

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN BESLENME ALIŞKANLIKLARI VE BİLGİ DÜZEYLERİ

Büşra DURSUN¹, Reşat SADIK²

Gönderilme Tarihi: 04.07 2024 - Kabul Tarihi: 25.08.2024

Öz

Amaç: Bu çalışma, beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeylerini ve beslenme alışkanlıklarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubu 41 kadın ve 108 erkek olmak üzere toplam 149 beden eğitimi öğretmeninden oluşmaktadır. Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgi ölçeği, Gündoğdu (2009) tarafından geliştirilen öğretmenlerin beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeyleri ölçeği kullanılmıştır. Beslenme bilgi düzeyi çoktan seçmeli bir test kullanılarak ölçülmüş, elde edilen sonuçlardan beslenme bilgi puanı elde edilmiş ve demografik özelliklere bağlı olarak beslenme bilgi düzeyinin farklılaşma durumu incelenmiştir. Elde edilen veriler normal dağılım göstermediğinden çalışmada parametrik olmayan testlerden yararlanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre öğretmenlerin beslenme bilgi düzeylerinin orta düzeyde olduğu ve yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği ($p < ,05$); diğer değişkenler açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p > ,05$).

Bulgular: Araştırmada öğretmenlerin beslenme bilgi düzeyinin orta seviyede olduğu görülmüştür. Medeni durum ve cinsiyet değişkenleri açısından anlamlı farklılık görülmemiştir. Kıdem yılı ve spor yapma değişkenlerinde anlamlı farklılık görülmezken yaş değişkeninde anlamlı farklılık görülmüştür.

Sonuç: Sonuçlardan yola çıkılarak gelişen ve değişen dünyada beslenmeye ilişkin yeni bilgilerle donanmış öğretmenler yetiştirmek amacıyla daha fazla eğitimler verilmesi gerektiği önerilebilir.

Anahtar kelimeler: Beslenme, Beden Eğitimi, Beden Eğitimi Öğretmeni, Beslenme Bilgi Düzeyi

¹ Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi, elmasbusraa7@gmail.com, ORCID NO: 0009-0002-1160-2288

² Sorumlu Yazar, Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, resatsadik@duzce.edu.tr, ORCID NO: 0000-0002-2312-8213

NUTRITIONAL HABITS AND KNOWLEDGE LEVELS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

Abstract

Purpose: This study aimed to determine the nutritional knowledge levels and dietary habits of Physical Education Teachers.

Material and Method: The study group consisted of a total of 149 physical education teachers, including 41 females and 108 males. A descriptive survey design was employed as a quantitative research method. The data collection instruments included a demographic information scale developed by the researchers, and a nutrition habits and knowledge level scale developed by Gündoğdu (2009). Nutrition knowledge levels were measured using a multiple-choice test, and the obtained results were used to derive nutrition knowledge scores. Differences in nutrition knowledge levels based on demographic characteristics were examined. Due to the non-normal distribution of the data, non-parametric tests were utilized in the study. According to the analysis results, it was determined that the teachers' nutrition knowledge levels were moderate, and there was a significant difference in terms of age variable ($p<0.05$), while no significant differences were found in terms of other variables ($p>0.05$).

Findings: The study revealed that the nutrition knowledge level of teachers was moderate. No significant differences were observed in terms of marital status and gender variables. While no significant difference was observed in the variables of seniority and practicing sports, a significant difference was observed in the variable of age.

Conclusion: Based on the findings, it is recommended to provide more education to equip teachers with updated nutrition-related knowledge in the evolving and changing world.

Keywords: Nutrition, Physical Education, Physical Education Teacher, Nutrition Knowledge Level

Atıf: Sadık, R., Dursun, B. (2024). Beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeyleri. *JHSS* 7(2), 140-153. <https://doi.org/10.61150/jhss.2024070204>

Giriş

Beslenme, sağlıklı olmanın ve gelişimin en gerekli parçasıdır. Beslenmenin kalitesi ise bebek, çocuk ve anne sağlığının iyileşmesi, daha nitelikli bağışıklık sistemleri, daha güvenli hamilelik ve doğum, bulaşıcı olmayan hastalıkların (örneğin diyabet ve kardiyovasküler hastalıklar) daha düşük riski ve uzun ömür ile bağlantılıdır. Beslenme, yiyeceklerin organizmanın işleyişini ve sağlığını nasıl etkilediğini inceleyen bilim çalışma alanıdır (WHO, 2024). Beslenmeye ilişkin kaynaklardan biri olan, *Beslenmeyi Anlamak* isimli çalışmada ise beslenme, organizmanın hayatta kalması ve sağlığını koruması için ihtiyaç duyulan besin maddelerinin alımını, sindirilmesini, emilmesini ve metabolize edilmesini inceleyen bilim dalı olarak tanımlanmaktadır (Whitney ve Rolfes, 2019).

