

Egészségnevelési program

A módosított közoktatási törvény alapján

1. Helyzetelemzés

A gyerekek és a fiatalok hosszú éveket töltenek az iskolában. Ebben az időszakban érdemi hatást lehet gyakorolni a személyiségfejlődésükre, mely nagyban meghatározza az életmódjukban később kialakult szokásaikat, az életideálokat, preferenciák kialakulását. Az iskola a családi környezet mellett a szocializációnak azt a színterét jelenti, amelyben mód nyílik az egészségesebb életvitel készségeinek, magatartásmintáinak kialakítására és begyakorlására. Iskolánk eddig is igyekezett az egészséges életmód fontosságára felhívni a tanulók figyelmét, illetve olyan körülményeket biztosítani, ami ennek a megvalósulását elősegíti, szokásaikba beépül.

Az osztálytermek berendezése az egészségügyi szempontoknak megfelelő (asztalok- székek mérete). Gondoskodunk az osztálytermek megfelelő, rendszeres szellőztetéséről, tisztaságáról. Tájékozódunk a tanulók tanulást is befolyásoló egészségi állapotáról (pl.: rövidlátás, hallási zavar) az ülésrend kialakításánál ezeket a problémákat figyelembe vesszük. Igyekszünk az órarend tervezésénél gondoskodni a tanulók mozgásigényeinek kielégítéséről, de jelen pillanatban a mindennapos testnevelés bevezetésének anyagi, tárgyi, személyi feltételek hiánya állja útját.

A község háziórvosa látja el az iskolaorvosi teendőket, a tanulók minden évben szűrővizsgálaton esnek keresztül. Fogászati szűrésre félévenként hordjuk tanulóinkat. A védőnő havonta látogatja iskolánkat, felkérésre szívesen vállal felvilágosító előadásokat is.

2001 óta modul tantárgyként bevezetésre került iskolánkban az egészségtan, 8. osztályban a biológia tantárgyhoz integrálva.

Az iskolai étkeztetés feltételei megfelelőek, az élelmiszervezető igyekszik a gyermekek életkori sajátosságainak megfelelő étrendet összeállítani.

2. Az egészségnevelés általános céljai

- Egységes prevenciós szemlélet kialakítása: egészséget támogató életmód gyakorlása, környezeti károsító tényezők lehetőség szerinti kiiktatása, a betegség megelőzése
- Az esélyegyenlőség elvének a mindennapi élet színterein az egészség, az egészségfejlesztés tekintetében való érvényesítése
- A mozgásgazdag életmód, a testedzés szerves szükségletté váljon, a sportolás közösségi és társadalmi programként általánosan elfogadott legyen
- A család mellett az iskola váljék az egészségfejlesztés kiemelkedő színterévé
- Az iskoláskorú gyermekek egészségmagatartásának kialakítása

- Az iskola atmoszférája és tárgyi környezete legyen alkalmas az egészségbarát életformákat támogató üzenetek befogadására és továbbadására
- Mentális betegségek megelőzése, a tanulók lelki egészségi állapotának, és életminőségének javítása, az egészségtudat fejlesztése, a lelki egészségnek, mint értékének a felmutatása
- Drogtagadás, az egészségre káros szokások mellőzésének segítése, erősítése
- Pozitív döntéshozás: a „nemet mondani problémahelyzetekre” elősegítése
- A közösségi akciók erősítése az egészségfejlesztés, a jobb egészségi állapot elérése érdekében
- Az egyéni képességek fejlesztése, az egyén saját egészsége és környezete feletti fokozottabb ellenőrzés gyakorlása és az egészség szempontjából kedvező alternatívák választása terén

3. Az egészségnevelés helyi céljai, feladatai

Olyan egészségmagatartás kialakítása a tanulóknban, amely az alábbi pillérekön nyugszik:

1. Személyi higiéné
A test tisztántartása, a bőr szerepe; szexuálhigiéné; mentálhigiéné; lelki egészségvédelem
2. Egészséges táplálkozás
Élettani alapismeretek (anyagcsere); élelmi anyagok; tápanyagok; energia; tápanyagszükséglet; táplálékpíramis; egészséges táplálkozás; helytelen táplálkozási szokások
3. Több mozgás
A mozgás, aktivitás jelentősége az ember életében; a mozgáshiány okozta problémák; az inaktív életmód következményei;
A mindennapos testedzés fontossága
4. Stressztűrés, stresszkezelés
A stressz jelentősége, hatása az emberi szervezetre; a pozitív és negatív hatások feldolgozása, elhárítása
5. Balesetmegelőzés
Otthoni balesetek, iskolában előforduló balesetek, az utcán és a közösségekben megjelenő veszélyforrások

6. Szexualitás

Szexuális viselkedés; biológiai reprodukció; születésszabályozás; fogamzásgátlás, terhesség, növekedés, fejlődés, szexuális felelősség, nemi úton terjedő betegségek

