



JOURNAL OF RESEARCH
IN EDUCATION AND SOCIETY
EĞİTİM VE TOPLUM
ARAŞTIRMALARI DERGİSİ
e-ISSN:2458-9624



Cilt: 8 Sayı: 1 Sayfa Aralığı: 39-51 e-ISSN: 2458-9624 DOI: 10.51725/etad.837240

RESEARCH

Open Access

ARAŞTIRMA

Açık Erişim

Okul Öncesi Öğretmenlerinin Okul Menüleri Hakkındaki Görüşleri:

Gaziantep Örneği

Opinions of Preschool Teachers on School Menus:

Gaziantep Example

Emine Hilal İnan, Leyla Özgen

ÖZ

Araştırmanın amacı okul öncesi eğitim kurumlarında çocuklara sunulan yemek menüsü hakkında öğretmen görüşlerinin belirlenmesidir. Çalışma grubuna 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Gaziantep ili Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı anaokulları ve anasınıflarında görev yapan 66 öğretmen katılmıştır. Çalışmada yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak ve ses kaydı alınarak veriler toplanmıştır. Bulgular, öğretmenlerin okuldaki beslenme menülerinin içeriğine, okul öncesi eğitim kurumlarında beslenme menüsü hazırlanırken çocuk ve ebeveyn açısından dikkat edilen noktalara, çocukların beslenme menüsüne gösterdikleri tepkilere ve çözümlere ilişkin, öğretmenlerin okul öncesi eğitim kurumlarındaki beslenme menülerini hazırlama önerilerine yönelik görüşleri şeklinde temalandırılmıştır. Sonuç olarak, okul öncesi eğitim kurumunda görev yapan eğitimcilerin çoğunluğunun menü hazırlama konusunda yeterli bilgi sahibi olmadığı, menü hazırlamada diyetisyen ve beslenme uzmanından destek alınması gerektiği tespit edilmiştir.

ABSTRACT

The aim of the study is to determine teachers' opinions about the food menu offered to children in preschool education institutions. 66 teachers working in kindergartens and nursery classes affiliated with the Gaziantep Provincial Directorate of National Education participated in the study group in the 2019-2020 academic year, and the data were collected using a semi-structured interview form and voice recordings. It was designed so as to determine teachers' opinions on the content of school meal menus, the points to be considered with respect to children and parents when preparing the menus, the children's reaction to the menus, and teachers' suggestions for preparing the menus at preschool education institutions. As a result, it was determined that the majority of educators working in preschool education institutions do not have sufficient knowledge about menu preparation, and that support for preparing menus should be obtained from a dietician and nutritionist.

Yazar Bilgileri

Emine Hilal İnan

Gazi Üniversitesi, Ankara,
Türkiye

ehilal.inan@gazi.edu.tr

Leyla Özgen

Doç. Dr., Gazi Üniversitesi,
Ankara, Türkiye

lozgen@gazi.edu.tr

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

Okul öncesi eğitimi

Okul menüleri

Beslenme

Okul öncesi öğretmeni

Keywords

Early childhood education

School menus

Nutrition

Early childhood teacher

Makale Geçmişi

Geliş: 07/12/2020

Düzeltilme: 04/03/2021

Kabul: 08/03/2021

Atıf için: İnan, E.H. ve Özgen, L. (2021). Okul öncesi öğretmenlerinin okul menüleri hakkındaki görüşleri: Gaziantep örneği. *JRES*, 8(1), 39-51. <https://doi.org/10.51725/etad.837240>

Etik Bildirim: Bu araştırma, 01.01.2020 tarihinden önce yapıldığından etik kurul kararı zorunluluğu yoktur.

Giriş

Okul öncesi dönem, büyüme ve gelişimin hızlı olması nedeniyle enerji ihtiyacının yüksek olduğu bir süreçtir. Bu dönemde içinde bulunulan çevre kadar beslenme de çocuğun fiziksel, zihinsel, sosyal ve ruhsal yönden büyüme ve gelişiminde etkin rol oynar (Merdol, 2017). Çocuğun düzenli beslenmesi ile yeterli ve dengeli beslenme ihtiyacı karşılanırken aynı zamanda beslenme davranışları da gelişir. Bebeklikle başlayan yeme davranışlarının gelişimi yaşam boyunca devam eder (Eliassen, 2011). Okul öncesi eğitimde beslenmeye yönelik çalışmalara bakıldığında çocuklara erken yıllarda verilen eğitimin etkili olduğu görülmektedir (Piziak, 2012; Ünver, 2004). Bununla birlikte erken yıllarda sağlıklı beslenme alışkanlıkları edinen çocuklar ilerleyen yıllarda da bu alışkanlıkları devam ettirmeye eğilimli olmaktadır (Merdol, 2017). Erken yaşlar beslenme alışkanlıkları açısından aileler ve çocuk için köklü bir değişim zamanı olarak görülmesi gerekir (Hu vd., 2009). Hatta beslenmenin damak tadını, kültürü vb. etkilemesi nedeniyle zaman zaman çocuk bakımından sorumlu yetişkinlerin ve eğitimcilerin, çocuğa sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırmada, yiyeceklere ilişkin olumlu duygular yaratmada daha fazla çaba sarfetmeleri gerekebilir (Yılmaz-Akyüz ve Sezgin, 2021). Diğer yandan ailenin sosyo ekonomik durumu, anne babanın öğrenim durumu, okul öncesi öğretmenin çalıştığı yerin şehir ve/veya kırsal olması, çalıştığı kurumun özelliği (devlet/özel) gibi faktörler de okul öncesi çocukların beslenmelerini etkilemektedir (Lawler-Girard, 2010). Çocuklar için menü hazırlamada, öğretmenin görev yaptığı yerin şehir veya kırsal olması, devlet veya özel kurum olması gibi birden fazla nedenin etkili olduğu, okul öncesi eğitimcilerin kırsalda ve özel okulda çalışanlara göre devlette ve büyük şehirde görev yapanların menü hazırlama uygulamaları ve deneyimleri hakkındaki bilgilerinin daha fazla olduğu saptanmıştır (Liu vd., 2018).

