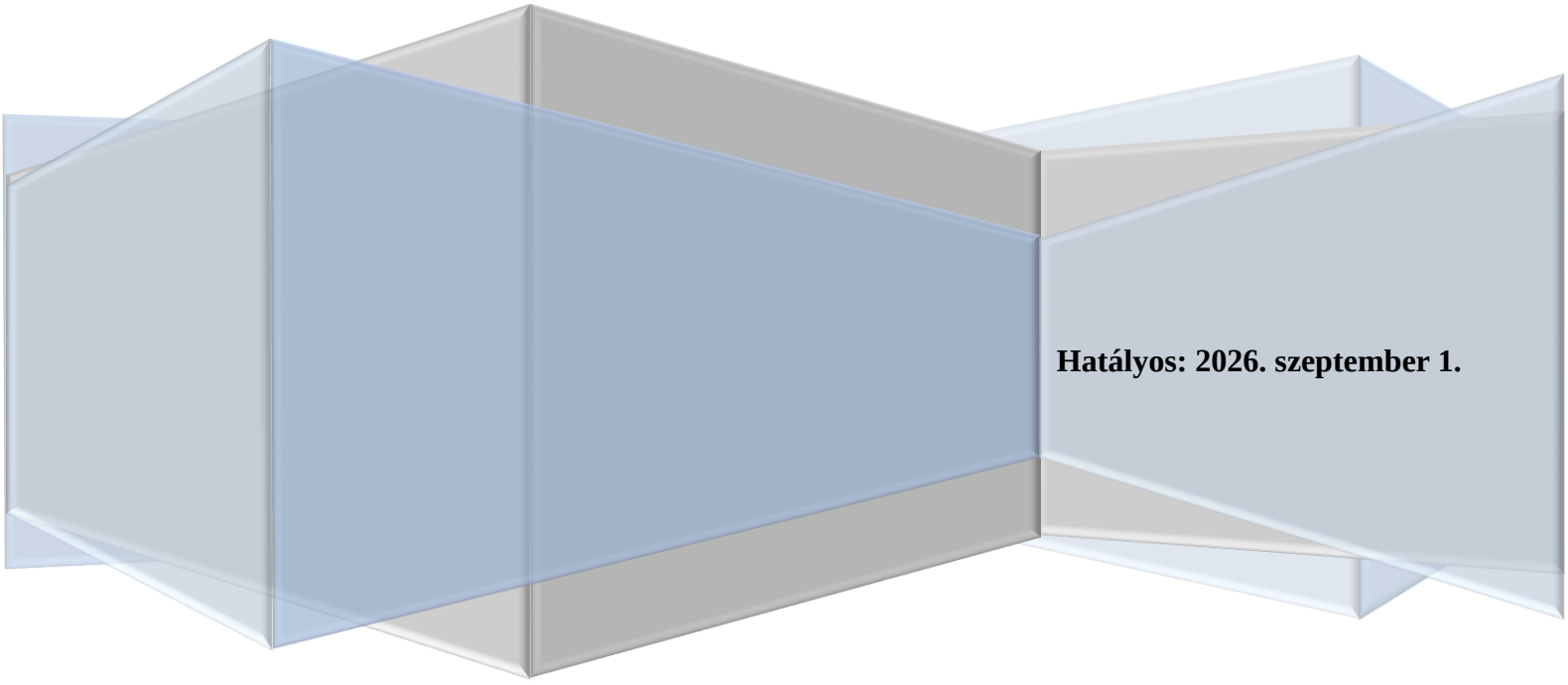
HEVES VÁRMEGYEI SZAKKÉPZÉSI CENTRUM

EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI PROGRAM

A Heves Vármegyei SZC Sárvári Kálmán Technikum, Szakképző Iskola és Kollégium Szakmai Programjának 10. sz. melléklete



Hatályos: 2026. szeptember 1.