İnsan yaşamı özellikle beslenme, çevre koşulları, iklim ve kalıtım gibi faktörlerin etkisi altındadır. Bir ülkenin gelişmesinde en önemli etken, fiziksel ve zihinsel olarak gelişimini tamamlamış bireylerin yetişmesidir. Sağlıklı beslenemeyen toplumların iş gücünü verimli kullanarak sağlıklı bir yaşam sürdürmesi ve sosyal ile ekonomik refahını artırması mümkün değildir. Bu bağlamda sağlıklı beslenmenin önemini kavrayabilmek için beslenme kavramını açık ve anlaşılır hâle getirmek gerekmektedir (Baysal, 2009). Beslenme kavramının anlaşılır hâle gelmesiyle birlikte konuya ilişkin eğitimin ne denli önemli olduğu da açıkça ortaya konmalıdır. Nitekim bu eğitim beslenmeye ilişkin doğru ve yanlışların öğretilmesiyle yakından ilintilidir. Bu durumda ise beslenme eğitiminin önemi ortaya çıkmaktadır.

Beslenme eğitimi, bireylerin yaşam kalitesini ve genel sağlık durumlarını iyileştirmek için kritik bir rol oynamaktadır. Doğru beslenme alışkanlıklarının kazandırılması, özellikle çocukluk döneminde başlayan eğitimle mümkündür. Araştırmalar, beslenme eğitimi alan çocukların, daha sağlıklı besin seçimleri yapma ve bu alışkanlıkları yaşam boyu sürdürme eğiliminde olduklarını göstermektedir (World Health Organization, 2024). Ayrıca, bu eğitimlerin çocukların fiziksel büyüme ve gelişimine olumlu etkileri olduğu, bağışıklık sistemlerini güçlendirdiği ve bulaşıcı olmayan hastalıkların riskini azalttığı belirtilmektedir (Sahoo ve ark., 2015). Beslenme eğitiminin amacı, kaynakları etkin bir şekilde kullanarak toplumun beslenme bilincini artırmak, bireylerin yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarını geliştirmek, yanlış beslenme davranışlarını ortadan kaldırmak ve doğru beslenme uygulamalarını hayat boyu sürdürülebilir hâle getirmektir (Ünver, 2004). Çocuğun beslenmesi,

çevre koşulları, ailenin sosyo-ekonomik durumu ve çocuğa verilen eğitimle doğrudan ilişkilidir. Bu eğitimde en önemli katkıyı evde aile, okulda ise öğretmenler sağlar. Bu nedenle, öğretmenlerin beslenme konusundaki bilgi ve alışkanlıklarının kaliteli olması ve bunları öğrencilerine uygulamalı olarak gösterebilmesi gerekmektedir (Tekgül ve ark., 1986). Gelişmiş ülkelerde yaygın olan dengesiz beslenme, ülkemizde de özellikle yetişkinler ve gençler arasında sağlığı olumsuz etkileyen başlıca beslenme sorunları arasında yer almaktadır. Yetersiz ve dengesiz beslenme problemlerini çözmede en önemli unsur, beslenme eğitiminin mümkün olduğunca erken yaşlarda verilmesidir (Bulduk, 2013). Okullarda ve topluluk merkezlerinde verilen beslenme eğitimleri, bireylerin ve ailelerin bilinçlenmesini sağlayarak, sağlıklı bir nesil yetişmesine olanak tanır (UNICEF, 2022). Örneğin, Perry ve ark. (2004), çocuklara verilen beslenme eğitiminin, çocukların sağlıklı yiyecek tercihlerini artırdığını ve beslenme bilgilerini geliştirdiğini bulmuşlardır. Bu eğitimler, aynı zamanda çocukların fiziksel aktivitelerini artırarak genel sağlık durumlarını iyileştirmekte ve obezite gibi kronik hastalıkların önlenmesinde yardımcı olmaktadır (Perry ve ark., 2004). Ailelerin beslenme eğitimine dâhil edilmesi de uzun vadeli sağlık sonuçları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Beslenme eğitim programlarına ebeveynlerin katılımı, evde sağlıklı beslenme davranışlarını pekiştirmekte ve bu da sürdürülebilir diyet değişikliklerine ve aile sağlığı sonuçlarının iyileştirilmesine yol açmaktadır (Gonzalez-Suarez ve ark., 2009). Bu tür programlar, sadece çocukların değil, aynı zamanda ebeveynlerin de sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazanmasını sağlayarak toplumsal sağlığın genel düzeyini yükseltmektedir (Gonzalez-Suarez ve ark., 2009; Contento, 2016). Bu bağlamda en büyük sorumluluğun öğretmenlere düştüğü söylenebilir. Öğretmenler, kültürel değerleri, bilgi ve becerileri yeni nesle aktarmada önemli bir rol oynar (Hoşgörür ve ark., 2002). Öğrencilerin bedensel, ruhsal ve zihinsel gelişimine katkıda bulunurlar ve kişisel, mesleki ve sosyal açıdan rol modeldirler. Bilgi ve beceri kazandırmanın yanı sıra çeşitli konularda tutum geliştirmelerine de yardımcı olurlar. Kısacası öğretmen, bireyin karakterini şekillendiren bir sanatçıdır. Öğretmenler, öğrencileriyle ebeveynlerinden ve diğer yakınlarından daha fazla zaman geçirirler ve onların davranışlarını, görünüşlerini ve öğrenme yeteneklerini yakından takip edebilirler. Bu nedenle, yetersiz beslenmenin neden olabileceği durgunluk ve ilgi kaybı gibi belirtileri fark edebilir ve erken müdahalede bulunabilirler. Bu da yeterli ve dengeli beslenme bilgisi ile mümkündür.