Son yıllarda çocuklukta enerji ve/veya besin ögesi alımlarındaki yetersizlik veya fazla alıma bağlı olarak yetişkinlikte zayıflık ve bodurluk, obezite, iştahsızlık ve diş çürüklerinin yaygınlığı, tip 2 diyabet, hipertansiyon ve çölyak gibi sağlık sorunlarının arttığı belirtilmektedir (Toplu Beslenme Sistemleri [TBS], 2020). "Sağlıklı Yemek Tabağı", "Sağlıklı Beslenme ve Fiziksel Aktivite Piramidi" gibi çalışmalar ile her öğünde, her besin grubundan bir besinin seçilerek tüketilmesine dikkat çekilmiş, sağlıklı beslenme alışkanlıklarına vurgu yapılmıştır (Türkiye Beslenme Rehberi [TÜBER], 2016).

Okul öncesi eğitim kurumlarında çocukların hem besin ögesi ihtiyacını karşılamak hem de beslenme alışkanlıkları kazanmalarını sağlamak amacıyla en az bir öğün beslenme menüleri sunulmaktadır. Çocuklukta oluşan yeme alışkanlıklarının erişkinlik dönemindeki yeme davranışını etkileyeceği ve ileriki yaşlarda kronik hastalıkların önlenmesinde etkili olacağı için eğitim kurumlarında çocuklara sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırılması, büyüme ve gelişmeyi destekleyecek şekilde menü hazırlanması belirtilmektedir (Yılmaz-Akyüz ve Sezgin, 2021). Çocukların sağlığı önceliklidir, eğitimcilerin davranış değişikliği kadar beslenme menüleri ile ilgili de farkındalıklarının oluşması ve model olabilmesi gerekmektedir (Liu vd., 2018).

Okul öncesi dönem çocukları için menü planlaması yapılırken yaşa, cinsiyete uygun beslenme ilkeleri esas alınarak, besin öğelerinin yanısıra mevsim, kültür, gibi çevresel özelliklerin; çocuğun sağlığı, gelişimsel özellikleri gibi bireysel faktörlerin dikkate alınması hem menünün kolay uygulanabilir olmasını hem de çocukların besin tüketimini olumlu etkilemesi açısından önemlidir (Özgen, 2018). Erken yıllarda beslenmenin ve beslenme eğitiminin öneminden yola çıkan bu çalışma okul öncesi eğitim kurumlarında çocuklara sunulan yemek menüsü hakkında öğretmen görüşlerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın temel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Öğretmenlerin okuldaki beslenme menülerinin içeriğine ilişkin görüşleri nelerdir?
2. Öğretmenlerin kurumlarında beslenme menüsü hazırlanırken çocuk ve ebeveyn açısından dikkat edilen noktalara ilişkin görüşleri nelerdir?
3. Öğretmenlerin çocukların beslenme menüsüne gösterdikleri tepkilere ve çözümlere ilişkin görüşleri nelerdir?
4. Öğretmenlerin okul öncesi eğitim kurumlarındaki beslenme menülerini hazırlamaya yönelik önerileri nelerdir?

Yöntem

Araştırma Modeli

Okul öncesi eğitim kurumlarında çocuklara sunulan yemek menüsü hakkında öğretmen görüşlerinin belirlenmesini amaçlayan bu nitel araştırmanın deseni fenomenoloji olarak belirlenmiştir. Fenomenoloji çalışmaları, insanların deneyimi nasıl anlamlandırdığının üzerine odaklanmaktadır (Patton, 2014). Bu desende derinlemesine görüşmeler ile ortak deneyimi paylaşan kişilerin bir fenomene ilişkin tepkileri ve bakış açıları tanımlanmaya çalışılmaktadır (Fraenkel ve Wallen, 2009).

Nitel araştırmalarda veri toplama süreci katılımcıları doğal ortamından çıkarmadan araştırılan konuya ilişkin birçok soruyla derinlemesine gerçekleştirilmektedir (Golden-Biddle ve Locke, 1997). Görüşme de yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği; sahip olduğu belirli düzeyde standartlık ve aynı zamanda esneklik nedeniyle araştırmalarda kolaylık sağlamaktadır (Türnüklü, 2000, s.547).

Çalışma Grubu

Çalışma grubunun belirlenmesinde seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, zengin bilgiye sahip olduğu düşünülen durumların derinlemesine çalışılmasına olanak vermektedir. Araştırmacı seçilen durumlar bağlamında doğa ve toplum olaylarını ya da olgularını anlamaya ve bunlar arasındaki ilişkileri fark etmeye çalışmaktadır (Büyüköztürk vd., 2012).

Araştırmanın çalışma grubunu, 2019-2020 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Gaziantep ili Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı anaokulları ve anasınıflarında görev yapan öğretmenler oluşturmaktadır. Çalışmada öğretmenlerin en az bir yarıyıl kurumda çalışıyor olması ve okulların öğlen yemeği ve kuşluk vermesi, ölçüt olarak alınmıştır.

Çalışmada 80 okul öncesi öğretmeninden toplanan verilerle veri doyumu ulaşıldığından veri toplanması sonlandırılmıştır. Merriam'a (2018) göre, nitel araştırmalarda verilerin tekrarlama neticesinde doyuma ulaşılması ve elde edilen veriler dışında yeni verilere ulaşılamayacağı düşünüldüğünde veri toplamanın sona erdirildiği ifade edilmiştir. Çalışmada toplanan verilerden 14'ü yarım olması ve içeriğinin doyurucu olmaması nedeniyle çıkarılmış çalışma 66 öğretmene ait verilerle yapılmıştır. Öğretmenlere yönelik demografik bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Öğretmenlere Ait Demografik Bilgilerin Frekansları

Değişkenler	Kategori	f
Yaş	23-27	20
	28-32	21
	33-39	25
Cinsiyet	Kadın	65
	Erkek	1
Eğitim durumu	Ön Lisans	7
	Lisans	57
	Lisans üstü	2
Çalışma süresi	0-5 yıl	30
	6-10 yıl	23
	11+	13

Tablo1’de öğretmenlerin 33-39 yaş ve 23-27 yaş aralığında olduğu, eğitim durumlarının ise lisans, ön lisans ve lisansüstü mezunu olduğu tespit edilmiştir. Öğretmenlerin çalışma süresi açısından 5 veya daha az yıl çalışan, 6 ve 10 yıl arasında çalışan, 11 ve daha fazla yıl çalışanlar olarak gruplandırılabilceği görülmüştür.

