

Vighné Arany Ágnes – Benkéné Kiss Valéria – Tárkányi Ferencné

Az Egészséges életmód kialakítása az ökoiskolában című oktatási program referátuma

Az iskolai egészségfejlesztés az iskola egész életébe, mindennapjaiba beépülő tevékenység, amely a pedagógusok és tanulók egészségi ismereteinek bővítésére, korszerűsítésére, a fizikai és a pszichoszociális környezet egészségtámogató jellegének erősítésére, az oktatói-nevelői tevékenységben a személyközpontú megközelítésre irányul a tanulók személyiségfejlesztése érdekében. Az iskolai egészségfejlesztési modell kialakítását 2008 tavaszán indította el a debreceni Bolyai János Általános Iskola, Óvoda és Alapfokú Művészetoktatási Intézmény. Az egészséges életmód, életszemlélet, magatartás szempontjából lényeges területeknek az összes iskolai tevékenységbe be kell épülniük, a legeredményesebb azonban, ha ezt az egészségtan keretében sajátítják el a tanulók.

Iskolánkban az egészségfejlesztés szorosan összefonódik a környezeti neveléssel, hiszen az egészség szempontjából meghatározó tényező a természeti és a mesterséges környezettel való viszony alakulása. Az egészséges életmód alakítására irányuló oktatási program az egészségmagatartás fejlesztésére, az egészségtudatosság kialakítására törekszik. Ökoiskola lévén kiemelt feladatunknak tartjuk az egészséges életmódra nevelés, az egészséges életvitel igényének a kialakítását. Ezért is vállalkoztunk az iskolánkat megkereső ÁNTSZ Debreceni Kistérségi Intézete által indított életvitelprogram megvalósítására. A modellkísérlet illeszkedik a DMJV Önkormányzat Közgyűlése Egészségügyi Bizottságának prevenciók tevékenységéhez is.

Az életvitelprogram futamideje: 2008/2009-es tanév, célcsoportjai: iskolánk 1–8. évfolyamaiból kiválasztott egy-egy osztály és a kontrollosztályok.

A program célkitűzései: bekapcsolódás a primer prevencióba a pedagógusok hatékony részvételével.

- Az egészségtan tantárgy beépítése oktatási-nevelési rendszerünkbe a tanulók egészség- és környezettudatos életmódjának és az ehhez szükséges kompetenciáknak a fejlesztése céljából.
- Az iskolai egészségfejlesztési modell kialakítása, minta nyújtása a többi ökoiskolának.

Választott taneszköz: Vighné Arany Ágnes – Szalay Mária: Egészségtan munkatankönyvek az alapfokú oktatás 1–8. évfolyam számára.

A tanítás-tanulás folyamatában olyan differenciált feladatokkal találkozhatnak a tanulók, amelyek képessé teszik őket az életmódjukra vonatkozó egészséges, felelősségteljes döntések meghozatalára. A tananyag elsajátítása során előtérbe kerül a természettudományos kompetencia fejlesztése. A diákok a nyolc év folyamán olyan egymásra épülő egészségi ismereteket (képességeket, készségeket, szokásokat, attitűdöket) sajátíthatnak el, amelyeket hasznosítani tudnak a mindennapi életben.

A programot minden oktatási intézmény a helyi feltételekhez, adottságokhoz, oktatási-nevelési céljaihoz és a tanulók egyéni sajátosságaihoz tudja igazítani.

A PROGRAM MEGVALÓSÍTÁSA

Az életvitelprogram szervezésében és lebonyolításában kezdeményező szerepet vállalt az ÁNTSZ Debreceni Kistérségi Intézete nevében Benkéné Kiss Valéria és az *Egészségtan munkatankönyvek* egyik szerzője, Vighné Arany Ágnes. A két szakember együttgondolkodása azért volt számunkra ígéretes, mert az egészségnevelés területén kifejtett több mint húsz éves munkakapcsolatuk hitelesnek és „izgalmasnak” tűnt. Igazi szakmai kihívást jelentett számunkra az általuk kidolgozott életvitelprogram adaptálása.

A modellkísérletben a tanév első félévében heti 1 órában (18 tanóra) folytak egészség-tanórák, az alsó tagozaton a szabad foglalkozás, a felső tagozaton az életvitel és gyakorlati ismeretek tárgykörébe építve. (Az első évfolyam programtervét a második félévben kezdtük el didaktikai okokból, hiszen ekkorra már folyékonyabban tudnak olvasni a tanulók, és a feladatmegoldásban is jártasságot szereztek.)