Bilindiği üzere, öğretmenlerin sağlık eğitimi, özellikle de beslenme eğitimi konusunda bilgili olmaları son derece önemlidir. Ayrıca, öğretmenlerin öğrencilere sağlıklı yaşam tarzları konusunda örnek olmaları gerekmektedir (Hermann ve Naber, 2017). Her öğretmen, uzmanlık alanıyla ilgili bilgi, beceri, tutum ve alışkanlıkları öğrencilerine aktarma ve yaşamlarına uyarlama çabasıdadır. Bu bağlamda beden eğitimi öğretmeni de "beden eğitimi ve spor" konularını öğretmektedir. Beden eğitimi, bireylerin fiziksel, ruhsal ve zihinsel gelişimini sağlamak, onları günlük yaşam ve iş şartlarına hazır hâle getirmek, milli şuur ve vatandaşlık hislerini güçlendirmek amacıyla yapılan sistemli ve yöntemli çalışmaların bütünüdür (Yalçın, 1995). Tüm toplumlarda, anne ve babaların istekleri ve eğitimcilerin çabaları, geleceğin teminatı olan çocukların fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal açıdan sağlıklı büyüyerek özgüvenli ve bağımsız bireyler olmalarını sağlamaya yöneliktir (Ünver, 2004).

Belirtilen bu özelliklerin kazandırılmasında kuşkusuz ki öğretmen rolü büyük önem taşımaktadır. Beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme konusunda bilgili olması ve bu bilgileri öğrencilere aktarması büyük önem arz etmektedir. Yapılan araştırmalarda da beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeylerinin önemi üzerinde durulduğu söylenebilir. Beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme eğitimi konusundaki bilgi düzeylerinin artırılmasının, öğrenci sağlığı üzerinde olumlu etkileri olduğu vurgulanmaktadır (Story ve ark., 2008). Bir başka çalışmada ise beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme bilgilerini sınıf içi aktiviteler ve projelerle entegre etmeleri konusuna vurgu yapılmaktadır (Lytle, 1995). Bu çalışmanın amacı, sağlıklı yaşamı alışkanlık hâline getirmede önemli bir etken olan beslenme bilgisini değerlendirmek ve bu bilgiyi beden eğitimi öğretmenlerinin okul çağındaki öğrencilere ve sporculara etkili bir şekilde aktarmasını sağlamaktır. Araştırma, beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme konusundaki bilgi düzeylerini belirleyerek, eğitim ve rehberlik programlarının geliştirilmesinde temel veri sağlamayı hedeflemektedir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Düzce ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerini incelemeyi amaçlayan bu çalışma, tarama modeli kullanılarak yapılan bir betimsel araştırmadır. Tarama modeli, geçmişte veya mevcut durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır. Araştırmanın odak noktası, bireylerin veya nesnelere

kendi koşulları içinde var olan durumlarını tanımlamaya yöneliktir ve bu durumları değiştirme veya etkileme amacı taşımamaktadır (Karasar, 2009).

