

**MISKOLCI EGYETEM  
BÖLCSESZETTUDOMÁNYI KAR  
EGÉSZSÉGÜGYI TANÁR SZAK**

# PORTFÓLIÓ

**Készítette: Dr. Nagy András Istvánné**

Egészségügyi tanár (levelező) képzés

Miskolc, 2019.

[nagym@kmk.hu](mailto:nagym@kmk.hu)







## Tartalom

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| BEVEZETÉS .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 7  |
| PORTFÓLIÓ RÉSZÉT ALKOTÓ FELADATOK KIDOLGOZÁSA .....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 9  |
| Mutassa be röviden a gyakorlata helyszínéül szolgáló intézményt az alábbi szempontok alapján! a) Az iskola profilja, b) története, c) földrajzi elhelyezkedése, d) az iskola külső és belső terei (térszervezés), e) az ott tanulók szociokulturális háttére, f) a tantestület összetétele, klímája, g) az intézmény külső kapcsolatrendszere. (36.).....                                                                            | 10 |
| Sorolja fel az Ön által tanulmányozott iskolai dokumentumokat, ill. fejtse ki, hogy ezek milyen szerepet töltenek be az intézmény életében! (7.).....                                                                                                                                                                                                                                                                                | 14 |
| Véleményezze az intézmény honlapját tartalmi és formai szempontból! Fogalmazzon meg a honlapátalakításához kapcsolódó feladatokat! (37.).....                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 18 |
| Jellemezze röviden azt a személyt, aki a tanítási gyakorlat során a legnagyobb hatást gyakorolta Önre! (34.).....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 23 |
| Mutassa be részletesen egy saját tanítási óráját az alábbi szempontok szerint! Óravázlat, Óra témája, Osztály, Az óra főbb célkitűzései (személyiségfejlesztési célok) Tanári /tanulói tevékenységek Alkalmazott módszerek/eszközök (Az óra menetének megfelelően, a két szempont alapján párhuzamosan fejtse ki mondanivalóját.) (39.).....                                                                                         | 25 |
| Egészítse ki a táblázatot a tanítási gyakorlathoz kötődő saját kompetenciáival! Kompetenciái értékelésekor rajzoljon minden rubrikába megfelelő jelet tanítási gyakorlata kezdetére és zárására vonatkozóan! (24.).....                                                                                                                                                                                                              | 30 |
| Mutassa be, hogy az érdeklődés felkeltésének és fenntartásának mely módszereivel és eszközeivel találkozott az órákon! Megítélése szerint ezek az eszközök közül melyek voltak hatékonyak és kevésbé eredményesek. Válaszát indokolja is meg! (20.) .....                                                                                                                                                                            | 35 |
| Állítson össze szakjához kapcsolódva, szabadon választott témakörben egy 4-5 feladatból álló témazáró dolgozatot. Elemesse az alábbi szempontok szerint: Milyen típusú feladatokból áll a dolgozat? Miért választotta az adott feladatokat? Milyen értékelési problémák merül(het)nek fel a dolgozat javításakor? Ha a dolgozatot megíratatta a tanulókkal, milyen eredmények születtek; milyen tipikus hibák voltak megfigyelhetők? |    |

|                                                                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Milyen következtetéseket vont le az eredményekből a további munkára vonatkozólag? (42.)                                                                                         | 39 |
| Készítsen gondolattérképet egy szakjához kötődő tantárgy szabadon választott tananyagához, amelyet egy tanítási órán új tananyagként szeretne megtanítani! (26.)                | 41 |
| Egészítse ki a táblázatot a tanórán kívül végzett tevékenységeire vonatkozóan! A felsorolt feladatok végzése során fejlődtek-e és mely területeken személyes kompetenciái? (8.) | 43 |
| SZABADON VÁLASZTOTT ANYAG:                                                                                                                                                      | 45 |
| Egészségfejlesztési terv projektmunka                                                                                                                                           | 46 |
| IRODALOMJEGYZÉK                                                                                                                                                                 | 52 |
| MELLÉKLETEK                                                                                                                                                                     | 53 |

## BEVEZETÉS

Egészségügyi végzettséget 1983 évben szereztem a kecskeméti Bányai Júlia Egészségügyi Szakközépiskolában, mint Általános ápoló és asszisztens. Első munkahelyem, ápolóként a Bács-Kiskun Megyei Kórház Kardiológia-Belgyógyászati osztálya. Diplomás ápolói végzettség 1996 évben szereztem a Szegedi Tudományegyetemen, majd vezető ápolói kinevezést kaptam a kórház Reumatológiai osztályán. Egyetemi okleveles ápolói végzettségemet 2003 évben szereztem meg a Pécsi Tudományegyetemen, mellyel a kórház járóbeteg ellátás vezető asszisztensi feladatait bízta rám, melyet azóta is ellátok.

Egészségügyi tantárgyak oktatását évek óta nagy örömmel végzem. A Bács-Kiskun Megyei Kórház által indított szakmai oktatásokon át a Szegedi Tudományegyetem kurzus oktatójaként és újabban a Neumann János Egyetem Pedagógus képző karán végzek óraadói tevékenységet. Az egészségügyi szakdolgozók szakmai vizsgáztatásában vizsgabizottsági tagként és vizsgálónőként évek óta részt veszek. Ezen tevékenységeim kapcsán hasznát veszem az egészségügyi munkám során szerzett tapasztalataimnak, képzéseimnek, valamint szervezői és kommunikációs készségemet is kamatoztathattam.

A szakmai munkám mellett így egy másik területen, az oktatásban is sikerül magam kipróbálni. Az oktatói tevékenység nem csak kihívás, hanem folyamatos motiváló erő is számomra. A szakmai munkámból vett tapasztalattal és számos példával tudom a diákok komplex oktatását kiegészíteni. Külső óraadóként nagy figyelmet fordítok az objektív tudás átadása mellett az egészséges életre nevelésre is. Saját óraadói tevékenységem és a tanulók általi oktatási értékelésemet figyelembe véve, évről-évre aktualizálom a tantárgy oktatását és a lehetséges pedagógiai megoldásokat. A „tanári” szerepben tovább kell fejlesztenem a mesterképzés során elsajátított innovatív módszereket, melyekkel könnyíthetem a tanítási munkát, illetve érdekesebbé és gyakorlatiasabbá tehetem az oktatást a tanulók számára. A diákok teljesítménye a tanárok teljesítményének függvénye. Szeretnék képessé válni arra, hogy fel tudjam mérni az általam oktatottak erősségeit és gyengéit, ki tudjam választani a számukra megfelelő tanítási módszert, majd hatékonyan és hatásosan elvégezzem az oktatást (1).

Remélem, hogy „jó pedagógus” válik majd belőlem az egészségügyi tanár mesterképzésben elsajátított új tanítási és pedagógiai szakmódszertani ismereteimmel. Szeretném a szakmai

oktatásban való részvételemet a megszerzett egészségügyi tanár képesítéssel hosszútávra megalapozni.

A portfólió összeállításakor a fentebb írt korábbi életutamra és célkitűzéseimre tekintettel választottam a megadott feladatok közül. Azokat a pontokat dolgoztam ki, melyek hozzám közel állnak, melyekhez eddigi pályafutásom során már némi tapasztalatot gyűjtöttem. A kidolgozott feladatok nem a tétel számozás sorrendjében, hanem az intézmény, majd saját tevékenységem bemutatásának logikai sora szerint szerepelnek a portfólióban. Bízom abban, hogy az elkészült munka megfelel a portfólió szabatos meghatározásának, azaz a munkámat, teljesítményemet, eredményemet és haladásomat igazoló és reflektáló személyes dokumentum állt össze (2).



## PORTFÓLIÓ RÉSZÉT ALKOTÓ FELADATOK KIDOLGOZÁSA

Mutassa be röviden a gyakorlata helyszínéül szolgáló intézményt az alábbi szempontok alapján!

a) Az iskola profilja, b) története, c) földrajzi elhelyezkedése, d) az iskola külső és belső terei (térszervezés), e) az ott tanulók szociokulturális háttere, f) a tantestület összetétele, klímája, g) az intézmény külső kapcsolatrendszere. (36.)

Az összefüggő egyéni szakmai gyakorlatomat a Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolájában töltöttem.

a) Az iskola **fő profilja** az egészségügyi szakképzés. A nappali rendszerű oktatás mellett az iskolarendszerű felnőttoktatás keretei között az ingyenesen megszerezhető második szakmáknak a képzése.

b) Az iskola **története** 1958-ra nyúlik vissza, ekkor indult a nappali tagozatos ápolóképzés Kecskeméten. Kezdetben felnőttoktatás keretében folyt az egészségügyi szakképzés. A 14 évesek szakiskolai képzése 1975 évben kezdődött el. Az iskola ekkor még korábbi helyén, egy Sport utcai szerény méretű épületben működött. Mivel kisebb létszámmra készült az épült, ezért többször kellett átalakítást végezni, hogy az egyre növekvő tanulói létszámnak megfeleljen. Az iskola jelenlegi épületét 1986 év őszén adták át, ami abban az időben korszerűnek számított. A Kecskeméti Humán Középiskola, Szakiskola és Kollégium a Szent-Györgyi Albert Egészségügyi és Szociális Szakközépiskola és Szakiskolája az intézményegység jogelődje volt. Működését akkor még Egészségügyi Szakközépiskola és Szakiskola néven kezdte meg. Az új iskola megnyitásakor a 9 szakiskolai osztály 4 szakközépiskolaival bővült, melyek a kecskeméti Bányai Júlia Gimnázium és Egészségügyi Szakközépiskolából kerültek át. Az iskola 1988 évben vette fel a Szent-Györgyi Albert nevet. 1994 óta legtöbb egészségügyi szak belépési szintjében követelmény az érettségi.

1996 évben megszűnt a hagyományos, 8 általánosra épülő szakiskolai, 1999-ben az egészségügyi szakközépiskolai képzés. Az 1996/97-es tanévben megkezdődött a szakmunkások szakközépiskolai levelező oktatása, majd 2001. év szeptemberétől e képzés helyett beindították a 4 éves esti/levelező humán szakközépiskolai képzést. 1999 évtől néhány évig a Szegedi Tudományegyetem Egészségügyi Főiskolai Karának kihelyezett ápoló évfolyamainak is otthont adott az intézmény.

2006-ban szerkezetében és tartalmában is megváltoztatták az Országos Képzési Jegyzéket (OKJ). Ettől az évtől kezdve korábban nem oktatott szakokkal is bővült a képzési program, mind a nappali, mind a felnőttképzésben. Az egészségügyi és szociális szakmacsoportok mellett az oktatási szakmacsoport szakjai is szerepelnek az iskola képzési kínálatában. A moduláris szerkezetű, kompetencia alapú szakképzések és szakmai vizsgák szervezését sikeresen végzik az iskola oktatói.

A 2011/2012 tanévtől indult egy sportcsoport, aktív labdarúgók részvételével. Ez később szakközépiskolai sportosztályként fejlődött tovább, ahová már más sportágak játékosai is jelentkezhetek. 2012-től indult el a két tannyelvű képzés, kezdetben angol idegen nyelvvvel, majd a későbbiekben a német is választható nyelv lett.

2013. január 1-jétől a köznevelési rendszer az állami fenntartás és a települési önkormányzati működtetés megosztásának elve szerint átalakult. Az állami köznevelési intézmények fenntartását az új központi hivatal, a központi és területi szervekből álló Klebelsberg Intézményfenntartó Központ – a KLIK koordinálta.

2015. július 1. az iskola a Nemzetgazdasági Minisztérium fenntartásába került, létrejöttek a Szakképzési Centrumok, ezen belül a Kecskeméti SZC. Ennek a centrumnak a tagintézménye lett az iskola: Kecskeméti SZC Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája (3) (4).

c) Az intézmény **földrajzilag** a városközponttól távolabb, egy lakótelepi városrész szélén helyezkedik el. Az iskola épülete jól megközelíthető, tömegközlekedéssel, kerékpárral és autóval egyaránt. Az iskola zöld környezeti övezetben helyezkedik el, hiszen a Benkó Zoltán szabadidőközpont, illetve az Arborétum az intézmény közvetlen szomszédságában található. A gyakorlati helyszínre kijelölt minden intézmény (Bács-Kiskun Megyei Kórház, Idősek Otthona, Bölcsődék) szintén az iskola közvetlen közelében található.

d) Az iskola **belső terei** közül kiemelkedik a középpontban található tágas aula. Az aula építészeti is jelentős alkotás, az iskola egyedi jellegzetessége, az iskola atmoszférájának meghatározó eleme. Karzatos, tágas terei révén az iskolai élet egyik központi színhelye, a diákoknak összejöveteleket, kikapcsolódási helyszínt biztosít. Az aula kialakítása által az iskolai programok (ünnepségek, vetélkedők, közösségi programok, kiállítás, hangverseny) megrendezésére is alkalmas.

