

## Investigation of Nutrition Concepts in Story Books for Preschool Children <sup>1</sup>

Damla Kantarcı Çınar <sup>2</sup> Duriye Esra Angın <sup>3</sup>

### To cite this article:

Kantarcı Çınar, D. ve Angın, D. E. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi. *e- Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8, 1-20. doi:10.30900/kafkasegt.788335

Research article

Received:31.08.2020


Accepted:02.03.2021


### Abstract

This study aimed at examining the nutritional concepts in storybooks for preschool children. Following this purpose, the answers were sought for the messages about the foods in the storybooks, the different types of food in the content, the source of the food, the consumption of foods, the consumption of junk food, the nutritional behavior of the characters and the food groups in the storybooks. In the research in which the qualitative research method was adopted, the document analysis method was used. In this context, 100 storybooks were examined and marked with the "Evaluation Tool in terms of Nutrition Concepts" prepared by the researchers to examine the storybooks for children aged 4-6. The obtained data were analyzed descriptively and the results were presented with frequency and percentage values. Looking at the overall research findings, it was determined that 28 out of 100 storybooks contained messages about nutrition. Looking at the content of food groups, it was seen that no food group was included in 45 out of 100 books. Concepts regarding the consumption of junk food were found in 22 out of 100 books. Also, it was determined that the characters did not present any nutritional content in 53 storybooks. The fact that there was only one storybook that included all food groups was valuable in terms of the importance of a balanced diet. When we looked at the food groups mentioned in the storybooks, it was determined that the dessert groups were the most. As a result, the concept of nutrition was not adequately addressed in children's storybooks and there were negative messages and directions about nutrition.

**Keywords:** Children, food and nutrition, storybooks.

<sup>1</sup> This study was presented as an oral presentation in 4<sup>th</sup> International Child Development Congress (2018).

<sup>2</sup>  Corresponding Author, Preschool Teacher, damlakantt@hotmail.com, Bitlis 13 Kasım Atatürk Anaokulu, Turkey

<sup>3</sup>  Assistant Professor, Aydın Adnan Menderes University, Education Faculty, Turkey

## Okul Öncesi Dönem Çocuklarına Yönelik Hikâye Kitaplarında Yer Alan Beslenme Kavramlarının İncelenmesi <sup>1</sup>

Damla Kantarcı Çınar <sup>2</sup>

Duriye Esra Angın <sup>3</sup>

### Atıf:

Kantarcı Çınar, D. ve Angın, D. E. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi. *e- Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8, 1-20. doi: 10.30900/kafkasegt.788335

**Araştırma Makalesi**

**Geliş Tarihi:**31.08.2020


**Kabul Tarihi:** 02.03.2021


### Öz

Bu araştırmada okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda; hikâye kitaplarındaki besinlere yönelik mesajlara, içerikte yer alan farklı besin türlerine, besinlerin kaynağına, besinlerin tüketimine, abur cubur tüketimine, karakterlerin beslenme davranışlarına ve hikâye kitaplarında yer alan yemek gruplarına ilişkin sorulara cevap aranmıştır. Nitel araştırma yönteminin benimsendiği araştırmada doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda 100 hikâye kitabı incelenerek araştırmacılar tarafından 4-6 yaş çocuklarına yönelik hikâye kitaplarının incelenmesi amacıyla hazırlanan “Hikâye Kitaplarını Beslenmeye İlişkin Kavramlar Açısından Değerlendirme Aracı” ile işaretleme yapılmıştır. Elde edilen veriler betimsel olarak analiz edilmiş olup tanımlayıcı istatistikler kullanılarak veriler frekans ve yüzde değerleri ile sunulmuştur. Araştırma bulgularının geneline bakıldığında; 100 hikâye kitabının 28’inde beslenmeye ilişkin mesajların yer aldığı saptanmıştır. Besin gruplarına ilişkin içeriğe bakıldığında, 100 kitabın 45’inde hiçbir besin grubuna yer verilmediği görülmüştür. Abur cubur tüketimine ilişkin kavramlara ise 100 kitaptan 22’sinde rastlanmıştır. Ayrıca 53 hikâye kitabında karakterlerin beslenmeye ilişkin hiçbir içerik sunmadığı saptanmıştır. Bütün besin gruplarını barındıran sadece bir hikâye kitabının olması ise dengeli beslenmenin önemi açısından değerli bir bulgudur. Hikâye kitaplarında geçen yemek gruplarına bakıldığında ise en fazla tatlı grubunun yer aldığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, çocuk hikâye kitaplarında beslenme kavramının yeteri kadar ele alınmadığı, beslenmeye dair olumsuz mesaj ve yönlendirmelerin olduğu görülmüştür.

**Anahtar Sözcükler:** Çocuklar, besin ve beslenme, hikâye kitapları.

<sup>1</sup> Bu çalışma 4. Uluslararası Çocuk Gelişimi Kongresi (2018)’nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

<sup>2</sup>  Sorumlu Yazar, Uzman Okul Öncesi Öğretmeni, Bitlis 13 Kasım Atatürk Anaokulu, Türkiye

<sup>3</sup>  Dr. Öğr. Üyesi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Türkiye

## Giriş

Beslenme anne karnında başlayıp yaşam boyu devamlılık gösteren bir süreçtir. Annelerin hamileyken sahip oldukları beslenme tarzı çocukların doğum kilosunu, sağlığını ve sonraki yaşamını dahi etkilemektedir. Bu açıdan bakıldığında anne adaylarının ve tüm ebeveynlerin toplumun en önemli ferdi olan çocuklar için beslenmenin yaratmış olduğu hayati önemin farkına varmaları oldukça mühimdir (Kutluay Merdol, 2012). Çocuklar beslenme konusunda riskli grupları oluşturduklarından çocukluk döneminde şekillenecek yanlış beslenme tarzının büyüme-gelişme geriliklerine ve hatta obeziteye dahi neden olabileceği bilinmektedir. Ayrıca doğru olmayan beslenme şeklini benimseyenlerin diyabet, kolon kanseri ve kolesterol gibi hayati risk oluşturan hastalıklara yakalanma ihtimalinin de fazla olduğu bilinmektedir. Bu nedenle özellikle okul öncesi dönemde beslenme konusuna gereken önemin verilmesi büyük önem arz etmektedir (Baysal, 1995; Şahinöz, Şahinöz ve Kıvanç, 2017).

Okul öncesi dönem, çocukların doğumdan zorunlu eğitim yaşına kadar olan süreçte tüm gelişim özellikleri ve bireysel farklılıkları doğrultusunda geçirdikleri süreci kapsamaktadır (Güzel ve Özyurt, 2018). Çocukların yaşamının ilk yılları hızlı bir büyüme ve gelişme sürecini içinde barındırdığından, gelişim alanlarında ilerlemelerini teşvik edecek müdahalelere ihtiyaçları bulunmaktadır (Curtis ve O'Hagan, 2003). Erken yıllardaki sağlıklı beslenme alışkanlığı yüksek akademik başarı ile ilişkilendirilmekte, beslenme bilişsel gelişimi etkileyen değiştirebilir bir faktör olarak ele alınmaktadır (Meydanlıoğlu, 2016). Bu sebeptir ki diğer tüm boyutlarda olduğu gibi okul öncesi dönemdeki çocuklara beslenme ile ilgili kavramlar açısından doğru içerikler sunmak ve sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırmak büyük önem arz eder. Küçük çocuklar, yetersiz ve dengesiz beslenme şeklini benimsemeye en meyilli gruptur. Şekerli yiyecekler tüketmek, öğün atlamak, aşırı yağlı veya tuzlu besinler tüketmek, ekran başında yemek yemek gibi alışkanlıklar bu çocuklarda sıklıkla görülmektedir (Şahinöz vd., 2017). Bu bilgiler ışığında, okul öncesi dönem çocuklarının beslenme kavramlarına dair doğru öğrenmeler gerçekleştirmelerine ve ileriki hayatları için doğru beslenme alışkanlıkları kazanmalarına olanak sağlanmalıdır (Benli, 2019; DPT, 2003; Gözübüyük, 2015). Bunun yanı sıra okul öncesi dönem gelişimsel olarak kritik bir süreci kapsaması sebebiyle hastalıklar konusunda da titiz davranılması gereken bir süreçtir. Özellikle bu dönemde beslenme bozukluğu sorunlarının fazla olduğu bilinmektedir (Arlı, Şanlıer, Küçükkömürler ve Yaman, 2020; Oğuz ve Önay Derin, 2013). Karşılaşılan yaygın beslenme problemleri genel olarak yemek seçme veya aşırı yemek yeme, demir eksikliği anemisi, kabızlık, besin alerjileri, besin zehirlenmeleri şeklinde sıralanmaktadır (Köroğlu, 2009). Bu dönem çocuklarının temel beslenme ve yemek yeme davranışlarını ne ölçüde kazandığı ilerideki yaşamlarında sergileyecekleri tutumlarının belirleyicisi olmaktadır (Ünlü, 2011). Özellikle çocukluk döneminde kazanılan olumlu etkiler, yetişkin yaşamındaki doğru beslenme alışkanlıkları için bir temel oluşturmaya yardımcı olmaktadır (Powers, Struempfer, Guarino ve Parmer, 2005).

Çocukların yeme tutumları çevrenin etkisiyle şekillenir. Sosyo-kültürel, aile kaynaklı veya ekonomik etmenler, akran grubu, kitle iletişim araçları ve eğitim ortamı gibi çeşitli durumlar beslenme alışkanlıklarında değişimlere sebep olan unsurlardır (SBHSK, 2019). Bu faktörlerin etkisiyle çocuk, yaşadığı çevre ve deneyimler aracılığıyla beslenme ile ilgili tutumlar oluşturur (Ping, Ching ve Chou, 2016). Örneğin günümüzde çocuklar günün büyük çoğunluğunu televizyon, telefon veya tablet ile geçirmektedir. Çocuklar televizyon ve tablette karşılaştıkları çizgi filmler ya da reklamlar aracılığıyla beslenme ile ilgili bir çok mesajla karşı karşıya kalmaktadır. (Öztürk Samur ve Çiftçi, 2019). Reklamlarda gıdaların sunuluş şekli ve ilgi çekici ambalajları çocukların o yiyeceği tüketme isteğini de tetikleyen unsurlar olmaktadır (Dilber ve Dilber, 2018). Aynı zamanda çocukların yiyecek seçiminde reklamı olan gıdaları reklamı olmayan gıdalara kıyasla daha önce seçip hızlı ve dürtüsel bir şekilde karar verdikleri saptanmıştır. Böylece gıda reklamlarının ardından özellikle küçük yaş çocuklarının beslenme şeklinde değişim, öğün dışı besin tüketimi ve market alışverişlerinin artması gibi durumlar gözleyebilmek mümkündür (Bruce vd., 2016). Doğumdan itibaren başlayan süreçte; bireyler, medya, oyuncaklar, eğitim materyalleri ile birlikte hikâye kitapları da çocukların beslenmeye dair davranış kalıplarının temellerinin atılması açısından önem taşımaktadır (Dilek, 2017).