Etik Bildirim

Bu araştırma, 01.01.2020 tarihinden önce yapıldığından etik kurul kararı zorunluluğu yoktur.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Öğretmenin; yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu ve çalışma süresi ile ilgili sorulara yer verilmiştir.

Okul Öncesi Dönemde Öğretmenlerin Beslenme Menülerini Değerlendirme Formu

Araştırmacılar tarafından oluşturulan anket formu için öncelikle alanyazın taraması yapılarak okul öncesi dönemi öğretmenlerinin beslenme menülerini değerlendirmesi ile ilgili sorular belirlenmiştir (Kalfa-Çetin, 2019; Merdol, 2017; Piziak, 2012; Souto-Gallardo vd., 2020; Türkmen vd., 2016; Üzgün, 2017; Yılmaz ve Karağaoğlu, 2017; Wyse, Campbell, Nathan ve Wolfenden, 2011). Öncelikle konu ile ilgili soru havuzu oluşturulmuş, formun kapsam geçerliliğinin sağlanması için bir beslenme ve iki okul öncesi eğitimi alan uzmanı olarak toplam üç uzmanın görüşüne sunulmuştur. Uzmanların önerilerine göre gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Görüşme formundaki soruların anlaşılabilirliğini sağlamak için 22 öğretmenle pilot uygulama yapılmıştır. Ön uygulamada cevapları örtüşen sorular çıkarılarak forma son şekli verilmiştir. “Okul Öncesi Dönemde Öğretmenlerin Beslenme Menülerini Değerlendirme” formunda; “Öğretmenlerin okuldaki beslenme menülerinin içeriğine ilişkin görüşleri nelerdir?”, “Öğretmenlerin kurumlarında beslenme menüsü hazırlanırken çocuk ve ebeveyn açısından dikkat edilen noktalara ilişkin görüşleri nelerdir?”, “Öğretmenlerin çocukların beslenme menüsüne gösterdikleri tepkilere ve çözümlere ilişkin görüşleri nelerdir?”, “Öğretmenlerin okul öncesi eğitim kurumlarındaki beslenme menülerini hazırlamaya yönelik önerileri nelerdir?” gibi yarı yapılandırılmış sorulara yer verilmiştir.

Verilerin Toplanması

Veriler, araştırmacıların okullara ziyareti ile öğretmenlerle yüzyüze görüşmeler yaparak toplanmıştır. Öğretmenlere bilgilendirilmiş gönüllü olur formu doldurtulmuş, araştırmaya katılmak istemeyenler alınmamıştır. Araştırmaya katılmak isteyen fakat okulda bulunmayan öğretmenler,

kendilerinden alınan e-posta iletişim adresleri yolu ile soruları cevaplandırmıştır. Katılımcılar kişilik hakları ve özel bilgileri korunarak çalışmaya alınmıştır. Her bir katılımcının kimlikleri toplanan ham veride belirsiz olarak tanımlanmış ve katılımcıların kimlikleri, depolanan veride Ö1, Ö2... gibi bir kod verilerek tanımlanmıştır. Her bir görüşme süresi 30-40 dakika sürmüştür. Katılımcılar, görüşmelerin ses kaydının alınmasına izin verdiği için veriler ses kaydı ile kayıt altına alınmıştır. Görüşme verileri araştırmacılar dışındaki kişilerin erişimine kapalı tutulmuştur. Araştırma etik kurallara dikkat edilerek yapılmıştır.

Veri Analizi

Araştırmada nitel veri analiz tekniklerinden içerik analiz tekniği kullanılmıştır. Bu nedenle öncelikle ses kayıtları bilgisayara aktararak çözümlenmiştir. Ardından kodlar, kategoriler ve temalar oluşturulmuştur. Strauss ve Corbin'den (1990) aktaran Yıldırım ve Şimşek (2009), nitel araştırmalarda üç farklı kodlama türü olduğunu belirtmiştir. Bunlardan birincisi belirlenmemiş kavramlara göre yapılan kodlama; ikincisi verilerden çıkarılan kavramlara göre kodlama; diğeri ise genel bir çerçeve içinde yapılan kodlamadır. Bu çalışmada, ikinci tür kodlama olan verilerden çıkarılan kavramlara göre yapılan kodlama kullanılmış; kodlamalar araştırma verilerine göre yapılmıştır. Bu kodlama türü, verilerin analizinde yararlanılacak bir kavramsal yapı olmadığı durumlarda kullanılmıştır. Ortaya çıkan kodlara göre belirli kategoriler altında toplanmış ve son aşamada kategoriler araştırmanın alt amaçları çerçevesinde temalandırılmıştır. Toplanan verilerin analizinde Nvivo 10 paket programı kullanılmıştır. Analizler sırasında öğretmenlerin adları yerine Ö1, Ö2... Ö66 şeklinde kodlar kullanılmıştır. Nitel bir araştırmanın geçerliği ve güvenilirliğin sağlanabilmesi için inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlık ve teyit edilebilirlik stratejilerinin kullanılması gerektiği belirtilmiştir (Shenton, 2004). İnandırıcılık araştırmanın iç geçerliği ile ilgilidir. İnandırıcılık için görüşme formları geliştirildikten sonra uzman görüşüne sunulmuş ve bu görüşler neticesinde gerekli düzenlemeler yapılarak forma son şekli verilmiştir. Bunun yanı sıra bulgular sunulurken katılımcı görüşlerinden bazılarına, doğrudan alıntı biçiminde yer verilmiştir. Aktarılabilirlik, araştırmanın dış geçerliği ve genellenebilirliği ile ilgilidir (Lincoln ve Guba, 2013; Yıldırım ve Şimşek, 2009). Tutarlık araştırmanın tekrar edilebilirliği ve güvenilirliği ile ilgilidir (Lincoln ve Guba, 2013). Güvenirlik için elde edilen veriler öncelikle her bir araştırmacı tarafından bireysel analiz edilmiş, analizlerin kontrolü yapılarak, ortak temalar tespit edilmiştir (Creswell, 2016). Nitel araştırmalarda güvenirliliğin sağlanması amacıyla birden fazla araştırmacının çalışmaya dâhil edilmesi belirtilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2009). Verilerin toplanması, analizi ve sonuçlandırılması aşamalarında tüm araştırmacıların sonuçlar üzerinde uzlaşması sağlanmıştır.

