

A Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztést segítő kiemelt projekt általános bemutatása

Solymosy József Bonifác

Egészségfejlesztési Módszertani Alprojekt-vezető – „TIE” TÁMOP-6.1.2.A-14/1-2014-0001

Országos Egészségfejlesztési Intézet

Az elmúlt hét év uniós fejlesztéseinek egyik komponense a *Társadalmi Megújulás Operatív Program* (rövidítve *TÁMOP*), mely *Magyarország Nemzeti Stratégiai Referenciakerete*, az *Új Magyarország Fejlesztési Terv (ÚMFT)* alprojektjeként 2007-ben indult.

A projekt – az uniós jogszabályokkal és rendeletekkel összhangban – a társadalom megújulását szolgálja, egyik legfontosabb célkitűzése az *Egészségmegőrzés és egészségügyi humánerőforrás-fejlesztés*. A projekt egyrészt – az egészségügyi ellátórendszerben dolgozók alkalmazkodóképességének javításával – a munkaerőpiac kínálati oldalának fejlesztését; másrészt a lakosság egészségi állapotának javítását célozza.

A projekt kódja: *TÁMOP-6.1.2.A-14/1-2014-0001*.

A projekt teljes címe: *„Komplex intézményi mozgásprogramok és kapcsolódó egészségfejlesztési alprogramok megvalósítása az általános iskolákban, többcélú intézményekben, valamint szabadidős közösségi mozgásprogramok és kapcsolódó egészségfejlesztési alprogramok megvalósítása az iskolán kívüli szereplők bevonásával”*.

A projekt 2014 szeptemberétől 2015 októberéig tart.

A *Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztést (TIE)* támogató kiemelt projektet az *Országos Egészségfejlesztési Intézet (OEFI)* a *Klebsberg Intézményfenntartó Központtal (KLIK)* szorosan együttműködve valósítja meg.

A projekt célja, hogy a megyei koordináló, valamint az iskolai megvalósító szakemberek azonosítását követően megtörténjen érzékenyítésük és felkészítésük a kifejezetten egészségfejlesztési célú tevékenységek megvalósítá-

sára a tanításon kívüli iskolai időben. A projektben me-
gyenként (1) három koordinátor, átlagosan 16 intézmény,
intézményenként átlagosan 3 iskolai szakember vagy
pedagógus vesz részt.

Minden intézmény számára 1,8 millió Ft értékű tárgyi eszközt, valamint 1,5 millió Ft értékű egyéb szolgáltatást biztosítunk, így segítve a tanulók és pedagógusok egészséges életmódra való nevelését. A *KLIK* az iskolai szakembereknek 10 hónapon át bruttó 50.000,- Ft/hó külön anyagi juttatást nyújt, illetve minden intézmény hozzájuthat a programelemek megvalósításához szükséges eszközökhöz is.

A projektben – országos szinten – 288 iskola közel 850 pedagógusa, valamint több mint 30 000 diákja vesz részt.

A projekt első üteme

A projekt első ütemének célja *Egészségfejlesztési programelemek megvalósítása az állami fenntartású általános iskolákban, többcélú intézményekben, tanórán kívüli időben*. A helyi megvalósítás 2015 februárjában elindult, a részprojektet 2015 szeptemberében zárjuk.

A projekt második üteme

A projekt második ütemében – 2015 márciusa és júliusa között – az iskolák közötti kooperációt építő, megyei szintű szabadidős közösségi programok, *„hétpróbák”* megszervezésére és lebonyolítására kerül sor.



1. MARATON-PRÓBA

A nemi, környezeti és életkori sajátosságokra figyelemmel – Magyarország természeti környezetének, helyi tájegységeinek megismerése céljából – az állóképességet fejlesztő, maraton hosszúságú táv (42 195 m) megtétele váltó formájában, olyan mozgásformákon keresztül mint a futás, a gyaloglás, a nordic walking,

vagy

a testmozgásban gazdag közlekedéssel kapcsolatos ismeretek és készségek elmélyítését szolgáló játékos, ügyességi, szárazföldi mozgásprogramok megvalósítása sporteszközök – így például kerékpár, görkorcsolya, gördeszka, roller, síroller segítségével –, a téli időszakban üzhető mozgásformákkal/sporttevékenységekkel (pl. korcsolya, északi sí) együtt.

2. BÚVÁR KUND-PRÓBA

Olyan játékos, ügyességi, vízi és vízfelszíni mozgásprogramok megvalósítása – akár sportlétesítményben, akár természeti környezetben –, melyek a vízi jártassággal összefüggő ismeretek, készségek elmélyítését szolgálják, így például úszás, evezés, kajak-kenu, valamint szabadidős sporteszközök bevonásával megvalósuló programok (pl. vízbicikli).