Szakmai továbbképzés

A pedagógusok szakmai továbbképzése a program futamidejével párhuzamosan és folyamatosan történt. A szeptemberi iskolakezdet megelőzte egy 10 órás, elméleti és gyakorlati ismereteket tartalmazó továbbképzés, mely a tanári kar iskolai egészségnevelő munkáját készítette elő.

A továbbképzés célkitűzése

- A pedagógusok egészségfejlesztési ismereteinek bővítése és hasznosítása a mindennapi pedagógiai gyakorlatban.
- Az egészséges életmódra nevelés módszertani kultúrájának fejlesztése interaktív, kooperatív tanulási technikák alkalmazásával.

Módszertani segítség

- Minden évfolyam számára kidolgozott *Útmutató és tanmenetjavaslat* segítette az egészségtanórák tervezését és lebonyolítását.
- A továbbképzés keretében a pedagógusok megismerkedhettek az *Egészségtan oktató-filmmel* is, amely pedagógiai-didaktikai útmutatást nyújtott az egészségnevelés tanításához.

oly módon, hogy az alapfokú oktatás első négy évfolyamának egészségtanóráiba, foglalkozásaiba adott betekintést. Ekkor szintén lehetőség nyílt a konkrét példán keresztül a didaktikai (módszertani) megbeszélésre.

AZ ÉLETVITELPROGRAM VISSZAJELZÉSEI

Az életvitelprogram eleget tesz a minőségbiztosítási követelményrendszernek. Ez magában foglalja a program minden résztvevőjének a visszajelzését, melynek jelen esetben három szinten kell érvényesülnie.

A programban részt vevő pedagógusok szakmai ellenőrzése

A szakmai ellenőrzés óralátogatással egybekötött egyéni konzultáció útján történt.

A pedagógusok egészségfejlesztési munkájának ellenőrzése a program futamideje alatt folyamatos volt. A programban részt vevő pedagógusok *bemutatóórát* tartottak, amelyet megtekintettek az iskola vezetői, az ÁNTSZ részéről Benkéné Kiss Valéria egészségfejlesztő, Vighné Arany Ágnes mint tantervi szakértő s nem utolsósorban az érdeklődő kollégák.

Minden egyes évfolyam bemutatását a szakmai reflexió érdekében *konzultáció* követte (ami alkalmanként több mint két órára sikeredett), melyen egyenként értékeltük, véleményeztük a látottakat, valamint meghatároztuk a továbbhaladás irányát. Igazi műhelymunka alakult ki.

A programban részt vevő pedagógusok visszajelzése

A visszacsatolás érdekében a kollégáknak lehetőségük volt a véleménynyilvánításra a program tartalmával, szervezésével és lebonyolításával kapcsolatosan. A szerzett tapasztalatokat *elégedettségi kérdőívvel* mérte fel az ÁNTSZ vezető képviselője. A kérdőív az oktatandó tantárgy mennyiségére, a pedagógiai szempontból elsajátítható készségek megszerzésére, a tanmenetjavaslatra, az előzetes módszertani bemutatóra, valamint az oktatás során elvárt célok megvalósíthatóságára és elérésére vonatkozó tíz kérdést tartalmazott. Eredményei az alábbiakban foglalhatók össze.

- Az oktatott korcsoport számára elsajátítandó egészségismeret mennyiségét megfelelőnek tartotta 7 fő, túl soknak 1 fő.
- A tanóra lebontott anyagrész önálló használhatóságát közepesnek ítélte 3 fő, jól használhatónak 5 fő.
- Pedagógiai szempontból (ismeretek, készségek elsajátításának visszaigazolása a tanulók részéről) elégedett volt az oktatás során 7 fő, közepesen elégedett volt 1 fő.
- A rendelkezésre bocsátott tanmenetjavaslat minden megkérdezett számára jól használható.
- A tanulók által használt tankönyvet valamennyi megkérdezett pedagógus jól használhatónak ítélte.

