


İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Kahvaltı Alışkanlıkları ve Okul Kantini İle İlişkilerinin Belirlenmesi

Ayşen Orhan, İlyas Çelik 

Pamukkale Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Gıda Mühendisliği Bölümü, Denizli

Geliş Tarihi (Received): 07.01.2014, Kabul Tarihi (Accepted): 15.03.2014

✉ Yazışmalardan Sorumlu Yazar (Corresponding author): ilyasc@pau.edu.tr (İ. Çelik)

☎ 0 258 296 31 07 📠 0 258 296 32 62

ÖZET

Bu çalışma Denizli merkeze bağlı seçilmiş okullarda beşinci ve sekizinci sınıflarda okuyan öğrencilerin kahvaltı alışkanlıkları ve okul kantini ile olan ilişki düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Anket sonucunda öğrencilerin kahvaltı isteklerinin farklı olduğu, kahvaltı atlanılmadığı, açıkta gıdanın satın alınmadığı ve öğrencilerde son tüketim tarihi bilincinin oluşmuş durumda olduğu belirlenmiştir. Kantinden gıda tercihinde ürünün muhtemel faydasının ve markasının çok etkili olduğu görülmüştür. Beşinci sınıfların kantin alışkanlıklarında daha bilinçli oldukları, sekizinci sınıflar açısından ise kantinlerin beklentilerini karşılamadığı şeklinde sonuçlar elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Kahvaltı, Gıda

Breakfast Habits of Elementary School Students and Their Relationship with School Canteen

ABSTRACT

This study was conducted among fifth and eighth grades selected in the center of Denizli, Turkey to determine breakfast habits of the students and their relations with school canteen. Surveys of the students resulted that students did not skip breakfast but their breakfast preferences were different, they did not purchase non-packaged foods and their consciousness about the expiration date of foods was high. The brand of the food product and its potential benefits were very effective for the choice of food from school canteen. The conscious of the canteen habits of the fifth grades was higher while canteens did not meet the expectations of the eighth grades.

Key Words: Nutrition, Breakfast, Food

GİRİŞ

Ülkemizde yetersiz ve dengesiz beslenme, özellikle büyüme çağındaki çocukların, önemli soru olmaktadır. Her yaş için organizmanın ihtiyacı olan besin değerleri pek çok çalışmada araştırılmış olmasına rağmen çeşitli nedenlerden dolayı günümüzde hala bireylerin dengeli olarak beslenip beslenemediği bilinmemektedir [1].

Yetişkin insan, yaşamını sürdürmek, çalışmak ve yıpranan dokularını yenilemek için besin almak

zorundadır. Çocuk ise; bunlara ek olarak büyüme ve gelişmesi için de beslenmek zorundadır [2].

Çocukların beslenme alışkanlıkları ve problemleri genelde çocuklar evdeyken aile bireylerinin denetiminde bir beslenme sürdürürken, okulda ve okul dışında tek başına kalmakta ve yanlış beslenme alışkanlıkları kazanabilmektedir [3]. Çocuk ve gençlerin sahip olduğu yanlış beslenme alışkanlıkları, önemli sağlık sorunlarını beraberinde getirir. Öğün atlama, şeker, tuz ve yağ içeriği yüksek yiyecek-içecek tüketimi bu alışkanlıklarının başında yer alır. Çocukluk dönemindeki bu hatalı

beslenme uygulamaları; yüksek tansiyon, kalp ve obezite (aşırı şişmanlık) gibi hastalıklar için temel risk faktörü olmaktadır. Gerek ailede gerekse okulda beslenme eğitiminin yeterli düzeyde olmaması, hatalı beslenme alışkanlıklarının kazanılmasında önemli yer tutmaktadır [4] .