Çocuk edebiyatı eserlerinin çocukların gelişimindeki önemli katkıları gözönüne alındığında, hikâye kitapları çocukları hem eğlendiren hem de eğiten özellikleri ile karşımıza çıkmaktadır. Kitaplar çocukların öğrenme deneyimini zenginleştirmede, bilgiye eğlenceli bir şekilde ulaştırmada, yaratıcılıklarını ve birçok sosyal becerisini geliştirmede önemli rol oynamaktadır. Bu doğrultuda, karşılaştıkları hikâye kitaplarının çocukları hayal güçlerini zenginleştiren, esnek düşüncelerine yardımcı olan, sorgulama deneyimi sunan ve onları doğru alışkanlıklar kazanacakları içerik ve kavramlarla tanıştırması eğitim sürecine önemli katkılar sağlayacaktır (Kepenekçi ve Aslan, 2011). Kitapların çocuklar üzerindeki sayısız etkisi göz önüne alındığında yeni kavramların, tutumların ve davranışsal tepkilerin öğrenilmesi en fazla etki eden durumları oluşturmaktadır (Kimmel, 1970). Hikâye kitapları ve çocuklar ile ilgili yapılan çeşitli çalışmaların bulguları da bu durumu gözler önüne sermektedir. Şahin ve Filiz (1999)'in okul öncesi dönemde beslenme kavramının gelişimi üzerine ailenin etkisini değerlendirmek amacıyla yaptıkları çalışmada, anneleri tarafından beslenme ile ilgili içeriğe sahip kitaplar okunan çocukların beslenme kavramı gelişimleri ile bu içerikte kitap okunmayan çocukların beslenme kavramı gelişimleri arasında beslenme ile ilgili içeriğe sahip kitap okunan çocukların lehine istatistiksel anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur. Yürütülen bir diğer çalışmada hikâye kitapları, ebeveynlerin çocukları için hedefledikleri beslenme beklentilerini ve çocuklarının yemek seçme davranışlarının üstesinden gelmede yaratıcı, pratik ve çocuk odaklı bir yöntem olarak belirlenmiştir (Bellows, Spaeth, Lee ve Anderson, 2013). Kimmel (1970), öykülerin çocuklar üzerindeki etkilerine yönelik araştırmaları incelediği çalışmasında; çocuklardaki olumlu tutumların, olumlu öykülerle şekillendiği araştırma bulgularını sunarken, bu çalışmalardan çıkan ortak sonucun kitapların çocukların düşüncesini oluşturmada ve yeniden şekillendirmede önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Demir, Yıldız Bıçakçı, Bostan ve Güneş (2019), çocukların kavramlar ve durumlar hakkında sahip oldukları düşüncelerini nitelikli kitaplar aracılığı ile değiştirebildiklerini aktarmışlardır. Aynı zamanda kitapların çocukların anlamlandırmakta zorlandığı kavramları anlamlandırmada onlara kolaylık sağladığını belirtmişlerdir.

Kavram gelişiminin hızlı olduğu erken çocukluk döneminde çocuklara nitelikli çocuk kitaplarının sunulması oldukça önemlidir. Yerli ve yabancı çeviri çocuk kitapları incelendiğinde, kitaplarda en fazla matematik ve fen kavramlarına yer verildiği görülmektedir (Uyanık Balat, Kılıç, Değirmenci ve Ünsal, 2017). Szeremy (2018) yaptığı çalışmada, sağlık konularını işleyen çocuk kitaplarının son yıllarda arttığını saptamıştır. Buna rağmen yeterli düzeyde bu temaya yer verilmediğini ifade etmiştir. Çalışmada ağız ve diş sağlığına dair birçok kitap bulunurken kazalar ve yaralanmalar temalı konuları işleyen pek fazla kitap olmadığı saptanmıştır. Turan ve Ulutaş (2016)'ın yaptığı araştırma sonucunda çocuk kitaplarında genel olarak sosyal ilişkiler, özgüven duygusu, yardımlaşma ve aile temalarının yer aldığı belirtilmiştir. Angın ve Soydan (2017)'in çalışmasında ise okul öncesi çocuklarına yönelik hazırlanan hikâye kitaplarında; sosyal duygusal alandan sevgi ve duygu; bilişsel alandan sayı, boyut ve zaman, fen kavramlarından hayvanlara, coğrafi kavramlardan yer, çevre kavramlarından canlıları tanıma konularına yer verildiği görülmektedir. Beslenme ise özbakım becerileri alanında en fazla yer alan kavram olmuştur.

Alan yazın incelendiğinde okul öncesi çocuklarına yönelik resimli hikâye kitaplarında geçen kavramlara yönelik yürütülmüş birçok çalışmaya rastlanmıştır (Alptekin, 2018; Başdağ ve Dağlıoğlu, 2020; Dilek, 2015; Dirican ve Dağlıoğlu, 2014; Konar, 2004; Öçal, Öçal ve Şimşek 2015; Uyanık Balat vd., 2017; Yaşar Ekici vd., 2016). Buna rağmen beslenmeye ilişkin kavramlara vurgu yapan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Oysa çocuğun yaşına, ilgi ve ihtiyaçlarına yönelik sunulan nitelikli hikâye kitapları, birçok kavramla ve öğrenme deneyimi ile karşılaşmasında önemli bir araç olduğu kadar besinler ve beslenme ile ilgili kavramlarla tanışmaları açısından da önemlidir. Çocukların erken dönemlerden itibaren hem beslenme okuryazarlığı hem de besin grupları, besin çeşitliliği, yeterli ve dengeli beslenme ile ilgili içeriklerle tanışmaları beslenme ile ilgili edinecekleri olumlu tutum ve alışkanlıklar açısından önemli fırsatlardır. Beslenmenin çocukların erken dönem gelişimleri üzerindeki göz ardı edilemeyecek etkisi ile beslenme bilgisinin bireylerin, ailelerin ve toplumların beslenme alışkanlıkları üzerindeki önemli etkisi araştırma konusunun okul öncesi dönemde temellendirilmesinin nedenleri arasındadır. Araştırmadan elde edilen bulguların çocuklara beslenmeye yönelik bilgi, tutum ve davranışlarının kazandırılmasında başvurulacak araçların niteliği konusunda dikkat çekici olacağı düşünülmektedir. Ayrıca okul öncesi dönemde beslenme ile ilgili yapılan çalışmalar arasında ilklerden olması sebebiyle de özgün olarak görülmektedir.

Bu doğrultuda araştırmada; okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi amaçlanmış, aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

4-6 yaş çocuklarına yönelik olarak hazırlanan hikâye kitaplarında;

- Besinlere yönelik mesajlara (belirgin/gizli) yer verilme düzeyi nedir?
- Farklı besin türlerine yer verilme düzeyi nedir?
- Besinlerin kaynağına yer verilme düzeyi nedir?
- Besin tüketimine yer verilme düzeyi nedir?
- Abur cubur tüketimine yer verilme düzeyi nedir?
- Karakter/lerin beslenme davranışlarına yer verilme düzeyi nedir?
- Yemek gruplarına yer verilme düzeyi nedir?

### **Yöntem**

Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarını incelemek amacıyla nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi kullanılmıştır. Doküman incelemesi; üzerinde çalışılması amaçlanan olgu ve olgular hakkında bilgi veren yazılı materyallerin analizini içermektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2016).

Bu araştırmada McCulloch (2004) tarafından kolayca erişilebilen kamuya açık kaynak materyal olarak tanımlanan, basılı medya ve literatürden hikâye kitapları incelenecek dokümanlar olarak belirlenmiştir.

Scott (1990) doküman incelenmesinde araştırmaya dahil edilecek dokümanların niteliğini belirlemek adına dört ölçütten bahsetmektedir. Bu ölçütler; doğruluk, güvenilirlik, temsil edilebilirlik ve anlaşılabilirliktir (Akt. Mogalakwe, 2006). Bu doğrultuda araştırmada, incelenen dokümanların araştırma amacı ile tutarlı olarak seçilen hikâye kitaplarının bir yayınevi tarafından yayınlanan eserlerden oluşması doğruluğu, hikâye kitaplarının uzman görüşü alınarak oluşturulan değerlendirme aracı ile incelenmesi ve kategorilere ilişkin kitaplardan alıntılara yer verilmesi güvenilirliği, incelenen kitaplarının yayınevleri tarafından 4-6 yaş çocuklarına yönelik olarak hazırlanmış olması temsil edilebilirliği, değerlendirme aracı ile yapılan işaretlemelerin kodlayıcılar arasında karşılaştırılması ve görüş ayrılığı olan noktalarda uzman görüşüne başvurulması anlaşılabilirliği sağlamak için uygulanmıştır.

### **Etik Kurul İzin Belgesi**

Araştırmanın verileri dokümanlardan (belgelerden) elde edildiğinden araştırma için etik kurul raporu bulunmamaktadır. Bununla birlikte raporlama objektif bir şekilde gerçekleştirilmiş ve veri analizi sırasında gerekli hassasiyet gösterilerek bulgular değiştirilmeden net bir biçimde sunulmuştur. Araştırma sırasında herhangi bir ticari amaç güdülmemiş, incelenen dokümanlara ilişkin herhangi bir yayınevi ve künye bilgisi sunulmamıştır.

### **Doküman Listesi**

Araştırmayı oluşturan dokümanların listesini, amaçsal örnekleme yöntemlerinden olan ölçüt örnekleme yoluyla nitelikli yayınevleri yayınlarından seçilen 4-6 yaş çocuklarına yönelik hazırlanmış 100 hikâye kitabı oluşturmuştur. Ölçüt örneklemede veriler önceden belirlenen nitelikleri barındıran kişiler, olaylar, nesnelere ya da durumlar yoluyla elde edilirler (Büyüköztürk, Çakmak, Aygün, Karadeniz ve Demirel, 2016).

Araştırmada ilk olarak literatür incelemesi, kitabeveleri ve Google arama motoru aracılığıyla nitelikli çocuk kitabı yayınladığı düşünülen yayınevleri belirlenmiş ve bir liste oluşturulmuştur. Hazırlanan yayınevi ve kitap listesi çocuk edebiyatı alanında çalışmaları bulunan uzman bir akademisyen tarafından değerlendirilmiş ve listeye son şekli verilmiştir. Belirlenen yayınevlerinden kitaplar seçilirken 4-6 yaş çocuklarına yönelik hikâye kitabı olmalarına dikkat edilmiştir. 2018 yılı Nisan ayında İzmir ve Aydın illerinde şubeleri bulunan kitabevelerinde, belirlenen yayınevlerine 4-6 yaş çocuklarına yönelik hazırlanan hikâye kitapları arasından rastgele 100 kitap seçilmiştir. Literatürde bu amaçla gerçekleştirilen herhangi bir çalışma olmaması sebebiyle doküman listesine kitaplar dahil edilirken mümkün olduğunca fazla örneğin değerlendirilebilmesi amacıyla kitap sayısı 100 olarak

belirlenmiştir. Ayrıca 4-6 yaş çocuklarına yönelik hikâye kitabı olma dışında herhangi bir ölçüt ele alınmamıştır.