- Az előzetes módszertani bemutató, felkészítő, mely az oktatást kívánta segíteni, 7 fő szerint nagyon hasznos volt, 1 fő elfogadhatónak tartotta.
- A tantárgy időkeretét 2 fő nem tartotta megfelelően tervezettnek, 2 fő elfogadhatónak ítélte meg, és csak 50% találta megfelelően tervezettnek az évi 18 órát.
- Az oktatást végző pedagógus által elvárt céloknak való megfelelés 6 fő szerint teljes mértékben sikerült, 2 fő szerint elfogadható volt.
- Arra a kérdésre, hogy tartalmazott-e új ismereteket, módszereket az oktatócsomag, a megkérdezettek közül 3 fő válaszolta, hogy módszertanilag volt új, 4 fő néhány rész-témát talált újnak, és csak 1 fő jelezte, hogy számára nem volt új ismeret.
- Rákérdeztünk, hogy a pedagógus hiányolt-e témát a tananyagból, vagy melyik témára fordítana több időt. A válaszok alapján a pedagógusok többsége több időt szánna az egészségtan mint tantárgy oktatására, kevésnek találják a 18 órát. Kiemelten több időt igényelne a pedagógusok véleménye szerint az önismeret és a családi életre nevelés témaköre.

Összegezve: a tanmenetjavaslatot, a felkészítést eredményesnek ítélték meg a pedagógusok, jelentősen segítette őket a felkészülésben. A tantárgy időkeretét valamennyi érintett nevelő bővíteni szeretné, a kijelölt célokat megfelelően és teljesíthetően értékelték.

A tanulók tudására vonatkozó visszacsatolás: hatékonysági vizsgálat

A programban részt vett tanulók tudásállapotának változását mértük fel az *Egészségtan munkatankönyvekhez* tartozó tudáspróbák segítségével. Az objektív vizsgálat érdekében kontrollcsoportban is elvégeztük a felmérést. Így lehetőségünk nyílt a hasonló korosztályokkal való hiteles összehasonlításra is.

Témakörök:

- egészségmegőrzés (egészséges életmódra nevelés),
- családi életre nevelés (szexuális kultúra és magatartás fejlesztése),
- önismereti nevelés (pozitív döntéshozás, szenvedélybetegségek megelőzése).

A tudáspróbát minden egyes témakör elején és a megtartott egészségtanórák után megoldattuk a diákokkal. A kapott pontszámokat hasonlítottuk össze:

- a tanuló saját (korábbi) teljesítményével,
- az osztálytársakhoz viszonyítva,
- a kontrollcsoport eredményeivel.

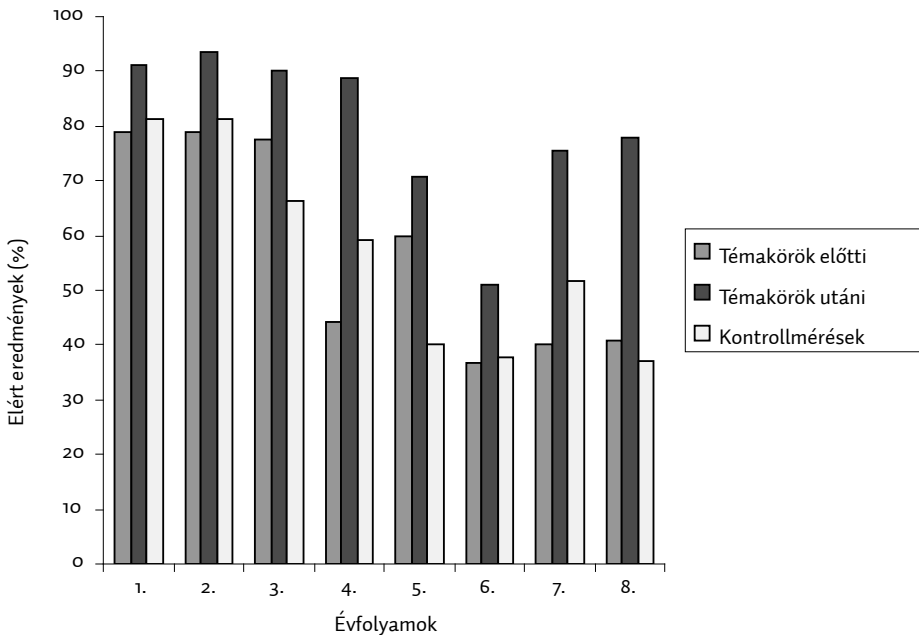
Az alábbiakban a modellkísérlet 1–8. évfolyamon indított egészségtan tantárgy pedagógiai mérésének-értékelésének tapasztalatait foglaljuk össze. A hatodik évfolyamon modultárgyként minden osztályban tanulják a diákok az egészségtant, így az eredményeiket összesítve értékeltük a programban.

