

**T.C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**İLKÖĞRETİM ANA BİLİM DALI**  
**OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**ÇOKLU ZEKÂ KURAMINA DAYALI BESLENME**  
**EĞİTİMİNİN OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMUNA**  
**DEVAM EDEN 60-72 AY GRUBUNDAKİ ÇOCUKLARIN**  
**BESLENME ALIŞKANLIKLARINA ETKİSİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**Fatma Zehra EROL**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman**  
**Prof. Dr. Nurhan ÜNÜSAN**

**Konya – 2017**





## BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Adı Soyadı	FATMA ZEHRA EROL
Numarası	148302021019
Ana Bilim / Bilim Dalı	İLKÖĞRETİM ANA BİLİM DALI/OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ BİLİM DALI
Programı	Tezli Yüksek Lisans
Tezin Adı	ÇOKLU ZEKÂ KURAMINA DAYALI BESLENME EĞİTİMİNİN OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMUNA DEVAM EDEN 60-72 AY GRUBUNDAKİ ÇOCUKLARIN BESLENME ALIŞKANLIKLARINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Öğrencinin imzası  
(İmza)

Fatma Zehra EROL



T. C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

	<b>Adı Soyadı</b>	Fatma Zehra EROL		
	<b>Numarası</b>	148302021019		
<b>Öğrencinin</b>	<b>Ana Bilim / Bilim Dalı</b>	İlköğretim Ana Bilim Dalı / Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı		
	<b>Programı</b>	<b>Tezli Yüksek Lisans</b>	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>Doktora</b> <input type="checkbox"/>
	<b>Tezin Adı</b>	Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60-72 Ay Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin İncelenmesi		

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan “Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60-72 Ay Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma 07/07/2017 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı	Danışman ve Üyeler	İmza
Prof. Dr. Nurhan ÜNÜSAN	Danışman	
Doç. Dr. Kerem Recep	Üye	
Yrd. Doç. Dr. Hatice Yalçın	Üye	

## ÖNSÖZ

Bu araştırma, okul öncesi eğitime devan eden 60-72 ay çocuklara verilen çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin çocukların beslenme tutum ve bilgisine etkisini incelemek için yapılmıştır.

Araştırmanın başından sonuna kadar, kıymetli zamanından fedakârlık ederek, vermiş olduğu destek ve katkılarından dolayı danışmanım Sayın Prof. Dr. Nurhan ÜNÜSAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Çalışmalarımın her aşamasında manevi desteklerini esirgemeyen anne ve babam Zeynep ve Mustafa ŞENER'e, çalışmam süresince bütün sıkıntılara ortak olan sevgili eşim Ramazan EROL'a, çocuklarım Tahir ve Mehlika'ya teşekkürlerimi sunuyorum.

Fatma Zehra EROL



**T. C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü**

	<b>Adı Soyadı</b>	Fatma Zehra EROL		
	<b>Numarası</b>	148302021019		
<b>Öğrencinin</b>	<b>Ana Bilim / Bilim Dalı</b>	İlköğretim Ana Bilim Dalı / Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı		
	<b>Programı</b>	<b>Tezli Yüksek Lisans</b>	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>Doktora</b> <input type="checkbox"/>
	<b>Tez Danışmanı</b>	Prof. Dr. Nurhan ÜNÜSAN		
	<b>Tezin Adı</b>	Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60-72 Ay Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin İncelenmesi		

### ÖZET

Bu araştırmada, çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 ay grubundaki çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisinin olup olmadığını belirlemek, yemek adabı ve yemek yeme kurallarına ilişkin alışkanlıklarını ve öz bakım alışkanlıklarında farklılık yaratıp yaratmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini Konya ili Karatay ilçesindeki Karatay Fevzi Çakmak Anaokuluna devam eden 60-72 ay grubundaki öğrencilerden oluşmuştur. Örneklem grubu, rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiş olan 20 deney grubu ve 20 kontrol grubu öğrencilerinden oluşmaktadır. Deneysel desende yapılan bu araştırmada; Beslenme Bilgisi Ölçme Testi ve Çocuklarda Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır. İlk olarak öğrencilerin annelerine Çocuklarda Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Ayrıca her iki gruba da Beslenme Bilgisi Ölçme Testi ön test olarak uygulanmıştır. Araştırmacı tarafından iki hafta boyunca Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitimi etkinlikleri düzenlenmiş ve sürecin sonunda annelere Çocuklarda Beslenme Alışkanlıklarına

Yönelik Tutum Ölçeği ve öğrencilere Beslenme Bilgisi Ölçme Testi son test olarak uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra, Mann Whitney-U Testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusunda ve yemek yeme kuralları bilgisi konusunda ön test sonuçlarına göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi, beslenme bilgisi ve yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları ile son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi, öz bakım becerileri bilgisi, genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum puanları ve beslenme tutumları arasında son test puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Çoklu zekâ kuramı, Okul öncesi eğitim, Beslenme ve Beslenme Eğitimi.



**T. C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü**

	<b>Adı Soyadı</b>	Fatma Zehra EROL		
	<b>Numarası</b>	148302021019		
<b>Öğrencinin</b>	<b>Ana Bilim / Bilim Dalı</b>	İlköğretim Ana Bilim Dalı / Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı		
	<b>Programı</b>	<b>Tezli Yüksek Lisans</b>	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>Doktora</b> <input type="checkbox"/>
	<b>Tez Danışmanı</b>	Prof. Dr. Nurhan ÜNÜSAN		
	<b>Tezin Adı</b>	Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60-72 Ay Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin İncelenmesi		

### SUMMARY

It was aimed to determine and prove if nutrition education based on multiple intelligence theory effects the eating habits of children in 60-72 months group who continue pre-school education institution, makes a difference in their eating manners and habits related to eating food and in self-care habits.

The sample of the research consisted of the students in the group of 60-72 months continuing Fevzi Çakmak Nursery School in the Karatay district of Konya. The sample group consisted of 20 experimental group and 20 control group students selected by the random sampling method. Information form, nutrition information achievement test and attitude scale for children's nutrition habits were used in this research with experimental method. First of all, the mothers of pupils were applied the attitude scale for children's nutrition habits. In addition, both groups were administered the Nutrition Information Achievement Test as a pre-test. The researcher organized the nutrition education activities based on multiple intelligence theory for two weeks and at the end of the process, the mothers were applied attitudes scale for nutrition habits in children and the pupils were applied nutrition information

achievement test as a final test. It was used Mann-Whitney-U test in addition to descriptive statistics in the analysis of information obtained in the research.

As a result of the research, it was concluded there isn't any meaningful difference in the general nutrition information of the children going on pre-school education and the information about the eating rules compared to the pre-test results. It was found that there is a meaningful difference between general nutrition information and attitude scores related to behaviors they showed during eating and post test scores of those who participate in the experimental process that applied suitable program for multiple intelligence theory with the control group of pupils that applied traditional program among the children who are going on pre-school education. It was found there is no meaningful difference between their eating rules, their knowledge of self-care skills, their general nutrition knowledge attitude scores and post test scores of those who participate in the experimental process that applied suitable program for multiple intelligence theory with the control group of pupils that applied traditional program among the children who are going on pre-school education.

**Key Words:** Multiple Intelligence Theory, Pre-school Education, Nutrition and Nutrition Education.

## İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK SAYFASI .....	i
YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU .....	ii
ÖNSÖZ .....	iii
ÖZET .....	iv
SUMMARY .....	vi
İÇİNDEKİLER .....	viii
KISALTMALAR .....	xi
TABLolar LİSTESİ .....	xii
BÖLÜM I .....	1
1. GİRİŞ .....	1
1.1. Problem Durumu .....	2
1.2. Araştırmanın Amacı .....	2
1.3. Araştırmanın Önemi .....	3
1.4. Varsayımlar .....	4
1.5. Sınırlılıklar .....	4
1.6. Tanımlar .....	4
BÖLÜM 2 .....	7
2. ARAŞTIRMANIN KAVRAMSAL VE KURAMSAL TEMELLERİ .....	7
2.1. Okul Öncesi Dönemde Beslenme Eğitimi ve Önemi .....	7
2.1.1. Okul Öncesi Eğitim ve Önemi .....	7
2.1.2. Okul Öncesi Dönemde Beslenme Eğitiminin Önemi .....	7
2.1.3. Okul Öncesi Dönem Çocuğu Besin Grupları .....	11
2.1.3.1. Süt ve Türevleri .....	12
2.1.3.2. Tahıllar ve Türevleri .....	12
2.1.3.3. Et, Yumurta, Kuru Baklagiller ve Yağlı Tohumlar .....	12
2.1.3.4. Sebze ve Meyveler .....	13
2.1.3.5. Yağlar ve Şekerler .....	14
2.2. Çoklu Zekâ Kuramı .....	14
2.2.1. Zekânın Tanımı .....	14
2.2.2. Zekâyı Etkileyen Faktörler .....	15
2.2.3. Çoklu Zekâ Teorisi .....	16

2.2.4. Çoklu Zekâ Kuramının Tarihi.....	17
2.2.5. Çoklu Zekâ Alanlarını Etkileyen Faktörler.....	19
2.2.6. Çoklu Zekâ Alanları.....	19
2.2.6.1. Sözel-Dilsel (Linguistic) Zekâ .....	21
2.2.6.2. Mantık-Matematiksel Zekâ .....	21
2.2.6.3. Görsel-Uzamsal (Spatial) Zekâ .....	22
2.2.6.4. Bedensel-Kinestetik Zekâ.....	22
2.2.6.5. Müziksel- Ritmik Zekâ.....	23
2.2.6.6. Kişilerarası-Sosyal (Interpersonal) Zekâ.....	23
2.2.6.7. İçsel-Özedönük (Intrapersonal) Zekâ.....	24
2.2.6.8. Doğacı (Naturalistic) Zekâ .....	24
2.2.7. Çoklu Zekâ Kuramına Göre Eğitim ve Öğretim.....	25
2.2.8. Okul Öncesi Eğitimde Çoklu Zekâ Kuramının Yeri.....	26
2.2.9. Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitimi .....	31
2.3. İlgili Çalışmalar .....	36
BÖLÜM 3 .....	43
3. YÖNTEM.....	43
3.1. Araştırmanın Modeli.....	43
3.2. Evren ve Örneklem .....	44
3.3. Veri Toplama Araçları.....	45
3.3.1. Verilerin Toplanması .....	46
3.3.1.1. Ön test Verilerinin Toplanması .....	46
3.3.1.2. Son test Verilerinin Toplanması.....	46
3.3.2. Uygulama Planı.....	47
3.3.3. Uygulama.....	47
3.3.1. Verilerin Analizi .....	55
BÖLÜM 4 .....	58
4. BULGULAR ve YORUMLAR .....	58
4.1. Çalışmaya Katılan Öğrencilere İlişkin Bulgular .....	58
4.2. Öğrencilerin Ön test Puan Bulguları .....	58
BÖLÜM 5 .....	68
5. SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER .....	68
5.1. Sonuç .....	68

5.2. Tartışma .....	72
5.3. Öneriler .....	79
KAYNAKÇA.....	82
EKLER.....	90
Ek-1: İl Milli Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzin Belgesi .....	90
Ek-2: Çocuklarda Beslenme Alışkanlığına Yönelik Tutum Ölçeği.....	91
Ek-3: Tutum Ölçeği Kullanım İzin Belgesi .....	92
Ek-4: Beslenme Bilgisi Ölçme Testi.....	93
Ek-5: Sağlıklı Büyüyorum Uygulamaları .....	96
Ek-6: Yemek Yeme Kuralları ve Yemek Adabı Uygulamaları .....	137
Ek-7: Ben Kendim Yapabilirim! Uygulamaları.....	153
Ek-8: Fotoğraflar .....	176
Etkinlik Fotoğrafları .....	176
Grup Çalışmaları Fotoğrafları .....	206
Aile Katılımı Fotoğrafları.....	226
ÖZGEÇMİŞ .....	232

**KISALTMALAR**

FAO	: Food and Agriculture Organisation / Gıda ve Tarım Örgütü
IQ	: Intelligence Quotient / Zekâ katsayısı
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
OÖEP	: Okul Öncesi Eğitim Programı
SPSS	: Statistical Package For The Social Sciences / Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi
TDK	: Türk Dil Kurumu
UNESCO	: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization / Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Teşkilatı
UNICEF	: United Nations International Children's Emergency Fund / Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuklara Acil Yardım Fonu
WHO	: World Health Organisation / Dünya Sağlık Örgütü

## TABLOLAR LİSTESİ

Tablo-1: Çoklu Zekâ Kuramı'na ve OÖEP'e Göre İlgili Merkezlerinin Karşılaştırılması .....	29
Tablo-2: Araştırmada Uygulanan Yarı Deneysel Desen.....	43
Tablo-3: Beslenme Bilgisi Başarı Testi Değerlendirme Tablosu .....	56
Tablo-4: Beslenme Tutum Ölçeği Değerlendirme Tablosu .....	57
Tablo-5: Araştırma Kapsamındaki Deneklerin Gruplara Göre Dağılımı.....	58
Tablo-6: Araştırma Grubunun Ön Başarı Testi ve Ön Tutum Ölçeğinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular.....	59
Tablo-7: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgisi Ön test Puanlarının Karşılaştırılması .....	60
Tablo-8: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Kuralları Bilgisi Ön test Puanlarının Karşılaştırılması .....	60
Tablo-9: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Öz Bakım Becerileri Bilgisi Ön test Puanlarının Karşılaştırılması .....	61
Tablo-10: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Bilgisi Ön test Toplam Puanlarının Karşılaştırılması .....	61
Tablo-11: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Sırasında Göstermiş Olduğu Davranışlarla İlgili Tutum Ön test Puanlarının Karşılaştırılması.....	62
Tablo-12: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgileriyle İlgili Tutum Ön test Puanlarının Karşılaştırılması.....	62
Tablo-13: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Tutumu Ön test Puanlarının Karşılaştırılması .....	63
Tablo-14: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgisi Son test Puanlarının Karşılaştırılması .....	63
Tablo-15: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Kuralları Bilgisi Son test Puanlarının Karşılaştırılması .....	64
Tablo-16: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Öz Bakım Becerileri Bilgisi Son test Puanlarının Karşılaştırılması .....	64
Tablo-17: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Bilgisi Son test Toplam Puanlarının Karşılaştırılması .....	65
Tablo-18: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Sırasında Göstermiş Olduğu Davranışlarla İlgili Tutum Son test Puanlarının Karşılaştırılması .....	65
Tablo-19: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgileriyle İlgili Tutum Son test Puanlarının Karşılaştırılması .....	66
Tablo-20: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Tutumu Son test Puanlarının Karşılaştırılması .....	66

## BÖLÜM I

### 1. GİRİŞ

Bir ülkenin sosyal ve ekonomik yönden hedeflenen uygarlık seviyesine ulaşabilmesinin yolu bedensel ve zihinsel yönden güçlü, sağlıklı ve yetenekli bireylerden geçer. Ülke nüfusunda büyük paya sahip çocuk ve gençlerin gelecekte sağlıklı ve üretken bireyler olması için, yeterli ve dengeli beslenmiş olmaları önemli bir koşuldur (<http://beslenme.gov.tr/index.php?lang=tr&page=173>).

Büyüme ve gelişme; beslenme, genetik yapı, cinsiyet, çevresel faktörler, sosyo-ekonomik durum, kültür ve gelenekler gibi etkenlere bağlıdır. Bu etkenlerden cinsiyeti ve genetik özellikleri değiştirmek mümkün değilken, sosyo-ekonomik durumu, kültür ve gelenekleri değiştirmek de güç olabilir. Ancak çocukluktan temeli atılacak doğru ve bilinçli beslenme eğitimi, spor yapma alışkanlıkları gibi bazı değişkenlerin düzenlenmesi ile daha sağlıklı bir yaşam mümkündür (Kutlu ve Çivi, 2009).

Çocuğun yemek alışkanlığı geliştirmesinde en etkili ortam ailedir. Çocukların aileleri dışında buldukları ilk sosyal ortam olan okul ise, psikolojik ve biyolojik gelişimleri ile kültürel değişimlerin yaşandığı yerler olmakla birlikte; çocukların bilgi, tutum ve davranışlarını geliştirme imkânı buldukları diğer önemli bir ortamdır (Çivi ve Koruk, 2003).

Yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı doğumdan başlayıp yaşam boyu süren beslenme eğitimiyle kazanılır. Ancak beslenme eğitiminin, okul öncesi dönemden başlayarak, örgün eğitimin tüm basamaklarında sürdürülmesi şarttır (<http://notoku.com/okul-oncesinde-beslenme-egitimi/#ixzz3enawCQhv>). Bu amaçla beslenme eğitiminin okullarda ve günlük yaşamda yaygınlaştırılarak etkin olarak yürütülmesine önem verilmeli ve kurumlar arası iletişim sağlanmalıdır. Bu konuda UNESCO, WHO, FAO ve UNICEF gibi uluslararası kuruluşların da çalışmaları bulunmaktadır (<http://notoku.com/okul-oncesinde-beslenme-egitimi/#ixzz3enbEA2ql>).

Çocuklarda davranış değişikliği yaratabilmek için hazırlanacak eğitim programlarında, çocukların ilgi ve ihtiyaçları, onların eğilim ve yeteneklerini ortaya çıkaracak öğretme-öğrenme sürecinin planlanıp uygulanması önemlidir. Bu nedenle

gelişimin temel ilkelerinden “gelişimde bireysel farklar vardır” (Senemoğlu, 2007) ilkesi, eğitim planlanması ve uygulanması noktasında özellikle dikkat edilmesi gereken bir ilkedir. Çocukların bireysel özellikleri, eğitim-öğretim ortamındaki öğrenmelerinin de farklı yöntemlerle olması gerektiğinin bir göstergesidir. Her çocuğun öğrenme yöntemindeki farklılık; yaşadığı, gördüğü olaylardan nasıl etkilendiği ve o durumları nasıl yorumladığında da ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle çocukların ilgisini çeken, aynı zamanda onları eğlendiren ve bu süreçte öğrenme potansiyellerini destekleyen; zengin uyarıcılara ve çok yönlü eğitim uygulamalarına ihtiyaç vardır. Bu açıklamalar ışığında okul öncesi eğitimin ve bu eğitim için kullanılacak olan yöntem ve tekniklerin önemini vurgulamak gerekir. Değişen ve gelişen dünyaya uygun eğitim programları için çocuklara yönelik en uygun eğitim yöntemlerinin araştırılması ve geliştirilmesine devam edilmelidir (Çalışandemir, 2010).

Okul öncesi dönemdeki çocuklarla çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitimi ile ilgili daha önceden yapılmış herhangi bir çalışmanın olmaması, araştırma sonucunda elde edilen verilerin bu konuda ileride yapılacak çalışmalara yön verebileceği, çoklu zekâ kuramının okul öncesi eğitimde yer alan bilgi ve becerilerin kazandırılmasında örnek olabileceğinden araştırmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

### **1.1. Problem Durumu**

Çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 ay grubundaki çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisi var mıdır?

### **1.2. Araştırmanın Amacı**

Çocukların bir kavramı aynı yöntemlerle öğreneceğini düşünmek bilimsel gerçeklikten uzaktır. Araştırmalarda her öğrencinin farklı zekâ yapısına sahip olduğu ve farklı şekillerde öğrendiği görülmektedir (Vural, 2004).

Bu çalışmanın genel amacı; okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 ay çocuklarına çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin, çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisi olup olmadığının araştırılması, çalışma sonunda eğitimcilerin

her çocuğun bireysel farklılıklarına dikkat etmesi ve buna bağlı olarak öğrenme stilleri geliştirmeleri için farkındalıklarının artmasına yardımcı olmaktadır.

Alt Problemler:

Bu genel amaç doğrultusunda araştırma boyunca aşağıdaki sorulara cevaplar aranmıştır:

1. Anaokuluna devam eden 60-72 ay grubu çocuklarına uygulanan çoklu zekâ kuramına dayalı eğitim çocukların yemek adabı ve yemek yeme kurallarına ilişkin alışkanlıklarını etkilemekte midir?
2. Anaokuluna devam eden 60-72 ay grubu çocuklarına uygulanan çoklu zekâ kuramına dayalı eğitim çocukların beslenmeye dönük öz bakım alışkanlıklarını etkilemekte midir?

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Çocukluktan başlayan doğru ve bilinçli beslenme eğitimi ile daha sağlıklı bir yaşam mümkündür ve bunun için beslenme eğitiminin, okul öncesi dönemden başlayarak, örgün eğitimin tüm basamaklarında sürdürülmesi şarttır. Çocuklarda davranış değişikliği yaratabilmek için hazırlanacak eğitim programlarında, çocukların ilgi ve ihtiyaçları, onların eğilim ve yeteneklerini ortaya çıkaracak öğretme-öğrenme sürecinin planlanıp uygulanması önemlidir.

Bakanlığın okul öncesi eğitimin yaygınlaştırılması konusunda yoğun çabaları şunu göstermektedir ki erken yaşta eğitim çocuğun gelişiminde önem arz etmektedir.

Bu araştırmayla, çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitiminin okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 ay grubundaki çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisinin olup olmadığını belirlemek, yemek adabı ve yemek yeme kurallarına ilişkin alışkanlıklarında ve beslenmeye dönük öz bakım alışkanlıklarında farklılık yaratıp yaratmadığı ortaya konularak, araştırmanın sonucuna göre yapılacak olan diğer çalışmalara ışık tutması açısından önemli görülmektedir.

#### 1.4. Varsayımlar

Bu araştırmanın planlanıp yürütülmesinde, ulaşılan bulguların yorumlanmasında aşağıda verilen sayıtlardan yola çıkılmıştır:

1. Araştırmaya katılan annelerin tutum ölçeğinde yer alan yeterlilik ifadelerini nesnel ve doğru bir biçimde cevap verecekleri kabul edilecektir.
2. Veri toplama aracı olarak kullanılan tutum ölçeği okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme alışkanlıklarını ölçer niteliktedir.
3. Araştırmada kullanılan örneklem grubu, evreni temsil edecek yeterliliktedir.
4. Örneklem grubundan elde edilen bilgiler gerçeği yansıtır.
5. Çoklu zekâ kuramına dayalı eğitimin beslenme alışkanlıklarına etki edip etmediği uygulamalı olarak araştırılabilir.

#### 1.5. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibi kabul edilmiştir:

Bu araştırma çoklu zekâyâ dayalı eğitimin, okulöncesi eğitime devam eden çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisinin olup olmadığının değerlendirilmesi konusunda sınırlıdır.

Ayrıca;

- Araştırma, Konya ili Karatay ilçe merkezinde bulunan Karatay Fevzi Çakmak Anaokuluna devam eden 60-72 ay grubu 40 çocuk ile sınırlıdır.
- Bu araştırma, 2015-2016 eğitim öğretim yılında 60-72 ay anaokulu öğrencilerine uygulanmıştır.

#### 1.6. Tanımlar

Her canlının yaşamını sürdürmesi, normal büyüme, gelişme ve sağlıklı yaşaması için iyi beslenmesi gerekir (Işıksoluğu, 1996).

Öyleyse besin, beslenme, beslenme eğitimiyle ilgili tanımlar aşağıda verildiği üzere yapılabilir;

**Besin:** Vücudu oluşturan dokuların; işlevlerini yerine getirebilmesi için ihtiyaç duyulan organik ve inorganik kimyasal maddeleri belirleyen (Akyıldız, 2000: 2), hayvan ve bitkilerin yenilebilir kısmına verilen genel bir addır (Arlı vd, 2012: 1).

**Besin Ögesi:** Vücut için gerekli olan moleküllerin yer aldığı; protein, yağ, karbonhidrat, vitamin, mineral ve sudan oluşan öğelerdir. Tüm besin öğelerinin ihtiyacı karşılayacak kadar vücuda alınması iyi beslenmenin temelini oluşturur (Işıksoluğu, 1996).

**Besin Grubu:** Besinlerin içerdikleri besin öğelerinin türleri ve miktarı farklıdır, bu nedenle besinler besleyici değerlerine göre gruplandırılmıştır (Akyıldız, 2000). Bunlar:

- Süt ve türevleri,
- Et, yumurta, kuru baklagiller ve yağlı tohumlar,
- Tahıl ve türevleri,
- Meyve ve sebze,
- Yağlar ve şeker olmak üzere 5 gruba ayrılmıştır.

**Beslenme:** Büyüme ve gelişme potansiyellerine ulaşmak, hastalıklardan korunmak ve kaliteli bir yaşam sürdürmek için temel bir gereksinim olan beslenme (Şanlıer, 2012: 1); vücut işlevlerinin yürütülmesi ve yaşamın sağlıklı olarak devam ettirilmesi için vücudun yediğimiz gıdalardan yararlanması olarak tanımlanmaktadır (Kavas 2003: 7).

**Yeterli ve Dengeli Beslenme:** Sağlığın korunması, büyüme ve gelişmenin sağlanabilmesi için gerekli olan besin öğeleri ve enerjinin; gerekli olan miktar, kalite ve çeşitte; düzenli, sürekli ve ekonomik olarak alınmasıdır (Şanlıer ve Ersoy, 2005: 8).

**Okul Öncesi Eğitim:** Çocuğun, “Erken Çocukluk Çağı” olarak adlandırıldığı 0-6 yaş dönemini kapsayan ve çocukların daha sonraki yaşamlarını önemli ölçüde etkileyen; bedensel, psikomotor, sosyal-duygusal, zihinsel ve dil gelişimlerinin

büyük ölçüde tamamlanarak, bu doğrultuda kişiliğin şekillendiği gelişim ve eğitim süreci olarak tanımlanmaktadır (Aral vd, 2001).

**Beslenme Eğitimi:** Toplumda; yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığının geliştirilmesi, yanlış ve olumsuz beslenme uygulamalarının ortadan kaldırılması, besinlerin sağlık bozucu duruma gelmesinin önlenmesi ve besin kaynaklarının daha etkin ve ekonomik kullanımı konularında bilinç oluşturulması için verilen eğitimidir (Baysal, 2000).

**Okul Öncesi Dönem Beslenme Eğitimi:** Çocuğun bedensel, duygusal gelişmesini ve sosyal davranışlarını doğrudan etkileyen önemli faktörlerden biri yaşına, cinsine ve aktivitesine uygun olarak yeterli ve dengeli beslenmesidir (Ünusan, 2001 Aktaran: Sumbül, 2009: 13). Dolayısıyla okul öncesi dönemin, yetişkinlikte görülen pek çok alışkanlığın temeli olması ve bu dönemde çocuğun kazanacağı yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığının da ileriki yaşları önemli derecede etkilemesi sebebiyle, çocuğun erken çocukluk çağında alması gereken beslenmeye yönelik eğitimidir (Kutluay Merdol, 1999).

## BÖLÜM 2

### 2. ARAŞTIRMANIN KAVRAMSAL VE KURAMSAL TEMELLERİ

#### 2.1. Okul Öncesi Dönemde Beslenme Eğitimi ve Önemi

##### 2.1.1. Okul Öncesi Eğitim ve Önemi

Okul öncesi eğitim: Doğumdan temel eğitime kadar olan çocukluk yıllarını kapsayan, çocuklara zengin uyarıcı çevre imkânlarının sağlandığı, onların tüm gelişimlerinin şekillenmesinde toplumun kültürel değerleri ve özelliklerinin dikkate alındığı ve bu yaş çocuklarının bireysel özelliklerine ve gelişim düzeylerine uygun biçimde planlanan bir eğitim sürecidir (Poyraz ve Dere, 2001). Dolayısıyla hataya yer olmayan, bilimsel ve ciddi bir organizasyonla yönlendirilmesi gereken okul öncesi eğitimi, adeta tüm eğitim sistemimizin omurgasını oluşturur (Arı, 2003).

Okul öncesi eğitimin en önemli amacı çocuklarda öğrenme isteği uyandırmak ve çocuğun yeteneklerini görünür kılmaktır. Bunun için çocukların gelişim özelliklerini ve gereksinimlerini bilmek gerekir. Erken çocukluk dönemi eğitimi artık yalnız anne babanın sorumluluğu olmaktan çıkmıştır. 3 yaşına kadar bir çocuğun beyнинin bir yetişkinden 2,5 kat fazla çalıştığı bilinmektedir. Yapılan tüm uluslararası araştırmalar ve uygulanan testlerde 0-6 yaş grubunda olup gelişim düzeyinde bulunan okul öncesi eğitimi almış çocukların, akademik programlarda eğitim almış olanlara göre 1. sınıf başarı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Devamında bu çocukların 12 yaşında IQ değerleri 5 puan daha yüksektir, 15 yaşında ise yetenek sınavlarında % 90-100 arası başarı sağlarlar. % 65'i liseyi, % 45'i üniversiteyi sorunsuz kazanır ve bitirir. Sonuç olarak yetişkinlik dönemlerinde sağlıklı iletişim kuran, sosyal bireyler olurlar (<http://www.cocukgelisimi.gen.tr/okul-oncesi-egitim/okul-oncesi-egitimin-onemi/45-okuloncesiegitiminonemi.html>).

##### 2.1.2. Okul Öncesi Dönemde Beslenme Eğitiminin Önemi

Anne karnında başlayan ve yaşam boyu süren beslenme serüveninin temeli, annenin gebe kalmadan önceki beslenme durumuna dayanır. Sağlıklı bebek dünyaya getirebilmenin en önemli koşullarından biri annenin gebelik boyunca yeterli ve dengeli beslenmesidir (Kutluay Merdol, 1999). En hızlı gelişme dönemi olan erken

çocukluk döneminde çocuğun; bedenini geliştirmesi, enerji alması, hastalıklara karşı kendini koruması için yeterli ve dengeli beslenmesi gerekir. Beslenme bozukluğu veya eksikliğinin sonucunda çocuklar, kolayca ve sık hastalanırlar. Büyüme geriliği, kemiklerin düzgün ve sağlam gelişmemesi, dişlerin hızlı çürümesi veya düzgün çıkmaması, bilişsel alanda ise öğrenme gücü çökmesi de ortaya çıkabilecek sonuçlardandır. Yetersiz beslenen çocuklarda hareketsizlik ve durgunluk görülebilmekte bu da kansızlık ve zafiyet gibi durumlara sebep olmaktadır (Kırkıncıoğlu, 2003). Ayrıca araştırmalar ilk 7 yılda sağlıklı beslenen çocukların, diğer etkenlerden bağımsız olarak okul başarılarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Gökçay ve Garipağaoğlu, 2002 Aktaran: Oğuz ve Önay Derin, 2013: 501). Öte yandan halkın beslenme bilgi düzeyinin yetersiz oluşu, mevcut gıda ve ekonomik kaynakların faydalı bir şekilde kullanımını olumsuz yönde etkileyerek hatalı uygulamalara neden olmaktadır. Bu sorunların önlenmesi beslenme eğitimi ile mümkündür (Kutluay Merdol, 1999).

Beslenme bilinçli veya bilinçsiz olabilir. Bilinçsiz beslenmede; alışkanlıklar, gelenekler, besinlerin sağlanması, iştah ve doyma duygusu önemli bir rol oynar. Bilinçli beslenmede ise bu unsurların rolü devam ettiği halde, beslenme eğitimi ile bu unsurlar önemli ölçüde kontrol altına alabilir, günün koşullarına en uygun ve en ekonomik şekilde yeterli ve dengeli beslenilebilir (Ünüsün 2002: 395). Bilinçli beslenme noktasında anaokullarında verilen beslenme eğitimi çocukların beslenme alışkanlıkları edinmeleri için en popüler yöntemdir. Ailenin de bu eğitime dâhil olması eğitimin daha etkili olmasını sağlar. Çünkü çocuğun tüketeceği yiyeceklerin planlanması, satın alınması, hazırlanmasından aile sorumludur (Yılmaz, 2011).

Diğer önemli bir husus da ebeveynlerin beslenme ile ilgili kendi bilgi, davranış ve tutumlarının çocuk üzerindeki etkisidir (Yılmaz, 2011). Çocuklar, aynı zamanda taklit ederek öğrendiklerinden, beslenme konusunda aile bireylerinin ve öğretmenlerin kendi davranışları ile örnek olması ve onları sağlıklı beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi yönünde desteklemeleri önemlidir (Hendy ve Raudenbush, 2000). Bu desteğin yeterli düzeyde ve doğru biçimde verilebilmesi için ailenin, özellikle de annenin ve okul öncesi eğitim kurumlarında görevli öğretmenlerin sağlıklı beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi konusundaki bilgi

düzeyi, deneyimleri ve bu konuda kararlı olmaları önem kazanmaktadır (Nemet vd, 2011).

