

# PEDAGÓGUSOK EGÉSZSÉGNEVELÉSEL KAPCSOLATOS GYAKORLATI TEVÉKENYSÉGEI: A JÁRVÁNYHELYZET OKOZTA VÁLTOZÁSOK

Beregi Erika<sup>1</sup>, Bognár József<sup>2</sup>

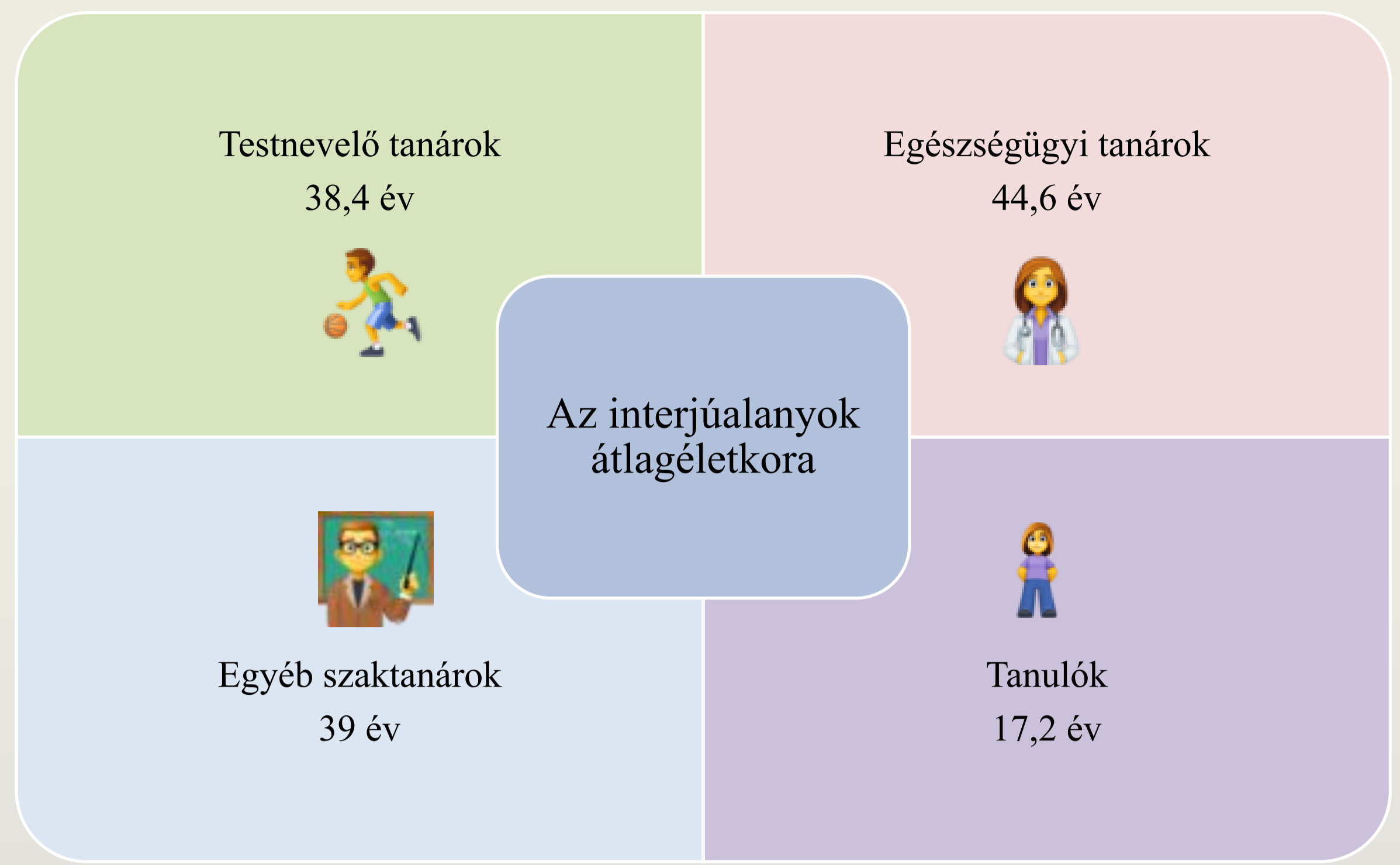
<sup>1</sup> Miskolci Egyetem, <sup>2</sup> Eszterházy Károly Egyetem