Az iskola épülete kétszintes, a természetes és épített környezetébe jól beilleszkedő. A két emeleten

szimmetrikusan elhelyezkedő folyosókról nyílnak a tantermek. Az épületben kollégium is működik a vidéki diákok részére. 16 teljes értékű osztályterem és 6 kisebb, csoportfoglalkozásra alkalmas terem található az iskolában. 6 jól felszerelt demonstrációs szaktanterem szolgálja a szakmai képzés gyakorlati óráit. Ezek megoszlása a következő: 3 terem a felnőtt ápolási-gondozási feladatok gyakorlására szolgál, 1 szaktanterem a csecsemő- és kisgyermek gondozás oktatását és 2 terem a gyógy-és sportmasször képzést segíti. Az intézményben 3 informatikai szaktanterem és egy kémiai laboratórium található. Az oktatási helyiségek nagyobb része audiovizuális eszközökkel felszerelt.

e) Az intézmény járó **tanulói létszáma** a 2018/19 tanév elején a következők szerint alakult. Az intézményben 694 fő képzése zajlik. A szakközépiskolások létszáma 327 fő, a szakképzésben (13-15. osztály) 95 fő tanul, emellett a felnőtt, levelező képzésben 183 fő vesz részt. Az osztályok száma jelenleg 34, ebből 20 szakközépiskolai, 4 érettségire épülő szakképző és 7 felnőtt-levelező osztály. Az iskolában különleges bánásmódot igénylő tanulók (sajátos nevelési igényű, illetve beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő tanuló) száma 88 fő. A tantestületben jelenleg két fejlesztő pedagógus is rendszeresen foglalkozik a segítségre szoruló tanulókkal. (5)

f) Az iskolában 45 fő **pedagógus** dolgozik. 32 fő tanít közismereti tárgyakat, 15 fő szakmai tantárgyakat oktat. Két fő fejlesztő pedagógus segíti a munkát.

A nemek aránya: 38 fő nő és 7 fő férfi dolgozik pedagógusként az intézményben.

A tantestületből 15 fő tanárnak van szakvizsgája, az idén további 8 fő várhatóan szakvizsgát szerez.

A tantestület működését a konstruktív, egymást segítő hozzáállás, jó munkahelyi légkör jellemzi.

g) Az intézmény **társadalmi kapcsolatai:**

Az iskola profiljából adódóan szoros kapcsolatban áll a Bács-Kiskun Megyei Kórházzal és Rendelőintézettel, bölcsődékkal, és idősellátó otthonokkal. A tanulók gyakorlati képzése ezen intézményekben történik.

Bár az iskolának nincs testvériskolai kapcsolata, de több nemzetközi programban vettek már részt diákjaikkal pl. Erasmus+, ESFALP, Comenius, amelynek során jó kapcsolatot alakítottak ki pl. lengyel, szlovén, bolgár, román, török iskolák diákjaival, tanáraival.

Szakképzős ápoló tanulók több alkalommal voltak Svédországban, Franciaországban, Olaszországban és Ausztriában, ahol az egészségügyi és szociális intézményekben gyarapították szakmai ismereteiket. A résztvevő tanulók és tanárok szakmai tudása, valamint kulturális és idegennyelvi tapasztalatai erősödtek a programok során (6).

Az intézmény kapcsolatokat ápol a környezetében lévő társadalmi szervezetekkel, így Kecskemét város iskoláival, a kecskeméti székhelyű Neumann János Egyetemmel, a Széchenyi Városi Részönkormányzattal (itt helyezkedik el Kecskemét városán belül az intézmény), a város kulturális intézményeivel, a Magyar Vöröskeresztrel és a Máltai Szeretetszolgálattal.

#### Felhasznált irodalom:

1. Történetünk a kezdetektől napjainkig. <https://szent-gyorgyi.hu/iskolatortenet>. Lekérdezve 2019. 04. 07.
2. Pályázatok. <https://szent-gyorgyi.hu/cimke/palyazat>. Lekérdezve 2019.04.07.
3. A Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája PEDAGÓGIAI PROGRAMJA. Kecskemét 2018.
4. Létszámok.  
[https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_letszamok\\_2018\\_10\\_01.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_letszamok_2018_10_01.pdf?ver=20190419082009) Lekérdezve 2019.04.12.

Sorolja fel az Ön által tanulmányozott iskolai dokumentumokat, ill. fejtse ki, hogy ezek milyen szerepet töltenek be az intézmény életében! (7.)

Az iskolában végzett oktató-nevelő munka meghatározó dokumentuma a **Pedagógiai program**. A pedagógiai program részei a nevelési program, a helyi tantervek és a szakmai program. Az intézmény nevelőtestülete fogadja el a pedagógiai programot, amit a fenntartó hagy jóvá és érvényesít (3).

A pedagógiai program nyilvános, az iskola honlapján szabadon elérhető ([https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_PP\\_2018.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_PP_2018.pdf?ver=20190419082009)).

A Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája pedagógiai programjának fő elemei:

- Az intézmény bemutatása, alapfeladatai
- A nevelő-oktató munka pedagógiai alapelvei, értékei, céljai, eszközei és eljárásai
- A személyiségfejlesztéssel kapcsolatos pedagógiai feladatok
- A közösségfejlesztéssel, az iskola szereplőinek együttműködésével kapcsolatos feladatok
- A kiemelt figyelmet igénylő tanulókkal kapcsolatos pedagógiai tevékenység helyi rendje, ennek részeként a sajátos nevelési igényű tanulókkal, illetve a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő tanulókkal kapcsolatos feladatok
- Kiemelten tehetséges tanuló kibontakoztatását segítő tevékenység és a hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetű tanulókkal kapcsolatos feladatok
- gyermek-és ifjúságvédelemmel kapcsolatos feladatok
- A szülő, a tanuló és a pedagógus együttműködésének formái

Az intézmény pedagógiai programjának következő része a *Helyi tantervek*kel foglalkozik. Az iskolában szakgimnáziumi képzés folyik az egészségügyi ágazatban, a szociális ágazatban, a pedagógia ágazatban, sport ágazatban. Két tanítási nyelvű iskolai oktatás folyik az egészségügyi ágazatban. Az intézményben köznevelési típusú sportiskolai oktatás is folyik. Szakközépiskolai képzés folyik szociális gondozó és ápoló szakon.

A helyi tantervek részletezik az oktatott tantárgyakat, azok óraterveit a képzési formáknak megfelelően. Itt található a tankönyvek és más taneszközök kiválasztásának elve, a tanulói felvétel és a más intézményből történő átvétel szabályai is. A tanulók teljesítmény értékelésének szabályozása, magatartásuk, szorgalmuk, fizikai állapotuk megítélésének elvei is itt találhatóak.

Az iskola *Szakmai programja* is a pedagógiai program része. A szakmai program a Szakképzési törvény rendelkezéseire épül. A szakmai program felsorolja az intézményben folyó szakmai képzéseket mind a szakgimnáziumi, mind a szakközépiskolai szinten, megnevezi a képzések alapját alkotó központi kerettanterveket, illetve központi oktatási programokat.

Az intézmény *Szervezeti és működési szabályzata* összefoglalóan szabályozza az intézmény szervezetének, működésének, a pedagógusok és a diákok jogainak és kötelességeinek szabályait (7).

*A Szervezeti és működési szabályzat fontosabb részei*

- A szervezeti felépítés, struktúra
- A szervezet tagolása (vezetők, iskolaszék, kollégiumi szék, intézményi tanács, iskolai, kollégiumi szülői szervezet)
- A szervezetet alkotók viszonyrendszere, belső és külső kapcsolódásai, utóbbiak között a fenntartóval, a gyermek- és ifjúságvédelemmel, iskola-egészségüggyel, más szervezetekkel való kapcsolattartás
- Az ünnepélyek, megemlékezések rendjét, hagyományok ápolásával kapcsolatos feladatok
- A működés rendje, a pedagógiai munka belső ellenőrzése
- Intézményi védő-óvó előírások
- A rendkívüli esemény esetén szükséges teendők
- A szülői szervezet jogköre
- Tanórán kívüli foglalkozások szervezeti formáit,
- Felnőttoktatás formái
- Diákönkormányzat, a diákképviselők, valamint az iskolai vezetők közötti kapcsolattartás formája és rendje
- Iskolai könyvtár működési rendjét,

A *Házirend* tartalmazza a tanulói jogok és kötelességek gyakorlásával, valamint az iskola munkarendjével kapcsolatos rendelkezéseket. A házirend előírásai nyilvánosak, azt minden érintettnek (tanulónak, szülőnek, iskolai alkalmazottnak) meg kell ismernie. A házirend a Szervezeti és Működési Szabályzattal és az intézmény más alapidokumentumaival összhangban van (8).

A Házirend részei:

- Az iskolai tanulói munkarend, távolmaradás, mulasztás, késés szabályai
- Az iskola helységei, berendezési tárgyai, eszközei és az iskolához tartozó területek használatának rendje
- Tanórai és tanórán kívüli foglalkozások rendje
- Magatartási szabályok az iskolán belül és kívül

A házirendet az igazgató, illetve az általa megbízott csoport készíti el. A tervezetet megvitatja a diákönkormányzat, a szülői szervezet és munkacsoportok, végül a nevelőtestület fogadja el.

*Tanügyi nyilvántartás dokumentumai*

- beírási napló
- foglalkozási napló
- törzslap
- bizonyítvány

Az osztályfőnök vezeti az osztálynaplót, a törzslapot, kiállítja a bizonyítványt, vezeti a továbbtanulással összefüggő nyilvántartásokat.

Felhasznált irodalom:

- Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Pedagógiai Programja. ([https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_PP\\_2018.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_PP_2018.pdf?ver=20190419082009); lekérdezve 2019.04.12).
- Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Szervezeti és Működési Szabályzata. ([https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_PP\\_2018.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_PP_2018.pdf?ver=20190419082009);



[gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_SzMSz\\_2017.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_SzMSz_2017.pdf?ver=20190419082009); lekérdezve 2019.04.12)

- Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Házirend ([https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_hazirend\\_2017.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_hazirend_2017.pdf?ver=20190419082009); lekérdezve 2019.04.12)

Véleményezze az intézmény honlapját tartalmi és formai szempontból! Fogalmazzon meg a honlapátalakításához kapcsolódó feladatokat! (37.)

0: az adott kritérium nem szerepel

3: átlagos

1: nem megfelelő

4: jó

2: kielégítő

5: kiváló

|                   |                                                     |   |
|-------------------|-----------------------------------------------------|---|
| I. Arculat        | Az iskola története                                 | 5 |
|                   | Az iskola eredményei                                | 3 |
|                   | Az alapidokumentumok elérési lehetőségei            | 4 |
|                   | Testvériskolák/külső kapcsolatok bemutatása         | 0 |
| II.Adminisztráció | Kapcsolattartással, ügyintézással összefüggő adatok | 4 |
|                   | Az órarend elérhetősége                             | 1 |
|                   | Csengetési rend elérhetősége                        | 5 |
| III.Kommunikáció  | Oktatók adatai                                      | 3 |
|                   | Anyagaik elérhetősége                               | 2 |
| IV.Oktatás        | Szakok                                              | 5 |
|                   | Tantárgyak                                          | 4 |
|                   | Tantervi adatok                                     | 4 |
|                   | Feladatsorok                                        | 0 |
|                   | Csereprogramok                                      | 2 |
|                   | Idegen nyelvű anyagok                               | 0 |

## **Az iskola honlapjának bemutatása**

A Kecskeméti Szakképzési Centrum SZENT-GYÖRGYI ALBERT Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája az interneten a [szent-gyorgyi.hu](https://szent-gyorgyi.hu) címen található. A webhely biztonságos kapcsolaton (https://) keresztül érhető el.

A honlap kialakítása megfelel a ma szokásos elvárásoknak, jól áttekinthető, rendezett kialakítású. A főmenü a képernyő felső sorában, minden oldalról elérhető. Bal felső részében az intézmény címerére és elnevezésére kattintva a kezdőoldal bárhonnan elérhető. A menüsor további pontjai:

- Fontos
- Iskolánk
- Képzéseink
- Galéria
- Pályázatok
- Archívum
- E-tanári

Valamennyi oldal alján megjelenik egy szürke információs sáv a legfontosabb adatokkal (cím, elérhetőségek), illetve kapcsolódó intézményekkel, honlapokkal. Az egyik link a Kecskeméti Szakképzési Centrum oldala, érdemes lenne innen átvenni ötleteket, mert véleményem szerint nagyon jól sikerült a kialakítása. A kezdőlap fejléce alatt az intézmény bejáratáról készült (elég nehezen kivehető), színes növényekkel teli fotó található. Szinte valamennyi oldalon a jobb oldali sáv felső részén megjelenik egy szöveg, melyben az oldalon használt kifejezések a gyakorisággal arányos méretben jelennek meg, segítve a tájékozódást. Az egyes szavakra kattintva megjelennek azoknak a cikkeknek a rövid kivonatai, melyekben az adott keresőszó előfordul. A honlapon sok hasznos információ megtalálható az intézmény működéséről, ezek menüszerkezet révén jól áttekinthetően rendezettek.

A továbbiakban kiemelek néhány szempontot, melyek különösen elnyerték a tetszésemet, majd megemlítek néhány kritikai észrevételt, illetve fejlesztési javaslatot. Az egyes pontoknál, ahol szükséges, hivatkozom az oldal menüszerkezetben elfoglalt helyére. A kritikai észrevételeket

segítő szándékkal teszem, véleményem szerint ezekkel lehetne javítani a honlap összességében jó megjelenésén, használhatóságán. Az egyes észrevételek a menüsor sorrendjét követik.

