****

**Ózdi Szakképzési Centrum**

**Surányi Endre Technikum, Szakképző Iskola és Kollégium**

**Ózdi Szakképzési Centrum   
Surányi Endre Technikum, Szakképző Iskola   
és Kollégium**

**EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI PROGRAM**



Kazincbarcika, 2022. augusztus 28.

Készítette: Sándorné Nagy Zsuzsanna

**Tartalomjegyzék**

[1. Bevezetés, alapfogalmak, az egészségnevelés meghatározása 3](#_Toc51576612)

[2. Az iskolai egészségnevelés célja 4](#_Toc51576613)

[3. Az iskola és partnereinek együttműködése az egészségnevelés érdekében 4](#_Toc51576614)

[3.1. Az iskola az egészségfejlesztés egyik legfontosabb színtere 4](#_Toc51576615)

[3.2. Az iskola az egészségnevelési céljait segítő kapcsolatai révén valósítja meg 5](#_Toc51576616)

[4. Az egészségnevelés területei, témakörei 6](#_Toc51576617)

[5. Az egészségnevelés, egészségfejlesztés, egészséges életmódra nevelés témakörei, célkitűzései, konkrét feladatai 7](#_Toc51576618)

[6. Az egészséges életmód kialakítására irányuló módszerek 10](#_Toc51576619)

[6.1. Hagyományos egészségnevelés, felvilágosítás 10](#_Toc51576620)

[6.2. Az érzelmi intelligenciát, társas kompetenciákat, alkalmazkodást fokozó beavatkozás 11](#_Toc51576621)

[6.3. Kortárshatások az egészségfejlesztésben 11](#_Toc51576622)

[7. Egészségnevelés tanórán és tanórán kívül 11](#_Toc51576623)

[7.1. Egészségnevelés az osztályfőnöki órán 11](#_Toc51576624)

[7.2. Egészségnevelés más tanórákon 12](#_Toc51576625)

[7.3. A tanórai egészségnevelés során felhasználható módszerek, eszközök: 12](#_Toc51576626)

[7.4. Egészséges életmódra nevelés tanórán kívül: 12](#_Toc51576627)

[8. A mindennapi testnevelés biztosítása 12](#_Toc51576628)

[9. Az iskola-egészségügyi szolgálat szerepe az egészségnevelésben 13](#_Toc51576629)

[9.1. Feladataik a következők szerint csoportosíthatók: 13](#_Toc51576630)

[9.2. Az egészségnevelésben ezen túl aktív szerepet végez a védőnő az alábbi tevékenységekkel: 13](#_Toc51576631)

**Egészségnevelési program**

*„Az egészség olyan drága gyöngyszem, mely minden földi kincsek felett való.”*

*(Pápai Párizs Ferenc)*

1. Bevezetés, alapfogalmak, az egészségnevelés meghatározása

**Az egészség nem a betegség hiánya, hanem a testi, lelki, szociális jól-lét állapota (WHO).**

Az egészségi állapotot négy alapvető tényező határozza meg:

* genetikai tényezők,
* környezeti tényezők,
* életmód,
* az egészségügyi ellátó rendszer működése.

Az egészség alapvető emberi jog, amely egyben társadalmi befektetés is. Napjainkban az egészségmegőrzési tevékenység fő célja, hogy képessé tegye az embereket arra, hogy egyre növekvő kontrollt szerezzenek saját egészségük felett, többet törődjenek vele, és mindehhez rendelkezzenek a szükséges információkkal és lehetőségekkel.

A felnőttkori egészségi állapot szempontjából kiemelt jelentőségű a gyermek- és serdülőkor. Elsősorban azért, mert a gyermek és a serdülő kielégítő testi és lelki fejlődése, teherbíróképessége alapozza meg a felnőttkori egészséget, másodsorban azért, mert a felnőtt korúak egészségét jelentősen befolyásoló kedvezőtlen szokások is ebben az életkorban alakulnak ki.

**Az egészségfejlesztés az összes nem terápiás egészségjavító módszer gyűjtőfogalma, amely a következőket foglalja magába:**

* korszerű egészségnevelés,
* elsődleges prevenció,
* mentálhigiéné,
* egészségfejlesztő szervezetfejlesztés,
* az önsegítés feladatai, módszerei.