## ELMÉLETI HÁTTÉR

- A magyar lakosság kedvezőtlen egészségmutatói (World Health, 2019).
- A köznevelési intézmények feladatai - elősegítsék az egészséges életmód szokásrendszerének megvalósítását (Járomi & Vitrai, 2017).
- Az iskolai egészségfejlesztés akkor hatékony:
  - ha holisztikus,
  - nem szűkül le egy területre,
  - folyamatosan jelen van,
  - az iskola valamennyi közössége részt vesz benne,
  - szülők, civil szervezetek, az iskola társadalmi környezete is bevonásra kerül (Somogyhegyi, 2016).

## CÉLMEGHATÁROZÁS

Kutatásunk célja, hogy bemutassuk a COVID19- okozta változásokat az iskolai egészségnevelés területén. További célunk a fiatalok egészségmagatartásával és az egészségneveléssel kapcsolatos problémák feltárása, a jó gyakorlatok beazonosítása.



## MÓDSZEREK

### Interjú

- Középiskolai tanárok (n=15) és tanulók (n=5)
- Egészségnevelési gyakorlata pandémia előtt és jelenleg
- Strukturált kérdések
- Google meet felületén és személyesen

### Első kérdéscsoport

- Általános adatok pl. életkor, iskolatípus

### Második kérdéscsoport

- A tanárok és tanulók önértékelése az egészséges életmód vonatkozásában

### Harmadik kérdéscsoport

- Az iskolai egészségnevelés szereplői
- A tanulók egészségmagatartása

### Negyedik kérdéscsoport

- Az egészségnevelés, egészségfejlesztés módszerei, az oktatás tartalma

## EREDMÉNYEK

### Testnevelő tanárok

- **Egészséges életmódot folytatnak. - Egészségnevelésben betöltött szerepük hangsúlyos.**
- Tanulók egészségmagatartása: **nem megfelelő fizikai aktivitás, dohányzás, alkohol fogyasztás, Járvány alatti fizikai inaktivitás növekedése.**
- Egészségnevelési tartalom: rendszeres sportolás, aktív szabadidős tevékenységek
- Új módszerek alkalmazása a pandémia alatt pl. kihívás feladatok.

### Egészségügyi tanárok

- **Egészséges életmódot folytatnak. - Egészségnevelésben betöltött szerepük kiemelt fontosságú.**
- Tanulók egészségmagatartása: **energiával fogyasztás, nem megfelelő fizikai aktivitás, káros szennvedélyek** - Járvány alatt a probléma fokozódását tapasztalták.
- Egészségnevelési tartalom: nem változott a pandémia alatt, lefedi az egészséges életmód valamennyi elemét. Az alkalmazható **módszerek száma csökkent a járvány alatt**, pl. egészséghetek, egészséges ételek készítése, sportbemutatók elmaradása.

### Egyéb szaktanárok

- Életmódjuk eltérő – egészségnevelő tevékenység kevésbé jellemző. Testnevelők, biológia tanárok, védőnők és egészségügyi tanárok feladatának tartják leginkább.
- Tanulók egészségmagatartása: **megegyezik az egészségügyi tanárok által említettel.**
- Egészségnevelési tartalom: ritkán jelenik meg, szaktanáronként eltérő, hogy mely területet preferálja.
- Módszer: a pandémia hatására **tovább korlátozódott**, ritkán előadás, magyarázat.

### Tanulók

- Életmódjuk- egyes területeit igen, más részét nem tartják egészségesnek.
- Kortársaik egészségmagatartását rossznak ítélik meg, pl. **sok energiával fogyasztás, dohányzás, alkohol fogyasztás, kevés mozgás**, egészségtelen táplálkozás.
- Egészségnevelő tevékenységet leggyakrabban a **testnevelő tanár, egészségügyi tanár, biológia tanár, védőnő** végez – pandémia alatt a hatékonyság legtöbb esetben csökkent.