Bulgular

Öğretmenlerin görüşme sorularına verdiği cevaplardan elde edilen verilerin frekansları alınıp, cevapları doğrudan aktararak elde edilen bulgular Tablo 2-5'te verilmiştir.

Tablo 2. Öğretmenlerin Okuldaki Beslenme Menülerinin İçeriğine İlişkin Görüşleri

Kodlar	f
Menülerin besin gruplarına göre yeterli ve dengeli olmasına dikkat edilmesi	54
Menülerin yetersiz ve dengesiz olması	21
Menülerin mevsime göre çeşitlendirilmesinin yetersiz olması	9
Mevsiminde yetişen besinlerle yemeklerin hazırlanmasına dikkat edilmesi	7
Menülerin yöresel damak tadına uygunluğunun yetersiz olması	2

Tablo 2’de öğretmenlerin okuldaki beslenme menülerinin içeriğine ilişkin görüşleri incelendiğinde; öğretmenlerin beslenme menülerinin besin gruplarına göre yeterli ve dengeli olmasına dikkat ettiği, menülerin yetersiz ve dengesiz olması, menülerin mevsime göre çeşitlendirilmesinin yetersiz olması şeklinde açıklamalarda bulunulmuştur. Ö6: “Yemekler ebeveynler tarafından hazırlandığı için, menülerde tekrara düşülmektedir. Bu yüzden yeterli ve dengeli değildir.” şeklinde görüş belirtmiştir. Beslenme menülerinin yetersiz ve dengesiz olma sebebini menüleri ebeveynlerin karşılaması olarak belirtmiştir. Ö7: “Beslenme menüleri üst üste protein ağırlıklı ve dengesiz hazırlanmıştır.”, diyerek beslenme menülerinin besin öğelerinden yetersiz ve dengesiz planlandığını açıklamıştır. Bu duruma ilişkin Ö16: “Menüde karbonhidratlı ve yağlı yiyeceklerin az, sebze ve meyve grubundan çok tüketilmesine yer verilmelidir.” derken, Ö22: ise “Besin grupları açısından öğle yemeğinde sebze ağırlıklı yemekler, ikindi kahvaltısında ise meyve ve kuruyemiş ağırlıklı menüler hazırlanmalıdır.”, şeklinde açıklama yapmıştır. Ö59 ise: “Hazırlanan beslenme menülerinin çocuklar için besin değerlerinin yetersiz olduğunu düşünüyorum.” şeklinde açıklama yapmıştır.

Tablo 3. Öğretmenlerin Kurumlarında Beslenme Menüsü Hazırlanırken Çocuk ve Ebeveyn Açısından Dikkat Edilen Noktalara İlişkin Görüşleri

Kodlar	f
<i>Çocuklar Açısından</i>	
Çocukların yaş ve gelişim özelliklerine	47
Çocukların alışkanlıklarına	31
Kronik hastalıklar (tip 2 diyabet, hipertansiyon, çölyak vb.) ve besin alerjisine	12
Besin öğeleri dengesine	6
Hazır gıda olmamasına	4
Kendi başına tüketebilmesine	2
<i>Ebeveynler Açısından</i>	
Sosyo-ekonomik düzeye	45
Eğitim durumuna	8
İlgi ve isteklerine	5
Yöresel beslenme özelliklerine	2

Tablo 3’te öğretmenlerin kurumlarında beslenme menüsü hazırlanırken çocuğa ve ebeveyne yönelik dikkat edilenlere ilişkin görüşlerde; çocuklar açısından öğretmenlerin çocukların yaş ve gelişim özelliklerine göre menülerin hazırlanmasına, çocukların beslenme alışkanlıklarına ve kronik hastalıklara (tip 2 diyabet, hipertansiyon, çölyak vb.) ve besin alerjisi olma durumuna dikkat ettikleri ifade edilmiştir. Öğretmenlerin ebeveynler açısından; öğretmenlerin ebeveynlerin sosyo-ekonomik düzeyine, eğitim durumuna, ilgi ve isteklerine göre menülerde değişime gittiği ifadesi belirtilmiştir. Ö16: “Çocuklar açısından yemeğin kolay servis yapılabileni tercih edilirken, ebeveynde çocukların kolay yiyebileceği yemekler hazırlamasına dikkat edilir”, şeklinde görüş bildirmiştir. Ö23: “Çocukların beslenme kültürüne, alışkanlıklarına ve tek başına tüketebilme durumuna dikkat edilir”, şeklinde görüş bildirmiştir. Ö26: “Çocuğa mevsiminde yetişen yiyecekleri yemesi ve tanınması için menülerin aylık olmasına dikkat edilmesi gerekir.”, şeklinde görüş bildirmiştir.