**Az egészségnevelés** a WHO meghatározása szerint olyan, változatos kommunikációs formákat használó, tudatosan létrehozott tanulási lehetőségek összessége, amely az egészséggel kapcsolatos ismereteket, tudást és életkészségeket bővíti az egyén és a környezetében élők egészségének előmozdítása érdekében.

**Az elsődleges megelőzés** a betegség első megjelenésének megakadályozására, az egészség megőrzésére irányul.

A korszerű egészségnevelés az egészségi állapot erősítésére és fejlesztésére irányul. Idetartozik:

* az egészséges táplálkozás,
* az aktív szabadidő-eltöltés,
* a mindennapos testmozgás,
* a személyi higiéné,
* a lelki egyensúly megteremtése,
* a harmonikus párkapcsolat és családi élet kialakítása, fenntartása,
* családtervezési módszerek,
* az egészséges és biztonságos környezet kialakítása,
* az egészségkárosító magatartásformák elkerülése,
* a járványügyi és élelmiszer-biztonság megvalósítása.

2. Az iskolai egészségnevelés célja

Az egészségnevelés célja: annak tudatosítása, hogy mindenki egyénileg is felelős önmaga egészségéért. A tanulókat képessé kell tenni arra, hogy kontrollálják saját egészségüket, törődjenek többet testi, lelki, szociális jól-lét állapotuk megtartásával, s mindehhez rendelkezzenek a szükséges információkkal és lehetőségekkel.

El kell fogadtatnunk, hogy a betegségek megelőzése az egyén és a társadalom egésze számára is rendkívül fontos feladat. A helyes életmód, életvezetés, az egyén felelősségének felvállalása segíthet a jól-lét állapotának hosszú ideig tartó megőrzésében.

Meg kell értetnünk, hogy a testi és a lelki harmóniára törekvés teremtheti meg az egészség megőrzésének lehetőségét.

3. Az iskola és partnereinek együttműködése az egészségnevelés érdekében

3.1. Az iskola az egészségfejlesztés egyik legfontosabb színtere

* Ebben a szocializációs közegben nyílik mód az egészséges életvitel készségeinek, magatartásmintáinak kialakítására.
* A középiskolai tanuló személyisége még alakítható, kellő nyitottsággal rendelkezik az értékek befogadására, személyiségfejlesztése ezáltal szélesebb körű.
* Az egészségfejlesztési információ folyamatos közvetítése követendő magatartási modelleket képes nyújtani.
* Hozzásegíti a fiatalokat önmaguk és lehetőségeik minél szélesebb körű megismeréséhez.

3.2. Az iskola az egészségnevelési céljait segítő kapcsolatai révén valósítja meg

A célok elérését szolgáló konkrét feladatok meghatározása pontos helyzetelemzést kíván. A helyzetelemzés feltétele az adekvát információk összegyűjtése, rendszerezése, feldolgozása. Az egészségnevelés konkrét feladatainak meghatározásához szükséges információk összegyűjtése két színtéren zajlik:

* az iskolán belüli együttműködéssel,
* az iskolán kívüli együttműködéssel.

1. *Információgyűjtés iskolán belüli együttműködéssel:*

* A diákoktól közvetett és közvetlen formában szerezhető információ önmagukról, társaikról, szűkebb és tágabb környezetükről (pl. kérdőívek kitöltése, felmérések készítése, az általuk felvetett konkrét problémák elemzései révén).
* A pedagógusok oktató-nevelő munkájuk során közvetlen kapcsolatba kerülnek a tanulókkal, az egyes szaktanárok pontosan „feltérképezhetik” egyes osztályok, tanulócsoportok tagjainál az adott tantárgy ismeretanyagának elsajátításához szükséges részképességek meglétét, zavarát.
* Az osztályfőnököknek különösen fontos a szerepük az oktató-nevelő munkához szükséges információk gyűjtésénél, a rendszerezett adatok felhasználásánál. Nemcsak diákjaikkal, hanem szüleikkel is közvetlen kapcsolatot tudnak kiépíteni, elsődlegesen az ő feladatuk a szülői elvárások közvetítése.
* Az iskola-egészségügyi szolgálat éves munkaterve alapján jogszabályi kötelezettségeinek megfelelően végzi el a szükséges szűrővizsgálatokat, pályaalkalmassági vizsgálatokat, készíti el a testnevelési besorolást, valamint egyénileg foglalkozik a külön gondoskodást igénylőkkel.
* A védőnő az iskola–egészségügyi szolgálatban betöltött szerepén túl tanórák tartásával, egészségügyi vetélkedőkre való felkészítéssel segíti az oktató-nevelő munkát, valamint a jelentkező tanulókkal folytatott beszélgetés tapasztalatait megosztja a tantestülettel.
* Külső szakember igénybevételével – speciális ismeretek birtokában – szorosan együttműködve az az osztályfőnöki munkaközösségekkel, a tantestülettel, valamint a diákönkormányzattal segíti a prevenciós tevékenységet.