### **Veri Toplama Araçları**

#### **Hikâye Kitaplarını Beslenmeye İlişkin Kavramlar Açısından Değerlendirme Aracı (HİBEKADA)**

Araştırmada kullanılacak verilerin toplanabilmesi amacıyla okul öncesi dönemde beslenme ile ilgili literatür taraması yapılarak “Hikâye Kitaplarını Beslenmeye İlişkin Kavramlar Açısından Değerlendirme Aracı (HİBEKADA)” hazırlanmıştır. Hazırlanan değerlendirme aracı beslenme ve okul öncesi eğitimi alanlarında çalışmaları bulunan üç akademisyenin görüşlerine sunulmuş, HİBEKADA’da bulunan maddelerin okul öncesi dönemde çocuğa sunulan beslenme kavramları ile ilişkili olma ve ilgili kategoriye ait olma kriterleri açısından değerlendirilmeleri istenmiştir. Uzmanlardan gelen dönütler doğrultusunda HİBEKADA’ya son şekli verilmiştir. HİBEKADA kitabın künyesi ile birlikte kitabın beslenme ile ilgili içerik açısından değerlendirildiği yedi kategoriden oluşmaktadır. Bu yedi kategori içerisinde; besinler hakkındaki mesaj, besin türleri, besinlerin kaynağı, besin ve abur cubur tüketimi, karakterin beslenme davranışları ve yemek gruplarına ilişkin başlıklar yer almaktadır.

Değerlendirme aracının birinci bölümünde kitabın künyesine, ikinci bölümde ise kitaplarda incelenecek olan beslenme içeriğine yönelik oluşturulan kategorilere yer verilmiştir. Besinler hakkında belirgin ve gizli mesajların ele alındığı ilk kategoride olumlu ve olumsuz mesajlar olarak alt kategoriler yer almaktadır. İkinci kategoriyi oluşturan besin türlerine ilişkin ise sebzeler, meyveler, süt ve süt ürünleri, et-yumurta-kurubaklagiller, ekme ve tahıllar olmak üzere beş besin grubu bulunmaktadır. Üçüncü kategoride abur cubur (pamuk şekeri, çilekli şeker, lollipop, horoz şekeri, çikolata drajeler, kesme şeker, kurabiye, kek, cips, bisküvi vb.) tüketimine, dördüncü kategori olan besinlerin kaynağına ilişkin olarak ise sadece hayvanlardan ya da bitkilerden elde edilen besinler ile hem hayvan hem bitkilerden elde edilen besin başlıkları yer almıştır. Beşinci kategori olan besinlerin tüketimine ilişkin olarak günlük yaşama ve farklı durumlara (bayramlar, doğum günleri, partiler, mezuniyet ve piknik gibi) bağlı olarak gün içerisinde farklı besinler/yemekler tüketme durumları ile besin gruplarından çeşitli yiyecekler yeme alt kategori olarak belirlenmiştir. Altıncı kategori olan karakter/lerin beslenme davranışları ise; yemek seçme, doğru beslenme alışkanlığı, aşırı yemek yeme gibi alt kategorilerde incelenmiştir. Yedinci kategori olan yemek grupları; tatlılar, içecekler, çorbalar, salatalar, pilav-makarna-börek, et ve et yemekleri, zeytinyağlılar olmak üzere sınıflandırılmıştır.

### **Geçerlik ve Güvenirlik**

Bilimsel araştırmalarda ulaşılan sonuçların inandırıcılığının önemine dayanarak araştırmalarda geçerlik ve güvenirlik yaygın olarak kullanılan iki ölçüttür. Nitel araştırma yöntemlerinde güvenirliliği sağlamak adına süreçte yer verilen aşamalar ve izlenen stratejiler açık bir şekilde belirtmelidir. Ardından veri toplama ve analiz gibi aşamaları açıkça vurgulamalıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Yapılan bu araştırmada da verilerin toplanması ve analizi süreci detaylı bir şekilde sunulmuştur.

Araştırmanın geçerliğinin sağlanması amacıyla belirlenen her hikâye kitabı değerlendirme aracındaki kategori içeriklerine dair araştırmacılar tarafından incelenmiş aynı zamanda görüş birliği sağlanamayan kodlamalar ile ilgili olarak uzman görüşüne başvurulmuş ve görüş birliği sağlanmıştır. Aynı zamanda bu yöntem ile bulguların araştırmacıların öznelliğinden etkilenmesinin önüne geçilmesi de hedeflenmiştir.

### **Verilerin Toplanması ve Analizi**

Birinci aşamada yayınevlerinin ve incelenecek hikâye kitaplarının seçiminde bir liste oluşturulmuştur. Bu liste çocuk edebiyatı konusunda çalışmaları olan bir akademisyene sunulmuş görüşleri alınmış ve listeye son şekli verilmiştir.

İkinci aşamada ise kitapların içeriğinde besinler hakkında mesaj, besin türleri, besinlerin kaynağı, besin ve abur cubur tüketimi, karakterin beslenme davranışları ve yemek gruplarına dair bulguların olup olmadığına bakılmıştır. Bu aşamada HİBEKADA’da belirlenen kategoriler üzerinden işaretlemeler yapılarak betimsel analizden yararlanılmıştır. Temel olarak betimsel analiz, söz konusu

çalışmanın daha derinlemesine analiz edilip benzer verileri belirlenen konu çerçevesinde bir araya getirmektir. Belirli kavram ve temaları inceleyip hedeflenen konu doğrultusunda düzenleyip yorumlamaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Her kitap araştırmacılar tarafından sunduğu içerik açısından yedi kategoriden oluşan değerlendirme aracı doğrultusunda incelenerek işaretlemeler yapılmıştır. Araştırmacılar arasında görüş ayrılığı olan kodlamalar, görüş birliğini sağlamak amacıyla toplum beslenmesi ve okul öncesi dönemde beslenme eğitimi ile okul öncesi eğitim ve çocuk edebiyatı alanında çalışmaları bulunan iki akademisyen tarafından incelenmiştir. Elde edilen veriler bir araya getirilerek frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır.

### Bulgular

Bu bölümde araştırmanın alt problemleri doğrultusunda elde edilen bulgular sunulmuştur.

Tablo 1’de hikâye kitaplarında besinler hakkında yer alan mesajlara ilişkin betimsel istatistik değerlerine yer verilmiştir.

Tablo 1.

Hikâye Kitaplarında Besinler Hakkında Yer Alan Mesajlara İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Mesajlar	f	%		f	%
Belirgin Mesaj	23	23	Olumlu	19	19
Gizli Mesaj	5	5	Olumsuz	8	8
			Hem olumlu hem olumsuz	1	1
Mesaj Yok	72	72			

Tablo 1’e bakıldığında incelenen 100 hikâye kitabında besinler hakkında 28 mesajın olduğu, bu mesajlardan 23’ünün belirgin 5’nin ise gizli mesaj olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bu mesajların 19’unun olumlu, 8’inin olumsuz, bir mesajın ise hem olumlu hem olumsuz olduğu bulunmuştur. Bu oranlar doğrultusunda çocuk hikâye kitaplarında besinlere dair mesajlara daha fazla yer verilmesi gerektiği düşünülmektedir. İncelenen kitaplardan elde edilen olumlu mesajlar: Yemeklerin lezzetli oluşu, hastalıklara karşı portakal suyunun tüketilmesi gerektiği, kahvaltının önemi, dengeli beslenme, günde üç öğün yemenin önemi, yemek yemenin önemi, krepten eğlenceli şekiller yapmanın kahvaltıyı eğlenceli hale getirmesi, büyümek için yemek yeme hakkı ve şekerlemelerin dişlere olumsuz etkisi kaydedilmiştir. Olumsuz mesajlar ise; abur cubur tüketimi, abur cuburların çok lezzetli oluşu, sürekli pizza tüketilmesi, yemeklerin yavan olması, makarnanın en lezzetli yemek olarak gösterilmesi, akşam yemeğinde dondurma tüketimi olarak kaydedilmiştir.

Beslenmeye ilişkin olumlu mesajlara bakıldığında kitaplarda; *“Babası ağzına tıktırıyordu lokmaları. Herkes bilirdi. Çok önemliydi kahvaltı.”*, *“Begüm her sabah olduğu gibi mutfakta kahvaltı yapıyordu. Birden arkasından büyük mor bir gergedan geçti. Masadaki tabaktan bir krep alıp yemeye başladı”*, *“Masada, güzel annesinin hazırladığı harika bir sürpriz bekliyormuş onu. Tablo gibi bir kahvaltı tabağı! Üzüm, zeytin, peynir, domates, maydanoz ve yumurtadan oluşan bir yüz. Yağmur tabağındakilerin hepsini yemiş.”* ifadeleriyle kahvaltının öneminin vurgulandığı ve *“Güzelce büyümek için yiyecek ve içeceğimin olmasına hakkım var. En çok portakalı seviyorum. Hem yiyor hem de suyu içiliyor”* ifadesi ile büyümek için beslemenin gerekli olduğuna ve meyve tüketimine vurgu yapıldığı şeklinde örneklere rastlanmaktadır.

Beslenmeye ilişkin olumsuz mesajlar açısından bir kitabın *“Unutmadı yanına almaya bir kahramana yakışan yiyecekleri. Pasta, kek ve bir sürü kurabiye. Tabii ki içecek bir şeyler ve bolca şekerleme. Birde halka çörek, yensin diye keyifle”* ifadeleri ile abur cubur, şekerli ve karbonhidrat ağırlıklı beslenmeye yönelik bir yönlendirme içerdiği, ve *“...Tabii şeker yedikten sonra dişlerini hiç fırçalamamış. Nefesi öyle kokarmış ki... Korkunç!”* ifadelerinin şeker tüketimine dikkat çektiği aynı zamanda eğer şeker tükettikten sonra dişler fırçalanıyorsa şeker tüketilebileceği gibi bir mesaj içerdiği belirlenmiştir.

*“Anneanne” dedi Nilü, “Bugün kahvaltıda, öğle yemeğinde ve akşam yemeğinde dondurma yiyebilir miyiz?” “Elbette yiyebiliriz!”* ifadesi ile üç öğün dondurma tüketiminin onaylanabilecek bir durum olabileceği mesajı verilmiştir.

