

ÇOKLU ZEKÂ KURAMINA DAYALI BESLENME EĞİTİMİNİN OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMUNA DEVAM EDEN 60-72 AY GRUBUNDAKİ ÇOCUKLARIN BESLENME ALIŞKANLIKLARINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Fatma Zehra EROL, Nurhan ÜNÜSAN, Muteber Gizem KESER

AMAÇ: Okul öncesi dönem, sağlıklı beslenmenin temelini oluşturduğu, büyük önem arz eden bir dönemdir. Çocukluktan başlayan doğru ve bilinçli beslenme eğitimi ile daha sağlıklı bir yaşam mümkündür ve bunun için beslenme eğitiminin, okul öncesi dönemden başlayarak, örgün eğitimin tüm basamaklarında sürdürülmesi şarttır. Çocuklarda davranış değişikliği yaratabilmek için hazırlanacak eğitim programlarında, çocukların ilgi ve ihtiyaçları, onların eğilim ve yeteneklerini ortaya çıkaracak öğretme-öğrenme sürecinin planlanıp uygulanması önemlidir. Bu araştırmanın amacı, çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 ay grubu çocukların beslenme alışkanlıkları ve yemek yeme kurallarına ilişkin alışkanlıklarındaki değişiklikleri değerlendirmektir. Okul öncesi dönemdeki çocuklarla çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitimi ile ilgili daha önceden yapılmış herhangi bir çalışmanın olmaması, araştırma sonucunda elde edilen verilerin bu konuda ileride yapılacak çalışmalara yön verebileceği, çoklu zekâ kuramının okul öncesi eğitimde yer alan bilgi ve becerilerin kazandırılmasında örnek olabileceğinden araştırmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

YÖNTEM: Çalışmanın örnekleme rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiş olup, Konya’ da bir anaokuluna devam eden 60-72 ay grubu 20 kız ve 20 erkek öğrenciden oluşmuştur. Araştırmada örneklem randomize iki gruba ayrılmış, öğrencilere çoklu zekâ kuramına ya da geleneksel programa dayalı iki farklı beslenme eğitimi verilmiştir. Çalışmada Beslenme Bilgisi Ölçme Testi ve çocuklarda Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Tutum Ölçeği’ nden yararlanılmıştır. Veriler “SPSS.21” programı ile analiz edilmiş ve analizde betimsel istatistikler ile Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR: Çalışmamız sonunda, okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme ve yemek yeme kuralları bilgisi üzerinde iki grupta ön test sonuçları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ($p>0.05$) bulunmuştur. Çoklu zekâ kuramına dayalı programın uygulandığı öğrenciler ve geleneksel programın uygulandığı öğrencilerin son test puanları karşılaştırıldığında, beslenme bilgisi ve çocukların yemek sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasındaki farkın anlamlı ($p<0.05$) olduğu sonucuna varılmıştır.

Ünver ve Yasin'in "Beş-Altı Yaş Grubu Çocuklarına Besin Grupları Konusunda Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Olan Etkisi" ni belirlemek amacıyla, ilköğretim okulları anasınıfı öğrencilerinin örnekleme oluşturduğu çalışmada, verilen eğitimle deney grubu çocuklarının kontrol grubu çocuklarına oranla, besin gruplarına ilişkin bilgi düzeyleri ve yemek yeme davranışlarında olumlu yönde gelişmeler olduğu sonucuna varılmıştır. Okul öncesi eğitim kurumlarında besin gruplarının eğitimine yönelik konulara yer verilmesinin, bu yaş grubu çocuklarının besin gruplarına ilişkin bilgi düzeylerini yükseltebileceği, besin gruplarından dengeli ve yeterli beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde değiştirebileceği çıkarımı yapılmıştır. Yine Başkale ve arkadaşlarının "Okul Öncesi Çocuklara Yönelik Piaget' nin Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Geliştirilmesi, Uygulanması ve Bu Eğitimin Çocukların Beslenme Bilgisine, Besin Tüketim Sıklıklarına ve Beden Kitle İndeksi ve Kol Çevresi Ölçümlerine Etkisini İncelemek" amacıyla 2010 yılında gerçekleştirdikleri ve örneklemin 238 anaokulu öğrencisinden meydana geldiği çalışmada, çocukların beslenme hakkındaki bilgi düzeyleri ve besin tüketim sıklıkları eğitim öncesinde, eğitim sonrasında ve eğitimden bir yıl sonra; antropometrik ölçümleri eğitim öncesinde ve eğitimden bir yıl sonrasında alınmıştır. Eğitim sonrasında deney grubundaki çocukların beslenme bilgi puanları artmış ve besin tüketim sıklıklarında kontrol grubuna göre olumlu gelişmeler olmuştur.

Çalışmamız sonucunda çoklu zekâ kuramına dayalı programın uygulandığı öğrenciler ve geleneksel programın uygulandığı öğrencilerin son test puanları karşılaştırıldığında, yemek yeme kuralları, öz bakım becerileri ve genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum ve beslenme tutum puanları arasındaki farkın ise anlamlı olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0.05$).

SONUÇ: Çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin okulöncesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerine anlamlı etkileri mevcuttur. Öğrencilerin ilgisini çekecek etkinliklerle beslenme eğitimi verilmesi, sağlıklı beslenmenin temellerinin oluşacağı bu dönemde önem arz etmektedir. Bu kapsamda kurumlarda çocuklara belirli aralıklarla beslenme eğitimi verilebilir. Bu kapsamda planlanacak olan beslenme eğitimi, sınırlı zamanlardan ziyade aralıklı olarak hatırlatıcı ve pekiştirici bir şekilde çocuklara sunulmalıdır. Okullarda bu konu ile ilgili çeşitli projeler hazırlanabilir. Yürütülmekte olan ve kurumların isteğiyle başvuru alan "Beslenme Dostu Okul" projeleri mecburi hale getirilebilir. Ayrıca gerek öğrencilerin eğitim görmekte olduğu kurumun eğitimcilerinin, gerekse öğrenci velilerin beslenme alanında daha da bilinçlendirilmesi amacıyla çeşitli eğitimler verilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Çoklu Zekâ Kuramı, Okulöncesi Eğitim, Beslenme, Beslenme Eğitimi

REFERANSLAR

Ünver, Yasin (2004). *Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Dönemi Çocukları İçin Geliştirilecek, Besin Gruplarına Yönelik Beslenme Eğitimi Programlarının, Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Başkale, Hatice (2010). *Okul Öncesi Çocuklara Verilen Beslenme Eğitiminin Çocukların Beslenme Bilgisine, Davranışlarına ve Antropometrik Ölçümlerine Etkisi*, Doktora Tezi, DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.