

**Tarkó Klára¹ – Mátó Veronika² –
Uitumen Erdenezul³ – Szabó-Prievara Dóra Katalin⁴**

¹ Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Alkalmazott Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézet, Egészségszociológia és Életmód Tanszék; MTA–SZTE Egészségfejlesztés Kutatócsoport

² Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar Alkalmazott Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézet, Egészségszociológia és Életmód Tanszék; MTA–SZTE Egészségfejlesztés Kutatócsoport

³ Szegedi Tudományegyetem Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar, Neveléstudományi Doktori Iskola

⁴ Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Alkalmazott Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézet, Egészségpszichológia és Mentálhigiéné Tanszék; MTA–SZTE Egészségfejlesztés Kutatócsoport

HECAT – Az egészségnevelési feladatok (keret)tantervi megjelenésének elemzésére szolgáló eszköz

Az egészségnevelés, egészségfejlesztés közoktatásra vonatkozó célkitűzéseit Magyarországon a Nemzeti Alaptanterv határozza meg, részletezése a kerettantervek, helyi tantervek és pedagógiai programok szintjén történik. Jelen írásunk egy, az egészségnevelési (keret)tantervek elemzésére szolgáló eszköznek (Health Education Curriculum Analysis Tool, HECAT) a rövid, figyelemfelkeltő bemutatására törekszik. A HECAT célja, hogy lehetővé tegye az egészségnevelés, egészségfejlesztés nemzeti, keret- vagy helyi tantervi megjelenésének konzisztens és átfogó elemzését, melynek eredményei nyomán sor kerülhet a tanterv felülvizsgálatára, fejlesztésére és megerősítésére, és ezáltal az iskola egészségnevelési, egészségfejlesztési feladatokat ellátó pedagógusai képessé válnak hatékonyabban befolyásolni az iskoláskorú gyerekek és fiatalok egészségmagatartását és egészségmutatóit.

Bevezetés

Az iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása (*Health Behaviour in School-aged Children*, HBSC) elnevezésű nemzetközi kutatást négyévenként, összesen 45 ország bevonásával Európában és Kanadában végzik el 11–17 éves gyermekek körében. A felmérés célja a fizikai egészség, az egészséget befolyásoló szokások, a mentális jóllét és a társas kapcsolatok szempontjából összehasonlítani az iskoláskorú gyermekeket.

A legfrissebb, 2017/2018-as tanévben végzett adatgyűjtés eredményei szerint (Inchley és mtsai, 2020) a legtöbb tizenéves nem eszik elegendő mennyiségű, tápanyagban gazdag ételt (zöldséget, gyümölcsöt), ezzel szemben nagy a feldolgozott élelmiszerek

fogyasztásának aránya. A megkérdezettek kevesebb mint 20 százaléka teljesíti a napi ajánlott 60 perc közepes intenzitású fizikai aktivitást, ráadásul ezzel csaknem azonos szintre nőtt a túlsúly és az elhízás előfordulása (21%). A fiatalok mentális egészsége több országban is romlott a korábbi eredményekhez képest, különösen az idősebb lányok esetén gyakoribb az alacsonyabb szintű mentális jóllét. Minden negyedik 15 éves fiatal a szexuális együttlét során nem alkalmazott semmilyen fogamzásgátló módszert. Bár az alkoholfogyasztás és a dohányzás mértéke csökkent a korábbi évekhez képest, még mindig gyakori, különösen a 15 éves korosztályban – 15 százalékuk volt részeg a vizsgálatot megelőző egy hónapban –, de jelentősen növekedett a 13–15 éves korosztályban is az előfordulásuk. A fiatalok 10 százaléka volt az elmúlt hónapokban többször is zaklatás áldozata. A családi támogatásról a megkérdezettek 70 százaléka tudott beszámolni, ugyanakkor viszont valamelyest csökkent (63 százalékról 60 százalékra) az elmúlt évekhez képest a kortársaktól érkező szociális támogatottság érzete. Mindezek az eredmények felhívják a figyelmet arra, hogy milyen fontos lenne már fiatal kortól kezdve a gyermekek egészség-magatartásának fejlesztése.

