

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
AİLE EKONOMİSİ VE BESLENME EĞİTİMİ ANA BİLİM DALI**

**ÖZEL VE RESMİ OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMLARINA DEVAM EDEN
DÖRT-ALTI YAŞ GRUBU ÇOCUKLARININ BESLENME
ALİŞKANLIKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

A.Selma AKAR

Danışman

Yrd. Doç. Dr. Saime KÜÇÜKKÖMÜRLER

ANKARA-2006

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAY SAYFASI

Ayşe Selma AKAR'ın “Özel ve Resmi Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Dört – Altı Yaş Grubu Çocuklarının Beslenme Alışkanlıklarının Karşılaştırılması” başlıklı tezi 22.12.2006 tarihinde, jürimiz tarafından Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Ana Bilim Dalı'nda Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Adı Soyadı

İmza

Üye (Tez Danışmanı): Yrd. Doç. Dr. Saime KÜÇÜKKÖMÜRLER

Üye : Yrd. Doç. Dr. Yasemin ERSOY

Üye : Yrd. Doç. Dr. Bülent ÇELİK

ÖNSÖZ

Bu araştırma özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması amacıyla planlanmış ve yürütülmüştür.

Çalışmanın her aşamasında bilgi ve tecrübelerini paylaşip bana her konuda destek olan tez danışmanım Yrd Doç. Dr. Sayın Saim KÜÇÜKKÖMÜRLER'e; istatistiksel analizlerde birlikte çalıştığım Ölçme Uzmanı Sayın Tülin Otbiçer ACAR'a; araştırmaya katılan okul öncesi eğitim kurumlarının yöneticileri, öğretmenleri, öğrencileri ve velilerine; her konuda destekleyip yanımda olan sevgili anne ve babama; çalışmanın her aşamasında yardımcı olan kardeşlerim Özge ve Seda'ya; desteği, sabrı ve ilgisi için eşim Ö.Gazi AKAR'a içtenlikle teşekkür eder, araştırmanın daha sonra yapılacak çalışmalara ışık tutmasını dilerim.

A. Selma AKAR

Ekim 2006

ANKARA

ÖZET

ÖZEL VE RESMİ OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMLARINA DEVAM EDEN DÖRT-ALTI YAŞ GRUBU ÇOCUKLARININ BESLENME ALIŞKANLIKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Akar, A. Selma

Yüksek Lisans, Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Saime KÜÇÜKKÖMÜRLER

Ekim – 2006

Özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması amacıyla planlanıp yürütülen bu araştırmanın kapsamına Ankara'nın merkez ilçelerindeki özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş arasındaki 362 çocuk alınmış ve araştırmada tarama modeli uygulanmıştır. Bu araştırma 2005-2006 yılında yapılmıştır.

Veriler hazırlanan anket formuyla toplanmış, her çocuğun boy ve kilosu ölçülmüştür. Anket formu; sosyo ekonomik özellikler, beslenme alışkanlıkları ve yeme davranışlarına yönelik hazırlanmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, özel okullara giden çocukların % 42'sinin, devlet okullarına giden çocukların % 44'ünün bazen öğün atladığı, atlanan öğünün % 36'lık oranla öğle olduğu görülmüştür. Çocukların % 55,4'ünün her gün sebze tüketmediği buna karşılık özel okullara giden çocukların % 33,8'inin haftada 1-2 kere hızlı-hazır yiyecekleri tükettikleri tespit edilmiştir. Özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların beslenme alışkanlıklarında öğün atlama durumu, en çok sevilen peynir çeşidi, fast-food yiyecekleri tüketme sıklığı konularında farklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

ABSTRACT

COMPARING THE NOURISHMENT HABITS OF THE FOUR - SIX AGED GROUP CHILDREN ATTENDING THE PRESCHOOL PRIVATE AND STATE EDUCATIONAL INSTITUTIONS

This research that has been planned and performed in order to compare the nourishment habits of the four - six aged group children attending the preschool private and state educational institutions consists of the 362 children attending the preschool private and state educational institutions in the central counties of Ankara, and scanning method has been applied at the research. This research has been done in from 2005 to 2006.

The data has been collected by the poll form prepared before; the tall and weight of each child have been measured. The poll form has been prepared in accordance with the social economic characteristics, habits of nourishment, and attitudes of eating.

According to the research results, it has been understood that 42 % of the children attending the private schools and 44 % of the children attending government schools skipped meal, and the skipped meal was lunch at the rate of 36 %. It has been determined that 55,4 % of the children didn't consume vegetable every day, on the other hand, 33,8 % of the children attending the private schools consumed the fast – ready food once or twice a week. It has been concluded concerning the children attending the preschool private and state educational institutions that there existed differences about the most liked sort of cheese and the frequency of consuming fast food.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI

ÖNSÖZ	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
TABLolar LİSTESİ	vii
GRAFİKLER LİSTESİ	ix

I. BÖLÜM

1.1.GİRİŞ

1.1.1. Problem	2
1.1.2. Amaç	2
1.1.3. Önem	2
1.1.4. Varsayımlar	4
1.1.5. Sınırlılıklar	4

1.2. KURAMSAL TEMELLER VE KAYNAK ARAŞTIRMASI

1.2.1. Beslenme Ve Çocukluk Çağında Beslenmenin Önemi	4
1.2.2. Türkiye’de Beslenme Sorunları Ve Nedenleri	6
1.2.3. Risk Gruplarında Önemli Beslenme Sorunları	7
1.2.3.1. Malnütrisyon	7

1.2.3.2. Raşitizm.....	8
1.2.3.3. Anemi.....	8
1.2.3.4. Basit Guatr.....	8
1.2.3.5. Diş Çürükleri.....	9
1.2.4. Okul Öncesi Eğitim ve Önemi.....	10
1.2.5. Türkiye’de Okul Öncesi Eğitim.....	12
1.2.6. Ülkemizde Okul Öncesi Dönemdeki Okullaşma Oranı.....	14
1.2.7. Dünya’da Okul Öncesi Eğitim.....	17
1.2.8. Dört-Altı Yaş Grubu Çocukların Gelişim Özellikleri.....	18
1.2.8.1. Fiziksel Büyüme ve Motor Gelişim.....	19
1.2.8.2. Bilişsel Gelişim.....	21
1.2.8.3. Dil Gelişimi.....	21
1.2.8.4. Sosyal-Duygusal Gelişim.....	22
1.2.8.5. Cinsel Kimlik Gelişimi.....	23
1.2.9. Dört-Altı Yaş Grubu Çocukların Beslenmesi.....	23

II. BÖLÜM

İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Beslenme Alışkanlıkları İle İlgili Çalışmalar.....	31
2.2.Okul Öncesi Çocukların Beslenme Alışkanlıklarıyla İlgili Çalışmalar.....	33

III. BÖLÜM**YÖNTEM**

3.1. Araştırmanın Modeli.....	36
3.2. Araştırmanın Evreni.....	36
3.3. Araştırmanın Örneklemi.....	36
3.4. Verilerin Toplanması.....	37
3.5. Verilerin Analizi.....	38

IV. BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR.....	39
----------------------------------	-----------

V. BÖLÜM**SONUÇ VE ÖNERİLER**

5.1. Sonuç.....	86
5.2. Öneriler.....	90

KAYNAKÇA.....	91
----------------------	-----------

EKLER.....	101
-------------------	------------

1. İzin Belgeleri
2. Anket Formu
3. Beden Kitle İndeksi Belirleme Kartı
4. Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Uygun Yemek Listesi Kalıpları
5. Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Sekiz Günlük Örnek Yemek Listesi
6. Fotoğraflar

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo No	Sayfa No
Tablo 1 Yaş Gurubu ve Cinsiyete Göre Nüfus (2000)	14
Tablo 2 Ülkemizde Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Sayısı	15
Tablo 3 Eğitim Seviyelerine Göre Öğrenci Başına Düşen Eğitim Harcamaları	15
Tablo 4 Ülkemizde Okul Öncesi Eğitimden Yararlanan Çocuk Oranı	16
Tablo 5 Türkiye Toplam Eğitim Harcama Miktarının Eğitim Seviyelerine Göre Dağılımı	16
Tablo 6 Ankara İlindeki Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Özellikleri	17
Tablo 7 Piaget'in Bilişsel Gelişim Dönemleri Ve Özellikleri	21
Tablo 8 4-6 Yaş arası Çocuklar İçin Günlük Enerji Ve Besin Gereksinimi	25
Tablo 9 Okul Öncesi Çocukları İçin Yiyecek Klavuzu Piramidi Üzerine Temellendirilmiş Yiyecek Planı	28
Tablo 10 Sağlıklı Bir Diyet İçin Enerjinin Yüzdesi Olarak Kabul Edilebilir Makro Besin Dağılım Aralıkları	29
Tablo 11 Diyetel Referans Alımları: Çocuklar İçin Önerilen Alımlar: Karbonhidratlar, Fiber, Yağ, Yağ Asitleri Ve Protein	29
Tablo 12 Diyetel Referans Alımlar: Önerilen Alım Miktarları Ve Kabul Olunabilir Yüksek Alım Düzeyleri (UL)	30
Tablo 13 Toplanan Verilerin İlçelere Göre Dağılımı	39
Tablo 14 Çocukların Demografik Özellikleri	40
Tablo 15 Çocukların Boy ve Kiloları	41

Tablo 16	Çocukların Anne-Babalarının Demografik Özellikleri	42
Tablo 17	Aylık Kazanç	43
Tablo 18	Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Özellikleri	44
Tablo 19	Çocukların Beslenme Alışkanlıkları	46
Tablo 20	Süt Ve Süt Türevlerini Tüketme Durumu	49
Tablo 21	Et Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu	52
Tablo 22	Sebze-Meyve Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu	55
Tablo 23	Tahıl Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu	58
Tablo 24	İçecek Tüketme Durumu	61
Tablo 25	Tatlı/Kek Tüketme Durumu	63
Tablo 26	Yemek Yeme Alışkanlığı	64
Tablo 27	Gelişim Özelliklerine Uygun Davranışlar	66
Tablo 28	Eğitim Kurumunun Niteliğinin Anne Yaşı, Eğitim Durumu Ve Meslek Ki-Kare Testi Analizi	69
Tablo 29	Eğitim Kurumunun Niteliğinin Baba Yaşı, Eğitim Durumu Ve Meslek Ki-Kare Testi Analizi	70
Tablo 30	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Aylık Gelir Ki-Kare Testi Analizi	71
Tablo 31	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Beslenme Bilgisi Ki-Kare Testi Analizi	71
Tablo 32	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Yemek Yeme Davranışları Ki-Kare Testi Analizi	72

Tablo 33	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Kahvaltı Yapma Alışkanlığı	
	Ki-Kare Testi Analizi	73
Tablo 34	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Kahvaltı Yapma Yeri	
	Ki-Kare Testi Analizi	74
Tablo 35	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Süt Ve Süt Ürünleri Tüketme	
	Durumu Ki-Kare Testi Analizi	75
Tablo 36	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Et Gurubu Yiyecekleri Tüketme	
	Durumu Ki-Kare Testi Analizi	76
Tablo 37	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Sebze-Meyve Tüketme Durumu	
	Ki-Kare Testi Analizi	77
Tablo 38	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Tahıl Ürünlerini Tüketme Durumu	
	Ki-Kare Testi Analizi	78
Tablo 39	Eğitim Kurumunun Niteliği İle İçecek Tüketme Durumu	
	Ki-Kare Testi Analizi	80
Tablo 40	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Tatlı/Kek Tüketme Durumu	
	Ki-Kare Testi Analizi	81
Tablo 41	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Beden Kitle İndeksi	
	Ki-Kare Testi Analizi	82
Tablo 42	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Çocukların Boy ve Kilolarının	
	t Testi Analizi	82
Tablo 43	Eğitim Kurumunun Niteliği İle Yemek Yeme Alışkanlığı	
	Ki-Kare Testi Analizi	83

Tablo 44	Eğitim Kurumunun Özelliğinin Çocuğun Gelişim Özelliği	
	Davranışları Ki-kare Testi Analizi	84

GRAFİKLER LİSTESİ

Grafik No	Sayfa No
Grafik 1 Çocukların Boy ve Kiloları	42
Grafik 2 Ailenin Aylık Geliri	44
Grafik 3 Kahvaltı Yapma Durumu	49
Grafik 4 Okulda Kahvaltı Verilme Durumu	49
Grafik 5 En Çok Sevilen Sıtlı Tatlılar	51
Grafik 6 En Çok Sevilen Et Türü	54
Grafik 7 En Çok Sevilen Meyve	57
Grafik 8 En Çok Sevilen Sebze	57
Grafik 9 Haftalık Fast-Food Tüketim Miktarı	60
Grafik 10 Günlük Konsantre Meyve Suyu Tüketme Durumu	63

I. BÖLÜM

GİRİŞ

Ulusların ve onu oluşturan bireylerin, sağlıklı ve güçlü olarak yaşamasında, ekonomik ve sosyal yönden gelişmesinde, refah düzeyinin yükselmesinde, mutlu, huzurlu ve güvence altında varlığını sürdürebilmesinde temel koşullardan birisinin yeterli ve dengeli beslenme olduğu tartışmasız kabul edilen bir gerçektir. Yeterli ve dengeli beslenmenin toplum sağlığı üzerindeki olumlu etkisi günümüzde kanıtlanmış bir gerçektir. Dünyada az gelişmiş ve gelişmekte olan çoğu ülke yetersiz ve dengesiz beslenme sorunları ile karşı karşıyadır. (Konokman, 2004).

Az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerin gelişmiş ülkeler düzeyine ulaşabilmesi için gereken en önemli şey sağlıklı bir nesil ve güçlü insanlardır. Yetersiz ve dengesiz beslenme insanların fiziksel ve mental gelişimlerini gerileyen, sağlıklı yaşam süresini kısaltan ve üretim düzeyini düşüren etmenlerin başında gelmektedir.

Ülkemizde yetersiz ve dengesiz beslenme sorunlarından etkilenen grupların başında, okul öncesi yaş grubu çocuklarla, gebe ve emzikli annelerin geldiği bildirilmiştir (Yalçın, 1992).

Beslenme günümüzde üzerinde durulan önemli konuların başında gelmektedir. Bugün, dünyada milyonlarca insan sürekli açlık ve yetersiz beslenmenin getirdiği ölüm ve hastalıklarla savaşıırken, diğerleri aşırı ve yanlış beslenmenin yol açtığı bozukluklar yüzünden yaşamını erken yaşlarda yitirmekte ve çalışamaz duruma gelmektedir. Böylece yetersiz ve dengesiz beslenme sorunları, insanların sağlığını bozan etmenlerin başında yer almaktadır(Akpınar, 2002). “Sağlıklı Yaşama Hakkı”, Anayasamız ile teminat altına alınmış, vazgeçilmez temel insan haklarından biridir. İnsanoğlunun hayatında, 0-18 yaş arasındaki çocukluk dönemi, son derece hassas ve dinamik bir dönemdir. Çocukluk dönemi içerisinde de, ilk altı yaş, özellikle de yenidoğan bebeklik

dönemi, hem fizyolojik özellikleri hem de ilerideki yaşam kalitesini belirlemesi açısından son derece önemli evrelerdir. (Seçkin, 2003).

1.1.1. Problem

Resmi ve özel okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi.

1.1.2. Amaç

Bu araştırmada amaç, resmi ve özel okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılmasıdır.

1.1.3. Önem

Çağımızda gelişmişliğin göstergesi yüksek nitelikli insan gücü olarak kabul edilmektedir. Yüksek nitelikli insan gücüne sahip olabilmek, sağlık şartlarının var olmasına, uygun olmasına, yaygınlığına ve devamlılığına bağlıdır. Günümüzde boyutları oldukça genişleyen sağlığın korunması ve geliştirilmesi, sağlıklı bilgi, tutum ve davranışlarına bağlıdır(Güler, 2003).

Sağlık, insanın beden, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyilik halinde olmasıdır. İnsanların hayatlarını sağlıklı olarak sürdürebilmelerinde çeşitli faktörler vardır. En önemli faktörlerin başında beslenme gelmektedir. Beslenme yeterli ve dengeli olduğu takdirde insanlar hem ruhen hem de beden, daha verimli olmaktadır(Poyraz, 1987).

Yetersiz ve dengesiz beslenme çeşitli hastalıklara yol açtığı gibi, birçok hastalık ve sağlık sorunu da beslenme üzerinde olumsuz etkiler yapmaktadır. Ülkemizde yetersiz ve dengesiz beslenme özellikle çocuk ve gençlerin, gebe ve emzikli kadınların, ağır işlerde çalışan işçilerin önemli sorunlarından(Ergün, 2003).

Çocukların gelişim süreci hızlı olduğu için bu dönemde beslenmeleri çok önemlidir. Bu sebeple beslenme yetersizliklerinden çok fazla zarar görürler. Sağlıkları da beslenme ile yakından ilişkilidir. Bebek ölümlerinin nedenlerinin başında beslenme gelmektedir(Kırkıncıoğlu, 2003). İnsanlar üzerinde yapılan araştırmalar yetersiz beslenen toplumlarda çocuk ölüm hızının yeterli beslenen toplumlardan on kat daha yüksek olduğunu göstermektedir. Yine yetersiz diyetle beslenen toplumlardaki çocukların büyüme hızı yeterli beslenenlerden daha yavaştır. Yetersiz beslenme yalnız fiziksel büyümeyi değil zeka gelişimini de olumsuz yönde etkilemektedir(Cesur, 1992).

İnsan sağlığı ve gelişimi doğumdan önce annenin sağlığı ve beslenmesi ile başlar, yaşam boyunca devam eder. Bu sürecin doğumdan başlayarak, zorunlu eğitim çağına kadar olan bölümüne “Okul Öncesi Eğitim Dönemi” denir. Okul öncesi eğitim, 0-6 yaşlarındaki çocukların bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönlerden gelişmelerini sistemli bir ortamda sağlayan, yeteneklerinin gelişmesine yardım eden, onları ilköğretime hazırlayan ve temel eğitim bütünlüğü içinde yer alan bir eğitimidir(Aygün, 1994).

Okul öncesi eğitim, insan hayatının en duyarlı dönemidir. Çocuk çevresindeki olaylardan çok kısa sürede etkilenir(Kaya, 1999). Okul öncesi yaştaki çocuk, öğrenmeye isteklidir. Bu nedenle çevresindeki uyarıcılarla da ilgilenmektedir. Bu dönemin verimliliğini arttırmak, çocuğa uygulanacak düzenli, bilinçli ve istekli bir eğitimle mümkündür(Poyraz, 1987).

Çocuğun kişiliği okul öncesi çağlarda şekillenmekte, yetişkinlik çağındaki davranışlarını etkileyecek alışkanlıkların edinilmesi genellikle bu yıllara dayanmaktadır. Aynı şekilde, çocuğun bu yaşlarda kazandığı yemek yeme alışkanlığı da, hayatının daha sonraki dönemlerini etkileyecek ve ileride ortaya çıkacak beslenme sorunlarının temelini oluşturacaktır(Poyraz, 1987). Okul öncesi dönem gıda alışkanlıklarının kazanıldığı,

hoşlanılan ve hoşlanılmayan gıdaların belirlendiği dönemdir. Bu dönemde iyi beslenme alışkanlıklarının kazandırılması önemlidir. (Arlı ve ark., 2003).

1.1.4.Varsayımlar

Bu araştırma, şu varsayımlara dayalı olarak yapılmıştır:

- Örneklem grubu 4-6 yaş grubu özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukları temsil etmektedir.
- Çocukların antropometrik ölçümleri uygun koşullarda yapılmıştır.
- Ailelerden alınan bilgiler güvenilirdir.

1.1.5. Sınırlılıklar

- Araştırma, Ankara ili Keçiören, Çankaya, Yenimahalle, Altındağ, Sincan, Mamak, Etimesgut ilçelerindeki özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocuklarla sınırlıdır.
- Araştırmada yer alan çocukların yaşları 4-6'dır.
- Araştırma, normal gelişim gösteren çocuklarla sınırlıdır.
- Araştırma, Eylül 2005- Ocak 2006 tarihleriyle sınırlıdır.

1.2. KURAMSAL TEMELLER VE KAYNAK ARAŞTIRMASI

1.2.1. Beslenme ve Çocukluk Çağında Beslenmenin Önemi

Beslenme, insanın temel ihtiyaçlarından birini oluşturduğu gibi sağlığını da etkileyen en önemli etmenlerin başında gelmektedir. Yeterli ve dengeli beslenme, insanların büyümesi, gelişmesi, varlıklarını sürdürebilmesi ve faaliyetlerini en iyi şekilde yapabilmeleri için gerekli besinlerin çeşitlerini, en uygun miktarlarını, besin değerini yitirmeden sağlık bozucu hale getirmeden en ekonomik şekilde alma ve vücutta kullanmak olarak tanımlanır (Şimşek, 1991).

Beslenme, büyüme, gelişme, yaşamın ve fizyolojik işlevlerin sürdürülmesi, sağlıklı üretken olmak için besinlerin kullanılmasına denir. Beslenme anne karnından yaşlılığa kadar insan yaşamının her döneminde önemlidir (Arlı ve ark., 2003).

Beslenme, insan sağlığını etkileyen en önemli etmendir. Yetersiz ve dengesiz beslenme, büyüme ve gelişmeyi engeller, sağlık harcamalarını arttırır, yaşam süresini kısaltır (Yalçın, 1992).

Bir ülkenin küresel ekonomi içindeki konumu ülke halkının yeteneklerine sosyal ve kültürel özelliklerine bağlıdır. Doğru ve sağlıklı beslenme; doğum öncesinden başlayarak yaşamın her evresinde ve özellikle erken çocukluk ve 18 yıllık döneminde bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal yeteneklerini etkileyerek toplumun ekonomik ve sosyal gelişmesini sağlayan temel koşullardan birisi belki de en önemlisidir (Arslan, 2004). Bebekler ve çocuklar, devamlı büyüme ve gelişme içindedirler. Beslenmenin yetersiz ve dengesiz olmasından bu gruplar çok etkilenmektedir. (Yalçın, 1992).

Dünyanın birçok yerinde bebekler üzerinde yapılan araştırmalar erken yaştaki beslenme bozukluğunun zihin gelişimini olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir. Türkiye’de bu konuda yapılan araştırmalardan da anlaşılacağı gibi erken yaşta yetersiz ve dengesiz beslenme çocuklarda görme, işitme, konuşma bozuklukları meydana getirmekte, neticede çocuk okuma-yazma ve öğrenmede temel mekanizmayı belirleyen zeka testlerinde yeterli ve dengeli beslenenlerden daha geri kalmaktadır. Aynı zamanda çocukluk yıllarındaki beslenme bozuklukları onları sosyal ve duygusal yönden de etkilemektedir (Poyraz, 1987).

Dünya Sağlık Organizasyonu (WHO, FAO) gibi kuruluşların 0-1 yaş grubu arasındaki bebeklerin beslenme konusuna çok önem verdikleri gözlenmektedir. Bunun başlıca nedeni de, bu dönemde bebeklerin sorunları ve ölümlerinin ana kaynağının beslenme bozuklukları olmasıdır(www.aof.edu.tr). Gelişmekte olan ülkelerde olduğu

gibi ülkemizde de bebek ölüm oranı yüksektir. Ölüm nedenlerinin başında beslenme bozukluklarına bağlı hastalıklar gelmektedir. (Yalçın, 1992). Sosyo-ekonomik düzeyin de büyüme ve gelişmeyi etkilediğini gösteren gerek Türkiye’de gerekse çeşitli ülkelerde yapılmış çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Ülkemizde yapılan çalışmalar okul öncesi çağıdaki çocuklarda büyüme geriliği varlığını hatta hastalık derecesinde büyüme geriliği olduğunu göstermektedir(Yalçın, 1992).

Sağlıklı bireyler yetiştirebilmek için özellikle çocukluk dönemi beslenmesine önem verilmelidir. Çocuğu beslerken amaç onun normal, sağlıklı büyüme ve gelişmesini sağlamaktır. Çocukların doğdukları andan itibaren yaşam dönemlerinde sağlıklı bireyler olup olmadıklarını belirlemek için, vücut tartısı, boy uzunluğu, baş çevresi, göğüs çevresi, vücut bölümlerinin birbirlerine oranları gibi standartlaşmış ölçümlerden yararlanılmaktadır(Yalçın, 1992).

1.2.2. Türkiye’de Beslenme Sorunları ve Nedenleri

Türkiye beslenme durumu yönünden hem gelişmekte hem de gelişmiş ülkelerin sorunlarını birlikte içeren bir görünüme sahiptir. Halkın beslenmesi tahıl ve tahıl ürünlerine dayalı olup, batıdan doğuya, kentsel alandan kırsal alana gidildikçe ve gelir düzeyi düştükçe tahıl tüketiminde artma, hayvansal besinlerin tüketiminde azalma görülmektedir. Süt ve süt ürünleri tüketimi düşük düzeyde olup, et tüketimi de yıllara bağlı olarak azalma göstermektedir(www.medinfo.hacettepe.edu.tr).

