

## **Az egészségnevelés lehetőségei a közoktatási intézményekben**

(Alapítási engedély száma: 82/20/2012)

(Nyilvántartási száma: D/1316/2012)

A továbbképzés a résztvevők számára az egészséges környezet, iskolai egészségnevelés kialakításának módjait és lehetőségeit mutatja be. Biztosítja az ehhez kapcsolódó szakmai ismereteket és módszertani eszköztár bővítését újszerű módszerek (drámapedagógia, pedagógiai projekt, portfólió, kooperatív technika) gyakorlati megismertetésével. Tapasztalatszerzési lehetőséget biztosít az iskolai egészségprogram által kitűzött célok és feladatok megvalósításában az újszerű módszerek alkalmazásával (például projekt összeállítása). A továbbképzés felkészíti a pedagógusokat az intézményi nevelés-oktatást, ezen belül is az egészségnevelést érintő jogszabályi változások és előírások teljesítésére. Megalapozza a mentálhigiénés szemléletet elméleti és gyakorlati ismeretek megszerzésnek biztosításával.

A képzés során a mindennapi élet tapasztalatait figyelembe véve fontosnak tartjuk kiemelni az intézményi egészségre nevelés jelentőségét, prevenciós szerepét, különös tekintettel a drog prevencióra. Az iskolai egészségnevelési, környezettudatos nevelést célzó 30 órás akkreditált pedagógus továbbképzés az elméleti és gyakorlati tudnivalókra együttesen koncentrálnak. A témához szükséges modern pedagógiai módszerek segítségével készíti fel a pedagógusokat, a nehéz helyzetek kezelésére, filmvetítés, vita, drámapedagógia, kooperatív technika, projektmódszer alkalmazásán keresztül.

A továbbképzésen az elmélet és a gyakorlat fele-fele arányban szerepel, továbbá a frontális előadás mellett jelen van a nagycsoportos és a kicsocsoportos a páros, és az egyéni munkaforma is.

### A továbbképzés célja:

A továbbképzés célja, hogy a résztvevő pedagógusok mindennapi nevelő-oktató munkájuk során alkalmazható ismereteket szerezzenek az iskolai egészségnevelés lehetőségeiről, a környezettudatos nevelés módszertanáról. A továbbképzés célja megalapozni a mentálhigiénés szemléletet elméleti és gyakorlati ismeretek megszerzésnek biztosításával, valamint bemutatni a résztvevők számára az egészséges környezet, iskolai egészségnevelés kialakításának módjait és lehetőségeit. Biztosítani az ehhez kapcsolódó szakmai ismereteket és módszertani eszköztár bővítését újszerű módszerek pl.: projektmódszer, portfólió, drámapedagógia, kooperatív tanulási módszer gyakorlati megismerésével.

Tapasztalatszerzés biztosítása az iskolai egészségprogram által kitűzött célok és feladatok megvalósításában az újszerű módszerek alkalmazásával (például projekt összeállítása). További cél, hogy a résztvevők bővítsék és rendszerezék tudásukat a drog prevencióról, szerezzenek a gyakorlat által indukált jártasságot a megelőzés módszertanában.

### A továbbképzés végére teljesítendő tartalmi követelmények:

A résztvevőknek a tanfolyam végére tudnia kell az egészségnevelés kulcsfogalmait (egészség, egészségfejlesztés, egészségnevelés, prevenció) értelmezni, meghatározni. Ismerje az iskolai egészségnevelést érintő jogszabályi előírásokat, elvárásokat. Ismerje az egészségnevelés főbb tartalmi területeit: higiénés nevelés, kondicionálás, baleset-megelőzés, elsősegélynyújtás, táplálkozás, önvizsgálat, önszűrés, egészséges életvezetés, stressz-elhárítás, relaxáció. Legyen jártas az iskolai egészségnevelési program összeállításában. Tudja az iskolai egészségneveléssel kapcsolatos újszerű módszerek pl.: projektmódszer, portfólió, drámapedagógia, kooperatív tanulás alkalmazásának módjait. A továbbképzés végére el kell sajátítaniuk a drogmegelőzés és a környezettudatosság alapismereteit. Képesek legyenek az egészséges életmód, a tudatosító szerepek az egyénre és a társadalomra való hatásainak tisztázására. Tegyenek szert jártasságra az iskolai egészségnevelés módszertanában. A megszerzett ismereteket és megismert módszereket tudniuk kell alkalmazni mindennapi gyakorlati munkájuk során a tanulók egészségének megőrzése és a káros hatások megelőzése érdekében.

