

Okul Öncesi Eğitimde Okul İçi Beslenme Süreçlerine İlişkin Öğretmen Görüşleri

Ayşe Gümrah¹, Berfu Kızılaslan Tunçer²

Özet: Bu çalışmanın amacı, okul öncesi dönemde okul içi beslenme süreçlerine ilişkin okul öncesi öğretmenlerinin görüşlerini ortaya koymaktır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması kullanılmıştır. Çalışma grubu, 2022-2023 eğitim öğretim yılında Kocaeli ili Darıca ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokul ve ortaokullar bünyesindeki anaokullarında görev yapmakta olan 15 okul öncesi öğretmeninden oluşmaktadır.

Araştırmada öğretmenlere araştırmacı tarafından okul öncesi öğretmenlerinin okul içi beslenme süreçlerine ilişkin görüşlerini saptayabilmek adına hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formundaki sorular sorulmuş, öğretmenlerin verdiği cevaplar ses kaydına alınarak not alınmıştır. Öğretmenlere uygulanan görüşme formundan elde edilen cevaplar içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiş, her soru için bir kod oluşturularak cevaplar benzerlik durumuna göre temalaştırılmıştır. Analiz edilen veriler, bulgulara dayalı olarak yorumlanmıştır. Araştırmada katılımcılar gönüllük esasına dayanarak seçilmiştir ve örnekleme yöntemi olarak çeşitliliğin sağlanması amacıyla amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcı görüşlerinin yedi ana tema altında toplandığı ve bu temaların alt temalarında yeterli, sağlıklı ve dengeli beslenme alt temalarının ön plana çıktığı görülmüştür. Katılımcılar çocukların sağlıklı besinlerle ve günlük enerji ihtiyacına uygun şekilde beslenmesinin önemine vurgu yapmışlardır.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Okul Öncesi Eğitim, Okul Öncesi Öğretmeni

Geliş Tarihi: 14.07.2023 – **Kabul Tarihi:** 20.09.2023 – **Yayın Tarihi:** 30.09.2023

DOI: 10.29329/mjer.2023.608.2

TEACHER'S OPINIONS ON THE PROCESSES OF THE NUTRITION AT SCHOOL IN PRE-SCHOOL EDUCATION

Abstract: Nutrition, in addition to affecting the physical and social development of the person, is a need that must be met in order to maintain life in the period starting from the prenatal period to death. The purpose of nutrition in the preschool period is to ensure that children grow and develop in a healthy way, to make them resistant to diseases, to improve their mental skills, to increase their behavioral and mental performance at school and to try to prevent diseases that they may encounter in later life.

¹ **Ayşe Gümrah**, Sınıf Öğretmeni, Milli Eğitim Bakanlığı, ORCID: 0009-0007-5098-4078

² **Berfu Kızılaslan Tunçer**, Assist. Prof. Dr., Primary Education, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, ORCID: 0000-0001-5184-4869

Correspondence: btuncer@comu.edu.tr

In the early childhood period, children have an inexhaustible energy due to the developmental period they are in. Since it is the period when the growth and development rate is at the highest level, more energy is needed in this period. In addition, for children to participate in various activities, to grow and develop in a healthy way, nutrients should be given to meet the daily energy needs of children. In other words, it is important to know the calorie levels of the foods to be given to children while meeting the nutritional needs of children.

As a result of inadequate and unhealthy nutrition of individuals, diseases such as psychological problems, physical growth retardation, cancer, obesity, tooth decay and diabetes occur. In short, it is seen that adequate and balanced nutrition is more than the individual's need to maintain his/her life. Although nutrition seems to be the elimination of hunger, it is of great importance as it affects the physical, social and spiritual state of people and society.

Preschool education period is critical in providing children with healthy, adequate and balanced eating habits and eliminating nutritional problems. Because it is the children of today who will ensure the healthy growth and development of the next generation. While the importance of healthy nutrition is so obvious, it is also important to examine the in-school nutrition processes of children in pre-school education institutions.

The aim of this study is to reveal the views of preschool teachers about the processed of the nutrition at school during the preschool period. Case study, as one of the qualitative research methods, was used in the study.

The study group consists of 15 pre-school teachers working both in public and private kindergartens affiliated to the Ministry of National Education and in kindergartens within the scope of primary and secondary schools in the Darıca district of Kocaeli province in the 2022-2023 academic year.

The questions in the semi-structured interview form prepared by the researcher in order to determine the opinions of preschool teachers about the the processes of the nutrition at school were asked to the teachers, and the answers given by the teachers were recorded and noted. The answers acquired from the interview form which was applied to the teachers were analyzed with the content analysis method, a code was created for each question and the answers were divided into themes in accordance with their similarities. The analyzed data were interpreted based on the findings.

In the study, the participants were selected on a voluntary basis, and maximum diversity sampling, one of the purposive sampling methods, was used in order to ensure diversity as a sampling method.

According to the result of the research, it has been realized that the views of the participants were gathered under seven main themes and the sub-themes of adequate, healthy and balanced nutrition came to the fore in the sub-themes of these themes. Participants have emphasized the importance of feeding children with healthy food by supplying their daily energy requirement.

Keywords: Preschool Education, Preschool Teacher, Nutrition

GİRİŞ

Beslenme doğumla başlayıp bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik, yaşlılık ve ölüme kadar insan hayatında önemini yitirmeyen bir süreçtir. “*Beslenme insanın sağlıklı olarak büyüme ve gelişmesi için gerekli olan öğeleri vücuduna alıp kullanabilmesi olarak tanımlanmaktadır*” (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2013). Çocukların sağlıklı şekilde büyüme ve gelişme gösterebilmelerinde sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme büyük öneme sahiptir. Herhangi bir hastalık bulgusu göstermeyen, biyolojik yaşına uygun bilişsel ve fiziksel büyüme, gelişme ve olgunlaşmaya sahip çocuk sağlıklı çocuktur (Köksal, 2004). Çocukların yaşına uygun biçimde sosyal gelişim, bedensel büyüme, gelişme ve devinim göstermesine en çok etki eden faktörlerden biri de beslenmedir. Aynı zamanda beslenme, çocukların yaş, cinsiyet ve fiziksel etkinliğine uygun biçimde yeterli ve dengeli olmalıdır (Kobak ve Pek 2015; Baysal 2015).

Büyüme ve gelişme hızı bakımından insan hayatı göz önüne alındığında erken çocukluk veya okul öncesi dönem olarak da bilinen yaşamın ilk 6 yılı en hızlı büyüme ve gelişmenin yaşandığı dönem olarak söylenebilir. Okul öncesi dönem, çocukların hayatını şekillendirecek temel ve doğru davranışların kazandırılmaya çalışıldığı dönemdir. Bu dönemde çocukların benlik algısı oluşmaya ve şekil almaya başlar (Ünlü 2011; Demiriz ve Dinçer, 2001). Bu sebeple okul öncesi eğitim süreci çocuklarda olumlu beslenme alışkanlıklarının oluşması bakımından kritik öneme sahiptir.

Çocukların çevresinde bulunan birçok uyarıcı çocukların beslenme alışkanlıklarına doğrudan ya da dolaylı etki etmektedir.

Beslenmeyi etkileyen okul ortamı, arkadaş ortamı ve aile ortamı gibi uyarıcılar bulunsa da ebeveyn faktörü bu uyarıcıların en başında gelmektedir. Her nerede olursa olsun çocukların ilk ihtiyacı onlara uygun, temiz, düzenli şekilde bakıp besleyebilecek bireylerin oluşturduğu aile ortamıdır (Kutluay Merdol, 2008). Çocuklar büyüme ve gelişmelerini etkileyen beslenme özelliklerinin oluşmasında en çok ailelerinin bu konudaki tutumlarını örnek almaktadırlar. Bu sebeple aileler çocuklarda olumlu beslenme alışkanlıklarının oluşmasında iyi birer rol model olmalıdırlar (Ünlü 2011; Köksal ve Gökmen 2000). Çocukların beslenme alışkanlıkları farklı kültürlerde değişiklik göstermekte ve önceki nesillerden günümüze kadar devam eden bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Yaşanan bu süreçte ebeveynlerin doğru beslenme konusundaki tavırları çocukları da doğru ve yeterli beslenmeye motive etmektedir (Kutluay Merdol, 2008).