*b) Információgyűjtés iskolán kívüli együttműködéssel:*

* A szülő, a család biztosítja tanulóink szocializálódásának elsődleges színterét. Minden tanév elején felkérjük a szülőket, hogy önkéntes adatszolgáltatással járuljanak hozzá a tagintézmény tanulóifjúságának szociológiai felméréséhez. Az osztályfőnök, valamint a szaktanárok a fogadóórák, a szülői értekezletek és családlátogatások alkalmával szerezhetnek rendkívül fontos ismereteket a diákok otthoni körülményeiről, családban elfoglalt helyükről, a család mindennapi életéről.
* Az általános iskola, ahonnan a gyermek intézményünkbe érkezett, ami végig kísérte a tanuló eddigi fejlődését, szocializációját, személyiségének alakulását.
* A tanulók lakóhelye szerint illetékes önkormányzati szervek, gyermekvédelmi szervek, rendvédelmi hatóságok az információgyűjtés speciális terepei, elsősorban a szociálisan hátrányos helyzetben lévő, a veszélyeztetett, valamint a deviáns viselkedést tanúsító fiatalok esetében.

4. Az egészségnevelés területei, témakörei

Az egészségnevelés során a tanulóknak kellő ösztönzést és tudást kell szerezniük a személyes és környezeti értelemben egyaránt ésszerű, a lehetőségeket felismerő és felhasználni tudó, egészséges életvitelhez.

Az emberi személyiség komplex voltát szem előtt tartva az egészséges életmód, életszemlélet, magatartás szempontjából **lényeges területek, témakörök** az alábbiakban határozhatóak meg:

Önmagunk és egészségi állapotunk ismerete.

* Az egészséges testtartás, a mozgás fontossága.
* Az egészséges élet értékeinek ismerete.
* Az étkezés, a táplálkozás egészséget befolyásoló szerepe.
* A betegségek kialakulása és a gyógyulási folyamat.
* A barátság, a párkapcsolatok, a szexualitás szerepe.
* A személyes krízishelyzetek felismerése és a kezelési stratégiák ismerete.
* A tanulás és a tanulási technikák.
* Az idővel való gazdálkodás szerepe.
* A rizikóvállalás és annak határai.
* A szenvedélybetegségek, a rászokás elkerülésének lehetőségei.
* A tanulási környezet alakítása.
* A természethez való viszony.
* Az egészséges környezet jelentősége.

Ezek alapján tűzhetők ki azok a konkrét feladatok, amelyeket a 9-13. évfolyamon spirálisan felépített témakörönként dolgozunk fel, az egészségnevelési programunk kitűzött céljainak elérése érdekében.

5. Az egészségnevelés, egészségfejlesztés, egészséges életmódra nevelés témakörei, célkitűzései, konkrét feladatai

*a) Önismeret, önértékelés, önkritika*

* Cél: annak tudatosítása, hogy a személyiség egészséges fejlődésének, a testi és lelki egészség megőrzésének a feltétele a helyesen kialakított énkép, önmagunk ismerete, önértékelésünk.
* Feladatok:
* Az alapvető külső és belső személyiségjegyek megismertetése, sorrendbe állítása, csoportosítása.
* a szervezet felépítésének és működésének tudatosítása, a reális testkép és a helyes testtartás kialakítása.
* Az önismeret és mások megismerése.
* Önvizsgálat, saját személyiség elemzése.
* Hibáink ismerete, az önismeret szerepe a gátlások leküzdésében.
* Szűkebb és tágabb környezeti jellemzők, az identitás.

*b) Életünk és a stressz*

* Cél: a diákoknak meg kell tanulniuk a lelki fenyegetettség elleni védekezési mechanizmusokat, a lehetséges veszélyek, kockázatos helyzetek felismerését.
* Feladatok:
* A stressz és distressz.
* Az indítékok, kiváltó okok, következmények.
* A stressz hatása az emberre, orvoslása, megoldások.
* A lélek és test harmóniája.
* A neurózis, a depresszió mint civilizációs betegség.

