

ÁLTALÁNOS ÉS KÖZÉPISKOLAI PEDAGÓGUSOK EGÉSZSÉGMAGATARTÁSÁNAK VIZSGÁLATA

Cseh Kristóf

Sportmenedzser II. évfolyam

Témavezető: dr. Cselik Bence

adjunktus - Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar FSI

A pedagógusi pálya a testnevelő tanárok kivételével kevés fizikai aktivitást igényel. A pedagógusok által közvetített erények, szokások közül az egészséges életvitel kialakítása különösen fontos, s ezzel együtt az egészséget támogató értékek megjelenése viselkedésükben, kommunikációjukban, legfőképpen a diákok felé. Munkánk során kutattuk a pedagógusok között mindennapjaikban elvégzett fizikai tevékenységüket, sportolási szokásaikat, valamint káros szenvedélyeiket. Az online kérdőívben 120 székesfehérvári és pécsi általános- és középiskolai tanár vett részt, akik a *Nemzetközi Fizikai Aktivitás Kérdőív – Hosszú verzió (IPAQ)* kérdőívet, illetve általunk megfogalmazott, összeállított kérdésekre válaszoltak, demográfiai adatokról és függőségükről. Úgy véltük, hogy a pedagógusok káros szenvedélyei, legfőképp a dohányzás tekintetében magasak, ezzel, valamint a mozgás hiányával pedig nem tudnak példát mutatni a tanulóknak az egészséges életmód szempontjából. Feltételeztük, hogy az oktatott tárgy és a rendszeres fizikai aktivitás között szignifikáns összefüggés lesz, és a tanárok az országos átlagnál kevesebbet sportolnak. Az eredményeket tekintve arra a következtetésre jutottunk, hogy a pedagógusok kevés időt töltenek ülással, a rendszeresen dohányzók aránya is alacsony, illetve többet sportolnak az országos átlagnál. Az egyik legérdekesebb talán, hogy az iskolán kívüli mozgást tekintve nem a testnevelők, hanem a reál és humán tárgyakat oktatók a legsportosabbak. Szeretnénk disszertációnkkal felhívni az intézmények figyelmét a sportolás, fizikai rekreáció fontosságára, a helyes egészségmagatartására, illetve ezzel kapcsolatos továbbképzéseket, fejlesztő tréningek szervezését a pedagógusok számára.