Okul öncesi dönem çocukları yaşamın her alanında okul öncesi öğretmenlerini örnek almaktadır. Olumlu beslenme davranışlarının kazandırıldığı okul öncesi dönemde çocuklara yol gösteren ebeveyn ve öğretmenlere büyük sorumluluklar düşmektedir (Kutluay Merdol, 2012). Ebeveynlerden sonra çocukların beslenme alışkanlıklarının oluşmasında okul öncesi öğretmenlerinin

rolü büyüktür (Sharma vd., 2011). Fakat ülkemizde öğretmenlerin beslenme eğitimi konusunda yeterli bilgiye sahip olmaması bu süreci olumsuz etkilemektedir (DPT, 2003; Gündoğdu, 2009).

Okul öncesi eğitimde, beslenme alışkanlıkları çocuklara “öz bakım becerileri” gelişim alanı adı altında kazandırılmaya çalışılmaktadır. Eğitim akışı içerisinde beslenme saatleri düzenlenmekte ve bu saatlerde çocukların sofrası ve temizlik kuralları, çatal-kaşık-bıçak doğru kullanabilme becerilerinin geliştirilmesine çalışılmaktadır (Osmanoğlu, 2018).

Yeterli ve dengeli beslenme yalnızca kişilerin yaşamını sürdürmeleri için değil toplum refahının yükselmesi için de önem taşımaktadır. Dölekoğlu ve Yurdakul (2004)’e göre, bir toplumun sosyal ve ekonomik anlamda sağlıklı şekilde yaşaması ancak yeterli ve dengeli beslenme ile mümkündür. Küreselleşen dünyada, insanların hayat kalitesinin artması için tüm bireylerin beslenme konusunda farkındalığı oluşturulmalı, sağlıklı beslenmenin toplum tarafından alışkanlık haline dönüştürülmesi gerekmektedir (Türkiye Halk Sağlığı Kurumu [THSK], 2016).

Yeryüzündeki tüm canlılar geçmişten günümüze hayatta kalabilmek için birçok uğraş vermektedir. Besin ihtiyacı ise bunların en başında gelmektedir. Küreselleşen dünyada bireylerin yaşama tutunma çabası artmış fakat buna karşın beslenme ihtiyacını gidermeye ayrılan süre azalmıştır. Besin ihtiyacının karşılanmasına ayrılan zamanın azalması da birçok hastalığı ortaya çıkarmıştır (Kavas ve Kavas, 2010). Bireylerin yetersiz ve sağlıksız beslenmesi sonucu psikolojik sorunlar, fiziksel büyüme gerilikleri, kanser, obezite, diş çürümesi, şeker hastalığı gibi hastalıklar meydana gelmektedir. Kısacası yeterli ve dengeli beslenmenin bireyin yaşamını sürdürme ihtiyacından daha fazlası olduğu görülmektedir. Beslenme her ne kadar açlığın giderilmesi gibi görünse de insanların ve toplumun fiziksel, sosyal ve ruhsal durumunu etkilediğinden büyük öneme sahiptir (Demiriz ve Dinçer, 2001).

Ülkemizin de içinde bulunduğu gelişmekte olan ülkelerde sağlıkla ilgili konularda maddi kaynaklar sınırlı tutulmaktadır (Tosun, 2018). İnsan sağlığını korumak ve daha iyi duruma getirmek amacıyla ülke bütçelerinin büyük bir kısmının kullanılması hem birey hem de toplum faydasına olacaktır. Gelişen bilim ve teknoloji çağında, bilimsel gelişmelere ve teknolojik yeniliklere yabancı kalmamak için ülke insanlarının beden, zihin ve ruhsal yönden sağlıklı yetiştirilmesi amaçlanmalıdır. Bu da ancak ülkelerin sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme adına geliştirecekleri politikalar yoluyla sağlanabilecektir (Kavas ve Kavas, 2010).

Çocuklara sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıkları kazandırma, beslenme problemlerini gidermede okul öncesi eğitim dönemi kritik öneme sahiptir. Çünkü gelecek neslin de sağlıklı büyüüp gelişmesini sağlayacak olan günümüz çocuklarıdır (Sütcü, 2006). Sağlıklı beslenmenin önemi bu denli ortadayken okul öncesi eğitim kurumlarında çocukların okul içi beslenme süreçlerinin incelenmesi de önem arz etmektedir.

Ülkemizde Milli Eğitim Bakanlığı tarafından, 2022-2023 eğitim öğretim yılı Şubat ayı itibariyle okul öncesi eğitim kurumlarında ücretsiz beslenme desteği uygulaması başlatılmıştır. Bu araştırmada, mevcut sistemdeki “okul öncesi eğitimde ücretsiz beslenme desteği uygulaması” ile ilgili öğretmen görüşlerinin ortaya koyulması amaçlanmıştır. Okul öncesi dönem okul içi beslenme süreçlerinde ücretsiz beslenme desteği uygulaması hakkında geçmişte herhangi bir araştırma yapılmamış olması da araştırmayı önemli kılmaktadır. Ayrıca alan yazında okul öncesi öğretmenlerinin okul menüleri hakkındaki görüşleri ile ilgili araştırma bulunmakta olup okul öncesi eğitim kurumlarında uygulanan okul içi beslenme süreçlerine ilişkin öğretmen görüşlerini incelemeye yönelik bir araştırmaya da rastlanmamıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması kullanılmıştır. Durum çalışmalarında amaç; karşılaşılan bir durumun ayrıntılarını tanıyarak görmek, bir olaya dair olası tanımlamalar ortaya koymak ve karşılaşılan duruma yönelik sonuçlara ulaşmaya çalışmaktır. Durum çalışmalarında araştırılan bir kişi veya kurum olabileceği gibi birden fazla kurum da olabilir. Bu kişi veya kuruma ilişkin faktörler bütüncül bakış açısıyla ele alınarak, olası durumla bağlantıları üzerinde durulur (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Çalışma Grubu

Çalışma, 2022-2023 eğitim öğretim yılında Kocaeli ili Darıca ve Gebze ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokul ve ortaokulların bünyesinde bulunan anaokullarında görev yapmakta olan 15 okul öncesi öğretmeni ile yürütülmüştür. Araştırmada katılımcılar gönüllük esasına dayanarak seçilmiştir. Örneklem yöntemi olarak çeşitliliğin sağlanması amacıyla amaçlı örneklem yöntemlerinden, farklı kurum türlerinin yer aldığı örneklem kullanılması bakımından maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılmıştır. Amaçlı örneklem yöntemleri çoğu durum için olayları ve olguları açıklamada faydalı olmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2006).

Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcıların demografik yapısı Tablo 1 de sunulmuştur.

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcı Kodları	Cinsiyet	Kıdem	Öğrenim Durumu	Kariyer Basamağı	Çalıştıkları Okul Türü
Ö1	Kadın	6-10 yıl	Lisans	Öğretmen	Ortaokul
Ö2	Kadın	6-10 yıl	Lisans	Öğretmen	Ortaokul
Ö3	Kadın	1-5 yıl	Lisans	Öğretmen	Anaokulu
Ö4	Kadın	11-15 yıl	Yüksek Lisans	Uzman Öğretmen	İlkokul
Ö5	Kadın	11-15 yıl	Lisans	Uzman Öğretmen	İlkokul

Ö6	Kadın	11-15 yıl	Lisans	Uzman Öğretmen	İlkokul
Ö7	Erkek	11-15 yıl	Lisans	Uzman Öğretmen	Anaokulu
Ö8	Kadın	1-5 yıl	Lisans	Öğretmen	İlkokul
Ö9	Kadın	1-5 yıl	Lisans	Öğretmen	İlkokul
Ö10	Erkek	6-10 yıl	Lisans	Öğretmen	Anaokulu
Ö11	Kadın	6-10 YIL	Lisans	Öğretmen	İlkokul
Ö12	Kadın	11-15 yıl	Lisans	Uzman Öğretmen	İlkokul
Ö13	Kadın	6-10 yıl	Lisans	Öğretmen	İlkokul
Ö14	Kadın	11-15 yıl	Lisans	Uzman Öğretmen	İlkokul
Ö15	Kadın	6-10 yıl	Lisans	Öğretmen	İlkokul