### **Különösen kedvező ismérvek**

- Mobiltelefonra és táblaeszközre is optimalizált megjelenés, bár egyes oldalak táblázatai (pl. munkatársak) nem megfelelően jelennek meg kisebb képernyőn.
- Az egyes oldalakon hasznos, hogy a felső sorban megjelenik az adott oldal utolsó frissítésének ideje, így a felhasználó is tájékozottabb annak naprakészségéről.
- Tetszik, hogy a Fontos menüpontból elérhető az egész éves ütemterv.
- Tetszik, hogy az Iskolánk/Kapcsolat oldalon térkép kivágás is segíti az iskola lokalizálását.
- Az Iskolánk/Diákok menüpontban jó ötlet, hogy volt diákok számolnak be röviden további életútjukról.
- Kiváló ötlet ugyanitt (máshonnan is elérhető) az oktatók időszalagja. Ez bemutatja jól áttekinthető, vizuális formában az intézmény falai között dolgozó valamennyi oktatót a kezdetektől kiindulva, és az intézményben aktívan töltött időszakukat.
- Tetszik, hogy az Archivum/Rólunk írták menüpontban elérhetőek az iskoláról írt sajtócikkek fotókópiái. Jó lenne, ha a megjelenés ideje mindenütt szerepelne.

### **Kritikai észrevételek és további ötletek a fejlesztéshez.**

- Nem találtam impresszumot a honlapon.
- Ízlés kérdése, hogy a kiemelt kifejezések élénk piros színűek, számomra kissé fárasztó, idegesítő. Az élénk piros és a bordó szín együttes alkalmazása is inkább zavaró számomra.
- Feleslegesnek érzem a kezdőlap a jobb oldali szódoboz alatt megjelenő óra applikációt. Minden megjelenítő készülék kijelzőjén látható a pontos idő, így nem ad többlet információt.
- Az Iskolánk/munkatársaink oldalon legalább a vezető munkatársakról jó lenne még valamilyen személyes anyag, mint például egy fénykép, rövid életrajz, például a névre kattintva megnyíló újabb ablakban.

- Az Iskolánk/diákok menüpontban a 2009. évtől kezdve egyik link sem működik, hibát jelez. Hasonlóan a jobb oldali oszlopban több link mögött nincs tartalom, bár erre a honlap is felhívja a figyelmet. Érdeemes lenne a tartalom nélküli linkeket megszüntetni.
- A Fontos/Alapítványi dokumentumok oldalon az iskola alapítványának utolsó beszámolója a 2015. évi. Jogszábaály is előírja a beszámolók megjelentetését. Ennek az oldalnak a frissítési időpontja 2017.11.28. Akkor már a 2016. évi beszámolónak rendelkezésre kellett állnia. Mit frissítettek akkor?
- Nagyon hiányolom, hogy ugyanezen az oldalon (és a honlap alsó szürke információs sávján) nem található meg az alapítvány neve és adószáma, számlaszáma, amik az adományozókat segítené. Ezek az adatok csak további kattintással érhetőek el. Az alapítványra a kezdőlapon is ezekkel az adatokkal fel kellene hívni a figyelmet.
- Az iskola alapítványáról a kötelező (hiányos, lásd fentebb) adatokon kívül nem található információ a honlapon. Milyen sikereik vannak, milyen tevékenységeket támogatott? Milyen terveik vannak? Ki a vezető és kik a kurátorok? Jól kialakított oldal segíthetné az adományozási kedvet.
- A Fontos menüpontban két sorból is el lehet jutni a gyermekvédelem oldalra. Az egyik felesleges.
- A Fontos/dokumentumok oldalon meg lehetne jeleníteni egy anyagot a minőségügyi koncepcióról is.
- A Fontos/hírek oldalon a második hír az „USA napról” szól. A rendezvény ugyanakkor nem szerepel a Fontos/Eseménynaptár oldal naptárában, pedig abban más kulturális jellegű – nem szorosan az oktatáshoz kapcsolódó programok – is vannak. Szerencsés lenne a naptárat időnként frissíteni. Ehhez kapcsolódóan további ötlet, hogy a rendezvényekhez (mint például az „USA nap”) meg lehetne próbálni naptár bejegyzést létrehozó linket elhelyezni. A mai kor digitális ifjúsága talán értékelné ezt.
- A Képzéseink oldalon sok fontos információ megtalálható a képzésekről. Ezek az oldalak – érthető módon – elég szárazak. Szerencsés lenne valahol a honlapon olyan anyag elhelyezése, melyben az érdeklődő diákjelölteket egy könnyedebb, barátságosabb hangnemben szólítanák meg, csábítanák az iskola falai közé.

- A Képzéseink menüpontban az aloldalak többségénél hiányzik a jelentkezési határidő. A határidő általában a külön linkről letölthető pdf anyagokban megtalálható, azonban ez olyan fontosságú adat, amit kiemelten kellene megjeleníteni.
- A Galéria oldalon az utóbbi években sajnos megcsappant az elhelyezett képek száma. Jó lenne, ha a képekhez valamilyen szöveges tartalom is kapcsolódna (melyet a képre kattintva lehetne elérni), melyből kiderülne, hogy mit is látunk a képen. Ugyanitt az iskola fontosabb helyszíneit (bejárat, aula, osztályterem stb.) bemutató képeket is el lehetne helyezni.
- Jó lenne olvasni valahol arról is, hogy az iskolában a kötelező tananyag oktatásán túl milyen további lehetőségek, élmények várják a diákokat. Például szakkör, könyvtár, sportolási lehetőség, közösségi szolgálat stb.
- Hasonlóan érdekes lehetne, hogy milyenek az iskola társadalmi kapcsolatai, mint például szülői munkaközösség, gyakorlati helyek bemutatása.
- Lehetne valahol elhelyezni képes (logóval ellátott) linkeket elhelyezni a partner intézményekről (pl. megyei kórház, alapellátás stb.)

Jellemezze röviden azt a személyt, aki a tanítási gyakorlat során a legnagyobb hatást gyakorolta Önre! (34.)

Mentortanárom, VK gyakorolta rám a legnagyobb hatást a tanítási gyakorlat alatt. Sok segítséget és ötletet kaptam tőle a tervszerű pedagógiai munkához, a tanmenet témaköreihez és az óravázlatok kidolgozásához. Támogatta a tanítási órákra való felkészülésemet, jelen volt a tanítási óráimon, melyek reflexióit konzultáció keretében mindig megbeszélhettem vele. Szakmai és emberi kvalitásai alapján például szolgálhat minden pedagógus növendék számára.

#### *Szakmai életrajz bemutatása*

Szakmai életét az egészségügy szolgálatának szentelte. Képzésének első állomása kecskeméti Szent-Györgyi Albert Egészségügyi Szakközépiskola volt, ahol 1991-ben szerzett általános ápoló és asszisztens képesítést.

Végzését követően 2004-ig Kecskeméten a Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Kórháza Vértranszfúziós Állomásán vércsoport-szerológiai asszisztensként dolgozott. Munka mellett tette le az érettségi vizsgát, majd elvégezte a hematológiai szakasszisztensi tanfolyamot és ezt követően is további ismeretek megszerzésére törekedett. Jelentkezett az akkor még önálló budapesti Haynal Imre Egészségtudományi Egyetem Egészségügyi Főiskolai Karára, ahol 2000-ben jeles eredménnyel egészségügyi szakoktatói diplomát szerzett. Még ugyanebben az évben egészségtan tanári képzésre iratkozott be a budapesti Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karára, ahol 2003 évben diplomázott.

Pedagógusi pályája 2004 szeptemberétől indult alma materában, ugyanabban az intézményben, ahol első képesítését is megszerezte. A kecskeméti Szent-Györgyi Egészségügyi és Szociális Szakközépiskola és Szakiskolának jelenleg is oktatója. Magas színvonalon végzett oktató-nevelő munkájáért Kecskemét Megyei Jogú Város Közgyűlése két alkalommal is elismerésben részesítette. A 2011-es tanévtől az intézményben felnőttképzési vezető megbízást kapott, ennek keretében a felnőtt levelező ápoló képzést irányította. Képzései sorát a Budapesti Műszaki Egyetemen folytatta, ahol szakvizsgázott pedagógus közoktatási vezető szakképzettséget szerzett 2012-ben.

*Mentortanárom pedagógiai kompetenciák alapján megfogalmazott értékelése:*

VK-t az egészségügyben és az oktatásban megszerzett tapasztalat és a magas szintű tudományos, tantervi és szaktárgyi tudás jellemzi. Szakmai képesítéseit folyamatosan bővítette. Minden egészségügyi szakmai tantárgy oktatását magas szinten elsajátította, interdiszciplináris oktató. Tevékenységét a szakmai érdeklődés felkeltése, valamint a szakma iránti tisztelet és elkötelezettség átadása jellemzi.

Rendelkezik a pedagógiai folyamatok, tevékenységek tervezésének és a megvalósításukhoz kapcsolódó önreflexiók képességével. A tanulást különböző módszerek, stratégiák hatékony ötvöztetésével támogatni képes. Nyitott az interaktív és infokommunikációs technológiák pedagógiai alkalmazása irányában, ennek példaként tőle kaptam a Kahoot.it valós idejű online tesztmódszer alkalmazásának ötletét. A tanuló személyiségének fejlesztési képessége jellemzi, ideértve az egyéni bánásmódot igénylő tanulók nevelését, oktatását is. Segítséget nyújt a tanulói csoportok, közösségek megalakulásában és nyitott a társadalmi-kulturális sokféleségre. Kompetenciáját kamatoztathatta több alkalommal is svédországi tanulmányi utak szervezésében. Osztályfőnöki tevékenysége során tudatosan kezeli az emberi értékek sokféleségét, nyitott mások véleményének, értékeinek megismerésére, tiszteletben tartására. Folyamatosan értékeli, elemzi a pedagógiai folyamatokat és tanulói személyiségfejlődését. Jellemzi a hatékony kommunikáció és szakmai együttműködés, tudatosan építi az intézményen belüli és kívüli kapcsolatokat, együttműködési lehetőségeket, így például a Bács-Kiskun Megyei Kórházban működő szakoktatókkal kiváló kapcsolatot ápol. Elkötelezett a szakmai fejlődés iránt, személyes életútja is a folyamatos képzés, önképzés példája. Elsajátította a szakmai vizsga jegyzői feladatait, az elektronikus vizsgadokumentáció elkészítését (9). A nevelés és oktatás segítő egyensúlyára törekvő pedagógusként ismerhettem meg.

#### Felhasznált források:

- VK személyes interjú
- 8/2013. (I. 30.) EMMI rendelet a tanári felkészítés közös követelményeiről és az egyes tanárszakok képzési és kimeneti követelményeiről



Mutassa be részletesen egy saját tanítási óráját az alábbi szempontok szerint!  
 Óravázlat, Óra témája, Osztály, Az óra főbb célkitűzései (személyiségfejlesztési célok)  
 Tanári /tanulói tevékenységek Alkalmazott módszerek/eszközök (Az óra menetének megfelelően, a két szempont alapján párhuzamosan fejtsse ki mondanivalóját.) (39.)

|                                                                                                                                                                                     |                                                                      |                                |                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| <b>Tantárgy:</b>                                                                                                                                                                    | Egészségfejlesztés                                                   | <b>Készítette:</b>             | Dr. Nagy András Istvánné                                           |
| <b>Évfolyam:</b>                                                                                                                                                                    | 12. évfolyam                                                         | <b>Szakjai:</b>                | Okleveles ápoló, Egészségfejlesztés                                |
| <b>Az osztály csoport:</b>                                                                                                                                                          | 12. c                                                                | <b>Intézmény neve:</b>         | Szent-Györgyi Albert Egészségügyi Szakgimnázium és Szakközépiskola |
| <b>Témakör:</b>                                                                                                                                                                     | Prevenció összefoglaló óra, ellenőrzés, rendszerezés, visszacsatolás | <b>A tanév megjelölése:</b>    | 2018/2019 tanév                                                    |
| <b>Tematikus tervben meghatározott óraszám: 6. óra</b>                                                                                                                              |                                                                      |                                |                                                                    |
| <b>Az óra témája:</b> Összefoglalás, rendszerezés                                                                                                                                   |                                                                      |                                |                                                                    |
| <b>Előző óra témája:</b> Egészségfejlesztési terv kidolgozása, figyelemfelkeltő plakát készítése                                                                                    |                                                                      |                                |                                                                    |
| <b>Következő óra témája:</b> Témazáró dolgozat                                                                                                                                      |                                                                      |                                |                                                                    |
| Használt könyv, feladatgyűjtemény: <b>Tk.:</b> Halmos Tamásné, Lipienné Krémer Ibolya, Ridegné Cseke Irén: Egészségfejlesztés ISBN978-963-16-6524-6 (Műszaki kiadó, Budapest 2011.) |                                                                      |                                |                                                                    |
| <b>Az óra céljainak megfogalmazása: Prevenció témakör összefoglalása, előzetes tudásszint felmérése</b>                                                                             |                                                                      |                                |                                                                    |
| Előzetes tudásszint felmérése                                                                                                                                                       | Ok-okozati összefüggések feltárása                                   | Egészségtudatosság fejlesztése |                                                                    |
| Összefüggések felismerése                                                                                                                                                           | A meglévő ismeretek elmélyítése                                      |                                |                                                                    |