Tablo 4. Öğretmenlerin Çocukların Beslenme Menüsüne Gösterdikleri Tepkilere ve Çözümlere İlişkin Görüşleri

Menüye çocukların gösterdikleri tepkiler	
Tepkiler	f
İsteksiz yeme	27
İstekli yeme	22
Yemek seçme	17

Öğretmenlerin çözümleri			
Yiyeceklere alıştıırma	f	Teşvik etme	f
Çocuğun ilgisine uygun sunum yapma	18	Sözle güdüleme	32
Sevdiği besinler ile sevmediği besinleri bir arada verme	16	Israrcı olmama	31
Beslenme çantasında alternatif besin bulundurma	10	Örnek olma	19
Alternatif besin bulundurmama	10	Yeni yiyeceklerle ilgili teşvik edici konuşmalar yapma	13
Yemekleri tadımlık sunma	4	Çocuklara rol model olunması için çocuklarla birlikte yemek yeme	13
Yeni yiyeceklerle ilgili alıştıırma etkinlikleri yapma	3	Israrcı olma	13
		Doğru beslenme alışkanlıklarını ödüllendirme	10
		Oyunlaştırarak yemeği tüketme	5

Tablo 4'te öğretmenlerin çocukların beslenme menüsüne gösterdikleri tepkilere ve çözümlere ilişkin görüşleri incelendiğinde, öğretmenlerin menüye gösterilen tepki olarak çocukların isteksiz ve/veya istekli yediği ve yemek seçtiği ifade edilmiştir. Ö12 düşüncelerini: "İştahsız çocukların yanına seyerek yemek yiyenler oturtulunca, yemekleri hemen hemen hepsi yiyor." şeklinde açıklamıştır. Ö17: "Çocuklar yemek seçme davranışı gösterir" demiştir. Ö61 ve Ö62'de: "Çocuklar sebze yemeklerine karşı isteksiz yeme davranışı gösteriyorlar" şeklinde ifade etmiştir.

Çocukların menüye gösterdikleri tepkilere öğretmenlerin çözümleri yiyeceklere alıştıırma ve teşvik etme olarak gruplandırılmıştır. Yiyeceklere alıştıırma olarak; çocuğun ilgisine uygun sunum yaptıkları, sevdiği besinler ile sevmediği besinleri bir arada verdikleri, çocuğun beslenme çantasında alternatif besin bulundurduğu ve yemekleri tadımlık sundukları ifade edilmiştir. Öğretmenlerin çocuğu yemeğe teşvik etmek için sözle güdülemek, yeni yiyeceklerle ilgili teşvik edici konuşmalar yapmak, ısrarcı olmak ve oyunlaştırarak yemeği tüketirmek şeklinde çözümler uyguladıkları ifade edilmiştir. Ö37 ise "Alternatif beslenme menülerini sonraki aylar için tepkilere göre oluşturuyoruz." şeklinde görüş belirtmiştir. Ö14 ise "Yemeğini yememesi durumunda fazla ısrarcı olmam, arkadaşları ile birlikte yedikleri için herkes istekli yemeklerini yiyor." şeklinde düşüncelerini dile getirmiştir. Ö63: "Oyunlaştırırım ve yararlarını anlatırım." diyerek çocukların yemeğe karşı olumlu duygular geliştirmesini sağladığını dile getirmiştir.

Ö66: "Öğrencilerin herhangi bir özel durumu olabileceği ihtimalini göz önünde bulundurarak ısrarcı davranmam" demiştir. Ö5: "Öğrencinin bazı hastalıkları ya da alerjileri olabilir bu yüzden ısrar edilmemelidir." şeklinde açıklama yapmıştır.

Tablo 5. Öğretmenlerin Kurumlardaki Beslenme Menülerini Hazırlamaya Yönelik Önerileri

Kodlar	f
Besin gruplarından yeterli ve dengeli dağılım olması	33
Çocukların damak tadına uygun yemeklere yer verilmesi	13
Çeşitlerin arttırılması	8
Hazır gıdalara yer verilmemesi	7
Mevsiminde yetişen yiyeceklere yer verilmesi	7
Diyetisyen ve beslenme uzmanı görüşü alınması	5
Ebeveyn görüşlerinin dikkate alınması	3
Çocuklarla birlikte hazırlanması	3
Farklı pişirme yöntemlerini içermesi	3

Tablo 5'te öğretmenlerin kurumlardaki beslenme menülerini hazırlamaya ilişkin görüşlerinde, öğretmenlerin yarıdan fazlası menüde besin gruplarından yeterli ve dengeli dağılım olması, yarıdan azı çocukların damak tadına uygun yemeklere yer verilmesi, yarıdan daha da azı menülerde sağlıklı çeşitlerin artırılmasına yönelik öneriler tespit edilmiştir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Okul öncesi eğitim kurumlarında çocuklara sunulan yemek menüsü hakkında öğretmen görüşlerinin belirlenmesi amacıyla yapılan çalışmada öğretmenlerin çoğunluğu menülerin besin gruplarından yeterli ve dengeli olmasına dikkat ettiğini belirtmiştir. Bu durum öğretmenlerin yeterli ve dengeli beslenme ile ilgili farkındalıklarının oluştuğunu göstermiştir. Kalfa-Çetin, (2019) ise okul öncesi eğitim kurumlarında uygulanan menü içeriklerinin besin grupları açısından yeterli ve dengeli tüketiminin öğretmenler tarafından tam değerlendirilemediğini ifade etmiştir. Yılmaz ve Karaağaoğlu, (2017) özellikle sebze ve meyve grubunun yeterliliği ve mevsimine göre yiyeceklerin sunulması bakımından menülerin yetersiz olduğuna dikkat çekmiştir. Okul menülerinde besin öğeleri içeriğinin çocuğun büyüme ve gelişme özelliklerinin göz önünde bulundurularak yeterli ve dengeli olması çocuğun sağlığı kadar doğru beslenme alışkanlığı geliştirmesinde de etkili olduğunu belirtmiştir (Hu vd., 2009). Çocuğun büyüme ve gelişiminin hızlı olduğu bu dönemde bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi için menüde yer alan yiyeceklerin mevsiminde yetişen yiyeceklerden olmasına, enerji ve besin öğelerinden yeterli ve dengeli alınmasına dikkat edilmesi gerektiğini vurgulamıştır (Mena vd., 2020; Souto-Gallardo vd., 2020).