Mindhárom oktatott témacsoportra (egészségmegőrzés, családi életre nevelés, önismerteti nevelés) vonatkozóan tudáspróbát készítettünk a tananyag tanítása előtt és után. A kontrollosztályokban is felmértük a tanulók tudását ugyanazokkal a mérőeszközökkel.

A három tudáspróba (mérés) minden egyes feladatát, itemét külön-külön értékeltük a megadott pontszámok alapján. Ennek tükrében készítettük el az összesítő táblázatot, mely tartalmazta minden egyes tanulóra, osztályra vonatkozó teljesítmények százalékos megoszlását is.

Az 1. ábrán az egészségtant tanuló diákok tudáspróbájának összesített eredményeit láthatjuk, melyet az elő- és utómérések során értek el.

1. ÁBRA: Összesített eredmények, 1–8. évfolyam



Az alsó tagozat első és második évfolyamán kb. 10%-os eltérést mutatnak a témakör előtti, utáni és a kontrollcsoportban mért eredmények. Ennek egyik okaként azt látjuk, hogy az itt elsajátítandó tudáselemeket (tisztálkodás, napirend, táplálkozás, családi viszonyok stb.) a környezetismereti tantárgy is érinti, így ezeket az ismereteket csak rendszerezni kell. Legnagyobb fejlődés a 4. évfolyamon tapasztalható, hiszen a két mérés közötti tudásbeli különbség 44% volt.

A 4. évfolyamtól kezdődően óriási a tudásbeli különbség, ha a témakör előtti mérést, a kontrollcsoport eredményét és a témakör utáni mérést összehasonlítjuk. Itt már nemcsak a meglévő tudás rendszerezése folyik, hanem új ismeretekre is szert tettek a diákok. Az elő- és utómérések során a tanulói teljesítményekben a legnagyobb változás (36–37%-os elmozdulás) a 7–8. évfolyamon volt.

Összesített eredmény: alsó tagozaton 20%-os, felső tagozaton 25%-os fejlődés tapasztalható.

AZ ISKOLAI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI MODELLKÍSÉRLET LEZÁRÁSA

A modellkísérletet 2009. június 3-án egy szakmai ankétal fejeztük be, ahol jelen voltak az iskolakísérletben részt vevő pedagógusok, helyi vezetők, a szakmai szervezők és vezetők. Ezen a gyűlésen megbeszéltük a szerzett tapasztalatokat, és megvitattuk a program továbbvitelének lehetőségeit is.

A 3/b osztály tanítónője, Tóth Gáborné a következőképpen foglalta össze észrevételeit: „A tankönyvben, tanmenetben megjelenő ismeretanyag mennyisége megfelel a tanulók életkori sajátosságainak. A tantárgy időkeretét viszont növelném, mivel a pedagógiai szempontból alapos feldolgozáshoz (korábbi ismeretek felidézése, új fogalom kialakítása, ismeretek rendszerezése) több időre lenne szükség. A tanulók a megjelenő témakörökben érdeklődők, szívesen mondják el véleményüket, ami időigényes.

Tanórákon az ismeretanyag feldolgozásakor az a tapasztalatom, hogy a tanulók sok részismerttel rendelkeznek. Ezek már megjelennek első osztálytól különféle tantárgyakban (környezetismeret, technika és életvitel, magyar irodalom szövegei). Ezáltal sok lehetőséget rejt a tankönyv felépítése a tantárgyi koncentrációkra is. Legfontosabb céloknak ezért azt tartom, hogy ezeket rendszerezzük, igyekeznünk kell az összefüggéseket önállóan felfedeztetni, megláttatni. Hangsúlyt helyezek arra, hogy a gyerekek által már korábban ismert fogalmak tartalmát pontosan megértessem, jelentésüket mélyítsem. Szem előtt tartom, hogy az órán kialakítandó ismeret megfelelő ismeretrendszerbe kerüljön. Mindez feltétele az alapos tudásnak.”