Az egészségnevelés fogalmi és tantervi területei

Az Egészségügyi Világszervezet, a WHO definíciója szerint „az egészségnevelés olyan, változatos kommunikációs formákat használó, tudatosan létrehozott tanulási lehetőségek összessége, amely az egészséggel kapcsolatos ismereteket, tudást és életkézségeket bővíti az egyén és a környezetében élők egészségének előmozdítása érdekében. A korszerű egészségnevelés egészség- és cselekvésorientált tevékenység.” (Simonyi, 2004. 7.)

Az egészségfejlesztés egyik módszerét jelentő korszerű egészségnevelés, a tanulási-eredmény-alapú szemléletnek megfelelően, nemcsak az ismeretátadást helyezi középpontjába, hanem nagy hangsúlyt fektet a készségfejlesztésre és az attitűdök meghatározására, mindezt a felelősség és autonómia kontextusába ágyazottan. Széles társadalmi bázison, a természeti és társadalmi környezetbe integrált egyéneket és csoportokat helyezi a középpontjába, vagyis figyelembe veszi a köznevelési szervezet és szűkebb-tágabb társadalmi környezete, valamint a természeti környezet egészségre, egészségeseélyekre gyakorolt hatását is (Benkő, 2019). Célcsoportja nemcsak a gyerekek és a diákok, hanem a pedagógusok, a nem pedagógus dolgozók és a szülők is, bár ők „csak” mint együttműködő partnerek jelennek meg a tantervek szintjén. A modern egészségnevelés az egészség holisztikus megközelítésére építve egyaránt foglalkozik az egészség testi, mentális, érzelmi, spirituális, társas és társadalmi dimenzióival (Benkő, 2019). Olyan képességekkel kívánja felruházni az egyéneket, amelyek lehetővé teszik számukra, hogy erőforrásaik mozgósításával nagyobb kontrollt gyakoroljanak saját és mások egészsége felett, az egészség maga is erőforrássá váljon, felelősségtudatuk és motiváltságuk pedig a felhatalmazás és a részvétel nyomán növekszik (Paulus és Petzel, 2009a, 2009b).

A korszerű egészségnevelés módszertani eszköztárában is szerepet kaphat az előadás, de a leghatékonyabbak a tanulói részvételt támogató módszerek, mint a mozaikmódszer, a drámapedagógia vagy a projekt módszer (Mátó, 2019). Az egészségnevelés, egészségfejlesztés azonban akkor sikeres, ha a szokásváltoztatást tűzi ki céljául, vagyis segíti az életmódot örömmel végzett szokások rendszerévé alakítani és ezáltal minőségi életet élni élethosszig tartóan (Lippai, 2016).

Az egészségnevelés, egészségfejlesztés szintérialapú megközelítése értelmében az iskola az egyik legfontosabb helyszíne az egészséges életmódra történő szocializálásnak. Ennek a közoktatásra vonatkozó célkitűzéseit Magyarországon a Nemzeti Alaptanterv határozza meg, részletezése a kerettantervek, helyi tantervek és pedagógiai programok szintjén történik. A legutóbbi, 2020-as Nemzeti Alaptantervben az egészségfejlesztés

nem képez önálló műveltségterületet, hanem a testnevelés mellé rendelten jelenik meg. Egy, a 2021-ben megrendezett Országos Neveléstudományi Konferencián elhangzott előadás számolt be arról a dokumentumelemző vizsgálatról (Lipták és Tarkó, 2021), amely rávilágított, hogy a NAT2020 holisztikus egészségdimenziókhoz kapcsolódó témaköreinek 62,55%-a a testi egészségre, kiemelten a mozgásra irányul, a mentális dimenzió 10,11%, az érzelmi 1,5%, a társadalmi és a társas dimenziók 0,75-0,75%-kal, míg a spirituális dimenzió 0%-kal szerepel. A vizsgálat 24,34%-ban azonosított olyan elemeket, amelyek egyszerre több egészségdimenziót is érintenek, így önmagukban holisztikusnak tekinthetők. Ennek a vizsgálatnak jelenleg folyamatban van egy részletező finomhangolása, amelyhez egy átfogó egészségnevelési, egészségfejlesztési szempontú tantervelemzést lehetővé tevő mérőeszköz alkalmazását tűztük ki célul. Jelen írásunk ennek az Egészségnevelési Tanterv Elemzési Eszköznek a rövid, figyelemfelkeltő bemutatására törekszük.