Özellikle erken saatlerde okula giden öğrenciler incelendiğinde güne kahvaltı ile başlamayanların okul başarılarında azalma olduğu görülmektedir. Aynı zamanda çocuklarda da görülebilecek bazı hastalıkların kontrolünü sağlamada da kahvaltının önemi oldukça fazladır. Glisemik yükün azalması, insülin direncinin oluşmaması ve kalp hastalığının oluşmaması için her gün mutlaka düzenli olarak kahvaltı yapmak gerekmektedir [5]. Öğün atlama okul çağı çocuklarda sık görülen bir sorun olmaktadır. Ülkemizde genellikle sabah okula giden çocukların sabah kahvaltısını, öğleden sonra okula giden çocuklarında öğle öğünlerini tüketmedikleri bilinmektedir. Öğün atlama, bu yaş grubu için önerilen enerji ve besin öğeleri miktarlarının günün diğer öğünlerinde karşılanmasını güçleştirmekte ve buna bağlı olarak enerji ve besin öğeleri yetersizliklerine zemin hazırlamaktadır.

İlköğretim 8. sınıf öğrencileri, zamanlarının büyük bölümünü okullarda geçirdiği için okulun, çevrenin ve arkadaş gruplarının etkisinde kalarak besin değeri düşük yiyeceklere bir eğilim sergilerler. Bu dönemde reklamlarında beslenme alışkanlıkları üzerinde etkisi büyüktür [6] . Öğrencilere temel beslenme bilgilerinin verilmesi, öğrenilen bilgilerin davranışa dönüştürülmesi, yanlış beslenme alışkanlıklarına zamanında müdahale edilmesi ve beslenme davranışları ile örnek olma konusunda, velilerin yanı sıra, öğretmenlere de önemli sorumluluklar düşmektedir. Öğretmenlerin, öğrencilerle birlikte yeterli ve dengeli beslenme konusunda çeşitli etkinlikler düzenlemesi ve bu konunun öğrenciler arasında tartışılmasına zemin hazırlaması gerekmektedir. Öğretmenler, öğrencilerin kahvaltı yapıp, yapmadıklarını sorgulamalı ve dışarıda açıkta satılan yiyecekleri tüketmemeleri konusunda sık sık uyarıda bulunmaları gerekmektedir[7] .

Çocuklar bizim geleceğimizdir. Gelecek nesillerin sağlıklı bir vücut ve sağlıklı bir beyine sahip olabilmesi için yeterli ve dengeli beslenmeleri gerekmektedir. Beslenmenin büyüme ve gelişmeyi etkilediği dönemlerden biride 10-16 yaş aralığı olup, bu dönem ergenliğe geçiş dönemidir. Bu dönemde beslenmelerine dikkat etmeleri gerektiğinin önemini anlamalılar ve buna paralel olarak tükettikleri gıda ve alışkanlıklarında iyileştirmelerde bulunmalıdırlar. Bu araştırmanın temel amacı, Denizli ili merkezinde öğrenim gören ilköğretim öğrencilerin kahvaltı alışkanlıklarının yaş grubuna göre değişimini, beslenmelerine verdikleri önemi ve okul kantini ile ilişkilerini ortaya konulmasıdır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Denizli Merkez İlköğretim öğrencilerinden 5. ve 8. sınıfların yaş gruplarının kahvaltı alışkanlık durumlarını

ortaya koymak ve okul kantini ile olan ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada betimsel yöntem kullanılmıştır.

Araştırmanın Evreni ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, Denizli merkezde ikili öğretim yapan ilköğretim okullarının 5. ve 8. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. İkili öğretim yapan ilköğretim okullarının 2010 eğitim ve öğretim yılında 5. ve 8. sınıf öğrencilerin toplamı 12100 kişidir. Denizli Merkeze anket yapılacak okulların tespitinde bölgeler arasında farkın en alt düzeye indirebilmek için farklı bölgelerdeki tesadüfî yöntemle 12 ilköğretim okulu seçilmiştir (Tablo 1).