Öğretmenlerin kurumlarında beslenme menüsü hazırlanırken çocuk açısından dikkat ettikleri çocukların yaşı ve gelişim özellikleri, beslenme alışkanlıkları ve kronik hastalıkları (tip 2 diyabet, hipertansiyon, çölyak vb.) ve/veya bazı yiyeceklere alerjisinin olması gibi özellikler yer almıştır. Beslenme ile ilgili alerji, vb. sağlık sorunu yaşamamak adına okul öncesi eğitim kurumlarında çocukların beslenme ve sağlık kayıtlarının alınması gerektiğini belirtmiştir (Ersözlü, 2017; Hassan ve Venkatesh, 2015; Koca ve Akçam, 2015; Şekerel, 2018). Bu bağlamda bu araştırma bulgularının literatürü desteklediği söylenebilir. Öğretmenlerin kurumlarında beslenme menüsü hazırlanırken ebevyenler açısından dikkat ettikleri noktalar arasında ise; sosyo-ekonomik düzey, eğitim durumu, ilgi ve istekleri yer almıştır. Menü hazırlarken aileye yönelik özelliklerin belirlenmesi hem annede farkındalık oluşmasına hem de çocukların menüye daha kolay uyum sağlamalarında yardımcı olacağı söylenebilir.

Öğretmenlerin çocukların beslenme menüsüne gösterdikleri tepkilere ve çözümlere ilişkin görüşlerinde, öğretmenlerin menüye gösterilen tepki olarak çocukların çoğunlukla isteksiz yediğine ve yemek seçtiğine dikkat çekilmiştir. Bu çalışmada da, daha önce yapılan araştırma sonuçları ile benzerlik gösterdiği söylenebilir. Kalfa-Çetin, (2019) tarafından yapılan çalışmada da, menüde yer alan yemeklerin mevsiminde var olan ürünlere yer verilmemesi ve enerji değerinin çok fazla olması ve protein içeriğinin az olmasından kaynaklı olarak çocukların isteksiz yedikleri ifade edilmiştir. Çocukların gelişim özelliklerine, yiyeceğin sunumuna, pişirilmesine ve çevresindekilerin tepkilerine bağlı olarak yemeklere isteklilik gösterdiği vurgulanmıştır (Myszkowska-Ryciak ve Harton, 2018). Bu bağlamda, menüde hazırlanan yemeği çocuğun belli yiyecekleri reddetme veya yememe nedeninin araştırılması, çocuğun özelliklerine uygun alıştırmaya yollarının tercih edilmesi ve menülerin bu doğrultuda düzenlenmesi isteksizlik tepkilerini azaltabileceği söylenebilir.

Çocukların menüye gösterdikleri tepkilere öğretmenlerin çözümleri yiyeceklere alıştırmaya ve teşvik etme olarak gruplandırılmıştır. Yiyeceklere alıştırmaya altında; çocuğun ilgisine uygun sunum yapma, sevdiği besinler ile sevmediği besinleri bir arada verme, çocuğun beslenme çantasında alternatif

besin bulundurma ve yemekleri tadımlık sunma gibi çözümler yer almıştır. Yemeğe teşvik etme altında ise; sözle güdüleme, ısrarcı olmama, yeni yiyeceklerle ilgili teşvik edici konuşma ve oyunlaştırma gibi çözümler yer almıştır. Türkmen vd. (2016), öğretmenlerin çocukların menüye gösterdikleri tepkilere karşı herhangi bir alternatif kullanmadıkları ve ısrarcı olmadıklarını tespit etmiştir. Parlakyıldız ve Aydın (2011), çocukların yiyecekleri tüketme yaklaşımını artırmak için mutfağın, gözlem ve deneyler yapabileceği bir fen laboratuvarı olarak kullanabilmelerine dikkat çekmiştir. Ayrıca öğretmenlerin ve ebeveynlerin çocukların yemek yemesi için menüye gösterilen tepkiye çözüm olarak yiyecek ve içecek ile ödüllendirmenin doğru olmadığı belirtilmiştir (Abbasi vd., 2014). Finistrella vd. (2012), çocuktaki yeni yiyeceklere karşı oluşan tepki, reddetme ve/veya yememe durumunun ortadan kalkması için yetişkinlerin yemek yedirme yaklaşımının ve yiyecek çeşidinin önemli olduğunu, okul öncesi kurumlarda çocuk arkadaşlarıyla birlikte yediğinde veya yemediği yiyecekler belirli aralıklarla verildiğinde yemeye daha istekli oldukları belirtilmiştir. Bu doğrultuda çocuklara model olmak, beslenmeyi sadece yemek yeme olarak değil beslenme eğitiminin bir parçası olarak ele almak gereklidir. Çocukların yiyeceklere olumlu yaklaşımlar göstermeleri için okul öncesi eğitimde drama, görsel sanatlar, öyküleştirme, etkileşimli kitap okuma, müzik gibi yöntem ve tekniklerden yararlanabilecekleri ifade edilmiştir (Özgen ve Demiriz, 2018).

Araştırmada öğretmenler okullarda beslenme menülerini hazırlarken, besin gruplarının yeterli ve dengeli olması, çocukların damak tadına uygun olması, çeşitlerin artırılması ve diyetisyen ve beslenme uzmanı görüşünün alınması gibi önerilerde bulunmuşlardır. Liu vd. (2018) daha önce yapılan bir çalışmada, öğretmenlerin ve ebeveynlerin beslenme bilgilerinin artırılması için bilgilendirici köşelerin olması, sohbetlerin yapılmasını tavsiye etmiştir. Yılmaz-Akyüz ve Sezgin, (2021) okulda sunulan yiyeceklere çocukların tepki göstermeden yemelerine yönelik çocuk ve öğretmen eğitimleri yapılması, ebeveynlere beslenme alışkanlıklarındaki doğru ve yanlış davranışları içeren beslenme eğitimi programları düzenlenerek doğru besin hazırlama ve tüketme alışkanlıklarının oluşmasına katkı sağlanabileceğini ifade etmiştir. Ayrıca birçok çalışmada da öğretmenlerin beslenme bilgilerinin artırılması için programların geliştirilmesi ve menülerde büyüme ve gelişmenin dikkate alınmasının artırılması belirtilmiştir (Garibağaoğlu ve Özgüneş, 2008; Yılmaz-Akyüz ve Sezgin, 2021).