A HECAT bemutatása

Az Amerikai Járványügyi Hivatal (CDC), a Szexuális Egészség és Betegségek Megelőzése Központ (NCHHSTP) és annak Serdülőkori és Iskolai Egészség Osztálya (DASH) más a serdülőkori egészséggel, iskolai egészségneveléssel és egészség-magatartással foglalkozó szakemberek együttműködésével készítette el 2006-ban, átdolgozta 2012-ben, majd véglegesítette 2021-ben az egészségnevelési tantervek elemzésére szolgáló mérőeszközét Egészségnevelési Tanterv Elemzési Eszköz (*Health Education Curriculum Analysis Tool*, röviden HECAT) címmel (Centers for Disease Control and Prevention, 2021).

A HECAT célja, hogy lehetővé tegye az egészségnevelés, egészségfejlesztés nemzeti, keret- vagy helyi tantervi megjelenésének konzisztens és átfogó elemzését, melynek eredményei nyomán sor kerülhet a tanterv felülvizsgálatára, fejlesztésére és megerősítésére, és ezáltal az iskola egészségnevelési feladatokat ellátó pedagógusai képessé válnak hatékonyabban befolyásolni az iskoláskorú gyerekek és fiatalok egészség-magatartását és egészségmutatóit.

A HECAT szemléletében a tudományos eredmények gyakorlatba történő visszaforgatását hangsúlyozza. Fontosnak tartja minden érintett (*stakeholders*) – az iskola oktató és nem oktató dolgozói, a diákok, a szülők, az iskola társadalmi környezete szereplőinek – bevonását az egészségnevelési (keret)tanterv tervezésébe és felülvizsgálatába, figyelembe véve a helyi hatóságok által megfogalmazott egészségnevelési prioritásokat is, kellő rugalmassággal kezelve a különféle közösségek felől érkező érték-, prioritás- és szükségleti preferenciákat. A dokumentumot mind a fenntartó, az iskola hatékony elemző eszközként használhatja. A HECAT segítségével elemezhetők a nemzeti alaptantervek is, de legjobban akkor működik, ha a részletes egészségnevelési, egészségfejlesztési kerettanterv elemzésére használjuk. Az alábbiakban a HECAT (Centers for Disease Control and Prevention, 2021) érintett részeit fordításban közöljük, zárójelben jelölve a hivatkozott dokumentum oldalszámát.

A hatékony egészségnevelési, egészségfejlesztési tanterv jellemzői

A HECAT az alábbiakban foglalja össze a hatékony egészségnevelési, egészségfejlesztési (keret)tanterv jellemzőit:

1. Egyértelmű egészségcélokat és kapcsolódó magatartásformákat fogalmaz meg.
2. Kutatási eredményekre és elméletekre épít.
3. A pozitív egészség-magatartást támogató egyéni értékekkel, attitűdökkel és meggyőződésekkel foglalkozik.

4. Az egészségjavító magatartást támogató egyéni és csoportos normákkal foglalkozik.
5. A védőfaktorok megerősítésére és az egészségtelen gyakorlatok és viselkedésformák személyes kockázatainak és káros voltának tudatos felismerésére összpontosít.
6. Foglalkozik a társadalmi nyomással és befolyással.
7. Fejleszti a személyes és a szociális készségeket, valamint az éhatékonyságot.
8. Olyan funkcionális egészségismereteket nyújt, amelyek alapvetőek, pontosak, és közvetlenül hozzájárulnak az egészséget támogató döntésekhez és magatartáshoz.
9. Személyre szabott információátadást és a diákok bevonását támogató stratégiákat alkalmaz.
10. Az életkornak és a fejlettségnek megfelelő információt, tanulási stratégiákat, oktatási módszereket és tananyagot határoz meg.
11. Kulturálisan befogadó tanulási stratégiákat, oktatási módszereket és tananyagot foglal magában.
12. Elegendő időt biztosít a tanításra és a tanulásra.
13. Lehetőséget ad pozitív kapcsolatok kialakítására jelentős másokkal.
14. Tartalmazza azokat a tanári információkat és a szakmai fejlődésre és képzésre vonatkozó terveket, amelyek növelik az oktatás és a tanulói tanulás hatékonyságát. (9–11.)