Tablo 1'e bakıldığında araştırmaya katılan öğretmenlerin 13'ü kadın, 2'si erkektir. Araştırmaya katılan öğretmenlerin büyük bir çoğunluğunun kadınlardan oluştuğu görülmektedir. Araştırmaya katılan öğretmenlerden, 1-5 yıl görev yapmış olan öğretmen sayısı 3, 6-10 yıl görev yapan öğretmen sayısı 6, 11-15 yıl görev yapmış olan öğretmen sayısı da yine 6 kişidir. Katılımcıların çoğunluğu 6-15 yıl görev yapmış olan öğretmenlerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğretmenlerden 6 kişi "uzman öğretmen" kariyer basamağında yer alırken 9 kişi "öğretmen" kariyer basamağında yer almaktadır. Katılımcılardan yalnızca 1 kişinin öğrenim durumu yüksek lisans iken 14 kişinin öğrenim durumu lisans düzeyindedir. Katılımcıların 2'sinin çalıştığı okul türü ortaokul, 3'ünün çalıştığı okul türü anaokulu, 10'unun çalıştığı okul türünün ise ilkokul olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşmeler yüz yüze yapılmış olup ses kayıt cihazı ile kaydedilerek görüşmelerle ilgili araştırmacı tarafından notlar alınmıştır. Daha sonra bu kayıtlar incelenerek görüşmeler analiz edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın veri toplama aşamasında Kocaeli ili, Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı, araştırmacı tarafından belirlenen okullarda, tamamen öğretmenlerin gönüllülük esasına dayalı görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Verilerin yalnızca araştırma esnasında kullanılacağı, kişisel hiçbir bilginin kullanılmayacağı ve paylaşılmayacağı katılımcılara açıkça belirtilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak yapılan görüşmelerden veriler elde edilmiş ve bu veriler içerik analizi yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. İçerik analizi yapılırken her katılımcı için bir kod verilmiş ve katılımcıların görüşleri her soru için ayrı ayrı temalar halinde tablolatırılmıştır. İçerik analizi yöntemine elde edilen verilerin kodlanması ile başlanmaktadır. Bu yöntem nitel verileri düzenlerken kolaylık sağlamaktadır. Sınıflandırılan veriler belirli kategoriler altında temalaştırılarak veriler oluşturulan kodlara ve temalara uygun şekilde düzenlenmektedir. Araştırmada, görüşme yapılan katılımcıların sözlerine doğrudan alıntılar yaparak yer vermek,

sonuçları bu alıntılara dayanarak açıklamak araştırmanın geçerliği açısından önem taşımaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2006).

BULGULAR VE YORUM

Araştırma okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi dönemde okul içi beslenme süreçlerine ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bu bölümünde içerik analizi tekniği kullanılarak elde edilen bulgu ve yorumlara yer verilmiştir. Öğretmenlerin okul öncesi dönemde okul içi beslenme süreçleriyle ilgili görüşleri alınmış, alınan cevaplar kodlama yapılarak tablolatırılmış ve yorumlanmıştır.

“Okul öncesi dönemde çocukların beslenme alışkanlıkları sizce nasıl olmalıdır?” sorusunun analizi: Çalışmanın bu basamağında okul öncesi dönemde çocukların beslenme alışkanlıklarının nasıl olması gerektiği ile ilgili bulgular yer almaktadır. Bu bölümdeki cevaplar benzerliklerine göre temalaştırılmıştır. Birden fazla temada cevabı olan katılımcıların cevapları ait olduğu gruba dâhil edilmiştir.

Okul öncesi dönemde beslenme alışkanlıkları nasıl olmalıdır sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2: Okul öncesi dönem beslenme alışkanlıklarına ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Sağlıklı Besinler	Et, süt, yumurta ağırlıklı	10
	Baklagil olmalı	1
	Kuruyemiş olmalı	6
	Sebze ve meyve olmalı	9
Dengeli Beslenme	Protein ağırlıklı olmalı	3
	Protein, vitamin, mineral, karbonhidrat, yağ dengesi kurulmalı	2
Yeterli Beslenme	Öğün atlanmamalı	3
	Günlük kalori ihtiyacı karşılanmalı	3
	Kahvaltı alışkanlığı kazandırılmalı	1

Tablo 2 incelendiğinde okul öncesi dönemde beslenme alışkanlıklarının sağlıklı, yeterli ve dengeli olmak üzere üç temaya ayrıldığı görülmektedir. Katılımcıların “okul öncesi dönemde çocukların beslenme alışkanlıkları nasıl olmalıdır?” sorusuna verdikleri cevaplarda katılımcıların çoğunluğunun sağlıklı besinlerden oluşan beslenme alışkanlıklarının olması gerektiği görüşüne sahip olduğu söylenebilir. 15 öğretmenin 10’u beslenme alışkanlığının et, süt, yumurta ağırlıklı olması gerektiği, 9’u çocukların sebze ve meyve yeme alışkanlığının olması gerektiği, 6’sının ise çocukların kuruyemiş tüketme alışkanlığına sahip olması gerektiğini belirtmişlerdir.

Katılımcılardan Ö1; “Okul öncesi dönemde çocuklarda büyüme ve gelişme hızı yüksek olduğundan pek çok besin ögesine ihtiyaç diğer dönemlere göre daha fazladır. Bu dönemde

beslenme alışkanlıkları protein, vitamin, mineral, karbonhidrat, yağ dengesi kurularak besleyici ve düzenli olmalıdır” şeklinde cevap vermiştir.

Ö7 bu durumu; “Çocukların gelişim çağına uygun, protein, sebze ve meyve ağırlıklı olmalı” şeklinde açıklamıştır.

Ö12 bu soruya; “Çocukların günlük olarak et, süt, yumurta gibi her besin grubundan yeterli ve dengeli olarak tüketmesi gerekir. Öğün saatleri düzenli olmalı ve öğünler atlanmamalıdır. Çocuklara mutlaka kahvaltı alışkanlığı kazandırılmalıdır” cevabını vermiştir.

Ö15 ise; “Okul öncesi dönemde her çocuk mutlaka gün içindeki öğünlerini atlamamalı. Kahvaltı alışkanlığı kazandırılarak mutlaka günlük protein, vitamin, karbonhidrat ihtiyacı karşılanmalı. Çocukların taze meyve ve sebzeler tüketmesi sağlanmalı” açıklamasında bulunmuştur.

“Okul öncesi dönemde görülebilecek beslenme sorunları nelerdir?” sorusunun analizi: Bu soruya verilen cevaplar okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi dönem çocuklarında karşılaştıkları beslenme sorunlarını ortaya koymaktadır.

Okul öncesi dönemde karşılaşılan beslenme sorunlarının neler olduğu ile ilgili soruya katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 3’te yer almaktadır.

Tablo 3: Okul öncesi dönemde görülebilecek beslenme sorunlarına ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Kişisel Tutumlar	Ön yargı	1
	Yiyecek seçme	7
Yanlış Beslenme Alışkanlıkları	Fast-food tüketimi	4
	Tek tip beslenme	5
	Paketli yiyecek tüketme isteği	3
Sağlık Sorunları	Obezite	3
	Diş çürükleri	1
	İştahsızlık	4
	Besin alerjileri	3
	Düşük bağışıklık	1
	Diyabet	1

Tablo 3 incelendiğinde okul öncesi dönemde görülebilecek beslenme sorunlarının kişisel tutumlar, yanlış beslenme alışkanlıkları ve sağlık sorunları olmak üzere üç temaya ayrıldığı görülmektedir. Katılımcıların “okul öncesi dönemde görülebilecek beslenme sorunları nelerdir?” sorusuna verdikleri cevaplarda katılımcıların çoğunun en büyük sorun olarak çocuklarda “yiyecek ayırt etme, yemek seçme davranışı” görüşüne sahip olduğu söylenebilir. 15 öğretmenin 7’si yiyecek seçme, 5’i tek tip beslenme, 4’ü ise çocuklarda fast-food tüketme isteğini okul öncesi dönem beslenme sorunları olarak belirtmişlerdir.