Ölçme ve değerlendirme tablosu kullanılarak 831 ilköğretim öğrencisi bu araştırmanın örneklemini olarak belirlenmiştir. Araştırmada kullanılacak olan anket Tablo 1'de belirtilmiş olan okullarda 5. ve 8. sınıf sabahçı grubu öğrencilerine belirtilen sayıda uygulanmıştır.

BULGULAR

Ankete katılan öğrencilerin sosyodemografik durumları Tablo 2'de verilmiştir. Okul sınıf sayılarında ve cinsiyet durumlarında dengeli bir dağılım göstermiştir. Kız çocukların %50.2 oranında olması Denizli ili merkezinde kız çocukların okula gönderilmeme gibi bir problemin olmadığı ve sınıflarda erkek kız dağılımının oldukça dengeli olduğu görülmektedir (Tablo 2).

Anne ve babanın eğitim düzeyinde genel olarak ilköğretim ve lise mezunu olarak ortaya çıkmış, okuryazarlığın olmaması oranı babalarda %1.2 annelerde 3.4 oranlarında düşük oranlarda tespit edilmiştir. Ailenin gelir düzeyinde asgari ücret kapsamında ve 1000-2000 TL arasında toplam %80.6'lık bir oran tespit edilmiştir. Hayat standartlarının üzeri olarak kabul edilen 2000 TL ve üzerinde ise bu oran %18.4 olarak kalmıştır. Ailedeki çocuk sayısının 2 ve 3'de yoğunlaştığı belirlenmiş ve kardeşler içerisindeki sıralamada 1. çocuk %45.2 ve 2. çocuk %37.6 oran tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ışığında öğrencilerin genç ebeveynler ait bir aile profilinin mevcut olduğu ortaya çıkmaktadır.

Ankete katılan öğrencilerden 5. sınıf ve 8. sınıf öğrencileri arasında kahvaltı ile ilgili davranışların ortaya çıkarılmasında; kahvaltı durumları, tercihleri, okula yiyecek getirmeme nedenleri, okul harçlık alma sıklıkları, harçlık miktarları ve harcama durumları sorularak sonuca gidilmiştir (Tablo 3).

Kahvaltı durumları karşılaştırıldığında, iki grupta da büyük çoğunluğun evde kahvaltı yaptığı sonucuna ulaşılmaktadır. 5. sınıf öğrencilerin %21.1'i evden okula yiyecek bir şeyler getirmekte iken, 8. sınıf öğrencilerin ise bu oran sadece %4.4'dür. Bununla birlikte 5. sınıf öğrencilerin %16.3'ü, 8. Sınıfların %22.1'i kantinden yiyecek bir şeyler almaktadır. Okula kahvaltı yapmadan gidenlerin oranı en düşük oranın %10' un altında kalmıştır.

Kahvaltı yapamama nedeni incelendiğinde iki grupta da öncelikli sebebin 5. sınıflarda %61.4 oranında, 8.

sınıflarda ise %55.8 oranında iştahsızlık olduğu; bunu takiben ikinci nedenin 5. sınıflarda %22.2 oranında, 8. sınıflarda %29.6 oranında erken kalkamama olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin okula yiyecek getirmeme nedeni olarak iki grupta da birinci sırada 5. sınıflarda %74.4 oranında, 8. sınıflarda %51.7 oranında arkadaşlarının canı çekebilir

düşüncesi gelmektedir. Bu durumun aile ve öğretmenin telkinlerinin etkili olması ve bireyin başkasına saygı ve düşünme duygusunun yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bunu takip eden neden ise 5. sınıflarda %20 oranında, 8. sınıflarda ise %42.9 oranında taşımanın zor gelmesi düşüncesi olduğu yönünde sonuç elde edilmiştir.