“Üzgünüm ama ben sadece spaghetti yerim.”, “...Sonra her tarafından sular damlayan bir kutu çıkardı çantasından. Korsan tayfa, size getirdim leziz bir pizza, taaaa bizim oralardan!”, ifadeleri ile ise makarna ve pizza tüketimi ile karbonhidrat ağırlıklı beslenme şeklinin ön plana çıktığı görülmektedir.

Bir kitapta ise, “Cenk yanında getirdiği şekerlerden bir kısmını Yodellilere verdi. Hepsi, ellerindeki lolipoplari yaladılar heyecanla. Sonra bir anda indirdiler jöleli şekerleri mideye. Sonra da başladılar karın ağrısı çekmeye.” ifadeleri ile çok fazla abur cubur tüketiminin karın ağrısına sebep olacağı ifade edilerek hem abur cubur tüketimine hem de abur cubur tüketiminden uzak durmaya yönelik olumlu ve olumsuz mesajın bir arada verildiği görülmüştür.

Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan besin türlerine ait frekans ve yüzde değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2.

Hikâye Kitaplarında Yer Alan Besin Türlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Besin Türleri	f	%
Ekmek ve tahıllar	5	5
Sebzeler	3	3
Meyveler	11	11
Süt ve süt ürünleri	1	1
Et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	4	4
Meyveler, süt ve süt ürünleri	3	3
Ekmek ve tahıllar, sebzeler, meyveler	1	1
Ekmek ve tahıllar, meyveler, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	1	1
Sebzeler, meyveler, süt ve ürünleri, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	2	2
Ekmek ve tahıllar, sebzeler, meyveler, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	4	4
Ekmek ve tahıllar, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	1	1
Meyveler, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler, süt ve süt ürünleri	2	2
Ekmek ve tahıllar, sebzeler, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler, süt ve süt ürünleri	4	4
Meyveler ve et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	3	3
Ekmek ve tahıllar, süt ve süt ürünleri	1	1
Sebzeler, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	2	2
Sebzeler, meyveler, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	2	2
Sebzeler, süt ve süt ürünleri, et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlar, kabuklu yemişler	1	1
Sebzeler ve meyveler	2	2
Ekmek ve tahıllar, meyveler, süt ve süt ürünleri	1	1
Hepsi	1	1
Hiçbiri	45	45
Toplam	100	100

Tablo 2’ye bakıldığında 100 kitaptan 45’inin besin gruplarının hiçbirini barındırmadığı, 1’inin ise tüm besin gruplarını barındırdığı görülmektedir. Besin gruplarının kitaplarda tek başına yer alma durumlarına bakıldığında ise en fazla meyvelere en az ise süt ve süt ürünlerine yer verildiği bulunmuştur. Hikâyelerde yer alan sebzelerin domates, maydanoz, salatalık, semizotu, havuç, marul, pancar, soğan, dolmalık biber, lahana, patates, ıspanak, enginar, mantar, pırasa, turp, sarımsak olduğu görülmüştür. Meyvelerden portakal, karpuz, elma, böğürtlen, üzüm, zeytin, kiraz, armut, muz, çilek, erik, ahududu, limon, balkabağı, şeftali, ananas, mango, kivi, incir, vişne ve kavunun yer aldığı belirlenmiştir. Süt ve süt ürünlerinden ise; peynir, süt, tereyağı, yoğurdun geçtiği kaydedilmiştir. Et-yumurta-kurubaklagiller ve yağlı tohumlardan ise; yumurta, fındık, ceviz, sosis, sucuk, salam, et, balık, badem, kestaneye rastlanmıştır. Ekmek ve tahıl grubundan ise buğday, un, ekmek ve darı kitaplarda yer almıştır. Örnek cümleler aşağıdaki gibidir:



- “Aniden bir rüzgâr çıkmış. Ağaçtaki kirazlar patır patır yere düşmeye başlamış. Küçük fare kirazları birer birer toplamış, afiyetle yemiş.”
- “Serinlemek isteyen üç tombul fil, limon ağacına çıkmış. Biraz limon toplayıp limonata yapacaklarmış.”
- “Herkes pancara bayılır. Biz de dünyanın en büyük pancarını yetiştireceğiz.”
- “Belki biraz şişlik varsa karnımda, inan sadece brokolili makarna.”

Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan besinlerin kaynağına ilişkin frekans ve yüzde değerleri Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3.

## Hikâye Kitaplarında Yer Alan Besinlerin Kaynağına İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Besin Kaynağı	f	%
Hayvanlardan elden edilenler	1	1
Bitkilerden elde edilenler	27	27
Hem hayvan hem bitkilerden elde edilenler	27	27
Hiçbiri	45	45
Toplam	100	100

Tablo 3 incelendiğinde, 100 hikâye kitabından birinin hayvanlardan elde edilen besin kaynaklarını, 27’sinin bitkilerden elde edilen besin kaynaklarını, 27’sinin hem hayvan hem bitkilerden elde edilen besin kaynaklarını içerdiği görülürken, 45 kitapta ise hiçbir besin kaynağına rastlanmamıştır.

Sadece hayvanlardan veya sadece bitkilerden elde edilen besinler içeren kitapların yanı sıra hem hayvanlardan hem bitkilerden elde edilen besinlerin varlığına dair örnek cümlelerden biri, “Şaşırtıcı bir biçimde çantadan bir şeyler çıkmaya başladı: bir buket çiçek, yün bir atkı, küçük bir kavanoz bal, olgun bir şeftali...” şeklinde kaydedilmiştir.

Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan besinlerin tüketimine ve abur cubur tüketimine ilişkin alt problemin analiz sonuçları Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4.

## Hikâye Kitaplarında Yer Alan Besinlerin Tüketimine ve Abur Cubur Tüketimine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Besin Tüketimi	f	%
Günlük yaşama ve farklı durumlara bağlı olarak farklı besinler/yemekler tüketme	25	25
Besin gruplarından çeşitli yiyecekler yeme	18	18
Hiçbiri	57	57
Toplam	100	100
Abur Cubur Tüketimi	f	%
Barındırır	22	22
Barındırmaz	78	78
Toplam	100	100

Tablo 4’e göre 100 kitaptan 25’inde günlük yaşama ve farklı durumlara (bayramlar, doğum günleri, partiler, mezuniyet ve piknik gibi) bağlı olarak farklı besinler tüketme durumu görülürken besin gruplarından çeşitli yiyecekler yemenin önemine %18 oranında yer verildiği görülmektedir. Ayrıca incelenen hikâye kitaplarının 57’sinin her iki durumu da barındırmadığı belirlenmiştir. Ayrıca 100 hikâye kitabından 22’sinin abur cubur tüketimine yönelik bulgular barındırdığı, 78’inin barındırmadığı tespit edilmiştir.

Günlük yaşama ve farklı durumlara bağlı olarak farklı besinler/yemekler tüketmeye ilişkin olarak, “Kısalılar ve uzunlar kulübü! Hemen çalışmalarına başladı. Kekler pişirildi, balonlar şişirildi.”, “Özel yiyeceklerle dolu masa. Güzel kekler ve jöleli pasta. Karnı acıkmış bir dinazor.”, “Mangal yapılıyor arka bahçede, mis gibi et kokuları içinde.”, “Günün menüsü Şef Alfonsaurus’tan ağızımıza

layık lezzetli mi lezzetli ‘Özel Misafir Kebabı’, “İnci o gün bahçede piknik yapmak için annesinden izin aldı. Annesi ona bir piknik sepeti hazırladı. Sepette çeşitli meyveler, meyve suyu ve minik kekler vardı.” ifadelerine rastlanmıştır.

Abur cubur tüketimine ilişkin olarak ise;

“Bir gece yıldızları uzun uzun seyrederken, Cenk denen çocuğun aklına geldi bir fikir, rüyalara dalarken. “Gidip Marslıların en çok hangi şekerlemeyi sevdiğini öğreneceğim.”, “Cenk çantasına lolipolar, bonbonlar ve çikolatalı drajelerden koydu. Limonlu olanlardan koysa mı koymasa mı bilemedi bir süre. Ne de olsa koymuştu bir sürü jöleli şeker, akide ve nanelisinden ve tabii ki bolca lokum, en sevdiğinden.”, “Sevimli kurt sabah, öğle ve akşam demez hep şeker yemiş. Çilekli şekerler, lolipolar, horoz şekerler, çikolatalı drajeler...” ifadelerinin olduğu görülmüştür.

Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan karakterlerin beslenme davranışlarına ilişkin alt problemin analiz sonuçları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5.

Hikâye Kitaplarında Yer Alan Karakterlerin Beslenme Davranışlarına İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Karakterlerin Beslenme Davranışları	f	%
Yemek seçme davranışı	3	3
Abur-cubur tüketimi	12	12
Doğru beslenme alışkanlığı	1	1
Besin çeşitliliği	6	6
Aşırı yemek yeme davranışı	1	1
Besin çeşitliliği ve diğer	5	5
Aşırı yemek yeme davranışı, doğru beslenme alışkanlığı ve besin çeşitliliği	1	1
Yemek seçme davranışı, besin çeşitliliği ve abur-cubur tüketimi	1	1
Besin çeşitliliği ve aşırı yemek yeme davranışı	3	3
Besin çeşitliliği ve abur-cubur tüketimi	3	3
Besin çeşitliliği ve yemek seçme davranışı	1	1
Abur-cubur tüketimi ve yemek seçme davranışı	1	1
Abur-cubur tüketimi, aşırı yemek yeme davranışı ve besin çeşitliliği	1	1
Abur-cubur tüketimi, besin çeşitliliği ve diğer	3	3
Abur-cubur tüketimi ve diğer	1	1
Diğer	4	4
Hiçbiri	53	53
Toplam	100	100

Tablo 5’te incelenen 100 hikâye kitabından 3’ünde sadece yemek seçme davranışına, 12’sinde sadece abur cubur tüketimine, 1’inde sadece doğru beslenme alışkanlığına, 6’sında sadece besin çeşitliliğine, 1’inde ise sadece aşırı yemek yeme davranışına yer verildiği görülmektedir. Diğer adlı kategoride ise yemeğini paylaşma, yemek yapmayı sevme, annenin akşam yemeğinde dondurma tüketimine izin verme, besin yetiştirme, hediye olarak yemek paylaşma, babanın çocuklarına kahvaltı hazırlaması, ailece yemek yapmak gibi durumlar kaydedilmiştir. Kitaplarda geçen ifadelerden bazıları şöyledir;

“Annem “Yemeğin hazır. Hadi masaya gel!” diye seslendi. “Teşekkür ederim. Yemek yemeyeceğim. Çok meşgulüm.” diye yanıt verdim. Bu yanıt annemi sinirlendirdi. Hemen yanıma geldi ve masaya oturmamı istedi.”, “Timsah şaşkınlıkla “Bu kadar nefis yiyecekleri istememen hiç akıllıca değil.” dedi.”, “Annem yemeğimin hepsini bitirdiğini görünce memnun oldu. “Tabağını silip süpürmüşsün. Çok akıllı bir kızsın sen.” dedi.”, “Çok çok eskiden, kremalı pastaya benzeyen büyük bir dağın eteklerinde tatlı meyvelerle dolu bir orman ve pirinç tarlaları varmış.”, “Bir sabah kahvaltısında, küçük ejderha en sevdiği yiyecek olan pirinç lapasına dokunmamış.”, “Pirinç lapalarının ardından dağ çileği kokularının geldiği patikaya doğru yürümüş.”, “Az ilerideki portakal ağacının altında uyuyan ördeği görünce “Hım” demiş. “Portakal suyunu hep içerim. Belki de portakallı ördek yapmalıyım.” demiş.

Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan yemek gruplarına ilişkin alt problemin analiz sonuçları Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6.

## Hikâye Kitaplarında Yer Alan Yemek Gruplarına İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Yemek Grupları	f	%
Tatlılar	13	13
İçecekler	12	12
Çorba, salata	1	1
Pilav-makarna-börek	3	3
Tatlılar, salata	1	1
Et ve et yemekleri, tatlılar	2	2
Tatlılar, pilav-makarna-börek ve et yemekleri	1	1
Et ve et yemekleri, çorba, salata, tatlılar	2	2
Et ve et yemekleri	1	1
Pilav-makarna-börek ve tatlılar	3	3
Zeytinyağlılar	0	0
Çorbalar	0	0
Salatalar	0	0
Hiçbiri	61	61
Toplam	100	100

Tablo 6’da doküman listesine dahil edilen hikâye kitaplarında %13’lük oran ile en fazla tatlılara yer verildiği anlaşılırken çorbalara, zeytinyağlılara ve salatalara hiç yer verilmediği görülmektedir. Ayrıca 100 hikâye kitabı içerisinde hiçbir yemek grubuna yer vermeyen 61 kitabın olduğu tespit edilmiştir. Tatlılardan dondurma, puding, reçel, bal, aşure, jöle kavramlarının yer aldığı görülürken zeytinyağlı yemeklerde dolma, sarma, barbunya gibi çeşitlerin geçtiği görülmüştür. Pilav-makarna-börek grubunda ise; erişte, pizza, krep vb. yer alırken, et yemekleri olarak etli sebze, köfte, tavuk, balık, etli kurubaklagile rastlanmıştır. Bu doğrultuda kitaplardan bazı örnekler aşağıdaki gibidir;

*“Kirpinin ektiği bezelyeler büyümüş, bahçedeki kaydırağa dolanmış. Kirpi kaydırağı bir güzel sallamış. Bezelyelerin kabukları hemen açılmış. Kaydırağın yuvarlanan taneler kasede toplanmış. Kirpi, yavrularına akşam yemeği için bezelye çorbası yapmış.”* ifadesi ile çorbalar grubuna, *“Tatlı fare, minik fındık, nereye gidiyorsun böyle? Ağacın tepesindeki evime buyur, çay içelim birlikte.”*, *“O da ne? Bir baykuş! Acaba evini mi kaybetmişti? Yoksa bu soğukta kendisine bir fincan sıcak kakaolu süt verebilecek birini mi arıyordu?”* ifadeleri ile içecekler grubuna yer verildiği, *“Yerleştirdi sırt çantasına yünlü bir bere, bir harita ve bir tabak spagetti...”* ifadesi ile ise pilav-makarna-börek grubuna yer verildiği görülmektedir.

### Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma, okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. 4-6 yaş grubu çocuklarına yönelik hazırlanan 100 hikâye kitabı besinler hakkındaki mesaj, besin türleri, besinlerin kaynağı, besin ve abur cubur tüketimi, karakterin beslenme davranışları ve yemek gruplarını barındırma durumuna yönelik olarak analiz edilmiştir. Bu doğrultuda elde edilen bulgular, araştırma kapsamında ele alınan çocuklara yönelik olarak hazırlanan hikâye kitaplarında beslenmeye ilişkin kavramlara yeteri kadar yer verilmediğini ortaya çıkarmıştır. Oysa çocuklar besinler ve beslenme konusunda yeterli bilgi ve beceriye sahip olmadıklarından onları beslenme ile ilişkili kavramlar, yeterli ve dengeli beslenmenin önemi ile tanıştıracak araçlara ihtiyaç duyarlar. Çocuklara doğru davranışları kazandırmada ve çeşitli durumları deneyimlemede çocuk edebiyatında önemli yer tutan hikâye kitapları etkili bir yol olarak karşımıza çıkmaktadır.

Araştırmada 100 hikâye kitabının 28’inde besinlerle ilgili mesajın yer aldığı tespit edilmiştir. Bu mesajlardan %23’ünün belirgin, %5’inin gizli olduğu görülürken %72’sinde ise besinlere dair bir mesaj olmadığı bulunmuştur. Besinlere dair mesaj veren 28 kitaptaki mesajların %19’unun olumlu, %8’inin olumsuz, %1’inin hem olumlu hem olumsuz olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aktarılan olumsuz mesajların sayısı az olmasına karşılık olumlu mesajların sıklığı beklenen değerlerin altında kalmıştır.

Bu oranlar doğrultusunda çocuk hikâye kitaplarında besinlere dair mesajlara daha fazla yer verilmesi gerektiği düşünülmektedir. Aktarılan olumsuz mesajlar içerisinde abur cubur tüketimine özendirilmenin olması çocukların beslenmeye yönelik davranışlarını olumsuz etkileyebilecek bir durum olarak değerlendirilebilir. Eğitim kurumlarında çocuklara beslenmeye dair bilgi, tutum ve davranışlarını olumlu yönde etkileyecek eğitimler verilmesi gerekmektedir. Bu eğitimler sayesinde çocukların beslenmeye dair daha olumlu davranışlar kazanacağı için beslenme eğitimlerinin hazırlanmış uygun eğitim ortamlarında nitelikli ve planlı bir şekilde çocuklara sunulması gerekmektedir (Ataman, 2009). Byrne ve Nitzke (2002) 3-5 yaş arasındaki çocukların öykü kitabındaki mesajlara maruz kalmalarının yeni bir sebzenin (lahana) kabulüne olan etkisini araştırdıkları çalışmalarında deney grubundaki çocuklar lehine anlamlı bir fark bulmuşlardır. Uygulama sonunda deney grubundaki çocuklar söz konusu besini (lahana) tadacaklarını bildirmişlerdir. Bu araştırma bulgusu kitaplarda çocuklara doğru beslenme alışkanlıkları kazandıracak mesajlara daha fazla yer verilmesi gerektiğini desteklemektedir. Bununla birlikte Erdoğan (1999) Türkiye’de 1996–1998 yılları arasında yayımlanmış telif çocuk kitaplarının içerik analizini yaptığı araştırmasında kitaplarda yer alan temalar içinde özbakım becerileri alanında beslenme temasının en az işlenen temalar içinde olduğunu tespit etmiş, incelenen 286 kitap içinde bu temayı işleyen yalnızca bir kitap olduğunu belirtmiştir. Dilek (2015) tarafından 3-6 yaş çocuklarına yönelik hazırlanan resimli hikâye kitaplarında yer verilen resimlerde ele alınan öz bakım becerilerinin incelendiği çalışmada, %31.42 oranla en fazla, yeterli ve dengeli beslenme becerisinin yer aldığı ortaya konmuştur. Hikâye kitaplarında geçen kavramlar ile ilgili diğer çalışmalarda da okul öncesi çocukları için hazırlanan hikâye kitaplarında en çok hayvanlar konusunun ele alındığı görülmüştür (Angın ve Soydan, 2017; Kardaş Koçak, 2017; Yılmaz Genç ve Özen Uyar, 2016). Ayrıca çocuk kitaplarında sıklıkla bahsedilen kavramların duyu kavramları, sıklıkla vurgu yapılan temaların ise canlılar, dünyamızı tanıma, sağlıklı ve temiz olma olduğu saptanmıştır (Yılmaz Genç ve Özen Uyar, 2016). İnalçık ve Angın (2021) tarafından Milli Eğitim Bakanlığı (M.E.B.) tarafından öğretmenlere sunulan Okul Öncesi Eğitim Programı Etkinlik Kitabı ve Dijital Eğitim Platformu Eğitim Bilişim Ağı Öğretmenler İçin Okul Öncesi Etkinlik Kitabı’nda yer verilen etkinliklerin besin ve beslenmeye ilişkin kazanımlar ve öğrenme süreçleri açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen çalışmada, Okul Öncesi Eğitim Programı Etkinlik Kitabı etkinliklerinde hem kazanımlar hem de öğrenme süreçleri açısından besin ve beslenmeye ilişkin herhangi bir kavrama rastlanmazken Dijital Eğitim Platformu Eğitim Bilişim Ağı Öğretmenler İçin Okul Öncesi Etkinlik Kitabı’nda ise 15 etkinlikte besin ve beslenme ile ilişkili kazanımların yer aldığı ancak bu etkinliklerin öğrenme süreçleri incelendiğinde ise sadece sekiz etkinliğin öğrenme sürecinde besin ve beslenme ile ilgili kavramlara sahip olduğu belirlenmiştir.

Araştırmada besin türlerine ilişkin değerlere bakıldığında 100 kitabın %11’inde sadece meyvelere, %5’inde sadece ekmek-tahıllara, %4’ünde sadece ekmek/tahıl ve kuru baklagillere, %3’ünde sadece sebzelere, %1’inde ise sadece süt ve süt ürünleri grubuna yer verildiği görülmektedir. Sağlıklı olmak, temelde yeterli ve dengeli beslenmeye bağlıdır (Dereli, 2006). Ülkemizde de yıllar içerisinde ekmek, süt, yoğurt, et, sebze ve meyve tüketiminin azaldığı görülürken kurubaklagiller, yumurta ve şeker tüketiminde ise artış olduğu saptanmıştır (DPT, 2003). Oysa süt ve süt ürünleri grubunun çocukların kemik, kas gelişimi ve büyümelerine olan etkisi göz önünde bulundurulduğunda elde edilen bulgular süt ve süt ürünlerine daha fazla önem verilmesi açısından değerli görülmektedir. Aynı zamanda gün içerisinde beş besin grubundan da besin tüketen kişilerin günlük enerji ve besin ihtiyaçlarının karşılandığı bilinmektedir. Günlük alımlarda süt, meyve ve tahıl gruplarından eksikler kaldığında vücuttaki kalsiyum ve çinko oranında azalma görülmektedir (Baysal, 2003). Tüm yaş grubundan bireylerin her gün özellikle süt ve süt ürünlerini tüketmesi gerekmektedir (Tüber, 2015). Bunun yanı sıra yağlar ve şeker yüksek oranda tüketilirse besin piramidindeki günlük alım miktarlarına oranla dengesizlikler oluşur. Gün içerisinde her besin grubundan ölçülü ve yeterli miktar tüketilmelidir (Arlı vd., 2020; Baysal, 2003).