Katılımcılardan Ö2 bu soruyu; “Çok fazla yiyecek ayırt etme, hazır paketli gıdalara düşkünlük, sağlıksız fast-food tarzında yiyecekler tüketmeye isteklilik” olarak cevaplamıştır.

Ö4; “Okul öncesi dönem çocuklarında tek tip beslenme çok yaygın durumda. Çocuklar daha çok karbonhidrat ağırlıklı besleniyor. Aileler nihayetinde çocuğumun karnı doysun şeklinde düşünerek ekmek, patates, makarna, pilav ağırlıklı bir beslenme biçimi sunuyorlar. Bu da çocuklarda obezite, diyabet gibi sağlık sorunlarına yol açıyor. Ayrıca çocuğun beyin gelişimini sekteye uğratabiliyor” şeklinde ifade etmiştir.

Ö5 bu soruya; “Çocuklar genellikle paketli, hazır ve dondurulmuş gıda ağırlıklı beslendikleri için vücuda gereken vitamin ve mineral sağlanamıyor. Bu sebeple de çocukların sık sık hasta olduklarını gözlemliyorum” şeklinde cevap vermiştir.

Ö6 bu soruyu; “En büyük sorun bazı besinlere karşı besledikleri ön yargı. Birçok çocuk süt ve süt ürünlerini özellikle de peyniri yemekte zorlanıyor. Kokusunu ve tadını baskın buldukları için denemekten bile kaçınıyorlar. Bir diğer sorun fast-fooda alışık olmaları. Çikolatalı ekmek ve hamur işi tarzında karbonhidrat ağırlıklı beslenmek hem aileye hem de çocuğa daha kolay geliyor” olarak cevaplamıştır.

Ö12 ise; “Benim gördüğüm kadarıyla çocukların hamur ve hamur işi karbonhidrat ağırlıklı, tel tip bir beslenme stilleri var. Ekmek ve benzeri bir besin olmadan doymadıklarını söylüyorlar. Bunun beslenme çeşitliliği açısından yetersiz olduğu bir gerçek. Çocukların bu beslenme alışkanlıklarının değişmesi gerekir” demiştir.

“Okul öncesi eğitimde beslenme menüleri hazırlanırken nelere dikkat edilmelidir?” sorusunun analizi: Bu soruya verilen cevaplar okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi eğitimde çocukların günlük beslenme ihtiyacının karşılanabilmesi için beslenme menülerinde yer alması gereken besinlere yönelik görüşlerini ortaya koymaktadır.

Okul öncesi eğitimde beslenme menüleri hazırlanırken nelere dikkat edilmesi gerektiği ile ilgili soruya katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 4’te yer almaktadır.

Tablo 4: Okul öncesi eğitimde beslenme menülerinin hazırlanmasına ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Sağlıklı besinler	Ev yapımı ürünler olmalı	3
	Meyve, sebze, kuruyemiş yer almalı	5
	Taze ürünler kullanılmalı	2
	Günlük enerji ihtiyacını karşılamalı	6
Mevsime uygunluk	Meyve-sebzeler mevsime uygun olmalı	2
	Temini kolay besinler olmalı	1
İlgi çekicilik	Sade, karmaşık olmayan besinler olmalı	4
	Çocuğun ilgisini çekecek besinler olmalı	5
	Kokusuz besinler olmalı	1
Besin miktarı	Çocukların tüketebileceği miktarda olmalı	2
	Besin çeşitliliği sağlanmalı	5

Tablo 4 incelendiğinde okul öncesi eğitimde beslenme menüleri hazırlanırken dikkat edilmesi gereken hususlar “sağlıklı besinler, mevsime uygunluk, ilgi çekicilik, besin miktarı ve uzman görüşü” olmak üzere beş temaya ayrıldığı görülmektedir. Katılımcıların “okul öncesi eğitimde beslenme menüleri hazırlanırken nelere dikkat edilmelidir?” sorusuna verdikleri cevaplarda katılımcıların çoğu çocuğun günlük enerji ihtiyacını karşılayabilecek besinlere menülerde yer verilmesi gerektiğini bildirmişlerdir. Araştırmaya katılan 15 öğretmenden 6’sı çocukların günlük enerji ihtiyacını karşılayacak besinlere yer verilmeli cevabını verirken, 5 kişi menüde meyve, sebze, kuruyemiş yer almalı, menülerde çeşitlilik sağlanmalı, menüler çocukların ilgisini çekecek şekilde hazırlanmalı, 4’ünün ise menülerde sade, karışık olmayan besinler tercih edilmeli şeklinde görüş bildirmişlerdir.

Katılımcılardan 1 bu soruya; “*Bu dönemde çocukların günlük enerji ihtiyacına uygun menüler hazırlanmalı, yemeleri gereken meyve, sebze, kuruyemiş gibi sağlıklı besinler mutlaka menülerde yer almalı*” şeklinde cevap vermiştir.

5 bu soruyla ilgili; “*ocukların gün içerisinde alması gereken besin dağılımına dikkat edilmelidir. Ayrıca ocukların hoşuna gidecek ve ilgi çekecek şekilde sunulması çocuklar için daha cazip olacaktır*” cevabını vermiştir.

8 bu durumu; “*ocukların günlük enerji ihtiyacı göz önünde bulundurulmalı, çocukların gelişimini destekleyici yönde olması, mevsime uygun, taze ve temini kolay besinler tercih edilmesi benim için önemlidir*” şeklinde ifade etmektedir.

9 açıklamasında; “*Sağlıklı besinlerin olması önemli tabii ki ama bunun yanında taze ve görüntü olarak da çocukları çekmesi gerekiyor. Çok baskın kokusu olmayan yiyecekler tercih edilmeli. Mevsimsel yiyecekler tercih ediliyor olması da önemli*” demiştir.

12 bu durumu; “*Hem sağlıklı menüler olmalı hem de çocuklara hitap etmeli. Çocuklar yiyeceklerin dış görüntüsüne bakarak yemek isteyip istemediklerine karar veriyor, bu durum göz ardı edilmemeli. Yiyecekler karışık ve fazla baharatlı hazırlanmamalı, yiyeceklerin mümkün olduğunca sade bir görüntüye sahip olması lazım*” şeklinde açıklamıştır.

14 ise; “*Men hazırlanırken menüde sebze, meyve çeşitliliğinin sağlanmasını, sade karmaşık olmayan besinler tercih edilmesini ve çocukların bitirebileceği miktarda besinlere yer verilmesini önemli buluyorum. Ayrıca menülerin hazırlanmasında uzman görüşü alınması da faydalı olacaktır*” şeklinde ifade etmektedir.

“Milli Eğitim Bakanlığı’nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasını faydalı buluyor musunuz, neden?” sorusunun analizi: Bu soruya verilen cevaplar okul öncesi

öğretmenlerinin okul öncesi eğitimde uygulanan Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasının işleyişi ile ilgili öğretmen görüşlerini ortaya koymaktadır.

“Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasını faydalı buluyor musunuz, neden?” sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 5'te yer almaktadır.

Tablo 5: MEB'in ücretsiz beslenme desteği uygulamasına ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Faydalı	Fırsat eşitliği	9
	Yiyecek çeşitliliği	5
	Ortak menü	1
Faydalı Değil	İsrafa neden olması	3
	Çocuklar için uygun olmayan besinlerin menülerde yer alması	3
	Menülerin tek düze olması	2
	Yiyeceklerin günlük ve taze olmaması	2

Tablo 5 incelendiğinde okul öncesi eğitimde ücretsiz beslenme desteği uygulamasını faydalı buluyor musunuz sorusuna veriler cevaplar faydalı ve faydalı değil olmak üzere iki ayrı temaya ayrılmıştır. “Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasını faydalı buluyor musunuz, neden?” sorusuna verilen cevaplarda katılımcıların çoğu uygulamayı faydalı bulurken bir bölümü ise faydalı bulmadığını ifade etmiştir. Katılımcılardan bu soruya verilen cevaplar incelendiğinde uygulamayı hem faydalı hem de faydasız bulan öğretmenlerin olduğu da görülmektedir. Katılımcı 15 öğretmenden 9'u eğitimde fırsat eşitliğinin sağlanması bakımından uygulamayı faydalı bulduklarını dile getirmektedir. Ayrıca yine katılımcılardan 5 kişi ise okul öncesindeki beslenme menülerinde çeşitliliğin sağlanması açısından uygulamayı faydalı bulmaktadır.

