



## İlkokul Öğrenci Velilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Fiziksel Aktivite Durumlarının Belirlenmesi: Konya Örneği (Determination of Eating Habits and Physical Activity Status of The Parents of Primary School Students: The Case of Konya)

\* Ayşe Büşra MADENCİ <sup>a</sup> , Esra SORMAZ <sup>b</sup> , Zehra İMAMOĞLU TAŞKAYA <sup>c</sup> , Ümit SORMAZ <sup>a</sup> 

<sup>a</sup> Necmettin Erbakan University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Konya/Turkey

<sup>b</sup> Meram Republic Primary School, Konya/Turkey

<sup>c</sup> Koçyazı Şehit İbrahim Bozoğlu Primary School, Konya/Turkey

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 12.06.2021

Kabul Tarihi: 19.08.2021

### Anahtar Kelimeler

Beslenme

Beslenme alışkanlığı

Beslenme bilgisi

Beslenme eğitimi

Fiziksel aktivite

### Öz

İlk ve orta öğretim dönemindeki beslenme, çocukların gelecek yaşlarını sağlıklı geçirmeleri açısından son derece önemlidir. Bu dönem çocuklarının beslenme durumlarında ebeveynler, öğretmenler ve diğer çevre unsurları önem arz etmektedir. Bu araştırma, Konya il merkezinde ilkokul seviyesinde eğitim gören öğrencilerin velilerinin beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite durumlarının belirlenmesi amacıyla planlanmıştır. Çalışma 1263 kadın veli ile gerçekleştirilmiş olup, veri toplama tekniği olarak nicel araştırma yöntemlerinden anket tekniği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde istatistik paket programından faydalanılmıştır. Verilerin yorumlanması için değişkenlerin sıklığının değerlendirilmesinde "frekans" ve gruplar arasındaki farkın tespitinde ise "t testi" kullanılmıştır. Araştırmada, velilerin tükettikleri öğün sayısı ( $p<0.001$ ), ana öğün atlama durumları ( $p<0.001$ ) ile öğün atlama nedenlerinde ( $p<0.001$ ), dışarıda yemek tercihlerinde ( $p<0.001$ ), psikolojik değişimlerdeki beslenme davranışlarında ( $p<0.001$ ), fiziksel aktivite düzeylerinde ( $p<0.001$ ) ve beslenme bilgi düzeylerinde ( $p<0.001$ ) çalışanlar ile çalışmayanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Sonuç olarak, verilecek beslenme eğitimi ile velilerin beslenme bilgi düzeylerinin artırılması, doğru beslenme alışkanlıklarının kazandırılması için uygulamalı beslenme eğitimlerinin verilmesi, beslenme alışkanlıklarının davranışa dönüştürülmesinin teşvik edilmesi önerileri getirilmiştir.

### Keywords

Nutrition

Nutrition habits

Nutrition information

Nutrition education

Physical activity

### Abstract

This study was planned to determine the nutritional habits and physical activity status of parents of students studying at primary school level in Konya city center. The study was carried out with 1263 female parents and the survey technique was used for data collection. In the interpretation of the data; "Frequency" was used to evaluate the frequency of variables and "t test" was used to determine the difference between groups. In the research; significant differences ( $p<0.001$ ) were found between the worker and nonworking parents in the number of meals consumed, skipping main meals reasons for skipping meals, eating out, nutritional behaviors in psychological changes, physical activity levels and nutritional knowledge levels. As a result of the research; with the nutrition education to be given, it may be suggested to increase the nutritional knowledge level of parents, to provide practical nutrition training to gain correct eating habits, and to encourage the transformation of eating habits into behavior.

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

\* Sorumlu Yazar

E-posta: bmadenci@erbakan.edu.tr (A. B. Madenci)

DOI:10.21325/jotags.2021.857