|               |                                                                                                                                                                                             | Nevelési-oktatási stratégia                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                                |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Idő<br>(perc) | Az óra menete                                                                                                                                                                               | Módszer, tartalom                                                                                                                                                                                                                     | Tanulói<br>munkaformák           | Eszközök,<br>Megjegyzés                                                                                        |
| 3<br>perc     | Bevezetés<br><br>Óraszervezés:<br>hiányzók<br>dokumentálása                                                                                                                                 | Meghallgatás, tanári<br>bevezetés                                                                                                                                                                                                     | Interaktív<br>munka              | E-napló<br><br>Laptop                                                                                          |
| 7<br>perc     | Házi feladat<br>ellenőrzése<br><br>Motiváció:<br>Prevenció, mint óra<br>téma megjelölése,<br>előzetes tudásszint<br>felmérése,<br>érdeklődés<br>felkeltése                                  | Frontális munka<br><br>Elkészült plakát<br>megbeszélés, ellenőrzés<br><br>Tanári kérdésekkel<br>irányított figyelem<br><br>Korábban tanult ismeretek<br>összegzése, felidézése,<br>figyelem felkeltés, kérdés-<br>felelet megbeszélés | Megfigyelés<br><br>Csoportmunka  | A tanulók által<br>készített plakátok<br>bemutatása<br><br>PPT, Laptop,<br>projektor<br><br>Íróeszközök        |
| 20<br>perc    | Prevenció témakör<br>összefoglalása,<br>szűrővizsgálatok<br>jelentősége                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Előadás</li> <li>• Tanári magyarázat</li> <li>• Megbeszélés</li> </ul>                                                                                                                       | Csoportmunka                     | Laptop, projektor                                                                                              |
| 10<br>perc    | Ellenőrzés<br><br>Visszacsatolás Az<br>osztályt négy<br>csoportra osztva<br>csapatverseny<br>(kvíz) a csoportok<br>között, 10 ismétlő<br>kvíz kérdés<br>segítségével a tanult<br>témakörből | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Figyelem felkeltés</li> <li>• Kérdés-felelet</li> <li>• Megbeszélés</li> <li>• Csapatverseny<br/>kiértékelés</li> </ul>                                                                      | Csoportmunka<br><br>Egyéni munka | Kvíz kérdések<br>(Kahoot.it)<br>Laptop, projektor<br><br>Wifi, telefon<br><br>Táblázat rajz<br><br>Íróeszközök |
| 5<br>perc     | Összefoglalás<br><br>Óra végi összegzés,<br>értékelés                                                                                                                                       | Tanári kérdések alapján<br><br>Az órán tanultak<br>felidézése, rendszerezése.                                                                                                                                                         | Csoportmunka                     |                                                                                                                |

## Tanári tevékenységek tanulói tevékenységek Alkalmazott módszerek eszközök

Az egészségügyi tárgyak oktatása során legtöbbször az előadást, a magyarázatot és a gyakorlati szemléltetést alkalmazom. Az ismeretek átadása során a különböző szakterületek közötti interdiszciplináris összefüggésekre, kapcsolatokra igyekeztem rávilágítani. Céлом volt, hogy minden tanuló a saját egyéni szintjén sajátítsa el a tananyagot, képesek legyenek felismerni az ok-okozati összefüggéseket és értékelni tudják alkalmazni a tapasztaltakat. Szakmai oktatóként céлом a tantervi ismeretek átadásán túl az egészségtudatos kompetenciák, attitűdök és szokások kialakítása.

A kvízzjáték (Kahoot.it) és táblázatrajz alkalmazásával a tanulók a rizikótényezők és az egészségtudatos magatartás ismereteit gyakorolhatták. A játékkal, mint oktatási módszerrel a tanulók tevékenységet gyakorolnak, valamint fogalmakat és ok-okozati összefüggéseket sajátítanak el. A játék oktatási módszer a tanulók tevékenységének teljesítményének értékelésére, ellenőrzésére is lehetőséget nyújtott.

Az IKT eszközök, mint a laptop + projektor + wifi és a saját mobil eszköz alkalmazása inspiráló, motivációt fokozó volt a diákok számára.

A kooperatív pedagógia elemeként a kvízzjátékkal (Kahoot.it) osztályon belül 4 fős csoportokat alkottak. A csapatjáték a csoportmunkát és a versenyszellemet is erősítette.

### **Reflexiók az óráról:**

A korábban tanult ismeretek összegzésére, felidézésére továbbra is a frontális osztálymunkát részesítem előnyben. A tanulókat irányított kérdésekkel rá tudtam vezetni a logikai összefüggések felismerésére.

Erősített, hogy a tanulók korábbi megszerzett tudására számíthattam és végig figyelemmel kísérték az óra menetét. Az egészségfejlesztés óra elején kiemeltem egy tartalmi vázlat felvetítésével a rizikófaktorokhoz tartozó lényegi elemeket és ezt szolgálta az óra végén a kvízzjáték is.

Az előadás során nyomatékosítottam azokat az elemeket, melyeket fontosnak tartok és amelyek számonkérésére nagy esély van.

Saját tapasztalatom szerint a figyelem fenntartását segíti, hogy a diákok a szöveges információk mellett értékelik a jól megszerkesztett képi anyagokat. Például a kockázati tényezők halmozódásának bemutatásakor egy elhízott, söröző, dohányzó motoros fiatal képe jobban rögzül, mintha ugyanezeket az elemeket csak egy szöveges felsorolással mutatom meg.

Az óra végén az infokommunikációs technológia pedagógiai alkalmazásában minden tanuló aktívan részt vett és ez inspiráló volt számukra, hiszen a saját mobiltelefonjaik használata a részvétel élményét adta. Az osztályt 5 darab 4 fős csoportra osztottam. A Kahoot.it valós idejű online tesztmódszerrel egy előre megszerkesztett 10 darab kvíz kérdésre kellett választ adniuk wifi mobil segítségével. A tanulók minden kérdésnél a lehetséges válaszok közül választhattak. A csapatversenyben nemcsak a helyes válasz, hanem a válaszadás gyorsasága is számított. A tanítási folyamat szervezésénél ügyeltem arra, hogy 10 db kvíz kérdésnél ne kerüljön több a játékba, nehogy időzavarba kerüljek. Az óra jó hangulatban telt, a diákoknak sikerélményt nyújtott a tesztkérdések megválaszolása. Az ellenőrzés visszacsatolás alapján jól elsajátították a tanulmányi ismereteket.

Az óra megtartását követően SWOT-analízis segítségével elemezze is az órát! (Az egyes szempontokhoz írt tényezők pedagógiai, pszichológiai elemzését, értelmezését is meg kell tennie, nemcsak felsorolni azokat.)

### SWOT analízis

| <b>Erősség</b>                                                                                                                                          | <b>Gyengeség</b>                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tanári motiváció<br>Ellenőrzés, visszacsatolás (kvíz, táblázatrajz)<br>Korábbi tudásra építés<br>Aktív tanulói részvétel<br>Oldott légkör               | Figyelem folyamatos fenntartása<br>Tanári tapasztalat hiánya<br>Tanítási folyamat tervezése<br>Időbeosztás, a játék elviheti az órát<br>Gyakorlati szemléltetés hiányosságai |
| <b>Lehetőség</b>                                                                                                                                        | <b>Veszély</b>                                                                                                                                                               |
| Megfelelő környezet megteremtése<br>Informatikai eszközök kiterjedtebb alkalmazása<br>Iskolai kapcsolatrendszer felhasználása a szemléltetés bővítésére | Időhiány<br>Féléves tananyag terjedelme                                                                                                                                      |

A tananyaghoz és a tanulócsoporthoz igazodó optimális tanulói környezet megteremtése lehetőséget nyújtott a tanulók aktivitására. A kitűzött óravázlati célok reálisak voltak és szoros időbeosztással megvalósultak. Főállásban nem pedagógus munkakörben dolgozom, ezért az előadás során a frontális módszer nagyobb hangsúlyt kapott, fejlesztenem szükséges az interaktív, hallgatói részvételt igénylő módszereket.

Az alkalmazott IKT alapú tanulói aktivitás kedvező fogadtatása alapján lehetőséget jelent hasonló alkalmazások bővített használatára.

**Mellékletek:**

1. Táblázatrajz feladat ( 54. oldal)
2. Kahoot.it kvízzjáték (55. oldal)

Egészítse ki a táblázatot a tanítási gyakorlathoz kötődő saját kompetenciáival! Kompetenciái értékelésekor rajzoljon minden rubrikába megfelelő jelet tanítási gyakorlata kezdetére és zárására vonatkozóan! (24.)

|                            |                                  |                     |
|----------------------------|----------------------------------|---------------------|
| <b>Egészen jól megy:</b> 😊 | <b>Van még fejlődni valóm:</b> ○ | <b>Nem megy:</b> ☹️ |
|----------------------------|----------------------------------|---------------------|

| <b>Kompetenciáim</b>                               | <b>Tanítási<br/>gyakorlatom<br/>kezdetén</b> | <b>Tanítási<br/>gyakorlatom végén</b> |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------|
| A tanórák tervezése                                | ○                                            | 😊                                     |
| A különféle módszerek tanórai megvalósítása        | ○                                            | 😊                                     |
| Munkamódszerek közötti egyensúly                   | ☹️                                           | 😊                                     |
| A tanulói kompetenciák fejlődését segítő módszerek | ○                                            | ○                                     |
| A tanulás támogatása                               | ○                                            | ○                                     |
| Pozitív légkör kialakítása a tanórákon             | ○                                            | 😊                                     |
| Önálló gondolkodás fejlesztése                     | ○                                            | ○                                     |
| A tanulók ellenőrzése és értékelése                | ○                                            | 😊                                     |
| A tanulók és tanulócsoportok megismerése           | 😊                                            | ○                                     |

| <i><b>Kompetenciáim</b></i>                                                                  | <i><b>Tanítási<br/>gyakorlatom<br/>kezdetén</b></i>                                 | <i><b>Tanítási<br/>gyakorlatom végén</b></i>                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| A gyermeki közösségek alakulásának segítése                                                  |    |    |
| Szakmai együttműködési és kommunikációs képességek                                           |    |    |
| Szakmai fejlődés iránti elkötelezettség                                                      |    |    |
| Az egyéni bánásmód érvényesítése, a hátrányos helyzetű, SNI-s vagy BTMN-es tanulók esetében. |    |    |
| Reflektív gondolkodás képességének fejlesztése                                               |  |  |

Fogalmazzon meg saját maga számára javaslatokat azon kompetenciái fejlesztésével kapcsolatban, amelyeket még nem ítélt megfelelőnek!

### **Javaslatok/ reflexiók:**

#### A tanórák tervezése:

Minden előadásom elején rendszeresen készítek óravázlatot, ami egy tartalomjegyzékhez hasonló összefoglaló felsorolás, ami az előadásaimat tartalmi szakaszokra bontja. A felvetített 5-6 fejezetcímből álló tartalmi vázlatot a tanulóknak részletezve kiegészítem szóban is, hogy miért fontos számukra az adott tananyagrészt. A figyelem megtartásához kiemelem azt is, hogy miért érdekes a tanulók szempontjából, hiszen nem érdekelhet minden hallgatót az egész tananyag rész egyforma intenzitással. A tartalmi vázlat bemutatása azért is hasznos, mert a tanuló figyelmét fenntartja legalább azoknál a részeknél, ami jobban érdekli. A jövőben az előadás végén igyekszem egy olyan összefoglaló vázlatot is készíteni, mely áttekintése lesz

annak, hogy a diákok a témakör mely részeivel ismerkedhettek meg. Célszerű, ha az áttekintő összefoglalás az előadásom utolsó diáján ábrázolom.

#### A különféle módszerek tanórai megvalósítása:

A későbbiekben az oktatás során az összefoglaló óráimon gyakrabban fogom alkalmazni az IKT eszközöket, mert megtapasztalhattam, hogy a diákokra inspirálóan hat és az éberségük sem lankad. Mentorom tanácsára a bemutató órán alkalmaztam először az új módszert, ahol az óra végén egy rövid online teszt kitöltésére került sor. Ehhez az oktató intézmény ma már biztosít wifi internet hálózatot és manapság minden diák rendelkezik okostelefonnal is. Egy ilyen egyszerűen kezelhető tesztfelület a Kahoot ([create.kahoot.it](https://create.kahoot.it)), melyen előre az óra anyagából szerkeszthettem meg az egyszerű feleletválasztós kérdéseket. A szolgáltatóhoz kapcsolódva megadtam a teszt sor egyedi PIN kódját és a tanulók a számítógépem kivetített képernyőjén leolvashatták a 10 kérdést, melyre a saját okostelefon készülékükön válaszoltak a vonatkozó ikon érintésével. Ez a módszer alkalom arra is, hogy még egyszer kiemelésre kerüljenek a hangsúlyosabb részek, valamint a versenyszellemet is használja, hiszen a kérdéssorozat végén a hallgatók között egy rangsort állít. A válaszokat le lehet menteni az alkalmazáson belül, így értékelésre is alkalmas.