İncelenen 100 kitap içerisinde 45 kitapta hiçbir besin grubuna yer verilmezken sadece bir kitapta tüm besin gruplarına yer verildiği saptanmıştır. Besin çeşitliliği, sağlıklı ve doğru beslenebilmenin ön koşullarından biriyken besin öğelerinin eksik alımı ya da sadece bir kısmının çok fazla tüketilmesi gelişimi olumsuz etkilemektedir. Gripshover ve Markman (2013)’ın besin çeşitliliğine dikkat çekmek amacıyla yapılan çalışmalarında verilen beslenme eğitimi sonrasında çocukların hemen hepsi sadece bir çeşit yemek yemenin sağlıklı olmayacağını belirtmiştir. Ayrıca

eğitim alan çocukların neredeyse yarısı bir çeşit yiyeceğin neden yetersiz olduğunu açıklayarak vücudumuzun farklı besin maddelerine duyduğu ihtiyaç konusunda fikirlerini belirtebilmişlerdir. Çocuklar eğitim sayesinde beslenmeye dair temel kavramları edinmiş ve bu kavramları sürecin ötesindeki başka durumlara genelleyerek açıklamalarda bulunabilmişlerdir. Aynı zamanda müdahale grubundaki çocukların eğitim sonunda sebze tüketimlerini arttırdığı gözlenmiştir. Ünver ve Ünüsan (2005)'in yaptığı araştırmada da çocukların %58'i sebzeleri tüketirken çalışma kapsamında verilen beslenme eğitimi sonrası bu oranın %70'e çıktığı saptanmıştır. Yine eğitim öncesi günlük iki bardak süt içen çocukların oranı %32 iken eğitim sonrasında bu oranın %70'e yükseldiği görülmüştür. Verilen eğitim sayesinde et, yumurta ve kurubaklagil grubunu yeme sıklıklarında da olumlu yönde değişiklikler olduğu kaydedilmiştir. Verilen beslenme eğitiminde sanat etkinliklerinin, oyunların, şiirlerin, tekerlemelerin, hikâyelerin, filmlerin ve çeşitli materyallerin kullanıldığı ifade edilmiştir. Ping vd. (2016) tarafından yapılan araştırmada, resimli hikâye kitaplarının çocukların yemek seçme davranışlarında olumlu etkilere yol açtığı, çoğu çocuğun yemeyi reddettiği yeşil biber, soğan ve kırmızı havucu hikâye kitapları sayesinde tatmaya istekli hale geldikleri belirlenmiştir. Resimli hikâye kitaplarıyla öğretim süreci sonunda araştırmacılar çocukların gıdaya karşı olumsuz yaklaşımlarının giderek azaldığını görmüştür. İlerleyen zamanlarda ise çocukların kitaplarda geçen besini tüketmeye yönelik olumlu ifadeler kullandıkları kaydedilmiştir (Ping vd., 2016). Beslenme programlarına dayalı bir eğitim süreci sonunda sebze ve meyve tüketiminde gözle görülür bir artış olduğu saptanmıştır. Bu sonuç göstermektedir ki çocuklar üzerinde bu istikrarlı davranışlar sürdürülebilirse çeşitli çocukluk hastalıkları, kanser de dahil olmak üzere kronik hastalıklar önenebilmektedir (Howerton vd., 2007).

Araştırmada besinlerin kaynağına yönelik olarak yapılan incelemede kitapların 27'sinin sadece bitki kaynaklı besinleri barındırması, sadece hayvan kaynaklı besinler olan kitap sayısının ise bir olması sebze ağırlıklı beslenmeye verilen önemin fazla olduğunu düşündürmektedir. Hem hayvan hem bitki kaynaklı besinleri barındıran kitap sayısının 27 olması ise besin çeşitliliğine önem verilmesi gerektiğini vurgulamak açısından değerli görülmektedir.

İncelenen 100 kitaptan 25'inde besinlerin tüketimine yönelik olarak, günlük yaşama ve farklı durumlara bağlı gün içerisinde farklı besinler/yemekler tüketme durumuna, 18'inde besin gruplarından çeşitli yiyecekler yeme durumu görülürken, 57 kitapta bu kategoriye dair hiçbir bulguya rastlanamamıştır. Günlük yaşama ve farklı durumlara bağlı olarak gün içerisinde farklı besinler tüketme durumunun karne gününe özel reçel yapımı ya da doğum günü için özel pasta yapımı olarak doğum günü, karne günü, piknik ya da özel günlerde ele alındığı belirlenmiştir.

Abur cubur tüketimine ilişkin olarak yapılan analizde 100 kitaptan 22'sinde bu içeriğe rastlanmıştır. Çocukların beslenme alışkanlığına yapacağı olumsuz etki göz önünde bulundurularak çocuk kitaplarında abur cubur tüketimine ilişkin olarak bu bulgunun önemli bir veri olduğu düşünülmektedir. Abur cubur tüketimi daha çok ergenlik dönemi beslenme şekli olsa da günümüzde ilkökul çağı çocukları tarafından da tüketim oranının arttığı bilinmektedir. Örneğin ABD'de 2-19 yaş arası çocukların % 16.3'ünün obez olduğu kaydedilmiştir. Ülkemizde ise son 20 yılda % 6-7'den % 15-16'ya çıktığı görülmüştür. Obeziteye neden olan birçok faktörün olduğu bilirse de başlıca sebepleri arasında olumsuz yeme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite yetersizliği gelmektedir. Bu durum özellikle çocuklar arasında obezite prevelansında artışa neden olmaktadır. Bu durumun önlenmesi için erken yaşlarda kazandırılacak olan olumlu yeme davranışları ve yeterli düzeyde yapılacak olan fiziksel aktiviteye gerek duyulmaktadır (Arlı vd., 2020). Çocukların doğru beslenme alışkanlıkları kazanmasında ailenin rolü büyüktür. Özellikle okul öncesi dönem çocuklarının çikolata, şeker, pasta ve asitli içecekler gibi besleyici yönü olmayan sağlığa zararlı besinlerden uzak tutulması gerekmektedir (Küçükali, 2006). Ünver ve Ünüsan (2005) yaptıkları araştırmada sık sık abur cubur besin tüketenlerin oranının beslenme eğitimi sonunda %48'den %16'ya düştüğünü belirtmiştir. Gelecek nesillerin sağlıklı büyümesi ne ölçüde yeterli ve dengeli beslendiklerine bağlıdır. Yeterli ve dengeli beslenmeyi öğrenmeleri ise onlara doğru beslenme alışkanlıkları kazandıracak olan aile ortamı, eğitim ortamı ve eğitim ortamında alacakları beslenme eğitimleri ile mümkündür. Hikâye kitaplarının da önemli bir parçası olduğu bilinen bu eğitimlerin önemi açıktır (Özer, Doğan, Çakmakçı, İrez ve Yalaki, 2017).

Araştırmada karakterin beslenmeye ilişkin sunduğu içeriklere bakıldığında %1'inde sadece aşırı yemek yeme, %3'ünde sadece yemek seçme davranışı, %1'inde ise sadece yemek yemeyi

sevmeme davranışının gözlemlenmesi çocuklara kazandırılacak beslenme alışkanlıkları açısından olumlu görülürken karakterlerin doğru beslenmeye yönelik bulgularının yer aldığı sadece bir kitap tespit edilmiştir. Beslenmesinde besin çeşitliliğine yer veren karakterlere dair altı kitap bulunurken sadece abur cubur tüketiminin yer aldığı 12 kitabın olduğu görülmektedir. Genel olarak bakıldığında da 22 kitapta abur cubur tüketimine dair ifadelerin yer aldığı kaydedilmiştir. Diğer (yemeğini paylaşma, yemek yapmayı sevme, annenin akşam yemeğinde dondurma tüketimine izin verme, besin yetiştirme, hediye olarak yemek paylaşma, babanın çocuklarına kahvaltı hazırlaması, ailece yemek yapmak) beslenme davranışlarına ise dört kitapta yer verildiği görülmektedir. 53 kitapta ise karakterin beslenmeye ilişkin hiçbir içerik sunmadığı tespit edilmiştir. Resimli hikâye kitaplarının 4-6 yaş arası çocukların sağlıklı beslenme alışkanlıkları üzerinde bir etkisinin olup olmadığını belirlemek ve yeme tutumlarının nasıl şekillendiğini görmek amacıyla Pink vd., (2016) tarafından yürütülen çalışmada resimli hikâye kitaplarındaki karakterlerin rolleriyle ve çocukların sağlıklı beslenme tutumlarının özdeşleştiği görülmüştür. Okunan kitaplardan sonra çocukların karakterleri olumlu beslenme tutumlarıyla tanıdıkları, çocukların kitaplardaki karakterlerin beslenme tutumları ile kendi beslenme tutumları arasındaki benzerlik ve farklılıklardan bahsedebildikleri ve okullarında sağlıklı beslenmeye olumsuz tepki gösteren akranlarıyla karşılaştıklarında onlara doğru ve sağlıklı beslenme davranışları hakkında söylemlerde bulunabildikleri gözlenmiştir. Svab ve Zumer (2015) çocuklara sunulan kitapların yarısının popüler karakterlerle ilgili olduğunu belirtmektedir (Akt: Yükselen, Yumuş ve Işık, 2016). Doğru ve sağlıklı beslenme davranışlarının ve beslenmeye dair olumlu mesajların çocuklara bu karakterlerle aktarılması bu açıdan önem taşımaktadır. Çocukların bildikleri ve sevdikleri karakterleri örnek alması daha kolay olacağından öğrenmede de etkili bir yol olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada yemek gruplarına bakıldığında %23'lük bir oranla en fazla tatlıların yer aldığı tespit edilmiştir. Bu durumun çocuklarda tatlı tüketimine olan eğilimin artmasına yol açabileceği göz önüne alındığında, bu araştırma ile elde edilen sonucun dikkat çekici olduğu söylenebilir. Ayrıca 100 kitap içerisinde sadece içeceklerin %12, sadece et yemekleri grubunun %1, sadece pilav-makarna-börek grubunun %3 yer aldığı görülürken sadece çorba, salata ve zeytinyağlılara hiç yer verilmediği görülmektedir. 100 kitap içerisinde 61'inde ise hiçbir yemek grubuna yer verilmediği de saptanmıştır.