*c) A testi egészség – a test tisztán tartása, a személyi higiéné, a mozgás*

* Cél: váljon mindennapos szükségletté tanulóink számára a mozgás, a fizikai erőnlét, az aktivitás, a fittség megszerzése, megőrzése. Törekedjenek testi-lelki kondíciójuk harmóniájára.
* Feladatok:
* Az emberi test igényeinek megismerése higiénés szempontból.
* A bőrápolás, a kozmetika, különös tekintettel a serdülőkorra.
* A nemi kapcsolatok higiénéje.
* Az ápolatlanság és a fertőzésveszély összefüggései.
* A külső megjelenés fontossága.
* A korszerű öltözködés, a divat ésszerű követése.
* Az egyéni higiéné szerepe társas kapcsolatainkban.
* A sport, a rendszeres testedzés, valamint az egészség és a testi-lelki harmónia összefüggései.
* A mindennapi testedzés jelentősége.

*d) Az egészséges táplálkozás*

* Cél: az egészséges táplálkozás fogalmának kialakítása, az élelmiszerek osztályozásának, a közülük való tudatos választásnak az elsajátítása.
* Feladatok:
* A táplálkozás és a lelki egyensúly összefüggései.
* A szeretet helytelen értelmezése miatti káros táplálkozási szokások.
* A jóléti társadalom mint kórok.
* A táplálék kalóriaértékének kiszámítása.
* Az ideális testsúly kiszámítása, testsúlykontroll.

*e) Párválasztás - család*

* Cél: annak elfogadása, hogy a család mint a történelem folyamán kialakult együttélési forma érzelmi közösség, az identitás biztosítéka.
* Feladatok:
* A család fogalma, szerepe, a mai magyar társadalom családmodellje.
* A családi életre nevelés, életvezetési ismeretek.
* Házasság, család, öregség.
* A családon belüli konfliktusok, a válás.

*h) Káros szenvedélyek, szenvedélybetegségek – dohányzás, mértéktelen alkoholfogyasztás, kábítószer, kábítószerrel való visszaélés*

* Cél: legyenek képesek a tudatos döntésre, a káros szenvedélyek elutasítására.
* Feladatok (dohányzás):
* A dohányzás mint rizikótényező és okai.
* A nemdohányzók védelmét szolgáló egészségvédelmi törvény.
* Feladatok (alkohol):
* Kémiai, élettani és történelmi, társadalmi megközelítés.
* A gyógykezelés (önkéntes és kényszer).
* Alkohol – deviancia – bűnözés.
* A személyiség megerősítése, a konfliktushelyzetek megoldásának képessége, a lelki kondíció megszerzése segíthet a bajok megelőzésében.
* Feladatok (kábítószer):
* A kábítószer használatának testi, lelki tünetei.
* A kábítószerek, bódítószerek, gyógyszerek csoportosítása, hatásuk az emberi szervezetre.
* A prevenció lehetősége.
* Az egyén, a család és a társadalom felelőssége.
* A kábítószer és a bűnözés kapcsolata, jogi szabályozása.

*f) Mentálhigiéné*

* Cél: a lelki egészség fenntartásához, fejlesztéséhez szükséges készségek, képességek tanítása és gyakoroltatása, melynek központi feladata a prevenció.
* Feladatok:
* Családi traumák, lelki problémák felismerése (válás, szülők hiánya).
* A negatív kortárs csoportok szocializációs hatásának csökkentése.
* Pszichés képességek fejlesztése (problémamegoldás, konfliktuskezelés, önismeret, empátia, kapcsolati készségek).
* A minták, értékek pluralitásának és válságának kezelése (a nemi szerepminták elbizonytalanodása, a tekintélyelv válsága, a morál mintáinak elhalványulása, a konzumértékek és a hedonizmus közvetlen csábítása, generációs különbségek és konfliktusok).
* Pozitív énkép, reális önismeret kialakulásának segítése, pályaválasztásra való felkészítés.
* Pozitív jövőkép kialakulásának támogatása, a szociális biztonság feltételeinek javítása a rászorulóknál (ifjúságvédelem).

*g) A szexualitás szerepe az ember életében*

* Cél: önmaguk és mások méltóságának tiszteletben tartásával, felelősségtudattal engedjenek vágyaiknak.
* Feladatok:
* A nemi érés folyamata, a nemek közötti különbségek
* A tizenévesek gondjai, nemi felvilágosításuk, a fiatalok nemi élete, fogamzásgátlás.
* A nemi kapcsolatok zavarai, a nemi betegségek megelőzése.
* A nemi betegségek fajtái, rizikócsoportok a nemi betegségek terjesztésében.
* A HIV-fertőzés fogalma, jellemzői, az AIDS.