Egészségnevelési irányelvek

A Nemzeti Egészségnevelési Standardok vagy irányelvek határozzák meg azt a szükséges tudást és készségeket, amelyekkel minden diáknak rendelkeznie kell egy minőségi egészségnevelési, egészségfejlesztési képzési program teljesítése után. Ezek a következők:

1. A diákok értik az egészségfejlesztéssel és a betegségek megelőzésével kapcsolatos fogalmakat az egészség javítása érdekében.
2. A diákok elemzik a család, a társak, a kultúra, a média, a technológia és más tényezők egészség-magatartásra gyakorolt hatását.
3. A diákok demonstrálják, hogy képesek érvényes információkhoz, termékekhez és szolgáltatásokhoz hozzáférni az egészség javítása érdekében.
4. A diákok demonstrálják, hogy képesek az interperszonális kommunikációs készségek használatára az egészség javítása és az egészségkockázatok elkerülése vagy csökkentése érdekében.
5. A diákok demonstrálják, hogy képesek döntéshozatali készségeiket az egészség javítására használni.
6. A diákok demonstrálják, hogy képesek a célmeghatározási készségeket az egészség javítására használni.
7. A diákok demonstrálják, hogy képesek az egészségjavító magatartásformák gyakorlati megvalósítására és az egészségkockázatok elkerülésére vagy csökkentésére.
8. A diákok demonstrálják, hogy képesek a személyes, a családi és a közösségi egészség szószólóivá válni. (13.)

A HECAT az alábbi kiemelt egészségtémák (keret)tantervi megjelenésének elemzéséhez nyújt útmutatást és eszköztárat.

1. Alkohol- és egyéb droghasználat
2. Táplálék és táplálkozás
3. Mentális és érzelmi egészség
4. Személyes egészség és jóllét
5. Fizikai aktivitás
6. Biztonság

7. Szexuális egészség
8. Dohányzásprevenció
9. Erőszakprevenció
10. Teljeskörű egészségnevelés (61.)

A mérőszköz mindegyik modul esetében standardonként vizsgálja az egészséges magatartást elősegítő tudás- (1. standard) és készségelemek (2–8. standard) megjelenését, valamint a tanulási eredmények mintájára egészség-magatartási eredményeket (*Health Behaviour Outcomes*) fogalmaz meg.

Nézzük meg az egyes modulok esetében megfogalmazott egészség-magatartási eredményeket, amelyekre a közoktatás 1–12. osztályain végighúzódo tárgyalás nyomán a diákoknak képessé kell válniuk! Az alábbi összefoglaló egészség-magatartási eredményeket a dokumentum ellenőrzőlista-szerűen tovább részletezi évfolyam-intervallumokra (1–2., 3–5., 6–8. és 9–12.) és standardokra (1–8) lebontva.

Alkohol- és egyéb droghasználat modul

1. Megfelelően használja a vényköteles és vény nélkül kapható gyógyszereket.
2. Kerüli a vény nélkül kapható és a vényköteles gyógyszerek helytelen használatát és az azokkal való visszaélést.
3. Kerüli az alkoholfogyasztást.
4. Kerüli az illegális kábítószeres használatát.
5. Kerüli az alkoholos és egyéb kábítószeres befolyásoltság alatt történő gépjárművezetést.
6. Nem ül be olyan gépjárműbe, amelynek vezetője alkoholos vagy egyéb kábítószeres befolyásoltság alatt áll.
7. Felhagy az alkohol és egyéb kábítószeres használatával, amennyiben már él velük.
8. Támogat másokat abban, hogy alkohol- és egyéb drogtól mentesek legyenek. (63.)