Tablo 1. Örneklem olarak belirlenmiş okullar ve araştırmaya katılan öğrenci sayıları

Örneklem Okul İsimleri	Uygulanan Öğrenci Sayısı
Zaferiye Abaloğlu İlköğretim Okulu	72
Musa Kazım Manasır İlköğretim Okulu	57
Emsan Doğan Demircioğlu İlköğretim Okulu	127
Atatürk İlköğretim Okulu	63
Müftü Ahmet Hulusi İlköğretim Okulu	63
Ahmet Nuri Erikoğlu İlköğretim Okulu	60
Hürriyet İlköğretim Okulu	83
Hacı Hasan Ali Kömürcüoğlu İlköğretim Okulu	59
Raşit Özkardeş İlköğretim Okulu	49
Bağbaşı Hüsamettin Kulaklı İlköğretim Okulu	57
Kırıklı Denizli Basma Sanayii İlköğretim Okulu	70
Dentaş İlköğretim Okulu	71

Tablo 2. Öğrencilerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımları

Özellikler	n	%	
Okul Sınıfı	5. Sınıf	418	50.3
	8. Sınıf	413	49.7
Cinsiyet	Erkek	414	49.8
	Kız	417	50.2
Babanın Eğitim Düzeyi	Okur Yazar Değil	10	1.2
	İlkokul Mezunu	414	49.7
	Lise Mezunu	248	29.8
	Üniversite Mezunu	159	19.3
Annenin Eğitim Düzeyi	Okur Yazar Değil	28	3.4
	İlkokul Mezunu	479	57.9
	Lise Mezunu	226	27.1
	Üniversite Mezunu	98	11.6
Ailenin Gelir Düzeyi	1000 TL' den az	350	42.4
	1000TL-2000TL	324	39.2
	2000TL-3000TL	102	12.0
	3000TL'den fazla	55	6.4
Babanın Mesleği	Memur	137	16.2
	İşçi	304	37.0
	Serbest Çalışan	341	41.0
	İşsiz	49	5.8
Annenin Mesleği	Memur	79	9.4
	İşçi	109	13.1
	Serbest Çalışan	75	9.1
	Ev Hanımı	568	68.4
Ailenin Çocuk Sayısı	1	116	14.0
	2	458	55.1
	3	198	23.7
	4 ve fazla	59	7.1
Kardeş Sıralamadaki Yeri	1	379	45.2
	2	312	37.6
	3	101	12.2
	4 ve daha fazla	43	5.0

Kahvaltı menüleri incelendiğinde: 5. sınıf öğrencilerin menüsünde %56.2'sinin (en yüksek oranda) süt-yumurta bulunmakta iken; 8. sınıf öğrencilerin ise %25.3' de kalmıştır. 8. sınıf öğrencilerin menüsünde ise en yüksek

oranda (%45.8) peynir-domates bulunmakta olduğu ortaya çıkmıştır. Zeytin her iki yaş gurubu için en düşük tercih olarak görülmüştür. Bal -tereyağı tüketiminde 8. sınıfların tercihi daha yüksek oranda olmuştur.

