**KÉRJÜK, hogy a megadott mintában dolgozzon, annak formátumában legyen szíves az absztraktot elkészíteni és beküldeni WORD fájlként! Az absztrakt max. egy oldalas lehet!**

**KERNER ÁGNES1, ÁCS PONGRÁC2, BONCZ IMRE3, DERDÁK MERCEDES4, MORVAY-SEY KATA2**

1 Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Doktori Iskola

2Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet

3 Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Egészségbiztosítási Intézet

4 Cserepka János Baptista Általános Iskola, Középiskola és Sportiskola

*Kapcsolattartó szerző: Kerner Ágnes; agnes.kerner@etk.pte.hu*

**“BIZTONSÁGOS ESÉS – BIZTONSÁGOS ISKOLÁK” PREVENCIÓS PROGRAM HATÁSOSSÁGÁNAK VIZSGÁLATA A CSEREPKA JÁNOS BAPTISTA ÁLTALÁNOS ISKOLÁBAN**

**BEVEZETÉS**: Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) rámutatott arra, hogy világszerte az esésekből/ elesésekből származó sérülések a második vezető halálokot jelentik a véletlen, nem szándékos baleseteket figyelembe véve.

**CÉLKITŰZÉS**: Vizsgálatunk célja annak bizonyítása, hogy a már külföldön (Spanyolországban) eredményesen működő 6 hetes egészségprogram (Safe Fall-Safe School), mely a biztonságos talajraérkezést hivatott a gyerekek körében elsajátíttatni, hazánkra adaptálható (Magyarországon) és eredményesen működik. Távlati cél a preventív program segítségével az elesésekből származó sérülések csökkentése, ezáltal az orvosi beavatkozások és egészségügyi kiadások csökkentése.

**HIPOTÉZISEK:** Feltételezzük, hogy a biztonságos eséstechnikák elsajátítása 6 hét alatt szignifikáns javulást eredményez az eleséseknél kockázatot jelentő motoros válaszok helyes végrehajtásában. (5 testszegmens vizsgálata), ezáltal hosszú távon csökkenthető az elesésekből származó sérülések és/vagy halálesetek száma.

**ANYAG ÉS MÓDSZEREK**: Vizsgálatunkban a pécsi Cserepka Baptista Iskola tanulói vettek részt, n = 154. A programot megelőzően, majd azt követően is egy felügyelt, vezetett hátraesés teszttel vizsgáltuk a gyermekek által adott motoros válaszokat, melyeket megfigyelési lapon és filmfelvételen is rögzítettünk. A vizsgálati alanyok a programban önkéntesen, anonim módon, írásos szülői és gyermek beleegyező nyilatkozatot követően vettek részt. Kutatásunk az ETT Tudományos és Kutatásetikai Bizottságának etikai engedélyével (57145-4/2018/EKU) rendelkezik.

**EREDMÉNYEK:** A minta pre és post teszt eredményeiben szignifikáns különbséget találtunk a megfigyelt testrészek helyzetében, a helyes motoros válaszokban (p<0,001 nyak; p <0,001 törzs; térd; p<0,001; csípő; p<0,001; karok p<0,001).

**KÖVETKEZTETÉSEK:** Vizsgálatunk bizonyította, hogy iskolai testnevelés órákba integráltan –rövid időtartamban, heti 2x10 perc- megvalósítható a “Safe Fall-Safe Schools” program, illetve segítségével statisztikailag is kimutatható fejlődés érhető el az egészséget megóvó motoros válaszokban, melyek egy váratlan esés során akár életet is menthetnek.

**KULCSSZAVAK**

Eséstechnika, safe fall-safe schools, prevenció, motoros válasz, biztonságos talajra érkezés

**KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS (nem kötelező)**

A kutatás az Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program, EFOP-3.6.2-16-2017-00003: „Sport- Rekreációs- és Egészséggazdasági Kooperációs Kutatóhálózat létrehozása" című projektjének támogatásával készült.