Táplálék és táplálkozás modul

1. Olyan egészséges táplálkozási szokásokat követ, amelyek megfelelnek az egyéni preferenciáknak és a növekedési és fejlődési szükségleteknek.
2. Az egyes élelmiszercsoportokon belül többféle lehetőséget választ.
3. Sok gyümölcsöt és zöldséget fogyaszt.
4. Teljes kiőrlésű gabonaféléket fogyaszt.
5. Zsírszentes vagy alacsony zsírtartalmú tejtermékeket vagy dúsított tejtermék-alternatívákat fogyaszt.
6. Sok vizet iszik.
7. Kerüli a cukrozott italokat.
8. Korlátozottan fogyaszt magas hozzáadott cukor-, telített zsírsav-, transzzsír- és nátriumtartalmú ételeket.
9. Tápanyagokban gazdag ételeket és italokat fogyaszt étkezéskor.
10. Jóízű, tápanyagokban gazdag ételeket készít magának és másoknak.
11. Olyan tápanyagokban gazdag ételeket és italokat választ és fogyaszt élvezettel, amelyek tükrözik a személyes preferenciáit, a kultúrát és az anyagi lehetőségeit.
12. Támogatja mások egészséges táplálkozásra irányuló szokásait. (130.)

Mentális és érzelmi egészség modul

1. Az érzelmeit egészséges módon fejezi ki.
2. Mentális és érzelmi szempontból is egészséges tevékenységeket végez.
3. Egészséges módon kezeli a személyközi konfliktusokat.
4. Egészséges módon előzi meg és kezeli az érzelmi stresszt és a szorongást.
5. Önkontroll- és impulzuskontroll-stratégiákat alkalmaz az egészség fejlesztése érdekében.
6. Segítséget kér a saját maga és mások számára kellemetlen gondolatok, érzések vagy cselekedetek esetén.
7. Elfogadja mások másságát.
8. Egészséges kapcsolatokat épít és tart fenn.
9. A mentális és érzelmi jóllétet támogató szokásokat alakít ki. (198.)

Személyes egészség és jóllét modul

1. Megfelelőek a higiénés szokásai.
2. Elegendő az alvási és a pihenési ideje.
3. Megelőzi a látás- és halláskárosodást.
4. Kerüli a napártalmakat.
5. A fertőző betegségek terjedését megakadályozó magatartásformákat folytat.
6. A krónikus betegségek kialakulását megelőző magatartásformákat folytat.
7. A mentális és az érzelmi jóllétet támogató magatartásformákat folytat.
8. Az ételmiszer és a víz útján terjedő betegségek megelőzését szolgáló magatartásformákat folytat.
9. Megelőzi a gyakori krónikus betegségekből és állapotokból, például allergiából, asztmából, cukorbetegségből és epilepsziából eredő súlyos egészségügyi problémák kialakulását.
10. Igénybe veszi az egészségügyi ellátórendszert a leggyakoribb fertőző betegségek, valamint a krónikus betegségek és állapotok kezeléséhez.
11. Felkeresi az egészségügyi szakembereket a megfelelő szűrő- és egyéb vizsgálatok érdekében.
12. Megelőzi a divathóbortokból vagy trendekből eredő egészségügyi problémák kialakulását. (268.)

Fizikai aktivitás modul

1. Minden nap legalább 60 percig végez mérsékelt vagy erőteljes fizikai aktivitást.
2. Rendszeresen végez olyan fizikai aktivitást, amely javítja a szív- és légzőszervi állóképességet, a hajlékonyságot, az izom-állóképességet és az izomerőt.
3. A strukturált testmozgás előtt és után bemelegítő és levezető gyakorlatokat végez.
4. Sok vizet iszik a fizikai aktivitás előtt, közben és után.
5. Fizikai aktivitási tervet követ az egészséges növekedés és fejlődés érdekében.
6. Kerüli a fizikai aktivitás közbeni sérülést.
7. Támogat másokat abban, hogy fizikailag aktívak legyenek. (337.)

Biztonság modul

1. Betartja a megfelelő biztonsági szabályokat, amikor gépjárműben vagy gépjárművön utazik.
2. Kerüli, hogy alkoholos vagy egyéb kábítószeres befolyásoltság alatt gépjárművet vezessen – vagy olyan gépjárműben utazzon, amelyet olyan valaki vezet, aki alkohol vagy egyéb kábítószer befolyása alatt áll.
3. Megfelelően és helyesen használja a biztonsági felszereléseket.
4. Biztonsági szabályokat és eljárásokat alkalmaz a kockázatos viselkedés és a sérülések elkerülése érdekében.
5. Kerüli a biztonsági kockázatokat az otthonában és a közösségben.
6. Felismeri és elkerüli a veszélyes környezetet.
7. Segítséget hív önmaga vagy mások számára sérülés vagy hirtelen megbetegedés esetén.
8. Támogat másokat a kockázati magatartás elkerülése és a biztonság érdekében. (404.)