Katılımcılardan Ö1 bu soruya; “Hayır. Faydalı bulmamamın sebebi bulunduğumuz okula gönderilen besinlerin oldukça sağlıksız olması. Ayrıca her haftanın aynı gününde aynı yiyeceğin sürekli olarak gelmesinden kaynaklanan problemler. Ekmek ve simit türevlerinin bayat, sert çocukların tüketimine uygun olmaması ve gelen yiyeceklerin çocukların ne göz ne de damak zevkine hitap etmemesi başlıca yaşadığımız sıkıntılardır” açıklamasında bulunmuştur.

Ö4 bu durumu; “Ortak bir menü ve sağlıklı, dengeli beslenme çabasının olması güzel. Ancak okul öncesi dönemde değil. Çünkü okul öncesi eğitim ücretsiz değil paralı ve veliler çocuklarına okul öncesi eğitimi aldırarak için zaten belli bir bütçe ayırırlar. Bu yüzden bu uygulamanın ilköğretim kademesinde uygulanmasının daha faydalı olacağını düşünüyorum. Çünkü beslenme yapmadan tüm gününü geçiren birçok ilköğretim öğrencisi bulunmakta. Bu sistemin en kısa sürede ilköğretime getirilmesini bekliyorum” olarak ifade etmektedir.

Ö11 bu soruyu; “Bu sistemin çocukların seçiciliği yüzünden çok fazla israfa neden olduğunu gözlemliyorum. Bu süreçte çocuklar da birbirini çok etkiliyor. Bir çocuğun yemediğini arkadaşı da yemek istemiyor. Bu uygulama görünürde faydalı olsa da uygulamada faydalı değil, geliştirilmeli” diye cevaplamıştır.

Ö13 bu durumu; “Fırsat eşitliği açısından faydalı buluyorum. Aynı yiyeceği yiyemeyen çocuklarımız vardı. Şimdi aynı yiyeceği yiyebiliyorlar. Sürekli hamur ve kızartmayla beslenen çocuklarda haşlama ve kahvaltılık kültürünün oluşmaya başladığını görüyoruz. Ayrıca bize gelen

beslenme listelerinde meyve, sebze ve kahvaltılık çeşitliliği da fazla. Sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırma sürecine olumlu katkısı oldu” şeklinde cevaplamıştır.

Ö15 ise “Faydalı buluyorum. Böylece çocuklar, sadece kendilerinin sevdiği yiyeceklerin aileleri tarafından beslenmeye koyulmasından kaynaklı tek düze beslenmek yerine çok daha çeşitli, sağlıklı besinlerle karşılaşma fırsatı buluyor. Başlarda çocuklarda gelen yemeği reddetme görülse bile akranlarının o yiyeceği yediğini görmesiyle kendileri de bu besinlerden tatma eğilimine giriyorlar. Eğitimde fırsat eşitliğinin de sağlanması adına faydalı bir uygulama olarak görüyorum” cevabını vermiştir.

“Milli Eğitim Bakanlığı’nın ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan beslenme menülerinde karşılaştığımız sorunlar nelerdir?” sorusunun analizi: Bu soruya verilen cevaplar okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi eğitimde uygulanan Milli Eğitim Bakanlığı’nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasında karşılaşılan sorunlar ile ilgili öğretmen görüşlerini ortaya koymaktadır.

“Milli Eğitim Bakanlığı’nın ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan beslenme menülerinde karşılaştığınız sorunlar nelerdir?” sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 6’da yer almaktadır.

Tablo 6: MEB’in ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan menülerde karşılaşılan sorunlara ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Menülerin Yetersizliği	İçeriği yetersiz, tek düze menüler	7
	Karışık yiyecekler tercih edilmesi	3
	Sıcak tüketilmesi gereken yiyeceklerin soğuk olması	4
	Menüdeki uyumsuzluklar	3
	Kahvaltı ağırlıklı menüler	6
Çocuğa Bağlı Etkenler	Yemek seçme	11
	Çocukların tanımadığı yiyeceklerin menüde olması	3
Menüdeki Sağlıksız Besinler	Kutulu-paketli yiyeceklerin olması	2
	Katkılı meyve sularının olması	2

Tablo 6 incelendiğinde “Okul öncesi eğitimde ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan beslenme menülerinde karşılaştığınız sorunlar nelerdir?” sorusuna veriler cevaplar “menülerin yetersizliği, çocuğa bağlı etkenler ve menüdeki sağlıksız yiyecekler” olmak üzere üç ayrı temaya ayrılmıştır. “Milli Eğitim Bakanlığı’nın ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan beslenme menülerinde karşılaştığınız sorunlar nelerdir?” sorusuna verilen cevaplarda katılımcıların çoğu çocuklarda görülen yemek seçme davranışını sorun olarak bildirmiştir. Beslenme menülerindeki yiyecekleri yemeyi reddetme davranışı bu uygulamadaki en büyük sorun olarak görülmektedir. Katılımcıların bu soruya verdikleri cevaplar incelendiğinde 15 öğretmenden 11’i çocuklarda menüde yer alan besinler arasında yemek seçme problemi olduğunu belirtmektedir. Katılımcılarda 7 kişi uygulamadaki menülerin tek düze olduğunu ve içeriğindeki yiyeceklerin çeşitliliğinin yetersiz

olduğunu belirtmiş, 6 kişi ise uygulama ile okullara gelen menülerin kahvaltılık ağırlıklı besinlerden oluştuğu, öğlen grubunun tüketimine uygun besinlerin menüde yer almadığını söylemiştir.

Katılımcılardan Ö2 bu soruya; *“Menülerde çeşitlilik çok az, gelen ekmek, simit ve börekler genellikle bayat geliyor. Menüler kendi içinde uyumsuz. Peynirli börek geldiği gün tahin pekmez de geliyor. Bu ikisini bir arada tüketme alışkanlığı olmayan çocuklar menüdeki yiyecekleri yemiyorlar. Ayrıca menülerin her hafta aynı gelmesi ve içerik ve günün hiç değişmiyor olması benim için en büyük sorunlardır”* şeklinde cevap vermektedir.

Ö4 bu soruyu; *“Kutu kahvaltılıklar sorun oluşturuyor. Çocukların daha önceden tüketmedikleri ürünlerin menüde olması çocuklarda o besini tüketmeye karşı direnç oluşturabiliyor. Menüler mutlaka evle paralel olmalı. Çocuklar süt ve süt ürünlerini tüketmek istemiyor ve sadece yanındaki ekmeği tüketmeyi tercih ediyor. Çünkü daha çok poğaç, simit, açma türevlerini tüketme alışkanlığı oluşmuş. Bu yüzden çocuklar menülere uyum sağlayamıyor”* olarak cevaplamıştır.

Ö7 bu duruma; *“Okullarda yeterli donatım olmadığı için öğle grubu için sulu yemek çıkarılamıyor. Öğlenci grup öğretmeni olarak bence en büyük sorun genelde kahvaltılık ağırlıklı ürünler gelmesidir. Çocuklar da daha önce tanışmadıkları peynir türevleri, zeytin, tahin-pekmez gibi ürünleri menülerde görünce yemekten kaçınıyorlar”* cevabını vermiştir.

Ö8 bu durumla ilgili; *“Bu konuda en çok yemek seçme problemi ile karşılaşılıyor çünkü menülerin içeriği çok zayıf. Alternatif yiyecekler sunularak içlerinden birini yemesi için tercih etmesi gerektiği söylenerek çocuklar yemeye ikna edilebilir. Ayrıca sağlıklı beslenme alışkanlığı oluşturması hedeflenen bir uygulamanın çocuklara hazır kutulu yiyecekleri ve katkılı meyve sularını vermesini doğru bulmuyorum”* açıklamasında bulunmuştur.