Ülkemizde toplumun bütün kesimlerini kapsayan ilk beslenme araştırması 1974’de yapılmıştır. Bu çalışmanın bir benzeri daha sınırlı bölgelerde 1984 yılında gerçekleştirilmiştir. Bu tür çalışmalar ülkenin durumunu değişen koşulları ortaya çıkarabilmek amacıyla her 10 yılda bir tekrarlanmalıdır. Ancak, uğraşılmasına karşın kaynak yetersizliği nedeniyle “Beslenme, Gıda Tüketimi ve Sağlık” verilerini

yenilemeye yönelik ülke çapında araştırmayı yenilemek mümkün olmamıştır. 1993 ve 1998 yıllarında yapılan Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırmalarında (TNSA) anne ve çocuk beslenmesine ilişkin sınırlı bazı bilgiler elde edilmiştir. Bu nedenle Türk halkının şu andaki beslenme durumunu belirleyen bilimsel veriler yetersizdir. Buna karşın ulusal düzeyde önceden yapılan araştırmalar ve değişik grup ve bireylerin belirli yöre ve topluluklar üzerinde yaptıkları araştırma sonuçları Türk halkının beslenme sorunları hakkında bazı bilgiler vermektedir(www.medinfo.hacettepe.edu.tr).

1.2.3. Risk Gruplarında Önemli Beslenme Sorunları

5 Yaş Altı Çocuklar (Okul Öncesi Çağ)

Beslenme bozuklukları tüm dünya ülkelerinde sosyo medikal bir problem olmakla birlikte, gelişmekte olan ülkeler için daha fazla önem taşıyan toplumsal bir sorundur. Dengeli ve yeterli beslenme özellikle bebekler ve çocuklar için daha önemlidir. Sürekli büyüme ve gelişme içinde olduklarından beslenme yetersizliklerinden en fazla etkilenen gruplardır(Alp ve ark. , 1991).

1.2.3.1.Malnütrisyon: Malnütrisyon büyüme ve gelişme için gerekli olan bir ya da daha fazla besin öğesinin vücut dengesini bozacak şekilde yetersiz ve dengesiz alınması durumunda ortaya çıkan bir hastalıktır(Arlı ve ark., 2003).

1998-Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması'nda kronik beslenme yetersizliğinin bir göstergesi olan yaşlarına göre kısa boylu (bodur) kabul edilen 5 yaş altı çocukların oranı % 16,0 olup, bu değer 1993 TNSA'da % 20,5'dir. Araştırmaya göre 5 yaşındaki çocukların yaklaşık altıda biri kronik olarak yetersiz beslenmektedir ve yine yaklaşık % 0,8'i ciddi şekilde düşük kiloludur. Çocuklarda büyüme ve gelişme bozukluğu, kırsal alanlardan kente, doğudan-batıya doğru 1,6 kez, eğitimsiz veya az eğitilmiş ailelerde ise eğitilmiş ailelere kıyasla 1,5 kez yüksek görülmektedir(ekutup.dpt.gov.tr).

1.2.3.2.Raşıtizm : Çocuklarda protein-enerji malnütrisyonundan sonra görülen önemli beslenme sorunlarından birisi de raşıtizmdir. D vitamini yetersizliği sonucu gelişen raşıtizm gelişmiş ülkelerde alınan önlemlerle hemen hemen görülmez olmuştur. Ulusal ve bölgesel çalışmalar ülkemizde raşıtizm görülme sıklığının % 7.9-20.0 arasında olduğunu göstermektedir (Pekcan, 2001).

1.2.3.3.Anemi: Sağlıklı kişilerde eritrosit sayısının azalması ve ya hemoglobin (Hb) konsantrasyonunun 0 yaş grubu için belirlenen normal değerlerin altına düşmesi anemi olarak tanımlanır. Demir eksikliği tanımı hemoglobin yapımı için yeterli miktarda demir bulunmaması durumunu ifade eder. Demir eksikliği anemisi ise bu eksikliğin, 0 yaş için belirlenen Hb değerlerinin 95. persentilin altına inmesiyle birlikte olan daha ağır şeklidir. Bu durum mental ve fiziki gelişim ile davranış üzerindeki önemli etkisi nedeniyle tüm dünyada ve özellikle gelişmekte olan ülkelerde önemli bir halk sağlığı sorunu olarak kabul edilir (www.csh.dergisi.org).

Çocukluk demir eksikliği anemisi, çocuğun 1 ve 2 yaşları arasında sıklıkla görülür. Hücrelerdeki oksijen miktarının azalmasından dolayı, çocuğun hem öğreniminde hem de dayanıklılığında azalmaya neden olabilir. Diğer bir etkisi hastalıklara karşı direncin düşmesidir. Amerika Birleşik Devletleri'nde federal hükümet tarafından desteklenen Kadınlar, Bebekler ve Çocuklar (WIC) için Özel Suplement Beslenme Programı vardır(Wardlaw, 2003).

1.2.3.4.Basit Guatr: İyot yetersizliğine bağlı basit guatr önemli bir halk sağlığı sorunudur. Prevalansı %30.5 (1998)'dir. Okul çocuklarında (1995) %33,3'dür. Kırsal alan bölgesel araştırmalarda 0-5 yaş grubunda %7.9-15.8,6-14 yaş grubunda %92.2-14.2, gebelerde %17.9-39.5 ve emzikli kadınlarda %9.4.-17.9'dur (1998). İyot yetersizliği zihinsel geriliğin (Kreatinizim) başta gelen nedenidir(www.medinfo.hacettepe.edu.tr)

1.2.3.5.Diş Çürükleri: Süt dişlerindeki çürük prevalansı 6 yaşta %83.0,8 yaşında %92.0, çocuk başına düşen çürük (d), süt dişi (t) sayısını gösteren dt indeksinin yaşla birlikte 4.4'ten 5.2'ye çıktığı bulunmuştur (Aykut, 2005). Bölgesel çalışmalarda prevalans 6-12 yaş grubunda %64.0-100.0'dür. İçme sularında fluorür düzeyi düşük bulunmuştur (www.salikvakfi.org.tr).

Küçük yaşlarda diş çürüğü riskini azaltmak için uygun bir diyet programının uzun bir süre uygulanması gereklidir. Daha önce, erken diş çürüklerine maruz kalan çocukların daha sonraları ciddi çürüklere maruz kalacakları belirtilmiştir. Çocuklarda diş problemlerinin azaltılması için; dişler çıkmaya başladığında oral hijyene başlaması, az miktarda tatlı tüketmesi ve yemekler arasında yapışkan, yüksek şekerli ara yemekler yememesi sağlanmalıdır (Wardlaw, 2003).

Çocukluk çağını erişkinden ayıran en önemli özellik, sürekli bir büyüme ve gelişme durumudur. Beslenme bozuklukları, enfeksiyonlar büyüme ve gelişmeyi etkileyerek yavaşlamasına ya da durmasına neden olurlar. Bu etki, çocuğun yaşı ne kadar küçük olursa o kadar belirgin ve kalıcı olur. Büyüme ve gelişme dönemlerinde etkili faktörlerin kontrolü ve gerekli önlemler sayesinde çıkabilecek sorunlar önlenabilir. Böylece toplumun temelini oluşturan çocukların ruhsal, fiziksel ve zihinsel yönlerden sağlıklı bireyler olarak yetişmesi sağlanabilir (Ceylan, 1996).

Çocuklar arasında kötü beslenme alışkanlıkları, uzun vadeli kronik hastalık riski ve mevcut okul performansları ve devamları üzerindeki etkileri nedeniyle önemlidir (Brenowitz ve Tuttle, 2003).

1.2.4.Okul Öncesi Eğitim ve Önemi

Çocuk eğitimi konusunda kültür ve uygarlıkların farklı yaklaşımlar içinde oldukları, çocukluk ve çocuk yetiştirme kavramlarının yüzyıllar boyunca değişim gösterdiği görülmektedir. Ortaçağda, yaklaşık 5-13. yüzyıllar arasında çocukluk, yaşamın farklı bir dönemi olarak kabul edilmezken 15.yüzyılda yaşamın farklı ve özel bir bölümü olarak çocukluk kavramının geliştiği, 19.yüzyıla gelindiğinde ise eğitimcilerin ve davranış bilimcilerin çocuğun gelişiminin ve davranışının güçlü bir biçimde yönlendirilmesini ve eğitilmesini savundukları, çok disiplinli çocuk gelişimi alanının böylece oluşmaya başladığı görülmektedir. Özellikle 1930'larda çocuk araştırmalarında patlama yaşandığı alan genişledikçe de mesleki dergilere, araştırma fonlarına ve çocuk gelişimine olan ilginin gün geçtikçe arttığı vurgulanmaktadır.

Yaşama iyi başlamanın kritik öneminin anlaşılmasıyla beraber 20 Kasım 1959'da Birleşmiş Milletler Genel Kurulu. "Çocuk Hakları Bildirisini" yayınlamıştır. Geline nokta, konuya gereken önemi veren forumlara ile yaşamını okul ve diğer toplumsal kurumları, çocuğun ihtiyaçlarını en iyi şekilde karşılayacak düzeye getirme çabası içine girmişlerdir.

Okul öncesi eğitim, çevresini merak eden öğrenmeye ve düşünmeye güdülenmiş çocuğun bu özelliklerini, yönetme, teşvik etme ve geliştirme gibi çok önemli bir görevi üstlenmiş aileleri çocuklarının eğitimine dahil etmenin, çocukların okul başarısını arttırdığına olan inanç da pek çok erken çocukluk eğitim programının önemli bir ögesi haline gelmiştir. Yapılan araştırmalar sonucunda ise 17 yaşına kadar olan zihinsel gelişmenin % 50'sinin 4 yaşına, % 30'unun ise 4 yaşından 8 yaşına kadar olduğu analiz edilmiş, ayrıca 18 yaşına kadar gösterilen okul başarısının % 33'ünün de çocukların okul öncesi dönemde aldıkları eğitime bağlı olduğu görülmüştür (Çaltık, 2004).

Toplumdaki gelişme ve değişmelere paralel olarak ailenin yapı ve fonksiyonlarında meydana gelen değişiklikler, aileyi tek başına çocuğun eğitimi başaramayacağı bir duruma getirmiştir. Böylece okul öncesi eğitim kurumları ailelere eğitim desteği veren temel kuruluşlar olarak yerlerini almaktadır. Eğitimin en önemli amaçlarından birisi, bireyin içinde bulunduğu ortama dengeli bir şekilde uyum sağlamasını gerçekleştirmesidir. Bu uyumun sağlanmasına esas olarak sağlam temellerin okul öncesi eğitim döneminde atılması gerektiği tartışılmaz bir gerçektir. Bu bakımdan eğitim ihtiyacımızın önemli, öncelikli ve ağırlıklı bir bölümü olan ve eğitim sistemimizin ilk basamağını teşkil eden okul öncesi eğitim, ülkemizin geleceği bakımından hayati önem taşımaktadır (Dabakoğlu, 2004).

En geniş anlamıyla çocuğun doğumundan ilkokula başlayıncaya kadar süren döneme "okul öncesi dönem", bu dönemdeki eğitsel etkinliklerin tümüne de "okul öncesi eğitim" adı verilmektedir. İnsan yaşamında ilk yaşların önemi, bugün bilimsel araştırmalarda kanıtlanmıştır. Özellikle ilk beş yaşta beyin ve sinir sisteminin hızlı gelişmesine paralel olarak çocuğun öğrenme kapasitesi de hızla artmakta ve yeterli zihinsel gelişim için çevreden gelen uyaranlar çok önemli olmaktadır (Filiz, 1998).

Okul öncesi dönem olarak kabul edilen 0-6 yaş çocuklarına olumlu ya da olumsuz anlamda verilenlerin, onları yetişkinlik yıllarında da etkileyeceği dikkate alındığında, bu dönemde verilen eğitimin gelecekteki toplum sağlığı açısından da ne kadar etkili olduğu gözden kaçırılmamalıdır (Kandır, 2004).Okul öncesi dönem insan hayatının en duyarlı olduğu dönemdir.

1.2.5.Türkiye’de Okul Öncesi Eğitim

Türkiye’de okul öncesi eğitimin gelişmesi cumhuriyet öncesi okul öncesi eğitim ve Cumhuriyet’ten günümüze kadar olan okul öncesi eğitim diye adlandırılabilir (www.anasinif.com).

Türkiye’de küçük yaşlardaki çocukların eğitiminin okullarda verilmesinin tarihçesinin 15. yüzyıla, Fatih Sultan Mehmet zamanına kadar uzandığı görülmektedir. Vakıflara bağlı olarak kurulan "Sübyan Mektepleri" 4-5 yaşlarındaki çocukları da okula kabul etmeleri yönünden okul öncesi eğitim kurumlarının ilk örneği olarak kabul edilmektedir.

Daha sonra 19. yüzyıl sonları ile 20.yüzyıl başlarında azınlık ve yabancıların büyük kentlerde kendi çocukları için açtıkları anaokulları görülmektedir.

1913’de yürürlüğe giren "Tedrisat-ı İptidaiye Kanunu Muvakkat’ı Geçici İlköğretim Kanunu; adıyla anılan kanunun 3.4. ve 5. maddeleri anaokullarının her yerde açılmasını ve ilköğretimin bir basamağı olarak kabul edilerek öğrencilerin yaşları, öğretim teknikleri ders araçları gözetilerek uygulanmasını emretmiştir.

1915 yılında. "Ana Mektepleri Nizamnamesi" (Anaokulları Tüzüğü) yayımlanılarak anaokullarının 4-7 yaş arası çocuklara eğitim vermek üzere ilkokullara bağlı ya da bağımsız olarak açılması düşünülmüştür. Ayrıca yine aynı yılda anaokullarına öğretmen yetiştirmek amacıyla İstanbul’da ilk kez öğretim süresi bir yıl olan "Ana Öğretmen Okulu" açılmıştır. Daha sonra okulun 1919 yılında kapatılmasıyla birlikte resmi anaokullarının da kapatıldığı görülmektedir (Çaltık, 2004).

Cumhuriyetin ilan edildiği tarihte 80 anaokulunda 5.580 çocuk ve 136 öğretmenin mevcut olduğu bilinmektedir. 1960 yılında okul öncesi eğitim alanında

öğretmen yetiştirmek amacıyla Kız Teknik Yüksek Öğretmen Okulu'nda çocuk gelişimi ve eğitimi bölümü açılmıştır.

1961 yılında yürürlüğe giren “222 Sayılı İlköğretim ve Eğitim Kanunu”nda okul öncesi eğitim kurumlarına, zorunlu ilköğretim çağına gelmemiş çocukların eğitildiği ve isteğe bağlı bir ilköğretim kurumu olarak yer verilmesinden sonra, okul öncesi eğitimi ile ilgili çalışmalara hız verilmiştir(Demiriz ve ark., 2003).

1961-1962 öğretim yılına kadar da resmi ana sınıfı, anaokulu açılamamıştır. Bu dönemde 10 ilde ana sınıfı açılmış ve 20 ilkokul öğretmeni atanmıştır. Kız Meslek Liselerinde anaokulu öğretmeni geliştirmek için 1960-1964 yıllarında çocuk gelişimi ve eğitimi bölümü açılmıştır.

1970-1971 yılında ilk öğretmen okullarının programları 4 yıllığa çıkarılmış ve okul öncesi eğitimi dersi eklenmiştir.

1973 yılında çıkan MEB Temel Yasası ile tüm öğretmenlere yüksek öğrenim görme zorunluluğu getirilmiştir. 1980'de YÖK'ün kurulmasıyla birçok üniversitede okul öncesi öğretmenliği Anabilim Dalları oluşturulmuştur.

İlköğretim çağına girmemiş çocukların eğitimi için 1992 yılında MEB tarafından merkez teşkilatında okul öncesi Eğitimi Genel Müdürlüğü kurulmuştur (www.anasinif.com).

Okul öncesi eğitimin amaçları, Türk Milli Eğitiminin genel amaçlarına ve temel ilkelerine uygun olarak;

- Çocukların; Atatürk, vatan, millet, bayrak, aile ve insan sevgisini benimseyen, millî ve manevî değerlere bağlı, kendine güvenen, çevresiyle iyi iletişim kurabilen, dürüst, ilkeli, çağdaş düşünceli, hak ve sorumluluklarını bilen, saygılı ve kültürel çeşitlilik içinde hoşgörülü bireyler olarak yetişmelerine temel hazırlamak amacıyla çaba göstermek,
- Çocukların beden, zihin ve duygu gelişmesini ve iyi alışkanlıklar kazanmasını sağlamak,
- Çocukların Türkçe'yi doğru ve güzel konuşmalarını sağlamak,
- Çocuklara sevgi, saygı, iş birliği, sorumluluk, hoşgörü, yardımlaşma, dayanışma ve paylaşma gibi davranışları kazandırmak,
- Çocuklara hayal güçlerini, yaratıcı ve eleştirel düşünme becerilerini, iletişim kurma ve duygularını anlatabilme davranışlarını kazandırmak,
- Çocukları ilköğretime hazırlamaktır(www.meb.gov.tr).

1.2.6.Ülkemizde Okul Öncesi Dönemdeki Çocuk Nüfusu ve Okullaşma Oranı

Devlet İstatistik Enstitüsü'nün 2000 yılı verilerine göre ülkemizde 0-4 yaş ve 5-9 yaş grubu çocuklarının sayısı aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 1. Yaş Grubu ve Cinsiyete Göre Nüfus, 2000

Yaş Grubu	Toplam	Erkek	Kadın
0-4	6 584 822	3 396 690	3 188 132
5-9	6 756 617	3 485 746	3 270 871
Toplam	67 803 927	34 346 735	33 457 192

Kaynak: www.die.gov.tr

Tablo 2. Ülkemizde Okulöncesi Eğitim Kurumlarının Sayısı, Öğretmen ve Öğrenci Sayıları

	1990/00	2000/01	2001/02	2002/03	2003/04
Okul sayısı	7 660	8 255	9 480	11 314	13 692
Öğretmen sayısı	11 591	11 896	14 295	18 921	19 122
Öğrenci sayısı	121 603	227 464	253 513	320 038	658 499

Kaynak: www.die.gov.tr

Yukarıdaki tabloda ülkemizdeki okulöncesi eğitim kurumlarının sayısı, bu kurumlardaki öğretmen ve öğrenci sayıları gösterilmiştir. Sayılar her yıl artmaktadır. Bu da gösteriyor ki okul öncesi eğitimin önemi her geçen gün daha çok anlaşılmaktadır.

Tablo 3. Eğitim Seviyelerine Göre Öğrenci Başına Düşen Eğitim Harcamaları (2002)

	Harcama miktarı	Öğrenci sayısı	000 TL.	(S) ¹
Okulöncesi	83 215 448	320 038	260 017	171
Resmi	48 153 105	310 279	155 193	102
Özel	35 062 343	9 759	3 592 821	2 363

Kaynak: www.die.gov.tr

(1) 2002 yılı DİE ithalat ağırlıklı dolar kuruna göre hesaplanmıştır.

1 S = 1 520 425 TL.

Tablo 4. Ülkemizde Okul Öncesi Eğitimden Yararlanan Çocuk Oranı**(36-72 ay grubu) 2002-2003**

	%
Ankara	10,3
Türkiye	6,9

Görüldüğü gibi ülkemizde okul öncesi eğitimden yararlanan çocuk oranı % 6,9'dur. Ankara'da bu oranın % 10,3'e çıktığı görülmektedir.

Unicef- İllere Göre Öncelikli Yaşam Kalitesi Göstergeleri 2003

Tablo 5. 2002 Yılı İçin Türkiye Toplam Eğitim Harcama Miktarının Eğitim Seviyelerine Göre Dağılımı

Eğitim seviyesi	Oran (%)
Okul öncesi	0,41
İlköğretim	38,01
Ortaöğretim	24,69
Yükseköğretim	32,49
Diğer	2,36
Yaygın Eğitim	1,85
Açıköğretim	0,19
Toplam	100,00

Kaynak: www.die.gov.tr

Tablo 6. Ankara İlindeki Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Özellikleri (2004/2005)

Okul Öncesi	Resmi	Özel	Toplam
Okul/Sınıf	679	231	910
Öğrenci	25.692	5.780	31.472
Öğretmen	2.135	797	2.932
Derslik	1.167	1.203	2.370

Kaynak: Ankara İli Milli Eğitim Müdürlüğü İstatistik Şubesi

1.2.7.Dünya’da Okul Öncesi Eğitim

Okul öncesi eğitim kavramı çocuk gelişimi alanındaki ilk çalışmalarla birlikte ortaya çıkmıştır. Çocuk gelişimi konusunda ilk çalışmaları yapanlar tıp doktorları ve sosyal reformcular olmuştur.

Ortaçağ Avrupa'sında doktorlar beş yaşından küçük çocukların sağlığı ile ilgilenmeyi ebelerle bırakmışlardır. Bunun nedeni, ebelerle aynı düzeyde tutulmaktan endişe etmeleri değil, beş yaşından küçük çocuklara bir şey yapılamayacağına inanmış olmalarıdır. Ancak, 18. yüzyılda bir tıp doktoru olan James Cadogan, küçük çocukların bakımsızlıktan öldüklerini belirtmiş ve annelere yönelik çocuk temizliği, bakımı ve beslenmesi konusunda bilgiler veren çalışmalar yapmıştır. 18. yüzyılda Avrupa’da Endüstri Devrimi sonucu maden ocaklarında ve fabrikalarda çalışan çocukların ürkütücü durumunu sosyal reformcular incelemişlerdir. Ashley Cooper, kız çocuklarının ve 10 yaşından küçük erkek çocukların maden ocaklarında çalışmalarını yasaklayan bir kanunun senatodan çıkmasını sağlamıştır(Aral ve ark. , 2002).

1816 yılında Freidrich, Wilhelm, Froebel 3-6 yaş çocukları için çocukları için ilk anaokulunu kurmuştur. Froebel'e göre oyun çok önemlidir. Birey farklılıkları önemlidir. Oyunun en önemli eğitim vasıtası olduğunu belirten ilk pedagogdur.

19. yüzyıl gibi yakın zamana kadar çocuklar bugünkünden daha az bakım görmekteydi. Bunun göstergesi de çocukların işçi olarak çalıştırılmaları, ekonomik koşullar, bebek ölümleridir.

20. yüzyıl da ise okul öncesi dönemin gelişim özellikleri ve eğitim ihtiyaçları bakımından farklı bir dönem olduğu kabul edilmiştir. Yapılan çeşitli araştırmalarla 0-6 yaş arasının çocukların geleceğini belirlemedeki etkisinin önemli olduğu kabul edilmiştir. Bu da özel resmi kişi ve kurumların bu alanla ilgili yatırımlar yapmasını sağlamıştır.

Hiçbir ülkede tek tip bir program uygulanmamaktadır. Bazı programlar özellikle çocuğun eğitilmesini amaçlar, bazıları ise anne babayı eğitme yolu ile çocuğa ulaşmayı hedefler. Bir kısmı hem anne babayı hem de çocuğu birlikte eğitime almaktadır. Okul öncesi eğitim veren okullar anaokulları, ana sınıfları, gündüz bakım evleri, ilkokula hazırlık sınıfları adları altında görev yapmaktadır. (www.anasinifi.com).

1.2.8.Dört – Altı Yaş Grubu Çocukların Gelişim Özellikleri

Çoğu kez birbiriyle karıştırılan “Büyüme” ile “Gelişim” sözcükleri gerçekte birbirinden farklı kavramlardır. Büyüme, bedende gerçekleşen sayısal değişiklikleri içermektedir. (Kilo, boy artışı gibi) Çocuk sadece fiziksel olarak büyümele kalmaz, aynı zamanda onun beyinle iç organlarında yapı ve büyüklük olarak da değişimler olur. Buna karşılık gelişme, değişikliklerin niceliği yanında, niteliğini de içermektedir. Gelişme kavramı, düzenli, uyumlu ve sürekli bir ilerlemeyi dile getirmektedir (Küçükkaya, 1989).

Çocuğun gelişimini incelemek bir çok yönden yararlıdır. Önce, gelişim basamaklarında ortaya çıkan yeni yetenekler ve davranış özellikleri saptanabilir. Sonra gelişimin her çocuktaki niteliğinden gelişimin yönü ve hızı kestirilebilir. Yapılan gözlemler, belli gelişim dönemlerinde ortak eğilimlerin ve davranış kalıplarının

bulunduğunu ortaya koymuştur. Kişisel ayrılıklarla birlikte ortak yanların bilinmesi çocuk eğitiminde tutulacak yolu belirler(Yörükoğlu,1980).