Çalışma Grubu

Çalışmanın katılımcı grubunu, Millî Eğitim Bakanlığına bağlı olarak Düzce ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenleri oluşturmaktadır. Araştırmada yer alan veriler, 149 beden eğitimi öğretmenin katılımıyla gerçekleştirilen ankete dayanmaktadır. Katılımcı öğretmenler, araştırmaya gönüllü olarak katılmışlardır.

Veri Toplama Araçları ve İşlem Yolu

Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgiler ölçeği ve Gündoğdu (2009) tarafından geliştirilen “Öğretmenlerin beslenme bilgi düzeyleri” ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek, 25 maddeden oluşmakta ve Cronbach Alpha katsayısı 0,76 olarak belirlenmiştir. Beslenme bilgisini ölçmek amacıyla sorulan 25 soruya verilen doğru cevaplar için bir puan, yanlış cevaplar için sıfır puan verilmiş ve her öğretmenin toplam puanı hesaplanmıştır (Gündoğdu, 2009).

Verilerin Toplanması ve Analizi

Elde edilen verilerin incelenmesi için SPSS 24 istatistik paket programı kullanılmıştır. Öğretmenlerin genel bilgileri ve beslenme alışkanlıklarına ilişkin soruların bulguları, frekans ve yüzde dağılımları belirtilerek tablolar hâlinde sunulmuştur. Veriler normal dağılım göstermediği için parametrik olmayan istatistikler kullanılmıştır.

Bulgular

Düzce ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerini incelemek amacıyla yapılan çalışmadan elde edilen veriler, bu bölümde tablolar hâlinde sunulmuştur.

Tablo 1: Araştırmaya İlişkin Frekans Tablosu

Değişkenler		f	%
Cinsiyet	Kadın	41	27,5
	Erkek	108	72,5
Medeni durum	Evli	117	78,5
	Bekâr	32	21,5

Yaş	26-30	41	27,5
	31-35	44	29,5
	36-40	25	16,8
	41+	39	26,2
Kıdem yılı	1-3 yıl	17	11,4
	4-6 yıl	35	23,5
	7-9 yıl	31	20,8
	10-12 yıl	15	10,1
	13+	51	34,2
Toplam		149	100

Tablo 1'e göre katılımcıların cinsiyet dağılımı şu şekildedir: 41 kadın (%27,5) ve 108 erkek (%72,5). Medeni durumlarına göre ise 117 evli (%78,5) ve 32 bekâr (%21,5) olduğu görülmektedir. Yaş gruplarına göre dağılım ise şu şekildedir: 26-30 yaş arası 41 kişi (%27,5), 31-35 yaş arası 44 kişi (%29,5), 36-40 yaş arası 25 kişi (%16,8) ve 41 yaş üzeri 39 kişi (%26,2). Kıdem yılına göre dağılım ise şu şekildedir: 1-3 yıl 17 kişi (%11,4), 4-6 yıl 35 kişi (%23,5), 7-9 yıl 31 kişi (%20,8), 10-12 yıl 15 kişi (%10,1) ve 13 ve üzeri kıdem yılı olan 51 kişi (%34,2)

Tablo 2: Beslenmeye İlişkin Çeşitli Değişkenlerin Frekans Analizi

Değişkenler	Seçenekler	f	%
Sigara kullanma durumu	Evet	44	29,5
	Hayır	86	57,7
	Bazen	19	12,8
Alkol kullanma durumu	Evet	15	10,1
	Hayır	98	65,8
	Bazen	36	24,2
Spor Yapıyor musunuz?	Evet	76	51,0
	Hayır	8	5,4
	Fırsat Buldukça	65	43,6
Beslenme konularına ilgi duyuyor musunuz?	Evet	54	36,2
	Hayır	25	18,8
	Bazen	67	45,0
Beslenme eğitimlerine katıldınız mı?	Evet	55	36,9
	Hayır	94	63,1
Beslenme etkinliklerine katılmak ister misiniz?	Evet	127	85,2
	Hayır	22	14,8
Ders kazanımları yeterli mi?	Evet	38	25,5
	Hayır	51	34,2
	Fikrim yok	60	40,3
Beslenmede öğretmen etkili midir?	Evet	17	11,4