Eğitimci rehberliğinde, kurumlarla, aile işbirliği ve alan uzmanları desteğiyle hazırlanan menülerde çocuğun gün içinde veya öğlen yemeğinde, sebze ve meyve grubundan alması gereken tüketimi günlük besin öğeleri miktarını karşılayacak şekilde olmasına dikkat edilmesi gerektiği ifade edilmiştir (Lehto vd., 2016; Johnson vd., 2017). Öğretmenlerin çocuk beslenmesine yönelik farkındalığının artırılması ve çocuk beslenmesi konusunda beslenme eğitimi bilgilerinin güncellenmesi için alan uzmanları tarafından yılda bir hizmet içi eğitimler, mutfak atölyeleri ve seminerler düzenlenebilir.

Bu çalışma menü hazırlama hakkında sadece öğretmen görüşleri ile sınırlandırılmıştır. Ancak bundan sonraki çalışmalarda, hem öğretmen hem de ebeveyn görüşleri birlikte alınabilir, nicel ve nitel yöntemler bir araya getirilerek kapsamlı incelemeler yapılabilir.

Okullarda menülerin beslenme uzmanı ve/veya diyetisyenin rehberliğinde hazırlanması, tüm eğitim kademelerinde beslenme eğitimi dersine yer verilmesi sağlanabilir. Ayrıca çocuklarla

ebeveynlerin birlikte mutfak atölyelerine katılmalarıyla çocukların sağlıklı beslenme bilgilerinin arttırılması sağlanabilir.

Kaynaklar

- Abbasi, L., Diamond, E., Froats-Emond, C., Graham, M., Hanemaayer, R., Hawthorne, D., ... Loewenberger, E. (2014). *Paint your plate a toolkit for ontario child care provieders*. Health Kids Community Challenge. https://opha.on.ca/getmedia/93f623b9-931b-4074-96e6-8e2bcd7159e1/Paint-your-plate-A-toolkit-for-Child-Care-Providers_ODPH.pdf.aspx sayfasından erişilmiştir.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Creswell, J.W. (2016). *Araştırma deseni. Nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları*. (S.B. Demir, Çev.). Ankara: Eğitim.
- Ersözlü, Y. (2017). *Besin alerjisi tanılı hastalarda tolerans gelişimi ve toleransa etki eden faktörler*. (Tıpta uzmanlık tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> sayfasından erişilmiştir.
- Eliassen, E.K. (2011). *The impact of teachers and families on young children's eating behaviors*. The National Association for the Education of Young Children. NAEYC. www.naeyc.org/ecp/ceu.pdf sayfasından erişilmiştir.
- Finistrella, V., Manco, M., Ferrara, A., Rustico, C., Presaghi, F. ve Morino, G. (2012). Cross-sectional exploration of maternal reports of food neophobia and pickiness in preschooler-mother dyads. *Journal of the American College of Nutrition*, 31, 152-159. <https://doi.org/10.1080/07315724.2012.10720022>
- Fraenkel, J.R. ve Wallen, N.E. (2009). *How to design and evaluate research in education*. New York, NY: The McGraw-Hill.
- Garibağaoğlu, M. ve Özgüneş, N. (2008). Okullarda beslenme uygulamaları. *Çocuk Dergisi*, 8(3), 152-159.
- Golden-Biddle, K. ve Locke, K. (1997). *Composing qualitative research*. California: Sage.
- Hassan, A.K.G. ve Venkaetesh, Y.P. (2015). An overview of fruit allergy and the caustaive allergens. *European Annals of Allergy and Clinical Immunology*, 47(6), 180-187. https://www.researchgate.net/publication/320978823_An_overview_of_fruit_allergy_and_the_causative_allergens sayfasından erişilmiştir.
- Hu, C., Ye, D., Li, Y., Huang, Y., Li, L., Gao, Y. ve Wang, S. (2009). Evaluation of a kindergarten-based nutrition education intervention for pre-school children in China. *Public Health Nutrition*, 13(2), 253-260. <https://doi.org/10.1017/S1368980009990814>
- Johnson, C.C., Myers, L., Mundorf, A.R., O'Malley, K., Spruance L.A. ve HARRS, D.M. (2017). Lunch salad bars in new orleans' middle and high schools: Students intake of fruit and vegetables. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(415), 1-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph14040415>
- Kalfa-Çetin, N. (2019). *Kreşlerde uygulanan menüleri ve çocukların beslenme durumunun değerlendirilmesi*. (Yüksek lisan tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> sayfasından erişilmiştir.
- Koca, T. ve Akçam, M. (2015). İnek sütü protein alerjisi. *Dicle Tıp Dergisi*, 42(2), 268-273. <https://doi.org/10.5798/diclemedj.0921.2015.02.0572>