Ö12 ise; *“Menüler çocukların evde tüketmeye alışık olmadığı şekilde hazırlandığı için hiç beslenmesine dokunmadan okula devam eden öğrenciler olduğunu gözlemliyorum. Gelen yiyecekler özellikle patates ve yumurta karıştırılmadan, yiyeceklerin içine çeşitli baharatlar eklenmeden, sade şekilde gelmelidir. Çünkü çocuklar karışık besinleri tüketmekten hoşlanmıyor. Ayrı ayrı patates ve yumurta tüketmeyi severlerken patatesli yumurta tüketmekten çoğu çocuk kaçınıyor, tatmak bile istemiyor. Menülerin sade hazırlanmasına ve sıcak şekilde öğrencilere sunulmasına önem verilmeli diye düşünüyorum”* cevabını vermiştir.

“Milli Eğitim Bakanlığı’nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasına katkıda bulunabileceğiniz önerileriniz nelerdir?” sorusunun analizi: Bu soruya verilen cevaplar

okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi eğitimde uygulanan Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan beslenme menülerinin geliştirilmesine yönelik öğretmen görüşlerini ortaya koymaktadır.

“Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasına katkıda bulunabileceğiniz önerileriniz nelerdir?” sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 7'de yer almaktadır.

Tablo 7: MEB'in ücretsiz beslenme desteği uygulamasına katkıda bulunulabilecek önerilere ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Hazırlık Aşaması	Yiyecek çeşitliliği sağlanmalı	4
	Meyve-kuruyemiş eklenmeli	5
	Sıcak yiyecekler olmalı	5
	Yiyecekler taze olmalı	2
	Okullar kendileri yiyecekleri hazırlamalı	3
Uygulama Aşaması	İlkokul kademesinde uygulanmalı	2
	Öğretmen görüşü alınmalı	3
	Veliler bilgilendirilmeli	3

Tablo 7 incelendiğinde “Okul öncesi eğitimde ücretsiz beslenme desteği uygulamasına katkıda bulunabileceğiniz önerileriniz nelerdir?” sorusuna veriler cevaplar uygulamanın “hazırlık aşaması ve uygulama aşaması” olmak üzere iki ayrı temaya ayrıldığı görülmektedir. “Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasına katkıda bulunabileceğiniz önerileriniz nelerdir?” sorusuna katılımcıların genel olarak “kuruyemiş ve meyve eklenmeli, menüde sıcak yemeklere yer verilmeli, menülerde yiyecek çeşitliliği sağlanmalı” cevaplarını verdikleri görülmektedir. Katılımcıların bu soruya verdikleri cevaplar incelendiğinde 15 öğretmenden 5'i menülere mutlaka meyve ve kuruyemiş eklenmesi gerektiğini ve yemeklerin sıcak olarak çocuklara sunulması gerektiğini belirtmiştir. Katılımcılardan 4 kişi menülerde çeşitlilik sağlanması gerektiğini belirtirken, 3 kişi menülerdeki yiyeceklerin her okulun kendi bünyesinde hazırlanması gerektiğini, menülerin hazırlanmasında öğretmen görüşü alınarak velilere de bilgilendirme toplantıları yapılması gerektiğini ifade etmiştir.

Katılımcılardan Ö1 bu soruyu; “Beslenme menülerini ve yiyecekleri hazırlayan koordinatör okullar düzenli olarak okul öncesi öğretmenlerinin menülerle ilgili istek, şikâyet ve görüşlerini almaları gerekir. Hatta bu uygulamaya ayrılan bütçeler her okul özeline aktarılarak planlama okulda yapılırsa bu uygulamanın daha faydalı olacağını düşünüyorum” olarak cevaplamıştır.

Ö4 bu durumla ilgili; “Sene başında bir alt yapı oluşturulması açısından menüler ailelere tanıtılarak ailelerle bilgilendirme toplantısı yapılabilir. Ancak menülerdeki hazır ürünler maalesef çocuklar için uygun değil. Bu ürünlerin listelerden kaldırılması gerekiyor. Ev yapımı ürünlere yer verilmeli” açıklamasında bulunmuştur.

Ö6 bu soruyu; “Menünün daha sıcak ve taze ürünlerden seçilmesi gerektiğini ve çocukların sevdiği ürünlerle desteklenmesi gerektiğini düşünüyorum. Sıcak çorba, taze ve sıcak içecekler daha iştah açıcı olabilir. Beyaz ekmek yerine tam buğday ya da daha sağlıklı ekmek türleri seçilebilir” olarak yanıtlamıştır.

Ö7 bu soruya; “Bence bütün öğrencilere beslenme çıkarmak yerine ihtiyaç sahibi çocuklara nakdi beslenme desteği sağlamak daha faydalı olacaktır” yanıtını vermiştir.

Ö9 bu duruma; “Beslenme listesinde çeşitlilik sağlanmalı. Çocukların sevdiği muz, çilek gibi mevsimine uygun meyvelere yer verilmeli. Kuru meyvelerden ziyade kuruyemişlere yer verilmeli. Çorba gibi sıcak tüketilmesi gereken besinler mümkünse okulda sabah ve öğlen taze olarak sunulmalı. Çocukların yemeyi çok tercih etmedikleri besinler farklı formlarda yapılarak da beslenme listelerine eklenebilir” cevabını vermiştir.

Ö13 ise; “Menülerin içeriği arttırılarak daha sade yiyecekler tercih edilebilir. Yemekler her okulun kendisinde, o gün okula devam eden öğrenci sayısına göre yapılırsa yiyecek israfının da önüne geçilebileceğini düşünüyorum. Hem de çocukların daha sıcak yiyeceklere erişim imkânı olacaktır. Meyve ve tahıl grubu çeşitliliği de artmalı diye düşünüyorum” şeklinde cevaplamıştır.

“Sizce okul öncesi eğitimde çocukların beslenme süreci nasıl işlemelidir?” sorusunun **analizi:** Bu soruya verilen cevaplar okul öncesi öğretmenlerinin okul öncesi eğitimde uygulanan beslenme sürecinin nasıl işlemesi gerektiği ile ilgili görüşlerini ortaya koymaktadır.

“Sizce okul öncesi eğitimde çocukların beslenme süreci nasıl işlemelidir?” sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar Tablo 8’de yer almaktadır.

Tablo 8: Okul öncesi eğitimde beslenme süreçlerine ilişkin katılımcı görüşleri

Alt Tema	Kodlar	Frekans
Uzman Görüşü alınarak devam etmeli	Öğretmen görüşü alınmalı	5
	Diyetisyenden yardım alınmalı	3
	Okul aşçısı olmalı	4
Ücretsiz Beslenme Desteği Sağlanmalı	Uygulama devam etmeli	4
Ücretsiz Beslenme Desteği Uygulamasına Son Verilmeli	Beslenme evden getirilmeli	4
	Beslenme menüleri okullarda hazırlanmalı	5
	Beslenme saati tamamen kaldırılmalı	3

Tablo 8 incelendiğinde “Okul öncesi eğitimde çocukların beslenme süreci nasıl işlemelidir?” sorusuna veriler cevaplar “uzman görüşü alınarak devam etmeli, ücretsiz beslenme desteği sağlanmalı, ücretsiz beslenme desteği uygulamasına son verilmeli” olmak üzere üç ayrı temaya ayrılmıştır. “Sizce okul öncesi eğitimde çocukların beslenme süreci nasıl işlemelidir?” sorusuna katılımcıların genel olarak “menülerin hazırlanmasında öğretmen görüşü alınarak devam etmeli ve beslenme menüleri okullarda hazırlanmalı” cevaplarını verdikleri görülmektedir. Katılımcıların bu soruya verdikleri cevaplar incelendiğinde 15 öğretmenden 5’i öğretmen görüşü alınmalı ve beslenme menüleri her

çocuğun evinde hazırlanmalıdır cevabını vermiştir. Katılımcılardan uzman görüşü alınarak devam etmeli temasında 4 kişi okulların aşçısı bulunmalı, ücretsiz beslenme desteği sağlanmalı temasında 4 kişi ücretsiz beslenme desteği uygulaması devam etmeli, ücretsiz beslenme desteği uygulamasına son verilmeli temasında 4 kişi ise beslenmeyi çocuklar evden getirilmeli cevaplarını verdikleri görülmektedir.