3. KINIZSI-ERŐPRÓBA

A magyar sportéletben hagyományokkal rendelkező (például: birkózás, grundbirkózás), valamint a távolkeleti küzdősportokkal kapcsolatos ismeretek, készségek átadását, a küzdősportok által képviselt értékek elmélyítését szolgáló mozgásprogramok megvalósítása, valamint olyan, a lovassporttal és a magyar sportéletben hagyományokkal rendelkező technikai küzdősportokkal (például: vívósport) kapcsolatos ismeretek, készségek átadását szolgáló játékos, ügyességi mozgásprogramok, melyek fejlesztik a kreativitást, a koncentrációt, a motoros készségeket, terápiás célúak, illetve segítenek a tanulási és viselkedési zavarok kezelésében.

4. SZENT LÁSZLÓ-PRÓBA

Olyan, csapatban végzendő játékos, ügyességi mozgásprogramok, melyek nem minősülnek látvány-csapatsportoknak, hozzájárulnak az együttneveléshez, az elfogadó, befogadó közösségek kialakításához, valamint ösztönzik a kooperációt.

5. BARTÓK BÉLA-PRÓBA

A táncművészetet, mint a mozgástanulás eszközt felhasználó mozgásprogramok megvalósítása, melyek

a kultúrák közötti párbeszédet, a magyar kulturális örökség megőrzését (néptánc), illetve a személyiségfejlesztést szolgálják.

6. „EGYEM, VAGY NE EGYEM”-PRÓBA

A lokális adottságoknak megfelelő legszebb/legkreatívabb/legegészségesebb iskolakert/élősarok/balkonláda kialakításának, művelésének dokumentált (fotó, videó, naplózás) bemutatása a közös tervezés, megvalósítás és felelősség érzékeltetésével,

vagy

az egészséges táplálkozással és összefüggő területeivel (így különösen az ivóvízfogyasztással, a gyümölcs- és zöldségtermesztéssel, az állattenyésztéssel és húsfeldolgozással, az élelmiszer-biztonsággal, az élelmiszervásárlással, az egészséges élelmiszerekkel, az ételkészítéssel, a menü- és étlapkészítéssel, az adalékanyagokkal, az étrend-kiegészítőkkel, az étkezési szokásokkal, stb.) összefüggő csoportos vetélkedők, bemutatók, ismeretterjesztő előadások szervezése szakemberek és tanulók bevonásával.

7. „HOGYAN MONDJAM EL NEKED?”-PRÓBA

Olyan interaktív, a tanulók bevonásával megvalósuló kampány, mely az egészséges életmóddal és az energiaegyensúllyal kapcsolatos üzenetek kortársak közötti átadását szolgálja.

Témakörei:

– Alsó tagozat (1–4. évfolyam): egészségfejlesztő testmozgás, egészséges táplálkozás, test- és szájhigiéné, dohányzás-megelőzés, sérülés-megelőzés, az internet veszélyei.

– Felső tagozat (5–8. évfolyam): egészségfejlesztő testmozgás, egészséges táplálkozás, szenvedélybetegségek (szerhasználat: dohányzás, alkohol, drog, energiaitalok, játékszenvedélyek), családi életre való nevelés, az internet veszélyei.

Elvárt produktum: rádióműsor, videoklip, kisfilm, plakát, web- és közösségi oldalakon történő aktivitás, blog, flashmob (a tanulók választása szerint).

A projekt során megvalósítandó kutatások

– A bevont intézményekben a tanórán kívüli időben végzett egészségfejlesztési/testmozgásos programelemek hatékonyságát mérő, „intervenció” kutatás reprezentatív mintán. Célcsoportja a diákok és az iskolai szakemberek.

– Az egészséggel kapcsolatos (kérdőíves) attitűdvizsgálat.

– A tanulók mozgás-szenzoros mérése, reprezentatív minta vizsgálata.



– Az ország összes intézményét célzó nagymintás kutatás, mely a pedagógusok és az intézményvezetők által szolgáltatott adatok alapján térképezi fel az egészségfejlesztési kapacitásokat.

Egészségfejlesztési programelemek szakmai ajánlása

A *TIE-projekt* első ütemének előkészítő szakaszában elkészült egy on-line „füzetcsomag” (*EPSZA-füzetek – Egészségfejlesztési programelemek szakmai ajánlása*). A füzetek az alábbi témakörökben támogatják az iskolai szakemberek egészségfejlesztési tevékenységét:

– Az egészséges élelmiszerek megismerését, az élelmiszerek változatos elkészítési módjának elsajátítását támogató program I.

– Az egészséges élelmiszerek megismerését, az élelmiszerek változatos elkészítési módjának elsajátítását támogató program II. – *Iskolakert-program*.