- Lawler-Girard, B. (2010). *Teacher attitudes, perceived influences, and self-reported classroom behaviors related to school nutrition environments*. (Doktora tezi). <https://scholarcommons.usf.edu/etd/3548>. sayfasından erişilmiştir.
- Lehto, E., Ray, C., Haukkala, A., Yngve, A., Thorsdottir, I. ve Roos, E. (2016). Do descriptive norms related to parents and friends predict fruit and vegetable intake similarly among 11-year-old girls and boys?. *British Journal of Nutrition*, 115, 168–175. <https://doi.org/10.1017/S0007114515003992>
- Lincoln, Y.S. ve Guba, E.G. (2013). *The constructivist credo*. California, CA: Left Coast.
- Liu, H., Xu, X., Liu, D., Rao, Y., Reis, C., Sharma, M., ... Zhao, Y. (2018). Nutrition-related knowledge, attitudes, and practices (KAP) among kindergarten teachers in Chongqing, China: A cross-sectional survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15, 615. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040615>
- Mena, N.Z., Risica, P.M., Gans, K.M., Lofgren, I.E., Gorman, K., Tobar, F.K. ve Tovar, A. (2020). Communication with family child care providers and feeding preschool-aged children: Parental perspectives. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 52, 10–20. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2019.10.015>
- Merriam, S.B. (2018). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber* (S. Turan, Çev. Ed.). Ankara: Nobel.
- Merdol, T.K. (2017). *Okul öncesi dönem eğitimi veren kişi ve kurumlar için beslenme eğitimi rehberi*. Ankara: Hatipoğlu.
- Myszkowska-Ryciak, J. ve Harton, A. (2018). Implementation of dietary reference intake standards in preschool menus in Poland. *Nutrients*, 10, 592. <https://doi.org/10.3390/nu10050592>
- Özgen, L. (2018). *Okul öncesi eğitim kurumlarında beslenme*. İ. Ulutaş ve S. Demiriz (Ed.), *Erken çocukluk eğitimine giriş* içinde (s. 510-544). Ankara: Pegem.
- Özgen, L. ve Demiriz, S. (2018, Mayıs). "Hadi yemeğe": *Okul öncesi çocukların beslenme davranışlarının incelenmesi*. 1.Uluslararası Eğitimde Yeni Arayışlar Kongresi'nde sunulmuş bildiri, İstanbul.
- Souto-Gallardo, M.C., Bacardí-Gascón, M., Benjamin-Neelon, S., Jiménez-Cruz, A. ve Pineda-García, G. (2020). Association of food parenting practices on child BMI z score and waist circumference in Mexican preschool children after 1 year of follow-up. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 52(1), 73-74. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2019.09.014>
- Shenton, A.K. (2004). Strategies for ensuring trustworthiness in qualitative research projects. *Education for Information*, 22, 63-75.
- Şekerel, B.E. (2018). *Besin alerjisi*. <http://www.bulentsekerel.com/index.php/besin-alerjisi/sayfasından> erişilmiştir.
- Parlakıldız, B. ve Aydın, F. (2011). *Okulöncesinde fen eğitimine yönelik bir yaklaşım: Laboratuvarımız mutfak*. 2nd International Conference on New Trends in Education and Their Implications'ta sunulmuş bildiri, Antalya.
- Piziak, V. (2012). A pilot study of a pictorial bilingual nutrition education game to improve the consumption of healthful foods in a head start population. *Int J Environ Res Public Health*, 9(4), 1319-1325. doi: 10.3390/ijerph9041319

- Patton, M.Q. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* (M. Bütün ve S.B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Pegem Akademi.
- Toplu Beslenme Sistemleri. (2020). *Toplu Tüketim Yerleri için Ulusal Menü Planlama ve Uygulama Rehberi*. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayatdb/Rehberler/Toplu_Beslenme_Sistemleri_Rehberi_/Toplu_Beslenme_Sistemleri_Kapak.pdf sayfasından erişilmiştir.
- Türkiye Beslenme Rehberi. (2016). *Türkiye Sağlık Bakanlığı Beslenme Rehberi 2015 (TÜBER)*. Ankara: Kayhan. https://okulsagligi.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/.pdf sayfasından erişilmiştir.
- Türnüklü, A. (2000). Eğitim bilim araştırmalarında etkin olarak kullanılacak nitel araştırma tekniği: Görüşme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 24, 543-559. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/108517> sayfasından erişilmiştir.
- Türkmen, A.B., Hüyük, A., Erdem, A.G., Gezgör, C.K., Uysal, E., Demirci, G., ... Soylu, S. (2016). Okul öncesi öğretmenlerinin menü hazırlamaya yönelik görüşleri. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 1(1),13-33. <https://www.semanticscholar.org/paper/sayfasından> erişilmiştir.
- Ünver, Y. (2004). *5-6 yaş okul öncesi dönemi çocukları için geliştirilecek besin gruplarına yönelik beslenme eğitimi programlarının çocukların beslenme bilgileri ve davranışlarına etkisi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> sayfasından erişilmiştir.
- Üzgün, C.E. (2017). *Çocuklara besin tüketme alışkanlığı kazandırma üzerine deneysel bir çalışma (Sebze tüketimi)*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> sayfasından erişilmiştir.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2009). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yılmaz, V.M. ve Karaağaoğlu, N. (2017). Anaokulu menülerinin değerlendirilmesi: Çankaya örneği. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, (1-2-3), 97-106. https://doi.org/10.1501/asbd_0000000064.
- Yılmaz-Akyüz, E. ve Sezgin, E. (2021). Üsküdar ilçesi anaokulu menülerinin değerlendirilmesi. *ACU Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 94-99. <https://doi.org/10.31067/acusaglik.832707>
- Wyse, R., Campbell, E., Nathan, N. ve Wolfenden, L. (2011). Association between characteristics of the home food environment and fruit and vegetable intake in preschool children: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11, 938, 1-10. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-938>

Yazarların Katkı Oranı Beyanı

Araştırmanın birinci yazarının, araştırma taslağının hazırlanması ve veri toplama araçlarının uygulanması, verilerin analizi, bulgular ile tartışma ve sonuç bölümlerinin yazımında katkısı olmuştur.

Araştırmanın ikinci yazarının, araştırmanın taslağı ve veri toplama aracının oluşturulması, verilerin analizi, bulgular, tartışma ve sonuç bölümlerinin yazımında katkısı olmuştur.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Bu araştırmada verilerin toplanmasında yardımcı olan okul müdürlerine ve öğretmenlere veri toplamada destek oldukları için sonsuz teşekkür ederiz.

Çatışma Beyanı

Araştırma ile ilgili diğerk kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

Etik Bildirim

Bu araştırma, 01.01.2020 tarihinden önce yapıldığından etik kurul kararı zorunluluğu yoktur.