	Hayır	92	61,7
	Bazen	40	26,8
Beslenmede reklamlar etkili midir?	Evet	29	19,5
	Hayır	76	51,0
	Bazen	44	29,5
Toplam		149	100

Tablo 2'ye göre, çalışmaya katılanların sigara kullanma durumları şu şekildedir: Evet 44 kişi (%29,5), Hayır 86 kişi (%57,7), Bazı zamanlar 19 kişi (%12,8). Alkol kullanma durumlarına göre ise Evet 15 kişi (%10,1), Hayır 98 kişi (%65,8), Bazı zamanlar 36 kişi (%24,2) olarak belirlenmiştir. Spor yapma alışkanlıklarına göre Evet 76 kişi (%51,0), Hayır 8 kişi (%5,4), Fırsat buldukça 65 kişi (%43,6) spor yapıyor. Beslenme konularına ilgi durumlarına göre Evet 54 kişi (%36,2), Hayır 28 kişi (%18,8), Bazı zamanlar 67 kişi (%45,0) ilgi gösteriyor. Beslenme eğitimlerine katılım durumlarına göre Evet 55 kişi (%36,9), Hayır 94 kişi (%63,1). Beslenme etkinliklerine katılma isteği ise Evet 127 kişi (%85,2), Hayır 22 kişi (%14,8). Ders kazanımlarının yeterliliği konusundaki görüşlere göre, Evet 38 kişi (%25,5), Hayır 51 kişi (%34,2), Fikrim yok 60 kişi (%40,3). Beslenmede öğretmenin etkisinin sorgulandığı soruya verilen yanıtlar ise, Evet 17 kişi (%11,4), Hayır 92 kişi (%61,7), Bazı zamanlar 40 kişi (%26,8). Beslenmede reklamların etkisi sorusuna verilen yanıtlar ise, Evet 29 kişi (%19,5), Hayır 76 kişi (%51,0), Bazı zamanlar 44 kişi (%29,5) şeklindedir.

Tablo 3: Beslenme Bilgi Düzeyi Tanımlayıcı İstatistikleri

Genel ortalama	n	Min.	Mak.	\bar{x}	ss
	149	4,00	23,00	14,22	3,90

Tablo 3'e bakıldığında katılımcı sayısının 149, en düşük puanın 4, en yüksek puanın 23, ortalamasının ise $\bar{x} = 14,22 \pm 3,90$ olduğu görülmektedir.

Tablo 4: Mann Whitney U Sonuçları

Değişkenler	N	Sıra ort.	Z	Mann W	Wilcoxon	P
Kadın	41	76,55	-271	2150,500	8036,500	,787
Erkek	108	74,41				
Evli	117	75,03				
Bekâr	32	74,89	-,016	1868,500	2396,500	,987
Toplam	149					

Tablo
4'te
kadın
sayısı 41,
sıra

ortalaması 76,55 olarak belirlenmiştir. Erkekler için ise bu değerler sırasıyla 108 ve 74,41 olarak hesaplanmıştır. Evli olanların sayısı 117 ve sıra ortalaması 75,03 iken bekâr olanların sayısı 32 ve sıra ortalaması 74,89 olarak tespit edilmiştir. P değerleri ise kadın ve erkek grupları için sırasıyla 0,787, evli ve bekâr grupları için ise 0,987 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 5: Değişkenlere Ait Kruskal Wallis Tablosu

	Yıl	N	Sıra Ortalaması	X ²	df	P
Kıdem yılı	1-3 Yıl	17	72,00	2,185	4	,702
	4-6 Yıl	35	73,74			
	7-9 Yıl	31	67,39			
	10-12 Yıl	15	75,60			
	13 +	51	81,39			
Yaş	26-30	41	63,70	4,686	3	,043*
	31-35	44	78,05			
	36-40	25	85,78			
	41+	39	76,50			
Spor yapma	Evet	73	75,03	,524	2	,770
	Hayır	9	65,22			
	Fırsat buldukça	67	76,28			
	Toplam	149				

P<,05*

Tablo 5'te kıdem yılına göre dağılım şu şekildedir: 1-3 yıl kıdemli 17 kişi, sıra ortalaması 72,00; 4-6 yıl kıdemli 35 kişi, sıra ortalaması 73,74; 7-9 yıl kıdemli 31 kişi, sıra ortalaması 67,39; 10-12 yıl kıdemli 15 kişi, sıra ortalaması 75,60; 13 ve üzeri kıdem yılı olanlar ise 51 kişi, sıra ortalaması 81,39 olarak belirlenmiştir. P değeri 0,702 olarak hesaplanmıştır.

