

<b>1. Tantárgyelem neve:</b>	<b>Egészséges életmódra nevelés</b>	<b>Kreditértéke:</b>	2
Tantárgyelem besorolása:	kötelező		
A Tantárgyelem elméleti vagy gyakorlati jellegének mértéke, "képzési karaktere":		elmélet (%):	100
		gyakorlat (%):	0
A tanóra típusa:		előadás	
óraszám, az adott félévben:	4		
Az adott ismeret átadásában alkalmazandó további módok, jellemzők: <b>esetismertetések</b>			
<b>A számonkérés módja:</b>		kollokvium	
<b>A tantárgyelem tantervi helye</b> (hányadik félév):	4		
Előtanulmányi feltételek:	Táplálkozás		
<b>Tantárgyelem-leírás:</b>			
Elsajátítandó ismeretanyag: Az egészség korszerű értelmezése, az egészséget befolyásoló főbb tényezők, az életmód szerepe az egészség megőrzésében. Egészségvédelem, egészségnevelés, egészségfejlesztés. Az egészségnevelés tartalma, célja, feladatai. A gyermekek életkori sajátosságai, testi fejlődése és azt befolyásoló környezeti tényezők. A bölcsőde épületével szemben támasztott egészségügyi követelmények. A személyi- és környezet-higiénés nevelés feladatai. Egészséges táplálkozás, kulturált étkezés. Gyermekkorban előforduló betegségek és megelőzésükre nevelés. Hátrányos helyzetű és veszélyeztetett gyermekekkel kapcsolatos egészségnevelési feladatok. Az egészségérték kialakításának problémái és lehetőségei. A felnőtt- és a gyermekpopuláció egészségi állapota és az egészségmagatartás összefüggései. A környezettudatosság. Az egészségnevelés gyakorlati módszerei a bölcsődében. A szülők egészséges életmóddal kapcsolatos beállítottságának befolyásolására alkalmas módszerek.			
<b>KÖTELEZŐ IRODALOM</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. A bölcsődei nevelés-gondozás szakmai szabályai (6/2016. (III. 24.) EMMI rendelet a személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti, gyermekvédelmi intézmények, valamint személyek szakmai feladatairól és működésük feltételeiről szóló 15/1998. (IV. 30.) NM rendelet módosításáról 4. melléklete</li> <li>2. Benkő, Zs. (2009): Egészségfejlesztés. Mozaik Kiadó, Szeged. ISBN 9789636975807</li> <li>3. Darvai, S. (2012, szerk.): Tanulmányok a gyermekkorai egészségfejlesztés témakörben. ELTE, Budapest. ISBN 9789632842684</li> <li>4. Pereszlényi, É. és Mezeiné Isépy, M. (1995): Egészségügyi és gondozási alapismeretek. Országos Köznevelési Szolgálat Iroda, Budapest. ISBN 9638545712</li> </ol>			
<b>AJÁNLOTT IRODALOM</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meleg, Cs. (1998): Egészségérték és intézményes befolyásolás. In: Meleg, Cs. (1999, szerk.): Iskola és társadalom II. Szöveggyűjtemény. JPTÉ Tanárképző Intézet Pedagógiai Tanszéke, Pécs. ISBN 9636416915</li> <li>2. Skrabski, Á. (2003): Társadalmi tőke és egészségi állapot az átalakuló társadalomban. Corvinus Kiadó, Budapest. ISBN 9639062561</li> <li>3. Vastagh, Z. (1990, szerk.): Mit lehet tenni a hátrányos helyzetű gyermekekért? MPI, Veszprém. ISBN 9630405644</li> <li>4. Veczkó, J. (2007): Gyermekvédelem pszichológiai és pedagógiai nézőpontból. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest. ISBN 9634958658</li> </ol>			
<b>TUDÁS</b>			
Rendelkezik a három év alatti kisgyermek személyes, szociális és kognitív kompetenciáinak és testi fejlődésének támogatását, a gyermek biológiai és pszichés szükségleteinek kielégítését, szakszerű gondozását megalapozó szaktudományos: egészségügyi ismeretekkel. Tisztában van a fejlődés szociokulturális meghatározottságával, kontextusával, komponenseivel és determinánsaival, értelmezni tudja az ebből fakadó különbségeket.			