Az egészségtan tanításának tapasztalatait a 6. évfolyamon Takácsné Kovács Ágnes tanárnő így összegezte: „A feldolgozandó ismeretek és fogalmak viszont időnként soknak bizonyulnak egy 45 perces tanítási órára. Ennek oka lehet az is, hogy ezek a gyerekek nem elsős koruk óta tanulták ezt a tantárgyat, tehát nem megfelelőek, illetve nagyon különböző szinten van az az ismeretanyag, amelyre egy-egy téma feldolgozásakor támaszkodhatok. Ugyanakkor maga a témakör (Életkorok jellemzői) sajátosságából adódóan minden tanulót érdekel, és mindenkinek vannak olyan személyes vonatkozású emlékei, amelyeket szívesen oszt meg a társaival az órákon. Az osztály összetétele egyébként is olyan, hogy szeretik egyéni véleményüket megfogalmazni, szeretnek adott témáról vélemény mondani, szervezett keretek közt vitatkozni.”

A 7–8. évfolyamon tanító Komor Mária tanárnő meglátása szerint: „A tanulók érdeklődve, szívesen fogadták az új tantárgy bevezetését. A tanítás során a tanmenetjavaslatot jól tudom használni, a tankönyv munkáltató, a feladatok érdekesek, figyelemkeltőek. A tananyag feldolgozásakor

egyre inkább a csoportmunkát részesítem előnyben, mivel a közös élmény elősegíti a helyes szemlélet alakulását. Sikerélményhez jutott tanuló és pedagógus egyaránt. A színvonalas rejtvényeket nagyon szerették a gyerekek, a tananyag rögzülését jól szolgálják. Az egészségtan tantárgy a tanulók testi és lelki fejlődéséért felelős. Mindannyian tudjuk, hogy a lelkileg rossz közérzetű serdülő általában rosszul alkalmazkodik másokhoz, nehezen irányítható. A cél az, hogy a serdülők harmonikus személyiséggé váljanak, hogy testileg, lelkileg egészségesek legyenek. Megismerteti a tanulókat az egészséges életvitel összetevőivel, felhívja a figyelmet a káros szenvedélyek mellőzésére. Segíti a pozitív beállítódások, magatartások és szokások kialakítását, melyek a tanulók egészségi állapotát javítják. A szülők is örömmel fogadták a tantárgy oktatását, segítik, támogatják (receptek, gyümölcsök, érdekességek) a munkámat.”

KONKLÚZIÓ

Tóth Gáborné, a 3/b osztály tanítónője így vélekedett az egészségtan tantárgy tanításával kapcsolatban: „Az ismeretanyag tartalmát hasznosnak, jól megtervezettnek tartom, melynek elsajátítása nagyon fontos a tudatos egészségmegőrző magatartás, az egészséges életmód alapvető szokásainak kialakításában.

Mivel napjaink rohanó világában, változó környezetünkben a családok egészséges életmódja érdekében egyre nagyobb szükség van a szülők és gyermekek szemléletformálására, ezért a tantárgy tanításának az alsó tagozatban is van létjogosultsága.”

A 4/a osztály tanítónője, Andrásyné Kálmánchey Erika összefoglaló véleménye szerint: „A fenti eredmények alapján kijelenthetjük, hogy az egészségügyi és balesetvédelmi ismeretek oktatásának és elmélyítésének nagy szerepe van a gyermekek komplex világképének kialakításában, fejlesztésében. Véleményem szerint a tantárgy oktatása nagyban hozzájárul a NEKAP-ban (Nemzeti Környezet-egészségügyi Akcióprogram) kitűzött célok teljesítéséhez, melyek szerint a megfelelő környezet-egészségügyi szemléletmód kialakításához elengedhetetlenek az egészségtan tanórák alatt megszerzett ismeretek. Továbbá mind jómagam, mind a projektben részt vevő pedagógusok nagyon bíznak abban, hogy a továbbiakban is lesz lehetőségünk az egészségnevelés megerősítésére a közoktatásban.”

Takácsné Kovács Ágnes tanárnő (6/a osztály) az időkeret fontosságára hívta fel a figyelmet: „Egyértelműen negatív tapasztalat a heti 0,5, tehát kéthetenkénti 1 órában való tanítás. Így nagyon hosszú idő telik el egy-egy óra között (ha tanítási szünet van, akkor ez lehet egy hónap is), ami megnehezíti az órák megfelelő egymásra épülését. Így nehezen áll össze egységes egészsként a tantárgy ismeretanyaga a gyermekek számára.”