#### Munkamódszerek közötti egyensúly:

Egy-egy egészségügyi tantárgy oktatásánál a tervezés, a felkészülés, az alkalmazandó módszer, a kidolgozott óravázlat és az eszközök alkalmazása minden évben módosul és finomul az aktuális változásoknak és elvárásoknak megfelelően, valamint a tanulói visszajelzések figyelembevételével. Amin nem változtatok soha az a rendszeresség, a fokozatosság és a hitelesség elve.

Oktatói munkám során többféle oktatási módszert alkalmazok. Az elmélet oktatásánál elsődlegesen az előadást, magyarázatot és a szemléltetést részesítem előnyben, időnként audiovideo vetítéssel kiegészítve. Céloom, hogy minden tanuló a saját individuális szintjén sajátítsa el a tananyagot, képesek legyenek felismerni az ok-okozati összefüggéseket, tudják értékelni, valamint a gyakorlatban alkalmazni a tanulás során nyert tapasztalatokat.



A jövőben szeretném megvalósítani, hogy az előadások elején ismétlő kérdésekkel és feladatokkal készüljek, így együtt a diákokkal átismételjük az előző órán elhangzott fontosabb részeket, valamint ösztönző hatással legyen számukra a rendszeres és folyamatos tanulásban.

A munkamódszerek kiválasztásában törekszem majd, hogy a különféle oktatási módszerek és szemléltető eszközök optimális egyensúlya és kombinációja érvényesüljön.

#### A tanulói kompetenciák fejlődését segítő módszerek:

A lehetőségekhez mérten alkalmazni fogom a tanult kooperatív tanulási technikákat. Az osztály tanulói számára a segítő és elfogadó légkör kialakítását elengedhetetlennek tartom, ahol egy adott témához mindenki hozzá szólhat, kérdéseket tehet fel és saját véleményét megfogalmazhatja. Nagy segítséget nyújtanak ebben a tanórákon alkalmazott különféle módszerek, mint a páros és a csoportmunka egyensúlyban történő megjelenítése, ahol a tanulók szociális és interaktív tevékenységet sajátíthatnak el. Kiselőadás készítését, kutatómunkát gyakran adok házi feladatként, melynek kidolgozását tanulópárokban kérek. Tapasztalatom szerint ez a feladatmegoldás erősíti az egymás személyiségét jobban megismerő, egymásra odafigyelő kompetenciák fejlődését, illetve segíti a gyengébb diákok felzárkózását is. A tanítás során nagyobb részben alkalmazott tanári frontális munkát jól kiegészíti a tanulói kiselőadás, változatosabbá, interaktívvá teszi az órákat. Tanulói szempontból a szereplés gyakorlása segít a vizsgahelyzetekben, valamint a későbbi munkájukban, a kapcsolattartásban és a hatékonyabb kommunikációban.

#### A tanulás támogatása:

Törekszem a tanulást támogató, szemléltető eszközök korszerű és széleskörű kihasználására, hatékony kivitelezésére. A tanórákra (új ismeret bevezetésére és összefoglaló órára egyaránt) prezentációt készíteni. A tananyaghoz kapcsolódó aktuális oktatófilmek letöltése.

#### Önálló gondolkodás fejlesztése:

Egy olyan nevelési és oktatási légkör kialakítására törekszem, ahol olyan tudás megszerzését ösztönözhetem és segíthetem hatékonyan, ami az önállóság elérésében segíti a diákokat. Az elméletben elsajátított tudás gyakorlatban történő önálló alkalmazását, a logikus gondolkodást

és egy több szakma tudását integráló hivatás konstruktívan együtt tudjanak működni. Az támogatás.

#### *A gyermeki közösségek alakulásának segítése:*

Mint külső óraadó aktívabban szeretnék részt venni az iskolai oktatásban és nevelésben, kiegészítve azt prevenciós és egészséges életmódfejlesztéssel. Szívesen részt vennék egy innovációs projekt munka tanórákon kívüli bevezetésében, ahol a tanulók az 50 órás közösségi szolgálatuk keretén belül egészségfejlesztés témakörben lakossági szűrővizsgálatok lebonyolításában, tanácsadásban, saját projekt munka elkészítésében vennének részt, hatékony szervezésében. Kooperatív technikák alkalmazása a tanítás során.

#### *Szakmai együttműködési és kommunikációs képességek fejlesztése:*

Még hatékonyabb, bátrabb kommunikációra kell törekednem a kollégáimmal, hogy az esetlegesen felmerülő szakmai, módszertani vagy egyéb jellegű problémákat könnyebben meg tudjam oldani. Az esetlegesen felmerülő problémák megoldásában, amennyiben azok olyan jellegűek a diákokat is bevonni.

#### *Az egyéni bánásmód érvényesítése, a hátrányos helyzetű, SNI-s vagy BTMN-es tanulók esetében:*

A jövőben az SNI-s, illetve BTMN-es tanulókra több figyelmet szeretnék fordítani, illetve célom az, hogy az őket leginkább segítő módszereket elsajátítsam. A fejlesztőpedagógus néhány foglalkozásának, órájának látogatása. Folyamatos konzultáció a fejlesztőpedagógussal.

#### *Reflektív gondolkodás képességének fejlesztése:*

A tanórákra való felkészülés mélyítheti a pedagógiai és a szaktárgyi szakirodalomban való jártasságomat, és a folyamatos önértékelést. Minden héten legalább három tanórámról néhány soros önreflexiót készíteni, amely középpontjában az áll, hogy miben léptem előre, vagy mit kellett volna máshogy csinálnom, hogy fejlődést tudjak felmutatni. A tanórák után értékelnem kell az órai munkát és reflektálnom kell a saját magam és a diákok teljesítményére. Ez hozzásegít ahhoz, hogy tudatosabbá váljak a munkámban.

Mutassa be, hogy az érdeklődés felkeltésének és fenntartásának mely módszereivel és eszközeivel találkozott az órákon! Megítélése szerint ezek az eszközök közül melyek voltak hatékonyak és kevésbé eredményesek. Válaszát indokolja is meg! (20.)

Vetített előadás anyag

A vetített előadás anyag (a továbbiakban: prezentáció) sok szempontból segíti az előadás hatékonyságát:

#### *Struktúra*

A prezentáció segíti a leadott anyag strukturálását. Érdeemesnek tartom az előadás elején egy tartalomjegyzékhez hasonló, összefoglaló felsorolást megadni, hogy az előadás milyen tartalmi szakaszokra bontható. 5-6 fejezetcímnél többet nem érdemes megadni, inkább kevesebbet. A felvetített tartalmi vázlatot szóban is kiegészítem, miért fontos az adott tananyagrész, miért érdekes a tanulók szempontjából. Nyilvánvalóan nem érdekel minden hallgatót minden tananyagrész egyforma (magas) intenzitással. A tartalmi vázlat bemutatása azért is hasznos, mert a tanuló figyelmét fenntartja legalább addig a részig, amelyik őt az átlagosnál jobban érdekli.

Szeretem a prezentációábra egy adott helyén, például a jobb felső sarokban egy dobozban megadni, hogy az adott ábra az előadás struktúra melyik fejezetéhez tartozik, illetve a fejezeten belül alfejezeteket is megadok. (például a szív- és érrendszeri betegségek előadásban Kockázati tényezők/dohányzás).

Az előadás végén elhelyezek egy olyan összefoglaló ábrát, amely áttekinti, hogy a témakörnek mely részeivel foglalkozott az előadás. Legjobb, ha ez az utolsó áttekintő dia az óra elején bemutatott tartalomjegyzékhez hasonló vagy azzal megegyezik.

Az ábrák számozása is segíti a tanulót abban, hogy óra közben eligazodjon, milyen mennyiségű információra számíthat még az óra hátralévő részében. A számozást aktuális dia/összes dia formátumban kell megadni. Ezt PPT prezentáció esetén a diaminta menüben lehet beállítani.

#### *Formátum*

A prezentáció ábrákon különböző formátumok alkalmazásával lehet nyomtatékosítani azokat az elemeket, amelyeket különösen fontosnak tartok és amelyek számonkérésére nagy esély van.

Példák: az ábrákon a legfontosabb 4-5 szó félkövér betűvel, nagyobb méretben történő kiemelése; a legfontosabb felsorolásokra az ábra sarkában egy villámjel hívja fel a figyelmet.

A diákon külön színes dobozban meg szoktam jelölni az adott tananyag kapcsolódását a tárgy egy másik részéhez (például a cukorbetegség tárgyalásakor kapcsolódás az elhízáshoz).

Az előadásomban ki szoktam térni kevésbé lényeges, háttérinformációnak szánt ismeretekre is. Az ilyen ábrákat szürke háttérrel készítem, míg fehér háttérrel kiemelve a számonkérhető anyagot.

### *Képi információk*

Saját tapasztalatom is igazolja azt a vélekedést, hogy a mai, digitális kor ifjúsága a szöveges információknál jobban értékeli a jól megszerkesztett képi anyagokat. Például a kockázati tényezők halmozódásának bemutatásakor egy elhízott, söröző, cigarettázó, motoros fiatal képe jobban rögzül, mint ha ugyanezeket az elemeket csak egy szöveges felsorolásban mutatom meg.

Ennek a módszernek az eredményességét onnan is látom, hogy a kecskeméti főiskolán tartott kurzusom végén egy anonim kérdőívvel mértem fel a tanulók körében az oktatott anyaggal való elégedettségüket. Ezekben a válaszokban rendszeresen visszatér, hogy hasznosnak találták a képi illusztrációkat.

### *Kérdések*

Különösen egy új témakör elején hasznos kérdések beiktatása az előadás menetébe. Például az egészséges étrend tárgyalásakor felvetődhet, ki miért választhatja a vegetáriánus étrendet? Ki próbált meg ez irányban lépéseket tenni? Milyen akadályokkal találkozott? A nyitott kérdésekre bővebb hozzászólások érkeznek a tanulók részéről a zárt kérdésfeltevéshez képest. A téma kifejtése az oktató által az így kialakuló vitát követi.

A kérdéseket egyrészt érdemes előre átgondolni ezt az óravázlatban lehet rögzíteni. Másrészt hasznos, ha mindenképpen feltenni szándékozott kérdések mellett „pótkérdések” is vannak, melyeket esetileg akkor kell bevetni, ha a tanulók figyelme lankad, elkalandozik.

### *Tanulói kiselőadás*

A tanulói kiselőadás a frontális osztálymunkával szemben egy önálló munka a tanulók részéről. Még csak kezdeti tapasztalatokkal rendelkezem a tanulói kiselőadás hatékonyságáról. A félév elején meghirdettem egy-egy rövid témakört, például egészségtan tárgyban alacsony szénhidrát

tartalmú diéták, dohányzás leszoktatás módszerei. Fontos a rendelkezésre álló időkeret (3-5 perc) tisztázása. Annyi témát kell meghirdetni, hogy lehetőség szerint mindenki tudjon választani egyet. Ezáltal értelemszerűen nagy létszámú csoportokban nem alkalmazható jól ez a módszer. A tanulói kiselőadás végén felkérek két opponenst, egyikük az előadás erényeit, másikuk hiányosságait elemzik, mind tartalmi, mind formai szempontból. Például milyen forrásból merített a kiselőadáshoz, mennyire volt áttekinthető az ábraanyag, mennyire érezte a hallgatóság, hogy a tanuló elmélyedt az anyagrészben és megalapozott magabiztossággal rendelkezik? Az opponensek véleménye után közös megbeszéléssel zárul a tanulói kiselőadás értékelése, ahol a diákok további hozzászólásokat tehetnek, illetve az oktató is megosztja a szempontjait. Fontos a pozitív visszacsatolás, ez értékes elemek megerősítése. A kritikát szelíden megfogalmazva, alternatívát mutatva alkalmazom (pl. én ezt úgy szoktam, hogy ...).

A tanulói kiselőadás jól kiegészíti az óra nagyobb részt frontális munkaformáját, változatosabbá teszi az órákat. Az opponensek feladata további egyéni munkára ad alkalmat. A tanuló szempontjából a szereplés gyakorlása segíti a későbbiekben, hogy záróvizsgán eredményesebben szerepeljen, valamint hogy későbbi munkájában, mint ápoló, kisgyermeknevelő, a betegekkel, hozzátartozókkal, szülőkkel való kapcsolattartásban hatékonyabban kommunikáljon.

#### Visszacsatolás, megerősítés

Szintén egy újabb módszer az óra végén egy rövid online teszt kitöltése. Manapság már mindenki rendelkezik okostelefonnal, az oktatási intézmények biztosítanak wifi internet hálózatot (legalábbis ahol én oktatok). Egy ilyen egyszerűen kezelhető online tesztfelület a Kahoot ([create.kahoot.it](https://create.kahoot.it)). Ebben 4-6 egyszerű feleletválasztós kérdést meg lehet alkotni az óra anyagából előre. A szolgáltatóhoz kapcsolódva az oktató megadja a teszt sor egyedi PIN kódját. A tanulók az oktatói számítógép kivetített képernyőjéről olvassák le a kérdéseket, majd saját okostelefon készülékükön válaszolnak a vonatkozó ikon megérintésével. A kérdések leadása után azonnal meg lehet jeleníteni a csoport válaszainak eredményét, egyúttal a helyes választ is (előre) meg lehet jelölni. Ez egy alkalom az oktatónak, hogy még egyszer hangsúlyozza a kiemelt részeket. Az alkalmazás egyúttal a verseny módszerét is használja, mert a kérdéssorozat végén egy rangsort állít a hallgatók között, így a versengés élménye is motiváló erőként hat. A tanulók válaszait egy jól kezelhető, összetett táblázatos rendszerben le lehet menteni. Ez az

oktatónak lehetőséget ad a kevésbé hatékonyan leadott tananyagrészek beazonosítására, az oktatási módszer fejlesztésére.