Szexuális egészség modul

1. Felismeri a gyermek- és serdülőkorban saját maga és mások által tapasztalt fejlődési változásokat.
2. Egészséges kapcsolatokat létesít és tart fenn.
3. Minden emberrel méltósággal és tisztelettel bánik, a nemi identitására és a szexuális irányultságára tekintettel.
4. Beleegyezést ad és kap minden helyzetben.
5. Tartózkodik a szexuális élettől.
6. Olyan magatartásformákat folytat, amelyek megelőzik vagy csökkentik a szexuális úton terjedő fertőzéseket (STI-k), beleértve a HIV-et is.
7. Olyan magatartásformákat folytat, amelyek megelőzik vagy csökkentik a nem kívánt terhességet.
8. Támogat másokat abban, hogy elkerüljék vagy csökkentsek a szexuális kockázati magatartásformákat.
9. Kerüli, hogy másokat szexuális magatartásformákra kényszerítsen.
10. Igénybe veszi a megfelelő egészségügyi szolgáltatásokat a szexuális és reprodukív egészség előmozdítása érdekében. (472.)

Dohányzásprevenció modul

1. Kerüli a dohány bármilyen formájának használatát (vagy azzal való kísérletezést).
2. Kerüli a passzív dohányzásnak és aeroszolnak való kitettséget.
3. Támogatja a dohánymentes környezetet.
4. Támogat másokat abban, hogy dohánymentesek legyenek.
5. Abbahagyja a dohányzást, amennyiben már él vele. (544.)

Erőszakprevenció modul

1. A személyközi konfliktusokat erőszakmentes módon kezeli.
2. Az érzelmi distresszt erőszakmentes módon kezeli.
3. Kerüli a zaklató viselkedést vagy annak külső szemlélését.

4. Kerüli az erőszakot, beleértve a szexuális zaklatást, a kényszerítést, a kizsákmányolást, a verekedést és a nemi erőszakot.
5. Kerüli a potenciálisan erőszakos helyzeteket.
6. Kerüli az olyanokkal való érintkezést, akik részt vesznek vagy bátorítják az erőszakot, vagy bűnözői tevékenységet.
7. Segítséget vesz igénybe az erőszak megelőzéséhez vagy megállításához, ideértve a molesztálást, a visszaélést, a zaklatást, az erőszakot, a verekedést és a gyűlölet-bűncselekményeket.
8. Segítséget kér a nemkívánatos vagy helytelen érintés megelőzése vagy megállítása érdekében.
9. Segítséget kér annak érdekében, hogy ne legyen többé kitéve erőszaknak vagy fizikai bántalmazásnak.
10. Segítséget kér önmaga vagy olyan mások számára, akiknél fennáll a veszély, hogy kárt tesznek magukban. (610)

Minden egyes standardonkénti évfolyamintervallum ellenőrzőlistája után ötfokú skálán kell megadni a (keret)tanterv tudás vagy készségek terén elért pontszámát, az alábbi kategóriák mentén:

- 4 = minden elvárt tudáselemet/készségelemet lefed (100%)
- 3 = a legtöbb elvárt tudáselemet/készségelemet lefedi (67–99%)
- 2 = néhány elvárt tudáselemet/készségelemet lefed (34–66%)
- 1 = egy pár elvárt tudáselemet/készségelemet lefed (1–33%)
- 0 = egyik elvárt tudáselemet/készségelemet sem fedi le (0). (70., 79.)

Az elvárt tudás- és készségelemek meglétén kívül a dokumentum ugyancsak standardonként és évfolyam-intervallumonként kéri a készségek alkalmazási szintjének értékelését, az alábbi ellenőrzőlista segítségével:

1. A (keret)tanterv olyan információkat nyújt, amelyek segítenek a diákoknak megérteni az egészség-készségekre vonatkozó elvárások mindennapi életükben történő alkalmazásának relevanciáját.
2. A (keret)tanterv legalább egy alkalmat vagy tevékenységet biztosít a diákok számára ahhoz, hogy a standardnak megfelelő készséget gyakorolhassák. (A diákok legalább egy alkalommal tanulják a készséget, gyakorolják vagy ismétlik a készséget, és visszajelzést kapnak a készséggel kapcsolatos teljesítményükről.)
3. A (keret)tanterv legalább két vagy több alkalmat vagy tevékenységet biztosít a diákok számára ahhoz, hogy a standardnak megfelelő készséget gyakorolhassák. (A diákok két vagy több alkalommal tanulják a készséget, gyakorolják vagy ismétlik a készséget, és visszajelzést kapnak a készséggel kapcsolatos teljesítményükről.)
4. A (keret)tanterv lehetőséget biztosít a diákok számára az adott készség kapcsán saját fejlődésük értékelésére, például ellenőrzőlisták segítségével. (80.)