Az általános iskolák első osztályában elkezdett és évfolyamonként egymásra épülő komplex szemléletű egészségnevelés a tanuló testi-lelki-szellemi-közösségi jólétével foglalkozik, tehát egyfajta szociális nevelés is, amely az egész személyiséget gyarapítja, és mintát szolgáltat a felnőtté váláshoz. A közvetlen megtapasztalás módszerével jelentős életmódbeli, szemléletbeli változtatásokra is törekszik.

Tudatos szemléletalakításról van szó: munkánk során a tanulókkal fel kell ismertetnünk, hogy felelősek vagyunk környezetünk, önmagunk és embertársaink iránt. Így elérhetjük, hogy a közösségnek, baráti társaságnak jó irányba ható, nevelő, tudatformáló hatása legyen. Fel kell ébresztenünk a fiatalokban azt a vágyat, hogy igényesebbek legyenek önmaguk iránt, hogy törekedjenek az élet bármely szakaszában az egészséges, szeretetteljes életmód kialakítására.

Az ifjúság egészséges életmódra nevelését nem választhatjuk el az iskolai oktató-nevelő munkától, nem tekinthetjük külön programnak, mert a személyiség egészét kell fejleszteniük. Ezáltal megvalósul a folyamatos, évfolyamonként egymásra épülő megelőző, egészségmegőrző, -fejlesztő, mentálhigiénés nevelés. A felnövekvő fiúság számára ezen ismeretek meghatározó tényezői lesznek egész életükön át, hiszen mintát szolgáltatnak életvitelük, életmódjuk alakításához.

Az iskolai egészségnevelés során a szülőkre, családokra is hatással lehetünk, tehát egyúttal közvetett egészségnevelés is történik. Munkánk eredményességét egy testileg-lelkileg-szellemileg egészségesebb nemzedék felnövése fogja jelezni.

Az iskola vezetőségének reflexiói

Iskolánk 2007-ben megkapta az ÖKOISKOLA címet. Ez annak is köszönhető, hogy intézményünkben környezet- és egészségtudatos nevelés folyik, amelynek része az egészségtan oktatása is. Az egészségfejlesztési modellkísérlet tapasztalata (2008/2009-es tanév) azt támasztja alá, hogy szükség van az egészségtan oktatására. Nem gyógyítani, hanem megelőzni kell, és az egészségtudatos nevelés iskolának és szülőnek közös feladata.

Várhatóan 4 év után lehet objektív véleményt mondani, hiszen legalább az alsó tagozatot el kell végezniük a programban részt vevő tanulóknak. Fontosnak látjuk a felmenő rendszerben való oktatást, hiszen a tananyagok koncentrikusan bővülnek, tehát egymásra épülnek. Talán azért bizonyult kevésnek a 18 óra, különösen felső tagozatban, mert az előzetes ismereteket is pótolni kellett.

Köszönjük a program vezetőjének és a tankönyv szerzőjének, hogy bizalmával iskolánkat tisztelte meg.

A programot vezető-szervező intézet felelőségének reflexiói

Az iskolai egészségfejlesztés az iskola egész életébe, mindennapjaiba beépülő tevékenység, amely egyaránt irányul a pedagógusok és tanulók egészségi ismereteinek bővítésére, korszerűsítésére, a fizikai és a pszichoszociális környezet egészségtámogató jellegének erősítésére, az oktatói-nevelői tevékenységben a személyközpontú megközelítésre a tanulók személyiségfejlesztése érdekében. Az egészséges életmód, életszemlélet, magatartás szempontjából lényeges területeknek az iskola pedagógiai rendszerébe, összes tevékenységébe kell beépülniük, a legeredményesebb azonban, ha mindezt az egészségtan keretében sajátítják el a tanulók.

Mivel az adott oktatási intézmény iskolaotthonos rendszerben működik, lehetővé vált, hogy az órán felvetődött kérdéseket, problémás vagy éppen más tantárgyhoz kapcsolódó feladatokat a tanórán kívül is gyakorolhassák a tanulók. Így megvalósulni látszik az elméleti tudás hasznosítása a mindennapi életben.

A Bolyai János Iskolában az egészségtan oktatásának az alábbi tapasztalatait és eredményeit foglalhatjuk össze:

Az egészségtanuló valamennyi osztály eredménye, egészségismerete jobb a kontrollosztályok ismereteihez képest. A legnagyobb tudásbeli elmozdulást, különbséget a 4. évfolyamon tapasztaltuk (44%). A legkisebb különbség az 1–3. évfolyamon volt tapasztalható (12–14%).