Katılımcılardan Ö2 bu soruya; “Okullara yeterli bütçenin sağlanarak her okulun kendisinde beslenme menüsünde yer alan yiyecekler hazırlanmalıdır. Okullarda bir kurul oluşturulup, bu kurul tarafından beslenme süreci takip edilmelidir. Kurul, diyetisyen, aşçı ve okul öncesi öğretmenlerinden oluşmalı, süreçle ilgili sık sık öğretmenlerin görüşü alınmalıdır. Öğretmenlerin fikirlerine ve önerilerine göre menülerde değişiklik, güncelleme yapılabilir. Böylelikle çocukların daha sağlıklı, daha taze ve daha sıcak yiyeceklere erişimi kolaylaşacaktır” yanıtını vermiştir.

Ö7 bu soruyu; “Bizim okuldaki beslenme saatlerinde amacımız çocuklara yemek yeme alışkanlığı kazandırmak. Burada ana öğün değil ara öğünler sağlamalıyız. Çocukların arkadaşı ve öğretmeniyle beslenme masasına oturarak etkinliği gerçekleştirmesi aynı zamanda doğru beslenme alışkanlığı kazanmasının asıl amacımız olduğu unutulmamalıdır. Fakat aileler asıl amacın çocuğun karnının doyması olarak düşündüğünden ailelerdeki bu algının değiştirilmesi gerekmektedir. Bu da veli eğitimlerinin düzenlenmesi ile gerçekleşebilir diye düşünüyorum” olarak cevaplamıştır.

Ö8 bu durumla ilgili; “Çocuklarda beslenme alışkanlıklarının ailede başladığını göz önünde bulundurarak çocukların beslenmelerinin evden, ailesinin hazırladığı şekilde getirilmesini daha doğru bir uygulama olarak görüyorum. Aileler çocuklarının neyi, nasıl, ne şekilde tüketeceklerini daha iyi biliyor, çocuğunu herkesten daha iyi tanıyor. Bu sebeple beslenmeler evde hazırlanıp getirilmeli, böylelikle çocuklarda sık karşılaştığımız yemek seçme davranışının ve israfın da önüne geçebiliriz” açıklamasında bulunmuştur.

Ö11 ise; “Bence okul öncesi eğitimde beslenme saatleri tamamen kaldırılmalıdır. Küçük bir ara öğün ya da meyve saati eklenerek çözüm üretilebilir. Bu öğün de yalnızca süt, meyve, kuruyemişle sınırlandırılmalıdır. Neticede okul öncesi eğitimde beslenmedeki amaç çocukların karnının doyması değildir, amacın beslenme alışkanlığı kazandırması olarak düşünüldüğünde de küçük atıştırmalıklar da yeterli olacaktır” cevabını vermiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda çıkarılan sonuçlar, sonuçlara yönelik yorumlar ve bunlara bağlı olarak yapılan öneriler yer almaktadır.

Okul öncesi eğitimde okul içi beslenme süreçlerine ilişkin öğretmen görüşlerini ortaya koymayı amaçlayan bu araştırmada, öğretmenlerin okul öncesi dönemde okul içi beslenme süreçleri ile ilgili farklı görüşlere sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Okul öncesi dönemde çocukların günlük enerji ihtiyacının karşılanması için çeşitli besin gruplarından yeterli miktarda vücuda almış olmaları gerekir. Ayrıca çocuklarda sağlıklı beyin gelişiminin sağlanabilmesi için tüm besin gruplarıyla beslenme önemlidir (Aydın, Akay ve İbiş 2017; Cornah, 2006; Georgieff, 2007). Araştırmada okul öncesi dönemde beslenme alışkanlıklarının nasıl olması gerektiği ile ilgili katılımcıların büyük çoğunluğu birinci alt tema olan sağlıklı beslenme ile ilgili görüş bildirmişlerdir. Bu dönem çocukları için önem taşıyan protein ağırlıklı bir beslenme stilinin uygulanması gerektiği görüşü katılımcıların çoğu tarafından ortaya koyulmuştur. Araştırmada en çok görüş bildirilen bir diğer tema ise çocuklara meyve ve sebze tüketme alışkanlığı kazandırılması olmuştur. Öğretmenler genel olarak çocukların, sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarına sahip olmaları gerektiğini belirtmişlerdir.

Çocuklarda doğru ve sağlıklı beslenmenin sağlanamamış olması anemi (kansızlık), obezite, diş çürümeleri, büyüme ve gelişme geriliği gibi problemlere yol açmaktadır (Özmert 2005; Bartleman 2018). Araştırmada okul öncesi dönemde görülebilecek beslenme sorunlarına ilişkin oluşturulan üç temadan sağlık sorunları teması katılımcılar tarafından en çok görüş bildirilen tema olmuştur. Katılımcılar, bu dönem çocuklarında yetersiz ve sağlıksız beslenme sonucu obezite, diş çürümeleri, iştahsızlık, besin alerjileri, düşük bağışıklık ve diyabet gibi hastalıkların bu sağlık sorunlarından bazıları olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Ayrıca yine bu dönemde çocuklarda fast-food tüketimine istek duyma, tek tip karbonhidrat ağırlıklı bir beslenme tarzının alışkanlık haline gelmiş olması ve paketli yiyecekler tüketmeye isteklilik gibi beslenme sorunlarıyla karşılaştığı görülmektedir. Yine bu dönem çocuklarında yiyecek ayırt etme davranışının da yetersiz beslenmeye sebep olan önemli bir sorun olduğu sonucuna ulaşılabilir.

Günlük beslenme menülerinde yer alan besinlerin, içeriğinde protein, karbonhidrat, yağ, vitamin ve mineraller bulunan farklı besin gruplarını içermesine dikkat edilmelidir (Kobak, 2009). Okul öncesi eğitimde beslenme menüleri hazırlanırken dikkat edilmesi gereken hususlarla ilgili katılımcıların çoğunluğu, sağlıklı besinler temasında görüş bildirmişlerdir. Öğretmenlerin çoğu hazırlanan menülerin çocukların günlük enerji ihtiyacına uygun, günlük protein, vitamin, mineral ihtiyacına yönelik, daha çok ev yapımı, taze ürünlerin kullanıldığı, meyve ve sebzelerin de yer aldığı menülerin hazırlanması gerektiği yönünde cevaplar vermişlerdir. Ayrıca öğretmenlerin önemli bir kısmı ilgi çekicilik temasında yer alan, besinlerin çocukların ilgisini çekecek şekilde ve birbirine karıştırılmadan sade şekilde sunulması gerektiği yönünde görüş ortaya koyması da dikkat çekici bir sonuçtur. Menülerde çeşitliliğin sağlanması ve yiyeceklerin çocukların tüketimine uygun miktarlarda yer alması gerektiği yönünde görüşler de mevcuttur.

Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile ilgili katılımcıların çoğu, faydalı olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Öğretmenler, bu uygulamayı çocuklar arasında fırsat eşitliğinin sağlanması açısından önemli bir gelişme olarak görmüş ve uygulama öğretmenlerin büyük

çoğunluğı tarafından faydalı bulunmuştur. Uygulamanın maddi olanakları yetersiz çocukların, değişik yiyecekleri tatma ve tanıma gibi faydaları olduğu yönünde görüşler de bulunmaktadır. Katılımcılardan, uygulamanın israfa neden olması, menülerde yer alan yiyeceklerin çocuklara uygun besinler olmaması, yiyeceklerin taze olmaması gibi sebeplerden, uygulamanın faydalı olmadığı şeklinde görüş bildiren öğretmenler olduğu görülmektedir.

Ücretsiz beslenme desteği uygulaması ile hazırlanan menülerde, katılımcılar büyük oranda menülerin yetersizliği hususunda görüş bildirmişlerdir. İçerik olarak yetersiz menü ve daha çok kahvaltıya uygun besinlerin menülerde yer alması katılımcılar tarafından en çok bildirilen sorunlar olduğu söylenebilir. Ayrıca çocuğa bağlı etkenler temasında çocukların yemek seçme davranışının büyük bir sorun olduğu yönünde görüşler de çoğunluktadır. Çocukların menülerdeki yiyecekleri, yemek seçme davranışı sebebiyle tüketmek istememeleri, yiyecek israfına sebep olduğu söylenebilir.