1.2.8.1.Fiziksel Büyüme ve Motor Gelişim

Okul öncesi döneme denk gelen 3-6 yaşları arasındaki bedensel gelişme hızı, bebeklik dönemine oranla yavaşlar. Yaşamın ilk ve üçüncü yılları arasındaki büyüme, üçüncü ve beşinci yılları arasındaki büyümenin yaklaşık iki katıdır(Erden ve Akman, 2005). Okul öncesi dönemde vücut oranları gözle görülür bir şekilde değişir. Gövde ve bacaklar hızla büyür. Yaklaşık olarak 6 yaş civarında vücudun genel görünüşü yetişkin görünüşüne benzemektedir. Okul öncesi dönemde kaslar da hızla gelişmektedir. Ancak, büyük kas motor gelişimi, küçük kas motor gelişiminden daha hızlı olmaktadır. Motor becerilerin genel becerilerden özel becerilere doğru geliştiği görülmektedir(Bayhan ve Artan, 2004).

Dört Yaşındaki Çocuğun Motor Gelişim Özellikleri:

- Tek ayağı üzerinde on saniye durur.
- Bir çizgi boyunca yürür.
- Parmak ucunda durur.Parmak ucunda atlar.
- **Ellerini daha becerikli kullanır.**
- Düğmelerini ilikler, çözer.
- **Kaşıkla üzerine dökmeden yemek yer.**
- Kağıda kare, artı gibi şekilleri kopye eder.
- En az üç kısmı olan insan resmi çizer.
- Atılan topu yakalar.
- Küçük nesnelerin üzerinden atlar.
- Ayaklarını değiştirerek merdiven iner.
- Çok az yardımla giyinir.
- **İçi su dolu bir kabı taşır.**(Cirhinlioğlu, 2001).

Beş Yaşındaki Çocuğun Motor Gelişim Özellikleri:

- Ayak değiştirerek zıplar.
- Kendi ayakkabılarını bağlar.
- **El ile kavrama, tutma, fırlatma, resim çizme becerileri artar.**
- Yardımsız giyinir.
- En az altı kısımlı adam resmi yapar.
- **Bıçak kullanır.**
- Üçgeni kopye eder.
- İki tekerlekli bisiklet kullanır(Cirhinlioğlu, 2001).

Altı Yaşındaki Çocuğun Motor Gelişim Özellikleri:

- **İğneye iplik geçirmek, yıkanmak, kurulanmak vb. işleri yapar.**
- Ev, araba, hayvan, insan vb. anlamlı resimler çizer.
- İp atlar.
- Yüzer.
- Topa sopa ile vurur.
- Top sektirir.
- Topu zıplatıp tutar(Cirhinlioğlu, 2001).

1.2.8.2.Bilişsel Gelişim

Tablo 7. Piaget'in Bilişsel Gelişim Dönemleri ve Özellikleri

Evreler	Tahmini Yaşlar	Erişilen Temel Özellikler
Duyusal Motor	0-2 yaş	- Kendisini dış dünyadan ayırt etme - Refleksif davranışlardan amaçlı davranışlara geçme - Nesnenin sürekliliğini kazanma
İşlem Öncesi Dönem	2-7 yaş	- Çevresindeki olay ve nesneleri çeşitli sembollerle ifade etme - Tek yönlü sınıflandırmalar yapma - Başlangıçtaki ben merkezlilikte giderek azalma
Somut İşlemler Dönemi	7-11 yaş	- Mantıksal düşünme yeteneğinde gelişme - Korunum kazanma - Üst düzeyde sınıflama yapma - Ben merkezcilikten uzaklaşma - Somut yollarla problem çözme
Soyut İşlemler Dönemi	11 yaş +	- Soyut düşünme - Bilimsel yöntemle problem çözme - Değer ve inanç sistemini yapılandırma - Fikir dünyasıyla aktif olarak ilgilenme ve düşüncesini etkinliklerine yansıtma

Kaynak: Prof. Dr. Nuray Senemoğlu, 2005

Bizim araştırmamızdaki çocuklar Piaget'e göre İşlem öncesi dönemdedir. Bu dönemin bilişsel gelişim özellikleri yukarıdaki tabloda gösterilmiştir.

1.2.8.3.Dil Gelişimi

4-5 Yaş

Bu dönemde dil kolay ve doğru kullanılan bir araç haline gelir. Kız çocukları dili erkeklerden daha becerili bir şekilde kullanırlar. Ses üretiminde doğruluk oranı artar. Ünsüzlerin %90'ı doğru olarak üretilir. Çocuk anne babasının entonasyon (seslerin alçalıp yükselmesi) düzenini taklit eder. Sözcük sayısında artış ve egosentrik konuşma devam eder. Önceki döneme göre, daha karmaşık cümle yapısı kullanmaya başlar. Çoğul kullanımını doğru yapar. Birleşik sözcüklerin ayrı birimlerden oluştuğunun farkında değildir (Baykoç, 1986).

Çoğu çocuk 4-5 yaşlarında kendiliğinden sözler uydurur, kafiyeli tekerlemelere ilgi duyar. Ayrıca, hikaye dinlemeyi çok sever. Anlatanı bıktırıncaya kadar tekrarlamasını ister. Zaman zaman kendine anlatılanlara yeni kısımlar ekleyerek, onları süslemeye veya sonucu istediği gibi değiştirmeye çalıştığı görülür. Okuyormuş gibi görünerek, bir hikaye kitabının sayfalarını çevirdiği ya da aklında kalan sözcüklerle onu anlatmaya çalıştığı sık sık izlenir.

Böylece 4-5 yaş çocukları konuşma dilinin gelişmesine ilave olarak, yazı diline de ilgi duymaya başlar. Bazı harfleri kopye etme ilgi duyduğu uğraşlar arasındadır. Bu ilgiye bağlı olarak 4 yaşındaki bir çocuk, birkaç harf yazabilir. 5 yaşında ise basit kelimeleri, özellikle kendi adını kopye etmek ister. Eğer deneme fırsatı verilirse başarılı olur.

5-6 Yaş

Çocuğun dili kullanımı bir yetişkininkine benzer. Sosyal etkileşimde konuşma artmaktadır ve daha anlaşılır biçimdedir. Çocuk yetişkinleri daha az tekrar etmektedir. Bu dönemde çocukların ses yapımı incelendiğinde ünlü üretiminin %98'i, ünsüz üretiminin %88'inin doğru olduğu görülür. Açıklama gerektiren konuşmaya göre, tanımlama isteyen konuşmalarda tereddüt, duraklama ve konuşma hızında azalma olur. Çekim kurallarını daha düzgün bir şekilde kullanır. Kişi zamirlerinin çekimini de doğru kullanır. Üretilen sözcük sayısı ortalama 2000 kadardır (Baykoç, 1986).

1.2.8.4. Sosyal – Duygusal Gelişim

4-5 Yaş

- Yanlış ve doğruyu öğrenir.
- Hala ben merkezcidir.
- Günlük olağan işlerin farkındadır.
- Diğer çocuklarla işbirliği yaparak oynar.
- Olayların arkasında yatan niyeti ayırt edemeyebilir.

- Kavgacı ve inatçı olabilir.
- Kolaylıkla arkadaşlık kurabilir, genellikle aynı yaş ve cinsiyetten arkadaş seçer.
- Evi ve ailesine yoğun bir bağlılık içerisindedir.

5-6 Yaş

- Çocuklarla işbirliği yaparak oynar.
- Sosyal kurallara uyar.
- Yetişkin ile işbirliği yapar.
- Aynı yaş ve cinsiyetteki arkadaşları ile oynamayı tercih eder(Güven ve ark., 2005).

1.2.8.5.Cinsel Kimlik Gelişimi

Davranışların cinsiyet rolüne göre farklılaşması ve cinsel kimliğin kazanılması okul öncesi dönemde(3-6 yaş) ortaya çıkmaktadır. Bu dönemde çocuk, kendi bedeniyle, fiziksel ve toplumsal çevresiyle olan deneyimlerini cinsiyete özgü rolleri kavramlaştırarak cinsel kimliğini oluşturmaktadır.

Çocuklar iki yaşlarından itibaren iki cinsiyetin bulunduğunu kavramakta, kendilerinin de bunlardan birisine ait olduğunun bilincine varmaktadırlar.Cinsel kimliğin temelleri, çocuk üç yaşına gelmeden oluşmakta ve cinsiyetin değişmezliği kavramı beş-altı yaşlarından itibaren tam olarak kavranmaya başlamaktadır(Girgin,2004).

1.2.9. DÖRT-ALTI YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN BESLENMESİ

Yaşamın ilk 6 yılını kapsayan dönem çocukların gelişimlerinin hızlı olduğu, karakter ve kişilik yapısının şekillenmeye başladığı en önemlisi bazı temel alışkanlıkların kolayca kazandırılabilirdiği çocuğun yaşamındaki en önemli yıllardır. Bu dönemde çocuğa kazandırılacak temel alışkanlıklar, zamanla, yönlendirmeye ve

özellikle de tekrara bağlı olarak kazanılmış davranışlara dönüşmektedir. Kazandırılan bu temel alışkanlıklar; bireyin yaşadığı doğal ve toplumsal çevreye uyumunu sağlayan davranışlardır, bu davranışlar bir kez kazanıldıktan sonra tekrarlanarak çoğu kez yaşam boyu varlıklarını sürdürürler(Demiriz ve Dinçer, 2004).

Çocuğun kişiliği okul öncesi çağlarda şekillenmekte, yetişkinlik çağındaki davranışlarını etkileyecek alışkanlıkların edinilmesi, genellikle bu yıllara dayanmaktadır. Aynı şekilde, çocuğun bu yaşlarda kazandığı yemek yeme alışkanlığı da hayatının daha sonraki dönemlerini etkileyecek ve ileride ortaya çıkacak beslenme sorunlarının temelini oluşturacaktır. Çünkü, beslenme çocuğun bedensel, duygusal gelişmesini ve sosyal davranışlarını doğrudan etkilemektedir(Kaya, 1999).

Kamusal karar vericilerden beslenme araştırmacılarına kadar sağlık konusu ile ilgili uzmanlar, etkili beslenme eğitimi mesajlarının küçük yaşlardan başlayarak, çocuklara ulaşmasıyla, nüfusun diyet ve sağlık gelişimindeki etkinliğin maksimum düzeyde olacağını belirtmektedirler(Byrne ve Nitzke, 2002).

Çocuklukta geliştirilen yeme alışkanlıkları çocuklar okula başladıklarında, çocukluktan, yetişkinliğe geçerken ki beslenme seçimlerinde devam ettirilir. Bundan dolayı, okul öncesi dönemlerdeki beslenme eğitimi yaşam boyu sağlıklı yeme alışkanlıkları için bir temel oluşturabilir(Matheson ve ark. , 2002).

Çocuklar erişkinliğe kadar, ailelerinin besin seçimi ve tercihlerine bağlıdırlar. Büyüdükçe, harcanacak paraları oldukça, okula gittikçe ve insanlarla ilişkileri arttıkça yiyecek seçimleri, kendi seçimleri olmaya başlar, okul öncesi ve okul çağındaki edinimleri, çocuğun gelecekteki yiyecek tercihlerini belirleyeceği için, aileler çocuklarının yeterli ve dengeli beslenmeye yönelmelerini sağlamalıdır(Kaya, 1999).

Enerji ve besin maddesi gereksinimi, çocuğun büyümeye ve gelişmeye devam ettiği sürece önemini korur. Çocuk okula ilk başladığı dönemde, aniden hızla büyümeye

başlar ve daha aktif hale gelir. Evde iyi beslenme alışkanlığı yerleştirilirse, bu daha sonra çok daha kolay olarak sürdürülecektir.

Çok miktarda sebze ve meyve içeren çeşitli diyetlerle vitamin ve mineraller karşılanabilir ve iyi beslenme sağlanabilir.

Tablo 8. 4-6 Yaş Arası Çocuklar İçin Günlük Enerji Ve Besin Gereksinimi

	Enerji (EAR)*	Protein (RNI)**	Kalsiyum (RNI)**	Demir (RNI)**	Toplam yağ	Doymuş yağ	Tuz
Erkekler	1715 kalori	19.7 gr	450 mg	6.1 mg	66.7 gr	21.0 gr	3.0 gr
Kızlar	1545 kalori	19.7 gr	450 mg	6.1 mg	60.1 gr	18.9 gr	3.0 gr

* EAR – Tahmin Edilen Ortalama Gereksinim

** RNI – Referans Besin Alımı

Hükümetin Yiyecek Politikalarının Medikal Yönleri Komisyonu (COMA) raporu 41’den alınmıştır(www.waitrose.com).

Okul öncesi çocukların iştahının azalması nedeniyle, onların beslenme ihtiyaçlarını karşılayan planlı bir diyet sorunu bakıcıların karşısına çıkmaktadır. Besin değeri yüksek yiyeceklerin seçimi, çocuklar için özellikle önemlidir. Yağ ve basit şeker alımını arttırmaksızın tahıllar, meyveler ve sebzelerin vurgulanması için bu iyi bir zamandır. Sınırlanmış yağ ve şekerli kahvaltı gevrekleri mükemmel bir seçimdir. Yağ ve basit şeker alımını aşırı derecede azaltmaya gerek yoktur, ama yağlı ve şekerli yiyecek seçimleri daha besleyici olanların önüne geçmemelidir.

Okul öncesi yıllar çocuğun düzenli fiziksel aktiviteler ve besleyici yiyecekler üzerine odaklanarak, sağlıklı bir yeme ve yaşama düzeni kurmaya başlaması için en iyi zamanlardır. Anne-babalar ve diğer eğitmciler konu modelleridir: onlar çok çeşitlilikte

iyiyorsa, çocuklarda değişik yiyecekler yerler. Bir olası politika bir-ısırık politikasıdır: makul ölçülerde, çocuk en azından bir ısırık almalıdır veya ona sunulan yiyeceği tatmalıdır. Ara yemekler için, ebeveynler kabul edilebilir birkaç olasılık sunmalı ve çocuğun bunlar arasından seçim yapmasına izin vermelidir; yiyecek seçimi için sorumluluk erken başlamalıdır(Wardlaw, 2003).

Ebeveynlere sıklıkla, 3 yaşında bir çocuğun bebekliğinde yediği iştahla veya erişkin porsiyonu büyüklüğünde bir yemek yiyemeyeceğini hatırlatmak gereği vardır. Tablo 9’da okul öncesi çocukları için uygun olan, Yiyecek Kılavuzu Piramidine temellendirilmiş genel bir yeme planı gösterilmiştir. Yaklaşık 5 yaşına kadar, sebze grubunun, meyve grubunun ve et grubunun servis büyüklüğü yaklaşık olarak her bir yaş için bir çorba kaşığı olarak tahmin edilebilir. Aynı kısıtlama gevrekler veya süt için de uygulanabilir. Örneğin, 3 yaşında bir çocuk akşam yemeğinde 3 çorba kaşığı et, 3 çorba kaşığı yeşil fasulye ve 3 çorba kaşığı haşlanmış patates yiyebilir.

Normal ağırlıktaki çocuklar büyümelerinin her aşamasında, bünyelerinde yiyecek alımını düzenlemek için açlıklarını ayarlayan bir beslenme mekanizmasına sahiptirler. Eğer bir çocuk normal olarak gelişiyor ve büyüyorsa ve bakıcısı ona çeşitli sağlıklı yiyecekler veriyorsa, her şey güvenlidir.

İştah ayrıca aktivite düzeyiyle ve genel sağlık durumuyla değişir. Hasta bir çocuğun ilk semptomu iştahsızlıktır. Yemek yemede müşkülpesentlik ayrıca çocuğun özgürlüğüne karşı bir uğraşın veya adetleri yerleştirme için kuvvetli bir arzusun da belirtisidir. Yiyecek tercihleri ile ilgili olarak kendini ileri sürme, çocuk için göreceli olarak kolay bir yoldur ve ebeveynler çok kısıtlamacı olduklarında bu daha kötüye gider(Wardlaw, 2003).

Okul öncesi çağıdaki çocukların iştahlarının azalması ve besin tüketimindeki düzensizlikler, yemeklerin daha iyi hazırlanması ve daha çekici servis edilmesiyle engel-

lenebilir. Ayrıca yiyeceklerin ne sıcak ne de soğuk olmaması gerekir. Yeni bir yiyecek yenecekse; bunun az alışılmış ancak popüler besinler olmasında yarar vardır. Çünkü çocuklar yeni bir besinin kokusu, görünüşü veya yumuşak, sert, elastik vb. dokusu ile ilgilenirler(Şanlıer ve Ersoy, 2005).

Şekil 1: Besin Piramidi



Tablo 9. Okul Öncesi Çocukları İçin Yiyecek Kılavuzu Piramidi Üzerine Temellendirilmiş Yiyecek Planı

Yaklaşık Servis Büyüklüğü*			
Yiyecek Grubu	Servis Sayısı	3-4 yaş	5-6 yaş
Süt, yoğurt ve peynir (fincan)	3	$\frac{3}{4}$ fincan	1 fincan
Et, beyaz et, balık, kuru fasulye, yumurta ve kuru yemiş	2 veya daha fazla	3-4 çorba kaşığı	$\frac{1}{2}$ fincan
Sebzeler	3 veya daha fazla	3-4 çorba kaşığı	$\frac{1}{2}$ fincan
Meyve	2 veya daha fazla	3-4 ç.kaşığı veya $\frac{1}{2}$ fincan suyu	$\frac{1}{2}$ fincan veya $\frac{1}{2}$ fincan suyu
Ekmek, gevrek, pirinç ve makarna	6 veya daha fazla	1 dilim veya $\frac{1}{2}$ fincan	1 dilim veya $\frac{3}{4}$ fincan

* Bir başlangıç noktası olarak kullanın. Enerji gereksinimi arttıkça servis büyüklüğünü arttırın, ama her yiyecek grubunun uygun olarak sunulduğundan emin olarak diyetteki çeşitliliği sürdürün.
(Birleşik Devletler Tarım Bakanlığı, Yiyecek ve Beslenme Servisi'nden uyarlanmıştır: Yemek modeli gereksinimleri ve hizmet manüeline karşı öneriler, FNS-265, 1990).

Çocuklukta sevilen ve nefret edilen yemeklerin sıklıkla değiştiği ve çocukların yemeğin sıcaklığından, görünüşünden, kıvamından ve tadından etkilendikleri ebeveynlere hatırlatılmalıdır. Bazen çocuklar ayrı ayrı severek yedikleri bazı yiyecekleri, haşlamalar ve güveç gibi karışmış yemekler halindeyken yemeye itiraz edebilirler.

Buna ek olarak, ebeveynlerin çocuğun bu yaşının, etrafındaki dünyayı tanımak ve araştırmak için önemli bir yaş olduğunu unutmamaları gerekir. Bazen çok iyi yemek yiyen çocuklar için bile etrafı keşfetmek yemek yemekten daha çekici gelebilir. Arada sırada yapılan hoşgörülere her zaman gerek vardır, bir veya iki öğünün atlanması veya arada sırada “idealden daha kötü seçimler” gibi. Erişkinler onlara öğrenmeleri için fırsat,

araştırmaları için destek verdiğinde ve uygun olmayan alışkanlıklarını sınırlandırdıklarında, çocuklar yeme sorununun üstesinden geleceklerdir(Wardlaw, 2003).

Tablo 10. Sağlıklı Bir Diyet için Enerjinin Yüzdesi olarak Kabul edilebilir Makro Besin Dağılım Aralıkları (AMDR)

Yaş	Karbonhidrat	Eklenmiş Şeker	Toplam Yağ	Linolenik Asit	α Linolenik Asit	Protein
1-3 yaş	45-65	≤ 25	30-40	5-10	0.6-1.2	5-20
4-18 yaş	45-65	≤ 25	25-35	5-10	0.6-1.2	10-30

(Kaynak: İlaç, Yiyecek ve Beslenme Enstitüsü. Enerji, Karbonhidrat, Fiber, Yağ, Protein ve Amino Asit için Diyetel Alım Miktarı Referansı. Washington D.C., Ulusal Akademi Yayını, 2002 Somolin ve Grosvenor, 2003).

Tablo 11. Diyetel Referans Alımları: Çocuklar İçin Önerilen Alımlar: Karbonhidratlar, Fiber, Yağ, Yağ Asitleri ve Protein

Yaşam Evresi Grubu	Karbonhidrat (gr/gün)	Fiber (gr/gün)	Yağ (gr/gün)	Linolenik Asit (gr/gün)	α -Linolenik Asit (gr/gün)	Protein	
						Hayvansal (gr/gün)	Bitkisel (gr/gün)
1-3 yaş	130	19*	ND	7*	0.7*	1.10	13
4-8 yaş	130	25*	ND	10*	0.9*	0.95	19

ND = Belirlenmemiş

* Değerler AI dir (Yeterli alımlar = Adequate Intakes)

(Kaynak: İlaç, Yiyecek ve Beslenme Enstitüsü. Enerji, Karbonhidrat, Fiber, Yağ, Protein ve Amino Asit için Diyetel Alım Miktarı Referansı. Washington D.C., Ulusal Akademi Yayını, 2002 Somolin ve Grosvenor, 2003).

Tablo 12. Diyetel Referans Alımlar:Önerilen Alım Miktarları ve Kabul Olunabilir Yüksek Alım Düzeyleri (UL): Su, Potasyum, Sodyum ve Klor

Çocuklar	Su (litre)	Potasyum (mg)	Sodyum Tavsiye Edilen İntake	Sodyum UL	Klor Tavsiye Edilen İntake	Klor UL
1-3 yaş	1.3	3.0	1.0	1.5	1.5	2.3
4-8 yaş	1.7	3.8	1.2	1.9	1.9	2.9

^a Su ve potasyum için UL değeri saptanmamıştır

^b Önerilen alım değeri emziren kadınlar = 5.1 mg hariç 14 yaş üstündeki tüm gruplar için aynıdır(Somolin ve Grosvenor, 2003).

II. BÖLÜM

İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Beslenme Alışkanlıkları İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Şimşek (1991), Ortaokul Öğrencilerinin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları üzerine yaptığı çalışmada öğrencilerin %41.0'inin evde pişirilen bazı yemekleri severek yemediklerini saptamıştır. Sevilmeyen yemeklerin başında kurubaklagil, etli sebze yemekleri, zeytinyağlı sebze yemekleri gelmektedir. Araştırma sonucunda öğrencilerin beslenme bilgilerinin yetersiz olduğu saptanmıştır.

Çam (1994), Kız Meslek ve Genel Liselerde Okuyan Kız Öğrencilerin Yeme Tutumları konulu araştırmasında öğrencilerin yeme tutumlarını etkileyeceği varsayılan etmenlerden babalarının öğrenim düzeyine ait olanların, okul türü, yaş faktörü ve annelerinin öğrenim düzeyine ait olanlardan yeme tutumlarını daha önemli düzeyde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Bulguların bu yönde çıkması yeme tutumlarının önemli belirleyicisinin babaların öğrenim düzeyine ait değişkenler olduğu, bunun da sosyo-ekonomik ve kültürel yönden ailenin yeme tutumları yönünden önemli olduğu görülmektedir. Ayrıca, ilgili araştırmada literatürde göz önüne alındığında yeme tutumları konusunda sosyo-ekonomik düzeyi yüksek ailelerle son derece ilişkili olduğu görülmüştür.

Özgen (1998), Farklı Eğitim Düzeyindeki öğrencilerin Hızlı Hazır Yiyecek (Fast Food) Tüketim Durumlarının ve Alışkanlıklarının Saptanması Konulu Çalışmasında, Kolejde okuyan öğrencilerin %78.2'sinin her zaman, %21.8'inin bazen hızlı hazır yiyecekleri yediklerini, üniversitede okuyan öğrencilerden %73.9'unun her zaman yediklerini, %1.0'ının ise hiç yemediklerini saptamıştır.

Kıran (1999), 955 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada EAT'den (yeme tutum testi) alınan puanların cinsiyetlere göre dağılımında kızların %80'i

erkeklerin ise %86'sı EAT'den anoreksia için ayırım puanı olan 30'un üzerinde puan almışlardır. İstatistiksel olarak bu fark anlamlıdır. EAT-BITE (Bulimia araştırma testi) arasındaki ilişki anlamlı ve negatif yönde iken, BITE-DES (Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği) ilişkisine bakıldığında fark anlamlı ilişki pozitifdir.

Başsoy (2000), Özel İlköğretim Okullarının Beslenme Servisinin İşleyişi ve Öğrencilerin Beslenme Durumları konulu araştırmasında, araştırma grubundaki öğrencilerin %66.3'ünün aldıkları harçlığın %50-75'ini beslenmeye ayırdıklarını saptamıştır. Başsoy'un yaptığı araştırmaya göre öğrencilerin %85.1'i günde 3 öğün ve üstü sayıda düzenli yemek yeme alışkanlığına sahiptir. Bazen öğün atladığını ifade eden öğrenci oranı %65.3 iken, sabah öğününü atlama oranı %43.8'dir. Araştırmada öğrencilerin yağ tüketim oranlarının yüksek olduğu saptanmıştır.

Akar (2002), Ankara Keçiören ilçesine bağlı üç özel ilköğretim okuluna devam eden öğrencilerle gerçekleştirdiği araştırmada şu sonuçlara ulaşmıştır: yedinci sınıf öğrencilerinin çoğunluğunun bazen yazılı ve görsel basın araçlarındaki beslenme ile ilgili haberleri takip ettikleri, yedinci sınıf ile beşinci sınıf deney ve kontrol gruplarının tamamının evlerinde yemek yerken herkes için ayrı tabak, bardak kullanıldığı, ön testte yedinci sınıf deney grubundaki öğrencilerin % 63.6'sının zeytinyağlı sebze yemeklerini ve kızartmalarını sevmedikleri saptanmıştır.