Çocuğa verilecek beslenme eğitimi okulda ve evde dönüşümlü olarak, örneklerle açıklanarak sürdürülmelidir (Kırkıncıoğlu, 2000). Beslenmenin kişinin kendi sorumluluğunda olduğu anlatılmalı; kola, cips, hamburger gibi abur cuburların, fast food ürünlerinin zararlı olduğu, beslenmenin yalnızca karın doyurmaktan ibaret olmadığı açıklanmalıdır. Çocuklara sağlık- beslenme- hastalık ilişkisi anlatılmalı, uzun ve kaliteli bir yaşam için yeterli ve dengeli beslenmenin en önemli etmen olduğu benimsenmelidir (Şanlıer ve Yabancı, 2005).

Çocukların öğrenmeleri için her yeni şey ve her durum bir fırsattır, besin ve beslenmeyle ilgili kavramlar da buna dâhildir. Beslenme eğitiminde çocuğa yeni ufuklar kazandırılabilir. Örneğin; bir çocuğun beslenmesi çoğunlukla hazır gıdalardan oluşursa, onun bu yiyeceklerin içindeki malzemelerin asıl şekillerinin neye benzediği, nasıl yetiştiği hakkında hiçbir fikri olamaz ve hatta tüm bu yiyeceklerin bitkilerden ve hayvanlardan sağlandığının bile farkına varamayabilir. Oysa ebeveynler günlük yemek pişirme ve yeme faaliyetlerini bir eğitim deneyimine çevirerek çocuğun bilgi dağarcığını zenginleştirebilirler.

Kaliforniya Davis Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmada bir yıl boyunca bahçede bitki yetiştiren bir grup çocuk, programın sonunda beslenmeyle ilgili daha fazla bilgi edinmişler ve çocukların bazı sebzeleri daha çok sevdiği saptanmıştır. Öte yandan aile ve çocuğun her alışverişte yeni bir çeşit sebze veya meyve alması, meyve ve sebzelerin nerede yetiştirildiği ve yenen kısmın hangi bölümlerden oluştuğunun oyun yoluyla çocukla araştırılması da bir diğer eğlenceli faaliyettir. Çocukları bir yemeğin hazırlanmasına dâhil etmek, onlara birkaç malzeme verip basit yiyecekler hazırlamalarını istemekle yaratıcılıkları da teşvik edilebilir (Walker ve Humpries, 2006).

Okul öncesi eğitimde çocuk, kendi bedensel yapısını tanır, öz bakım ihtiyaçlarını karşılayabilir, böylece vücudunu etkin bir biçimde kullanmayı öğrenir (Aral vd, 2001). Okul Öncesi Eğitim Programı (2013)'na bakıldığında çocuk, sağlıklı bir beyin gelişimine; okul öncesi dönemde sağlıklı beslenerek, zengin uyarıcı

bir çevre içinde bulunarak ve yeni öğrenme fırsatlarıyla karşılaşarak sahip olur. Dolayısıyla yeni programda özellikle öz bakım alanında yer alan bazı kazanım ve göstergeler beslenme eğitiminin önemini vurgulamaktadır. Buna göre;

**Kazanım 1.** Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

**Göstergeleri:** Saçını tarar, dişini fırçalar; elini, yüzünü yıkar, tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapar.

**Açıklamaları:** Çocuğun yaşının büyümesiyle birlikte yetişkin desteğinin azaltılarak beden temizliğine ilişkin davranışları göstermesi beklenmektedir.

**Kazanım 4.** Yeterli ve dengeli beslenir.

**Göstergeleri:** Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer. Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir. Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır. Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

**Açıklamaları:** Çocuğun kendi kendine yemek yemesi ve beslenme araç gereçlerini uygun bir şekilde kullanması desteklenmelidir. Bu süreçte çocuğa sunulan besinlerin yeterli ve dengeli olmasına dikkat edilmelidir.

**Kazanım 6.** Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

**Göstergeleri:** Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır. Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır. Çevre temizliği ile ilgili araç ve gereçleri kullanır.

**Açıklamaları:** Çocuklara hem beslenme ve öz bakım için gerekli araç gereçleri (kaşık, çatal, bıçak, sabun, şampuan, tarak, diş fırçası, havlu, tuvalet kâğıdı gibi) hem de evde ve okulda temizlik ve toplanma için gerekli araç ve gereçleri (toz bezi, süpürge gibi) kullanabilmesi için gerekli fırsatlar verilmelidir (OÖEP, 2013: 35).

Görüldüğü üzere beslenme eğitimi, sadece hangi besinlerin ne kadar ve ne sıklıkta alınmasından ibaret değildir. Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri

kullanma, yemekten önce ve sonra beden temizliğini gerçekleştirme, yemek esnasında sağlık ve görgü kurallarına dikkat etme vb. davranışlar da önemlidir.

### 2.1.3. Okul Öncesi Dönem Çocuğu Besin Grupları

Canlıların varlıklarını sürdürebilmeleri için besin öğelerini ihtiva eden besinleri tüketmeleri gerekmektedir. Yaş, cinsiyet ve özel durumlardaki bireylerin enerji ve besin tüketimleri gibi belirli koşullara göre düzenlenmiş yeterli ve dengeli beslenme bu sayede gerçekleşebilir.

Sağlıklı beslenmenin önemli bileşenleri; proteinler, yağlar, karbonhidratlar, su, vitaminler ve tuzlarla bazı az bulunan elementlerdir. Bu öğeler aynı zamanda vücudun temel yapısını oluşturur. Bu öğelerin dengeli ve yeterli biçimde alınmaması halinde beslenme bozukluğu “malnütrüsyon”a bağlı hastalıklar ortaya çıkar (Akyıldız, 2000). Besinler çok çeşitlidir ve içerikleri açısından birbirine benzer özellik gösterenler aşağıdaki şekilde gruplandırılmıştır (Şanlıer ve Ersoy, 2005) :

- Süt ve türevleri
- Tahıllar ve türevleri
- Et, yumurta, kuru baklagiller ve yağlı tohumlar
- Sebze ve meyveler
- Yağlar ve şekerler

Besin grupları bazında günlük önerilen ortalama miktarlara bakacak olursak;

- Süt grubu 2 porsiyon
- Et grubu 2 porsiyon
- Sebze-meyve grubu 5 porsiyon
- Ekmek ve tahıl grubu 3-6 porsiyon olarak önerilmektedir  
([http://beslenme.gov.tr/content/files/basin\\_materyal/okul\\_onesi\\_ve\\_okul\\_cagi\\_cocuklara\\_yonelik\\_beslenme\\_onerileri\\_ve\\_menu\\_programlar\\_.pdf](http://beslenme.gov.tr/content/files/basin_materyal/okul_onesi_ve_okul_cagi_cocuklara_yonelik_beslenme_onerileri_ve_menu_programlar_.pdf)).

### **2.1.3.1. Süt ve Türevleri**

İnsan beslenmesinin temel gıda maddelerinden olan süt ve türevleri sağlıklı kemik ve diş gelişimi için elzem olan kalsiyum, fosfor ve B grubu vitaminleri kaynağından zengin bir besin grubudur. Buna karşılık düşük miktarda demir ve C vitamini içerir (Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, 2004). Süt çeşitli işlemlerden geçirildikten sonra; yoğurt, peynir, çökelek, kefir, tereyağı, süt tozu, krema, kaymak, dondurma halini alır (Şanlıer ve Ersoy, 2004).

Büyüme ve gelişimin hızlı olduğu okul öncesi dönemde çocuğun diyetinde bu gruptan; 1- 3 yaş grubu için günde 4 porsiyon, 4- 6 yaş grubu için 3- 4 porsiyon bulundurulmalıdır (Türkiye'ye Özgü Besin Ve Beslenme Rehberi, 2015). Süt ve türevleri öğün olarak sabah, ara kahvaltıda ve gece yatmadan önce tercih edilebilir. Çocuğa 500 - 600 gr. üzerinde süt tüketmesi için yapılacak ısrar, çocuğun kendisi için gerekli diğer besinleri yemesini engelleyebilir (Baysal, 2000).

### **2.1.3.2. Tahıllar ve Türevleri**

Buğday, yulaf, arpa, pirinç, mısır gibi bitkilerin taneleri olup ucuzdur ve günlük enerjimizin esas kaynağıdır. Ayrıca tam tahıl ürünlerinin kalori değerleri de daha düşüktür. Kabuk kısmı; karbonhidrat ve mineral bakımından zenginken, çekirdek kısmında ise; yağ, protein ve E vitamini, B 12 vitamini dışında diğer B grubu vitaminlerin bir kısmı yer alır. Tahıl türevleri; un, bulgur, ekmekek, makarna, tarhana ve nişastadır (MEB, 2011). Kabuk ve öz kısmı ayrılmamış tahıllar ve türevleri; vitaminler, mineraller ve diyet posası yönünden zengin olması nedeniyle tercih edilir, çünkü lif içeriği yüksek olan besinlerin tüketimi barsak hareketlerinin düzgün olmasını sağlar. Nitekim lif içerikli gıdalar beslenme açısından önemlidir (Türkiye'ye Özgü Besin Ve Beslenme Rehberi, 2015).

Okul öncesi çocukları için günlük diyetinde yer alan tahıl ve türevleri grubu için 6 porsiyon alınması yeterlidir (Kasnakoğlu, 2003).

### **2.1.3.3. Et, Yumurta, Kuru Baklagiller ve Yağlı Tohumlar**

Büyük ve küçükbaş hayvanları, kümes, av ve deniz hayvanlarının yenilebilen kaslarından oluşan et; önemli protein kaynakları olup; aktin, albümin ve miyosin, miyojen, miyogloblin içerir. Kümes hayvanlarında demir az, protein fazla iken; deniz hayvanlarında; A-D-K vitaminleri ile kalsiyum ve fosfor vardır (Kırkincioğlu, 2003). Özellikle protein gereksiniminin arttığı ve hızlı büyümenin olduğu bebeklik, çocukluk dönemlerinde diyetle et ve türevleri mutlaka yer almalıdır (Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, 2004).

Protein, A-B2 ve D vitaminleri demir ve fosfor kaynağı olarak çok önemli bir besin olan yumurta (Akyıldız, 2000), sağlıklı büyüme ve gelişme açısından, özellikle çocuklar için son derece mühim bir besindir (MEB, 2011).

Bitkilerin olgunlaşmış tohumlarına kuru baklagiller denir ve fasulye, bezelye, börülce, nohut, mercimek gibi besinler bu grupta yer alır (Baysal, 2000). Kuru baklagiller protein kaynağı olup, vücutta kullanım oranları düşüktür. Yine de etin temin edilemediği durumlarda iyi protein kaynağıdır (Şanlıer ve Ersoy, 2005).

Yağlı tohumlar; B grubu vitaminleri, mineraller, yağ ve proteinden zengin, fındık, ceviz vb. gıdalardır. Yağ içerikleri yüksektir ancak bitkisel olmaları nedeniyle kolesterol içermezler. Enerji değeri yüksek olan bu besinlere özellikle çocukların beslenme programlarında yer verilmesinde yarar vardır (Türkiye'ye Özgü Besin Ve Beslenme Rehberi, 2015).

Bellek ve öğrenme kapasitesinin hızla arttığı, kasların güçlendiği ve kan yapımının yoğun olduğu, vücudun sağlıklı büyümesinin temellerinin atıldığı ve bu sebeplerden dolayı bol proteine ihtiyaç duyulan (Baysal, 2000) okul öncesi dönemde, çocuğun diyetinde bu gruptan günde ilk yaşlarda ½ porsiyon kardan başlanarak (bir yumurta, bir köfte kadar et ya da bir yemek kaşığı kuru baklagiller), çocuk büyüdükçe (4-6 yaş) bu oran 1-1 ½ tam porsiyona arttırılabilir. Yine 1/3 kâse kuruyemiş (yağlı tohumlar), ½ porsiyon olarak değerlendirilebilir (<http://www.bilgiara.com/bilgi/ttmmc-okul-oncesi-donemde-beslenme-egitimi/>).

#### **2.1.3.4. Sebze ve Meyveler**

Vücudumuza zararlı maddelerin vücuttan atılmasına yardımcı olan sebzeler ve meyveler (Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, 2004), kalori ve protein bakımından zengin olmamasına karşın bol miktarda mineral ve vitamin içerirler. Yeşil yapraklı sebzeler madensel madde ve vitamin bulundururken (Kırkıncıoğlu, 2003), A vitaminin ön ögesi olan beta-karoten, E, C, B2 vitamini, folik asit, kalsiyum, potasyum, demir, magnezyum, posaya sahiptirler (Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, 2004).

Okul öncesi dönemde çocukların günlük olarak meyve ve sebze grubundan; 1-3 yaş grubu çocukların 2,5 porsiyon, 4-6 yaş grubu çocukların 3,5 porsiyon almaları yeterlidir (Türkiye'ye Özgü Besin Ve Beslenme Rehberi, 2015). Diyetle çiğ olarak yenebilecek türde meyve ve yeşil yapraklı sebzelerin seçilmesine dikkat edilmelidir. Çocuğun isteğine bağlı olarak meyve suyu ve ezme şeklinde de sunulabilir (Baysal, 2000).

#### **2.1.3.5. Yağlar ve Şekerler**

Sadece enerji kaynağı olan bu besinlerin enerji değerleri de oldukça yüksektir. Bu nedenle diyetle mümkün olduğunca az yer almalıdır. Ancak yağlar, yağda eriyen A, D, E, K vitaminlerini taşıdığından, yağ asitlerinin alınmasını sağlayıp, vücut organlarının dış tehditlerden koruduğundan dolayı da önemlidir. Tatlılar da vücuda enerji verirler (Işıksoluğu, 1996). Dış sağlığının korunması ve çocukluk çağı şişmanlığının önlenmesi açısından gün içinde en az tüketilmesi önerilen besin grubudur (Anon, 1999 Aktaran: Sütçü 2006: 24).

## **2.2. Çoklu Zekâ Kuramı**

### **2.2.1. Zekânın Tanımı**

Zekânın tanımlanması konusunda uzun yıllardır eğitimciler tartışmaktadırlar. Bazı eğitimciler, insanın zihinsel performanslarının çeşitli testlerle ölçülebilir olup bu “testlerin ölçtüğü nitelik” olarak tanımlarken (Saban, 2005), bazıları da zekâyı kişinin sahip olduğu “öğrenme gücü” olarak anlamlandırmışlardır (Vural, 2004).

TDK'ya göre zekâ “düşünme, akıl yürütme, nesnel gerçekleri algılama, yargılama” ve “sonuç çıkarma” yeteneklerinin tamamıdır (www.tdk.gov.tr).

Zekâ testlerinin yaratıcılarından Fransız psikolog Alfred Binet; verilen yönergeyi anlamak ve bunu zihinde tutabilmek, bir duruma başarı ile uyum sağlayabilmek veya istenildiği şekilde davranmak, kişinin kendini eleştirerek yaptığı davranışların doğruluğunu denetleyebilmesi olarak, zekânın üç özelliğini vurgulamıştır (Oklan Elibol, 2000).

Gardner (2013) çalışmalarında; zekânın, zekâ testi maddelerini cevaplama yeteneğidir ve bu test sonuçlarının puanlanmasıdır. Zekâ yetisi yaş, eğitim veya deneyimle fazla değişmez. Yani zekâ kişinin doğuştan getirdiği bir nitelik ya da yeti olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Ancak hem Boston Üniversitesi'nde yetenekleri araştırırken hem de Harvard Üniversitesi'nde "Project Zero" adlı çalışmasında, psikometrik anlayışın açıklayamadığı farklı şeyler gözlediğini şöyle ifade eder: "Çocuklar ve beyin hasarlı yetişkinlerde yaptığım günlük çalışmalar beni insan doğası ile ilgili bedensel bir olguyla derinden etkiledi: İnsanlar çok geniş, çok sayıda kapasitelerle dolu... Bir bireyin bir alandaki üstünlüğü, başka bir alandaki gücüyle karşılaştırılabilecek ve tahmin edilecek kadar basit değil!" (Gardner, 1999 Aktaran: Bümen, 2005: 4). Sonuç olarak zekâyı; gerçek hayatta karşılaştığı problemlere çözümler üretebilme, bir ya da daha fazla kültürel yapıda değeri olan bir ürün ortaya koyabilme ve çözüme kavuşturulması gereken yeni veya karmaşık yapıları keşfetme yeteneği olarak tanımlar (Saban, 2005).