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés ... 3
1.1 Rendeltetés ... 3
1.2 Cél ... 3
2. Intézményi helyzetkép ... 3
2.1 Az egészségfejlesztés intézményi környezete ... 3
2.2 A program célcsoportja ... 3
2.3 Erőforrások és támogató rendszer ... 4
2.4 Az egészségfejlesztés főbb területei ... 4
3. Egészségfejlesztési célok ... 4
3.1 Általános cél ... 4
3.2 Kiemelt célok ... 4
3.3 Fejlesztési prioritások ... 5
4. Kiemelt egészségfejlesztési területek ... 5
4.1 Egészséges táplálkozás ... 5
4.2 Rendszeres testmozgás és aktív életmód ... 5
4.3 Mentális egészség fejlesztése ... 5
4.4 Prevenció és egészségkárosító magatartásformák megelőzése ... 5
4.5 Biztonságos és egészséges környezet ... 5
4.6 Digitális jóllét és tudatos eszközhasználat ... 5
5. Az egészségfejlesztési célok megvalósítása ... 6
5.1 Tanórai keretek ... 6
5.2 Tanórán kívüli tevékenységek ... 6
5.3 Prevenciós és szemléletformáló programok ... 6
5.4 Kortárssegítés és partneri együttműködés ... 6
5.5 Egészségfejlesztési programok és jeles napok ... 6
6. Monitoring és értékelés ... 6
6.1 A megvalósítás nyomon követése ... 6
6.2 Az értékelés alapjai ... 6
6.3 Az értékelés módszerei ... 7
6.4 Fejlesztés és visszacsatolás ... 7
7. Záró rendelkezések ... 7
7.1 Felülvizsgálat ... 7
7.2 Nyilvánosság ... 7
7.3 Hatály ... 7

EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI PROGRAM

1. BEVEZETÉS

1.1 Rendeltetés

Az Egészségfejlesztési Program az intézmény egészségnevelési, egészségfejlesztési és prevenciós tevékenységének alapdokumentuma. Meghatározza az egészséges életmód kialakítását, a testi és lelki jóllét támogatását, valamint a megelőzést szolgáló intézményi célokat, feladatokat és fejlesztési irányokat. Az egészségfejlesztés az intézmény nevelő-oktató munkájának szerves része, amely valamennyi tanulót érinti.

1.2 Cél

A program célja, hogy elősegítse a tanulók egészségtudatos életvezetésének kialakulását, támogassa testi, lelki és szociális jóllétüket, valamint hozzájáruljon ahhoz, hogy képesek legyenek felelős döntéseket hozni saját egészségük megőrzése érdekében.

Az intézmény célja különösen:

- Az egészséges életmód iránti igény kialakítása.
- A rendszeres testmozgás és az aktív életvitel támogatása.
- A testi és lelki egészség fejlesztése.
- A mentális egészség megőrzésének támogatása.
- Az egészségkárosító magatartásformák megelőzése.
- A biztonságos és támogató intézményi környezet fenntartása.
- Az egészségfejlesztéshez kapcsolódó partneri együttműködések erősítése.

2. INTÉZMÉNYI HELYZETKÉP

2.1 Az egészségfejlesztés intézményi környezete

Az intézmény kiemelt figyelmet fordít a tanulók testi, lelki és szociális jóllétének támogatására. Az egészségfejlesztési tevékenység a nevelő-oktató munka valamennyi területét átfogja, és hozzájárul a tanulók egészségtudatos életmódjának kialakításához. Az egészségfejlesztés megvalósítása során az intézmény együttműködik az egészségügyi, szociális és oktatási partnerekkel, valamint a tanulókat támogató szakemberekkel.

2.2 A program célcsoportja

Az egészségfejlesztési program elsődleges célcsoportját az intézmény tanulói alkotják. A program megvalósítása során kiemelt figyelem irányul a sajátos nevelési igényű, a beilleszkedési, tanulási és magatartási nehézséggel érintett, valamint a hátrányos helyzetű tanulók támogatására. Az egészségfejlesztési tevékenység közvetett célcsoportját az intézmény dolgozói és a tanulók családjai jelentik.

2.3 Erőforrások és támogató rendszer

Az egészségfejlesztési feladatok megvalósítását az intézmény szakmai együttműködésekre épülő támogató rendszere segíti.

Kiemelt szerepet töltenek be:

- Az iskola-egészségügyi szolgálat szakemberei.
- Az óvodai és iskolai szociális segítő.
- Az iskolapszichológus.
- Az osztályfőnökök és oktatók.
- A gyermekjóléti és pedagógiai szakszolgálati partnerek.
- A prevenciós és egészségfejlesztő szervezetek.
- A rendvédelmi és szakmai együttműködő partnerek

2.4 Az egészségfejlesztés főbb területei

Az intézmény egészségfejlesztési tevékenysége különösen az alábbi területekre terjed ki:

- Az egészséges életmód és táplálkozás támogatása.
- A rendszeres testmozgás és aktív életvitel ösztönzése.
- A mentális egészség fejlesztése.
- Az egészségkárosító magatartásformák megelőzése.
- A baleset-megelőzés és az elsősegélynyújtási ismeretek fejlesztése.
- Az egészséges és biztonságos intézményi környezet fenntartása.

3. EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI CÉLOK

3.1 Általános cél

Az intézmény célja, hogy támogassa a tanulók testi, lelki és szociális jóllétét, erősítse az egészségtudatos életmód kialakulását, valamint elősegítse a felelős, biztonságos és kiegyensúlyozott életvezetéshez szükséges ismeretek és készségek elsajátítását.

3.2 Kiemelt célok

- Az egészséges életmód iránti igény kialakítása.
- A rendszeres testmozgás és az aktív életvitel támogatása.
- A testi és lelki egészség fejlesztése.
- A mentális egészség megőrzésének támogatása.
- Az egészségkárosító magatartásformák megelőzése.
- A biztonságos és egészséges intézményi környezet fenntartása.
- Az egészségtudatos döntéshozatal és felelősségvállalás erősítése.
- Az egészségfejlesztéshez kapcsolódó partneri együttműködések támogatása.

3.3 Fejlesztési prioritások

Az intézmény egészségfejlesztési tevékenysége során kiemelt figyelmet fordít:

- Az egészséges táplálkozás támogatására.
- A rendszeres mozgás és sport népszerűsítésére.
- A mentális egészség és érzelmi biztonság erősítésére.
- A függőségek és egészségkárosító magatartásformák megelőzésére.
- Az elsősegélynyújtási és baleset-megelőzési ismeretek fejlesztésére.
- A digitális jóllét és a tudatos eszközhasználat támogatására.
- Az egészséges közösségi kapcsolatok kialakítására.

4. KIEMELT EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI TERÜLETEK

4.1 Egészséges táplálkozás

Az intézmény támogatja az egészséges és kiegyensúlyozott táplálkozással kapcsolatos ismeretek elsajátítását, valamint az egészségtudatos étkezési szokások kialakulását. Kiemelt cél a tudatos fogyasztói magatartás, a megfelelő táplálkozási szokások és az egészségmegőrzést támogató életmód erősítése.

4.2 Rendszeres testmozgás és aktív életmód

Az intézmény a testnevelésórák, a sporttevékenységek és a tanórán kívüli mozgásprogramok támogatásával segíti a tanulók fizikai állapotának fejlesztését, az egészséges életmód kialakítását és a rendszeres mozgás iránti igény megerősítését.

4.3 Mentális egészség fejlesztése

Az intézmény kiemelt figyelmet fordít a tanulók lelki egészségének támogatására, az önismeret fejlesztésére, a stresszkezelési és konfliktuskezelési készségek erősítésére, valamint a támogató közösségi kapcsolatok kialakítására.

4.4 Prevenció és egészségkárosító magatartásformák megelőzése

Az egészségfejlesztési tevékenység részeként az intézmény prevenciós programokkal támogatja a dohányzás, az alkoholfogyasztás, a kábítószer-használat és az egyéb egészségkárosító magatartásformák megelőzését. A hangsúly az egészségtudatos döntések támogatásán és a pozitív életvezetési minták megerősítésén van.

4.5 Biztonságos és egészséges környezet

Az intézmény törekszik olyan környezet kialakítására, amely támogatja a tanulók biztonságát, egészségét és jóllétét. Ennek része a baleset-megelőzés, az elsősegélynyújtási ismeretek fejlesztése, a személyi higiéné erősítése, valamint a környezettudatos szemlélet kialakítása.

4.6 Digitális jóllét és tudatos eszközhasználat

Az intézmény támogatja a digitális eszközök tudatos, biztonságos és egészséges használatát. Fontos cél a digitális környezethez kapcsolódó egészségügyi, mentális és társadalmi kockázatok felismerése, valamint a felelős online jelenlét kialakítása.

5. AZ EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI CÉLOK MEGVALÓSÍTÁSA

5.1 Tanórai keretek

Az egészségfejlesztési feladatok megvalósítása a tanórai tevékenységek során valamennyi érintett tantárgy keretei között megjelenik. A tantárgyi sajátosságokhoz igazodva az oktatók támogatják az egészségtudatos életmód, a személyes felelősségvállalás, a prevenciós szemlélet és a biztonságos életvezetés kialakulását.