Tablo 3. Öğrencilerin Kahvaltı Davranışları

Özellikler	5.Sınıf		8.Sınıf		
	n	%	n	%	
Öğrencilerin kahvaltı durumu	Evde kahvaltı yapıyorum	232	56.6	261	64.1
	Evden okula yiyecek bir şeyler getiriyorum	89	21.7	18	4.4
	Kantinden yiyecek bir şeyler alıyorum	67	16.3	90	22.1
	Okula kahvaltı yapmadan gidiyorum	22	5.4	38	9.3
Öğrencilerin kahvaltı menüsündeki tercihleri	Peynir-domates	104	30.0	152	45.8
	Zeytin	3	0.8	21	6.3
	Süt-yumurta	195	56.2	84	25.3
	Bal- tereyağı	45	13.0	75	22.6
Öğrencilerin kahvaltı yapamama nedenleri	İştahsız olmam	116	61.4	126	55.8
	Okula-servise geç kalma korkusu	15	7.9	14	6.2
	Erken kalkamama	42	22.2	67	29.6
	Okulda karnımı doyurmak için imkânlarının olması	16	8.5	19	8.4
Öğrencilerin okula yiyecek getirmeme nedenleri	Taşımının zor gelmesi	57	20.0	143	42.9
	Okul idaresi tarafından yasaklanması	11	3.9	10	3.0
	Arkadaşlarının canı çekebilir düşüncesi	212	74.4	172	51.7
	Arkadaşlarımla paylaşmak istememem	5	1.8	8	2.4
Öğrencilerin okul harçlıklarını alma sıklıkları	Günlük	228	57.3	174	44.5
	Haftalık	92	23.1	113	28.9
	Aylık	12	3.0	23	5.9
	Param bittikçe	66	16.6	81	20.7
Öğrencilerin günlük okul harçlık miktarları	0-1 TL	144	35.5	101	25.6
	1-2 TL	175	43.1	126	31.9
	2-3 TL	55	13.5	84	21.3
	3 TL'den fazla	32	7.9	84	21.3
Öğrencilerin harçlıklarını harcama durumları	Hepsini harcıyorum	56	13.6	82	20.2
	Bir kısmını harcıyorum	323	78.4	268	66.2
	Hiç harcamıyorum	17	4.1	31	7.7
	Harçlık almıyorum	16	3.9	24	5.9

Okul harçlıklarını alma sıklıkları incelendiğinde 5. sınıfların %57.3'ünün ve 8. sınıfların %44.5'inin günlük olarak harçlık aldıkları görülmektedir. 5. sınıfların %3'ünün ve 8. sınıfların %5.9'unun ise aylık olarak harçlık aldıkları görülmektedir. İki grupta da en yüksek oranda günlük olarak harçlık alınmaktadır (Tablo 3). Harçlık miktarı açısından bakıldığında; 5. sınıflarda en yüksek oran %43.1, 8. sınıflarda da en yüksek oran olan %31.9 ile 1-2 TL belirlenmişken, 8. sınıflarda belirlenen oranlardan 0-1 TL harçlık alım oranının 5. sınıflara göre düşük olduğu, diğer oranlarda ise 8. sınıflardaki harçlık alım oranının yüksek olduğu görülmektedir. Bu oranlar doğrultusunda genel olarak 8. sınıfların 5. sınıflara göre daha yüksek miktarda harçlık aldığı görülmektedir (Tablo 3). Her iki durumun sonuçları bireysel harcamada yaşın etkili faktörlerden biri olduğunu desteklemektedir.

5. ve 8. sınıf öğrencilerin okul kantini karşısında göstermiş oldukları beklenti ve davranışlarını ortaya koyma adına yapılan anket sonuçları Tablo 4'de verilmiştir. Okul kantinlerinden memnuniyeti kıyaslandığında 5. sınıfların %22.6'sı ve 8. sınıfların %32.2'si mevcut kantinlerden memnun olmadığını, çok memnunum diyenlerin oranı ise 5. sınıflarda %16.2 iken bu oran 8. sınıflarda %5.7'dir. Kantinlerimizin 5. Sınıflar için durumu idare ettikleri ancak 8. Sınıflar için beklenti ve isteklerin yüksek olmasından dolayı istenilen düzeyde olmadığını söyleyebiliriz.

Tablo 4'de görüldüğü gibi ankete katılan 5. ve 8. sınıf öğrencilerin okul kantininden alışveriş yapma nedeni olarak 5. sınıflarda %72.4 oranında, 8. sınıflarda %62.9 oranında açılmış olmalarının olduğu belirlenmiştir. Bunu takiben 5. sınıflarda %15.1 oranında, 8. sınıflarda ise %23.2 oranında belirlenen o an canlarının istemiş olmasından dolayı olduğu belirlenmiştir. En az oranda ise 5. sınıflarda %4.1 oranına, 8. sınıflarda ise %6 oranına sahip olan arkadaşları ile ortak hareket etmelerini neden olarak belirtmişlerdir. Bu sonuçlar ışığında öğrencilerin harcama nedeni bilinçli olarak bir davranış modeli sergilemiştir.