*h) Az ember és környezete kölcsönhatása (bioszféra)*

* Cél: annak felismerése, hogy a környezeti ártalmak, a környezet szennyezése elleni védekezés aktív magatartást, valamint saját egészségének megóvása is személyes felelősséget követel az egyéntől.
* Feladatok:
* A Föld és szűkebb környezetünk megismerése.
* A környezet szennyezése és védelme.
* A környezeti ártalmak: zajártalom, környezetszennyezés, urbanizációs ártalmak, túlterhelés, lelki ártalmak.
* A környezeti változásokból fakadó egészségkárosító hatások érzékeltetése, a globális egészségügyi problémák iránti felelősség kialakítása.
* Környezetbarát alapanyagok, termékek, anyag- és energiatakarékos gazdálkodás megismerése.
* A védőoltások, szűrővizsgálatok, tanácsadások jelentőségének hangsúlyozása.
* Elsősegélynyújtási ismeretek elsajátítása, főbb betegségtünetek felismerése.
* Balesetvédelmi szabályok, védőfelszerelések alkalmazásának megismerése.
* A hulladék hatástalanításának, megfelelő tárolásának, a vegyszerek kezelésének elsajátítása.
* A kémiai anyagok, jelenségek mindennapi életünkben betöltött szerepének felismerése, az élő szervezetre és a természetre gyakorolt hatások tudatosítása.

6. Az egészséges életmód kialakítására irányuló módszerek

6.1. Hagyományos egészségnevelés, felvilágosítás

Célja: minél több ismeret átadása, hogy az egyén az információk birtokában racionálisan dönthessen.

Színterei:

* Alkalmi jelleggel megszervezett iskolai felvilágosító, szakmai előadások tanulmányi/szakmai kirándulás, diáknap, múzeumlátogatás.
* Egészségnap szervezése a prevenció jegyében évente.
* Iskolai akciók: iskolaszépítés, pályázatok, véradás.
* Tanácsadás: védőnő, iskolaorvos, szaktanár, szociális segítő.

6.2. Az érzelmi intelligenciát, társas kompetenciákat, alkalmazkodást fokozó beavatkozás

* Célja: az egyén konfliktuskezelési eszköztárának erősítése, szocializációs lehetőség biztosítása a társas-kommunikációs képességeik fejlesztésére.
* Tanórai és tanórán kívüli tevékenység során is alkalmazzuk képességfejlesztő és önismereti csoportfoglalkozásokon.

6.3. Kortárshatások az egészségfejlesztésben

* Célja: a serdülőkorú fiatalok véleményének formálása saját korosztályuk képviselőjének közreműködésével, kihasználva a társas tevékenység szubkulturális hatását.
* Szorgalmazzuk és támogatjuk, hogy iskolánk diákjai bekapcsolódjanak a kortársképző programokba. Pl. AIDS-prevenció, elsősegélynyújtás, szenvedélybetegségek megelőzése.
* A kiképzett kortárssegítőknek minden segítséget megadunk ahhoz, hogy megfelelő felvilágosító munkát végezhessenek.

7. Egészségnevelés tanórán és tanórán kívül

7.1. Egészségnevelés az osztályfőnöki órán

* A 7.5. pontban részletesen felsorolt témakörök feldolgozására sor kerül a 9-13. évfolyamokon. A témakörök visszatérnek az egyes évfolyamokon, az ismeretek bővíthetők, a módszerek változatossá tehetők.
* Az osztályfőnöki órák kötelező tematikájához megadott óraszámok lehetővé teszik, hogy az osztályfőnök diákjai személyiségének, képességeinek megfelelő mélységben foglalkozzon az adott témakörrel.

7.2. Egészségnevelés más tanórákon

Az egészséges életmódra nevelés, az egészségfejlesztés nem lehet egyetlen tantárgy, egyetlen tantárgyi munkaközösség feladata. Az iskola oktató-nevelő munkájának egészét át kell hatnia. Kiemelt szerepe van a testnevelés, a biológia és a természetismeret tantárgynak.