7. **Nem:** a dohányzásra

A hozzászokás veszélye, akarati tényezők, motiváció, környezetünk iránti felelősségérzet

8. **Nem:** az alkoholfogyasztásra

A szervezet reakciói, a szervrendszerek megváltozott működése; a személyiség átalakulása, hatása a szűkebb és tágabb társadalmi környezetre

9. Drogtagadás

Leépülés. A személyiség megváltozása, elvonási tünetek, tolerancia, egyéni és társadalmi problémák; szenvedélybetegségek

10. Időben orvoshoz fordulás

Preventív szemlélet jelentősége; szűrővizsgálat fontossága, lényege

11. Egyéni környezet tisztelt

Az ember, mint biotikus tényező; az egészséges ökológiai felfogása; közvetlen környezetünk védelme

12. Környezetvédelem

A levegő, víz, talaj tisztasága, hatása az egészségre, tisztaságuk védelme; (természeti kincseink védelme, hulladékok, veszélyes anyagok kezelése, környezetbarát termékek előtérbe helyezése, korszerű légszűrő berendezések)

A helyes egészségmagatartás kialakítása érdekében az iskola feladata:

- Készítse fel a gyerekeket arra, hogy önálló, felnőtt életükben legyenek képesek életmódjukra vonatkozóan helyes döntéseket hozni, egészséges életvitelt kialakítani, konfliktusokat megoldani
- A sérült és fogyatékos embertársak iránti elfogadó és segítőkész magatartás kialakítása
- A környezet – elsősorban az iskola, a háztartás, a közlekedés, a veszélyes anyagok – leggyakoribb, egészséget, testi épséget veszélyeztető tényezőinek ismertetése
- Készítsen fel veszélyhelyzetek egyéni és közösségi szintű megelőzésére, kezelésére

- Készítsen fel az önálló gyalogos- és tömegközlekedésre, az utasbalesetek elkerülésének módjaira
- Nyújtson támogatást a káros függőséghez vezető szokások (pl.: dohányzás, alkohol- és drogfogyasztás, rossz táplálkozás) kialakulásának megelőzésében
- Foglalkozzon a szexuális kultúra és magatartás kérdéseivel
- Fordítson figyelmet a családi életre, a felelős, örömteli párkapcsolatokra történő felkészítésre
- Az iskolai környezet biztosítása a tanulók egészséges testi, lelki, szociális fejlődését

4. Eszközök, eljárások

Egészségnevelés a tanórán:

- Biológia és egészségtan, a kémia, az osztályfőnöki, a technika, környezetismeret, testnevelés órák stb. helyi tantervébe építve
- Az egészségmagatartás kialakításához illeszkedő tanulásszervezési mód kialakítása (pl.: tanulmányi kirándulás, témanap)
- Olyan cselekedtető módszerek alkalmazása, amelyek elősegítik a tanuló együttműködő, kooperatív tanulását, a problémamegoldásban való közös közreműködést. Szakítás a passzív befogással

Egészségnevelés a tanórán kívül:

- Az egészségneveléshez kapcsolódó jeles napok megünneplése
- Témanapok
- Nyári táborok, iskolai kirándulások
- Kapcsolattartás külső segítő partnerekkel
 - Drogprevenációs előadás
 - Védőnő által tartott előadás

A közegészségügyi szabályok, feltételek biztosítása és betartása az intézményvezetés feladata. Az oktatás-nevelési tevékenység közegészségügyi normáinak betartása (tanulók terhelése, szabadidő igény figyelembevétele, szabadidő-eltöltés módszerei stb.) pedig minden pedagógus feladata.

5. A program megvalósításához szükséges erőforrások

- Anyagi: pályázatok, fenntartó támogatása
- Humán: pedagógus kompetenciák fejlesztése
nem pedagógus alkalmazottak bevonása

6. A program értékelése

Környezeti nevelési program a módosított

Közoktatási törvény alapján

1. Helyzetelemzés

Minden intézmények lehetőséget kell teremteni arra, hogy megismertesse tanulóival a helyi természeti és épített környezeti értékeket. A tanulók csak azt fogják védeni, amit ismernek, szeretnek. Iskolánkban, ha nem is ilyen kiemelt szinten, eddig is igyekeztünk a környezetvédelem fontosságára felhívni tanulóink figyelmét. Tanórákon – leginkább biológia, földrajz, természetismeret, osztályfőnöki – volt erre lehetőség.

Igyekszünk személyes példamutatással olyan szokásokat kialakítani bennük, hogy fontos legyen szűkebb és tágabb környezetük tisztaságának védelme, az iskola épületén belül és kívül (udvar) egyaránt.

Az évenként kétszer megszervezett hulladékgyűjtéssel igyekszünk a település loomtalanításából is kivenni a részünket. Erdei iskola programban eddig nem tudunk részt venni (osztályaink kis létszámúak, tanulóink egy rész rossz anyagi körülmények között él), ősszel és tavasszal 1-1 napos kirándulásokat szervezünk. Ebből az őszi mindig a környezetünkön található valamelyik tanösvény bejárása szakképzett vezető irányításával.