#### Tanulói visszacsatolások beépítése

A tanulói visszacsatolásokat szervezett módon a félév elején és végén is igyekszem felmérni. A felmérések általában az órán kiosztott, anonim módon kitöltött lapokkal történik, de végeztem már Google Űrlapos felmérést is. Utóbbinak előnye, hogy a diák nyugodt környezetben, kellő időt szentelve tud a kérdésekre válaszolni, a válaszok jól áttekinthetők, archiválhatók. Hátránya, hogy a válaszadási arány elmarad az órai kitöltéstől. Az év elején általában a következő kérdésekre várok válaszokat:

- Milyen korábbi ismeretekkel, motivációval rendelkezik, milyen képzései voltak a tárggyal kapcsolatban? (pl. középiskolai biológia oktatás, cukorbeteg családtag)
- Miről szeretne hallani az órákon? A kérdés feltevésének előfeltétele, hogy a félév elején az első óra előtt a tárgy rövid, címszavas tematikáját az intézmény informatikai rendszerében közzéteszem. Sokszor érkezik olyan javaslat, amely alapján bizonyos kérdéseket részletesebben tárgyalok, például a különböző diéták.
- Mennyire érdeklődik a tárgy iránt egy tízes skálán – jó eszköz az előzetes motiváció felmérésére.

Az év végén szintén felmérem a tanulók visszajelzéseit. A szokásos kérdések:

- Mivel volt elégedett a tárgy oktatása során? Korábban már említettem, hogy az óra diaanyagát, képi és video illusztrációkat általában kedvelik a diákok.
- Mit oktatna másként? Kedvező, hogy legtöbbször kifejezetten elégedettek a tantárggyal a jelenlegi formájában is. Előfordul, hogy a tanulók kifejezetten a saját későbbi gyakorlati tevékenységükhöz szeretnének további segítséget kapni, az általános ismeretek rovására.
- Mennyire ajánlaná másnak a kurzuson való részvételt?

A visszacsatolások bekérése a tanulók motivációját azáltal is emeli, hogy érintetté teszi őket a tanulási folyamat alakításában.

Állítson össze szakjához kapcsolódva, szabadon választott témakörben egy 4-5 feladatból álló témazáró dolgozatot. Elemezze az alábbi szempontok szerint: Milyen típusú feladatokból áll a dolgozat? Miért választotta az adott feladatokat? Milyen értékelési problémák merül(het)nek fel a dolgozat javításakor? Ha a dolgozatot megíratatta a tanulókkal, milyen eredmények születtek; milyen tipikus hibák voltak megfigyelhetők? Milyen következtetéseket vont le az eredményekből a további munkára vonatkozólag? (42.)

| Kérdésbank                                                            |                             |                          |                          |                           |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| Kérdés                                                                | 1Válasz                     | 2Válasz                  | 3Válasz                  | 4Válasz                   |
| Sorolja fel a gyulladás 3 jellemzőjét!                                |                             |                          |                          |                           |
| Miben hal meg a legtöbb nő Magyarországon?                            | Méhnyakrák + emlőrák együtt | Keringési betegségek     | Alkohol következményei   | Légzőszervi betegségek    |
| Mikor szűrjük a csípőficamot?                                         | Óvodai felvétel előtt       | Bölcsődei felvétel előtt | Születéskor              | 1 éves korban             |
| Kiknek ajánlott a HPV (humán papilloma vírus) elleni oltás?           | Csecsemőkorúak              | Fiatal lányok - hölgyek  | Menopauza utáni hölgyek  | Idősek otthonában élőknek |
| Mit adunk passzív immunizáláskor?                                     | Élő vakcina                 | Inaktivált vakcina       | Koncentrált antibiotikum | Antitest                  |
| Melyik jellemző az AIDS terjedésére?                                  | Anyáról magzatra            | Cseppfertőzés            | Kézfogás                 | Rovarcsípés               |
| Melyik betegségben halnak meg a legtöbben?                            | Daganatos betegségek        | Alkoholizmus             | Légzőrendszer            | Keringési betegségek      |
| Hol nő a legintenzívebben a népesség?                                 | Afrika                      | Ázsia                    | Európa                   | Amerika                   |
| Az egészségügyi ellátásnak milyen súlya van az egészség alakulásában? | 80%                         | 65%                      | 55%                      | 11%                       |

A dolgozat legnagyobb részben egyszerű választásos tesztkérdésekből áll. Egy számonkérésnél 5-10 kérdésenként egy szöveges felsorolós kérdést is beilleszttek. A kérdések megválaszolására általában kérdésenként egy perc áll rendelkezésre. A kérdéseket a tanulók vagy kivetítőn vagy nyomtatott formában kapják kézhez (ld. Melléklet, 56. oldal).

A dolgozat értékelés osztályozással történik. A kiértékelésnél egy válasz egy pontot, a felsorolós válasz több (jelen esetben 3 pontot) ér. A tanulók az értékelést érdemjegy formájában (1-5) kapják meg.

A kiértékelést követő órán átvesszük a kérdéseket, megjelölöm a helyes válaszokat. Azoknál a kérdéseknél, ahol a tanulók nagyobb része hibázott, részletesebben felelevenítem az adott résztémát, a tananyaghoz kapcsolódó előadás diák ismételésével együtt.

A dolgozatba a tananyag legfontosabb pontjaira utaló kérdések kerülnek be, olyanok, melyekkel a tanulók szakmai pályájuk vagy életútjuk alkalmával maguk is találkozni fognak. A dolgozat helyes megoldása egy olyan kompetenciát ad a tanulóknak, ami életük során ez egészség megőrzésében hasznosnak bizonyulhat (10). A dolgozatírás maga és az eredmények átbeszélése egy-egy újabb alkalmat ad a legfontosabb tantárgyi üzenetek hatékony átadására.

A dolgozat értékelése szerint egy fejlesztő értékelés, a tanuló személy és a tanulási folyamat fejlesztését is szolgálja. A tanuló számára megjelöli a hiányos részeket, az oktató az aránytalanul nagy hibaszázalékkal megoldott kérdéseknél elgondolkodhat a tanítási folyamat hatékonyságán (10). Jelen esetben a tanulók nagy része hibás választ adott a legmagasabb női halálozást okozó betegségekre (a helyes válasz a keringési betegségek, mégis legtöbbször a méhnyakrák – emlőrák együttest választották). A probléma alapja, hogy a társadalomban széles körben berögzült egy téves adaton alapuló felfogás, ami a válaszokban is tükröződött. Az órán igyekeztem a tananyagnak ezt a vetületét is kellő súllyal tárgyalni, azonban ennek hatékonyságán még javítani kell.

Az értékelés tartalmi korlátja, hogy a tanuló teljesítményét egy bizonyos módszerrel méri, és az érdemjegy nem biztos, hogy valóban tükrözi a tanuló kompetenciáit az adott tantárgy, tananyag, annak a mindennapi életben való alkalmazása tekintetében.

#### Melléklet:

Vizsgalap (56. oldal)



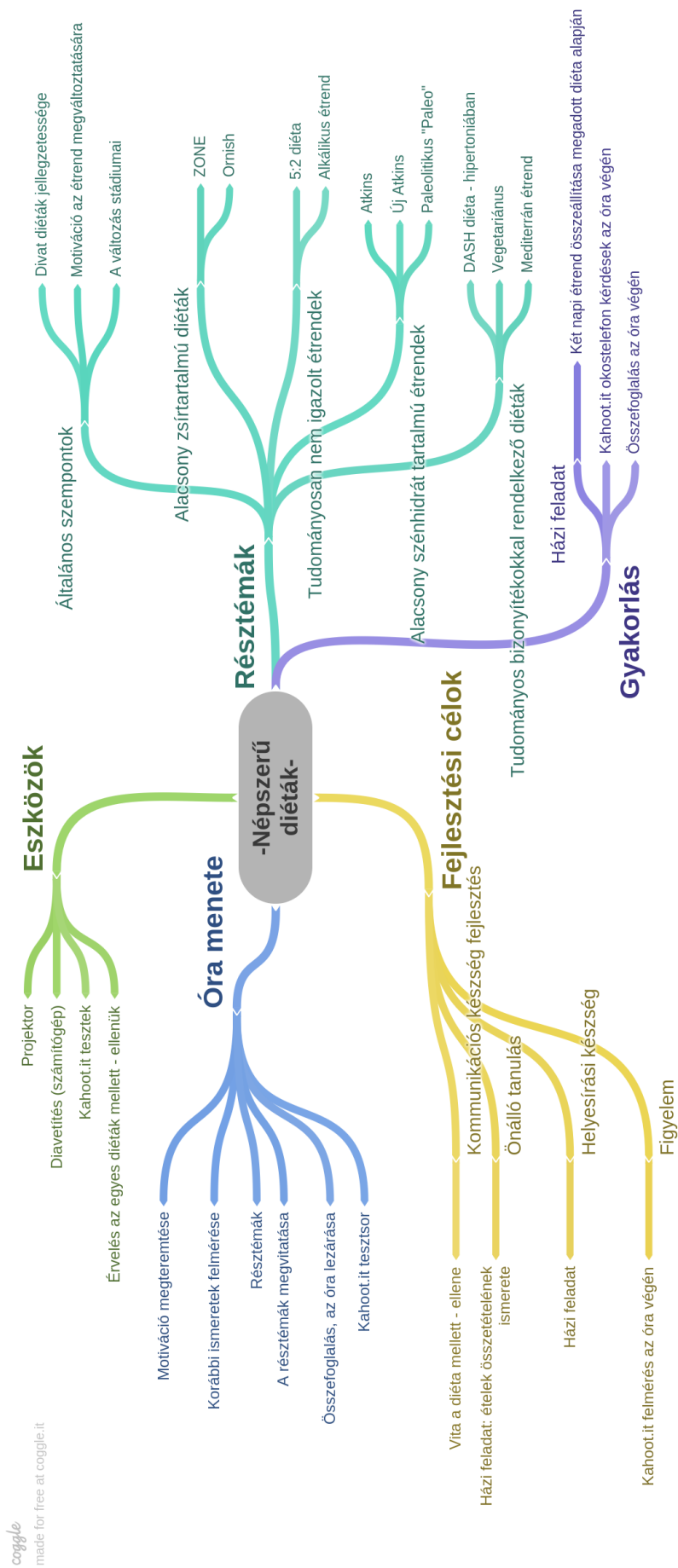
Készítsen gondolattérképet egy szakjához kötődő tantárgy szabadon választott tananyagához, amelyet egy tanítási órán új tananyagként szeretne megtanítani! (26.)

**Tananyag:** Népszerű testsúlycsökkentő és egészségmegőrző diéták

**Tantárgy:** Egészségfejlesztés

**Gondolattérkép:** [coggle.it](https://coggle.it)

**Elérhetőség:** <https://coggle.it/diagram/XLmKIMUWNC-ndpQf/t/n%C3%A9pszerű%C5%B1-di%C3%A9t%C3%A1k>



Egészítse ki a táblázatot a tanórán kívül végzett tevékenységeire vonatkozóan! A felsorolt feladatok végzése során fejlődtek-e és mely területeken személyes kompetenciái? (8.)

| <b>Az esetek sorszáma</b> | <b>A tevékenység típusa</b>     | <b>Helyszíne</b>                                        | <b>A tevékenységben résztvevő személyek</b> | <b>Feladatom</b>                               |
|---------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1.                        | Szűrővizsgálat                  | Kecskemét városközpont                                  | EFI munkatársak                             | Vizsgálati eredmények kiértékelése, tanácsadás |
| 2.                        | Kardiovaszkuláris klub          | Nyitnikék nyugdíjasok klubja                            | EFI munkatársak                             | Előadás tartása, előadók meghívása, megnyitó   |
| 3.                        | Alzheimer Café                  | Alapellátási Intézmények Igazgatósága előadó            | EFI munkatársak                             | Előadás tartása                                |
| 4.                        | „Ciki a cigi” Dohányzás előadás | Arany János Általános Iskola, Kecskemét                 | EFI munkatársak                             | Előadás tartása                                |
| 5.                        | Dietetika – életmódváltó klub   | Alapellátási Intézmények Igazgatósága – bemutató konyha | EFI munkatársak                             | Foglalkozás vezetése                           |

EFI = Egészségfejlesztési Iroda

Az Egészségfejlesztési Iroda munkatársaként szervezek előadásokat gyermekek, felnőttek és idősek számára. Ebben a tevékenységemben az előadásokon kívül szervezői, irányítói feladatokat is végzek. Sokat tanulok abból, hogy egy ötlettől kezdve, az előkészületi munkákon át hogyan valósul meg egy-egy program. Az EFI egy európai uniós források felhasználásával létrejött több éves fenntartású program, szervezése rengeteg dokumentációval és utómunkálattal jár, amelyek nagyfokú precizitást igényelnek.

