményezések)

<b>Külső erőforrások, partnerek</b>	<b>Az együttműködés formája</b>
Szülők	Figyelemfelhívás, tájékoztatás
Iskolaorvos	Egészségügyi szűrések Kötelező orvosi vizsgálatok

Védőnő	Egészséges életmóddal kapcsolatos előadások Kötelező védőnői vizsgálatok
Fogorvos	Szűrés
Nőgyógyász	Tájékoztató a serdülőkori változásokról, szexuális életéről a 7. és 8. osztályosok számára
Pszichológus	Önismereti és konfliktuskezelési tréning
Rendőrség ifjúságvédelmi felelőse	Drogprevenció
Rendőrség közlekedésbiztonsági előadója	Játékos közlekedéss ismereti vetélkedő, szituációs tréningek
Vöröskereszt helyi szervezete	Véradás

*f) Megjelennek-e elvárások, sikerkritériumok a programokban?*

*g) Ellenőrzik-e, értékelik-e a tevékenységek megvalósulását? Van-e visszacsatolás?*

Az egészségnevelési programok megvalósításának ellenőrzése és értékelése ugyan több intézményben is megvalósul, de, ahogy azt már említettem nem jelölnek ki konkrét felelősöket a program koordinálása, irányítására, összefogására. Egyetértek azzal az elképzeléssel, hogy az egészségnevelési feladatok megvalósítása minden pedagógus felelőssége, hiszen a bemutatott programrészletek/ példák alapján egyértelműen látszik, hogy nem kizárólag szaktárgyi órákhoz köthető tevékenységrendszerről beszélünk. A felelősökkel nem rendelkező intézményekben az ellenőrzés, értékelés, visszacsatolás a beszámolóknak jelenik meg és az egész tantestület megvitatja az adott tanév során végzett egészségnevelési feladatok teljesülését.

a) **Töltéstava**, Fiáth János Általános Iskola

„Mérés, értékelés

**A tantárgyakban előírt** egészségnevelési tartalmakat az adott tantárgyra előírt ellenőrzési, értékelési formákkal értékeljük tantárgyi keretek között.

**Tanórán kívüli** pedig: pl. kérdőív alkalmazása, amelyet év elején és év végén küldünk ki. Versenyeken is számot adnak addigi ismereteikről.

Az ellenőrzés témái:

1. környezet esztétikája
2. személyiségfejlesztés
3. egészséges táplálkozás
4. káros szenvedélyek
5. testi higiénia

Az adatok feldolgozása után az értékelés a tanévzáró értekezleten történik.”

## b) **Ötveny**, Általános Iskola

„**Visszacsatolás:** Az adott események, a tanév értékelése során elért eredmények reális feltérképezése adja a következő tervezési időszak szakmai alapját. Az elsajátítandó ismereteknek spirálisan fejlődniük kell, el kell, hogy mélyüljenek. Ezt az iskola és a tanárok az éves munkatervben, a program- és a foglalkozási tervekben tervezik meg.”

### *h) Egyéb intézményi sajátosság*

Egy intézmény - a **péri** Öveges József Általános Iskola - rendelkezik **gyakorlókerttel**, ám ők e helyett inkább egy parkot szeretnének kialakítani.

Egy intézmény - a **nyúli** Pilinszky János Általános Iskola rendelkezik **kirándulási** tervvel, évfolyamonként kijelölt, a tanulmányokhoz kapcsolódó úti céllal.

„Kirándulás tervezése évfolyamonként:

Cél: az intézményünk tanulói a nyolcadik évfolyam végére ismerjék meg

- első – lakóhelyüket és Győr Állatkertet
- második – Zirc – Bakony környékét
- harmadik – Pannonhalma – Győr nevezetességeit
- negyedik – Tata – Komárom – Majk – Tatabánya – Szigetköz
- ötödik – Veszprém – Balatonfüred – Tihany vagy Sopron – Nagycenk környékét
- hatodik – Esztergom – Visegrád – Szentendre
- hetedik – Budapest vagy Szombathely – Kőszeg – Velem
- nyolcadik – Székesfehérvár és környéke vagy Balaton – felvidék vagy Eger – Aggtelek”

Az intézmények mindegyikében megfogalmazódnak az elsősegélynyújtással kapcsolatos feladatok, tevékenységek.

## **Összegzés**

A vizsgálatom összegzéseként megállapítottam, hogy az intézmények rendelkeznek egészségnevelési programmal, ám azok kidolgozottsága nagymértékben eltér egymástól. Sajnálatos módon, az iskolák nem helyzetelemzésre építik programjaikat, pedig ezzel lehetne elérni, hogy az adott intézményi közösség igényeit, szükségleteit kielégítve végezzék egészségnevelő tevékenységüket.

Mindezekon túl fontosnak tartom a felelősség, ellenőrzés, értékelés, visszacsatolás kérdéskörét is, hiszen csak így lehet, így lehet igazán eredményes és hatékony munkát végezni. Vizsgálatom 23 városi (14 győri, 3 soproni, 2 mosonmagyaróvári, 1 hegyeshalmi, 1 fertőszentmiklósi és 1 tétii), valamint 22 községi iskolára terjedt ki.