

MONTESSORI YAKLAŞIMI İLE VERİLEN BESLENME EĞİTİMİNİN 4-5 YAŞ ÇOCUKLARIN BESİN GRUPLARI BİLGİSİ, BESLENME ALIŞKANLIKLARI VE SOFRA DÜZENİ BİLGİSİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Yağmur ŞİMŞEK, Nurhan ÜNÜSAN, Fatma Zehra EROL, Muteber Gizem KESER

AMAÇ: Yetişkinlikte ve hayat boyu sürdürülecek beslenmeye dair alışkanlıklarının temeli çocukluk döneminde atılmaktadır. Bu araştırma Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 4-5 yaş çocuklarına Montessori Yaklaşımı temel alınarak verilen beslenme eğitiminin besin grupları bilgisi, beslenme alışkanlıkları ve sofraya düzeni bilgisi üzerine etkisinin saptanması amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM: Araştırma Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı Konya ili Cihanbeyli ilçesinde bulunan iki ilköğretim okulundaki 4-5 yaş grubu anasınıfı öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Okullardan biri kontrol grubu olarak belirlenirken, diğeri deney grubu olarak belirlenmiş ve araştırmaya toplam 40 öğrenci katılmıştır. Çalışmada Okul Öncesi Çağı Çocuklarda Besin Grupları Bilgisi Formu, Okul Öncesi Çağı Çocuklarında Beslenme Alışkanlıkları Anketi ve Sofra Düzeni Bilgi Formundan yararlanılmıştır. Beslenme eğitiminin öncesinde her iki gruba da ön test uygulanmış, sonrasında yalnızca deney grubuna beslenme eğitimi verilmiştir. Eğitim sonunda tekrar her iki gruba son test uygulanmış ve veriler SPSS 21.0 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde ise Bağımsız İki Örneklem T testi, Mann-Whitney U Testi, Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi'nden faydalanılmıştır.

BULGULAR: Çalışma sonucunda Montessori yaklaşımı ile beslenme eğitimi verilen öğrencilerin ön test ve son test verilerine göre, verilen eğitim sonucunda bütün sorularda doğru yanıt verme oranı artmıştır ($p<0.05$). Buna ilaveten, Montessori yaklaşımı ile beslenme eğitimi alan ve kontrol grubu öğrencilerinin son test puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu gözlemlenmiştir ($p<0.05$).

SONUÇ: Montessori Yaklaşımı temel alınarak verilen beslenme eğitiminin okulöncesi çocukların besin gruplarına ve sofraya düzenine ilişkin bilgi düzeylerinde gelişmelere sebep olduğu bilinmektedir. Bununla birlikte anaokullarında besin hazırlama ve servisleme, sofraya düzeninin kurulmasında öğrencilerin de aktif rol alması ve velilerin beslenme eğitimi konusunda bilinçlenmesi okulöncesi çocukların beslenme alışkanlıklarında olumlu etkiler oluşturabilmektedir. Okulöncesi çocukların beslenme eğitiminde Montessori Yaklaşımı temelli programların varlığı teşvik edilmeli ve bu konuda daha çok çalışma yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Okul Öncesi Eğitim, Beslenme Eğitimi, Montessori Yaklaşımı