### **2.2.2. Zekâyı Etkileyen Faktörler**

Zekâyı etkileyen faktörler; kalıtım, çevre, cinsiyet ve yaş olarak sıralanabilir:

Binet ve Weschler zekâyı doğumla belirlenmiş sabit, ölçülebilir ve değişmez bir olgu olduğunu iddia ederlerken, Piaget, Vygotsky, Feurstein ve diğerleri yaptıkları çalışmalar sonucunda zekânın sabit olmadığını savunmuşlardır. Gözlemleri zekânın; kalıtsal yetenekler, deneyimler ve çevresel bileşenler tarafından şekillendirildiğini ortaya koymuştur. Eğer veliler ve öğretmenler; kötü çevre ve kötü öğretim sunarlarsa zekâ geriler, çocuğa uygun ortam sağlanırsa ve öğretim yöntemleri değiştirilirse zekâyı değiştirebilirler, yani iyi bir çevre ve iyi öğretim zekâyı artırabilir (Vural, 2004).

Oklan Elibol'a (2000) göre; çocuğun zekâ potansiyeli anne ve babasının zekâ potansiyelinden etkilenir. Yapılan çalışmalarda çocuğun zekâsı ile anne babasının zekâsı arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu, ayrıca gebelikte annenin doğru beslenmesinin, doğumun problemsiz ve sağlıklı gerçekleşmesinin (Yörükoğlu, 1994), doğumdan sonra da çocuğun dengeli ve yeterli beslenmesinin zekâ gelişimini etkilediği, doğuştan getirilen zihinsel potansiyelin zengin uyarıcılarla donatılmış bir çevreye ihtiyaç duyduğu görülmüştür.

Zekâyı etkileyen diğer bir faktör cinsiyettir. Yapılan araştırmalar kadın ve erkeğin IQ seviyeleri arasında bir fark bulunmamakla beraber (Colom vd, 2000), zamanla erkeklerin IQ'larının yükseldiğini, kadınların IQ'larının ise düştüğünü ortaya koyan bazı araştırmalar da bulunmaktadır (Topses, 1997). Kadının toplum içerisindeki statü ve rol sorununun zekâ gelişiminde etkin olduğu, toplumda erkeklerin kadınlardan daha çok problemlerle uğraşması, zihinsel olarak canlılık göstermesi zekâ puanlarının ilerlemesine neden olduğu düşünülmektedir (Furnham vd., 2004 Aktaran: Doğan, 2015: 8).

Zekânın gelişmesi ilk yıllarda hızlıken ileriki yıllarda yavaşlar. Genel olarak zekânın % 75'i ilk 4 yaşta gelişmekte ve 20 yaşa kadar gelişimine devam etmekte, bu yaştan sonra ise duraklama devresine girmektedir. Yaşlılık döneminde, fizyolojik değişimlerle beraber gerilemektedir (Oklan Elibol, 2000).

### **2.2.3. Çoklu Zekâ Teorisi**

Uzun yıllar zekânın tek bir faktörden oluştuğu düşünülürken, günümüzde zekânın pek çok zihinsel beceriden ve çok sayıda yetenekten meydana geldiği fikri ağırlık kazanmıştır (Çalışandemir ve Bayhan, 2011). Tüm öğrencilerin aynı anda öğretilen bilgiyi aynı oranda veya aynı hızda öğrenemediği bir gerçektir. Bu farklılaşma normaldir; çünkü her öğrencinin kendine özgü yapısı, yetenekleri, alışkanlıkları, ilgi alanları ve bilgiyi işleme tarzı vardır. Şüphesiz her insanın tek bir öğrenme stiline sahip olması da gerekmez. Çoğunlukla görsel, işitsel ve dokunsal stillerden ağırlık olarak birine sahipken üçünü de kullanabilir (Vural, 2004).

Çoklu zekâ kuramı, 1983 yılında Howard Gardner tarafından ortaya atılan zekânın tek ve baskın bir yetenek olmaktan daha çok, çeşitli ve özel boyutlardan oluştuğunu öneren bir modeldir (<http://tr.wikipedia.org/tr>).

Çoklu zekâ: Bir olayın, bir konunun algılanması, anlaşılması, yorumlanması, çözümlenmesi ve belli bir sonuca ulaşılmasında zekânın birden çok özelliğinin eş zamanlı veya sıralı olarak işe koşulmasıdır (Güleryüz, 2004).

Howard Gardner zekâ ile ilgili olarak: İnsanların çok farklı zekâ türlerine sahip olduğunu, zekâların tanımlanabilir ve geliştirilebilir olduğunu, tüm zekâların dinamik olduğunu ve her zekânın hafıza, dikkat, algı ve problem çözme açısından farklı bir sistemle donatıldığını, her insanın kendi zekâsını geliştirme fırsatına sahip olduğunu savunur. Yine her bir zekâ gelişimi kendi içinde değerlendirilmelidir çünkü kişisel altyapı, kültür, kalıtım, inançlar zekâların gelişimi üzerinde etkilidir. Ayrıca bir zekânın kullanımı esnasında diğer zekâlardan da faydalanılabilir. Bütün zekâlar, insanın kendini gerçekleştirme için farklı ve özel zenginliklerdir. İnsan gelişimi ile ilgili tüm bilimsel teoriler çoklu zekâ teorisini destekler. Hatta hâlâ bilinen zekâ türlerinden daha farklı zekâlar da olabilir (Gündeşli, 2006).

Çoklu zekâ teorisi, insan zekâsının dünyadaki içeriğe nasıl tepki verdiğini ve bu içeriği zihninde nasıl yorumladığını açıklayarak beynin bölümlerinin de özel fonksiyonlarına açıklık getirir (Saban, 2005). Gardner'e göre zekâlar kendi sıraladıklarıyla da sınırlı kalmamalıdır (Vural, 2004).

Çoklu zekâ teorisinin eğitim ve öğretimde yer almasıyla bireysel farklılıklara değer verilir ve farklılıklara uygun öğrenme teknikleri uygulanarak eğitim kalıcı hâle gelir (Karadağ, 2009).

#### **2.2.4. Çoklu Zekâ Kuramının Tarihi**

Zeki kavramı, 1900'lü yıllara kadar kişinin kendisinin ya da başkasının zihinsel güçlerini anlatmak için kullanılırken Batı'da çabuk anlayan, bilgiyi öğrenen ve kolay hatırlayabilen kişilere akıllı denirdi. Batılı olmayan toplumlardaysa "zeki" kelimesi iyi dinleyen, itaatkâr, ahlaklı veya bilge insanları niteleyen bir özellikti (Gardner, 2013).

20. yüzyılın başlarında zekâ çalışmalarında önemli bir gelişme oldu:1904 yılında, Fransız psikolog Alfred Binet ve bir grup arkadaşı ilköğretim birinci kademesinde başarısız olma riski taşıyan öğrencilerin belirlenmesi için ilk zekâ testini geliştirdi ve zamanla bu tür testler birçok ülkede hızla uygulandı. Böylece zekânın objektif olarak ölçülebileceği, zekânın da IQ puanı olarak istatistiksel hesaplanabileceği görüşü uzun zaman destek gördü (Saban, 2005).

Gardner ise insanın doğduğundan itibaren zekâyâ sahip olduğunu ve zekâsının belli bir miktarını kullanabildiğini, test sonuçları ile de ne kadar zeki olduğunun belirlenemeyeceğini ısrarla savunmuştur (Oklan Elibol, 2000).

Doktora eğitiminde bilişsel gelişim ve nöropsikoloji alanında deneysel araştırmalarda bulunan Gardner; insan yeteneklerinin beynin hangi bölgelerinde yer aldığı ve bu yeteneklerin birbiriyle olan etkileşimini anlamak amacıyla çocuklar ve beyin hasarlı bireyler üzerinde Boston Tıp Merkezi'nde uzun süre çalışmıştır. Bu çalışmaları sırasında beynin bir bölümü hasar görse bile, hasarlı bölgedeki yetenek kaybı dışında beynin geri kalan bölgelerinin sağlıklı çalıştığını saptamıştır. Böylece bu çalışması sırasında Gardner, çoklu zekâ sınıflamasındaki her bir zekâyâ ilgili beyin bölgelerini kesin olarak belirleyebilme fırsatı bulmuştur (Gardner, 1993: 26; Gardner, 2003 Aktaran: Gürel ve Tat 2010).

Harvard Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde, insan bilişsel kapasitesiyle ilgili araştırmalarda bulunan bir grup araştırmacıyla birlikte insan zihninin doğasını ve potansiyelini araştıran İnsan Potansiyeli Projesi -Project on Human Potential- adlı çalışmada yer alan Gardner, bu şekilde, otistik çocukların ve öğrenme bozukluğu olan çocukların, dâhilerin ve zekâ özürü kişilerin zihinsel profilini incelemiş ve hatta otistik çocukların bazı özel zihinsel yeteneklere sahip olduklarını fark etmiştir (Gardner, 2009: 4 Aktaran: Gürel ve Tat, 2010).

Sonuç olarak Howard Gardner, “Zihnin Çerçevesi”(Frames of Mind) adlı eserinde yedi ayrı zekâ veya evrensel kapasite önermiş; kapasite ya da zekâların her insanda doğuştan var olduğunu ancak farklı kültürlerde farklı şekillerde ortaya çıktığını savunmuştur (Bümen, 2005). Gardner, bu eseriyle adeta toplumlarda hâkim

olan matematik-mantık zekâsı ve sözel-dil olarak tanımlanan zekâyı ve zekâ testlerini tarihe gömmüştür.

### 2.2.5. Çoklu Zekâ Alanlarını Etkileyen Faktörler

Gardner zekâ alanlarının gelişimini 4 temel faktöre bağlamıştır:

- Biyolojik nitelik; bireyin genetik ve kalıtsal olarak (Vural, 2004) getirdiği özellikler, beynin doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası karşılaştığı durumları içerir.
- Çevresel etmenler; (Armstrong, 1994) zekânın gelişmesinde avantaj ya da dezavantaj oluşturan durumlardır. Bunlar; kaynaklara ulaşım şansı, ailesel etkenler ve durumsal etkenler, tarihsel-kültürel etkenler ve coğrafi etkenler olarak göze çarpar (Aktaran: Bümen, 2005).
- Kişisel hayat hikâyesi; bireyin çeşitli zekâ alanlarını olumlu ya da olumsuz etkileyen ebeveyn, arkadaş, öğretmen ve sosyal ilişkilerini ve tecrübelerini kapsar (Saban, 2005).
- Kristalleştirici ya da felce uğraticı deneyimler; Kristalleştirici deneyimler, kişinin yeteneklerinin ve potansiyellerinin gelişiminde “dönüm noktaları” sayılan önemli deneyimleri içerir. Bu yaşantı ve deneyimler, bireyin daha çok çocukluk döneminde gerçekleşebileceği gibi hayatının herhangi bir döneminde de olabilir. Felce uğraticı deneyimler ise aksine kişilerde var olan zekâ potansiyellerini söndüren, yok eden ya da ortaya çıkmasını engelleyen tecrübeleri içerir. Bu deneyimler, genellikle kişiyi suçluluk duygusu, utanma, korku, öfke gibi olumsuz duygulara itebilir. Böyle durumlarda zekâ alanlarının gelişimi de olumsuz etkilenebilmektedir (Çalışandemir, 2010).

### 2.2.6. Çoklu Zekâ Alanları

İnsan zekâsı hakkındaki geleneksel görüşlere karşı çıkan Gardner, 1983'te “Frames of Mind (Zihin Çerçevesi)” adlı eserini yayımlamış ve eserinde bireyin en az yedi temel zekâ alanına ve hatta geniş yetenekler yelpazesine sahip olduğunu savunmuştur. İlk aşamada yedi olan zekâ alanı sayısı Gardner tarafından 1999

yılında yayımlanan “Intelligence Reframed” (Zekâ Yeniden Yapılandı) adlı eserinde yeniden düzenlenmiş ve sekizinci alan olan doğa zekâsı eklenmiştir (Tuğrul ve Duran, 2003). Ancak, Gardner bu sayının insan yeteneklerinin niceliğini ifade etmekte asla yeterli olmayacağını ve zekâ alanlarının artabileceğini de belirtmiştir (Saban, 2005).

Kuramla ilgili olarak dikkati çeken diğer bir husus da, bu alanların neden bir yetenek ya da beceri değil de zekâ olarak tanımlandığıdır. Bununla ilgili olarak Gardner şu açıklamayı yapar; “insanların birbiri hakkında konuşurken -o çok zeki değildir ama mükemmel bir müzik yeteneği vardır- gibi tanımlamalarda bulunurlar ve bu da yanıltır” der. Diğer bir görüşmesinde ise; (Armstrong, 1994: 3-4) “eğer ben bu kuramı zekâ değil de yetenek deseydim ve kuramın adı da Çoklu Yetenek Kuramı olsaydı, insanlar esner ve hemen kabul ederlerdi. Oysa ben onları sarsmak ve düşündürmek istiyorum. Bu kapasitelere zekâ demekle, birden fazla olduklarını (zekânın tekil olmadığını) ve şimdiye kadar düşünmediğimiz bazı şeylerin zekâ olabileceğini vurgulamaktayız” demiştir (Aktaran: Bümen, 2005:7).

Zekâlar karmaşık yollarla da olsa her zaman birlikte çalışırlar. Dâhiler ve özürlü bireyler dışında zekâlar her zaman birbiriyle etkileşim içindedir. Örneğin bir futbol oyuncusu, bedensel zekâyı, koşar, yakalar ve vururken; dil ve sosyal zekâyı oyun kurallarını öğrenirken ve takım kurallarını tartışırken ve paylaşırken; uzamsal zekâyı sahayı ve görevini tanırken; öze dönük zekâyı kendini değerlendirirken kullanmaktadır (Aktaran: Talu, 1999:166).

Çoklu zekâ alanları şunlardır;

- Sözel- Dilsel (Linguistic) Zekâ
- Mantık- Matematiksel (Logical-Mathematical) Zekâ
- Görsel- Uzamsal (Spatial) Zekâ
- Bedensel- Kinestetik (Bodily) Zekâ
- Müziksel- Ritmik(Rhythmic) Zekâ
- Kişilerarası- Sosyal (Interpersonal) Zekâ

- İçsel- Özgedönük (Intrapersonal) Zekâ
- Doğacı (Naturalistic) Zekâ

### **2.2.6.1. Sözel-Dilsel (Linguistic) Zekâ**

Anadilini kullanma, diğer dillere yatkın olma, zihnindeki ifade etme ve insanları anlama kapasitesidir (Tuğrul ve Duran, 2003). Sözel dilsel zekâsı gelişmiş kişiler; güzel ve etkili konuşma, başkalarını ikna etme, düşüncelerini rahat ifade etme, başkalarının düşüncelerindeki çelişkileri yakalayıp anında yanıtlanma özelliklerine sahiptir. Ayrıca eleştirel ve yaratıcı okuma, dinleme çalışmaları, konuşma ve yazma çalışmaları da sözel dilsel zekâ alanına giren diğer özelliklerdir (Güleryüz, 2004).

Bu zekâyaya sahip çocuklar; masal/fıkra anlatır, kelime hafızası kuvvetlidir, kelime oyunlarını ve tekerlemeleri (Saban, 2005) sever, bir durum ya da olayı hikâyeleştirebilir, şiir okumaktan zevk alır (Yavuz, 2005).

Dil yeteneği evrenseldir ve çoğu çocukta gösterdiği hızlı ve sorunsuz gelişim tüm kültürlerde çarpıcı şekilde sabittir (Gardner, 2013: 25). Yine Gardner'e (2010) göre insan zekâsının en üstünü dildir ve en detaylı incelenmiş zekâdır.

### **2.2.6.2. Mantık-Matematiksel Zekâ**

Doğru düşünme, düşünceden düşünce üretme ve bunları sayılar ve mantık sistemiyle sınamaya dayalı zihinsel bir güç olan bu zekâ türü (Güleryüz, 2004); sayılarla tümevarım ve tümdengelim ile akıl yürütme, soyut problem çözme ve birbiri ile ilişkili kavramlar, düşünceler arasındaki karmaşık ilişkileri anlama yeteneği olarak tanımlanabilir (Bümen, 2005).