Katılımcıların çoğu ücretsiz beslenme desteği uygulamasının geliştirilmesine yönelik öneri olarak uygulamanın hazırlık aşamasının geliştirilmesi yönünde görüş ortaya koymuşlardır. Öğretmenler, menülere meyve ve kuruyemiş, sıcak yemekler eklenerek menülerin çeşitliliğinin artırılması gerektiğini belirtmişlerdir. Uygulama aşaması için katılımcılardan bazılarının, uygulamanın ilkökul kademesinde uygulanmasının daha faydalı olacağı yönünde bildirdikleri görüşler araştırma için dikkat çekici olmuştur.

Okul öncesi eğitimde çocukların beslenme süreçleri ile ilgili katılımcıların çoğu, uzman görüşü alınarak devam etmesi gerektiği ve ücretsiz beslenme desteği uygulamasına son verilmesi gerektiğini düşünmektedirler. Katılımcılar, okul öncesi eğitimde beslenme sürecinin, öğretmenlerin ve bir beslenme uzmanının görüşü alınması gerektiği ve okullarda okul aşçısı bulundurulması gerektiğini belirtmişlerdir. Az sayıda katılımcının uygulamanın devam etmesi gerektiği görüşünde oldukları görülmektedir. Katılımcıların çoğu ücretsiz beslenme desteği uygulamasına son verilmesi gerektiğini düşünmektedirler. Buna sebep olan ise, öğretmenlerin önceden uygulanan, çocukların kendi beslenmesini kendisinin evden getirdiği şekildeki uygulamanın daha faydalı olduğu yönündeki düşünceleridir. Ayrıca beslenme menüleri okullarda hazırlanmalı şeklinde görüş bildiren öğretmenler de ücretsiz beslenme desteği uygulamasına son verilmesi gerektiği teması ile ilgili görüş ortaya koymuşlardır. Araştırmada en dikkat çekici görüş, okul öncesi eğitimde beslenme saatlerinin tamamen kaldırılması gerektiği yönündeki görüş olmuştur. Öğretmenlerin bir kısmı, okul öncesi eğitimde amacın, çocukların karnının doyurulması olmadığını, çocuklara doğru beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasının asıl amaç olduğunu belirtmişlerdir. Bu amaç doğrultusunda çocukların okulda beslenme saatine ihtiyaçları yoktur, sadece ara öğünler, atıştırmalık yiyeceklerle okul öncesi eğitim süreci geçirilebilir şeklinde görüşler mevcuttur.

ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın bulgularından elde edilen sonuçlara bağlı olarak geliştirilen önerilere yer verilmiştir.

- Okul öncesi dönem çocuklarının sağlıklı besinleri tüketmesi sağlanmalıdır. Bunun sağlanabilmesinde ailenin ve okul öncesi eğitim kurumlarının önemli rolü vardır. Aileler çocuk beslenmesi konusunda çeşitli eğitime tabi tutulmalıdır.
- Çocuklara sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıkları kazandırılarak okul öncesi dönemde yaşanan beslenme sorunlarının önüne geçilmelidir.
- Okul öncesi eğitimde beslenme menüleri çocukların günlük enerji ihtiyacını karşılamaya yönelik hazırlanmalıdır. Menüler çocuklara hitap etmeli, yiyecekler çocukların tüketebileceği miktarda olmalıdır.
- Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasında besinler çocuklara uygun olmalı ve böylece yaşanan israfın ve yemek seçme probleminin önüne geçilmelidir.
- Okul öncesi dönemde beslenme menülerine taze meyve ve kuruyemiş eklenmeli, çocukların bu ürünleri de tüketmesi sağlanmalıdır.
- Milli Eğitim Bakanlığı'nın ücretsiz beslenme desteği uygulamasındaki yiyeceklere çorba ve sulu yemekler eklenerek öğlenci gruptaki çocukların da öğüne uygun yiyeceklere erişim imkânı sağlanmalıdır.
- Ücretsiz beslenme desteği uygulaması ilköğretimde fırsat eşitliğinin sağlanabilmesi adına ilköğretim kademesinde de uygulanmalıdır.

KAYNAKLAR

- Akdoğan, R., Balcı, S., (2022). Okul Öncesindeki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarının Büyüme ve Gelişmeleri Üzerine Etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*. 15(2),186-196. DOI: 10.46483/deuhfed.955264.
- Aydın, G., Akay, D., & İbiş, E. (2017). 3-7 Yaş Çocuğa Sahip Annelerin Beslenmeyle İlgili Davranışlarının İncelenmesi. 2146-071X, 683. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2017, Cilt 7, Sayı 2, 683-700 doi:10.24315/trkefd.307013.
- Bartleman, J. (2018). Infant and child nutrition. *Medicine*, <https://doi.org/10.1016/j.mpmed.2018.12.002>
- Baysal, T. (2015). Denizli il merkezinde 6-36 aylık çocuk beslenme uygulamaları ve çocukların büyümesine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Denizli.
- Cornah, D. (2006). Feeding minds: the impact of food on mental health. Mental Health Foundation.
- Demiriz, S., Dinçer, Ç. (2001). 5-6 Yaş Çocuklarının Öz Bakım Becerilerinin Cinsiyet ve Okul Öncesi Eğitim Alma Durumlarına Göre İncelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, <https://www.researchgate.net/publication/305496597> .

- Dölekoğlu, C., Yurdakul, O. (2004). Adana İlinde Hane halkının Beslenme Düzeyleri ve Etkili Faktörlerin Logit Analizi İle Belirlenmesi. *Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi* (8), 63.
- DPT (Devlet Planlama Teşkilatı). (2003). Ulusal Gıda ve Beslenme Stratejisi Çalışma Grubu Raporu (Rapor No: 2670). Ankara: Devlet Planlama Teşkilatı.
- Georgieff, M. K. (2007). Nutrition and the developing brain: nutrient priorities and measurement. *The American journal of clinical nutrition*, 85(2), 614S-620S.
- Gündoğdu, S. (2009). Adana ilinde görev yapan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarının araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kavas, G., Kavas, N. (2010). *Beslenmenin Toplum Üzerindeki Etkileri*.
- Kobak, C. (2009). Okul Öncesi Dönemde (3-6 Yaş) Ana Çocuk Sağlığı Ve Anaokulundaki Çocukların Beslenme Özelliklerinin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kobak, C., Pek, H. (2015). Okul öncesi dönemde (3-6 yaş) ana çocuk sağlığı ve anaokulundaki çocukların beslenme özelliklerinin karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2), 42-55.
- Köksal, G., Gökmen H. (2000). *Çocuk Hastalıklarında Beslenme Tedavisi*. Ankara: Hatipoğlu Yayınları, 15, 135-157.
- Köksal, E. (2004). *Büyüme gelişiminin önemi ve izlenmesi*. Klinik Çocuk Forumu 2004;4(1):25- 31.
- Kutluay Merdol, T. (2008). *Beslenme eğitimi ve danışmanlığı*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Basım ve Yayım 1. Baskı.
- Kutluay Merdol, T. (2012). *Beslenme eğitimi rehberi*. Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayım 2. Baskı.
- Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], (2013). *Milli Eğitim Bakanlığı Okul Öncesi Eğitim Programı*. Ankara:MEB-UNİCEF, <https://tegm.meb.gov.tr/dosya/okuloncesi/ooproram.pdf>
- Osmanoğlu, N. (2018). *Anne ve çocuk beslenmesi*. Ankara: Vize Yayıncılık.
- Özmert, E. N. (2005). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-I: Beslenme. *Çocuk sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 48, 179-195.
- Sharma, S., Chuang,R. ve Hedberg, A.M. (2011). Pilot-testing CATCH Early Childhood: A Preschool-based Healthy Nutrition and Physical Activity Program. *American Journal of Health Education*, 42 (1), 12-23.
- Sütcü, Z. (2006). Drama eğitiminin okul öncesi eğitime devam eden 6 yaş grubundaki çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisinin analizi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Tosun, C. (2018). Türkiye’de Sağlık Harcamalarının Belirleyicileri. (Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Türkiye Halk Sağlığı Kurumu [THSK] (2016). Türkiye Beslenme Rehberi 2015 (TÜBER) Erişim adresi: https://okulsagligi.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2017_01/27102535_tyrkiye_beslenme_rehberi.pdf

- Ünlü, H. (2011). Okul öncesi dönem çocuklar için yeme davranışı değerlendirme ölçeğinin Türk çocuklarına uyarlanması. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2006). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.