A nyolc évfolyam átlagát véve az elsajátított egészségismeret, tudás különbsége 12%-tól 44%-ig terjed. Így kb. 20–25% tudásbeli különbséget mértünk az elő- és az utóméréseken.

A kontrollosztályok teljesítményeinek elemzése során az 5/b osztályban a félév elején és végén elvégeztük a felméréseket annak ellenére, hogy nem tanultak egészségtant. Mindez igazolta azt a feltevésünket, hogy a tanulók a számonkérés, ellenőrzés alatt, illetve azt követően is tanulnak, szereznek többlettudást a témákat illetően. Az ismeretbővülés forrása lehet otthoni információ, média, kortárral történt feladatmegbeszélés stb. Az előméréskor a feladatmegoldások 40%-ra sikerültek, az utóméréskor 46%-ra teljesítettek. Tehát 6% fejlődés történt egyrészt a feladat megoldása, másrészt egyéb információk hatásainak köszönhetően.

Ha ezt a tényt figyelembe vesszük a tantárgyi keretben történő ismeretszerzés, tudás-szerzés esetében is, akkor is mintegy 20%-os eredmény mutatkozik a tantárgyat tanuló osztályok javára.

A program szakmai felelőségének reflexiói

Tantervi szakértőként elmondhatom, hogy a Bolyai János Általános Iskola, Óvoda és Alapfokú Művészetoktatási Intézményben mint ökoiskolában a természettudományos kompetenciákat fejlesztő környezeti nevelés folyik. E nevelés tartalmában és módszerében is szorosan kapcsolódik az egészségneveléssel, illetve a diákok környezettudatos, egészségtudatos szemléletének alakításával.

A bemutató tanítás tapasztalatai ■ A modellkísérletben részt vevő pedagógusok szakmai, didaktikai szempontból magas szintű, minőségi, interaktív órákat tartottak, melyeken a kooperatív tanulási technikák kapták a főszerepet. A tanítók/tanárok jól kihasználták a tananyagban rejlő nevelési lehetőségeket, a tantárgyi és a tantárgyak közötti koncentrációt. Az utóbbiak főleg a környezetismeretre/természetismeretre, a biológia tantárgyra, valamint a technikai és életviteli ismeretekre vonatkoznak, de kapcsolódási pontok vannak az anyanyelvi, a művészeti oktatással és a testneveléssel is. A természettudományos, környezeti, életviteli és szociális kompetenciáknak megfelelően alkalmazott változatos módszerek és munkaformák példamutatóak lehetnek a többi ökoiskola számára.

Élmény volt tanárnak-diáknak egyaránt az egészségtanóra. A szemléltetés központi helyet foglalt el a tananyag feldolgozásában, elsajátításában. A közvetlen megtapasztalás erősítette a bevést, színessé és könnyebbé tette a tanítás-tanulás folyamatát. Az ismeretek egyre nagyobb mértékben megkívánták a tanulók önálló gondolkodását, kreatív tevékenységét. Ez a globális gondolkodásmód kialakításának első láncszeme. „Gondolkodj globálisan, cselekedj lokálisan!”

A megismerési folyamatban a helyes szokások kialakítását segítette a tanulók életkori sajátosságainak megfelelő, játékos, mozgásos tevékenység, a lazító légzés és a szemtorna. A játék derűs, vidám légkörben történt, amely megalapozta a jó tanár-diák kapcsolatot és az óra légkörét. Ezekon az órákon nem volt szorongó, félnk, magatartás-zavaros gyermek, hiszen az ő esetükben a játéknak az örömszerző funkció mellett feszültségoldó szerepe is volt (játékos relaxációs gyakorlatok). Úgy érzem, hogy nemcsak a tanítók/tanárok értették meg az egészségtan tantárgy üzenetét, hanem a diákok is, hiszen munkatankönyveimen keresztül hozzájuk szólók, róluk írok, nekik üzenek.

A hatékonysági vizsgálat többretegű pedagógiai elemzést tett lehetővé. Az eredmények az egészségtan tantárgy létjogosultságáért beszélnek. E program során vizsgálható volt a tanulók egészségügyi ismereteire vonatkozó tudásállapot változása (egy megadott időintervallumon belül) önmagukhoz, osztálytársaikhoz és a kontrollcsoportokhoz viszonyítva. Ezenkívül az objektív mérőeszköz (Tudáspróba I.–II.–III.) alkalmas a feladatok monitorizálására is.