Yaş gruplarına göre dağılım şu şekildedir: 26-30 yaş arası 41 kişi, sıra ortalaması 63,70; 31-35 yaş arası 44 kişi, sıra ortalaması 78,05; 36-40 yaş arası 25 kişi, sıra ortalaması 85,78; 41 yaş ve üzeri 39 kişi, sıra ortalaması 76,50 olarak tespit edilmiştir. P değeri 0,043 olarak hesaplanmıştır.

Spor yapma alışkanlığına göre spor yapan kişi sayısı 73, sıra ortalaması 75,03; spor yapmayan kişi sayısı 9, sıra ortalaması 65,22; fırsat buldukça spor yapan kişi sayısı 67, sıra ortalaması 76,28 olarak belirlenmiştir. P değeri 0,770 olarak hesaplanmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelendiği bu çalışmaya, 41'i kadın ve 108'i erkek olmak üzere toplamda 149 gönüllü öğretmen katılmıştır. Yapılan çalışmada çeşitli değişkenler arasındaki farklılıklar araştırılmıştır

Beslenme bilgi düzeyine cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında, kadın öğretmenlerin sıra ortalamasının 76,55, erkek öğretmenlerin sıra ortalamasının ise 74,41 olduğu ve p değerinin 0,787 ($p>0,05$) olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar, beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri açısından cinsiyetin anlamlı bir farklılık göstermediğini göstermektedir. Çongar ve Özdemir (2004) tarafından yapılan Sivas il merkezindeki çalışmada da benzer bir bulgu elde edilmiştir; burada da cinsiyete göre beslenme bilgi düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Lise koçlarıyla ilgili yapılan çalışmada benzer bir sonuca ulaşılmış, cinsiyet değişkeninin beslenme bilgi düzeyleri üzerinde belirleyici bir faktör olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Couture ve ark., 2015).

Araştırma sonucu medeni durum değişkenine göre incelendiğinde, evli olan öğretmenlerin beslenme bilgi düzeyi sıra ortalamasının 67,99, bekâr olanların ise 65,57 olduğu ve p değerinin 0,772 olduğu görülmüştür. Bu bulgulara göre medeni durum değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Öte yandan Gündoğdu (2009) tarafından yapılan okulöncesi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarını incelediği çalışmada, öğretmenlerin beslenme bilgi düzeyleri ile medeni durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ve evli öğretmenlerin bekârlara göre daha yüksek ortalama puana sahip oldukları bulunmuştur ($p=0,047$; $p < 0,05$). Bu bulgu, yapılan çalışmanın sonuçları ile çelişmektedir.

Araştırma kıdem yılı değişkenine göre incelendiğinde, 1-3 yıl arası mesleki deneyime sahip olan öğretmenlerin beslenme bilgi düzeyi sıra ortalaması 72,00, 4-6 yıl arası mesleki deneyimi olanların sıra ortalaması 73,74, 7-9 yıl arası mesleki deneyimi olanların sıra ortalaması 67,39, 10-12 yıl arası mesleki deneyimi olanların sıra ortalaması 75,60 ve 13 yıl ve üzeri mesleki deneyime sahip olanların sıra ortalaması ise 81,39 olarak belirlenmiştir. Bu bulgulara göre kıdem yılı değişkenine bağlı olarak istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Smith ve arkadaşlarının (2001) üniversitedeki koçların ve eğitimcilerin beslenme bilgilerini değerlendirdiği çalışmada, 15 yıl veya daha fazla deneyime sahip katılımcıların (% 76) daha az deneyime sahip olanlara kıyasla önemli ölçüde daha doğru yanıtlar verdiği bulunmuştur ($p < 0,01$). Bu bulgu, yapılan çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Beslenme bilgi düzeyi yaş dağılımına göre analiz edildiğinde, beden eğitimi öğretmenlerinin yaşlarına göre sıra ortalamaları şu şekildedir: 26-30 yaş arası 63,70, 31-35 yaş arası 78,05, 36-

40 yaş arası 85,78, ve 41 yaş ve üzeri 76,50. Bu bulgulara göre yaş değişkeni ile beslenme bilgi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuş ve p değeri 0,043 olarak hesaplanmıştır.