Alaçam (2002), Niğde İlinde Özel ve Devlet Okullarında okuyan 12-15 yaş grubu öğrencilerin Beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının incelenmesi konulu çalışmasında, öğrencilerin harçlıklarından beslenmelerine ayırdıkları günlük miktarlara bakıldığında özel okul öğrencilerinin, devlet okulu öğrencilerine göre daha fazla pay ayırdıklarını saptamıştır. Araştırmada özel okul öğrencilerinin beslenme, fiziksel aktivite alışkanlıkları, devlet okulu öğrencilerine göre daha olumlu bulunmuştur. Her iki okulun öğrencileri de genel olarak %64 ile okullarında verilen beslenme bilgilerini yeterli bulmadıklarını belirtmişlerdir.

Önay (2002), Ankara’da farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki 14-15 yaş grubu öğrencilerin beslenme durumu ve bunu etkileyen faktörler konulu araştırmasında; genel toplamda öğrencilerin % 73’ünün yemek masası üzerinde yediklerini, % 51.3’ünün yemek saatlerinin düzensiz olduğunu, % 51.5’inin yemek seçmediklerini, yemek seçen öğrencilerin % 52.3’ünün hayvansal kaynaklı gıdaları sevmediklerini saptamıştır.

Güler (2003), ilköğretim ikinci kademesinde eğitim gören öğrencilere verilen beslenme eğitiminin öğrencilerin beslenme durumu, bilgi ve alışkanlıklarına etkisi konulu çalışmasında öğrencilerin büyük çoğunluğunun günde üç öğün yemek yediklerini, yarıdan fazlasının bazen öğün atladığını, büyük çoğunluğunun canı istemediği için öğün atladığını, öğrencilerin % 45’inin eğitim öncesinde her gün, eğitim sonrasında ise % 56.3’ünün her gün süt tükettiklerini tespit etmiştir.

2.2.Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Beslenme Alışkanlıkları İle İlgili Yapılan

Çalışmalar

Poyraz (1987), Anaokulu-Anasınıflarının Beslenme Programları ve Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimi Alanındaki Bilgileri Üzerine Yaptığı Araştırmada, anaokulu-anasınıflarının %91.8’inde beslenme programının olduğu ve öğrencilerin %86.8’inin beslenme saatini sevdiklerini saptamıştır. Beslenme saati daha çok öğrenciye evden ne verilirse onu getirme şeklinde uygulanmaktadır. Beslenme saati dışında ise %75’i yiyecek hiçbir şey getirmemektedir.

Dolunay (1991), Yuvaya devam eden Okul Öncesi Yaş Grubu Değişik Sosyo Ekonomik Düzeydeki Çocukların Beslenme ve Büyümelerinin Bir Yıl Süreyle İzlenmesi Konulu araştırmasında, bir yıl arayla yapılan antropometrik ölçümlerde cinsiyetin büyümeye etkisi belirgin değildir.1989-90’da yürütülen çalışmada düşük sosyo-ekonomik düzey’deki çocuklarla köy çocukları arasında istatistiksel olarak anlamlı

antropometrik ölçüm farkları vardır. Araştırmada 2.5-4 yaş grubu kızların boy, tartı, boy-tartı artışları, tüm deri kıvrım kalınlıkları, kol çevresi artışı ve göğüs çevresi ölçümlerinde iki sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı fark bulunamamıştır. Sadece 2.5-4 yaş grubu erkeklerin boyları orta sosyo-ekonomik düzeyde düşük sosyo-ekonomik düzeyden anlamlı olarak uzundur.

Aygün (1994), beş-altı yaş okul öncesi dönemi çocukları için geliştirilecek beslenme eğitimi programlarının çocukların beslenme ile ilgili bilgi, tutum ve davranışlarına etkisi konulu çalışmasında; deney grubundaki çocukların mantı ve tahin-pekmizin tamamını tükettiklerini, kontrol grubundaki çocukların en çok artık bıraktıkları yiyeceğin % 60 oranıyla pırasa olduğunu, deney grubundaki çocukların % 95'inin, kontrol grubundaki çocukların ise % 80'inin her gün meyve yediklerini; deney grubundaki çocukların % 86'sının, kontrol grubundaki çocukların % 92'sinin sabahları kahvaltı yaptıklarını tespit etmiştir.

Golan ve Weizman (1998), yaptıkları araştırmada yerel bir süpermarkette alışveriş yapan kadınları ele almışlardır. Sadece 6-11 yaşları arası çocuk anneleri kaydedilmiştir. Onlardan, çocuklarından bir tanesini seçmeleri, obez veya obez değil olarak tanımlamaları ve seçtikleri çocuğa göre anketi doldurmaları istenmiştir. Daha sonra bu çocukların kiloları ölçülmüştür. Toplam 40 anne kaydedilmiştir. 20 tanesi obez (≥ 20 % istenen ağırlıkların üstünde) ve 20 tanesi de normal bir çocuğa sahiptir. Anket zayıflama programına katılan 60 aileye uygulanmıştır. Deneyel program grubunda olan çocuklar (Grup oturumlarına sadece ebeveynler katılmıştır. Çocuklar değişim sürecine direk olarak katılmamış ve bu işlemde hiçbir görev almamışlardır), geleneksel program grubunda olanlarla (Grup oturumlarına sadece çocuklar katılmıştır. Her çocuğa bir 6.3 MJ/d diyeti tayin edilmiştir. Oturumlar sırasında onlara, tedbirli bir diyet nasıl takip edilir, kalori alımı nasıl sınırlandırılır, kendini denetim teknikleri nasıl kullanılır vb. konular öğretilmiştir) karşılaştırıldığında daha fazla kilo kaybetmiş ve anket skorlarında daha büyük değişiklik üretmişlerdir.

Matheson ve Spranger (2002) okul öncesi çocuklarının (yaşları 62 ile 76 ay arasında değişiyor) yiyecek alımları ve yiyecek tecrübeleri konulu çalışmalarında şu sonuçlara ulaşmışlardır: Çocukların yarıdan biraz fazlası (%53) bütün nesneler içinde yiyecekleri sınıflandırmak için birden çok mantık kullanırken, bazı çocuklar sürekli aynı mantıkla hareket etmişler ve yiyecekleri renklerine göre sınıflandırmışlardır. Gözlenen veriler çocukların yiyecekler hakkında ve kişisel deneyimleriyle yemeği öğrendiklerini işaret etmektedir. Yiyeceklere yönelik oyunları gerçekçi ve evde her gün tecrübe edilen mimikler gibidir. Sonuçlar, Bronfenbrenner'in hipotezi ile uyum içindedir. Buna göre çocuğun çevresini algılaması davranışlarını şekillendirir ve ayrıca yeme alışkanlıklarının çocuğun yeme davranışlarını şekillendirdiği önceki deneysel çalışmayı da destekler niteliktedir.

Ünver ve Ünüsan'ın (2004) okul öncesinde beslenme eğitimi üzerine yaptığı araştırmada, çocukların büyük çoğunluğunun tek başlarına yemek yiyebildiği; eğitim öncesinde deney grubunda üç öğün yemek yiyenlerin oranı % 60 iken, eğitim sonrasında deney grubunda bu oran % 80 olduğu; eğitim öncesi çocukların meyve ürünlerinden günlük iki porsiyon yeme durumları ile ilgili olarak, nadiren seçeneği deney grubunda % 32, kontrol grubunda % 40 iken, eğitim sonrasında nadiren seçeneği deney grubunda görülmediği, kontrol grubunda ise % 24 olduğu bulunmuştur.

III. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, verilerin toplanması ve verilerin analizi üzerinde durulmuştur.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma tarama modelindedir. Özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarını betimlemek üzere gerçekleştirilmiştir.

3.2. Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini Ankara'nın merkez ilçelerindeki özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklar oluşturmıştır.

3.3. Araştırmanın Örnekleme

Örnekleme Ankara il merkezinde özel okullara devam eden 69, resmi okullara devam eden 293 olmak üzere toplam 4-6 yaş grubu 362 çocuk oluşturmıştır. Okulların saptanmasında Milli Eğitim Bakanlığı'ndan temin edilen sınıflandırma esas alınmıştır. Araştırma kapsamına Ankara'nın merkez ilçelerindeki (Çankaya, Yenimahalle, Etimesgut, Sincan, Altındağ, Mamak, Keçiören) özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumları alınmıştır. Ankara'nın merkez ilçelerindeki özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumları ve bu kurumlardaki öğrenciler listelenmiş ve bu listeden "Basit Rastgele Örnekleme" yöntemi ile Çankaya bölgesinden 247, Yenimahalle bölgesinden 160, Etimesgut bölgesinden 129, Sincan bölgesinden 126, Altındağ bölgesinden 120, Keçiören bölgesinden 120 ve Mamak bölgesinden 104 olmak üzere toplam 1006 adet anket formu çoğaltılıp dağıtılmıştır. Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu öğrenci velilerine dağıtılan 1006 anket formundan 410 adet anket formu doldurularak araştırmacıya geri iade edilmiştir. 48 adet anket formu hatalı cevaplar içerdiği için istatistiksel analizler 362 çocuk üzerinden yapılmış, 362 çocuk örnekleme

dahil edilmiştir. Öğrenci velilerine dağıtılan anket formlarındaki bazı sorulara cevap alınamamıştır. Devlet İstatistik Enstitüsü verilerine göre 2004/2005 öğretim yılı başında Ankara’da okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden öğrenci sayısı 31 472’dir. Bu çalışmadaki örneklem grubu Ankara’da okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden öğrenci sayısının yaklaşık % 1’ini temsil etmektedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada “Basit Rastgele Örneklem” yöntemiyle okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 4-6 yaş grubu 362 öğrenci velisine bu yaş grubu çocukların beslenme eğilimlerini saptamak amaçlı anket uygulanmıştır. Her çocuğun boy ve kilosu uygun şekilde ölçmüş, ayrıca her çocuk ve ailesi içinde “Kişisel bilgi formu” uygulanmıştır.

Ekim-Kasım-Aralık 2005 tarihlerinde araştırmacı belirlenen okullara giderek 4-6 yaş grubu 362 çocuğun boy ve kilosunu uygun şekilde ölçmüştür. Aynı tarihlerde hazırlanan anket formları öğrenci velilerine dağıtılmış ve veriler toplanmıştır. Araştırmanın homojenliğinin sağlanması için seçilen okulların değişik özelliklerde olmasına dikkat edilmiştir. 2006 yılında da toplanan veriler değerlendirilmiştir.

Beden Kitle İndeksi (BMI)

Beden Kitle İndeksi (BMI), kilogram olarak vücut ağırlığının metre kare olarak boya bölümü olarak tanımlanan, kilonun ve boyun bir antropometrik indeksidir.

$$\text{BMI} = \text{ağırlık (kg)} / \text{Boy (m}^2\text{)}$$

BMI erişkinlerde adipozite (yağlılık) sınıflaması için genellikle kabul görmüş bir indekstir ve çocuklar ve ergenlik çağındakiler içinde kullanılması önerilmiştir.

Çocuklar ve 13-19 yaş arası gençlerde, vücut kütle indeksi çocuğun zayıf, aşırı kilolu veya aşırı kilo için riskli olup olmadığını belirlemek için kullanılır. Çocukların vücut şişmanlıkları büyüdükleri yıllar boyunca değişir. Ayrıca, kızlar ve erkek çocukların vücut şişmanlıkları doğaları gereği değişiklik gösterir. Bundan dolayıdır ki çocuklar için BMI, ayrıca yaş-için-BMI olarak ta geçer, cinsiyet ve yaşa özeldir. Yaş-için-BMI cinse

özel büyüme grafiklerinde çizilmiştir. Bu grafikler çocuklar ve 2-20 yaş arası gençler için kullanılmaktadır(www.searo.who.int).

Yaşlarına göre 5. persantilin altında olan çocuklar zayıf olarak değerlendirilir. Yaşlarına göre 85. persantil veya üstünde olanlar aşırı kilolu olma riskini taşırlar. Yaşlarına göre 95. persantil veya üstündekiler aşırı kilolu olarak değerlendirilir.

Sürekli olarak 85inci, 90ıncı veya 95inci persantil aralığında olan bir normal olarak değerlendirilir. BMI persantil değerinden sapmalar beslenme alışkanlığı ile ilintili olabilir, hemen değerlendirilmelidir. (Ek : 5-6)

Bazı uzmanlar 95. persantilde veya üstünde olan çocukları, diğer uzmanlar obez olarak değerlendirirken, aşırı kilolu olarak değerlendirir. Benzer şekilde, 85. ve 94. persantiller arasındaki çocuklar “aşırı kilo riskli” veya “obezite riskli” olarak değerlendirilebilir(www.paho.org).

3.5.Verilerin Analizi

Toplanan veriler SPSS 13.0 istatistik programı kullanılarak analiz edilmiş, sonuçlar frekans ve yüzde kullanılarak verilmiştir.

IV. BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocuklar ve ailelerine yönelik bilgiler ile çocukların beslenme alışkanlıklarına yönelik bilgilere yer verilmiştir.

Tablo13. Çocukların İlçelere Göre Dağılımı

İlçeler	RESMİ		ÖZEL		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Çankaya	71	24.2	40	58.0	111	30.7
Yenimahalle	40	13.7	28	40.6	68	18.8
Etimesgut	51	17.4	-	-	51	14.1
Sincan	47	16.0	1	1.4	48	13.3
Altındağ	40	13.7	-	-	40	11.0
Mamak	24	8.2	-	-	24	6.6
Keçiören	20	6.8	-	-	20	5.5
Toplam	293	100.0	69	100.0	362	100.0

Tablo 13’de okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarının saptanması amacıyla uygulanan çalışmaya kaynaklık eden Ankara’nın merkez ilçelerinden toplanan verilerin dağılımı gösterilmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğu (%30.7) Ankara’nın Çankaya ilçesindeki okullarda bulunmaktadır.

Tablo 14. Çocukların Demografik Özellikleri

Demografik Özellikler		ÖZEL		RESMİ		TOPLAM	
		N	%	N	%	N	%
Cinsiyet	Kız	36	52.2	146	49.8	182	50.3
	Erkek	33	47.8	147	50.2	180	49.7
Yaş	4 yaş	11	15.9	39	13.3	50	13.8
	5 yaş	41	59.4	60	20.5	101	27.9
	6 yaş	17	24.7	194	66.2	211	58.3
Doğum Yeri	Ankara	64	92.8	254	86.7	318	88.3
	Diğer	5	7.2	39	13.3	42	11.7
Kardeş Sayısı	Tek çocuk	43	62.3	130	44.4	173	47.8
	İki tane	23	33.3	141	48.1	164	45.3
	Üç tane	3	4.4	18	6.1	21	5.8
	Dört tane	-	-	3	1.0	3	0.8
	Beş ve daha fazla	-	-	1	0.4	1	0.3
Kaçınıcı Çocuk	İlk	53	76.8	204	70.3	257	71.6
	İkinci	12	17.4	75	25.9	87	24.2
	Üçüncü	4	5.8	10	3.5	14	3.9
	Beş ve daha fazla	-	-	1	0.3	1	0.3
Sağlık Problemi	Sağlık problemi yok	66	95.7	266	90.8	332	91.7
	Sağlık problemi var	3	4.3	27	9.2	30	8.3

Tablo 14’de çocukların demografik özelliklerine göre dağılımı gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde araştırmaya dahil edilen çocukların % 50.3’ü (182) kız; % 49,7’si (180) erkektir. Özel okullarda kız öğrenci sayısı (%52.2), devlet okullarında ise erkek öğrenci sayısı (%50.2) daha fazladır.

Çocukların % 58.3’ü 6 yaşında, % 27.9’u 5 yaşında, % 13.8’i 4 yaşındadır.Özel okullarda 5 yaşındaki öğrenci sayısı yarıdan fazla iken (%59.4), devlet okullarında 6 yaşındaki öğrenci sayısı (%66.2) daha fazladır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin % 88.3’ünün doğum yeri Ankara’dır. Özel okullarda da devlet okullarında da öğrencilerin tamamına yakınının doğum yeri Ankara’dır.

Öğrencilerin % 47.8'i tek çocuktur.% 45.3'ünün iki kardeşi vardır. Özel okullara devam eden çocukların yarıdan fazlası (%62.3) tek çocuktur. Devlet okullarına devam eden çocukların ise % 44.4'ü tek çocuktur.

Araştırmaya dahil edilen çocukların büyük çoğunluğu (%71.6) ilk çocuktur. Özel ve devlet okullarında da bulgular aynı doğrultudadır.

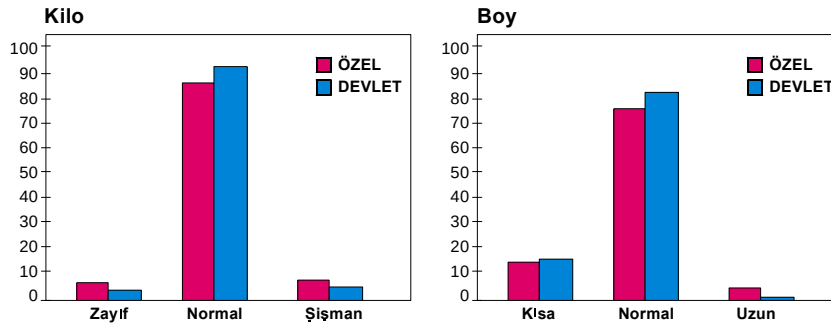
Öğrenci velilerinin tamamına yakını çocuklarının sağlık problemi olmadığını ifade etmiştir. Sağlık problemleri olanların ise alerji (%2.2), kansızlık (%1.6), diş çürükleri (%1.6), gıda alerjisi (%0.5) vb. sağlık sorunları bulunmaktadır.

Araştırma kapsamına alınan 182 kız (%50.3), 180 erkek (%49.7) toplam 362 öğrencinin Beden Kitle İndeksi referans değerleri doğrultusunda kilo ve boy dağılımlarını gösteren veriler Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 15. Çocukların Boy Ve Kiloları

Kilo	ÖZEL		RESMİ		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Zayıf	4	5.8	10	3.4	14	3.9
Normal	61	88.4	269	91.8	330	91.2
Şişman	4	5.8	14	4.8	18	4.9
Toplam	69	100.0	293	100.0	362	100.0
Boy						
Kısa	10	14.5	46	15.7	56	15.5
Normal	55	79.7	242	82.6	297	82.0
Uzun	4	5.8	5	1.7	9	2.5
Toplam	69	100.0	293	100.0	362	100.0

Çocukların tamamına yakını (%91.2) normal kilodadır.Özel ve devlet okullarında da bulgular aynı doğrultudadır.

Grafik 1 : Çocukların Boy ve Kiloları**Tablo 16. Çocukların Anne-Babalarının Demografik Özellikleri**

Demografik Özellikler	ANNE						BABA							
	ÖZEL		RESMİ		TOPLAM		ÖZEL		RESMİ		TOPLAM		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Yaş Durumu														
35 ve altı	56	81.2	249	85.0	305	84.3	43	62.3	171	58.4	214	59.1	519	71.7
36 ve üstü	13	18.8	44	15.0	57	15.7	26	37.7	122	41.6	148	40.9	205	28.3
Eğitim Durumu														
Okur-yazar değil	-	-	14	4.8	14	3.9	-	-	8	2.8	8	2.2	22	3.1
İlköğretim	16	23.2	87	29.9	103	28.6	13	19.1	55	19.0	68	19.0	171	23.8
Lise veya dengi okul	22	31.9	116	39.9	138	38.3	18	26.5	113	39.1	131	36.7	269	37.5
Yüksekokul/Fakülte	26	37.7	67	23.0	93	25.9	32	47.1	106	36.7	138	38.7	231	32.2
Lisansüstü	5	7.2	7	2.4	12	3.3	5	7.3	7	2.4	12	3.4	24	3.4
Meslek														
Çalışmıyor	18	26.1	52	17.8	70	19.4							70	9.7
Devlet memuru	15	21.7	29	9.9	44	12.2	18	26.1	86	29.6	104	28.9	148	20.5
Özel sektör	33	47.8	201	68.9	234	64.8	35	50.7	129	44.3	164	45.6	398	55.2
Diğer(işçi)	3	4.4	10	3.4	13	3.6	16	23.2	76	26.1	92	25.5	105	14.6

Tablo 16’da okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının anne-babalarının demografik özelliklerinin dağılımları gösterilmiştir. Araştırmaya katılan özel okula devam eden çocukların annelerinin büyük çoğunluğu (%84.3) 35 ve altı yaşta. Babaların % 59.1’i 35 ve altı yaşta; % 40.9’u 36 ve üstü yaşta. Özel ve devlet okullarında bulgular aynı doğrultudadır.

Anne eğitim durumuna göre çocukların % 38.3'ünün anneleri lise ve dengi okul mezunu; 25.9'u yüksekokul/fakülte mezunudur. Özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğunun (%37.7) anneleri yüksekokul/fakülte mezunu iken devlet okullarına giden çocukların çoğunluğunun (%39.9) anneleri lise ve dengi okul mezunudur. Babaların % 38.7'si yüksekokul/fakülte mezunudur. Özel okullara giden çocukların çoğunluğunun (%47.1) babaları yüksekokul/fakülte mezunu iken, devlet okullarına giden çocukların çoğunluğunun (%39.1) babaları lise ve dengi okul mezunudur.

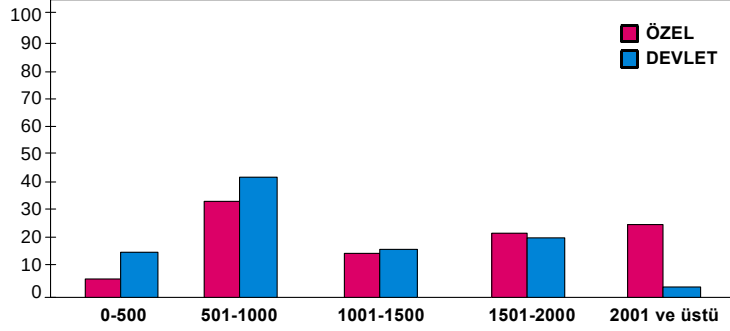
Araştırmaya dahil edilen çocukların büyük çoğunluğunun anne (%64.8) ve babaları (%45.6) özel sektör çalışanıdır. Özel okul ve devlet okullarında bulgular aynı doğrultudadır.

Tablo 17. Aylık Kazanca Göre Dağılım

Aylık Kazanç	ÖZEL		RESMÎ		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Ailenin Aylık Kazancı						
0-500	4	7.1	42	15.9	46	14.4
501-1000	18	32.2	110	41.7	128	40.0
1001-1500	8	14.3	47	17.8	55	17.2
1501-2000	12	21.4	53	20.1	65	20.3
2001 ve üstü	14	25.0	12	4.5	26	8.1
Toplam	56	100.0	264	100.0	320	100.0

01.01.2005 tarihinden itibaren asgari ücret 488,70 YTL'dir.

Araştırmaya dahil edilen çocukların ailelerinin büyük çoğunluğunun (%40) aylık kazancı 501-1000 YTL'dir. Özel okul ve devlet okullarında da bulgular aynı doğrultadır. Özel okullara devam eden çocukların ailelerinin %25'inin aylık kazancı 2001 YTL ve üstünde iken devlet okullarına devam eden çocukların ailelerinde bu oran % 4.5'dir.

Grafik 2 : Ailenin Aylık Geliri**Tablo 18. Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Özellikleri**

Kurumların Özellikleri	ÖZEL		RESMÎ		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Kurumun Süresi						
Tam gün	28	41.8	84	28.8	112	31.1
Yarım gün	39	58.2	208	71.2	247	68.8
Kuruma Ücret Ödeme Aralığı						
Aylık	53	86.9	178	75.7	231	78.0
Diğer(Yıllık)	8	13.1	57	24.2	65	21.9
Kurumda Yemek Verilme Durumu						
Evet	50	75.7	124	44.3	174	50.2
Hayır	16	24.2	155	55.3	171	49.4
Diğer(Bazen)	-	-	1	0.3	1	0.2
Okulda Yemek Pişme Durumu						
Evet	46	71.9	76	31.0	122	39.4
Hayır	18	28.1	169	68.9	187	60.4
Okulda Verilen Yemeğin Temin Edilme Şekli						
Okula beslenme çantası gidiyor	15	100	149	90.8	164	91.6
Yemek şirketi	-	-	13	7.9	13	7.3
Okulda yemek yok	-	-	1	0.6	1	0.5
Kantinden alınıyor	-	-	1	0.6	1	0.5

Tablo 18’de araştırmaya dahil edilen okul öncesi eğitim kurumlarının özellikleriyle ilgili bilgilere yer verilmiştir. Tabloya göre çocukların yarıdan fazlası (%68.8) okul öncesi eğitim kurumlarına yarın gün devam etmektedir. Özel okullara devam eden çocukların yarıdan fazlası (%58.2), devlet okullarına devam eden çocukların tamamına yakını (%71.2) okula yarın gün gitmektedir.