Gardner'e göre (2010) bu beceri çocukların nesnel dünyasıyla tanışmasına kadar gidebilir. Çocuklar nesnel dünyasıyla karşılaşır, düzenlemeler yaptığında, yeniden yapılandırdığında bu alanla ilgili ilk temel bilgisini edinmiş olur.

Bu zekâyaya sahip çocuklar; neden-sonuç ilişkisi kurar, matematik aktivitelerinden hoşlanır, strateji ve zekâ oyunlarına ilgi duyar, deney yapmaktan zevk alır, şekillerle çalışmayı severler. Grafik hazırlama, sıralama, benzerlikleri ve farklılıkları bulma etkinlikleri yaparlar (Yavuz, 2005).

### 2.2.6.3. Görsel-Uzamsal (Spatial) Zekâ

Resimler, şekiller ve çizgilerle düşünme, imgeleme, üç boyutlu nesnelere algılama ve muhakeme etme becerisidir (Vural, 2004). Bu zekâ önce duyuşal- motor algının kesinleşmesi ile başlamakta daha sonra; renk, şekil, derinlik, boyut, biçim, dokunuş ve bunlar arasındaki ilişkileri ayırttığı düşünölmektedir. Görsel-uzamsal zekâsı gelişen kişinin el-göz koordinasyonu ve ince motor kontrolü ile algılanan şekil ve renkleri, çeşitli ortamlarda yeniden oluşturma yeteneği de gelişmektedir (Başaran, 2004).

Bu zekâyaya sahip çocuklar; yaşlarına göre daha çok hayal kurar, dinlediklerinden resimler üretir, görsel sunuşları sever, origami ve maketler hazırlamak ister. Kavram haritaları, flash kartlar, resim ve fotoğraf çalışmalarıyla daha kolay öğrenirler (Yavuz, 2005).

Howard Gardner “Multiple Intelligence, Basic Book” (Çoklu Zekâ- Yeni Ufuklar 2013: 26) adlı eserinde şöyle der: “Görsel sanatlardaki çocuk dâhi sayısı azdır, ama Nadia gibi otistik yetenekler vardır (Selfe,1977). Okul öncesi dönemdeki Nadia ciddi otizmüne rağmen, anlatımsal doğruluk ve ustalık açısından kayda değer çizimler yapmaktadır.”

### 2.2.6.4. Bedensel-Kinestetik Zekâ

Fiziksel koordinasyon, ince ve kaba motor becerileri kullanılarak, fiziksel etkinlikler yoluyla öğrenmeyi içerir. Çeşitli spor aktiviteleri, bloklar ve diğer inşaat malzemeleriyle oynama, dans etme, çeşitli manipölatif etkinliklerle sorunları çözme ve öğrenme becerisidir (<http://education.jhu.edu/PD/newhorizons/strategies/topics/mi/>).

Bu zekâ türünde gelişmiş olan, dans etmeyi ve spor yapmayı seven insanlar vücut kontrol ve koordinasyonunda da başarılıdırlar (Tarman, 1999). Uzun süre hareketsiz duramazlar, nesnelere parçalayıp bütünlemeyi severler, bir veya birden çok sporla uğraşabilirler, atletizm, dokunarak öğrenmede ve el becerisi gerektiren alanlarda yeteneklidirler. Role-play, drama, pandomim ve tiyatrodan hoşlanırlar. Yap-boz çalışmalarını, maket yapımı ve herhangi bir alet icat etmeye ilgi duyarlar (Yavuz, 2005).

Gardner'e göre (2013); çocuklarda bedensel hareketler açıkça tanımlanmış bir gelişim planı izler ve bu hareketlerin tüm kültürlere özgü olduğuna ilişkin çok az soru işareti vardır. Bu nedenle bedensel-kinestetik zekâ “bilgisinin” zekâ ölçütlerimizin çoğunu karşıladığı aşikârdır.

#### **2.2.6.5. Müziksel- Ritmik Zekâ**

Müzikal zekâ; ritim, tını ve sesi ayırt etme kapasitesidir (Çoklu Zekâ Kuramı Genel Bakış, Denetim ve Müfredat Geliştirme, Thomas Armstrong Derneği www.skyview.vansd.org). Çocukta müzik yeteneği, müzik dinleme, şarkı söyleme, ritim tutma, müzik aleti çalma ve müzikleri anlama olarak kendini gösterir. Konuşurken veya günlük yaşamlarında hareket halindeyken elleri ve ayakları sürekli ritim tutma halinde olabilir. Şarkı dinlerken farkında olmadan eşlik edebilirler ve çalışırken, öğrenirken müzik dinlemekten hoşlanırlar (Erden ve Altun, 2012).

Fon müzikleri ve ses efektleri kullanılarak, dans, tempo ve ritim öğelerine yer vererek, duygularını müzikle ifade etmesini sağlayarak bu zekâyâ sahip çocukların öğrenmeleri kolaylaştırılabilir (Yavuz, 2005).

Bu zekânın kullanılmasında matematiksel-mantıksal, toplumsal, sözel-dilsel, bedensel ve içsel zekâ da kullanılmaktadır. O nedenle de müzikal ve ritmik zekânın eğitim yaşantılarının düzenlenmesinde çok önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir (Güleryüz, 2004).

Ayrıca Gardner (2013: 20) ;“müzikal beceri genellikle matematik gibi düşünsel bir beceri olarak görülme de ölçütlerimizin hakkını verir. Doğası gereği saygı hak eder ve veriler göz önünde tutulursa deneylere dayanarak ispat edilmiş bir zekâ türüdür” demiştir.

#### **2.2.6.6. Kişilerarası-Sosyal (Interpersonal) Zekâ**

Bu zekâ; çevredeki kişilerle iletişim kurma, çevresini anlama, bu kişilerin yeteneklerini tanıma, fark etme gibi davranışları işaret eder (Bümen, 2005).

Sosyal (kişilerarası) zekâ bir grup içinde diğer insanlarla sözel ve sözsüz iletişim kurma yeteneği gibi işbirliği ile çalışma yeteneği gerektirir. Bu zekânın daha ileri seviyesi, kendini başkalarının yerine koyma, empati kurma ve onların niyet ve

arzularını anlayabilme şeklinde kendini gösterir. Bir şekli de başkalarının duygu, korku, önsezi ve inançlarıyla özdeşleşmesi ve duygudaşlık yaşamasıdır (Tarman, 2002).

Sosyal zekâsı baskın olan çocuklarda genellikle; grup içinde doğal bir liderlik, arkadaşları ve akranları ile sosyalleşmek ve başkaları ile oyun oynamaktan hoşlanmak, paylaşma ve işbirliği özellikleri göze çarpar (Saban, 2005).

#### **2.2.6.7. İçsel-Özedönük (Intrapersonal) Zekâ**

Bu zekâ; kendini tanıma, kendi güçlerinin ve sınırlılıklarının farkında olma, içsel-özedönük durumunun, isteklerinin, motivasyonunun, niyetlerinin vb. farkında olma ve öz disiplin, özgüven becerisine sahip olmayı içerir (Oklan Elibol, 2000). Gardner (2013) gelişmiş bir benlik algısının, insanoğlunun en büyük başarısı ve zekânın daha olağan ve taraflı biçimleri aşan baş tacı bir beceri olarak düşündüğünü ifade etmiştir.

Gardner'e göre (2013) kişisel zekâ şu şekilde gelişmektedir: Öncelikle bebek ve annesi arasındaki bağ gelişimin ayrılmaz bir parçasıdır. Bu bağın oluşmasında annenin yavrusuna duyduğu güçlü çekim de etkilidir. Kişisel bilginin köklerinde de bu köklere eşlik eden duygularda da bu güçlü bağlar bulunur. Okul öncesi dönemde çocuk neyin olumlu ya da olumsuz, neyin gerilim yaratıcı ya da rahatlatıcı, neyin güçlü veya yetersiz olduğunu tanımlayarak, kendisinin ne olduğu ya da olmadığı, ne olmak istediği ve neyden kaçınmak istediğini tanımlama yolunda önemli adımlar atar. Okula başladığı yıllarda ise; kendisi ve diğerleri, kendi bakış açısı ve başkalarının bakış açısı arasına açık bir sınır çekebilir halledir.

Bu zekâyâ sahip çocuklar; özgürlüğüne düşkündür, bireysel çalışmaları sever, kendi ilgi ve becerilerinin farkındadır, öğrenirken de kişisel çalışmalara, kendini değerlendirmeye ve kişisel farkındalığa ihtiyaç duyar (Yavuz, 2005).

#### **2.2.6.8. Doğacı (Naturalistic) Zekâ**

Doğacı zekâ; doğal çevreyi, hayvanları ve bitkileri, anlama, tanıma, koruma ile ilgilidir. Bireyin; insan dışındaki diğer canlıları tanıması, onları karakteristik özelliklerine göre sınıflandırması veya ayırt edebilmesidir (Çalışandemir, 2010).

Doğacı zekâsı baskın olan çocuklar, sağlıklı bir çevre bilincine sahip olurlar ve doğal kaynaklara, hayvanlara ve bitkilere karşı çok meraklı ve ilgilidirler (Erden ve Altun, 2012).

Bu zekâyâ sahip çocukların öğrenmelerine; doğa yürüyüşleri yaptırarak, alan gezileri düzenleyerek, doğadan malzemelerle çalıştırarak, ağaç kabuklarını, meyve sebzeleri inceleyerek katkıda bulunulabilir (Yavuz, 2005).

Howard Gardner “zekâ olarak adlandırmayı düşünebileceğiniz başka yetenekler var mı?” sorusuna; “insanın varoluşla ilgili en temel soruları sorma eğilimini anlatan varoluşçu zekâ (existential intelligence) olabilir” cevabını vermiştir. Ancak varoluşçu zekâyı tam olarak tanımlayamamasının sebebini de “varlığına dair sınır sisteminde iyi beyin kanıtlarının bulunmayışı” olarak açıklamaktadır. Çünkü Gardner’e göre zekânın ölçütlerini belirlemede bu, önemli bir kriterdir (Tarman, 1999).

### **2.2.7. Çoklu Zekâ Kuramına Göre Eğitim ve Öğretim**

Eğitim bilimi alanında yapılan araştırmalarda, eğitimcilere öğretme süreçlerini etkin hale getirecek yeni araçlar, yöntemler ve bilgilerin gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Nitekim eğitimde yenilenmeyi başlatan bütün bu gelişmeler, öne sürdükleri yeni ve farklı öğretim yöntemleri içeren Çoklu Zekâ Teorisinin haklılığını ve geçerliliğini gösteren, öğrenme ve öğretme sistemlerinin geliştirilmesi anlamında ortaya atılmış etkili çalışmalardan biridir (Vural, 2005).

Gardner’ın kuramının ortaya çıkışından hemen sonra bazı eğitimciler kendi kendilerine “her bir öğrencinin şu ankinden daha yüksek bir düzeye ulaşabilmesi için okullarda ne yapılmalıdır?” sorusunu sormaya başlamışlar ve farklı yorumlar getirmişlerdir. Bir kısmı Çoklu Zekâ Kuramını öğrencilerin erken yaşta özel alanlara doğru yönlendirilmesi olarak algılamakta, diğerleri de programın farklı yerlerine ve derslerine konularak bu kuramdan yararlanılabileceğini belirtmişlerdir. Zaman içinde özellikle güzel sanatlarda birçok program geliştirme çalışması yapılmış ve bir pilot okul seçilerek ilk çoklu zekâ anaokulu açılmıştır. Görsel sanatlar, müzik, yaratıcı drama ve dans dallarında geliştirilen yeni program anaokuluna başlayan her bir

öğrenciye uygulanmış ve aynı okulda ilköğretim öğretmenleri arasından sanat dallarında öğrencilerine daha faydalı olmak isteyenlere özel kurslar verilmiştir (Tarman, 1999).

Oysa Gardner eğitimsel uygulamalarda belirli bir model önermez, O'na göre önemli olan öğrencilerin akademik başarılarını artırmaktan ziyade, öğrencilerdeki çoklu zekâ potansiyellerini ortaya çıkarmak ve onları geliştirmektir. Bu sebeple öğretmenler, konularla çocukların çoklu zekâ alanlarını ilişkilendirerek her öğrencinin her zekâ alanında kendisine özgü yapıda gelişmesine imkân vermelidir (Saban, 2005). Çocuk açısından bakıldığında, Çoklu Zekâ Teorisinin öğrenme ortamlarında kullanılmasıyla beynin sağ ve sol lobu aktif hale getirilir, beynin kullanım yüzdesi de böylece artar. Sonuç olarak beynin aktif olarak kullanıldığı ortamlarda, yüksek düşünme becerileri gelişir ve öğrenme etkinliğinin verimi artar (Vural, 2004). Kuramın öğretmenler açısından yararı ise, öğretmenlerin öğretim stratejileri geliştirmede yaratıcılıklarını artırmasıdır. Zira öğretmen her bir zekâ ile ilgili etkinlikler düşünürken farklı yöntemler geliştirerek, orijinal teknikler ortaya çıkarabilir (Bümen, 2005).

Bu noktada, çoklu zekâ teorisinin öğretim alanında sağladığı en büyük katkı, geleneksel eğitim sistemlerinde öğretmenlerin sözel-dil zekâ alanının dışına çıkarak öğretim stratejilerini daha da genişletmeleri gerektiğini vurgulamasıdır (Gündeşli, 2006).

### **2.2.8. Okul Öncesi Eğitimde Çoklu Zekâ Kuramının Yeri**

Oğuzkan ve Oral'a göre (1997), okul öncesi eğitimi doğumdan, temel eğitime kadar olan çocukluk yıllarını kapsayan; çocukların tüm gelişmelerini toplumun kültürel değerleri ve özellikleri doğrultusunda yönlendiren, onlara gelişimlerine uygun, zengin uyarıcı çevre olanakları sağlayan bir eğitim sürecidir (Turaşlı Kuru, 2007). İleriki yıllara temel oluşturan bu dönemin pek çok açıdan gelişim alanlarında kritik dönemleri içermesi, çocuğun kendini tanıması, farklılığını ve özgünlüğünü keşfetmesi bakımından da oldukça önemlidir (Tuğrul ve Duran, 2003). Kendine özgü özelliklerinden birisi de zekâ eğilimi ve öğrenme stilidir. Bu da çocuğun tekliğini ve zekâ alanına ait yeteneklerini gösterir.

Çoklu Zekâ Teorisi uygulamaları, çocuk gelişim teorilerinin çoğu ile ilişkilendirilebilecek şekilde uyumludur. Bu uyumlu ilişki, okul öncesi dönem için hazırlanan eğitim programlarında çoklu zekâ uygulamalarının örtülü olarak var olmasıyla göze çarpar (Carlisle, 2001 Aktaran: Ergin, 2005).

Okul öncesi eğitim programlarına bakıldığında, okul öncesi eğitiminin amaçları ve temel ilkelerinin Çoklu Zekâ Kuramı ile örtüştüğü görülür:

- Yeni Okul Öncesi Eğitim Programı (2013) çocuk merkezlidir. Çocukta öğrenmenin gerçekleşmesi için, olumlu bir benlik algısı geliştirilmeli, okula, öğrenmeye ve araştırmaya dair olumlu tutumlara kazandırılmalı; eğitim ortamlarında çocuğa yapacağı etkinliklerde ve oynayacağı materyalleri seçmede özgürlük tanınmalı, etkinliklere aktif katılımı sağlanmalı, akran ve öğretmenleriyle karşılıklı etkileşime girebilmesine imkân verilmelidir. Bu ancak, çocukta var olan zekâların farklı yöntemlerle işe koşulmasıyla gerçekleşebilir. Çoklu Zekâ Kuramı, aynı konuyu farklı malzemelerle ve her çocuğun zekâ türüne uygun metotlarla çocuğa öğretmeyi vurgular.
- Programın esneklik özelliği; çocuğun fiziksel çevresinin ve ailesinin değişen özelliklerine göre uyarlanmaya ve bireyselleştirilmeye uygunluğudur. Etkinlikler bütünleştirilmiş veya ayrı ayrı hazırlanabilir; değişik konulardan, etkinlik, ortam ve materyallerden yararlanarak öğrenme süreçlerini zenginleştirilebilir. Campbell'ın, Çoklu Zekâ Kuramının sınıf uygulamaları konusunda savunduğu, öğretmenin sınıf ortamına, hedeflerine ve topluma bakarak uygun yöntemleri seçmesi ve geliştirmesi gerekliliği (Talu, 1999), OÖEP ile uyumunu bize göstermektedir.
- Oyunun çocuğun gelişimindeki önemini vurgulayan programa göre; çocuk oyun aracılığıyla dünyayı keşfeder ve öğrenir, kendini en iyi oyun sırasında ifade eder. Ayrıca kritik düşünme becerilerini oyun içinde kazanır. Oyun çocukta baskın olan zekâ türünü desteklemekle birlikte, zayıf olan zekâ türünün de gelişmesine fırsat tanır.
- Keşfederek öğrenmeyi destekleyen program çocuğun öğrenme sürecine etkin katılımı, öğrendiklerini farklı durumlara transfer etmesi ve yeni

durumlarda kullanmasını önemser. Çocuk keşfederek öğrenirken, hücrelerdeki sinaptik değişimler artırmakta ve beynin farklı bölgeleri aktif olarak çalışmaktadır. Böylece beyinde yer alan tüm zekâ alanları harekete geçmektedir. Armstrong (1994), zekâ alanlarının her zaman birlikte çalıştığını ve birbirleriyle sürekli etkileşim halinde olduğunu savunur (Tuğrul ve Duran, 2003).