– Az ivóvíz-fogyasztás népszerűsítését célzó program.

– A helyes test- és szájhygiénés szokások kialakulását támogató program.

– Sérülés-megelőzési program megvalósítása (elsősegéllyel együtt).

– Egészségfejlesztési célú kommunikációs események szervezése.

– Testmozgásban gazdag közlekedési formákat támogató programok megvalósítása az általános iskolába történő és az onnan való hazautazás során I. (kerékpár) – „*Spuri a suliba*”.

– Testmozgásban gazdag közlekedési formákat támogató programok megvalósítása az általános iskolába történő, és az onnan való hazautazás során II. (lépésszámláló) – „*Lépéselőnyben*”.

– A kötelező tanórai foglalkozások utáni pihenőidőben, szabadidőben, illetőleg a délutáni tanítási időszakban, nem a mindennapos testnevelés részeként megvalósuló, szabadidősport jellegű egészségfejlesztő és életmódfőmáló programok megvalósítása – „*Délutáni szabadidő*”.

– Időszakos, rendszeresen visszatérő, hagyományteremtő jelleggel szervezett, a tevékenységek változosságára építő iskolai rendezvények megvalósítása – „*Sportos Iskolai Rendezvény (Hagyomány)*”.

Az *EPSZA-füzetek* – egyelőre a fenti 10 témát érintve – támogatják az egészségfejlesztési programelemek megvalósítását. A programelemek megvalósítása nem azonos a teljeskörű iskolai egészségfejlesztési programmal, csak annak megalapozása, előfeltételeinek kialakítása. A programelemek általános jellemzői:

– a helyi adottságokhoz adaptálandó segédanyagok a pedagógus számára, melyek felhasználhatóak a diákok tanórán kívüli idejének hasznos eltöltéséhez,

– szakmai ajánlások, szakmai iránymutatások (a minimumismereteket színessel emeltük ki),

– letölthetőek, de online is használhatóak (fontoljuk meg a nyomtatást!),

– egységes szerkezet,

– a pedagógus saját eredményességét a témánkénti ismeretfelmérőkkel, illetve a program megkezdésekor és zárásakor felvett attitűdmérő eszközökkel mérheti,

– hosszú szakmai előkészület és együttműködés alapján készültek (7 vidéki iskola „szívességi lektor”-ként számos gyakorlati kiegészítéssel támogatta a füzetek indító tartalmát),

– a programelemeket a projekt végén, a tapasztalatok függvényében finomítjuk.

Az *EPSZA-füzetek* általános struktúrája:

– pozicionálás,

– célok,

– előkészítés,

– megvalósítás,

– értékelés,

– példák,

– hivatkozások.

Minden témakörhöz tartozik egy, az alsó és felső tagozatosok ismeretváltozásának méréséhez használható igaz–hamis kérdéssor, valamint – kiegészítésként – az egész program indítását és zárását keretező, diák és felnőtt attitűdmérő kérdőív.

A füzetek és a kapcsolódó dokumentumok a bevonott szakemberek számára egy online platformon érhetőek el, ahol nem csak az anyagok tölthetőek le, de moderált szakmai konzultációra, a mérési eredmények rögzítésére, az iskolai tevékenységek tervezésére, megvalósításuk nyomán követésére is mód nyílik. Ez a platform a projekt zárása után, a fenntartási időszakban is lehetővé teszi az egyes iskolák egészségfejlesztési tevékenységének monitorozását.

Az iskolai megvalósítást két érzékenyítő workshop-csomag megrendezése is megelőzte, a régiós és megyei koordinátorok számára három vidéki helyszínen, az iskolai koordinátorok számára pedig minden régióban.

A projekt várt eredményei

– Tanórán kívüli testmozgás témájú módszertani segédanyag kifejlesztése.

– Egészséges táplálkozás témájú módszertani segédanyag kifejlesztése.

– Bizonyíték-alapú teljeskörű iskolai egészségfejlesztési koncepció megalkotása.

– Online platform létrehozása, mely

– a fenntartási időszakban is támogatja a szakmai/szakmaközi konzultációt,

– naprakész információkat szolgáltat az egész-



séggel kapcsolatos ismeretek elsajátításához, bővítéséhez,

- lehetővé teszi a tanulók fejlődésének monitorozását,
- lehetővé teszi az iskolai szakemberek egészségfejlesztési tevékenységeinek támogatását, nyomon követését.

JEGYZET

1. A programokat 18 megyében minimum 288 (ezen belül megyénként legalább 10) oktatási-nevelési intézményben, Borsod-Abaúj-Zemplén megyéből legalább 15, Szabolcs-Szatmár-Bereg megyéből minimum 12 feladat-ellátási helyen szükséges megvalósítani.