Okul kantininden yiyecek ve içecek alırken önem derecelendirilmesinde 5. sınıfların %68.7'si, 8. sınıfların % 42.4'ü yararlı olmasına önem vermektedir. İkinci sırada ise 5. sınıflarda %23.4 oranı ve 8. sınıflarda %29.8 oranı ile fiyatına dikkat ettikleri görülmüştür. 5. sınıflarda hediye ve oyuncak çıkmasına hiç önem vermeme dikkat çekerken 8. sınıfların alışkanlıkları alımlarında etkili olmaktadır.

5. ve 8. sınıf öğrencilerin okul kantininden yiyeceklerini alırken en yüksek oranlarla 5. sınıflarda %77.4 ve 8. sınıflarda %61.9 oranında seçilen ürünün taze olması tercih ettikleri görülmektedir. Ayrıca, öğrencilerin okul kantinlerinden satın aldıkları paketli ürünlerin seçiminde 5. sınıflarda %89.5 oranında ve 8. sınıflarda %76.7

oranında seçilen son kullanma tarihine en çok dikkat ettikleri belirlenmiştir. 5. sınıflarda ikinci sırada %5.9 oranında içindekiler kısmına dikkat ettikleri ortaya çıkarken, 8. sınıflarda ikinci sırada %11.5 oranında sekline-rengine, içindekiler kısmına ve son kullanma tarihine dikkat etmedikleri ortaya çıkmıştır. Gıda ürünün kullanım tarihi ve tüketimde tazelik olma hissini önemli

ilişkilendirme kabiliyetinin etkili olduğunu söylemek mümkündür.

Kantinden aldıkları ürünlerin markasına verdikleri önemin hem 5. sınıflarda hem de 8. sınıflarda önem dereceleriyle doğru orantılı olarak etkilendiği görülmektedir (Tablo 4).