Gündoğdu (2009) tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarına göre, ileri yaş grubundaki öğretmenlerin gençlere göre daha yüksek ortalama puana sahip oldukları ortaya konmuştur. Bu bulgu, varyans analizi bulgularıyla birlikte değerlendirildiğinde beslenme bilgi düzeyinin yaş arttıkça arttığı sonucuna varılmıştır. Doğruluk Çelebi (2019) ise çalışmasında, beslenme bilgi düzeyi ve beslenme davranış alışkanlığının 18-24 yaş aralığındaki sporculardan ziyade 24-35 yaş aralığındaki sporcularda daha bilinçli olarak yapıldığını belirtmiştir. Spronk ve arkadaşlarının (2015) elit sporcularda genel beslenme bilgisi ile diyet kalitesi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada ise yaş değişkeninde anlamlı farklılık bulgusuna rastlanmamıştır. Bu çalışmaların sonuçları, yapılan araştırma ile paralellik göstermektedir.

Araştırmada, spor yapanların beslenme bilgi düzeyi sıra ortalaması 75,03, fırsat buldukça spor yapanların ortalaması 76,28 ve spor yapmayanların sıra ortalaması 65,22 olarak saptanmış ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Bu doğrultuda, spor yapma durumu değişkeninin beslenme bilgi düzeyini etkilemediği sonucuna varılabilir.

Çalışmanın genel sonuçlarına göre beslenme bilgi düzeyi ölçeğinden elde edilen puanların minimum 4,00, maksimum 23,00 ve ortalamanın 14,00 olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, katılımcıların orta düzeyde bir beslenme bilgi düzeyine sahip olduklarını göstermektedir.

Doğruluk Çelebi (2019) tarafından yapılan çalışmada ise beslenme bilgi düzeyi sonuçları incelenmiş ve 15 soruluk ölçekte minimum puanın 4,00, maksimum puanın 15,00, ortalamanın ise 7,65 olduğu bulunmuştur. Bu çalışma sonucunda, ölçekteki puanların genel olarak düşük olduğu ve beslenme eğitime ihtiyaç duyulduğu sonucuna varılmıştır.

Bedgood ve Tuck (1983) tarafından antrenörlerin beslenme bilgisi üzerine yapılan çalışmada ise antrenörlerin %85'inin beslenme bilgisi konusunda düşük puan aldığı ve %70'inin beslenme eğitime ihtiyaç duyduğu tespit edilmiştir.

Danaher ve Curley (2014) tarafından Kanada Üniversitesinde yapılan çalışmada ise üniversite antrenörlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve sporculara beslenme önerileri üzerinde durulmuş ve

antrenörlerin düşük beslenme bilgi düzeylerine rağmen sporculara beslenme konusunda önerilerde buldukları belirtilmiştir.

Sonuç olarak bu çalışma beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme bilgisini orta düzeyde olduğunu göstermiştir. Beslenme bilgi düzeyinin çeşitli değişkenler açısından yaşa bağlı olarak önemli ölçüde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yapılan çalışma sonucundan yola çıkıldığında yaş arttıkça beslenme bilgi seviyesinin de yükseldiği görülmüştür.

Tüm bu sonuçlardan yola çıkılarak, gelişen ve değişen dünyada beslenmeye ilişkin yeni bilgilerle donanmış öğretmenler yetiştirmek amacıyla daha fazla eğitimler verilmesi gerektiği önerilebilir.

Etik Onay

Çalışma, Düzce Üniversitesi Bilimsel Araştırma Yayın Etik Kurulundan gerekli izinler (05.02.2020 tarihli 2. toplantı 2020/16 karar) alındıktan sonra başlatılmıştır.

Çatışma Beyanı

Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve/veya finansal çıkar çatışması yoktur.

Yazar Katkı Oranları

Sıra	Adı Soyadı	ORCID	Makaleye katkısı*
1	Büşra DURSUN	0009-0002-1160-2288	1,2,3,4
2	Reşat SADIK	0000-0002-2312-8213	1,3,4,5

*Katkı bölümüne ilgili açıklamanın karşılığına gelen rakam(lar)ı yazınız.

- 1- Çalışmanın tasarlanması
- 2- Verilerin toplanması.
- 3- Verilerin analizi ve yorumu
- 4- Yazının yazılması
- 5- Kritik revizyon

Kaynakça

Baysal, A. (2009). *Beslenme*. 12. Baskı. Ankara: Hatiboğlu Yayınevi.