A környezet- és természetvédelem iránt különösen érdeklődő tanulóinkkal minden évben részt veszünk a természetvédelmi vetélkedőkön.

A környezeti nevelés személyi és tárgyi feltételei átlagosak. Eddig a tantestület tagjai közül 1 nevelő vett részt ilyen jellegű továbbképzésen, a jövőben ezen változtatni kell a tárgyi feltételek bővítése mellett.

Az iskolánkban folyó környezeti nevelés partnerei:

Belső partnerek:

Iskolavezetés
Tantestület
Osztályfőnökök
Tanítók, tanárok
DÖK vezető
Napközis nevelő
Könyvtáros
Diákok
Technikai személyzet

Külső partnerek:

Szülői szervezet
Fenntartó
Pedagógiai Intézet
KEK
Szaktanácsadók
OM, KÖM

2. A környezeti nevelés általános céljai

1. Elősegíteni a **környezettudatos magatartás és életvitel** kialakulását annak érdekében, hogy a felnövekvő nemzedék képes legyen a környezeti válság elmélyülésének megakadályozására, elősegítve az élő természet fennmaradását és a társadalmak fenntarthatóságát. (NAT)
2. Kialakítani a környezet ismeretén és **személyes felelősségen** alapuló környezetkímélő magatartást, egyéni és közösségi szinten egyaránt, mely váljon **a tanulók életvitelét meghatározó erkölcsi alapelvvé.**
3. **Érzékennyé tenni** a környezet állapota iránt.
4. Bekapcsolni a közvetlen **környezet értékeinek megőrzésébe, gyarapításába.**
5. Meghatározóvá tenni életmódjukban a **természet tiszteletét, a felelősség vállalását.**
6. Meghatározóvá tenni a környezeti **károk megelőzésére való törekvést.**
7. Képesé tenni, hogy személyes tapasztalatai alapján **együtt tudjon működni** a környezeti konfliktusok közös kezelése és megoldása terén.
8. Elismertetni, hogy **közös és egyéni kötelesség.**
9. Az emberiség közös öröksége; a környezet minőségének fenntartása és javítása
10. Az általános emberi egészségvédelem
11. Az ökológiai erőforrások fenntartása
12. A természeti erőforrások előrelátó és ésszerű felhasználása
13. Minden egyes ember hozzájárulása a környezet védelméhez
14. Képesé válni az élethosszig tartó tanulásra
15. Rendszerszemléletre nevelés
16. Az alternatív, problémamegoldó gondolkodás elsajátítása
17. A globális összefüggések megértése
18. A létminőség választásához szükséges értékek megmutatása
19. A létminőséghez tartozó viselkedési normák és formák kialakítása
20. A természet, az élet, a biológiai sokféleség jelentőségének megértése
21. A szerves (organikus) kultúra fontosságának megismertetése a fenntartó fejlődésben

3. A környezeti nevelés helyi céljai, feladatai

- Ismerje meg települése történetét, természeti és épített környezeti értékeit
- Értse meg és fogadja el, hogy a szűkebb és tágabb környezet minőségének megőrzése és javítása közös és egyéni kötelesség
- Hogy a környezet védelmében minden ember képes hozzájárulni
- Ismerkedjen meg a fenntartó fejlődés fogalmával, céljaival, feladataival
- Ismerje meg a fenntarthatóság érdekében szükséges magatartásmintákat (környezetbarát attitűdök, szokások) értékeket, életviteli szokásokat

4. Eszközök, eljárások

Környezeti nevelés a tanórákon:

- Biológia, földrajt, természetismeret, magyar, etika, osztályfőnöki, technika órák helyi tantervébe építve

Környezeti nevelés a tanórán kívül:

- **A környezetvédelmi jeles napok megünneplése** (Víz Világnapja, Föld Világnapja), témanap
- **Környezeti-természeti értékek feltárását bemutató szakkörök, önképzőkörök**
- **Bekapcsolódás megyei, országos természetismereti vetélkedőkbe, versenyekbe**
- **Szklakert, Sajó-part karbantartása, tisztántartása**
- **Környezetvédelmi akciók szervezése**
- Például hulladékgyűjtés, parlagfű szedés, a lakosság felvilágosítása, levegőszennyezettség monitorozása, játszótér karbantartása, tiszta, rendezes osztály akciók stb.
- **Nyári táborok, iskolai kirándulások***
- Bekapcsolódás a települési környezet szépítésébe

5. A program megvalósításához szükséges erőforrások

Anyagi: Fenntartói és DÖK
Humán: Pedagógus kompetenciák fejlesztése
Nem pedagógus alkalmazottak bevonása

*ha szerzünk hozzá forrást, vagy ha a fenntartó támogatja