Çocukların hikâye kitaplarındaki karakterleri rol model aldıkları düşünüldüğünde bu karakterlerin çocuklara doğru beslenme alışkanlıklarını kazandırmada kullanılması konusunda çocuk kitaplarının yetersiz kaldığı görülmüştür. Bu konu, çocuk kitabı yazarlarının üzerinde durması gereken nokta olarak kaydedilmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar ışığında aşağıdaki önerilere yer verilmiştir:

Araştırmanın bulguları doğrultusunda okul öncesi çocuklarına yönelik hikâye kitapları seçilirken diğer tüm kavramlarda olduğu gibi beslenme kavramlarına ilişkin de nitelikli kitapların seçilmesi önerilmektedir.

Çocuk kitabı yazarlarının hitap ettikleri grubun yaş ve gelişim özellikleri konusunda bilgi sahibi olmalarının önemli olduğu, bu doğrultuda yazarların çocuk gelişimi ve beslenme alan uzmanlarından destek alarak çalışmalar yapmasının kitaplarda sunulan içerik açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

Yürütülecek araştırmalarda öğretmenlerin ve ailelerin konuya ilişkin bakış açılarının neler olduğunun ortaya konulmasının beslenme ile ilişkili nitelikli çocuk kitaplarının hazırlanmasında etkili olacağı öngörülmektedir.

Planlanacak araştırmalarda beslenme ile ilgili kavramlara yer verilen hikâye kitapları ile müdahale çalışmaları planlanarak çocukların beslenme bilgi ve davranışları üzerindeki etkilerinin araştırılması önemli görülmektedir. Aynı zamanda gelecek araştırmalarda özellikle beslenme konuları ile ilgili olarak hazırlanmış hikâye kitapları belirlenerek içeriklerinin hangi beslenme içeriğine yönelik olarak hazırlandığının tespit edilmesinin çocuk edebiyatı yayınlarında yer verilen beslenme kavramlarına ilişkin olarak dikkat çekici olacağı ve konu ile ilgili olan sınırlı literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırma, araştırmacılar tarafından seçilen 4-6 yaş çocuklarına yönelik olarak hazırlanan 100 hikâye kitabı ile sınırlıdır. Ayrıca bu araştırma alanda ilklerden olması dolayısıyla fazla sayıda

hikâye kitabını inceleyebilmek amacıyla araştırmada hikâye kitaplarının belirlenmesinde sadece nitelikli yayınevi yayını olması ve 4-6 yaş çocuklarına yönelik olması dışında herhangi bir ölçüt belirlenmemiştir. Yürütülecek çalışmalarda incelenecek çocuk edebiyatı yayınları belirlenirken farklı ölçütler göz önüne alınabilir. Araştırmada nitelikli çocuk edebiyatı yayını yapan yayınevlerinin belirlenmesinde bir uzman görüşüne başvurulmuş olması da araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır.

### **Etik Beyannamesi**

Bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında belirtilen kurallara uyulduğunu ve “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbirini gerçekleştirmediğimizi beyan ederiz. Aynı zamanda yazarlar arasında çıkar çatışmasının olmadığını, tüm yazarların çalışmaya katkı sağladığını ve her türlü etik ihlalinde sorumluluğun makale yazarlarına ait olduğunu bildiririz.

### **Lisans Bilgileri**

e-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi’nde yayınlanan eserler Creative Commons Atıf ticari olmayan 4.0 uluslar arası lisansı ile lisanslanmıştır.

### **Copyrights**

The works published in e-Kafkas Journal of Educational Research are licensed under a Creative Common Attribution-Noncommercial 4.0 International License.

### Kaynakça

- Alptekin, Z. D. (2018). 3-6 yaş grubu çocuklara yönelik yayımlanan resimli hikâye kitaplarının temel fen kavramları açısından incelenmesi. *Uluslararası Çocuk Edebiyatı ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 76-86.
- Angın, E. ve Soydan, S. (2017). Okul öncesi öğretmenlerinin tercih ettikleri hikâye kitaplarında yer verilen kavram ve becerilerin analizi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 99-112.
- Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S. ve Yaman, M. (2020). *Anne ve çocuk beslenmesi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Ataman, Ü. (2009). *Okul öncesi beslenme eğitiminde çocuktan çocuğa eğitim*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Başdağ Arslan, D. ve Dağlıoğlu, H. E. (2020). Resimli öykü kitaplarının temel matematik becerileri açısından incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 233-253. doi: 10.17860/mersinefd.528015
- Baysal, A. (1995). *Genel beslenme*. Ankara: Hatiboğlu Yayınları.
- Baysal, A. (2003). Sosyal eşitsizliklerin beslenmeye etkisi. *C. Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 66-72.
- Bellows, L., Spaeth, A., Lee, V. ve Anderson, J. (2013). Exploring the use of storybooks to reach mothers of preschoolers with nutrition and physical activity messages. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 4, 362–367. doi: 10.1016 / j.jneb.2012.10.011
- Benli, S. (2019). *Adıyaman ilinde süt çocukluğu döneminde beslenme alışkanlıklarına etki eden faktörlerin değerlendirilmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Adıyaman Üniversitesi, Adıyaman.
- Bruce, A., Pruitt, S., Ha, O., Cherry, J., Smith, T., Bruce, J. ve Lim, S. (2016). The influence of televised food commercials on children's food choices: Evidence from ventromedial prefrontal cortex activations. *The Journal of Pediatrics*, 177, 27–32. doi: 10.1016 / j.jpeds.2016.06.067
- Byrne, E. ve Nitzke, S. (2002). Preschool children's acceptance of a novel vegetable following exposure to messages in a storybook. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 4, 211-214. doi: 10.1016 / S1499-4046 (06) 60095-X.
- Büyüköztürk, S. Çakmak, E.K., Akgün, O.E., Karadeniz, S. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri (20.Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Curtis, A. ve O'Hagan, M. (2003). *Care and education in early childhood: A student's guide to theory and practice*. London and New York: RoutledgeFalmer Taylor & Francis Group.
- Demir, E., Yıldız Bıçakçı, M., Bostan, D. ve Güneş, G. (2019). Çocuk kitaplarının çocukların başarı, mutluluk ve başkalarını anlama kavramlarına bakışları açısından incelenmesi. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(2), 54-63.
- Dereli, F. (2006). *2-5 yaş arası sağlıklı çocukların beslenme özellikleri ve aile etkileşimi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Dilber, A. ve Dilber, F. (2018). Çocukların beslenme alışkanlıklarına gıda reklamlarının etkisi: Karaman ili alan araştırması. *Al-Farabi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(2), 150-178.
- Dilek, A. (2015, December). *3-6 yaş resimli hikâye kitaplarında yer alan resimlerde öz bakım becerilerinin incelenmesi*. Paper presented at the 2nd Cyprus International Congress of Education Research, Kyrenia, Kuzey Kıbrıs. [https://www.academia.edu/33664030/3\\_6\\_YA%C5%9E\\_RES%C4%B0ML%C4%B0\\_H%C4%B0KAYE\\_K%C4%B0TAPLARINDA\\_YER\\_ALAN\\_RESIMLERDE\\_%C3%96Z\\_BAKIM\\_BECER%C4%B0LER%C4%B0N%C4%B0N\\_%C4%B0NCELENMES%C4%B0](https://www.academia.edu/33664030/3_6_YA%C5%9E_RES%C4%B0ML%C4%B0_H%C4%B0KAYE_K%C4%B0TAPLARINDA_YER_ALAN_RESIMLERDE_%C3%96Z_BAKIM_BECER%C4%B0LER%C4%B0N%C4%B0N_%C4%B0NCELENMES%C4%B0) adresinden alınmıştır.
- Dilek, A. (2017). Resimli hikâye kitaplarında yer alan oyuncakların incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 81-93.
- Dirican, R. ve Dağlıoğlu, E. (2014). 3-6 yaş grubu çocuklarına yönelik yayımlanan resimli hikâye kitaplarının bazı temel değerler açısından incelenmesi. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2, 44-69. doi: 10.30703/cije.321341
- DPT (Devlet Planlama Teşkilatı), (2003). *Ulusal Gıda ve Beslenme Stratejisi Çalışma Grubu Raporu (Rapor No: 2670)*. Ankara: Devlet Planlama Teşkilatı.
- Erdoğan, F. (1999). *Türkiye'de 1996-1998 yıllarında yayınlanmış telif çocuk kitaplarının içerik analizi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Gözübüyük, F. (2015). *Annelerin ebeveynlik öz-yeterlik algıları, sözel etkileşim uygulamaları ve 1-3*



- yaş aralığında çocukların gelişimi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Griphover, S.J ve Markman, E.M. (2013). Teaching young children a theory of nutrition: conceptual change and the potential for increased vegetable consumption. *Association for Psychological Science*, 8, 1541–1553. doi: 10.1177/0956797612474827
- Güzel, N. ve Özyurt, M. (2018). Okul öncesi eğitim alan çocukların okul olgunluğu düzeylerinin ve okul olgunluğuna ilişkin öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, 1250-1267. doi: 10.17860/mersinefd.441260
- Howerton, M. W., Bell, B. S., Dodd, K. W., Berrigan, D., Stolzenberg Solomon, R. ve Nebelling, L. (2007). School-based nutrition programs produced a moderate increase in fruit and vegetable consumption: meta and pooling analyses from 7 studies. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 4, 186-196. doi: 10.1016 / j.jneb.2007.01.010.
- Inalcık, G. ve Angın, D. E. (2021). An evaluation of activity books in terms of outcomes and learning processes related to food and nutrition journal of theoretical educational science. *Journal of Theoretical Educational Science*, 1, 38-63. doi: 10.30831/akukeg.797081
- Kardaş Koçak, M. (2017). 2000-2014 yılları arasında okul öncesi dönem çocukları için yayınlanmış olan hikâye kitaplarının dış yapı, iç yapı ve resimleme nitelikleri açısından incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Kepenekçi K. ve Aslan C. (2011). *Okul öncesi döneme seslenen kitaplarda çocuk hakları*.  
<https://dspace.ankara.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12575/4890/Okul%20öncesi%20Dönem%20Seslenen%20Kitaplarda%20Çocuk%20Hakları.pdf?sequence=1&isAllowed=y> adresinden alınmıştır.
- Kimmel, E.A. (1970). Can children's books change children's values? *Research in Review*, 209-214.
- Konar, E. (2004). 1995-2002 yılları arasında yayımlanan okul öncesi hikâye kitaplarındaki bazı kavramların içerik ve biçimsel olarak incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Koroğlu, S. (2009). *Okul öncesi dönem 4-6 yaş arası çocuklarda aileden kaynaklanan beslenme bozukluklarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Kutluay Merdol, T. (2012). *Beslenme eğitimi rehberi*. Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayımları.
- Küçükali, R. (2006). Çocuklarda beslenme bozuklukları ve beslenmenin okul çocuklarının üzerindeki etkileri. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, 223-239.
- McCulloch, G. (2004). *Documentary research: In education, history and the social sciences*. London: RoutledgeFalmer.
- Meydanlıoğlu, A. (2016). Çocukların besin tüketimi ve beslenme davranışlarının akademik başarılarına etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 368-376.
- Mogalakwe, M. (2006). The use of documentary research methods in social research. *African Sociological Review*, 10(1), 221-230.
- Öçal, T., Öçal M. F. ve Şimşek, M. (2015). Investigating mathematical concepts and skills in storybooks appropriate for pre-schoolers. *Current Research In Education*, 1(2), 58-69.
- Oğuz, Ş. ve Önay Derin, D. (2013). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam etmekte olan 60-72 aylık çocukların beslenme alışkanlıkları: öğretmen görüşlerinin değerlendirilmesi. *Tübav Bilim Dergisi*, 6(1), 1-10.
- Özer, F., Doğan, N., Çakmakçı, G., İrez, S. ve Yalaki, Y. (2017). Bilimin doğası içerik temelli etkinlik örneği: Abur cubur. *Araştırma Temelli Etkinlik Dergisi*, 7(2), 93-107.
- Öztürk Samur, A. ve Çiftçi, Y. (2019). Ailelerin nitelikli çocuk edebiyatı ürünlerini seçebilme yetkinlikleri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18, 327-354.
- Ping L. Y., Ching, C. J., Chou., Ju. (2016). Effects of exposure on themed picture books on children's dietary attitudes. *Sociology and Anthropology*, 3, 152-166. doi: 10.13189/sa.2016.040303
- Powers, A. R., Struempfer, B. J, Guarino, A. ve Parmer, S. M. (2005). Effects of a nutrition education program on the dietary behavior and nutrition knowledge of second-grade and third-grade students. *Journal of School Health*, 4, 129-133. doi: 10.1111/j.1746-1561.2005.00010.x