Hasonló válaszok

A testnevelők, egészségügyi tanárok egészséges életmódot folytatnak. A tanulók egészségmagatartása kedvezőtlen. Egészségnevelői tevékenységet leginkább a testnevelők, egészségügyi tanárok, biológia tanárok, védőnők végeznek. A pandémia hatására az alkalmazott egészségnevelési módszerek száma csökkent.

Járványhelyzet okozta változások/ javaslatok

### Fő változások a pandémia hatására - tanárok esetében

- A pandémia első hullámát követő életmódváltás.
- Több fizikai aktivitás, egészségesebb táplálkozás, testsúlycsökkenés.
- Jobb szakmai együttműködés a kollégák között, új módszerek egymás közötti megosztása.
- Kevesebb stresszhatás.

### Fő változások a pandémia hatására - tanulók esetében

- Számítógép előtt töltött idő növekedése, fizikai aktivitás további csökkenése.
- Szabadidős tevékenységként a túrázás, szabadban történő sétálás gyakorisága megemelkedett a korábbi időszakhoz viszonyítva.
- Az iskolai egészségnevelést összességében, a korábbihoz képest kevésbé hatékonynak érzik.

### Tanárok által ajánlott gyakorlatok

- Kihívás feladatok alkalmazása.
- Kollégákkal történő tapasztalatsere.
- Személyes példamutatás.
- Saját példán keresztül, egyéni életmóddal kapcsolatos sikerek bemutatása.
- Gyakori beszélgetés, kapcsolattartás online formában is.

### Tanulók javaslatai

- Az egészségnevelés folyamatos legyen, a jobb megértés érdekében.
- A tanárok figyeljenek a tanulók lelki állapotára, ne támasszanak lehetetlen elvárásokat.
- Testnevelés órán ne adjanak érdemjegyet, hogy az okozott stresszhatás, az esetleges kudarc, ne vegye el a tanulók kedvét a sporttolástól.

## MEGBESZÉLÉS

- A 2019-ben kezdődő pandémia az élet minden területén változást indukált, nem hagyva érintetlenül az oktatást, az iskolai egészségnevelési tevékenységet.
- A járványhelyzet kedvezőtlen hatást gyakorolt a tanulók korábbi időszakban is rossznak megítélt egészségmagatartására.
- Nincs egységes nézet arra vonatkozóan, hogy kinek a feladata az iskolai egészségnevelés.
- Az iskolában végzett hatékony egészségfejlesztés nagy lehetőségeket rejthet a fiatalok egészségmagatartásának alakításában, a lakosság egészségi állapotának javításában.
- A meglévő problémákra tekintettel, e terület további kutatást érdemel, az alkalmazott egészségnevelési módszerek, valamint hatékonyságuk vizsgálatával kapcsolatban.
- Javasoljuk valamennyi pedagógus bevonását az iskolai egészségnevelési tevékenységbe. Továbbá a személyes példamutatást, a kedvezőtlen egészségmagatartás okainak feltárását, az iskolai egészségnevelési tevékenység évenkénti értékelését, a tanulók bevonásával.



## IRODALOMJEGYZÉK

Járomi, É., & Vitrai, J. (2016). Az iskolai egészségfejlesztés hazai és nemzetközi szemléletének bemutatása. *Egészségfejlesztés*, 8(1), 36-48. (Letöltve: 2021. 03. 10.) [https://epa.oszk.hu/02900/02987/00005/pdf/EPA02987\\_egeszsegfejlesztes\\_2017\\_1\\_036-048.pdf](https://epa.oszk.hu/02900/02987/00005/pdf/EPA02987_egeszsegfejlesztes_2017_1_036-048.pdf)

Somogyhegyi (2016). Teljeskörű iskolai egészségfejlesztés (TIE): jelen helyzet. *Különleges bánásmód*, 2(4), 61-80. DOI 10.18458/KB.2016.4.61

World Health Statistics (2019). Monitoring health for the SDGs. (Letöltve: 2021. 04. 11.) <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/324835/9789241565707-eng.pdf?sequence=9&isAllowed=y>