7.3. A tanórai egészségnevelés során felhasználható módszerek, eszközök:

* könyvtári óra, egyéni vagy csoportos kutatómunka,
* tanulói kiselőadások,
* csoportbeszélgetések, esetmegbeszélések
* külső előadó meghívása (orvos, pszichológus, gyámügyi előadó, rendőr stb.),
* kérdőívek, felmérőlapok kitöltése,
* dramatikus játékok, konfliktuskezelési gyakorlatok,
* személyiség-, empátiát fejlesztő gyakorlatok,
* transzparensek, makettek használata,
* videofilmek, CD-k használata.

7.4. Egészséges életmódra nevelés tanórán kívül:

* osztálykirándulások,
* túrák, természetjárás,
* tömegsport foglalkozások, edzések,
* az iskola által rendezett sportversenyek, sportnapok,
* egészségügyi vetélkedők,
* egészségnevelési témakörökben kiírt pályázatok.

8. A mindennapi testnevelés biztosítása

Társadalmunk rossz egészségügyi helyzete leképződik iskolánkban is. Tanulóink körében egyre gyakoribb valamilyen mozgásszervi rendellenesség, s egyre több a felmentettek száma is. Ez ellen a káros folyamat ellen helyi szinten a mindennapos testedzés megvalósítását szolgáló programmal igyekszünk tenni. Tanulóinkkal a testnevelő tanárok differenciáltan foglalkoznak.

Az iskola-egészségügyi szolgálat készíti el azt a listát, amely tartalmazza a felmentett tanulók, a könnyített testnevelésre, valamint a gyógytestnevelésre javasolt tanulók névsorát. Intézményünkben gyógytestnevelő tanár végzi el a speciális feladatokat.

A kollégium épületében kondicionáló terem áll rendelkezésre, amely tanítási időben elsősorban a testnevelés órák színtere, délutánonként a szabadidős tevékenységet színesíti.

Az iskola sportlétesítményeit (tornaterem, kézilabdapálya, focipálya, műfüves futsal pálya) délutánonként és hétvégén is használhatják tanítványaink.

A város által rendezett középiskolai sportrendezvényeken, tömegsport-rendezvényeken nagy számban vesznek részt tanulóink.

Tagintézményünkhöz közel kiemelten fontos városi sportlétesítmények találhatók, az uszoda és a korcsolyapálya, tekepálya, amelyek igénybevételével bővítjük a sportolási lehetőségeinket.

Kedvező földrajzi adottságainkat elsősorban a szabadidős tevékenység során tudjuk kihasználni (kirándulás, túrázás). Az osztálykeretben szervezett kirándulásoknál is elsősorban azoknak a szervezését szorgalmazzuk, amelyek módot adnak a diákok mozgási igényeinek kielégítésére.

9. Az iskola-egészségügyi szolgálat szerepe az egészségnevelésben

Az iskola-egészségügyi feladatokat az iskola kijelölt orvosa és védőnői látják el, akik az iskola-egészségügyi ellátásáról szóló jogszabályokban előírt feladataikat az önkormányzattal és az Országos Egészségbiztosító Pénztárral kötött szerződés értelmében látják el éves munkatervük alapján.

9.1. Feladataik a következők szerint csoportosíthatók:

* A tanulók életkorhoz kötött vizsgálata, a testi, érzelmi és intellektuális fejlődés követése, az érzékszervek vizsgálata.
* A szűrővizsgálatok során a krónikus betegségek és kóros elváltozások korai felismerése.
* Adott esetben a tanulók elsősegélyben való részesítése.
* A szakképzésben részt vevő tanulók alkalmassági vizsgálata.
* Az egészségügyi okból veszélyeztetett tanulók folyamatos gondozása.
* Az üdüléshez, táborozáshoz szükséges vizsgálatok elvégzése.
* A testnevelési besorolás elkészítése.

9.2. Az egészségnevelésben ezen túl aktív szerepet végez a védőnő az alábbi tevékenységekkel:

* Az osztályfőnöki órák tanmenetéhez kapcsolódó felvilágosító és tájékoztató órák megtartása.
* Segítség drogprevenciós, felvilágosító, egészségnevelési vetélkedőre való felkészítésben.
* A serdülőkori változások megismertetése, segítségnyújtás a serdülőkor érzelmi, magatartási, életmódbeli és szexuális problémáinak, valamint kríziseinek megoldásában.
* Közreműködés környezet-egészségügyi, közegészségügyi és táplálkozás-egészségügyi feladatok ellátásában.