Tablo incelendiğinde kuruma ücret ödeme aralığının % 78’lik oranla aylık olduğu görülmektedir. Özel okullarda da devlet okullarında da bulgular aynı yöndedir.

Okul öncesi eğitim kurumlarının % 50.2’sinde yemek verilmektedir. Özel ve devlet okullarında da bulgular aynı yöndedir. Okulların yarıdan fazlasında (%60.4) yemek okulda pişmemektedir. Özel okulların tamamına yakınında (%71.9), devlet okullarının ise % 31’inde verilen yemek okulda pişmektedir. Araştırmaya katılan çocukların tamamına yakını (%91.6) okulda yiyeceği yemeği beslenme çantasında getirmektedir. Özel ve resmi okullarda da yemeğin temin edilme şekli aynıdır.

Tablo 19. Çocukların Beslenme Alışkanlıklarının Dağılımı

Beslenme Alışkanlıkları	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Çocuğun öğün atlama durumu						
Evet	10	14.5	54	18.9	64	18.0
Bazen	29	42.0	126	44.0	155	43.7
Hayır	30	43.5	106	37.1	136	38.3
Atlanılan öğün						
Sabah	5	16.1	39	25.7	44	24.0
Öğle	12	38.7	54	35.5	66	36.1
Ara öğünler	10	32.3	41	27.0	51	27.9
Akşam	4	12.9	18	11.8	22	12.0
Çocuğun öğün aralarında bir şey yeme/içme durumu						
Evet	32	47.1	161	56.1	193	54.4
Bazen	31	45.6	120	41.8	151	42.5
Hayır	5	7.3	6	2.1	11	3.1
Çocuğun yemek yemesi için zorlanma durumu						
Anne veya başkası tarafından zorlanır	21	30.4	61	20.8	82	22.7
Hiçbir şekilde zorlanmaz, çocuk istediği kadar yemek yer	17	24.6	81	27.7	98	27.1
Bazen zorlanır	31	45.0	151	51.5	182	50.2
Çocuğun yemek yerken tabağında artık bırakma durumu						
Evet	18	26.1	67	22.9	85	23.5
Bazen	42	60.9	169	57.6	211	58.3
Hayır	9	13.0	57	19.5	66	18.2
Çocuğun her sabah kahvaltı yapma durumu						
Evet	61	88.4	210	72.7	271	75.7
Bazen	1	1.5	61	21.1	62	17.3
Hayır	7	10.1	18	6.2	25	7.0
Çocuğun kahvaltı yapması için zorlanma durumu						
Evet	17	25.4	103	35.4	120	33.5
Bazen	19	28.3	91	31.3	110	30.8
Hayır	31	46.3	97	33.3	128	35.7
Okulda sabah kahvaltısı verilme durumu						
Evet	47	73.4	109	39.9	156	46.3
Hayır	17	26.6	164	60.1	181	53.7
Çocuğun kahvaltısını yapma yeri						
Evde	25	37.3	129	45.0	154	43.5
Okulda	27	40.4	65	22.7	92	26.0
Hem evde hem okulda	6	8.9	75	26.1	81	22.9
Bazen evde bazen okulda	6	8.9	9	3.1	15	4.2
Yapmıyor	3	4.5	9	3.1	12	3.4

Tablo 19’da çocukların beslenme alışkanlıklarına ilişkin veriler yer almaktadır. Tabloya göre çocukların yarıya yakını (%43.7) bazen öğün atlamaktadır. Özel okullara devam eden çocukların % 43.5’i öğün atlamazken devlet okullarında bu oran % 37.1’dir. Çocukların büyük çoğunluğunun (%36.1) atladıkları öğün öğleedir. Özel okullarda da devlet okullarında da atlanılan öğün aynıdır. Yapılan bir çalışmada öğrencilerin çoğunluğunun (%52,5’i) bazen öğün atladığı saptanmıştır. Çalışmada öğrencilerin %

10,8'i akşam, % 22,5'i öğle, % 31,7'si sabah kahvaltısını atladıklarını % 35'i ise öğün atlamadıklarını ifade etmiştir(Güler, 2003). Bir başka çalışmada Alaçam(2002), 12-15 yaş grubu öğrencilerinin % 68,58'inin öğle yemeklerini atladıklarını tespit etmiştir. Dengeli ve sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırmak ve devamını sağlamak için çocuğun öğün atlamaması sağlanmalı, besin gruplarından her öğün gerektiği kadar almasına dikkat edilmelidir.

Çocukların % 54.4'ü öğün aralarında bir şey yeyip içmektedir. Özel okullarda da devlet okullarında da farklı bir sonuca rastlanmamıştır. Daşbaşı'nın (2003) araştırmasında ilköğretim öğrencilerinin % 74'ünün öğün aralarında yiyecek bir şeyler tükettikleri saptanmıştır. Çocuklar öğün aralarında şeker, çikolata, cips gibi enerji değeri yüksek fakat besin değeri düşük yiyecekleri tüketmek yerine besin değeri yüksek gıdalara yönlendirilmelidir.

Ebeveynlerin yaklaşık yarısı (%50.2) çocuklarını yemek yemesi için bazen zorlarken, % 27.1'i çocuğu bu konuda hiçbir şekilde zorlamamaktadır. Bulgular özel ve resmi okullarda da benzer yöndedir. Mermer'in (2003) araştırmasında da ailelerin % 37.9'unun çocuğa yemek yemesi için ısrar etmediği bulunmuştur. Çocuklar sevmedikleri besinleri yemeleri için zorlanmamalı, ısrarcı, baskıcı olunmamalıdır. Çocuk açken yemek istemediği besinler verilebileceği gibi, bu tür besinler masaya konularak, çocuğun o besinleri tanınması ve sevmesi sağlanmalıdır(Bulduk, 2002).

Çocukların % 18.2'si yemek yerken tabaklarında artık bırakmamaktadır. Özel okullarda bu oran % 13 iken devlet okullarında % 19.5'dir. Araştırmaya katılan çocukların özel okullarda da (%88.4) devlet okullarında da (%72.7) her sabah kahvaltı yapmaktadır.

Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının ebeveynlerinin büyük çoğunluğu (%35.7) çocuklarını kahvaltı yapması için

zorlamamaktadır. Özel okullarda bulgular aynı doğrultuda iken devlet okullarında tam tersidir. Devlet okullarına giden çocukların ebeveynlerinin büyük çoğunluğu (%35.4) çocuklarını kahvaltı yapması için zorlamaktadır. Bu yaş grubu çocuklarının sağlıklı ve doğru alışkanlık edinmelerine yardımcı olmak için ebeveynler ısrar etmek yerine kahvaltının önemi ve yararını anlatma ve kendileri kahvaltı yaparak olumlu örnek olma yolunu seçmelidir.

Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Gıda Güvenliği Daire Başkanlığı'na yürütülen çalışmada da 528 ebeveyninden 361'i (%68.37) çocuğunun her gün kahvaltı yaptığını, % 22.35'i de çocuğunun bazen kahvaltı yaptığını belirtmiştir. Aygün (1994) yaptığı çalışmada 5-6 yaş grubu çocuklarına “sabahları kahvaltı yapıyor musun” sorusuna deney grubundaki çocukların % 86'sı, kontrol grubundaki çocukların % 92'si evet yapıyorum cevabını vermiştir. İlköğretim öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelendiği bir araştırmada kız öğrencilerin % 48.4'ü, erkek öğrencilerin ise % 53.5'i her zaman kahvaltı yaptığını söylemiştir(Daşbaşı, 2003).

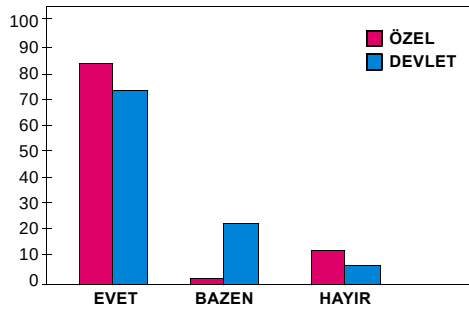
Araştırmaya dahil edilen özel okulların tamamına yakınında (%73.4) sabah kahvaltısı verilirken devlet okullarının yarıdan fazlasında (%60.1) sabah kahvaltısı verilmemektedir.

Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının büyük çoğunluğu (%43.5) kahvaltısını evde yapmaktadır. Özel okullarda bu oran % 37.3 iken devlet okullarında % 44.9'dur. Özel okullara devam eden çocukların büyük çoğunluğu (%40.4) kahvaltısını okulda yapmaktadır. Devlet okullarında bu oran % 22.7'dir.

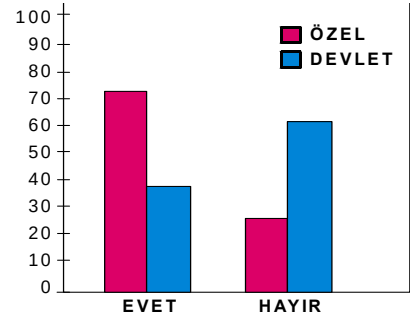
Genel olarak, çocukların tamamına yakınının her sabah kahvaltı yapma alışkanlığına sahip olmaları iyi bir davranıştır. Öğün atlama, öğün aralarında bir şey

yeyip içme ve yemek yerken tabakta artık bırakma sağlıklı ve doğru beslenme alışkanlıklarına uygun olmayan davranışlardır.

Grafik 3 : Kahvaltı Yapma Durumu



Grafik 4 : Okulda Kahvaltı Verilme Durumu



Tablo 20. Çocukların Süt ve Süt Türevelerini Tüketme Durumu

Süt Grubu Yiyecek Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Her gün süt/ayran içme veya yoğurt yeme durumu						
Evet	62	91.2	260	89.7	322	89.9
Hayır	6	8.8	30	10.3	36	10.1
Her gün süt ya da yoğurt tüketim miktarı (porsiyon)						
1-2	51	85	230	88,1	281	87.5
3-4	7	11,7	26	10,0	33	10.3
4'den fazla	2	3,3	5	1,9	7	2.2
Haftalık süt ya da yoğurt tüketim miktarı (porsiyon)						
3-4	6	37.6	16	33,3	22	34.4
4'den fazla	5	31.2	14	29,2	19	29.7
10-15 günde 1 kere	5	31.2	18	37,5	23	35.9
Haftalık peynir tüketim miktarı						
1-2	8	12.5	55	18.9	63	17.8
3-4	19	29.7	65	22.4	84	23.7
4'den fazla	25	39.1	115	39.7	140	39.6
10-15 günde 1 kere	1	1.6	7	2.4	8	2.3
Hiç	3	4.6	22	7.6	25	7.1
Diğer (Her gün)	8	12.5	26	9.0	34	9.5
En çok sevilen peynir çeşidi						
Beyaz peynir	26	40.6	96	35.2	122	36.2
Kaşar peyniri	25	39.1	128	46.9	153	45.4
Krem peynir	5	7.8	23	8.4	28	8.3
Örgü/Labne/Çeçil/Tulum/Köy peyniri	6	9.4	21	7.7	27	8.0
Peynir yemiyor/Sevmiyor	2	3.1	5	1.8	7	2.1
En çok sevilen sütlü tatlı						
Puding	41	70.7	114	44.0	155	48.9
Sütlaç/Keşkül/Dondurma	12	20.7	113	43.6	125	39.4
Muhallebi/Profitrol/Tavuk Göğsü	3	5.2	25	9.7	28	8.8
Kazandibi/İrmik Tatlısı	2	3.4	7	2.7	9	2.9

Tablo 20’de çocukların süt ve süt ürünlerini tüketme durumları gösterilmiştir. Tabloya göre 4-6 yaş grubu çocuklarının tamamına yakını (%89.9) her gün süt/ayran içmekte veya yoğurt yemektedir. Özel ve resmi okullarda da bulgular aynı doğrultudadır.

Özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğu (%85), devlet okullarına giden çocukların % 88.1’i her gün 1-2 bardak süt/ayran yada yoğurt tüketmektedir. Çocukların büyük çoğunluğu (%35.9) 10-15 günde 1 kere süt/ayran yada yoğurt tüketmektedir. Bulgular devlet okullarına giden çocuklarda benzer nitelikte iken, özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğu (%37.5) 1 hafta boyunca 3-4 defa süt ve süt türevlerini tüketmektedirler. Önay’ın (2002) 14-15 yaş grubu öğrencilerle yaptığı çalışmada öğrencilerin % 41.1’inin her gün süt ve süt ürünlerini tükettiği bulunmuştur. Süt ve süt ürünlerini tüketmeyen öğrenci oranı ise % 7.5’dir. Aygün’ün (1994) araştırmasında da 5-6 yaş deney grubundaki çocukların % 35’i, kontrol grubundaki çocukların % 64’ü günde bir bardak süt içtiklerini söylemişlerdir. Güler (2003) araştırmasında ilköğretim ikinci kademesinde eğitim gören öğrencilerin % 45’inin her gün süt, % 38.8’inin her gün yoğurt tükettiğini tespit etmiştir. Bu sonuçlar araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan çocukların % 39.6’sı (140) bir haftada 4 kereden fazla peynir tüketmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da aynı yöndedir. Çocukların yaklaşık yarısının (%45.4) en çok sevdiği peynir çeşidi kaşar peyniridir. Devlet okullarına giden çocukların % 46.9’unun en çok sevdiği peynir çeşidi kaşar peyniri iken, özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğunun (%40.6) en çok sevdiği peynir çeşidi beyaz peynirdir.

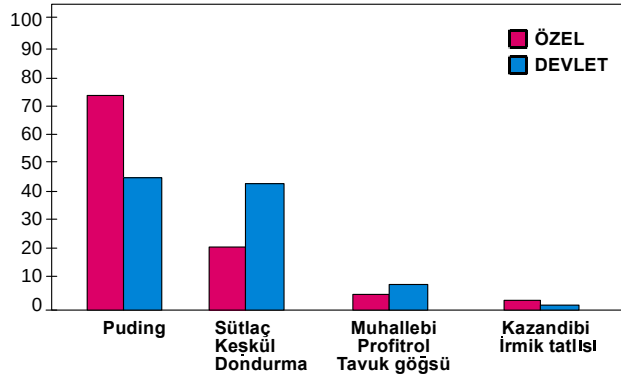
Çocukların yaklaşık yarısının (%48.9) en çok sevdiği sütlü tatlı puding’dir. Özel okullarda bu oran % 70.7 iken devlet okullarında %44’dür.

Süt; iyi kaliteli protein, yağ, su, karbonhidrat, vitamin ve mineral madde kaynağıdır. Süt özellikle kalsiyum bakımından zengindir. A ve B vitaminleri için de

önemli bir kaynaktır. Süt, genellikle süt şeklinde kullanıldığı gibi çeşitli işlemlerden geçirilerek peynir, yoğurt vb. yapılarak da kullanılır. Yoğurt, sütün mayalanmasıyla elde edilir. Besin değeri süttten farksızdır. Peynir, Rennin (peynir mayası) ile sütün katılaştırılması sonucunda elde edilen besin maddesidir. Kalsiyum, vitaminler ve protein bakımından zengindir(Kırkıncıoğlu, 2003). Süt grubu yiyeceklere yaşamın her döneminde gereksinim vardır. Fakat çocukluk dönemindeki gereksinim çocuğun gelişimini doğrudan etkilediği için diğer dönemlere göre çok daha önemlidir. Her gün mutlaka alınması gereken besin grubudur.

Okul öncesi yaş grubu çocukları her gün 1 fincan süt, yoğurt ve peynir tüketmelidirler. Araştırmaya katılan çocukların süt ve süt ürünleri tüketimi yeterlidir. Tüketim daha önce yapılan araştırmalara göre olumlu yönde artmıştır.

Grafik 5 : En çok sevilen sütlü tatlılar



Tablo 21. Çocukların Et Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu

Et Grubu Yiyecek Tüketimi	ÖZEL		RESMİ		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Haftalık et tüketme miktarı (porsiyon)						
1-2	22	31.9	97	33.8	119	33.4
3-4	27	39.1	122	42.5	149	41.9
Her gün 1-2 kere	9	13.0	42	14.6	51	14.3
10-15 günde 1 kere	6	8.7	18	6.3	24	6.7
Hiç	5	7.3	8	2.8	13	3.7
En çok sevilen et türü						
Balık	12	17.6	36	12.6	48	13.6
Tavuk	16	23.5	100	35.0	116	32.8
Kırmızı et/Köfte	35	51.5	145	50.7	180	50.8
Sevmiyor/Et yemiyor	5	7.4	5	1.7	10	2.8
Haftalık balık tüketme miktarı (porsiyon)						
1-2	49	71.0	167	57.4	216	60.0
3'ten fazla	5	7.3	20	6.9	25	6.9
10-15 günde 1 kere	11	15.9	65	22.3	76	21.1
Hiç	4	5.8	39	13.4	43	12.0
Haftalık yumurta tüketme miktarı						
1-2	19	27.5	87	29.7	106	29.3
3-4	26	37.7	125	42.7	151	41.7
4'den fazla	12	17.4	59	20.1	71	19.6
10-15 günde 1 kere	4	5.8	3	1.0	7	1.9
Hiç	8	11.6	19	6.5	27	7.5
Haftalık kuru baklagil tüketme miktarı						
1-2	44	65.7	160	55.8	204	57.6
3-4	8	11.9	71	24.7	79	22.3
4'den fazla	7	10.4	16	5.6	23	6.5
10-15 günde 1 kere	3	4.5	25	8.7	28	7.9
Hiç	5	7.5	15	5.2	20	5.7
En çok sevilen baklagil çeşidi						
Kuru fasulye	30	53.6	129	49.4	159	50.2
Nohut	17	30.3	78	29.9	95	30.0
Kırmızı/Yeşil Mercimek	6	10.7	36	13.8	42	13.2
Pirinç/Bulgur	1	1.8	8	3.1	9	2.8
Barbunya	2	3.6	10	3.8	12	3.8
Haftalık fındık/ceviz/fıstık gibi yiyecekleri tüketme miktarı						
1-2	25	36.2	89	30.7	114	31.7
2'den fazla	32	46.4	126	43.4	158	44.0
10-15 günde 1 kere	9	13.0	49	16.9	58	16.2
Hiç	3	4.4	26	9.0	29	8.1

Yukarıdaki tabloda et grubu yiyeceklerin tüketilme durumuyla ilgili veriler gösterilmiştir. Çocukların büyük çoğunluğu (%41.9) haftada 3-4 kere et yemektedir. Özel ve resmi okullarda da bulgular bu doğrultudadır. Yapılan bir araştırmada ilköğretim ikinci kademesindeki öğrencilerin % 21.3'ünün haftada 3-4 kez et ve et ürünlerini tükettikleri bulunmuştur(Güler, 2003). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam

eden 4-6 yaş grubu çocuklarının yarısından fazlasının (%50.8) en çok sevdiği et türü kırmızı et/köftedir. Özel okullarda da resmi okullarda da sonuç aynıdır. Alaçam (2002), yaptığı araştırmada 12-15 yaş grubu öğrencilerinin % 13'ünün en çok sevdiği yiyeceğin et, köfte olduğunu tespit etmiştir. Bu sonuç araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Araştırmaya katılan çocukların % 60'ı haftada 1-2 kere balık yemektedir. Özel okullarda bu oran % 71 iken devlet okullarında % 57.4'dür.

Çocukların büyük çoğunluğu (%41.7) haftada 3-4 kez yumurta yemektedir. Özel ve resmi okullarda da bulgular bu doğrultudadır. Güler'in (2003) yaptığı araştırmada ilköğretim ikinci kademesinde eğitim gören öğrencilerin % 32.5'inin haftada 3-4 kez yumurta tükettikleri bulunmuştur.

Araştırmaya katılan çocukların % 57.6'sı haftada 1-2 defa kuru baklagillerden yemektedir. Özel okullarda bu oran % 65.7 iken devlet okullarında % 55.8'dir. Güler'in (2003) yaptığı araştırmada ilköğretim ikinci kademesinde eğitim gören öğrencilerin % 28.8'inin haftada bir, % 16.3'ünün haftada 3-4 kez kuru baklagillerden tükettiği tespit edilmiştir. En çok sevilen kuru baklagil çeşidi % 50.2'lik oranla kuru fasulyedir. Özel okullarda da resmi okullarda da bulgular bu doğrultudadır.

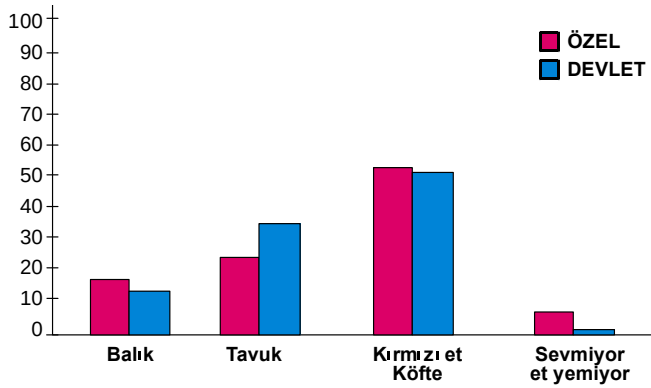
Araştırmaya dahil edilen çocukların büyük çoğunluğu (%44) özel okullarda da resmi okullarda da haftada iki kereden fazla fındık/ceviz/fıstık gibi yiyecekleri tüketmektedir. Güler'in (2003) araştırmasında öğrencilerin % 13.8'i haftada bir, % 6.3'ü haftada 3-4 kez yağlı tohumlardan tükettiklerini belirtmişlerdir. Bu sonuçlar araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Et, tavuk, balık, yumurta, kuru fasulye, nohut, mercimek, soya fasulyesi, börülce, ceviz, fındık, fıstık vb. yağlı tohumlar et grubu yiyecekleridir(Özbakır, 2006). Bu grupta yer alan besinler genellikle protein kaynağıdır. Et içinde koyun, sığır, kümes hayvanları, deniz hayvanları, av hayvanları, av hayvanlarının etleri ile organ etleri olarak ifade edilen sakatatlar yer almaktadır. Etin, elde edilen hayvanın özelliklerine göre değişen

besin değerleri olmakla birlikte, etlerin tamamı biyolojik değeri yüksek, iyi ve kaliteli protein kaynağıdır. Bunun yanı sıra mineraller ve B grubu vitaminleri açısından zengindirler. Yumurta, örnek protein olmasının dışında demir, A ve B vitaminlerinin bazıları bakımından zengin bir yiyecektir. Kuru baklagiller protein kaynağıdır. Bunun dışında B grubu vitaminleri ve mineral maddeler (tiamin, folat, E vitamini, potasyum, magnezyum, demir, çinko) posanın orta dereceli kaynağıdır. Ceviz, fındık, fıstık vb. yiyecekler doymamış yağ, E vitamini, potasyum ve magnezyum açısından zengindir(Şanlıer ve Ersoy, 2005).

Bu yaş grubu çocuklarının sağlıklı gelişimleri için günlük diyetlerinde et veya balık, her gün yumurta, 3-4 çorba kaşığı kuru baklagil bulunmalıdır. Bulgular araştırmaya katılan 4-6 yaş grubu çocuklarının et, yumurta ve kuru baklagil tüketiminin yeterli olmadığını göstermektedir.