Mindig törekszem az életkori, egyéni és csoport sajátosságoknak megfelelő előadások megtartására. Egy tapasztalt oktató az előadásait képes rugalmasan átalakítani a hallgatóság összetételének és befogadóképességének megfelelően. Számomra kihívást jelent ennek eleget tenni, hiszen egészen más a fiatalabb és az idősebb korosztály igénye és hozzáállása.

A hagyományos tanórával szemben, ahol folyamatosan követhető a hallgatók szakmai és személyiség fejlődése az egészségfejlesztési előadások során ezek követésére nincs lehetőségem. Nem lehetséges továbbá a hallgatóság tudásának előzetes felmérése sem, ezért kommunikációs rugalmasságot is igényel egy-egy előadás összeállítása olyan módon, hogy az a hallgatósághoz igazodjon. Oktatóként figyelek az előadások közérthetőségére, követhetőségére, valamint a szemléltetésre.

A sokirányú előadások megtervezése és kivitelezése interdiszciplináris szemléletet kíván, interaktív módszerek alkalmazásával. Ehhez még fejlesztenem kell a kapcsolatteremtő, együttműködő és kommunikációs kompetenciáimat.

SZABADON VÁLASZTOTT ANYAG:

### **Projekt munka megvalósítási terv**

Az Európai Unió átlagához képest az elmúlt évek javulása ellenére is, Magyarországon öt évvel elmarad a várható élettartam. Hazánkban a szív- és érrendszeri betegségek és a rákbetegségek jelentik a vezető halálozási okot, együttesen az összhálózás mintegy háromnegyedét. A népességben magas a kockázati tényezők előfordulása, mint a dohányzás, az alkoholfogyasztás, az elhízás és a mozgásszegény életmód (11). Egészségtudatos magatartással, az elkerülhető kockázati tényezők mérséklésével javítani lehetne a nemzet egészségügyi helyzetén. A középiskolai tananyag sok rész információt ad az egészségtudatos életvitelről, azonban hiányzik a gyakorlatban integrált alkalmazása.

### **Tantárgyi tartalmak**

Az egészségfejlesztési terv elkészítése projekt az egészségneveléshez kapcsolódó tantárgyak interdiszciplináris alkalmazásán alapul. A felhasználható ismeretek alapját elsősorban a biológia-egészségtan, testnevelés és sport, informatika, etika és a technika, életvitel és gyakorlat tárgyak képezik. A társadalom egészségének egyik fontos indikátora az egészségesebb életet élő lakosság. A projekt egy sokrétű társadalmi beágyazottsággal bíró problémát céloz meg. A projektpedagógia atyja, Dewey szerint cél, hogy „a gyermekekben úgy tudjuk tudatosítani lényének társadalmi voltát, hogy maga igényli az elsajátítandó ismereteket” (12).

### **A projekt célja**

A projekt megvalósításával több célkitűzést is elérhetünk, melyeket eredményspecifikus és folyamatspecifikus kategóriába sorolhatunk. A projekt elsődleges célja nyilván a célproduktum, az egészségfejlesztési terv létrehozása, mint eredményspecifikus kimenet. A tanulók elsajátíthatják az egészség megőrzéséhez szükséges ismeretek gyakorlati alkalmazását. A produktum kifejezetten az interdiszciplináris ismeretek szintetizálását igényli, megvalósításához a tanulók önálló kutatómunkát végeznek.

A folyamatspecifikus és komplex célkitűzés elérésének élménye egyéni, kis és nagy csoportos munkával, intenzív kommunikációval és felelősségvállalással történő együttműködés. A

tanulók az egyéni, kiscsoportos és közösségi tevékenység hatékony kereteit ismerhetik meg. A projektben felmerülő problémák, kihívások leküzdése, az esetleges nézetkülönbségek összehangolása egy eredményorientált és demokratikus keretben történő megoldás is egyben. A tanulók megismerhetik a XXI. században rendelkezésre álló infokommunikációs keretek előnyeit. A közösség előtti szereplés, a prezentációs technikák elsajátítása szintén fontos szerepet kap. A munkához kapcsolódó közösségi és önértékelés módszereivel is találkozhatnak. A tanulók az adatgyűjtés során a megkeresett alanyok védelmének etikai vonatkozásait is a gyakorlatban alkalmazhatják.

### **Résztvevők**

A projekt résztvevői egy szakgimnázium 11. osztályos diákjai. A projekt megvalósítása egyéni, csoportos és valamennyi csoport egyidejű részvételével történő plenáris munkával, illetve megbeszélésekkel történik. A tanulók öt csoportot alkotnak. Mindegyik csoport az első csoportülésen választ magának egy ülésvezetőt és egy jelentéstevőt, továbbá egy írnokot. Az ülésvezető a csoport megbeszéléseit vezeti és lehetőséget ad a hozzászólásokhoz. A megbeszélések elején meghatározza az elérendő célt és az ehhez tervezett időtartamot. Az ülésvezető fő feladata a megbeszélések irányítása, annak minél jobban a tematika irányában tartása, illetve időbeni lezárása. Szükség esetén az eldöntendő kérdések szavazásra bocsátása, a szavazás eredményének megállapítása. A csoport ülésvezetők a plenáris ülések vezetését rotációs elv szerint töltik be (13).

A jelentéstevő a megbeszélések fontosabb eredményeit, megállapításait rövid vázlatban rögzíti. A jelentéstevő feladata még, hogy a csoportmunka során felvetődő fontosabb megállapításokról, elért eredményekről a projekt valamennyi résztvevőjének a plenáris ülésen történő tájékoztatása. A tájékoztatás után a jelenlévő résztvevők kérdéseket tehetnek fel az illető csoport által végzett munkával kapcsolatban, illetve javaslatokat tehetnek kiegészítésre, bővítésre, illetve változtatásra.

Az írnok feladata a projekt plenáris ülésein elhangzó fontosabb eredmények, megállapítások dokumentálása, jegyzetelése. Az írnokok közösen alkotják meg a plenáris megbeszélések jegyzőkönyvét. A jegyzőkönyvet valamennyi résztvevőnek a soron következő megbeszélés előtt két nappal meg kell küldeni. A következő megbeszélések elején mindig az elmúlt ülés jegyzőkönyvét tárgyalják meg. Amennyiben valaki pontosítani kívánja a jegyzőkönyv

tartalmát, akkor arról a résztvevők szavaznak. Minden változtatást legalább a jelenlévők abszolút többségének jóvá kell hagynia. Ezután az esetleges kiegészítésekkel együtt történik a jegyzőkönyv egészének végleges jóváhagyása, melyhez szintén a jelenlévők abszolút többségének támogatása szükséges. A jegyzőkönyv ezután felkerül a projekt Google dokumentum felületére.

## **Dokumentáció**

A projekt céljára a szaktanár létrehoz egy Google Meghajtó mappát. A mappához valamennyi résztvevő olvasási jogosultságot kap. A csoportok jelentésteveői és az írnokok írási jogosultságot kapnak a csoportmegbeszélések anyagának és a plenáris ülések jegyzőkönyveinek közzétételére. Valamennyi résztvevő olvashatja valamennyi csoport anyagát és azokhoz a Google felületen megjegyzést fűzhet. A felöltött dokumentumok egységes sablon alapján íródnak, melyet a szaktanár készít elő. A sablon tartalmazza a megbeszélés időpontját, a résztvevőket, a megbeszélés tartalmi leírását. A csoport megbeszélés leiratának terjedelme nem lehet több egy oldalnál, a plenáris jegyzőkönyvé két oldalnál.

## **Előkészületek, tervezés és szervezés**

A projekt megvalósításának két fő felelőse az intézmény biológia-egészségtan tanára és a kiválasztott osztály osztályfőnöke. Az intézményen belüli kapcsolódások közé tartozik az intézményvezető, aki a projekt vázlatát jóváhagyja és biztosítja a csoportkonzultációkhoz az iskola ebédlő helyiségének délutáni használatát. Az informatika szaktanár lehetőséget ad az iskolai számítástechnikai eszközök használatára. Külső kapcsolódási pont a városban működő Egészségfejlesztési Iroda (EFI) kijelölt munkatársa, aki a diákok számára konzultációra elérhető, illetve véleményezi a kérdőívet és az elkészített egészségfejlesztési tervet. Az iskola könyvtárosát is bevonjuk, hogy biztosítsa a diákok számára a helyben fellelhető szakirodalom, szakkönyvek hozzáférését. A diákok részére szükséges a Google Meghajtó használatához elengedhetetlen postafiók előzetes kialakítása, melyhez az informatika szaktanár nyújt segítséget. A kutatás eredményeként létrejött adatbázis megalkotásához, feldolgozásához az intézmény informatikai és matematikai szaktanárát felkérjük.

A szervezők meghatározzák az egészségfejlesztési terv felállításához segítséget adó forrásmunkákat, melyek a könyvtárban hozzáférhetőek. A szervezők által készített



projektvázlat csak a legfontosabb kereteket vázolja. Elérendő eredmény produktumként határozzák meg az egészségfelmérési kérdőív összeállítását, a kiválasztott alanyok egészségfejlesztési tervének elkészítését, a figyelemfelkeltő plakátok megalkotását. A megvalósítás folyamatában rögzíthetik az alanyokkal történő egyéni interjút, illetve a zárórendezvényt. A projekt megvalósítása döntően iskolai helyszíneken, de mint külső helyszínt az EFI iroda tárgyalóját, illetve ugyanitt szükség esetén az alapellátáshoz tartozó bemutató konyhát is használhatják. Az EFI munkatársával való személyes konzultációkra az EFI irodában, egyeztetett időpontban, délutáni órákban kerül sor.

### **Költségvetés**

A projekt megvalósítása viszonylag alacsony költségkeretet igényel. A munkához a fénymásoló papírokat, a nyomtatáshoz patront, a figyelemfelhívó A2 méretű plakátok nyomtatási költségét és a zárórendezvényen felszolgálásra kerülő ásványvizet, gyümölcsöt kell csak fedezni. A projektben résztvevő 11. osztályos tanulók tevékenységükért a záró rendezvényen oklevelet kapnak. A zárórendezvényre batyus módszerként a tanulók hoznak házilag készített „egészséges” szendvicseket, süteményeket. A költségeket az iskola nevelési alapítványa fedezi.

### **Megvalósítás**

A projekt első megbeszélésén a szaktanár ismerteti a projekt célkitűzését. Megalakulnak az 4-5 fős csoportok. A csoportok tematikusan szerveződnek, a témák a következők: (a) egészséges étrend, (b) testmozgás, (c) betegség kockázati tényezők ismerete. A témák kiosztása sorsolással történik. A csoportok ezután elkezdik a kérdőívek kidolgozását. Fontos szempont a kérdőív kitöltési idejének korlátozása 20, legfeljebb 30 percre, illetve a könnyű feldolgozhatóság. A csoportok saját témájuknak megfelelően részkérdéseket dolgoznak ki. Az elkészült terveket plenáris ülésen vitatják meg, a változtatási javaslatok beépítéséről szavazással döntenek. A csoportok plenáris ülésén elfogadott kérdőívét a projektvezető tanároknak, az EFI konzultáló szakértőjének, az etika szaktanárnak és az intézmény igazgatójának ellenjegyeznie kell. A kérdőív kitöltésében résztvevő alanyok etikai védelmére felhívják a tanulók figyelmét. Esetleges felmerülő észrevételek esetén a kérdőív visszakerül a csoportok plenáris ülésére.

Az elkészült egységes kérdőív kitöltésére minden diák javasol egy 50-60 év körüli felnőttet, optimálisan szülőt, de más személy is lehet. Az interjú előtt bemutatják a kérdőív egészét az

alanynak, ismertetik a projekt vázlatát, majd írásbeli beleegyező nyilatkozatot íratnak vele alá. Az interjúkon két diák látogatja meg az alanyokat, az alanyt javasló résztvevő és egy másik csoporttag, akivel a kérdéseket felteszik. A kérdőív kitöltése anonim. A nyilatkozat tartalmazza a kérdőív egyedi azonosító számát, így a kiválasztásra kerülő adatot adó személy a projekt végén megkaphatja a személyére szabott egészségfejlesztési tervet, de a többi résztvevő előtt az alany nem beazonosítható.

Az elkészült kérdőíveket a csoportok először egy adatbázisban rögzítik, illetve közösen kiértékelik. Ennek eredményeképpen egy kérdőívet választanak ki csoportonként az egészségfejlesztési terv kidolgozásához, amit a többi csoporttal a projekt Google Meghajtó felületén is megoszthatnak.

A kiválasztott öt kérdőívhez az egyéni egészségfejlesztési terv megalkotásához a csoport felhasználhatja a szervezők által meghatározott szakirodalmat, illetve önálló kutatómunkára is ösztönzik őket. A konkrét egészségfejlesztési terv kidolgozásakor a csoportok igénybe vehetik a résztvevő szaktanárok, illetve az EFI munkatársának konzultációs segítségét. Az elkészült előzetes tematikus egészségfejlesztési terveket a csoportok elhelyezik a Google felületen, melyhez a projektben résztvevők észrevételeket tehetnek, majd plenáris ülésen döntenek az elemek elfogadásáról.