- Programda yaratıcılığın geliştirilmesi önemlidir. Çoklu Zekâ Kuramı da yaratıcı çalışmalarını içerir. Konuya ilişkin bir resim çizme, şarkı uydurma, konuyu yeniden tasarlama ve oyunlaştırma vb. etkinlikleri yaratıcı çalışmalara girer (Güleryüz, 2004).
- Öğrenme merkezleri Okul Öncesi Eğitim Programında önemli bir yere sahiptir: Çocukların bireysel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla farklı ayırma materyalleri ile bölünmüş, küçük gruplar hâlinde etkileşimde bulunacakları ve dikkatlerini yoğunlaştırarak oynayabilecekleri öğrenme alanlarıdır. Merkezler, iç mekânlarda olduğu kadar dış mekânlarda da düzenlenebilmektedir (OÖEP, 2013). Howard Gardner kuramının sınıf çevresine uyarlanması noktasında, öğrenme alanının belli zekâ alanlarını yansıtacak şekilde yeniden organize edilmesi öngörülür. Merkezler, çocukların her zekâ alanını aktif olarak kullanmasıyla daha çok keşfetmesini sağlamak için fırsatlar oluşturur (Saban, 2005).

Çoklu Zekâ Kuramının önerdiği merkezlerle programda yer alan merkezler örtüşmektedir:

**Tablo-1: Çoklu Zekâ Kuramı'na ve OÖEP'e Göre İlgili Merkezlerinin Karşılaştırılması**

<b>Çoklu Zekâ Kuramına Göre Merkezler</b>	<b>Okul Öncesi Eğitim Programına (2013) Göre Merkezler</b>
Okuma Merkezi/Sözel Dil Merkezi	Kitap Merkezi
Çizim Merkezi	Sanat Merkezi
Müzik Merkezi	Müzik Merkezi
İnşa Etme Merkezi	Blok Merkezi
Etkileşim Merkezi	Dramatik Oyun Merkezi
Doğa Merkezi	Fen Merkezi

Kaynak: (Saban, 2005), (Yavuz, 2005), (OÖEP, 2013)

Görüldüğü üzere; Çoklu Zekâ Kuramında çevre düzenlemesi için gerekli unsurların hepsi aslında bir okul öncesi eğitim kurumunda bulunması gereken materyalleri kapsamaktadır. Kuramın özünde çok boyutlu çeşitlilik hâkimdir, önemli olan ortamda çok amaçlı kullanılabilir, açık uçlu materyallerin bulundurulmasıdır. Sonrası eğitimcilerin ve çocukların yaratıcılığına kalmıştır (Tuğrul ve Duran, 2003).

Program etkinlik çeşitlerini; Türkçe, Sanat, Drama, Müzik, Hareket, Oyun, Fen, Matematik, Okuma Yazmaya Hazırlık ve Alan Gezileri şeklinde tanımlar (OÖEP, 2013). Bu etkinlikler aynı zamanda Gardner'ın zekâ alanlarını destekleyen etkinliklerdir denebilir:

**Türkçe Etkinliği:** Sözel-Dil Zekâsı, Kişilerarası Zekâ, İçsel Zekâ.

**Sanat Etkinliği:** Bedensel-Kinestetik Zekâ, Görsel-Uzamsal Zekâ.

**Drama:** Sözel-Dil Zekâsı, Bedensel-Kinestetik Zekâ, Kişilerarası Zekâ, İçsel Zekâ.

**Müzik Etkinliği:** Müzik-Ritm Zekâsı, Bedensel-Kinestetik Zekâ

**Hareket ve Oyun Etkinliği:** Sözel-Dil Zekâsı, Bedensel-Kinestetik Zekâ, Kişilerarası Zekâ, İçsel Zekâ.

**Fen Etkinliği:** Doğacı Zekâ, Mantık-Matematik Zekâsı, Görsel-Uzamsal Zekâ.

**Matematik Etkinliği:** Mantık-Matematik Zekâsı, Görsel-Uzamsal Zekâ.

**Okuma Yazmaya Hazırlık Etkinliği:** Sözel-Dil Zekâsı, Bedensel-Kinestetik Zekâ, Kişilerarası Zekâ, İçsel Zekâ, Görsel-Uzamsal Zekâ, Mantık-Matematik Zekâsı.

**Alan Gezileri:** Sözel-Dil Zekâsı, Bedensel-Kinestetik Zekâ, Kişilerarası Zekâ, Görsel-Uzamsal Zekâ, Mantık-Matematik Zekâsı.

- Bu programda çocuğun neleri başarıyla gerçekleştirdiği ve ne düzeyde yaptığı, diğer yandan nasıl ve neden yaptığı hakkında bilgi ve ipuçları veren “Gelişim Gözlem Formu” yer alır. Çocuğun bütün gelişim alanlarını kapsayan bilgi, beceri, tutum ve alışkanlıklarının genel bir biçimde özetlenmesi ise, Gelişim Gözlem Formuna dayalı olarak dönem sonlarında hazırlanacak olan “Gelişim Raporu” ile gerçekleştirilir. (OÖEP, 2013). Gardner (1983, 1993) öğrencilerin zekâlarını en iyi gözlem yoluyla değerlendirebileceğimizi belirtmektedir. Öğrencileri problem çözerken ya da bir ürüne şekil verirken, etkinlikler sırasında ya da doğal bir ortamda gözlemlemek, yeterliliklerinin resmini en iyi ortaya çıkarma yöntemidir (Bümen, 2005).
- Eğitim döneminin başından itibaren her çocuk için bir “Gelişim Dosyası” (portfolyo) oluşturulur ve çocukların yaptığı bütün çalışmalardan çocuklarla birlikte seçilenler, ailelerden gelen mektup gibi belgeler ve çocukların gelişim gözlem formları ile gelişim raporları bu dosyalarda biriktirilir. Eğitim dönemlerinin sonunda aileler okula davet edilir ve “Gelişim Dosyası Paylaşım Günü” düzenlenir. Çocukların bu güne katılan aile bireyleriyle kendi gelişim dosyalarındaki çalışmalarını paylaşmaları sağlanır (OÖEP, 2013). Çoklu Zekâ Teorisi de öğrenme sürecine bütünleşmiş değerlendirme anlayışına sahiptir. Buna göre öğrenme sürecinin sonunda bir defaya mahsus yapılan değerlendirme yerine öğrenme sürecinin her aşamasında devam eden değerlendirme esastır (Saban, 2005). Bu da okul öncesi eğitim kurumlarında oluşturulan gelişim dosyasını (portfolyo) destekler niteliktedir.

Çoklu Zekâ Kuramının uygulandığı programlar mevcut olmakla birlikte, birebir ya da tamamen Çoklu Zekâ Kuramının uygulandığı programlara ulaşmak mümkün görünmemektedir. Yine de yapılan çalışmaların genelinde, Çoklu Zekâ Kuramı ile uygulanan programların daha etkili ve öğrenciler tarafından daha zevkli bulunduğu belirlenmiştir (Baltes, Cahil ve Moretto, 2000; Janes, Koutsopanagos, Mason ve Villaranda, 2000 Aktaran: Ekici vd., 2012).

### **2.2.9. Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitimi**

Her insan kendine özgü bir potansiyele sahiptir. Büyüme ve gelişmenin en hızlı olduğu dönem olan ve 0-6 yaş kapsayan okulöncesi yıllar, çocuğun kendi tekliğini ve potansiyelini keşfetmesi açısından da kritik bir dönemdir. Kritik dönemin diğer önemli bir özelliği de çocuğun kendine özgü olan zekâsı ve buna bağlı gerçekleşen öğrenme stilidir (Tuğrul ve Duran, 2003).

Okul öncesi dönemde beslenmede öncelikle annelerin ve diğer aile bireylerinin, okullarda ise çocukların ve öğretmenlerin, beslenme eğitimi alması şarttır (Köksal ve Özel, 2012). Beslenme eğitiminde amaç yemeye ve içmeye dayalı tercihlerde rehber olmak ve doğru beslenme için gerekli bilgi edindirme ve davranış değişikliğini gerçekleştirmektir (Devine, 1988) .

Çocuklar eğitim yoluyla sağlıklı beslenmeyi ve yemek seçmemeyi öğrenebilir. Öyleyse beslenme eğitiminin planlanması ve çocukluk döneminde bu eğitimin uygulanması şarttır (Obalı, 2009).

Çoklu Zekâ Teorisi'nin eğitim uygulamalarının, okul öncesi eğitim programlarında örtülü olarak yer aldığı görülmektedir. Okul öncesi eğitim kurumlarında öğretmenler etkinlikleri planlarken şu kriterlere dikkat etmelidir:

- Faaliyetler çocukların keşfetme duygularını hedeflerken aynı zamanda eğlenceli ve güdüleyici olmalı,
- Faaliyetler çocukların el becerilerini kullanabilecekleri etkinlikler olarak planlanmalı,
- Seçilen faaliyete aynı anda bütün sınıf katılabilmeli ve etkinliklerin uygulanmasında sınıfta bütünlük olmalı,

- Seçilen faaliyet hem sınıfta hem de dışarıda, iç ve dış mekânlarda uygulanabilecek nitelikte olmalıdır (Ergin, 2005) .

Ayrıca beslenme eğitimi programı hazırlanırken tüm zekâ alanlarını destekleyici ve geliştirici etkinliklerin seçimi, programın amacına ulaşması açısından önemlidir. Nitekim Gardner'e göre (Gündeşli, 2006) :

- I. Her insan aktif zekâları ile adeta özel bir karışıma sahiptir.
- II. İnsan, bir zekânın kullanımı sırasında diğer zekâ alanlarından da faydalanabilir.

Hazırlanan eğitim programları; çocukların zekâ alanlarına hitap edecek şekilde planlanırsa, programlar aynı anda uygulanabileceği gibi sık tekrarlarla pekiştirilirse, aileler programa dâhil edilirse amacına daha kolay ulaşabilir.

Buna göre;

1. Dinleme ve konuşma, okuma ve yazma vb. belirgin özelliğe sahip sözel-dilsel zekâsı kuvvetli çocuklar (Başaran, 2004) için; masal anlatma, hikâye tamamlatma, bilmeceler sorma, şiir ve tekerlemeleri söyletme, sohbet etme, grup önünde konuşmasını sağlama, ilk kez duyduğu kelimelere dikkatini çekme (Vural, 2004) gibi yöntemlerle beslenme eğitimi uygulanabilir.

*Örnek Etkinlik:* Çeşitli kitaplardan hikâyeler okunarak, kuklalarla beslenmenin önemi anlatılarak çocukların konuya hâkim olmaları sağlanabilir. Ayrıca konuyla ilgili tekerlemeler ve bilmecelerle çocukların öğrenmeleri zevkli ve kalıcı hale getirilebilir.

2. Sayılar-geometrik şekilleri yorumlama, mantıksal ilişkiler kurma, hesap yapma, hipotezler ve çözüm önerileri geliştirme, eleştirel düşünme gibi soyut sembollerle çalışma becerisine sahip mantıksal-matematiksel zekâyâ sahip çocuklar (Tuğrul ve Duran, 2003) için; deney yapma, grafik ve şekillerden yararlanma, mantık oyunları kurgulama, gruplama, eşleştirme, ayırma (Karadağ, 2009) gibi yöntemlerle beslenme eğitimi uygulanabilir.

*Örnek Etkinlik:* Öğretmen masalara çeşitli meyveler koyar, bu meyvelerden neler yapılabileceği hakkında sohbet edilir. Meyvelerden bazılarının suyu sıkılarak içilebildiği gibi reçel yapılarak da tüketildiğinden bahsedilir. Sınıfa getirilen farklı reçel türlerinden çocukların tatmaları ve böylece farklı lezzetleri keşfetmeleri sağlanabilir. Yine çocukların meyveleri sıkarak suyunu tüketmelerine fırsat verilebilir. Ayrıca meyvelerin kurutularak kış mevsimi için hazırlanabileceği söylenir (Karadağ, 2009). Kuru meyvelerin yararlarından bahsedilebilir. Meyvelerin renkleri ve tatlarına göre çocukların ayırt etmeleri sağlanabilir. Böylece her meyvenin birbirinden farklı renk ve lezzete sahip olduğu gibi ayrıca içerdiği birbirlerinden farklı vitaminler yönünden de farklılık gösterdiği, dolayısıyla vücudumuzun sağlıklı çalışması için tüm bu farklı vitaminlere ihtiyaç duyacağı vurgulanabilir.

3. Görsel-uzamsal zekâya sahip çocukların yaşlarına göre daha çok hayal kurması, dinlediklerinden resimler üretmesi, görsel sunuşları sevmesi, origami ve maketler hazırlamak istemesi gibi özelliklerinin (Yavuz, 2005) desteklendiği kavram haritaları, flash kartlar, resim ve fotoğraf çalışmalarıyla daha kolay öğrenebilecekleri etkinliklerle planlanmış bir beslenme eğitimi uygulanabilir.

*Örnek Etkinlik:* Vücudumuz için gerekli besin görselleriyle hazırlanan flash kartlar çocuklara gösterilebilir, daha sonra eksiltelen flash kartların çocuk tarafından bulunması istenebilir. Ayrıca çocukların evlerinden getirdikleri yiyecek ve içecek resimleri ile besin piramidi oluşturulabilir.

4. Ses, nota ve ritim çalışmalarına duyarlılık gösteren, müzikal tınıları ayırt edebilen, müzik aletlerini kullanabilen ve şarkı söyleme gibi konularda beceri sahibi olan (Saban, 2005) müzikal/ritmik zekâsı gelişmiş çocuklar için; şarkı söyleme ve dans etme, ritm tutma, ritm ve müzik aletleri kullanma, teyp, ses kaydedici cihazlardan faydalanma (Vural, 2004) yoluyla beslenme eğitimi verilebilir.

*Örnek Etkinlik:* “Abur cubur Kukuli” adlı şarkı dinletilir, şarkıya ritm aletleri ile ritm tutulabilir.

Ben günde yemeğimi 3 öğün yerim, sağlıklı beslenmeye dikkat ederim.

Et, patates, salata, fasulye, balık, pırasa, yemek seçmem asla her şeyi yerim.

Abur cubur abur cubur, oburluğun sonu budur.

Karnın ağrır gurul gurul, sağlığına yazık olur.

Ah Kukuli vah Kukuli, niye yedin onca şeyi?

Abur cubur hapur hupur, sonunda bozdun mideyi.

Kahvaltıda yumurta, sütümü içerim, öğlenleyin mutlaka sebzemi yerim.

Akşama da çorba, tavuk, makarna, yemek seçmem asla, her şeyi yerim.

(<http://www.dersimiz.com/siir-4874-abur-cubur.html>)

5. Sporla uğraşmaktan zevk alan, uzun süre hareketsiz duramayan, yapboz oyunlarını seven, dokunarak daha kolay öğrenen ve el becerisi gerektiren alanlarda yetenekli olan, drama, pandomim ve tiyatrodan hoşlanan (Yavuz, 2005) kinestetik zekâsı baskın olan çocuklara becerilerini geliştirecek etkinliklerle zenginleştirilmiş bir beslenme eğitimi sunulabilir.