- Şahin, F. ve Filiz, S. (1999). Okul öncesi dönemde beslenme kavramının gelişimi üzerine ailenin etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(11), 321-334.
- Şahinöz T., Şahinöz S. ve Kıvanç, A. (2017). Sağlığı geliştirmenin en kolay yolu: Okul sağlığı. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(4), 303-12.
- Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Kurumu (SBHKS). (2019). *Türkiye Beslenme Rehberi TÜBER 2015*, T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1031. Ankara.
- Szeremy, Y. (2018). *Sağlık temasını içeren Türkçe ve yabancı dillerdeki çocuk kitaplarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Turan, F. ve Ulutaş, İ. (2016). Okul öncesi eğitim kurumlarındaki resimli öykü kitaplarının özellikleri ile öğretmenlerin bu kitapları kullanma durumlarının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 22-45.
- Türkiye'ye Özgü Besin ve Beslenme Rehberi (2015). Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü.
- Uyanık Balat, G., Kılıç, Z., Değirmenci, Ş. ve Ünsal, F.Ö. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik resimli çocuk kitaplarında yer alan temel kavramların incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 424-441. doi: 10.21764/maeuefd.319461
- Ünlü, H. (2011). *Okul öncesi dönem çocuklar için yeme davranışı değerlendirme ölçeğinin Türk çocuklarına uyarlanması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ünver, Y. ve Ünüsan, N. (2005). Okul öncesinde beslenme eğitimi üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 529-551.
- Yaşar Ekici, F., Turhan, Ş., Yılmaz, T., Kabaca, İ., Poyraz, Z. K. ve Numanoglu, Y. (2016). Analyzing preschool storybooks published between the years of 2005-2015 in Turkey in terms of conceptual, developmental, and formal features. *Eurasian Education & Literature Journal*, 6, 9-23.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz Genç, M. M. ve Özen Uyar, R. (2016). Resimli çocuk kitaplarının fene yönelik kavram, konu ve temalar açısından incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(46), 600-607.
- Yükselen, A., Yumuş, M. ve Işık, E. (2016). Çocuk kitabı seçme kriterlerine ilişkin okul öncesi eğitimcilerin görüşleri. *Başkent University Journal of Education*, 3(2), 161-168.

## Extended Summary

### Introduction

It covers the process that preschool children undergo in the process from birth to compulsory education age in line with all their developmental characteristics and individual differences (Güzel & Özyurt, 2018). The first five years of a child's life are a period of rapid growth and learning. The extent to which children acquire basic nutrition and eating behaviors during this period determines their attitudes in their future lives (Ünlü, 2011). Especially the positive effects gained during childhood help form a basis for good eating habits in adult life (Powers, Struempfer, Guarino & Parmer, 2005). Preschool children should be enabled to learn the nutritional concepts correctly and to acquire the right nutritional habits for their future lives (Benli, 2019; DPT, 2003; Gözübüyük, 2015).

When the literature is examined, many studies have been found on the concepts used in picture story books for preschool children (Alptekin, 2018; Başdağ & Dağlıoğlu, 2020; Dilek, 2015; Dirican & Dağlıoğlu, 2014; Konar, 2004; Öçal, Öçal, & Şimşek 2015; Uyanık Balat, Kılıç, Değirmenci, & Ünsal, 2017; Yaşar Ekici et al., 2016). However, no study emphasizing the concepts related to nutrition was found. It is thought that the findings obtained will be a guide for the necessary studies to solve the problems related to the attitudes and behaviors of children towards nutrition. Besides, this study is seen as unique in terms of guiding future studies.

It is very important to present qualified children's books to children in early childhood when concept development is fast. When domestic and foreign translation children's books are examined, it is seen that the concepts of mathematics and science are mostly used in the books (Uyanık Balat et al., 2017). As a result of the research conducted by Turan and Ulutaş (2016), it was stated that social relations, sense of self-confidence, solidarity, and family themes are generally included in children's books. In the storybooks prepared for preschool children in the study of Angin and Soydan (2017); love and emotion from the social-emotional sphere; it is seen that the subjects of the number, size, and time from the cognitive domain, animals from the concepts of science, the recognition of living things from the geographical concepts, place, and environment. Nutrition has been the most common concept in the field of self-care skills.

This study aimed at examining the nutrition concepts in the storybooks for preschool children. For this purpose, this study aimed at examining the messages about foods and different types of food in storybooks, the consumption of junk food, the source of the foods, the consumption of foods, what the character offers about nutrition, and the existence of food groups. In this regard, the following questions were sought in the research.

1. What is the level of involvement of messages about foods, different types of food, consumption of junk food, source of food, consumption of foods, nutritional behavior of characters, and food groups in preschool period children's storybooks?

### Method

Document analysis, one of the qualitative research methods, was used to examine the concepts of nutrition in storybooks for preschool children. Document review includes the analysis of written materials that provide information about the cases and facts aimed to be studied (Yıldırım & Şimşek, 2016).

The list of documents constituting the research was composed of 100 storybooks prepared for 4-6-year-old children selected from qualified publishing houses through criterion sampling, one of the purposeful sampling methods. In criterion sampling, the data are obtained through persons, events, objects, or situations that contain predetermined qualities (Büyüköztürk, Çakmak, Aygün, Karadeniz, & Demirel, 2016).

To collect the data to be used in the study, the literature was reviewed and the "Evaluation Tool (HİBEKADA)" was prepared in terms of the Concepts Related to Nutrition. Necessary arrangements were made on the assessment tool by receiving opinions from academicians working in the field of nutrition and preschool education. HİBEKADA consists of seven categories, in which the book is evaluated in terms of its content, along with the book's tag. Within these seven categories; the

message about foods, food types, junk food consumption, the source of food, the consumption of foods, the nutritional behavior of the characters, and food groups are included.

It was checked whether there were findings regarding nutrition in the content of the books. At this stage, descriptive analysis was used by marking the categories determined in HİBEKADA. Descriptive analysis is to analyze the study in more depth and gather similar data within the framework of the specified subject. It is to examine certain concepts and themes, organize and interpret them in line with the targeted subject (Yıldırım & Şimşek, 2016). Each book was evaluated according to the registration form consisting of seven categories in terms of its content. Frequency and percentage values were calculated by combining the obtained data.

### **Findings**

Considering the data, it was determined that there were 28 books among 100 storybooks containing messages about foods, 23 of them had obvious messages and five had hidden messages. Also, it was found that 19 of these messages were positive, eight of them were negative, and one of the messages was both positive and negative. In 45 out of 100 books, while it was not mentioned about any of the food groups, it was found that only one of them contained all food groups. It was found that among 100 storybooks, 22 of them contained content on the consumption of junk food, while 78 of them did not contain any data about the consumption of junk food.

When the results regarding the source of nutrients were examined, it was seen that one out of 100 storybooks contained food sources obtained from animals, 27 of the books contained food sources obtained from plants, 27 of them contained food sources obtained from both animals and plants, while in 45 books, there was no food sources information. While 25 of the 100 books had different food options to consume depending on the daily life and different occasions, it was seen that the importance of eating various foods from all food groups was given 18%. Besides, it was determined that 57 of the analyzed storybooks did not contain both situations.

Considering the eating habits of the characters, three out of 100 storybooks included only food selection behavior, 12 of them only consumption of junk food, one of them only balanced diet habits, six of them only eating well-rounded foods, and just one of them included binge-eating disorder. Lastly, it was understood that desserts were the most frequently used in storybooks with a rate of 13%, and soups, light dishes with olive oil, and salad were not included at all. Also, it was determined that there were 61 books among 100 storybooks that did not include any food groups.

### **Discussion, Conclusion, and Recommendations**

The findings obtained from 100 storybooks examined within the scope of this study, which was carried out to examine the concepts of nutrition in storybooks for preschool children, revealed that the concepts related to nutrition were not adequately included in the storybooks prepared for children aged 4-6. However, since children do not have sufficient knowledge and skills about food and nutrition, they need the right models and materials that will introduce them to the concepts related to nutrition and the importance of adequate and balanced nutrition. It is very important that the health of children can be protected during this period and their development can proceed in the expected direction. For this reason, storybooks are important tools in the process of the child gaining correct eating habits in both home and school environment to provide children with the right and healthy foods and at the same time to gain the right eating habits. When choosing a storybook for children, it is necessary to be meticulous about the content and messages related to nutrition as well as its educational and structural features.

It is predicted that revealing the perspectives of teachers and families on the subject in the studies to be conducted will be effective in the preparation of qualified children's books related to nutrition. In the studies to be planned, it is important to investigate the effects on children's nutritional knowledge and behaviors by planning intervention studies with storybooks that include concepts related to nutrition. At the same time, it is thought that determining the storybooks prepared especially on nutrition issues and determining which nutritional content that their contents are prepared for in future studies will be remarkable regarding the nutrition concepts included in children's literature publications and will contribute to the limited literature on the subject.