Grafik 6 : En çok sevilen et türü



Tablo 22. Çocukların Sebze – Meyve Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu

Sebze – Meyve Grubu Yiyecekler	ÖZEL		RESMİ		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Her gün sebze tüketme durumu						
Evet	31	45.6	127	44.3	158	44.5
Hayır	37	54.4	160	55.7	197	55.5
Bir günde tüketilen sebze miktarı (porsiyon)						
1-2	31	100	119	90.8	150	92.6
3'den fazla	-	-	12	9.2	12	7.4
Haftalık sebze tüketim miktarı (porsiyon)						
1-2	13	31.7	83	48.8	96	45.5
3-4	16	39.0	43	25.3	59	28.0
4'den fazla	5	12.2	21	12.4	26	12.3
10-15 günde 1 kere	3	7.3	17	10.0	20	9.5
Hiç	4	9.8	6	3.5	10	4.7
En çok sevilen sebze						
Ispanak	33	53.2	130	46.3	163	47.5
Patates	7	11.3	20	7.1	27	7.9
Semizotu/Kıvırcık/Marul/Havuç/Salatalık/Kabak	4	6.5	51	18.1	55	16.0
Domates/Lahana/Karnabahar	5	8.1	30	10.7	35	10.2
Bezelye/Yeşil Fasulye	9	14.5	39	13.9	48	14.0
Kereviz/Pazı/Börülce/Brokoli	4	6.4	11	3.9	15	4.4
Her gün meyve tüketme durumu						
Evet	60	87.0	258	88.4	318	88.1
Hayır	9	13.0	34	11.6	43	11.9
Bir günde tüketilen meyve miktarı (porsiyon)						
1-2	42	71.2	171	66.3	213	67.1
3-4	12	20.3	68	26.3	80	25.3
4'den fazla	5	8.5	19	7.4	24	7.6
Haftalık meyve tüketim miktarı (porsiyon)						
1-2	2	18.2	21	44.7	23	39.6
3-4	4	36.4	15	31.9	19	32.8
4'den fazla	5	45.4	11	23.4	16	27.6
En çok sevilen meyve						
Muz/Şeftali/Kayısı/Kivi/Nar	19	28.4	107	37.0	126	35.4
Elma/Armut	15	22.4	55	19.0	70	19.7
Mandalina	7	10.4	56	19.4	63	17.7
Portakal	13	19.4	33	11.4	46	13.0
Ayva/Çilek/Kiraz	8	11.9	32	11.1	40	11.2
Üzüm/Hurma/Kavun/Karpuz	5	7.5	6	2.1	11	3.0

Tablo 22'de çocukların sebze ve meyve tüketme durumları gösterilmiş-tir. Tabloya göre çocukların yarıdan fazlası (%55.5) her gün sebze tüketmemektedir. Özel ve resmi okullarda da bulgular aynı yöndedir. Özel okullarda da resmi okullarda da her gün sebze tüketen çocukların yaklaşık tamamına yakını (%92.6) günde 1-2 porsiyon sebze tüketmektedir. Her gün sebze tüketmeyen çocukların yarıya yakını (%45.5) haftada 1-2 porsiyon sebze tüketmektedir. Özel okullarda da resmi okullarda da bulgular

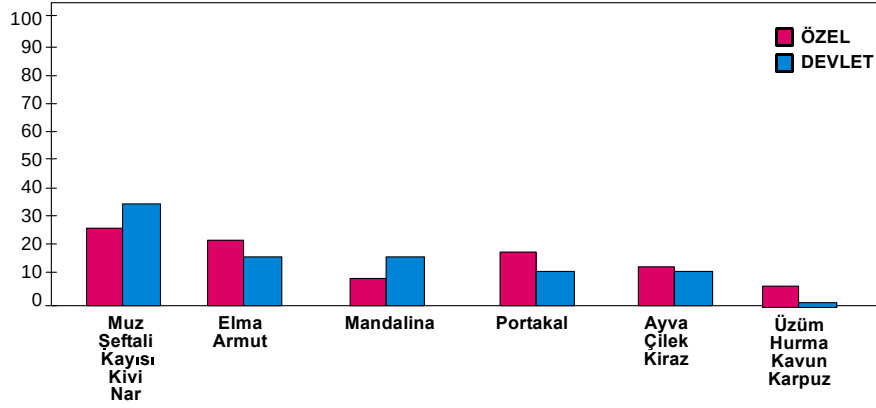
benzer şekildedir. Önay'ın (2002) araştırmasında 14-15 yaş grubu öğrencilerin % 39.2'sinin gınaşırı sebze tükettikleri tespit edilmiştir. Tabloya göre özel okullarda da resmi okullarda da çocukların büyük çoğunluğunun (%47.5) en çok sevdikleri sebze ıspanaktır. Yapılan bir araştırmada, en çok yenilen sebzelerin tamamını ıspanak oluşturmaktadır(Aygün, 1994). Bu sonuç araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan çocukların yaklaşık tamamına yakını (%88.1) her gün meyve yemektir. Özel ve resmi okullarda bulgular aynıdır. Özel okullarda da resmi okullarda da çocukların yarıdan fazlası (% 67.1) günde 1-2 porsiyon meyve tüketmektedir. Her gün meyve tüketmeyen çocukların büyük çoğunluğu (%39.6) 1 haftada 1-2 porsiyon meyve tüketmektedir. Devlet okullarında bulgular benzerken, özel okullara giden ve her gün meyve tüketmeyen çocukların büyük çoğunluğu (%45.4) 1 hafta boyunca 4 kereden fazla meyve tüketmektedir. Aygün'ün(1994) araştırmasında deney grubundaki çocukların % 95'i, kontrol grubundaki çocukların ise % 80'i her gün meyve yediklerini söylemişlerdir. Özel okullarda da devlet okullarında da çocukların büyük çoğunluğunun (%35.4) en çok sevdikleri meyveler muz/şeftali/kayısı/kivi/nar'dır. 5-6 yaş okul öncesi dönem çocuklarının en çok sevdikleri meyve Aygün'ün araştırmasında (1994), deney grubunda % 26 ile elma, kontrol grubunda ise % 46 ile mandalınadır.

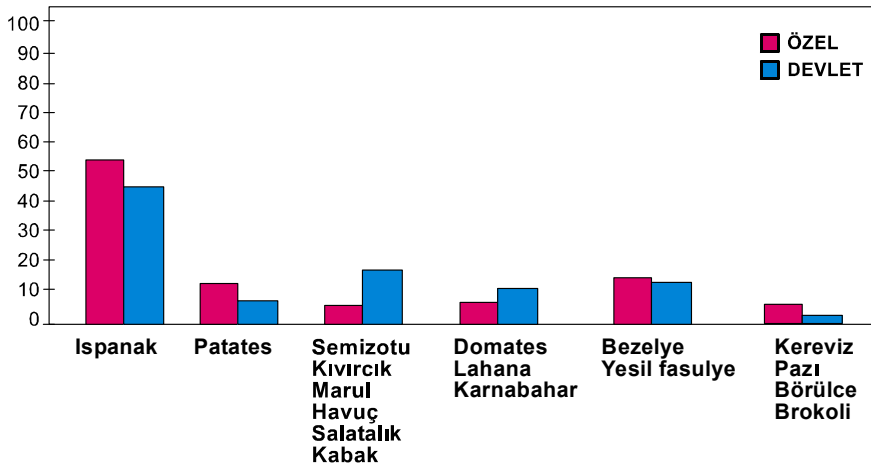
Genellikle, sebze ve meyveler günlük enerji ve protein gereksinmesine çok az katkıda bulunurlar. Bunun yanında, mineraller ve vitaminler ile hücreyi oksidasyon stresinden koruyan antioksidantlar bakımından zengindirler. Meyve ve sebzelerin başka bir işlevi de, barsak faaliyetlerine yardımcı olmalarıdır. Meyveler içerdikleri vitamin çeşidi ve miktarı bakımından farklıdır. Genellikle turunçgiller grubu ve çilekler vitamin C bakımından zengindirler. Yeşil yapraklı sebzeler ve otlar diğerlerine göre daha fazla vitamin ve mineral içerirler. Yeşil yapraklı ve sarı sebzeler A vitamini için iyi kaynaktırlar. Sebze ve meyveler hücreyi okside ederek hasara uğratan, dolayısıyla kronik hastalıkların riskini arttıran okside edicilere karşı gelen antioksidant öğelerden zengindirler(Güner, 2005).

Araştırma kapsamına alınan 4-6 yaş grubu çocuklarının meyve tüketimi yeterli değildir.

Grafik 7 : En çok sevilen meyve



Grafik 8 : En çok sevilen sebze



Tablo 23. Çocukların Tahıl Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu

Tahıl Grubu Yiyecekler	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Her gün makarna/pilav/ekmek tüketme durumu						
Evet	49	73.1	193	67.7	242	68.8
Hayır	18	26.9	92	32.3	110	31.2
Bir günde tüketilen makarna/pilav/ekmek miktarı (porsiyon)						
1-2	45	95.7	169	91.4	214	92.2
3'den fazla	2	4.3	16	8.6	18	7.8
Haftalık makarna/pilav/ekmek tüketme miktarı (porsiyon)						
1-2	11	42.3	50	42.7	61	42.7
3'den fazla	13	50.0	56	47.9	69	48.2
10-15 günde 1 kere	2	7.7	11	9.4	13	9.1
Haftalık kızarmış patates tüketme miktarı (porsiyon)						
1-2	41	59.4	188	65.2	229	64.1
3-4	9	13.0	50	17.4	59	16.5
Günde 1-2 kere	1	1.5	11	3.8	12	3.4
10-15 günde 1 kere	11	16.0	29	10.1	40	11.2
Hiç	7	10.1	10	3.5	17	4.8
Haftalık hızlı/hazır yiyecekleri tüketme miktarı						
1-2	23	33.8	60	21.5	83	24.0
2'den fazla	0	-	25	9.0	25	7.2
10-15 günde 1 kere	17	25.0	74	26.5	91	26.2
Hiç	20	29.4	106	38.0	126	36.3
Diğer (ayda 1-2 kere)	8	11.8	14	5.0	22	6.3
En çok sevilen hamur tatlısı						
Baklava	15	30.0	100	44.1	115	41.5
Kek/Kurabiye	14	28.0	49	21.6	63	22.7
Şekerpare/Kadayıf/Künefe/Padişah/Kemalpaşa	7	14.0	43	18.9	50	18.1
Tulumba/Lokma/Halka tatlısı	8	16.0	18	7.9	26	9.4
Revani/İrmik tatlısı	6	12.0	17	7.5	23	8.3
En çok sevilen hamur işi çeşidi						
Börek/Çörek/Gözleme	24	40.0	93	34.4	117	35.5
Poğaç/Simit	20	33.3	76	28.2	96	29.1
Kurabiye/Kek/Pasta	8	13.3	72	26.7	80	24.2
Hamur kızartma/Sigara böreği	5	8.3	19	7.0	24	7.3
Pizza/Pide/Manti	3	5.0	10	3.7	13	3.9

Tablo 23'de çocukların tahıl ve tahıl ürünlerini tüketme durumları gösterilmiştir. Tabloya göre çocukların yarıdan fazlası (%68.8) her gün makarna/pilav/ekmek gibi yiyecekleri tüketmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da aynı yöndedir. Tabloya göre her gün bu yiyecekleri tüketen çocukların özel okullarda da devlet okullarında da tamamına yakını (%92.2) bu yiyeceklerden her gün 1-2 porsiyon yemektirler. Bu yiyecekleri her gün tüketmeyen çocukların % 48.2'si bir hafta boyunca 3 kez ve daha fazla tüketmektedir. Bu oran özel okullarda % 50, devlet

okullarında ise % 47.9'dur. Önay'ın araştırmasında (2002), 14-15 yaş grubu öğrencilerinin % 92.1'i her gün ekmek tükettiklerini söylemişlerdir.

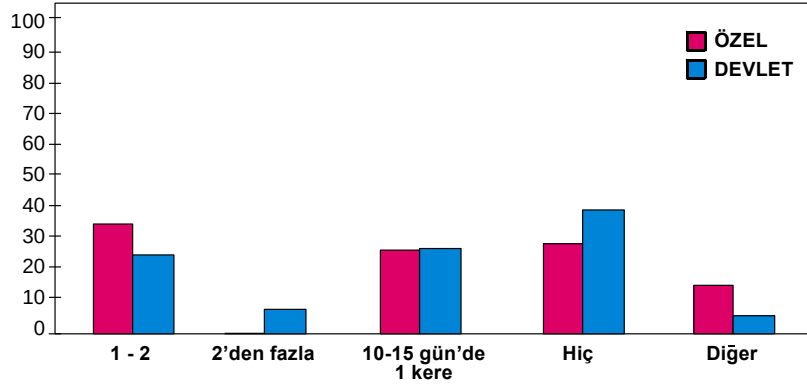
Araştırmaya katılan çocukların yarısından fazlası (%64.1) haftada 1-2 kere kızarmış patates tüketmektedir. Özel okullarda da resmi okullarda da bulgular aynı yöndedir. Çocukların büyük çoğunluğu (%36.3) hızlı-hazır (fast-food) yiyecek tüketmemektedir. Devlet okullarına giden çocuklarda bulgular benzerken, özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğu (%33.8) haftada 1-2 kere fast-food yiyecekleri tüketmektedirler.

Araştırmaya katılan 4-6 yaş grubu okul öncesi eğitim alan çocuklarının yarıya yakınının (%41.5) en çok sevdikleri hamur tatlısı baklavadır. Özel okullarda da devlet okullarında da bulgular aynıdır. Çocukların % 35.5'inin en çok sevdikleri hamur işi çeşidi börek/çörek/gözlemedir. Özel okullarda bu oran % 40 iken devlet okullarında % 34.4'dür.

Tahıllar grubu; buğday, pirinç, mısır, çavdar, yulaf, arpa ve darı gibi tohumları içerir. Tahıllar, en ucuz enerji kaynağıdır ve bu nedenle ülkemizde kişi başına düşen günlük enerjinin % 70 kadarı tahıllardan temin edilmektedir. Genellikle buğday tanelerinin % 69-75 kadarı karbonhidrattır. Protein % 8-12, yağ % 1-5, mineraller % 1-2 kadardır. Geri kalanı da sudur. Pirinç ve mısırdaki protein daha az, karbonhidratlar daha fazladır. Tahıllarda B vitaminlerinin çoğunluğu ve minerallerde bulunmaktadır. Tahıllardaki karbonhidratlar çoğunlukla bir polisakkarid olan nişastadır. Ayrıca dış kabukta posalı öğeler de vardır(Baysal, 2002).

Araştırmaya katılan okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların tahıl grubu yiyecekleri tüketim miktarları yeterlidir. Özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğunun haftada 1-2 kere hızlı-hazır (fast-food) yiyecekleri tükettikleri saptanmıştır. Fast-Food türü yiyecekler dengeli ve sağlıklı beslenmeye imkan vermediği için sık tüketilmemelidir.

Grafik 9 : Haftalık fast-food tüketim miktarı



Tablo 24. Çocukların İçecek Tüketme Alışkanlıklarının Dağılımı

İçecek Tüketme Durumu	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Her gün taze sıkılmış meyve suyu içme durumu						
Evet	26	38.2	99	34.5	125	35.2
Hayır	42	61.8	18	65.5	230	64.8
Günlük taze sıkılmış meyve suyu tüketme miktarı (bardak)						
1-2	25	96.2	82	81.2	107	84.2
3-4	1	3.8	13	13.0	14	11.0
4'den fazla	0	-	6	5.8	6	4.8
Haftalık taze sıkılmış meyve suyu tüketme miktarı (bardak)						
1-2	18	41.9	60	35.3	78	36.6
3-4	11	25.6	44	25.9	55	25.8
4'den fazla	2	4.7	14	8.2	16	7.5
10-15 günde bir	3	6.9	23	13.5	26	12.2
Hiç	9	20.9	29	17.1	38	17.9
Her gün konsantre meyve suyu tüketme durumu						
Evet	19	28.4	125	43.4	144	40.6
Hayır	48	71.6	163	56.6	211	59.4
Günlük konsantre meyve suyu tüketme miktarı (bardak)						
1-2	15	78.9	110	84.0	125	83.3
3'den fazla	4	21.1	21	16.0	25	16.7
Haftalık konsantre meyve suyu tüketme miktarı (bardak)						
1-2	24	49.0	65	41.7	89	43.4
3-4	10	20.4	36	23.1	46	22.4
4'den fazla	1	2.0	8	5.1	9	4.4
10-15 günde bir	3	6.1	21	13.5	24	11.7
Hiç	11	22.5	26	16.6	37	18.1
Her gün kolalı içecek tüketme durumu						
Evet	5	7.2	20	6.9	25	7.0
Hayır	64	92.8	271	93.1	335	93.0
Günlük kolalı içecek tüketme miktarı (bardak)						
1-2	7	100	16	76.2	23	82.1
3'ten fazla	-	-	5	23.8	5	17.9
Haftalık kolalı içecek tüketme miktarı (bardak)						
1-2	19	32.2	94	37.6	113	36.6
3'ten fazla	7	11.9	24	9.6	31	10.0
10-15 günde bir	13	22.0	71	28.4	84	27.2
Hiç	16	27.1	52	20.8	68	22.0
Diğer (ayda 1-2 kere)	4	6.8	9	3.6	13	4.2

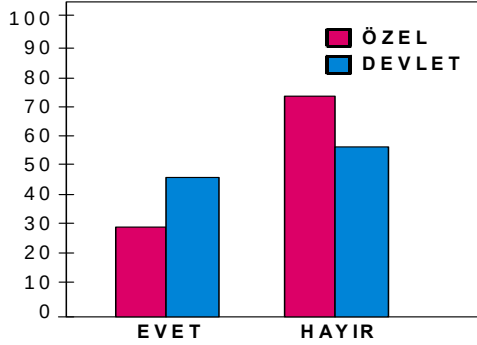
Tablo 24'de çocukların içecek tüketme durumları gösterilmiştir. Tabloya göre çocukların yarıdan fazlası (%64.8) her gün taze sıkılmış meyve suyu içmemektedir. Özel okullarda da devlet okullarında da bulgular benzer şekildedir.

Tabloya göre özel okullarda da resmi okullarda da her gün taze sıkılmış meyve suyu içen çocukların yaklaşık tamamına yakını (%84.2) her gün 1-2 bardak taze sıkılmış meyve suyu tüketmektedir. Çocukların büyük çoğunluğu (%36.6) bir hafta boyunca 1-2

bardak taze sıkılmış meyve suyu içmektedirler. Özel okullarda da devlet okullarında da bulgular aynı yöndedir. Taze sıkılmış meyve suyu içmeyen öğrencilerin oranı özel okullarda % 20.9, devlet okullarında % 17.1'dir. Çocukların yarıya yakını (%40.6) her gün konsantre meyve suyu içmektedir. Özel okullarda bu oran % 28.4 iken devlet okullarında % 43.4'dür. Önay'ın araştırmasında da (2002), 14-15 yaş grubundaki öğrencilerin % 39.4'ü her gün meşrubat tüketmektedir. Tabloya göre her gün konsantre meyve suyu tüketen çocukların büyük çoğunluğu (%83.3) özel okullarda da devlet okullarında da günde 1-2 bardak konsantre meyve suyu içmektedir. Çocukların yaklaşık yarıya yakını (%43.4) bir hafta boyunca 1-2 bardak konsantre meyve suyu tüketmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da benzer niteliktedir.

Araştırma kapsamındaki çocukların yaklaşık tamamına yakını (%93) her gün kolalı içecek tüketmemektedir. Özel okullarda da devlet okullarında da bulgular benzerdir. Tabloya göre her gün kolalı içecek tüketen çocukların büyük çoğunluğunun (%82.1) kolalı içecek tüketme miktarı günde 1-2 bardaktır. Her gün kolalı içecek tüketmeyen çocukların % 36.6'sı bir hafta boyunca 1-2 bardak kolalı içecek içmektedir. Özel okullarda bu oran % 32.2 iken devlet okullarında % 37.6'dır. Yapılan bir araştırmada ilköğretim ikinci kademesindeki öğrencilerin % 30'unun haftada 3-4 kez, % 20'sinin haftada bir kez, % 27.5'inin de her gün kolalı içecek tükettikleri tespit edilmiştir(Güler, 2003). Akar'ın araştırmasında da(2002), 7. ve 5. sınıf öğrencileri yapılan ön testte kolalı içecekleri sıklıkla tükettikleri içecekler olarak belirtmişlerdir.

Bu araştırmada kolalı içecek tüketiminin fazla olmayışı 4-6 yaş grubu çocuklarının besin seçiminde ebeveyne bağlı olması sebep olarak gösterilebilir. Meşrubat ve kolalı içecek tüketimi önerilmemektedir.

Grafik 10 : Günlük konsantre meyve suyu tüketme durumu**Tablo 25. Çocukların Tatlı/Kek Tüketme Durumu**

Tatlı/Kek Tüketmi	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Haftada kek vb. tüketme miktarı						
1-2	24	37.0	105	36.7	129	36.8
3-4	22	33.8	106	37.1	128	36.5
Günde 1 defa veya 1'den fazla	11	16.9	46	16.1	57	16.2
10-15 günde 1 kere	6	9.2	19	6.6	25	7.1
Hiç	2	3.1	10	3.5	12	3.4
En çok sevilen tatlı türü						
Sütlü tatlılar	46	67.6	189	66.1	235	66.4
Hamur tatlıları	22	32.4	97	33.9	119	33.6
Haftada çikolata/gofret vb.yiyecekleri tüketme miktarı						
1-2	16	23.2	61	21.6	77	21.9
2'den fazla	47	68.1	180	63.9	227	64.7
10-15 günde bir	6	8.7	41	14.5	47	13.4
Haftada şeker/şekerleme vb.yiyecekleri tüketme miktarı						
1-2	22	32.0	83	28.6	105	29.2
2'den fazla	37	53.6	170	58.6	207	57.7
10-15 günde bir kere	5	7.2	17	5.9	22	6.1
Hiç	5	7.2	20	6.9	25	7.0

Tablo 25'de çocukların tatlı/kek gibi yiyecekleri tüketme durumları gösterilmiştir. Tabloya göre çocukların büyük çoğunluğu (%36.8) haftada 1-2 defa tatlı yada kek tüketmektedir. Özel okullarda bulgular benzerken devlet okullarına devam eden çocukların büyük çoğunluğu (%37.1) haftada 3-4 kere tatlı yada kek tüketmektedirler.

Bu yaş grubu çocuklarının yarıdan fazlasının (%66.4) en çok sevdikleri tatlı türü sütlü tatlılardır. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da benzerdir.

Özel okullara devam eden çocukların da devlet okullarına devam eden çocukların da yarından fazlası (64.7) haftada iki kereden fazla çikolata/gofret gibi yiyecekleri tüketmektedir. Araştırmaya katılan çocukların yarından fazlası (%57.6) haftada iki kereden fazla şeker/şekerleme (junk-food) gibi yiyecekleri tüketmektedirler. Özel okullarda bu oran % 53.6 iken devlet okullarında 58.6'dır. Junk-food türü yiyecekler besin değerleri düşük, enerji değerleri yüksek olduğu için önerilmemektedir.

Tablo 26. Çocukların Yemek Yeme Alışkanlıklarının Dağılımı

Yemek Yeme Alışkanlığı	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Yemek masasında ailenin tüm fertleri için tabak, kaşık, çatal bardak kullanılma durumu						
Evet	67	97.1	274	93.8	341	94.5
Bazen	2	2.9	18	6.2	20	5.5
Çocuğun yemeğini tek başına yiyebilme durumu						
Evet	52	75.4	252	86.3	304	84.2
Hayır	17	24.6	40	13.7	57	15.8
Çocuğun yemeğini yeme zamanı						
Yemek saatinde aile ile birlikte yiyor	56	81.2	262	89.4	318	87.8
Aile yemeğini yemeden önce tek başına yiyor/yediriliyor	13	18.8	31	10.6	44	12.2
Çocuğun yemeğini tek başına dökmeden yiyebilme durumu						
Evet	48	69.6	224	78.6	272	76.8
Bazen	18	26.1	57	20.0	75	21.2
Hayır	3	4.3	4	1.4	7	2.0
Çocuğun tek başına dökmeden yiyebildiği gıdalar						
Tüm gıdalar/Hepsi	27	45.8	162	60.0	189	57.5
Katı gıdalar/Meyve	32	54.2	102	37.8	134	40.7
Dökmeden yiyemiyor	-	-	6	2.2	6	1.8

Tablo 26'da çocukların yemek yeme alışkanlıklarının dağılımları gösterilmiştir. Tabloya göre çocukların yaklaşık tamamına yakınının (%94.5) yemek yediği masada ailenin tüm fertleri için ayrı tabak, kaşık, çatal, bardak kullanılmaktadır. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da aynıdır. Yapılan bir araştırmada yedinci sınıf ile beşinci sınıf deney ve kontrol gruplarının evlerinde yemek yerken herkes için ayrı tabak, bardak kullanıldığı saptanmıştır(Akar, 2002).

Araştırmaya katılan çocukların tamamına yakını (%84.2) yemeğini kendisi yiyebilmektedir. Özel okullarda bu oran % 75.4 iken devlet okullarında 86.3'dür.

Yapılan bir araştırmada, eğitimden önce deney grubundaki çocuklardan tek başına yemek yiyebilenlerin oranı % 64 iken, eğitim sonrasında bu oran % 92'ye yükselmiştir(Ünver, 2004).

Çocukların tamamına yakını (%87.8) yemeklerini yemek saatinde aileleri ile birlikte yemektedirler. Özel okullarda da devlet okullarında da bulgular benzer niteliktedir.

Araştırmaya katılan çocukların % 76.8'i yemeğini tek başına dökmeden yiyebilmektedir. Özel okullarda bu oran % 69.6 iken devlet okullarında % 78.6'dır. Çocukların yarıdan fazlası (%57.5) tüm gıdaları tek başlarına dökmeden yiyebilmektedirler. Devlet okullarında sonuç benzerken özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğunun (%54.2) tek başlarına dökmeden yiyebildikleri gıdalar katı gıdalar/meyvelerdir.