*Örnek Etkinlik:* Kurt baba oyunu oynanabilir: Çocuklar halka olurlar. Bir kişi kurt babadır ve halkanın ortasında oturur. Çocuklar şarkıyı söyleyerek halkada dönerler: “Ormanda dolaşırken, Kurt Baba’ya rastladım ben Kurt baba Kurt baba ne yapıyorsun?” Kurt baba “yemek yiyorum” yanıtı verir. Çocuklar “afiyet olsun” der ve yine : “Ormanda dolaşırken, Kurt Baba’ya rastladım ben Kurt baba Kurt baba ne yapıyorsun?” Kurt baba bu kez “dişlerimi fırçalıyorum” der. Çocuklar “kolay gelsin” derler. Üçüncü kez sorulduğunda kurt baba “sizi yiyeceğim!” der ve çocukları kovalamaya başlar. Yakalanan Kurt baba olur. Oyun bu şekilde sürer. Böylece çocuk oyun oynarken öz bakım becerilerine dair bilgileri de kazanmış olur.

6. Çeşitli doğal örüntü ve dokulara, renk, koku, sese karşı özel bir bilgi; doğayla bağlantıya geçebilme, yaşayan varlıklarla ilgilenme, çevrenin üzerindeki etkisini hissedebilme, türleri tanıma ve sınıflandırma gibi yetenekleri içeren doğacı zekâsı baskın çocuklar (Gürel ve Tat, 2010) için okul bahçesinde ekim alanları oluşturularak tohum ve fidanları çocukların toprakla buluşturması sağlanabilir. Okul bahçesinin uygun olmadığı durumlarda ise sınıf içinde pet şişe ya da saksı kullanılarak maydanoz... vb. ekimleri gerçekleştirilebilir. Böylece hem ekimi

yapılan besinlerin faydalarından bahsedilir hem de bitkilerin büyüme aşamaları öğrenilir.

*Örnek Etkinlik:* Çocukların çeşitli besinleri okula getirmeleri sağlanarak “Benim Adım Ne?” etkinliği yapılabilir. Çocukların gözleri bağlanarak bu besinleri tatmaları, koklamaları sağlanır ve besinleri tanımalarına fırsat verilebilir.

7. İnsan ilişkilerinde, görüş ve düşüncelerin başkaları ile paylaşılmasında kendini gösterebilen, grupta işbirlikçi çalışma, insanların duygu, düşünce ve davranışlarını anlama, yorumlama ve insanları ikna edebilme becerisine sahip (Tuğrul ve Duran, 2003) kişiler arası zekâsı güçlü olan çocuklar için, aldığı sorumluluğu yerine getirme, gerektiğinde lideri izleme, görgü kurallarına uygun davranma gibi amaçların hedeflendiği bir beslenme programı uygulanabilir.

*Örnek Etkinlik:* Çocuklara yemeğe başlamadan önce, yemek sırasında ve sonrasında uyulması gereken görgü kurallarından bahsedilir, bu kurallar dramatizasyon ile canlandırılır, etkinlik sayfaları ile desteklenir. Çocuklar gruplara ayrılarak her gün bir çocuk lider seçilerek bu kuralların takibi sağlanır. Görgü ve temizlik kurallarına uygun davranan gruba ait çocuklara 5 gün sonunda önceden hazırlanmış “görgülü çocuk” rozetlerinden hediye edilebilir.

8. Kendisi hakkında duygu ve düşüncelerini ifade edebilen, öz denetimini sağlayabilen, kişisel isteklerini olumlu anlamda yönlendirebilen (Karadağ, 2009) içsel zekâsı baskın çocuklar için özgüvenlerini destekleyici beslenme programları düzenlenebilir.

*Örnek Etkinlik:* “Ben Kendim Yapabilirim” etkinliği düzenlenebilir. Buna göre çatal ve kaşığın doğru kullanımı, doğru beslenme şekilleri, yemekten önce ve sonra el yıkama davranışı, yemeği ayırt etmeden yeme ve tabağındaki yiyeceği bitirme alışkanlığı, sağlığa zararlı yiyeceklerden kaçınma ve faydalı besinleri tüketme bilinci kazandırma ve dişlerini fırçalama becerisi çocuklara uygulamalı olarak gösterilir ve kazandırılır. Aileler de bu yönde bilgilendirilir. Çocuklara hem okulda hem de evde kendilerini gerçekleştirebilme olanakları sunulabilir. Böylece günlük yaşam becerilerini kazandığını fark eden çocukların özgüvenleri de desteklenmiş olur.

Bu çalışmalar çocukların; gelişimlerine, ilgi ve ihtiyaçlarına göre çoğaltılarak, sözel-dilsel, mantık-matematiksel, görsel, doğacı, müzik ve ritm, içe dönük ve kişiler arası zekâ alanları desteklenebilir.

### 2.3. İlgili Çalışmalar

Özcan (Topçam) (1979), Ankara Yeni Mahalle Kreş ve Gündüz Bakımevinde yaptığı “5-6 Yaş Okul Öncesi Çağı Çocukları İçin Geliştirilen Beslenme Eğitimi Programının Çocukların Beslenme Bilgilerine ve Yemek Yeme Durumlarına Etkisi” adlı çalışmasında uygulanan beslenme eğitiminin çocukların bilgi düzeyini artırdığını, deney grubu çocukların eğitim sonrasında beslenmeye olan ilgisinde olumlu sonuçlar alındığını saptamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular sonucu, çocuğun beslenme ilkelerine uygun yemek yeme alışkanlığı kazanmasında ailedeki ortam kadar okulda yapılacak eğitimin de önemli olduğu ve bu nedenle kreş ve gündüz bakımevleri gibi sosyal ve sağlık hizmetleri veren kurumlarda beslenme eğitiminin ayrı tutulmaması gerektiği belirtilmiştir.

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.

Aygün (1994), “Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Çağı Çocuklarına Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Bilgi Düzeylerine ve Yemek Yeme İle Artık Bırakma Durumlarına Etkisi”ni saptamak amacı ile Jandarma Gündüz Bakımevi ve Milli Piyango Kreşi ve Bakımevinde, konu ile ilgili araştırma yapmıştır. Eğitimden önce ve sonra çocuklara bilgi ölçme testleri yapılmış ve arada fark bulunmuştur. Çocukların beslenme bilgi düzeyleri artmıştır. Çocukların evdeki ve kurumdaki beslenme alışkanlıkları ve artık bırakma durumlarına bakılmış ve eğitimden önce ve eğitimden sonra fazla bir fark görülemezle birlikte süt-yoğurt, sebze ve meyve tüketiminde artış olduğu saptanmıştır. Eğitimin etkisiyle sebzelerden en çok ıspanak, meyvelerden de portakal tüketimi yüksek oranda bulunmuştur. Eğitimin çocuğun

beslenme alışkanlıklarına yansiyabilmesi için daha uzun süre tekrara yer verilerek konuların teker teker pekiştirilerek anlatılması sonucuna varılmıştır. Bu nedenle, kreş ve gündüz bakımevi gibi okul öncesi eğitimi veren kurumlarda beslenme eğitimine de yer verilmesi, eğitim programları saptanması, bu alandaki araç gereçlerin geliştirilmesi, eğitici elemanlar yetiştirilmesi, etkin yayın araçları ile Ulusal Beslenme Kitle Haberleşme Programlarının saptanması gerektiği belirtilmiştir.

Kaya (1999) tarafından “Üç-Altı Yaş Grubu Çocuklarına Ana-Baba Eğitimi Destekli Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Beslenme Bilgi ve Davranışlarına Olan Etkisi”ni saptamak amacıyla, Dikmen Nevzat Ayaz Kız Teknik Anadolu Meslek ve Kız Meslek Lisesi Uygulama Anaokulunda çalışma yürütülmüştür. Çalışma sonucunda, okul öncesi eğitim kurumlarında beslenme eğitimine de yer verilmesinin, bu yaş grubu çocuklarının beslenme bilgi düzeylerini yükseltebileceği ve beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde değiştirebileceği anlaşılmıştır. Konuya ilişkin eğitim programlarının uygulanmasının yanında, bu alandaki eğitici araç-gereçlerin geliştirilmesinin, eğitici elemanlar yetiştirilmesinin ve hepsinden önemlisi kitle iletişim araçları ile bu programların daha geniş kitlelere ulaştırılarak bireylerin ve dolayısıyla ana-babaların bu programlardan etkin bir şekilde yararlandırılmasının, okul öncesi çocuklara verilecek beslenme eğitiminin daha olumlu sonuçlar vermesini sağlayacağı belirtilmiştir.

Ünver (2004), “Beş-Altı Yaş Grubu Çocuklarına Besin Grupları Konusunda Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Olan Etkisi”ni belirlemek amacıyla, Çanakkale ili Bayramiç ilçesi İlköğretim Okulları anasınıflarında çalışmasını yürütmüştür. Araştırma sonuçları; verilen eğitimle deney grubu çocuklarının kontrol grubu çocuklarına oranla, besin gruplarına ilişkin bilgi düzeyleri ve yemek yeme davranışlarında olumlu yönde gelişmeler olduğunu ortaya koymaktadır. Okul öncesi eğitim kurumlarında besin gruplarının eğitimine yönelik konulara yer verilmesinin, bu yaş grubu çocuklarının besin gruplarına ilişkin bilgi düzeylerini yükseltebileceği, besin gruplarından dengeli ve yeterli beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde değiştirebileceği anlaşılmıştır.

Sütçü (2006), “Yaratıcı Drama Eğitiminin Okul Öncesi Eğitime Devam Eden 6 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi”ni araştırmıştır. Araştırma ön test, yaratıcı drama eğitimi ve son test olarak planlanıp uygulanmıştır. Örneklem olarak Konya ili Çumra ilçesinde okul öncesi eğitime devam eden 6 yaş grubu çocukların arasından tesadüfi yöntemle 80 çocuk seçilmiş ve ilk grup deney grubu, ikinci grup da kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Sekiz hafta süren eğitim uygulamalarında beslenme alışkanlıkları ve genel beslenme bilgilerini içeren toplam kırk etkinlik çocuklara uygulatılmıştır. Çocukların annelerinin eğitim durumları ve çalışma durumlarının çocukların beslenme alışkanlıklarını etkilemediği sonucu bulunmuştur. Deney grubuna deneysel uygulama olarak yaratıcı drama eğitimi uygulandıktan sonra yaratıcı drama eğitiminin çocukların beslenme alışkanlıklarını olumlu etkilediği görülmüştür.

Obalı (2009), “Okul Öncesi Eğitimi Almakta Olan Altı Yaş Grubu Çocuklara Proje Yaklaşımı Kullanılarak Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Beslenme Bilgi Düzeyine Olan Etkisini Belirlemek” amacıyla araştırma yapmıştır. Araştırma Konya ili Çumra ilçesi Hürriyet İlköğretim Okulu anasınıflarında yürütülmüştür. Öncelikle proje uygulaması için 15 kişilik deney, 15 kişilik kontrol grubu oluşturulmuştur. Deneklerin besin gruplarından beslenme bilgi düzeyleri hakkındaki bilgiler, “Besin Grupları Bilgisi Edinme Formu” kullanılarak tespit edilmiştir. Daha sonra çocukların besin gruplarına ilişkin bilgi düzeylerinin yükseltilmesi amacıyla bir proje çalışması tasarlanmış ve “Besin Grupları Projesi” 5 hafta boyunca deney grubunu oluşturan 15 çocukla birlikte uygulanmıştır. Kontrol grubunu oluşturan 15 çocuğun eğitimi geleneksel yöntem olan öğretmenin eş zamanlı olarak verdiği bilgilerle sınırlı kalmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, proje yaklaşımı kullanılarak verilen eğitimle, deney grubu çocukları kontrol grubu çocuklarına oranla besin gruplarına ilişkin bilgi düzeylerinde olumlu gelişmeler olduğu ortaya çıkmaktadır. Okul öncesi eğitim kurumlarında proje yaklaşımının bir öğretim yöntemi olarak kullanılmasının öğrencilerin yaparak yaşayarak öğrenmesinin öğrenmelerine fırsat sağladığından etkili olduğu görülmektedir. Yine bu kurumlarda yöntem olarak proje yaklaşımı

kullanılarak besin gruplarına yönelik eğitim verilmesinin bu yaş grubu çocuklarının besin gruplarına ilişkin bilgi düzeylerini yükselteceği anlaşılmaktadır.

Sümbül (2009) “Dört-Altı Yaş Arası Okul Öncesi Çocuklarının Yetersiz ve Dengesiz Beslenme Alışkanlıklarını Belirlemek” amacıyla araştırma yapmıştır. Çalışma Konya iline bağlı Ereğli ilçesinde bağımsız bir anaokulunda yürütülmüştür.

Araştırma 34 tane öğrenci velisi ile yapılmıştır. Grup deney ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılmış ve tüm gruba çocukların beslenme davranışları ve ailelerin bilgisini içeren anketler verilerek beslenme alışkanlıkları tespit edilmiştir. Deney grubuna bir ay süreyle beslenme eğitimi verilmiştir. Kontrol grubuna ise beslenme eğitimi verilmemiştir. Çalışmanın sonunda aynı anket dağıtılarak tekrar uygulanmıştır. Araştırmanın sonunda eğitim verilen aileler ve verilmeyen aileler arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Okul öncesi kurumlarında beslenme ile ilgili verilen eğitimin olumlu yönde etkisi olacağı tespit edilmiştir.

Ataman (2009) “Okul Öncesi Beslenme Eğitiminde Çocuktan Çocuğa Eğitim” adlı çalışmasında, okul öncesine devam eden 6 yaş grubu çocuklara verilen beslenme eğitiminin, çocuktan çocuğa eğitim ile diğer çocuklara aktarılıp, etkinliğini saptamayı amaçlamıştır. Araştırma ön test, beslenme eğitimi, çocuktan çocuğa eğitim ve son test olarak uygulanmıştır. Çalışma, Erzurum ili Karayazı ilçesinde anasınıfına devam eden 6 yaş grubu 40 çocuk ile yapılmıştır. Araştırmaya katılan çocukların annelerine ön test ve son test olarak Beslenme Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Deneysel uygulama öncesinde bağımlı değişken açısından gruplar arasında herhangi bir fark olup olmadığı ön testle kontrol edilmiştir. Ön test sonuçları t testi ile kontrol edilmiş ve iki grubun beslenme alışkanlıkları hakkındaki tutumları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sekiz hafta süren eğitim uygulamada beslenme alışkanlıklarını ve genel beslenme bilgilerini içeren toplam 8 etkinlik, deney grubu çocuklarına uygulanmıştır. Deney grubuna deneysel uygulamanın ardından, ön test olarak uygulanan Beslenme Tutum Ölçeği, son test olarak da kullanılmıştır. Deney grubuna verilen etkinliklerden sonra, bu öğrencilerin kontrol grubundaki çocuklarla etkileşime girip Çocuktan Çocuğa Eğitim uygulaması yapmaları için gerekli ortam hazırlanmıştır. Kontrol

grubundaki çocuklara da son test olarak Beslenme Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Verilen beslenme eğitiminin ve Çocuktan Çocuğa Eğitim uygulamasının çocukların beslenme alışkanlıklarını olumlu etkilediği görülmüştür.

Başkale (2010) tarafından “Okul Öncesi Çocuklara Yönelik Piaget'nin Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Geliştirilmesi, Uygulanması ve Bu Eğitimin Çocukların Beslenme Bilgisine, Besin Tüketim Sıklıklarına ve Beden Kitle İndeksi ve Kol Çevresi Ölçümlerine Etkisini İncelemek” amacıyla araştırma gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma Pre-post deney kontrol desenli deneysel çalışmadır. İzmir ilinde bulunan üç sosyoekonomik düzeyi temsil eden anaokulları deney ve kontrol grubuna rastgele atanmıştır. Çalışmaya 238 çocuk alınmış ve deney grubundaki anaokullarında okuyan çocuklara Piaget'nin kuramına dayalı beslenme eğitimi yapılmıştır. Çocukların beslenme hakkındaki bilgi düzeyleri ve besin tüketim sıklıkları eğitim öncesinde, eğitim sonrasında ve eğitimden bir yıl sonra; antropometrik ölçümleri eğitim öncesinde ve eğitimden bir yıl sonrasında alınmıştır. Eğitim sonrasında deney grubundaki çocukların beslenme bilgi puanları artmış ve besin tüketim sıklıklarında kontrol grubuna göre olumlu gelişmeler olmuştur. Eğitimden sonra deney grubundaki çocukların süt ve ürünleri, yeşil yapraklı sebze, köksü sebze, beyaz et, balık ve meyve tüketimlerinde artış; şeker ve hazır meyve suyu tüketimlerinde azalma olmuştur. Antropometrik ölçümler açısından eğitimden sonra deney ve kontrol grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar okul öncesi çocuklara yönelik hazırlanan eğitimlerde Piaget'nin kuramının etkin ve yaygın olarak kullanılabilceğini göstermektedir.