Párhuzamos tevékenységként minden csoportból egy résztvevő feldolgozza a kutatási adatbázist és meghatározza az ismétlődő életmódi problémákat. A kiválasztott problémákat plenáris ülésen bemutatják. Minden csoport feladatul kapja, hogy a bemutatott problémák közül egy kiválasztott életmód problémával kapcsolatos (pl. dohányzás, elhízás) figyelemfelhívó plakátot készítsen. A tanuló csoportok egy-egy problémát szabadon választhatnak, de ha egy problémára több csoport jelentkezik, akkor a döntés közülük sorsolással történik.

A projekt időtartama 8 hét (ld. Melléklet). A plenáris megbeszélések a szervező szaktanárok rendes tantervi órájába beilleszthető, de a csoport és egyéni munka a tanítási időn túlra tolódik.

## **Értékelés**

A projekt végén a résztvevők értékelik a megvalósítás során nyert tapasztalatokat, az elsajátított kompetenciákat. Az értékelés első szakaszában plenáris ülésen minden résztvevő néhány mondatos szóbeli értékelést ad. Az értékelés két fő szempontja: az elsajátított kompetenciák, az

új ismeretek, illetve a felmerülő nehézségek és akadályok. Az ebben elhangzó kulcsszavakból a jelentéstevők egy listát alkotnak (pl. együttműködés, kutatómunka). A lista elemeire a résztvevők egyénileg titkosan szavazhatnak úgy, hogy a listáról a szerintük legfontosabb 5 db kulcsszót választják ki. Az így elkészült eredményt a szaktanár ismerteti a résztvevőkkel.

A figyelemfelhívó plakátok közül a legjobbat valamennyi résztvevő szavazása alapján választják ki, a nyertes csoportot a zárórendezvényen bemutatják. Numerikus értékeléssel nem társult ugyan, de fontos kimeneti indikátor a zárórendezvény sikeressége. Itt a diákok a szülőknek bemutatják a projekt rövid összefoglalóját, az elkészült egészségfejlesztési terveket és a figyelemfelhívó plakátokat. A rendezvényre a szülőkön kívül meghívást kap a tantestület és a tankerületi vezetés.

Nehézséget jelenthet, hogy a projekt megvalósításához szükséges idő a szakgimnázium jelenlegi kötött tanrendjébe nem, vagy alig illeszthető be a projektmunka. A pedagógiai projektek tervezésekor ez gyakran felbukkanó probléma (14). A megbeszélések legnagyobb részét a tanulók szabad idejére kell időzíteni.

Véleményem szerint a projekt messzemenően sikeresnek bizonyulhat. A résztvevő diákok megtapasztalhatják a csapatmunka örömeit és sikerességét, a felbukkanó problémák és nézetkülönbségek megoldási lehetőségeit. Közösségformáló az együtt végzett munka és a közösen elért sikerélmény. A projekt fő célja az egészségtudatosság és az egészséges életmód népszerűsítése úgy, hogy a diákok egészségtudatos magatartásán és az egyéni egészségkultúra fejlesztésén keresztül a gyakorlati megvalósításba is bele kösülhetnek(15).

## **Mellékletek**

Projekt terv (57. oldal)

## IRODALOMJEGYZÉK

1. Barber M, Mourshed M. Mi áll a világ legsikeresebb iskolai rendszerei teljesítményének hátterében? [S.l.]: McKinsey; 2007.
2. Szivák J. A reflektív gondolkodás fejlesztése. Budapest: GONDOLAT KIADÓ; 2004.
3. Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Pedagógiai Programja [Internet]. 2018 [cited 2019 Apr 12]. Available from: [https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_PP\\_2018.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_PP_2018.pdf?ver=20190419082009)
4. Történetünk a kezdetektől napjainkig [Internet]. 2017 [cited 2019 Apr 15]. Available from: <https://szent-gyorgyi.hu/iskolatortenet>
5. Létszámok [Internet]. 2018 [cited 2019 Apr 15]. Available from: [https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_letszamok\\_2018\\_10\\_01.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_letszamok_2018_10_01.pdf?ver=20190419082009)
6. Pályázatok [Internet]. 2019 [cited 2019 Apr 15]. Available from: <https://szent-gyorgyi.hu/cimke/palyazat>
7. Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Szervezeti és Működési Szabályzata [Internet]. 2016 [cited 2019 Apr 12]. p. 32. Available from: [https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_SzMSz\\_2017.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_SzMSz_2017.pdf?ver=20190419082009)
8. Kecskeméti Szakképzési Centrum Szent-Györgyi Albert Szakgimnáziuma és Szakközépiskolája Házi rend [Internet]. 2017 [cited 2019 Apr 12]. p. 26. Available from: [https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya\\_hazirend\\_2017.pdf?ver=20190419082009](https://szent-gyorgyi.hu/tools/content/dokumentumok/szgya_hazirend_2017.pdf?ver=20190419082009)
9. EMMI. 8/2013. (I. 30.) EMMI rendelet a tanári felkészítés közös követelményeiről és az egyes tanárszakok képzési és kimeneti követelményeiről [Internet]. 2013 [cited 2019 Apr 19]. Available from: <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=A1300008.EMM>
10. Knausz I. Integrációs Pedagógiai Műhely Füzetek 1. Mit kezdünk az értékeléssel? Educatio Társadalmi Szolgáltató Közhasznú Társaság; 2008. 45 p.
11. OECD. State of Health in the EU. Magyarország Egészségügyi országprofil 2017. 2018.
12. Hegedűs G, Szécsi G, Mayer Á, Zombori B. Projektpedagógia. Kecskemét: Kecskeméti Főiskola; 2002. 223 p.
13. Iván F. Didaktika elméleti alapok a tanítás tanuláshoz : [felsőoktatási tankönyv]. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó; 2003.
14. Knausz I. Kell-e nekünk a projektpedagógia? | Taní-tani Online [Internet]. Taní-tani. 2011 [cited 2019 Jan 3]. Available from: [http://www.tani-tani.info/kell-e\\_projektpedagogia](http://www.tani-tani.info/kell-e_projektpedagogia)
15. Lada L. Oktatási módszerek | Oktatókutató és Fejlesztő Intézet [Internet]. 2009 [cited 2019 Apr 20]. Available from: <http://ofi.hu/tudastar/problemak-kerdesek/oktatasi-modszerek>

## MELLÉKLETEK

1. számú melléklet:

**Ellenőrzés, visszacsatolás**  
(Táblázatrajz)

| <b><u>RIZIKÓ FAKTOROK:</u></b> | <b><u>FŐBB KRÓNIKUS BETEGSÉGEK:</u></b> |
|--------------------------------|-----------------------------------------|
| dohányzás                      | szív és érrendszeri megbetegedések      |
| egészségtelen étrend           | daganatos megbetegedések                |
| túlsúly                        | diabetes mellitus                       |
| mozgásszegény életmód          | krónikus légzőszervi betegségek         |
| alkohol abúzus                 |                                         |
| pszichoszociális stressz       | psziche betegségei                      |

A rizikófaktorok milyen betegségeket idéznek elő? Jelölje vonalakkal a kapcsolatokat!

Kapcsolódik: 25. oldal

## 2. számú melléklet: Kahoot.it tesztkérdések

| Sorszám | Kérdés                                              | Válasz 1                        | Válasz 2                                 | Válasz 3                       | Válasz 4                       |
|---------|-----------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 1       | Mely tényezők emelik meg a vérnyomást leginkább?    | "Sok só, stressz, kevés mozgás" | "Kalciumhiány, csonttrikulás, menopauza" | "Örökletes, savas táplálkozás" | "Vitamin hiány, légszennyezés" |
| 2       | Mit okozhat az elhízás?                             | "Cukorbetegség"                 | "Meddőség"                               | "Csonttrikulás"                | "Veseelégtelenség"             |
| 3       | Mivel fogyasztjuk a legtöbb sót?                    | "Asztali sózás"                 | "Sajtok"                                 | "Kenyér, pékáruk"              | "Ketchup"                      |
| 4       | Legáltalában mennyi mozgást ajánlanak?              | "Napi 1 óra"                    | "Hetente 2x 20 perc"                     | "Heti 5 nap 30 perc"           | "Napi 2x1 óra"                 |
| 5       | Mit okoz a cukorbetegség?                           | "Érszűkület, érelzáródás"       | "Pikkelysömör"                           | "Allergia"                     | "Vastagbél daganat"            |
| 6       | Mi a tüdőrák leggyakoribb oka?                      | "Légszennyezés"                 | "Örökletes"                              | "Cukorbetegség"                | "Dohányzás"                    |
| 7       | Melyik kockázati tényező nem befolyásolható?        | "Magas vérnyomás"               | "Kor"                                    | "Dohányzás"                    | "Magas koleszterin szint"      |
| 8       | Melyik testalkat betegségek kockázata a legnagyobb? | "Alma"                          | "Körte"                                  | "Avokádó"                      | "Uborka"                       |
| 9       | Szűz harkófoga 84 cm. Mit tanácsolunk?              | "Fogyjon"                       | "Tartsa a súlyát"                        | "Hízzon"                       | "Mérje meg még egyszer"        |
| 10      | Melyik zsírsav okoz leginkább érlelmeszedést?       | "Telített"                      | "Egyszeresen telített"                   | "Többszörösen telített"        | "Transzzsír"                   |

3. sz. melléklet – Dolgozat nyomtatvány

| Vizsgalap                                                                      |                             | Összes hibapont: _____                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Név: _____                                                                     | Neptun kód: _____           | Dátum: _____                                                      |
| <b>1 Sorolja fel a gyulladás 3 jellemzőjét!</b>                                |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>1</b> |
| A                                                                              | B                           |                                                                   |
| C                                                                              | D                           |                                                                   |
| <b>2 Miben hal meg a legtöbb nő Magyarországon?</b>                            |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>2</b> |
| A Méhnyakrák + emlőrák együtt                                                  | B Keringési betegségek      |                                                                   |
| C Alkohol következményei                                                       | D Légzőszervi betegségek    |                                                                   |
| <b>3 Mikor szűrjük a csípőficamot?</b>                                         |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>3</b> |
| A Óvodai felvétel előtt                                                        | B Bölcsődei felvétel előtt  |                                                                   |
| C Születéskor                                                                  | D 1 éves korban             |                                                                   |
| <b>4 Kiknek ajánlott a HPV (humán papilloma vírus) elleni oltás?</b>           |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>4</b> |
| A Csecsemőkorúak                                                               | B Fiatal lányok - hölgyek   |                                                                   |
| C Menopauza utáni hölgyek                                                      | D Idősek otthonában élőknek |                                                                   |
| <b>5 Mit adunk passzív immunizáláskor?</b>                                     |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>5</b> |
| A Élő vakcina                                                                  | B Inaktivált vakcina        |                                                                   |
| C Koncentrált antibiotikum                                                     | D Antitest                  |                                                                   |
| <b>6 Melyik jellemző az AIDS terjedésére?</b>                                  |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>6</b> |
| A Anyáról magzatra                                                             | B Cseppfertőzés             |                                                                   |
| C Kézfogás                                                                     | D Rovarsípés                |                                                                   |
| <b>7 Melyik betegségben halnak meg a legtöbbben?</b>                           |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>7</b> |
| A Daganatos betegségek                                                         | B Alkoholizmus              |                                                                   |
| C Légzőrendszer                                                                | D Keringési betegségek      |                                                                   |
| <b>8 Hol nő a legintenzívebben a népesség?</b>                                 |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>8</b> |
| A Afrika                                                                       | B Ázsia                     |                                                                   |
| C Európa                                                                       | D Amerika                   |                                                                   |
| <b>9 Az egészségügyi ellátásnak milyen súlya van az egészség alakulásában?</b> |                             | Helyes válasz: <input style="width: 40px;" type="text"/> <b>9</b> |
| A 80%                                                                          | B 65%                       |                                                                   |
| C 55%                                                                          | D 11%                       |                                                                   |

EGTAN

A helyes választ betűjelét írja a négyzetbe! Felsorolást írja az ABCD pontokhoz!

1 / 1 oldal

Kapcsolódik: 39. oldal



4. számú melléklet – Projekt terv:

Egészségfejlesztési terv projekt munka

| Sarokpontok<br>célkitűzések     | Feladatok meghatározása                                                             | Kérdőív összeállítása                                                               |                                                                                   | Interjúk                                                                            | Adatok elemzése                                                                     | Egészségterv<br>összeállítása                                                         | Figyelemkeltő plakát                                                                | Bemutató<br>zárórendezvény                                                          |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Időtartam (hét)                 | 1                                                                                   | 2                                                                                   | 3                                                                                 | 4                                                                                   | 5                                                                                   | 6                                                                                     | 7                                                                                   | 8                                                                                   |
| <b>Tevékenység<br/>szintjei</b> |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                     |                                                                                     |
| Plenáris                        |    |                                                                                     |  |                                                                                     |  |                                                                                       |  |  |
| Csoport                         |    |                                                                                     |                                                                                   |                                                                                     |   |    |  |                                                                                     |
| Egyéni                          |  |  |                                                                                   |  |                                                                                     |  |                                                                                     |                                                                                     |

Kapcsolódik: 46. oldal