Teljeskörű egészségnevelés modul

A dokumentum ezen része az 1–9 modulok tudás- és képességelemeinek teljeskörű megjelenését hivatott értékelni. Megnézi, hogy a 9 modul vagy tématerület közül hány jelenik meg a vizsgált (keret)tantervben, és ezek hány esetben fedik le az összes vagy a legtöbb tudás- és készséglvárást.

Összegzés

A nemzetközi és hazai tapasztalatok alapján megfogalmazható, hogy a sikeres egészségfejlesztés, egészségre nevelés az egészséges életmódra úgy készíti fel a gyermekeket, hogy átadja nekik a szükséges tudást, kifejleszti az ahhoz nélkülözhetetlen készségeket és képességeket, kialakítja a gyerekekben az egészség értékét, és motiválja őket egészségük megőrzésére, fejlesztésére.

A HECAT egy olyan objektív mérőeszköz, amely lehetővé teszi a (keret)tantervek egészségnevelési, egészségfejlesztési szempontú elemzését. A nemzetközi standardokra alapozó elemzési szempontok alkalmasak nemzetközi összehasonlítások elvégzésére. Az elemzési szempontok arra is lehetőséget biztosítanak, hogy a nemzeti (keret)tantervek átgondolásra kerüljenek. A hazai viszonyokra való alkalmazhatósága nem képezi jelen írás tárgyát, az erre vonatkozó kutatásunk jelenleg is folyamatban van.

Köszönetnyilvánítás, támogatás

A tanulmány elkészítését a Magyar Tudományos Akadémia Közoktatás-Fejlesztési Kutatási Programja támogatta.

Irodalom

- Benkő, Zs. (2019). Az egészség történeti és modern megközelítése. Az egészségfejlesztés fogalma, szemléletmódja In Benkő, Zs., Lippai, L. & Tarkó, K. (szerk.), *Az egészség az életünk tartópillére. Egészségtanácsadási kézikönyv*. JGYF Kiadó. 15–49.
- Centers for Disease Control and Prevention (2021). *Health Education Curriculum Analysis Tool*. CDC.
- Inchley, J., Currie, D., Budisavljevic, T., Jästad, A., Cosma, A., Kelly, C. & Arnarsson, Á. M. (2020, szerk.). *Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 1. Key findings*. WHO Regional Office for Europe. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332091/9789289055000-eng.pdf> Utolsó letöltés: 2022. 10. 28.
- Kis, B. (2019). Az óvoda és az iskola, mint egészségfejlesztő színtér: egészségfejlesztő pedagógiai módszerek. In Benkő, Zs., Lippai, L. & Tarkó, K. (szerk.), *Az egészség az életünk tartópillére. Egészségtanácsadási kézikönyv*. JGYF Kiadó. 121–131.
- Lippai, L. L. (2016). Előszó helyett... Bevezetés az egészségfejlesztésbe, avagy miként járul hozzá a tudomány az egészséges élet művészetéhez. In: Tarkó, K. & Benkő, Zs. (szerk.), „Az egészség nem egyetlen tett, hanem szokásaink összessége”: Szemléletmódok egy multidiszciplináris egészségfejlesztő műhely munkáiból. Szegedi Egyetemi Kiadó – Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó. 9–22.
- Lipták, M. Z. & Tarkó, K. (2021). Az egészség megjelenése a Nemzeti Alaptantervekben (1995–2020). In Molnár, Gy. & Tóth, E. (szerk.), *A neveléstudomány válaszai a jövő kihívásaira: XXI. Országos Neveléstudományi Konferencia Szeged, 2021. november 18–20.: program, előadás összefoglalók*. MTA Pedagógiai Tudományos Bizottság – SZTE BTK Neveléstudományi Intézet. 265.
- Mátó, V. (2019). Pedagógiai módszerek a korszerű egészségnevelés szolgálatában. In Benkő, Zs., Lippai, L. & Tarkó, K. (szerk.), *Az egészség az életünk tartópillére. Egészségtanácsadási kézikönyv*. JGYF Kiadó. 133–138.
- NAT 2020. A Nemzeti alaptanterv kiadásáról, bevezetéséről és alkalmazásáról szóló 110/2012. (VI. 4.) Korm. rendelet módosításáról. *Magyar Közlöny*, 2020. 17. Emberi Erőforrások Minisztériuma, Oktatásért Felelős Államtitkárság, Budapest. <http://www.kozlonyok.hu/nkonline/MKPDF/hiteles/MK20017.pdf> <https://ofi.oh.gov.hu/nemzeti-alaptanterv> (https://ofi.oh.gov.hu/nemzeti-alaptanterv) Utolsó letöltés: 2022. 08. 14.
- Paulus, P. & Petzel, T. (2009a). Egészségnevelés – az egészségfejlesztés alapelvei és értékei. In Benkő, Zs. (szerk.), *Egészségfejlesztés. Módszertani kézikönyv*. Mozaik Kiadó. 32–44.
- Paulus, P. & Petzel, T. (2009b). Készség és készségfejlesztés. In Benkő, Zs. (szerk.), *Egészségfejlesztés. Módszertani kézikönyv*. Mozaik Kiadó. 98–103.
- Simonyi, I. (2004, szerk.). *Szegedlet az iskolai egészségnevelési és egészségfejlesztési terv elkészítéséhez*. Oktatási Minisztérium. http://www.nefmi.gov.hu/letolt/kozokt/eg_segedletjav03161750isfp.pdf Utolsó letöltés: 2022. 08. 14.