Tablo 27. Çocukların Gelişim Özelliklerinin Gerektirdiği Davranışlar

Gelişim Özelliklerine Uygun Davranışlar	ÖZEL		DEVLET		TOPLAM	
	N	%	N	%	N	%
Sofra kurallarına uygun şekilde oturup yemek yiyebilme						
Evet	41	59.4	204	70.1	245	68.1
Bazen	27	39.1	77	26.5	104	28.9
Hayır	1	1.5	10	3.4	11	3.0
Yemek yerken uygun şekilde çatal kullanabilme						
Evet	55	79.7	260	88.7	315	87.0
Bazen veya Hayır	14	20.3	33	11.3	47	13.0
Yemek yerken uygun şekilde kaşık kullanabilme						
Evet	63	91.3	268	91.5	331	91.4
Bazen veya Hayır	6	8.7	25	8.5	31	8.6
Yemek yerken uygun şekilde bıçak kullanabilme						
Evet	17	25.0	60	20.8	77	21.6
Bazen	19	27.9	76	26.4	95	26.7
Hayır	32	47.1	152	52.8	184	51.7
Yemek yediği tabağı tek başına kaldırıp taşıyabilme						
Evet	56	81.2	256	87.9	312	86.7
Bazen	9	13.0	22	7.6	31	8.6
Hayır	4	5.8	13	4.5	17	4.7
Küçük bir tepsiyi tek başına kaldırıp taşıyabilme						
Evet	58	84.1	254	87.0	312	86.5
Bazen veya Hayır	11	15.9	38	13.0	49	13.5
Su bardağını yardımsız tutup dökmeden içeceğini içebilme						
Evet	69	100	283	96.6	352	97.2
Bazen veya Hayır	-	-	10	3.4	10	2.8
Çay bardağını yardımsız tutup dökmeden içeceğini içebilme						
Evet	65	94.2	279	96.9	344	96.4
Bazen veya Hayır	4	5.8	9	3.1	13	3.6
Yemek tabağını, tepsisini, bardağını kaldırırken, İki elini kullanıyor						
İki elini kullanıyor	60	87.0	271	92.8	331	91.7
Tek elini kullanıyor	9	13.0	21	7.2	30	8.3
Giyisilerini ıslatmadan elini yüzünü yıkayıp kurulaıabilme						
Evet	26	37.7	151	51.7	177	49.0
Bazen	34	49.3	123	42.1	157	43.5
Hayır	9	13.0	18	6.2	27	7.5
Giyisilerini ıslatmadan dişlerini fırçalayabilme						
Evet	35	50.7	175	59.7	210	57.9
Bazen	26	37.7	101	34.5	127	35.1
Hayır	8	11.6	17	5.8	25	7.0
Yardımsız saçlarını tarayabilme						
Evet	37	54.4	186	64.0	223	62.1
Bazen	22	32.4	65	22.3	87	24.2
Hayır	9	13.2	40	13.7	49	13.7

Tablo 27’de çocukların gelişim özelliklerine uygun davranışların dağılımları gösterilmiştir. Tabloya göre çocukların yarıdan fazlası (%68.1) sofraya kurallarına uygun şekilde oturup yemek yiyebilmektedir. Özel okullarda bu oran % 59.4 iken devlet okullarında % 70.1’dir.

Çocukların tamamına yakını (%87.0) yemek yerken uygun şekilde çatal kullanabilmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da aynıdır. Araştırma kapsamındaki çocukların tamamına yakını (%91.4) yemek yerken uygun şekilde kaşık kullanabilmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da benzer şekildedir. Çocukların yarıdan fazlası (%51.7) yemek yerken uygun şekilde bıçak kullanamamaktadır. Bu oran özel okullarda % 47.1 iken devlet okullarında % 52.8’dir.

4-6 yaş grubu çocuklarının tamamına yakını (%86.7) yemek yediği tabağı tek başına kaldırıp taşıyabilmek, yine tamamına yakını (%86.5) küçük bir tepsiyi tek başına kaldırıp taşıyabilmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da benzer şekildedir. Araştırmaya katılan çocukların tamamına yakını (%97.2) su bardağını, % 96.4’ü çay bardağını yardımsız tutup dökmekten içeceğini içebilmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da aynıdır. Çocukların % 91.7’si yemek tabağını, tepsisini, bardağını kaldırırken iki elini kullanmaktadır. Özel okullarda bu oran % 87 iken devlet okullarında % 92.8’dir.

Araştırma kapsamındaki çocukların yaklaşık yarısı (%49.0) giysilerini ıslatmadan elini yüzünü yıkayıp kurulayabilmektedir. Devlet okullarında bulgular benzerken özel okullara giden çocukların büyük çoğunluğu (%49.3) giysilerini ıslatmadan elini yüzünü bazen yıkayabilmektedir.

Çocukların yarıdan fazlası (%57.9) giysilerini ıslatmadan dişlerini fırçalayabilmekte, büyük çoğunluğu (%62.1) yardımsız saçlarını tarayabilmektedir. Bulgular özel okullarda da devlet okullarında da benzer niteliktedir.

Bu yaş grubu çocuklarının kaşık ve çatalla yemek yemesi, ellerini yıkayıp kurulayabilmeleri, direktifle diş fırçalayabilmeleri yapabilmeleri beklenen öz bakım becerileri arasındadır(Bayhan ve Artan, 2004). Araştırma bulguları bu bilgileri destekler niteliktedir.

Tablo 28. Eğitim Kurumunun Niteliğinin (Devlet-Özel) Anne Yaşı, Anne Eğitim Durumu ve Anne Meslek Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Annenin Özelliği	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Anne Yaş							
35 ve altı	56	81.2	249	85.0	.361	1	.548
36 ve üstü	13	18.8	44	15.0			
Toplam	69	100.0	293	100.0			
Anne Eğitim Durumu							
Okur-yazar değil	-	-	14	4.8	13.682	4	.008*
İlköğretim	16	23.2	87	29.9			
Lise veya dengi okul	22	31.9	116	39.9			
Yüksekokul/fakülte	26	37.7	67	23.0			
Lisansüstü	5	7.2	7	2.4			
Toplam	69	100.0	291	100.0			
Anne Meslek							
Devlet memuru	18	26.1	52	17.8	12.290	3	.006*
Özel sektör	15	21.7	29	9.9			
Ev hanımı	33	47.8	201	68.9			
Diğer (işçi)	3	4.4	10	3.4			
Toplam	69	100.0	292	100.0			

*p<0.05

Özel okullarda eğitim gören 4–6 yaş grubu çocuklarının annelerinin yaş dağılımları ile devlet okullarında eğitim gören 4–6 yaş grubu çocuklarının annelerinin yaş dağılımları arasında bir farkın olup olmadığı ki kare testi ile incelenmiş ve istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşın, özel okullarda eğitim gören 4–6 yaş grubu çocuklarının annelerinin eğitim durumları ve meslekleri ile devlet okullarında eğitim gören 4–6 yaş grubu çocuklarının annelerinin eğitim durumları ve meslekleri arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 29. Eğitim Kurumunun Niteliğinin (Devlet-Özel) Baba Yaşı, Baba Eğitim Durumu ve Baba Meslek Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Babanın Özelliği	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Baba Yaş							
35 ve altı	43	62.3	171	58.4	.362	1	.547
36 ve üstü	26	37.7	122	41.6			
Toplam	69	100.0	293	100.0			
Baba Eğitim Durumu							
Okur-yazar değil	-	-	8	2.8	9.792	4	.044*
İlköğretim	13	19.1	55	19.0			
Lise veya dengi okul	18	26.5	113	39.1			
Yüksekokul/fakülte	32	47.1	106	36.7			
Lisansüstü	5	7.3	7	2.4			
Toplam	68	100.0	289	100.0			
Baba Meslek							
Devlet memuru	18	26.1	86	29.6	.920	2	.631
Özel sektör	35	50.7	129	44.3			
Diğer (işçi)	16	23.2	76	26.1			
Toplam	69	100.0	291	100.0			

*p<0.05

Özel ve devlet okullarına göre 4-6 yaş grubu çocuklarının babalarının eğitim durumu dağılımları arasında anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Buna karşın, özel okullarda eğitim gören 4-6 yaş grubu çocuklarının babalarının yaş ve meslek dağılımları ile devlet okullarında eğitim gören 4-6 yaş grubu çocuklarının babalarının yaş ve meslek dağılımları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 30. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Aylık Gelir
Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Aylık Gelir	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
0-500	4	7.1	42	15.9	27.682	4	.000*
501-1000	18	32.2	110	41.7			
1001-1500	8	14.3	47	17.8			
1501-2000	12	21.4	53	20.1			
2001 ve üstü	14	25.0	12	4.5			
Toplam	56	100.0	264	100.0			

*p<0.05

4-6 yaş grubu çocuklarının devam ettiği okul öncesi eğitim kurumunun niteliğine göre ebeveynlerinin aylık gelir dağılımları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05).

Tablo 31. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Beslenme Bilgisi
Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Beslenme Bilgi Düzeyi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Beslenme konusundaki bilgileri yeterli bulma					13.331	2	.001*
Evet	50	72.5	141	48.3			
Hayır	3	4.3	33	11.3			
Bazen	16	23.2	118	40.4			
Toplam	69	100.0	292	100.0			
Beslenme ile ilgili eğitim alma durumu					.116	1	.733
Evet	18	26.1	66	23.2			
Hayır	51	73.9	218	76.8			
Toplam	69	100.0	284	100.0			

*p<0.05

4-6 yaş grubu çocuklarının devam ettiği okul öncesi eğitim kurumunun niteliğine göre ebeveynlerinin beslenme konusunda bilgilerini yeterli olup olmadığı konusundaki

cevapları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$); ancak beslenme ile ilgili eğitim aldınız mı sorusuna verilen cevaplar arasında anlamlı bir fark yoktur. ($p>0.05$).

Tablo 32. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Çocuğun Yemek Yeme Davranışları Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Yemek Yeme Davranışları	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Öğün aralarında bir şey yeme/içme durumu							
Evet	32	47.1	161	56.1	5.924	2	.052
Bazen	31	45.6	120	41.8			
Hayır	5	7.3	6	2.1			
Yemek yemesi için zorlanma durumu							
Yemek yemesi için zorlanır	21	30.4	61	20.8	2.951	2	.229
Hiçbir şekilde zorlanmaz	17	24.6	81	27.7			
Bazen zorlanır	31	45.0	151	51.5			
Yemek yerken tabağında artık bırakma durumu							
Evet	18	26.1	67	22,9	1.603	2	.449
Bazen	42	60.9	169	57,6			
Hayır	9	13.0	57	19,5			

* $p<0.05$

Çocukların öğün aralarında bir şey yeme/içmeleri, çocuğun yemek yemesi için zorlanıp zorlanmaması ve çocuğun tabağında artık bırakıp bırakmaması konusunda verilen cevaplar eğitim türünün niteliğine göre analiz edildiğinde verilen cevaplar ile okul türü arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. ($p>0.05$).

Tablo 33. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Çocuğun Kahvaltı Yapma Alışkanlığı Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Kahvaltı Alışkanlığı	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Her sabah kahvaltı yapma durumu							
Evet	61	88.4	210	72.7	15.476	2	.000*
Bazen	1	1.5	61	21.1			
Hayır	7	10.1	18	6.2			
Kahvaltı yapması için zorlanma durumu							
Evet	17	25.4	103	35.4	4.331	2	.115
Bazen	19	28.3	91	31.3			
Hayır	31	46.3	97	33.3			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere eğitim kurumunun niteliğine göre 4–6 yaş grubu çocukların her sabah kahvaltı yapıp yapmaması arasında anlamlı bir fark bulunmuş olup ($p<0.05$), çocukların kahvaltı yapması için zorlanıp zorlanmaması sorusuna verilen cevaplar arasında istatistiksel açıdan bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 34. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Çocuğun Kahvaltı Yapma Yeri Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Kahvaltı Alışkanlığı	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Kurumda sabah kahvaltısı verilme durumu							
Evet	47	73.4	109	39.9	23.417	1	.000*
Bazen	17	26.6	164	60.1			
Kahvaltısını yapma yeri							
Evde	25	37.3	129	45.0	18.873	4	.001*
Okulda	27	40.4	65	22.7			
Hem evde hem okulda	6	8.9	75	26.1			
Bazen evde bazen okulda	6	8.9	9	3.1			
Yapmıyor	3	4.5	9	3.1			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere eğitim kurumunun niteliğine göre 4–6 yaş grubu çocuklarına sabah kahvaltısı veriliyor ile kahvaltının nerede yapılıyor sorularına verilen cevaplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05).

Tablo 35. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Çocuğun Süt ve Süt Ürünleri Tüketme Durumu Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Süt Ürünleri Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Her gün süt/ayran içme veya yoğurt yeme durumu							
Evet	62	91.2	260	89.7	.023	1	.880
Hayır	6	8.8	30	10.3			
Her gün süt yada yoğurt tüketim miktarı (porsiyon)							
1-2	51	85.0	230	88.1	.642	2	.725
3-4	7	11.7	26	10.0			
4'den fazla	2	3.3	5	1.9			
Haftalık süt yada yoğurt tüketim miktarı (porsiyon)							
Haftada 1-2/15 günde 1 defa	5	31.2	18	37.5	.209	2	.901
3-4	6	37.5	16	33.3			
4'den fazla	5	31.2	14	29.2			
Haftalık peynir tüketim miktarı							
1-2	8	12.5	55	18.9	3.879	5	.567
3-4	19	29.7	65	22.4			
4'den fazla	25	39.1	115	39.7			
10-15 günde bir	1	1.6	7	2.4			
Hiç	3	4.6	22	7.6			
Diğer (her gün)	8	12.5	26	9.0			
En çok sevdiği peynir çeşidi							
Beyaz peynir	26	40.6	96	35.2	1.750	4	.782
Kaşar peyniri	25	39.1	128	46.9			
Krem peynir	5	7.8	23	8.4			
Örgü/Labne/Çeçil/Tulum pey	6	9.4	21	7.7			
Peynir yemiyor/sevmiyor	2	3.1	5	1.8			
En çok sevilen sütlü tatlı							
Puding	41	70.7	114	44.0	14.389	3	.002*
Sütlac/Keşkül/Dondurma	12	20.7	113	43.6			
Muhallebi/Profitrol/Tgöğsü	3	5.2	25	9.7			
Kazandibi/İrmik tatlısı	2	3.4	7	2.7			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre çocukların süt/ayran içmeleri, yoğurt ve peynir tüketmelerine dair sorulan sorulara verilen cevaplar arasında istatistiksel olarak fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık eğitim kurumunun niteliği ile en çok sevilen sütlü tatlı çeşidi arasında anlamlı bir ilişki vardır ($p<0.05$).

Tablo 36. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Et Grubu Yiyecekleri Tüketme Durumu
Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Et Grubu Yiyecek Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Haftalık et tüketme miktarı (porsiyon)							
1-2	22	31.9	97	33.8	3.824	4	.430
3-4	27	39.1	122	42.5			
Her gün 1-2 kere	9	13.0	42	14.6			
10-15 günde 1 kere	6	8.7	18	6.3			
Hiç	5	7.3	8	2.8			
En çok sevilen et türü							
Balık	12	17.6	36	12.6	9.345	3	.025*
Tavuk	16	23.5	100	35.0			
Kırmızı et	35	51.5	145	50.7			
Et yemiyor	5	7.4	5	1.7			
Haftalık balık tüketim miktarı (porsiyon)							
1-2	49	71.0	167	57.4	5.518	3	.138
3'den fazla	5	7.3	20	6.9			
10-15 günde bir	11	15.9	65	22.3			
Hiç	4	5.8	39	13.4			
Haftalık kuru baklagil tüketme miktarı (porsiyon)							
1-2	44	65.7	160	55.8	8.612	4	.072
3-4	8	11.9	71	24.7			
4'den fazla	7	10.4	16	5.6			
10-15 günde bir	3	4.5	25	8.7			
Hiç	5	7.5	15	5.2			
En çok sevilen baklagil çeşidi							
Kuru fasulye	30	53.6	129	49.4	.765	4	.943
Nohut	17	30.3	78	29.9			
Kırmızı/yeşil mercimek	6	10.7	36	13.8			
Pirinç/bulgur	1	1.8	8	3.1			
Bezelye/barbunya	2	3.6	10	3.8			
Haftalık yumurta tüketme miktarı							
1-2	19	27.5	87	29.7	9.171	4	.057
3-4	26	37.7	125	42.7			
4'den fazla	12	17.4	59	20.1			
10-15 günde bir	4	5.8	3	1.0			
Hiç	8	11.6	19	6.5			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların bir haftada tükettikleri et, balık, yumurta ve kuru baklagil miktarı, en çok sevilen kuru baklagil türü arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık eğitim kurumunun niteliği ile en çok sevilen et arasında anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$).

Tablo 37. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Sebze-Meyve Tüketme Durumu Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Sebze-Meyve Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Her gün sebze tüketme durumu							
Evet	31	45.6	127	44.3	.040	1	.842
Hayır	37	54.4	160	55.7			
Bir günde tüketilen sebze miktarı (porsiyon)							
1-2	31	100	119	90.8	.040	1	.842
3'den fazla	-	-	12	9.2			
Haftalık sebze tüketim miktarı (porsiyon)							
1-2	13	31.7	83	48.8	7.308	4	.120
3-4	16	39.0	43	25.3			
4'den fazla	5	12.2	21	12.4			
10-15 günde bir	3	7.3	17	10.0			
Hiç	4	9.8	6	3.5			
En çok sevilen sebze							
Ispanak	33	53.2	130	46.3	7.078	5	.215
Patates/Taze soğan	7	11.3	20	7.1			
Semizotu/Kıvırcık/Marul/Havuç/Salatalık	4	6.5	51	18.1			
Domates/Lahana/Karnıbahar	5	8.1	30	10.7			
Bezelye/Yeşil fasulye	9	14.5	39	13.9			
Kereviz/Pazı/Börülce/Brokoli	4	6.4	11	3.9			
Her gün meyve tüketme durumu							
Evet	60	87.0	258	88.4	.013	1	.908
Hayır	9	13.0	34	11.6			
Bir günde tüketilen meyve miktarı (porsiyon)							
1-2	42	71.2	171	66.3	.939	2	.625
3-4	12	20.3	68	26.3			
4'den fazla	5	8.5	19	7.4			
Haftalık meyve tüketim miktarı (porsiyon)							
1-2	2	18.2	21	44.7	3.203	2	.202
3-4	4	36.4	15	31.9			
4'den fazla	5	45.4	11	23.4			
En çok sevilen meyve							
Muz/Şeftali/Kayısı/Kivi/Nar	19	28.4	107	37.0	11.744	5	.038*
Elma/Armut	15	22.4	55	19.0			
Mandalina	7	10.4	56	19.4			
Portakal	13	19.4	33	11.4			
Ayva/Çilek/Kiraz	8	11.9	32	11.1			
Üzüm/Hurma/Kavun/Karpuz	5	7.5	6	2.1			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların sebze tüketme ve tüketme sıklıkları ve en çok sevilen sebze arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır (p>0.05).

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların meyve tüketme ve tüketme sıklıkları arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık kurumun niteliği ile en çok sevilen meyve arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 38. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Tahl Ürünleri Tüketme Durumu Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Tahl Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Her gün makarna/pilav/ekmek Tüketme durumu							
Evet	49	73.1	193	67.7	.510	1	.475
Hayır	18	26.9	92	32.3			
Bir günde tüketilen makarna/pilav/ekmek miktarı							
1-2	45	95.7	169	91.4	1.150	1	.540
3'den fazla	2	4.3	16	8.6			
Haftalık makarna/pilav/ekmek Tüketme miktarı (porsiyon)							
1-2	11	42.3	50	42.7	.089	2	.956
3'den fazla	13	50.0	56	47.9			
10-15 günde 1 kere	2	7.7	11	9.4			
Haftalık kızarmış patates tüketme miktarı							
1-2	41	59.4	188	65.2	8.774	4	.067
3-4	9	13.0	50	17.4			
Her gün 1-2 kere	1	1.5	11	3.8			
10-15 günde bir kere	11	16.0	29	10.1			
Hiç	7	10.1	10	3.5			
Haftalık hızlı hazır yiyecekleri tüketme miktarı							
1-2	23	33.8	60	21.5	14.644	4	.005*
2'den fazla	-	-	25	9.0			
10-15 günde bir kere	17	25.0	74	26.5			
Hiç	20	29.4	106	38.0			
Diğer(Ayda 1-2 kez)	8	11.8	14	5.0			

* $p<0.05$

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların makarna/pilav/patates/ekmek tüketme ve tüketme sıklıkları arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların bir hafta boyunca yedikleri kızarmış patates miktarı arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Buna karşılık, 4-6 yaş grubu çocuklarının devam ettiği okul

öncesi eğitim kurumunun niteliği ile hızlı hazır yiyecekleri tüketme sıklığı arasında manidar bir fark bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 39. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Çocuğun İçecek Tüketme Durumu Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

İçecek Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Her gün taze sıkılmış meyve suyu içme durumu							
Evet	26	38.2	99	34.5	.337	1	.561
Hayır	42	61.8	188	65.5			
Haftalık taze sıkılmış meyve suyu tüketme miktarı (bardak)							
1-2	18	41.9	60	35.3	2.488	4	.647
3-4	11	25.6	44	25.9			
4'den fazla	2	4.7	14	8.2			
10-15 günde bir	3	6.9	23	13.5			
Hiç	9	20.9	29	17.1			
Her gün konsantre meyve suyu tüketme durumu							
Evet	19	28.4	125	43.4	5.103	1	.024*
Hayır	48	71.6	163	56.6			
Günlük konsantre meyve suyu tüketme miktarı (bardak)							
1-2	15	78.9	110	84.0	.285	1	.525
3'den fazla	4	21.1	21	16.0			
Haftalık konsantre meyve suyu tüketme miktarı							
1-2	24	49.0	65	41.7	3.794	4	.435
3-4	10	20.4	36	23.1			
4'den fazla	1	2.0	8	5.1			
10-15 günde bir	3	6.1	21	13.5			
Hiç	11	22.5	26	16.6			
Her gün kolalı içecek tüketme durumu							
Evet	5	7.2	20	6.9	.045	1	.791
Hayır	64	92.8	271	93.1			
Günlük kolalı içecek tüketme miktarı (bardak)							
1-2	7	100	16	76.2	3.224	1	.290
3'den fazla	-	-	5	23.8			
Haftalık kolalı içecek tüketme miktarı (bardak)							
1-2	19	32.2	94	37.6	3.349	4	.501
3'den fazla	7	11.9	24	9.6			
10-15 günde bir	13	22.0	71	28.4			
Hiç	16	27.1	52	20.8			
Diğer (ayda 1-2 kez)	4	6.8	9	3.6			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4-6 yaş grubu çocukların taze sıkılmış meyve suyu tüketmelerine dair sorulan sorulara verilen cevaplar istatistiksel olarak farklı bulunmamıştır (p>0.05). Okul türlerine göre 4-6 yaş grubu çocukların

konsantre meyve suyu tüketip tüketmemeleri durumu arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak eğitim kurumunun niteliği ile çocukların konsantre meyve suyu tüketme sıklıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 40. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Tatlı/Kek Tüketme Durumu Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Tatlı/Kek Tüketimi	ÖZEL		DEVLET		X^2	Sd	p
	N	%	N	%			
Haftalık tatlı ya da kek tüketme miktarı							
1-2	24	37.0	105	36.7	.699	4	.951
3-4	22	33.8	106	37.1			
Günde 1 defa veya 1'den fazla	11	16.9	46	16.1			
10-15 günde 1 kere	6	9.2	19	6.6			
Hiç	2	3.1	10	3.5			
En çok sevilen tatlı türü							
Sütlü tatlılar	46	67.6	189	66.1	.010	1	.918
Hamur tatlıları	22	32.4	97	33.9			
Haftalık çikolata/gofret gibi yiyecekleri tüketme miktarı							
1-2	16	23.2	61	21.6	1.632	2	.442
2'den fazla	47	68.1	180	63.9			
10-15 günde bir veya hiç	6	8.7	41	14.5			
Haftalık şeker/şekerleme gibi yiyecekleri tüketme miktarı							
1-2	22	32.0	83	28.6	.628	3	.890
2'den fazla	37	53.6	170	58.6			
10-15 günde bir kere	5	7.2	17	5.9			
Hiç	5	7.2	20	6.9			

* $p<0.05$

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların bir haftada tükettikleri tatlı miktarı, en çok sevilen tatlı türü, bir hafta boyunca yedikleri çikolata/gofret, şeker/şekerleme miktarı arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 41. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Beden Kitle İndeksi Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Beden Kitle İndeksi	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Zayıf	2	2.9	12	4.1	.377	3	.945
Normal	40	58.0	167	57.0			
Şişman(aşırı kilo riski)	17	24.6	67	22.9			
Şişman (obezite)	10	14.5	47	16.0			
Toplam	69	100.0	293	100.0			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların beden kitle indeksleri arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır (p>0.05).

Tablo 42. Eğitim Kurumunun Niteliği'ne (Devlet-Özel) Göre Çocukların Boy ve Kilolarının t Testi Analiz Sonuçları

	Okul Türü	N	Ortalama	S.sapma	Sd	t	p
BOY	Özel	69	105,93	6,91	360	-3.33	0.001*
	Devlet	293	109,27	7,63			
KİLO	Özel	69	19,14	4,05	360	-1.49	0.137
	Devlet	293	19,95	4,05			

*p<0.05

Sonuçlara göre özel ve devlet olmak üzere okul türüne göre 4-6 yaş çocuklarının boy uzunluklarının ortalamaları arasında 0.05 manidarlık düzeyinde bir fark bulunmuştur (p<0.05). Ancak okul türüne göre 4-6 yaş çocuklarının kilolarının ortalamasında bir fark yoktur (p>0.05).