Bedgood, B. L., & Tuck, M. B. (1983). Nutrition knowledge of high school athletic coaches in

- Texas. *Journal of the American Dietetic Association*, 83(6), 672-4.
- Bulduk, S. (2013). *Beslenme ilkeleri ve mn planlama*. Detay Yayıncılık.
- Contento, I. R. (2016). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice*. Jones & Bartlett Publishers.
- Couture, S., Lamarche, B., Morissette, E., Provencher, V., Valois, P., Goulet, C., & Drapeau, V. (2015). Evaluation of sports nutrition knowledge and recommendations among high school coaches. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 25(4), 326-334.
- ongar, O., & zdemir, L. (2004). Sivas il merkezinde beden eğitimi ęretmenlerinin genel beslenme ve sporcu beslenmesi ile ilgili bilgi düzeyleri. *C Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(3), 113-118.
- Doğruluk Çelebi, G. (2019). *Amatör ve profesyonel spor yapan bireylerin beslenme bilgi düzeyi ve alışkanlıklarının spor branşlarına göre dağılımının incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi].
- Gonzalez-Suarez, C., Worley, A., Grimmer-Somers, K., & Dones, V. (2009). School-based interventions on childhood obesity: a meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(5), 418-427.
- Gündoğdu, S. (2009). *Adana ilinde görev yapan okulöncesi ęretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarının araştırlması*. [Yüksek lisans tezi, Konya Selçuk Üniversitesi].
- Hermann, J., & Naber, S. (2017). Teachers as Role Models for Health: The Importance of Implementing Health Education in Schools. *Journal of School Health*, 87(12), 957-964.
- Hoşgörür, V., Kılıç, ., & Dündar, H. (2002). Kırıkkale niversitesi sınıf ęretmenlięi programı ęrencilerinin öğretmenlik mesleğine karşı tutumları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(16), 91-100.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 20. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Koçoęlu, G., & Egemen, A. (1988). Kırsal bölgede beslenme eğitiminin malnutrisyonun nlenmesine ve tedavisine etkileri. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 17(1), 7-15.
- Lytle, L. A. (1995). Nutrition Education in Schools: Policy and Practice. *Health Education Research*, 10(2), 117-129.
- Perry, C. L., Bishop, D. B., Taylor, G., Murray, D. M., Morrow, J., & Kaur, H. (2004). The role of nutrition education in improving children's food choices and increasing physical activity. *Journal of School Health*, 74(8).
- Sahoo, K., Sahoo, B., Choudhury, A. K., Sofi, N. Y., Kumar, R., & Bhadoria, A. S. (2015). Childhood obesity: causes and consequences. *Journal Of Family Medicine And Primary Care*, 4(2), 187-192.
- Smith-Rockwell, M., Nickols-Richardson, S. M., & Thye, F. W. (2001). Nutrition knowledge, opinions, and practices of coaches and athletic trainers at a division 1 university. *International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism*, 11(2), 174-185.
- Spronk, I., Heaney, S. E., Prvan, T., & O'Connor, H. T. (2015). Relationship between general nutrition knowledge and dietary quality in elite athletes. *International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism*, 25(3), 243-251.
- Story, M., Kaphingst, K. M., Robinson-O'Brien, R., & Glanz, K. (2008). Creating Healthy Food and Eating Environments: Policy and Environmental Approaches. *American Journal of Public Health*, 98(2), 369-374.
- Tekgl, N., zer, G., & Aksoy, M. (1986). İlkokul ęrenci ve ęretmenlerinin beslenme bilgi

düzeyleleriyle bunun uygulanma durumu. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 15, 47-54.

UNICEF. (2022). *Improving child nutrition*. UNICEF. <https://www.unicef.org/nutrition>

Ünver, Y. (2004). *Beş-altı yaş okulöncesi dönemi çocukları için geliştirilecek, besin gruplarına yönelik beslenme eğitim programlarının, çocuklarının beslenme bilgisi ve davranışlarına etkisi*. [Yüksek lisans tezi, Konya Selçuk Üniversitesi].

Yalçın, H. F. (1995). *Beden eğitimi öğretmeni el kitabı*. Gazi Üniversitesi Yayınları, Ankara.

Whitney, E. N., & Rolfes, S. R. (2019). *Understanding nutrition* (15th ed.). Cengage Learning

World Health Organization. (2024). *Nutrition and health: An overview*. WHO. https://www.who.int/nutrition/publications/nutrition_health_2024/en/