Tablo 4. Öğrencilerin Okul Kantinine Göstermiş Oldukları Beklenti ve Davranışlar

Özellikler		5. Sınıf		8. Sınıf	
		n	%	n	%
Öğrencilerin kantinden memnuniyetleri	Çok memnunum	65	16.2	23	5.7
	Memnunum	124	30.8	116	28.7
	Az memnunum	122	30.3	135	33.4
	Memnun değilim	91	22.6	130	32.2
Öğrencilerin okul kantininden alışveriş yapma nedenleri	Acıkmış olmam	283	72.4	241	62.9
	İçeceklerle ferahlamak ve susuzluğumu gidermek	33	8.4	30	7.8
	O an canımın istemesi	59	15.1	89	23.2
	Arkadaşlarımla ortak harekette bulunmak	16	4.1	23	6.0
Öğrencilerin okul kantininden yiyecek içecek alırken neye önem verdikleri	Yararlı olması	279	68.7	171	42.4
	Hediye ve oyuncak çıkması	0	0	6	1.5
	Alışkanlıklarına	32	7.9	106	26.3
	Fiyatı	95	23.4	120	29.8
Öğrencilerin okul kantinden yiyecek alırken gösterdikleri tercihler	Taze olması	318	77.4	242	61.9
	Kantinciler tarafından hazırlanması	13	3.2	6	1.5
	Paketle olması	65	15.8	96	24.6
	Hızlı-pratik tüketilebilir olması	15	3.6	47	12.0
Öğrencilerin kantinden aldıkları ürünlerin markalarına verdikleri önem	Önemli	279	68.0	258	65.3
	Bazen önemli	106	25.9	110	27.8
	Önemli değil	18	4.4	19	4.8
	Hiç önemli değil	7	1.7	8	2.0
Öğrencilerin okul kantininden aldıkları paketli ürünlerde nelere dikkat ettikleri	Şekline ve rengine	7	1.7	17	4.3
	İçindekiler kısmına	24	5.9	29	7.4
	Son kullanma tarihine	366	89.5	300	76.7
	Hiç birine	12	2.9	45	11.5
Öğrencilerin açıkta satılan ürünleri tercih etme sebepleri	Ucuz olması	21	5.3	30	7.7
	Arkadaşlarının alıyor olması	12	3.0	32	8.2
	Alışkanlıklarından dolayı	43	10.9	86	22.1
	Tercih etmiyorum	319	80.8	241	62.0
Öğrencilerin açıkta satılan ürünleri almama nedenleri	Ailemin uyarılarından dolayı	26	7.7	21	7.7
	Sevmemem	30	8.9	33	12.1
	Temizliğine güvenmemem	52	15.4	122	44.9
	Sağlığıma zarar verme ihtimali	229	68.0	96	35.3
Öğrencilerin okul kantininden daha çok hangi ürünleri aldıkları	Unlu mamuller (simit,tost,bisküvi vb.)	313	77.7	274	70.6
	Taze meyve	8	2.0	6	1.5
	İçecekler	56	13.9	54	13.9
	Şeker ve çikolata	26	6.5	54	13.9
Öğrencilerin içeceklerdeki ilk tercihleri	Ayran	105	25.8	150	38.5
	Su	114	28.0	123	31.5
	Meyve suyu	112	27.5	105	26.9
	Süt	76	18.7	12	3.1
Öğrencilerin aldıkları çikolatalarda dikkat ettikleri özellikler	Markasına	203	52.2	179	47.1
	Gofret şeklinde olmasına	17	4.4	20	5.3
	Fiyatına	90	23.1	88	23.2
	Fındık, fıstık vb. ürünler içermesine	79	20.3	93	24.5
Öğrencilerin şekerlemelerde tercih ettikleri özellikler	Meyveli olması	147	42.7	187	57.4
	Şekerin şekli	17	4.9	13	4.0
	Sert-yumuşak olması	161	46.8	108	33.1
	Şekerin rengi	19	5.5	18	5.5

Öğrenciler okul kantininden açıkta satılan ürünleri almama sebebi olarak 5. sınıflarda %68 oranında seçilen sağlığa zarar verme ihtimali birinci sırada

gelirken, 8. sınıflarda %44.9 oranında seçilen temizliğine güvenememe birinci sıradadır. Ayrıca hem 5. sınıflarda hem de 8. sınıflarda %7.7 oranına sahip olan aile

uyarılarının etkisinin seçenekler arasında en az etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar ışığında öğrencilerin bu konuda bilincin yaş büyümesi ile hijyen ve sanitasyonun önemliliği ön plana çıkmaktadır.

Okul kantinlerinden daha çok neler aldığı incelendiğinde 5. sınıflarda %77.7 ve 8. sınıflarda %70.6 oranlarında unlu mamullerin (simit, tost, bisküvi vb.) ilk sırada olduğu görülmekte iken 5. sınıflarda ikinci sırada %13.9 oranıyla içecekler alınmakta iken 8. sınıflarda ikinci sırayı %13.9'ar oyla içecekler ve şeker-çikolata almaktadır. Her iki grupta da en az alınma oranı taze meyveye aittir. Temizliğe dikkat edilmek şartıyla kantinlerde taze meyvenin adet olarak uygun fiyatta yer alması durumunda bu oranın zamanla yükselebilecek potansiyeli mevcuttur.

Kantin harcamalarında su, ayran ve meyve suyu dengeli sayılabilecek bir dağılım söz konusu olduğunu söyleyebiliriz. Her iki grupta da 5. sınıflarda %18.7 ve 8. sınıflarda ise %3.1 oranı ile süt en az tercih edildiği görülmektedir (Tablo 4). Bu durumun oluşumunda okullarda dağıtılan okul sütünün öğrencilerin ihtiyacı karşılığında düşük sonuçların oluşmasında etkili olmuştur.