Tablo 43. Eğitim Kurumunun Niteliği (Devlet-Özel) İle Yemek Yeme Alışkanlığı Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Yeme Alışkanlığı	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Yemek masasında ailenin tüm fertleri için ayrı tabak,kaşık,çatal,bardak kullanılma durumu							
Evet	67	97.1	274	93.8	1.315	1	.389
Bazen	2	2.9	18	6.2			
Çocuğunuz yemeğini tek başına yiyebilme durumu							
Evet	52	75.4	252	86.3	4.234	1	.040*
Hayır	17	24.6	40	13.7			
Çocuğun tek başına dökmeden yiyebildiği gıdalar							
Tüm gıdalar/Hepsi	27	45.8	162	60.0	6.240	2	.040
Katı gıdalar/Meyve	32	54.2	102	37.8			
Dökmeden yiyemiyor	-	-	6	2.2			

*p<0.05

Özel ve devlet olmak üzere okul türlerine göre 4–6 yaş grubu çocukların çocukların yemeklerini kendilerinin yiyip yiyemediği ve hangi tür gıdaları tek başına dökmeden yediği arasında anlamlı bir ilişki bulunurken ($p<0.05$); yemek masasında ailenin tüm bireyleri için ayrı tabak, kaşık, çatal, bardak kullanılıp kullanılmadığı arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 44. Eğitim Kurumunun Özelliğinin (Devlet-Özel) Çocuğun Gelişim Özelliği Davranışları
Ki-Kare Testi Analiz Sonuçları

Gelişim Özelliğinin Gerektirdiği Davranışlar	ÖZEL		DEVLET		X ²	Sd	p
	N	%	N	%			
Yemek yerken uygun şekilde çatal kullanabilme Evet Bazen veya Hayır	55 14	79.7 20.3	260 33	88.7 11.3	3.269	1	.071
Yemek yerken uygun şekilde kaşık kullanabilme Evet Bazen veya Hayır	63 6	91.3 8.7	268 25	91.5 8.5	.000	1	1.000
Yemek yerken uygun şekilde bıçak kullanabilme Evet Bazen Hayır	17 19 32	25.0 27.9 47.1	60 76 152	20.8 26.4 52.8	.839	2	.657
Yemek yediği tabağı tek başına kaldırıp taşıyabilme Evet Bazen Hayır	56 9 4	81.2 13.0 5.8	256 22 13	87.9 7.6 4.5	2.455	2	.293
Küçük bir tepsiyi tek başına kaldırıp taşıyabilme Evet Bazen veya Hayır	58 11	84.1 15.9	254 38	87.0 13.0	.197	1	.658
Su bardağını yardımsız tutup dökmeden içeceğini içebilme Evet Bazen veya Hayır	69 -	100 -	283 10	96.6 3.4	4.296	1	.219
Çay bardağını yardımsız tutup dökmeden içeceğini içebilme Evet Bazen veya Hayır	65 4	94.2 5.8	279 9	96.9 3.1	1.008	1	.287
Yemek tabağını, tepsisini kaldırırken İki elini kullanıyor Tek elini kullanıyor	60 9	87.0 13.0	271 21	92.8 7.2	1.799	1	.180
Giysilerini ıslatmadan elini yüzünü yıkayıp kurulayabilme Evet Bazen Hayır	26 34 9	37.7 49.3 13.0	151 123 18	51.7 42.1 6.2	6.429	2	.040*
Giysilerini ıslatmadan dişlerini fırçalayabilme Evet Bazen Hayır	35 26 8	50.7 37.7 11.6	175 101 17	59.7 34.5 5.8	3.657	2	.161
Yardımsız saçlarını tarayabilme Evet Bazen Hayır	37 22 9	54.4 32.4 13.2	186 65 40	64.0 22.3 13.7	3.094	2	.213

*p<0.05

Eğitim kurumunun niteliği ile çocuğun giysilerini ıslatmadan elini yüzünü yıkayıp kurulayabilmesi arasında istatistiksel olarak bir fark bulunmuştur($p<0.05$). Eğitim kurumunun niteliği ile çocuğun diğer gelişim özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$).

V. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç

Bu araştırma ile Ankara’da özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar şunlardır:

Araştırma kapsamına, Ankara’da özel ve resmi okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 362 çocuk alınmıştır. 4-6 yaş grubu öğrencilerinin % 50.3’ü kız, % 49,7’si erkektir. Özel okullarda kız öğrenci sayısı erkek öğrenci sayısından, devlet okullarında ise erkek öğrenci sayısı kız öğrenci sayısından daha fazladır. Öğrencilerin yarıdan fazlası 6 yaşındadır. 5 yaşındaki öğrencilerin sayısı, 4 yaşındaki öğrencilerin sayısının yaklaşık iki katıdır. Çocukların büyük çoğunluğunun doğum yeri Ankara’dır. Öğrencilerin yarısına yakınının tek çocuk, % 45.3’ünün de iki kardeşi olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan çocukların tamamına yakını sağlık problemi olmadığını belirtmiştir. Bütün yaş gruplarında çocukların tamamına yakınının kilolarının normal değerlerde olduğu bulunmuştur.

Çocukların yarısından fazlasının anne ve babası 35 yaş ve altındadır. Özel okullara devam eden çocukların anne ve babalarının büyük çoğunluğu yüksekokul mezunu iken resmi okullara devam eden çocukların anne ve babalarının büyük çoğunluğu lise ve dengi okul mezunudur. Ebeveynlerin büyük çoğunluğu özel sektör çalışanıdır. Eğitim kurumunun niteliği ile anne eğitim durumu, anne meslek ve baba eğitim durumu arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur.

Öğrencilerin büyük çoğunluğu okul öncesi eğitim kurumuna yarım gün devam etmekte ve kuruma ücreti aylık ödemektedirler. Okulların yarısında yemek verilirken,

yarıdan fazlasında yemek okulda pişmemektedir. Tamamına yakınında öğrenciler yiyeceklerini beslenme çantalarında götürmektedirler.

Okulların yarıdan fazlasında yemekler listelenerek veliler bu konuda bilgilendirilmektedir. Velilerin tamamına yakını aylık beslenme listesini takip etmekte, yemek listelerini yeterli ve dengeli beslenme ilkelerine uygun bulmakta ve çocuklarının okulda yemek yeyip yemediği hakkında aynı gün bilgi almaktadırlar. Kurumun niteliği ile okul öncesi eğitim kurumlarındaki beslenme uygulamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur.

Çocukların yarıya yakınının (% 43.7) bazen öğün atladığı, atlanan öğünün % 36'lık oranla öğle olduğu tespit edilmiştir. Devlet okullarına giden çocukların, özel okullara giden çocuklara oranla daha fazla öğün atladıkları saptanmıştır. Çocukların yarıdan fazlası öğün aralarında bir şey yeyip içmekte ve her sabah kahvaltı yapmaktadır. Eğitim kurumunun niteliği ile her sabah kahvaltı yapmak arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur.

Çocukların yaklaşık % 90'ı her gün süt/ayran içmekte veya yoğurt tükettikleri ve tüketilen miktarın büyük çoğunluğunun her gün 1-2 bardak olduğu bulunmuştur. Devlet okullarına giden öğrencilerin en çok sevdikleri peynir çeşidi kaşar peyniri iken özel okullara giden öğrencilerin en çok sevdikleri peynir çeşidi beyaz peynirdir. En çok sevilen sütlü tatlı ise puding'dir. Eğitim kurumunun niteliği ile en çok sevilen sütlü tatlı arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Çocukların yaklaşık yarısına yakınının (% 41.9) bir hafta boyunca 3-4 kez et tükettikleri ve en çok sevdikleri et türünün kırmızı et/köfte olduğu bulunmuştur. Özel okullara giden öğrencilerin % 71'i, devlet okullarına giden öğrencilerin ise % 57,4'ü haftada 1-2 defa balık tüketmektedirler. Kuru fasulye en çok sevilen kuru baklagil çeşididir. Eğitim kurumunun niteliği ile en çok sevilen et türü arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin % 44.5'inin her gün sebze tükettiği saptanmıştır. Özel okullarda da devlet okullarında da çocukların en çok sevdikleri sebze ıspanaktır. Çocukların büyük çoğunluğu her gün 1-2 porsiyon meyve tüketmektedir. En çok sevilen meyve muz/şeftali/kayısı/kivi/nar'dır. Eğitim kurumunun niteliği ile en çok sevilen meyve arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Çocukların yarıdan fazlasının her gün makarna/pilav/patates/ekmek gibi yiyecekleri tükettikleri, tamamına yakınının bu yiyeceklerden günde 1-2 porsiyon tükettikleri bulunmuştur. Özel okullarda da devlet okullarında da çocukların yarıdan fazlası haftada 1-2 kere kızarmış patates tüketmektedirler. En çok sevilen hamur tatlısı baklava, en çok sevilen hamur işi çeşidi ise börek/çörek/gözleme'dir. Özel okullara giden çocukların % 33.8'i haftada 1-2 kere, devlet okullarına giden çocukların % 26.5'i 10-15 günde 1 kere hızlı hazır yiyecekleri tükettikleri saptanmıştır. Eğitim kurumunun niteliği ile hızlı-hazır yiyecek tüketme miktarı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Çocukların yarıdan fazlasının her gün taze sıkılmış meyve suyu içmedikleri tespit edilmiştir. Büyük çoğunluğu bir hafta boyunca 1-2 defa taze sıkılmış meyve suyu içmektedir. Buna karşılık yaklaşık yarısı her gün konsantre meyve suyu tüketmektedir. Öğrencilerin yaklaşık %40'ı bir hafta boyunca 1-2 kez kolalı içecek tüketmektedir.. Eğitim kurumunun niteliği ile çocukların konsantre meyve suyu tüketme sıklıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Özel okullara giden çocukların % 37'si haftada 1-2 kere, devlet okullarına giden çocukların % 37,1'i haftada 3-4 kere tatlı yada kek tüketmektedirler. Çocukların yarıdan fazlasının en çok sevdikleri tatlı türünün sütlü tatlılar olduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan çocukların tamamına yakınının yemek masasında ailenin tüm fertleri için ayrı tabak, kaşık, çatal, bardak kullanıldığı saptanmıştır. Çocukların büyük

çoğunluğu yemeğini kendisi, yemek saatinde aile ile birlikte yemektedir. Özel okullara giden çocuklar katı gıdaları ve meyveleri tek başlarına dökmeden yiyebilirken, devlet okullarına giden çocuklar tüm gıdaları dökmeden yiyebilmektedir.

Çocukların büyük çoğunluğunun sofraya kurallarına uygun şekilde oturup çatal, kaşık kullanarak yemeklerini yiyebildikleri bulunmuştur. Çocukların yarıdan fazlası yemek yerken uygun şekilde bıçak kullanamamaktadır. Yaklaşık % 90'ı yemek yediği tabağı ve küçük bir tepsiyi tek başına kaldırabilmekte, tamamına yakını çay ve su bardağını yardımsız tutup içeceğini dökmeden içebilmektedir. Yarıdan fazlası giysilerini ıslatmadan dişlerini fırçalayabilmekte ve yardımsız saçlarını tarayabilmektedir.

Araştırma bulguları esas alınarak, okul öncesi eğitimi alan 4-6 yaş grubu çocuklarının beslenme alışkanlıklarında büyük farklar olmadığı söylenebilir. Özel okullara devam eden öğrencilerin fast-food tüketim miktarının devlet okullarına devam eden öğrencilere oranla daha fazla olması yanlış bir beslenme alışkanlığı iken; süt ve balık tüketim miktarlarının daha fazla olması tercih edilen bir beslenme alışkanlığıdır.

5.2. Öneriler

Araştırma sonuçları ışığında şu öneriler geliştirilmiştir.

- Çocuklara sağlıklı ve doğru beslenme alışkanlığı kazanmasını sağlamak amacıyla öğün atlamama alışkanlığı kazandırılabilir.
- Et, ve balık tüketim miktarları arttırılabilir.
- Her gün gerektiği kadar sebze tüketmeleri sağlanabilir.
- Fast-Food yiyecekler yerine daha sağlıklı gıdalara yönlendirilebilirler.
- Meşrubat ve kolalı içecek tüketimleri sınırlandırılarak bunların yerine taze sıkılmış meyve suyu tüketimi arttırılabilir.
- Çocukların özgüvenlerini kazanmalarını sağlamak için bağımsız olarak yemek yemeye özendirilebilir.
- Dört-Altı yaş çocuğu olan velilere bu dönem beslenme alışkanlığıyla ilgili eğitimler verilebilir.
- Çocukların ilkokuldan itibaren beslenme eğitimi almaları sağlanabilir.

KAYNAKÇA

Akar, S. (2002). Çocuktan Çocuğa Eğitim Yöntemi Esas Alınarak İlköğretim Okullarında Beslenme Eğitimi Yapılması Üzerine Bir Araştırma. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Akpınar, Y. (2002). Aile Stresinin 5-6 Yaş Çocuklarının Beslenme Davranışlarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alaçam, H. (2002). Niğde İlinde Özel ve Devlet Okullarında Okuyan 12-15 Yaş Grubu Öğrencilerin Beslenme ve Fiziksel Aktivite Alışkanlıklarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Alp, H., Altınkaynak, S., Kürkçüoğlu, M. (1991). **Aile ve Toplum**, 1. <<http://www.aile.gov.tr>> adresinden 11.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Anon_a. (2005). **Childhood Obesity. From the Caribbean Food and Nutrition Institute**, 1-2. <<http://www.paho.org>> adresinden 21.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Anon_b. **Body Mass Index (BMI)**. Adolescent Nutrition: A Riveew of the Situation in Selected South-East Countries. <<http://www.searo.who.int>> adresinden 21./09.21006 tarihinde alınmıştır.

Anon_ç. **Bebek ve Çocuk Beslenmesi.** <http://www.aof.edu.tr/kitap/> adresinden 23.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Anon_d. **Dünya’da ve Türkiye’de Okul Öncesi Eğitim.** <http://www.anasinifi.com> adresinden 11.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Anon_e. **Healthy Eating for Your 4-6 Year Old.** <http://www.waitrose.com> adresinden 09.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Attila, S. **Türkiye’de Beslenme Sorunları ve Nedenleri.** Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı. <<http://www.medinfo.hacettepe.edu.tr>> adresinden 05.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Aral, N. , Kandır, A. , Yaşar, M. (2002). **Okul Öncesi Eğitim ve Okul Öncesi Eğitim Programı.** YA-PA Yayınları : İstanbul

Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S., Yaman, M. (2003). **Anne ve Çocuk Beslenmesi,** (2. Baskı). Ankara: Pegem Yayınları.

Arslan, P. (2004). **Okul Sütü ve Okul Beslenme Programlarının Önemi.** <http://www.saglikvakfi.org.tr> adresinden 07.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Aygün, Ç. (1994). Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Dönemi Çocukları İçin Geliştirilecek Beslenme Eğitimi Programlarının Çocukların Beslenme ile İlgili Bilgi, Tutum ve Davranışlarına Etkisi.Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Bahar, A., Karademir, F., Aral, Y., Göçmen, İ., Gültepe, M. (2003). **Çocuklardaki Demir Eksikliğinin Tespitinde Serum Demiri ve Eritrosit Çinko Protoporfirin Hem Oranının Yeri.** Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 46, 24-29. <<http://sch.dergisi.org>> adresinden 05.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Bayhan, P. , Artan, İ. (2004). **Çocuk Gelişimi ve Eğitimi.** İstanbul: Morpa Yayınları.

Baykoç, D. (1986). **Dil Gelişimi ve Dil Gelişimini Değerlendirmede Kullanılan Testler.** Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi, 1, 47-55.

Baysal, A. (2002).**Genel Beslenme.** (11. Basım). Ankara: Hatiboğlu Yayınevi.

Başsoy, G. (2000). Özel İlköğretim Okullarının Beslenme Servisinin İşleyişi ve Öğrencilerin Beslenme Durumları Üzerine Bir Araştırma. Bilim Uzmanlığı Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Brenowrtz, N. , Tuttle, C. (2003). **Development and Testing Nutrition-Teaching Self-Efficacy Scale for Elementary School Teachers.** Journal of Nutrition Education and Behavior, 35, 308-311.

Bulduk, S. , Yabancı, N. , Demircioğlu, Y. (2002). **Özel Durumlarda Beslenme.** YAPA Yayınları : İstanbul

Byrne, E., Nitzke, S. (2002). **Preschool Children's Acceptance of a Novel Vegetable Following Exposure to Messages in a Storybook.** Journal of Nutrition Education and Behavior, 34, 211-214.

Cesur, E. (1992). Gölbaşı Merkez Sağlık Ocağı Bölgesinde 0-3 Yaş Çocuğu Olan Annelerin Çocuk Beslenmesi Konusundaki Bilgi Düzeylerinin Saptanması.Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Ceylan, R. (1996). 9-12 Aylık Çocukların Beslenme, Büyüme ve Psikomotor Gelişim Durumları. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Cirhinlioğlu, F. (2001). **Çocuk Ruh Sağlığı ve Gelişimi.** Ankara : Nobel Yayınları.

Çaltık, İ. (2004). Milli Eğitim Bakanlığına Bağlı Anaokulu ve Anasınıflarında Görev Yapan Öğretmenlerin Uygulanan Okul Öncesi Eğitim Programına ve Program Kullanımına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Çam, S. (1994). Kız Meslek ve Genel Liselerde Okuyan Kız Öğrencilerin Yeme Tutumları. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dabakoğlu, F. (2004). Okul Öncesi Eğitime Devam Eden ve Etmeyen İlköğretim Üçüncü Sınıf Öğrencilerinin Öz Kavramlarının ve Anne-Baba Tutumlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Daşbaşı, M. (2003). İlköğretim Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları, Beslenme Eğitimine İhtiyaç Duyma Durumları ve Beslenme Eğitiminden Beklentileri. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Demiriz, S., Dinçer, Ç. (2001). **5-6 Yaş Çocuklarının Öz Bakım Becerilerinin Cinsiyet ve Okul Öncesi Eğitim Alma Durumlarına Göre İncelenmesi.** Milli Eğitim Dergisi, 150.<<http://yayim.meb.gov.tr>> adresinden 09.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Demiriz, S. , Karadağ, A. , Ulutaş, İ. (2003).**Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Eğitim Ortamı ve Donanım.** Anı Yayıncılık : Ankara

DPT (Devlet Planlama Teşkilatı). (2003). Ulusal Gıda ve Beslenme Stratejisi Çalışma Grubu Raporu (Ulusal Gıda ve Beslenme Eylem Planı I. Aşama Çalışması Eki İle). 2670. Ankara. <<http://ekutup.dpt.gov.tr>> adresinden 10.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Dolunay, G. (1991).Yuvaya Devam Eden Okul Öncesi Yaş Grubu Değişik Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Çocukların Beslenme Ve Büyümelerinin Bir Yıl Süreyle İzlenmesi.Tıpta Uzmanlık Tezi.İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi Enstitüsü.

Eğitim İstatistikleri. <http://www.die.gov.tr> adresinden 11.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Erden, M. , Akman, Y. (2005). **Gelişim ve Öğrenme**. (14.Baskı). Ankara : Arkadaş Yayınevi.

Ergün, C. (2003). Sağlıklı Beslenme Kavramı ve Tüketici Algısı Üzerine Bir Araştırma.Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Filiz, S. (1998). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden 4-6 Yaş Çocuklarının Beslenme Kavramlarının Geliştirilmesinde Öğrenme Evresi Yönteminin Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Girgin, M. (2004). Özel Anaokuluna Devam Eden 4-6 Yaş Çocuklarının Cinsel Kimlik Gelişimlerini Etkileyen Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Golan, M., Weizman, A. (1998). **Reliability and Validity of the Family Eating and Activity Habits European.** Journal of Clinical Nutrition, 52, 771-777.

Güner, Ş. (2005). **Temel Beslenme.** İstanbul :YA-PA Yayınları.

Güler, A. (2003). İlköğretim İkinci Kademesinde Eğitim Gören Öğrencilere Verilen Beslenme Eğitiminin Öğrencilerin Beslenme Durumu, Bilgi ve Alışkanlıklarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Güven, N., Temel, F., Haktanır, G. (2005). **Aile ve Çocuk Eğitimi. 0-6 Yaş Arasında Çocukları Bulunan Ailelere Yönelik Temel Bilgiler** (Kurumlar İçin Kılavuz Kitap). Ankara: Ajans-Türk Basın ve Basım.

Kandır, A. (2001). **Çocuk Gelişiminde Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Yeri ve Önemi.** Milli Eğitim Dergisi, 151. <<http://yayim.meb.gov.tr/dergiler/151>> adresinden 07.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Kaya, M. (1999). Ana-Baba Eğitimi Destekli Beslenme Eğitiminin 3-6 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kıran, S. (1999). Üniversite Öğrencilerinde Yeme Alışkanlıkları Yeme Tutum Değişiklikleri ve Dissosiyatif Yaşantılar. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Kırkıncıoğlu, M. (2003). **Çocuk Beslenmesi**. YA-PA Yayınları : İstanbul

Konokman, G. (2004). Kadınlara Verilen Beslenme Eğitiminin Besin Tüketim Düzeyleri Beslenme Alışkanlıkları ile Beslenme ve Osteoporoz Hakkındaki Bilgilerine Etkisinin Saptanması. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Küçükaya, E. (1989). Okul Öncesi 5-6 Yaş Grubu Kız ve Erkek Çocukların Motor Gelişimlerinin Sağlanmasında Oyunun Yeri ve Önemi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Matheson, D., Spranger, K., Saxe, A. (2002). **Preschool Children's Perceptions of Food and Their Food Experiences**. Journal of Nutrition Education and Behavior, 34, 85-92.

Merdol, T. (1999). **Okul Öncesi Dönem Eğitimi Veren Kişi ve Kurumlar İçin Beslenme Eğitimi Rehberi** (1. Baskı). Ankara: Özgür Yayınları.

Mermer, M. (2003). Kreşe Devam Eden 3-6 Yaş Çocuklarının Beslenmeye İlişkin Tutum ve Davranışlarında Ailenin Rolü. Bilim Uzmanlığı Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Okul Öncesi Eğitim Kurumları Yönetmeliği (2004). Resmi Gazete. 25486. <<<http://ooegm.meb.gov.tr>> adresinden 08.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Önay, D. (2002). Ankara’da Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeylerdeki 14-15 Yaş Grubu Öğrencilerin Beslenme Durumu ve Bunu Etkileyen Bazı Faktörler. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.

Özgen, L. (1998). Farklı Eğitim Düzeyindeki Öğrencilerin Hızlı-Hazır Yiyecek (Fast-Food) Tüketim Durumlarının ve Alışkanlıklarının Saptanması Üzerine Bir Araştırma. Bilim Uzmanlık Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Pekcan, G. (2001). Türkiye’de Beslenme Sorunları ve Boyutları: Besin ve Beslenme Politikaları ve Önemi. <<http://195.142.135.65/who/nutrition/>> adresinden 10.09.2006 tarihinde alınmıştır.

Poyraz, H. (1987). Anaokulu-Anasınıflarının Beslenme Programları ve Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimi Alanındaki Bilgileri Üzerine Bir Araştırma.Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Gıda Güvenliği Daire Başkanlığı, (2006).Ülkemizde Süt ve Süt Ürünleri Tüketimi ve Kahvaltı Yapma Alışkanlığı Raporu.<http://www.saglik.gov.tr> adresinden 10.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Seçkin, Y. (2003). 4-6 Yaş Arası Fenilketonürlü Çocuklara Beslenme Eğitimi Programı Uygulanması ve Sonuçlarının Değerlendirilmesi.Doktora Tezi.Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Senemoğlu, N. (2005). **Gelişim Öğrenme ve Öğretim**. Ankara: Gazi Kitabevi.

Şanlıer, N. , Ersoy, Y. (2005). **Anne ve Çocuk İçin Beslenme Prensipleri**. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Şimşek, H. (1991). Ortaokul Öğrencilerinin Beslenme Bilgi Ve Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma.Yüksek Lisans Tezi.Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ünver, Y. , Ünüsan, N. (2004). **Okul Öncesinde Beslenme Eğitimi Üzerine Bir Araştırma**. <http://www.sosyalbil.selcuk.edu.tr/sos_mak/makaleler> adresinden 12.10.2006 tarihinde alınmıştır.

Yalçın, N. (1992). Gecekondu Bölgesinde Bebekleri Besleme Uygulamaları Üzerine Bir Araştırma.Bilim Uzmanlığı Tezi.Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yörükoğlu, A. (1980). **Çocuk Ruh Sağlığı**. (Üçüncü Baskı). Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.

Wardlaw, G. (2003). **Contemporary Nutrition Issues and Insights**.Published: by Grow. Newyork, USA.