<p>Ismeri az egészséges életmódra nevelés feladatait, területeit, eszközeit, a 0-3 éves gyermekek tudatos, következetes, folyamatos gondozásának teendőit, a korszerű táplálkozás, illetve a gyermek korszerű táplálásának alapelveit</p> <p>Rendszerben látja a gyermekek egészséges mozgásfejlődéséhez szükséges körülményeket, a mozgás szerepét az egészséges életmódban, valamint a prevenció szokások kialakításának lehetőségeit</p>			
<p><b>KÉPESSÉG</b></p> <p>Egészségtudományi ismereteit holisztikus szemlélettel és adaptív módon, a gyermekek egyéni sajátosságainak és a korosztály jellemzőinek figyelembevételével alkalmazza.</p> <p>Képes a családokkal való helyes, hatékony együttműködés kialakítására, az intézményi gondozás-nevelés folyamatában az egészséges szokásrendszer kialakítása feltételeinek megteremtésében</p>			
<p><b>ATTITÚD</b></p> <p>Elkötelezett a három év alatti gyermekek tevékenységei, a gyermekek fejlődését támogató környezet kialakítása és a fejlődés támogatása iránt.</p> <p>Hitelesen képviseli a megelőző szemléletet az intézményi gondozás-nevelés valamennyi területén</p> <p>Olyan helyzeteket teremt, melyekben megvalósítható az egészséges szokások gyakorlása, megszilárdítása, a gondozási folyamatba beillesztése</p> <p>Törekszik saját életvitele tudatosságára</p>			
<p><b>AUTONÓMIA-FELELŐSSÉG</b></p> <p>Szakmai fejlődését autonóm módon, tudatosan és reflektíven irányítja.</p> <p>A jogszabályok és intézményi szabályok szabta keretek között önállóan dönt a munkájával összefüggő problémahelyzetek megoldásáról</p>			
<p><b>A tantárgyelem felelőse</b></p>			
Név:	Venyingi Beáta	Beosztás:	mestertanár
Tudományos fokozat:			

Students get to know the concept, elements and contexts of health and a healthy lifestyle, the tasks, areas, and tools of education for a healthy lifestyle during the care of children aged 0-3. They get to know the principles of the national basic education program and independently plan activities and programs for their implementation.

### **Knowledge:**

They possess the knowledge to support the personal, social, and cognitive competences and physical development of a young child under the age of three, with scientific knowledge to meet the child's biological and psychological needs, and to provide them with professional care.

They are aware of the sociocultural definition, context, components, and determinants of development, and can interpret the resulting differences.

They know the tasks, areas, and tools of education for a healthy lifestyle, the tasks of conscious, consistent, continuous care of children aged 0-3, the principles of modern nutrition and modern nutrition of children.

They see in the system the conditions necessary for the healthy development of movement of children, the role of exercise in a healthy lifestyle, and the possibilities of developing prevention habits.

**Ability:**

They apply their knowledge of health sciences in a holistic and adaptive way, considering the individual characteristics of children and the characteristics of the age group.

They are able to establish correct, effective cooperation with families, to create the conditions for the development of a healthy system of habits in the process of institutional care and education

**Attitude:**

They are committed to the activities of children under the age of three, to creating an environment conducive to the development of children and to supporting development.

They authentically represent a preventive approach in all areas of institutional care education

They create situations in which it is possible to practice and consolidate healthy habits and integrate them into the care process.

They strive to be aware of their own way of life.

**Autonomy, responsibility:**

They manage their professional development autonomously, consciously, and reflectively.

Within the framework of the laws and institutional rules, they decide independently on the solution of problem situations related to their work.

**Az oktatás tartalma angolul:**

Modern interpretation of health, the main factors influencing health, the role of lifestyle in maintaining health. Health protection, health education, health promotion. Age characteristics of children, physical development and environmental factors influencing it. Health requirements for the crèche building. Tasks of personal and environmental hygiene education. Healthy eating, cultured eating. Childhood diseases and education for their prevention. Health education tasks for disadvantaged and vulnerable children. Problems and opportunities of health value creation. Relationships between health status and health behaviors in the adult and child populations. The impact of media on health, the evolution of consumption patterns and the relationship between health indicators. The role of environmental awareness and sustainability in health education.

**A számonkérés és értékelés rendszere angolul:**

Regular and active classroom participation by reading and debating assigned research literature. Completion of a written or oral exam.

**Mode of evaluation:** Exam, five-point evaluation

**Idegen nyelven történő indítás esetén az adott idegen nyelvű irodalom:**