5.2 Tanórán kívüli tevékenységek

Az intézmény tanórán kívüli programjaival is támogatja az egészségfejlesztési célok megvalósulását. A sporttevékenységek, a közösségi programok, a kirándulások, a prevenciós rendezvények és az egészségfejlesztő foglalkozások hozzájárulnak az egészséges életmód gyakorlati megvalósításához.

5.3 Prevenciós és szemléletformáló programok

Az intézmény rendszeresen vesz részt egészségfejlesztési és prevenciós programokban. Az egyes programok célja az egészségtudatos magatartás erősítése, a kockázati tényezők felismerése, valamint a felelős döntések meghozatalának támogatása. A programok megvalósításába szükség esetén külső szakembereket és együttműködő partnereket is bevonunk.

5.4 Kortárssegítés és partneri együttműködés

Az intézmény támogatja a kortárssegítő tevékenységeket, valamint az egészségfejlesztési célok megvalósítása érdekében együttműködik az egészségügyi, szociális, gyermekvédelmi és prevenciós területen működő szervezetekkel és szakemberekkel.

5.5 Egészségfejlesztési programok és jeles napok

Az intézmény az egészségvédelemhez kapcsolódó jeles napokhoz, tematikus programokhoz, vetélkedőkhöz és rendezvényekhez kapcsolódva szervez szemléletformáló tevékenységeket. Ezek célja az egészségmegőrzéssel kapcsolatos ismeretek bővítése és az egészségtudatos szemlélet erősítése.

6. MONITORING ÉS ÉRTÉKELÉS

6.1 A megvalósítás nyomon követése

Az intézmény rendszeresen értékeli az egészségfejlesztési programban meghatározott célok és feladatok megvalósulását. A nyomon követés célja annak vizsgálata, hogy az alkalmazott intézkedések milyen mértékben járulnak hozzá a tanulók egészségtudatos szemléletének, testi és lelki jóllétének, valamint egészségmegőrző magatartásának fejlődéséhez.

6.2 Az értékelés alapjai

Az egészségfejlesztési tevékenység értékelése során az intézmény különösen figyelembe veszi:

- Az intézményi önértékelés tapasztalatait.
- A partneri visszajelzéseket.
- Az egészségfejlesztési programok és rendezvények tapasztalatait.

- A prevenciós tevékenységek eredményeit.
- Az egészségügyi szűrővizsgálatok összesített tapasztalatait.
- A tanulói közösségek működésével kapcsolatos visszajelzéseket.

6.3 Az értékelés módszerei

Az egészségfejlesztési célok megvalósulásának vizsgálata során az intézmény különböző értékelési és visszacsatolási módszereket alkalmazhat:

- Megfigyelés.
- Helyzetelemzés.
- Egyéni és csoportos megbeszélések.
- Partneri visszajelzések.
- Programértékelések.
- Egészségügyi és prevenciós szakemberek tapasztalatai.

6.4 Fejlesztés és visszacsatolás

Az értékelések eredményeit az intézmény beépíti egészségfejlesztési és prevenciós tevékenységébe. A tapasztalatok alapján szükség esetén módosítja programjait, fejleszti együttműködéseit és új intézkedéseket határoz meg az egészségfejlesztési célok hatékonyabb megvalósítása érdekében.

7. ZÁRÓ RENDELKEZÉSEK

7.1 Felülvizsgálat

Az intézmény az Egészségfejlesztési Programot rendszeresen felülvizsgálja, és szükség esetén módosítja annak érdekében, hogy megfeleljen a jogszabályi környezet változásainak, valamint az intézmény egészségfejlesztési és prevenciós tevékenységével kapcsolatos tapasztalatoknak.

7.2 Nyilvánosság

Az Egészségfejlesztési Program az intézmény nyilvános dokumentuma. Az intézmény biztosítja, hogy a program az érintettek számára hozzáférhető legyen, valamint törekszik arra, hogy az egészségfejlesztéssel kapcsolatos célokról és programokról a partnerek megfelelő tájékoztatást kapjanak.

7.3 Hatály

Jelen Egészségfejlesztési Program a Szakmai Program 10. számú mellékleteként lép hatályba. Rendelkezései visszavonásig vagy módosításig érvényesek. A dokumentum felülvizsgálata a Szakmai Program felülvizsgálatával összhangban történik.