Mindezek a tapasztalatok megerősítették bennem azt a hitet, hogy a környezeti nevelést szervesen össze kell kapcsolni az egészségneveléssel, az egészséges életmód kialakításával. A Bolyai iskolával való sikeres együttműködés során elhatároztuk, hogy a jövő tanévben e modellkísérletbe bevonjuk a többi debreceni ökoiskolát is. Szeretnénk szakmailag megalapozott országos egészségfejlesztési modellkísérletet létrehozni.

A PROGRAM FENNTARTHATÓSÁGA

Az életvitelprogram megfelel a Nemzeti alaptanterv előírásainak, szoros kapcsolatban áll a környezeti neveléssel, a környezettudatos magatartásforma alakításával, ezáltal beilleszthető bármely közoktatási intézmény helyi tantervébe.

Fontosnak tartjuk, hogy a helyi adottságok figyelembevételével az oktatási intézmény egyre magasabb szinten megtalálja az adott település számára az iskolai egészségnevelés leghatékonyabb módszerét és lehetőségét.

Az oktatási intézmények több szinten tudnak bekapcsolódni az életvitelprogramba.

Szakmai továbbképzés ■ Jelenleg folyamatban van a Kölcsey Ferenc Református Tanítóképző Főiskola által indított „Komplex szemléletű iskolai egészségfejlesztés az alapfokú oktatás 1–8. évfolyamain. Pedagógiai, didaktikai útmutatás az egészségügyi ismeretek átadásához” című tréning szervezése, melyre jelentkezni lehet. A továbbképzés az egészségfejlesztési órák/foglalkozások tartására hivatott felkészíteni a pedagógusokat.

Műhelymunka kiterjesztése ■ Konzultációs lehetőség az érdeklődő iskolák számára.

Konkrét módszertani segítség felajánlása ■ A Bolyai János Általános Iskola és Alapfokú Művészetoktatási Intézmény vállalja bemutatóórák tartását, amelyet össze lehet kötni a szakmai konzultációval.

Az életvitelprogram bővítése

Iskolánk a 2009/2010-es tanévtől csatlakozni kíván az E.ON Hungária és E.ON Földgáz Kommunikációs Osztálya által készített „EnergiaKaland” című programhoz. Mivel a fent nevezett program az Oktatási és Kulturális Minisztérium szakmai támogatásával lett elérhetővé, így iskolánk garanciát lát a program adaptációjára.

Az energiatudatos (energiatakarékos) magatartás fejlesztése céljából lehetőség nyílik arra, hogy az oktatócsoomag egyes elemeit az E.ON önkénteseinek és az *Egészségtan munkatankönyvek* szerzőjének közreműködésével beépítsük az egészségtan tantárgy keretébe. Az egészségtudatos, környezettudatos magatartás összehangolását e témakörben évfolyamonként egy-egy egészségtanórába építve tervezzük elérni.

Az Egészséges életvitel kialakítása az ökoiskolákban című oktatási program elérhetőségei

Modellértékű oktatási intézmény: Bolyai János Általános Iskola, Óvoda és Alapfokú Művészetoktatási Intézmény (4032 Debrecen, Bolyai u. 29. Tel.: 52-417-248)

Intézményvezető: dr. Tárkányi Ferencné (e-mail: tarkanyine@freemail.hu)

Programvezető-szervező: ÁNTSZ Debreceni Kistérségi Intézete (4028 Debrecen, Rózahegyi u. 4. Tel.: 52-420-027) Benkéné Kiss Valéria egészségfejlesztő, egészségügyi menedzser (e-mail: kiss.valeria@hajdu.antsz.hu)

A program szakmai felelőse: Vighné Arany Ágnes főiskolai oktató, egészségtan, egészségfejlesztő tantervi szakértő, tankönyvszerző (tel.: 30-293-4786, e-mail: egtan@freemail.hu)

Egészségtan munkatankönyvek 1–8. évfolyam számára: Pedellus Tankönyvkiadó Kft.: 4032 Debrecen, Böszörményi út 172. sz. Telefon/fax: 52-439-430; mobil: 30-915-4190; e-mail: pedellus@pedellus.hu; web: www.pedellus.hu