A tanfolyam a következő egységekből áll:

Tanfolyami egység	Az egység témája
1. egység (1 óra)	<b>Ismerkedés, bemutatkozás:</b> Csoportszabályok megfogalmazása.
2. egység (6 óra)	<b>Az egészség fogalma:</b> Az egészség fogalmának értelmezése a WHO meghatározása alapján. Az egészségnevelés alapelvei. Az egészségfejlesztés módszerei, területei, kompetenciái. Az egészségnevelés egyéni tevékenységi területei. A személyi higiénia nevelés korosztályok szerint (óvoda, általános iskola, középiskola). Testkultúra.
3. egység (1 óra)	<b>Szociálhigiénés nevelés:</b> Kommunikációs nevelés, az érintkezési zavarok, profilaxia - A kábítószer, mint egyéni és közösségi probléma. A társas egészség védelmének jelentősége.
4. egység (1,5 óra)	<b>A lelki (pszichés) egészség védelme, az önismeret jelentősége:</b> Önismereti játékok különböző korosztályok részére. Az önismeret, önbecsülés fogalmának értelmezése, jelentősége az egészségtudatos magatartás formálásában.
5. egység (1 óra)	<b>Egészséges táplálkozásra nevelés:</b> A helyes táplálkozás és azok összetevői. Élvezeti anyagok és azok hatása a szervezetre.
6. egység (5,5 óra)	<b>Környezeti nevelés – környezettudatos magatartásra nevelés:</b> Módszertani felkészítés egy foglalkozás megtartására – lakóhely környezeti problémáinak hálótérképe. A környezettudatos közlekedés szempontjai. Testi épségünk védelme.
7. egység (9,5 óra)	<b>Szenvedélykeltő, függőséget okozó szerek egészségkárosító hatása:</b> A szerfogyasztás okai. Kiemelt egészségvédelmi feladat – prevenció az iskolában. A dohányzás hatása az emberi szervezetre. Az alkohol hatása az emberi szervezetre, társadalmi következményei, családi kapcsolatok rombolása. A drogok, kábítószer hatása az emberi szervezetre. Egyéb szenvedélybetegségek.
8. egység (1 óra)	<b>Bűnmegelőzés:</b> Viselkedési addikciók felismerése, jelzőrendszerek felelőssége.
9. egység (1,5 óra)	<b>A szexuális felvilágosítás jelentősége az egyén életvitelében, egészségmegőrzésében:</b> Pozitív önbecsülés. Az elutasítás technikái. Az elutasítottság érzése és feldolgozása.
10. egység (1 óra)	<b>Támogató rendszerek a társadalomban:</b> Mit tehet az iskola? Mit tehet a társadalom? A médiák pozitív és negatív hatásai.
11. egység (0,5 óra)	<b>Családon belüli erőszak. Szexuális bűnözés. Gyermekek- és ifjúkori bűnözés. Abúzus.</b>
12. egység (0,5 óra)	<b>Tanfolyam zárása.</b>

**A tanúsítvány kiadásának feltétele:**

- Minimum részvétel a továbbképzésen az összóraszám 90%-a.
- Aktív részvétel az egyéni, a kiscsoportos gyakorlati foglalkozásokon és a csoportmunkákban.
- Záró dolgozat elkészítése

**Záró dolgozat tartalma:** óvodai vagy iskolai egészségneveléssel kapcsolatos egész napos projekt összeállítása (egészségnevelésről, iskolai drog prevencióról vagy környezeti nevelésről) melynek témája és az érintett korcsoport tetszőlegesen választható.

**Értékelési szempontok:** életkori sajátosságok figyelembe vétele; a választott módszerek, eszközök és a tartalom adekvátsága; a projektmódszer módszertani elvárásainak való megfelelés, valamint gyakorlati

megvalósíthatósága.

**Terjedelem:** min. 3, maximum 5 oldal terjedelemben annak a korcsoportnak megfelelően kidolgozva, ahol a tanfolyamon résztvevő dolgozik (osztályfőnöki órára vagy tanórán kívüli keretekre tervezve is lehet). Záró dolgozat elkészítése a tanfolyamot követő 1 héten belül. A dolgozat értékelése: megfelelt / nem felelt meg minősítéssel történik.

***Tájékoztatjuk, hogy a tanfolyam elvégzése után a tanúsítvány kiállítása munkakör betöltésére, tevékenység folytatására önmagában nem jogosít!***

A tanfolyammal kapcsolatban bővebb felvilágosítás Ali Györgytől kérhető az OKKER Oktatási Zrt. 06-1/270-3473-as telefonszámán, vagy e-mailen [iroda@okker.hu](mailto:iroda@okker.hu)