Absztrakt

Az iskoláskorú gyerekekre irányuló legfrissebb nemzetközi egészségmagatartás-kutatások kedvezőtlen tendenciákról számolnak be, és felhívják a figyelmet arra, hogy milyen fontos lenne már fiatal kortól kezdve a gyermekek egészség-magatartásának fejlesztése. Az egészségnevelés, egészségfejlesztés szintérialapú megközelítése értelmében az iskola az egyik legfontosabb helyszíne az egészséges életmódra történő szocializálásnak. A modern egészségnevelés az egészség holisztikus megközelítésére építve egyaránt foglalkozik az egészség testi, mentális, érzelmi, spirituális, társas és társadalmi dimenzióival. Az egészségnevelés akkor sikeres, ha a szokásváltoztatást tűzi ki céljául, vagyis segíti az életmódot örömmel végzett szokások rendszerévé alakítani, és ezáltal minőségi életet élni élethosszig tartóan. Az egészségnevelés, egészségfejlesztés közoktatásra vonatkozó célkitűzéseit Magyarországon a Nemzeti Alaptanterv határozza meg, részletezése a kerettantervek, helyi tantervek és pedagógiai programok szintjén történik. Jelen írásunk egy, az egészségnevelési (keret)tantervek elemzésére szolgáló eszköznek (Health Education Curriculum Analysis Tool, HECAT) a rövid, figyelemfelkeltő bemutatására törekszik. A HECAT célja, hogy lehetővé tegye az egészségnevelés, egészségfejlesztés nemzeti, keret- vagy helyi tantervi megjelenésének konzisztens és átfogó elemzését, melynek eredményei nyomán sor kerülhet a tanterv felülvizsgálatára, fejlesztésére és megerősítésére, és ezáltal az iskola egészségnevelési feladatokat ellátó pedagógusai képessé válnak hatékonyabban befolyásolni az iskoláskorú gyerekek és fiatalok egészségmagatartását és egészségmutatóit. A dokumentumot mind a fenntartó, mind az iskola hatékony elemző eszközként használhatja. A HECAT segítségével elemezhető a nemzeti alaptantervek is, de legjobban akkor működik, ha a részletes egészségnevelési, egészségfejlesztési kerettanterv elemzésére használjuk.

Kulcsszavak: egészségfejlesztés, egészségnevelés, egészségmagatartás, tantervelemzés