Sınıflar arası okul kantinlerinden çikolata alırken 5. sınıfların %52.2 oranı ile 8. sınıfların %47.1 oranı ile en çok markasına dikkat ettikleri ve ikinci sıradaki tercih sebebinin 5. sınıflarda %23.1 oranı ile 8. sınıflarda da %23.2 oranına sahip olan fiyat faktörü olduğu görülmüştür.

Ankete katılan 5. ve 8. sınıf öğrencilerin okul kantinlerinden şeker alırken 5. sınıfların %42.7 oranı ile ilk sırada sert-yumuşak olmasına göre tercihte buldukları, 8. sınıfların ise % 57.4 oranı ile ilk sırada meyveli olmasına göre tercihte buldukları ortaya çıkmıştır.

SONUÇ

Denizli İlinde yapmış olduğumuz araştırma sonucunda, çocukların gelişimi için en önemli öğün olan kahvaltının büyük çoğunluk tarafından atlanmadığı belirlenmiştir. Ayrıca 5. sınıf öğrencilerin 8. sınıf öğrencilere göre kahvaltıda süt-yumurta tüketim oranının fazla olduğu; büyük çoğunluğunun 8. sınıflara göre daha az harçlık almalarına rağmen, harçlıklarının tamamını harcamadıkları; kantinden ancak zorunlu ihtiyaçlarını satın aldıkları ve aldıkları bu gıdaların zararlı içerikte

olmamasına 8. sınıflardan daha fazla dikkat ettikleri görülmüştür. Yine aynı şekilde 5. sınıfların açıkta satılan ürünleri daha az tercih ettikleri ve bunda sağlığa zararlı unsurlar içerebileceği endişesi taşıdıkları tespit edilmiştir. Bu veriler 5. sınıfların 8. sınıflara göre beslenme ve kantin alışkanlıkları açısından daha bilinçli olduklarını göstermektedir. Okul aile birliği ve kantin işletmelerinin iletişim içinde bulunarak çocukların sağlıklı beslenmesine yönelik çalışmalarının olumlu sonuçları anket sonuçları ile ortaya konmuştur. Çocuklarda beslenme bilincinin pekiştirilmesi adına gerek ders, gerekse çeşitli aktivitelerle eğitimin devamlılığı sağlanmalıdır. Ayrıca kantin hijyenik şartlarının daha da geliştirilmesi ve bütün okullarda aynı standartların sağlanması gereklidir.

TEŞEKKÜR

Anketin gerçekleştirilmesinde göstermiş oldukları yakın ilgi için başta Denizli Millî Eğitim Müdürlüğü ve seçilen okul idarecilerine teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

- [1] Seçken, N., Morgil, İ., 2000. Ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerin beslenme sorunları ve ders kitaplarında beslenme konusunun incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 18: 123-127.
- [2] Demirezen, E., Coşansu, G., 2005. Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Sted Dergisi* 14(8): 174.
- [3] Dönmez, M., Cankurtaran, M., Diken, F., Gürendi, P., 2010. Gıda beslenmesi ve kanser ilişkisi. <http://www.beslenme.saglik.gov.tr/index.php?pid=68>
- [4] Anonim, 2013a. Çocuk reklamları. <http://www.beslenme.gov.tr/index.php?long=tr&page=101>.
- [5] Anonim, 2013b. Okul çağındaki çocuklarda doğru beslenme. <http://www.saglikplatformu.com/haberler/Ayrinti.asp?HaberNo=4153>.
- [6] Gökçay, G., Gariboğlu, M., 2002. Beslenme ve Beslenme Bozuklukları. *Pediatric Cilt: 1, Nobel Tıp Kitapevi, İstanbul.*
- [7] Anonim, 2013. Okul çağı çocukları için sağlıklı beslenme. http://mebk12.meb.gov.tr/meb_ys_dosyalar/41/08/976729/içerikler/okulcagi-cocuklari-icin-saglik.