Özer Aytakin (2013), “Aile İçi Etkileşim ve Masallarla Desteklenmiş Beslenme Eğitiminin 5-6 Yaş Çocukların Beslenme Biçimlerine Etkisi”ni incelemiştir. Araştırmanın değişkenleri, çocukların beslenme biçimleri ve ailelerin masallara yönelik tutumları ile masallarla desteklenmiş beslenme eğitimi ve aile içi etkileşim eğitimidir. Araştırmanın örneklemini Konya ili Merkez ilçelerinden tesadüfi olarak seçilen 6 ilköğretim okulunda okuyan 5-6 yaş çocukları oluşturmaktadır. Bu okullardan 3 kontrol grubu, 3 deney A grubu, 3 deney B grubu meydana getirilmiş, kontrol grupları deney gruplarına verilecek eğitimden

etkilenmemesi için farklı okullarda öğrenim gören çocuklardan oluşmuştur. Araştırmada, çocuklara Masallarla Desteklenmiş Beslenme Eğitimi, ailelere ise Aile içi Etkileşim Eğitim Programı uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre şu sonuçlara varılmıştır: Masallarla Desteklenmiş Beslenme Eğitimi alan çocukların Besin Bilgi Formu incelendiğinde, hiç eğitim almayan kontrol grubunda % 55,2; iki eğitim alan deney A grubunda % 75,9; sadece bir eğitim alan deney B grubunda ise % 68,3 oranında yüksek bir ilişki vardır. Bu yüzden denilebilir ki, Masallarla Desteklenmiş Beslenme Eğitimi çocukların besinleri tanıma ile ilgili düzeylerini arttırmış, eğitim faydalı olmuştur.

ABD Gıda Tarım ve Gıda Eğitimi Bakanlığı (USDA&FSNEP) tarafından “Çoklu Zekâ Uygulamaları İle Verilen Beslenme Eğitiminin Çocukların Beslenme Bilgi Düzeyine Olan Etkisi”ni belirlemek amacıyla bir çalışma yapılmıştır. Bunun için 10213 çocukla çalışılmış ve bu çalışma için tesadüfî yöntemle 36 yerleşim yerinde 229 gündüz bakım evinde okul öncesi eğitimi alan 6102 çocuk deney grubu olarak seçilmiştir. Çalışılan grubun Ükelere göre dağılımı; 3844 ü Afrikalı Amerikalı, 2258i Kafkas'tır ve yaş aralığı 36-67 ay arasındadır. Ortalama ay 52dir ve % 49 u erkektir.

Çocukların gelişimlerine uygun olarak beslenme uzmanları ve erken çocukluk eğitimi fakültesinin ortak çalışması ile çoklu zekâ teorisi temel alınarak müfredat geliştirilmiştir. Müfredat; sağlıklı atıştırma, meyve sebze tanımları ve besin piramidini içerir. İçeriğe göre; çoklu zekâ ve her zekâyâ ilişkin alt kategoriler ve değerlendirme araçları yer almıştır. Sonuç olarak verilecek eğitimle; çocukların beslenme bilgisinde ve tutumlarında, yeme davranışlarında artması ve gelişmişlik beklenmiştir.

Öncelikle öğretmenlere “çoklu zekâ teorisi ile günlük bakım merkezlerinde beslenme eğitimi” konulu her biri 6 saat süren 3 oturumda 46 profesyonel beslenme eğitimcisi tarafından 36 merkezde eğitim gerçekleştirilmiştir. Profesyonel beslenme uzmanları bakım merkezlerinde çalışanlarla kontak kurarak beslenme eğitimi programını tanıtmış, eğitsel oturumları programlamıştır. Buna göre okul öncesi eğitimcileri tarafından uygulanacak, 12 oturum içeren ortalama 40 dk. sürecek, 18

kişilik gruplar halinde yapılacak ve 2 hafta sürecek olan bir program hazırlanmıştır. Programın içeriğinde; öncelikle okuldaki geleneksel beslenme eğitimi kullanılacak olup genelde eğlenceli aktivitelerden uygulanması kolay çalışmalardan örnekler seçilmiştir. Birçok etkinlik; kitap okuma, tatları tatma nadiren de müzik, resim ve dramatik oyunlardan oluşmaktadır. Daha sonra çoklu zekâ alanlarına hitap eden hikâye, tartışma, oyun, yemek yapma, video izleme, alan gezileri, bilgisayar oyunları, gıdaları tatma, şarkılar, yapbozlar, sanat etkinlikleri, rol yapma ve drama ve kuklaları içeren aktiviteler uygulanarak aynı eğitim verilmiştir. Bu eğitsel programın sonucunda; çocuklarda sağlıklı atıştırma, meyve-sebze tadımı ve tanımlaması, gelişimsel gıda hazırlama ve tüketme ve sağlıklı yaşam biçimi geliştirdiklerini göstermeleri beklenmiştir. Program ön test son test yöntemi ile tamamlanmıştır.

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar okul öncesinde çoklu zekâ uygulamaları ile beslenme eğitiminin olabirliğini göstermektedir. Çocuklar farklı gıdaların adlarını ve hangi besin grubuna ait olduklarını ve bazı gıdaların kendileri için daha sağlıklı olduğunu öğrenmiştir. Çocukların kendilerine farklı gelen gıdaları tatma davranışında istekli bir artış görülmüştür. Çocukların en sevdiği meyveler; elma, muz ve çilektir. Sebzelerden ise; mısır, havuç ve patates öne çıkmaktadır. Ebeveynlerle yapılan anketlerde programın uygulanmasından sonra çocukların besin piramidinde yer alan et, süt, sebze ve meyve, tahıl ürünleri tüketimini artırdığı, katı yağlar ve şeker tüketimini ise azalttığı çocukların bu yöntemle bilgilerini artırdığı görülmüştür (Cason,2001) (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1499404606601863#>).

## BÖLÜM 3

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, deneysel işlem, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma yarı deneysel bir çalışma olup, deney ve kontrol gruplu ön test-son test modeli, araştırmanın modelini oluşturmuştur.

Bu araştırmanın bağımsız değişkenini çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitim programı, bağımlı değişkenlerini ise öğrencilerin beslenme tutumu ve bilgi düzeyleri oluşturmaktadır.

Araştırmada okul öncesi eğitime devam eden çocuklara çoklu zekâ kuramına göre hazırlanmış olan programın beslenme bilgilerine ve beslenme alışkanlığına yönelik tutumlarına etkililiğini sınamak için kontrol gruplu yarı deneysel model kullanılmıştır. Deney grubuna çoklu zekâ kuramına göre hazırlanmış olan beslenme programı uygulanırken, kontrol grubunda ise geleneksel yöntemle aynı konu işlenmiştir. Araştırmada önce gruplara ön testler uygulanmıştır. Aynı testler deneysel işlemin sonunda gruplara son test olarak tekrar uygulanmıştır. Araştırmada uygulanan yarı deneysel desen Tablo 2’de yer almaktadır.

**Tablo-2: Araştırmada Uygulanan Yarı Deneysel Desen**

Gruplar	Ön test	Denel İşlem	Son test
D	T1 <sub>1</sub>	Çoklu zekâ kuramına uygun hazırlanmış beslenme eğitimi programı	T2 <sub>1</sub>
K	T1 <sub>2</sub>	Geleneksel program	T2 <sub>2</sub>

Tablo-2’de yer alan kısaltmaların anlamları şu şekildedir:

D : Çoklu zekâ kuramına uygun hazırlanmış programın uygulandığı deney grubu

K : Geleneksel öğretimin uygulandığı kontrol grubu

T1<sub>1</sub>: Beslenme bilgisi (Ön ölçüm)

T1<sub>2</sub>: Beslenme alışkanlığına yönelik tutum (Ön ölçüm)

T2<sub>1</sub>: Beslenme bilgisi (Son ölçüm)

T2<sub>2</sub>: Beslenme alışkanlığına yönelik tutum (Son ölçüm)

### 3.2. Evren ve Örneklem

Konya il sınırları içerisinde anaokuluna devam eden 60-72 ay grubundaki tüm çocuklar, bu araştırmanın çalışma evrenini oluşturmaktadır.

Evren sayısı fazla olduğundan örnekleme yoluna gidilmiştir.

Bu araştırmanın örnekleme, Konya ili Karatay ilçesindeki Karatay Fevzi Çakmak Anaokuluna devam eden 60-72 ay grubundaki devam eden öğrencilerdir. Anaokulundaki 60-72 ay grubu çocuklardan rastgele örneklem yöntemi ile deney ve kontrol grupları belirlenmiştir. 20 çocuk deney grubuna, 20 çocukta kontrol grubuna seçilmiştir.

Çalışmaya başlamadan önce okul yönetimi ve kontrol grubu seçilen sınıfın öğretmeni ile görüşülmüş ve çalışmanın öğrencilere katkı sağlayacağı yönünde görüşler alınmıştır. Ayrıca Konya İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden çalışma için gerekli izin alınmıştır (Ek-1).

Örneklemin seçiminde aşağıdaki noktalar göz önüne alınmıştır:

1. Çoklu zekâyaya dayalı beslenme eğitiminin beslenme alışkanlıklarına olumlu yönde etki edeceği görüşüyle, daha önce beslenme eğitimi almamış çocuklar örnekleme oluşturmuştur.

2. Örnekleme oluşturan çocuklar aynı okulun farklı sınıflarında eğitim gören 60-72 ay gruplarından; sosyo-ekonomik düzey, eğitim ve cinsiyet farkı olmamasına dikkat edilerek belirlenmiştir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Beslenme Bilgisi Ölçme Testi ve Sütçü (2006) tarafından geliştirilen Çocuklarda Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Tutum Ölçeği kullanılmıştır.

**Çocuklarda Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Tutum Ölçeği:** Sütçü (2006) tarafından geliştirilen bu ölçek 25 maddeden oluşmaktadır. Beşli likert tipinde olan bu ölçekte “Hiç Katılmıyorum” seçeneği 1; “Katılmıyorum” seçeneği 2; “Kararsızım” seçeneği 3; “Katılıyorum” seçeneği 4; ve “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneği ise 5 olarak puanlanmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 25; en yüksek puan ise 125’tir. Sorular, çocukların anneleri tarafından yanıtlanmak üzere hazırlanmıştır. İlk sekiz madde çocukların yemek yeme sırasında göstermiş olduğu davranışlarla; geriye kalan 17 madde ise genel beslenme bilgi ile ilgilidir. Bu çalışmada ise Cronbach Alpha değeri 0,86 olarak hesaplanmıştır.

**Beslenme Bilgisi Ölçme Testi:** Araştırmada beslenme ile ilgili belirlenen kazanım ve göstergelerin tümünü kapsayacak biçimde ölçme testi geliştirilmiş, denenmiş ve uygulanmıştır. Bu şekilde toplam 20 tane çoktan seçmeli maddeler hazırlanmıştır. Bu aşamada konu alanı uzmanlarına danışılmıştır. Hazırlanan test ön test olarak uygulanmadan önce araştırmanın yapıldığı gruba denk bir öğrenci grubuna uygulanmıştır. Uygulama sonuçları alındıktan sonra her bir soru maddesi üzerinde tek tek madde analizi yapılmıştır. Madde analizleri sonucu madde güçlüğü (Pj) 0,36 ile 0,78 ve ayırıcılık gücü katsayısı (rpb) 0,20’nin üzerinde olan maddeler olduğu gibi standart başarı testine alınmıştır. Bu şekilde madde güçlüğü orta düzeyde ve ayırıcılık gücü yüksek toplam 19 maddeden oluşan standart bir başarı testi elde edilmiştir. Bu başarı testinde 1-12 arasındaki maddeler genel beslenme bilgileri ile; 13-17 arasındaki maddeler yemek yeme kuraları ile; 18-19 arasındaki maddeler ise öz bakım becerileri ile ilgilidir. Hazırlanan testin daha sonra Cronbach Alfa güvenilirliği hesaplanmıştır. Bu amaçla 40 kişiden oluşan öğrenci grubu üzerinde yapılan uygulama sonucu üzerinde güvenilirlik katsayısı hesaplanmış ve 0, 85 bulunmuştur.

### **3.3.1. Verilerin Toplanması**

25.04.2016-27.04.2016 tarihleri içerisinde örnekleme oluşturan okulun 60- 72 ay grubundaki çocuklarla ilgili bilgiler elde edilmiş ve çocuklar saptanarak deney ve kontrol grubuna ayrılmıştır. Çalışmanın başında deney ve kontrol grupları belirlenirken çalışmanın verimliliği ve ölçeğin kolay ve hızlı uygulanması açısından öğlen grubu sınıfları tercih edilmiştir. Deney grubu olarak Papatyalar sınıfı, kontrol grubu olarak da Kelebekler sınıfı belirlenmiştir. Her iki grubun da kız ve erkek öğrenci dağılımları eşit olmak üzere 20 kız, 20 erkek öğrenci ile çalışılmıştır.

#### **3.3.1.1. Ön test Verilerinin Toplanması**

27.04.2016-29.04.2016 tarihleri arasında, güvenilirliği yapılmış olan Beslenme Tutum Ölçeğinin araştırmaya katılan bütün çocukların annelerine ön test olarak uygulanması, deney ve kontrol gruplarına Beslenme Bilgisi Ölçme Testinin yapılması olarak planlanan çalışmada: Bu araştırmanın örneklemini oluşturan deney ve kontrol grubu çocuklarının anneleri okula davet edilmiş, “Beslenme Alışkanlıkları Tutum Ölçeği” 25 madde ön test olarak uygulanmıştır.

Ön testi uygulamadan önce araştırma hakkında annelere gerekli açıklamalar yapılmış ve daha sonra bireysel olarak toplam 40 çocuğun annesine ön test uygulanmıştır. Her çocuğun annesi için ortalama 25 dakika süre kullanılmıştır.

Günlük eğitim akışı içinde okuma yazmaya hazırlık çalışmaları etkinliğinde çocuklara 20 dakika süren 19 soru ve çeşitli görsellerden oluşan araştırmacı tarafından uzman görüşü alınarak hazırlanmış ve güvenilirliği hesaplanmış olan “Beslenme Bilgisi Ölçme Testi” uygulanmıştır.

Ön test uygulama çalışmaları, 27.04.2016 - 29.04.2016 tarihlerinde araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir.

#### **3.3.1.2. Son test Verilerinin Toplanması**

02.05.2016- 16.05.2016 tarihleri arasında örnekleme alınan deney grubuna araştırmacı iki haftalık çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitimi uygulaması gerçekleştirmiştir. Kontrol grubuna ise geleneksel yöntemlerle eğitim verilmiştir. Araştırmacı tarafından yapılan deneysel çalışmanın bitiminden sonra 18.05.2016-

20.05.2016 tarihlerinde annelere Beslenme Alışkanlıkları Tutum Ölçeği 25 madde ve çocuklara Beslenme Bilgisi Ölçme Testi 19 madde son test olarak tekrar uygulanmıştır.

### **3.3.2. Uygulama Planı**

Araştırmanın uygulanması;

1. 25.04.2016 - 27.04.2016 tarihleri içerisinde örnekleme oluşturan okulun 60-72 ay grubundaki çocuklarla ilgili bilgiler elde edilmesi ve çocukların saptanarak deney ve kontrol grubuna ayrılması,

2. 27.04.2016 - 29.04.2016 tarihleri arasında güvenilirliği yapılmış olan Beslenme Tutum Ölçeğinin araştırmaya katılan bütün çocukların annelerine ön test olarak uygulanması, deney ve kontrol gruplarına Beslenme Bilgisi Ölçme Testinin yapılması,

3. 02.05.2016 - 16.05.2016 tarihleri arasında deney grubuna araştırmaya yönelik hazırlanmış beslenme eğitim programının uygulanması, kontrol grubuna geleneksel yöntemlerle beslenme eğitiminin verilmesi,

4. 16.05.2016 - 20.05.2016 tarihleri arasında Beslenme Tutum Ölçeğinin araştırmaya katılan bütün çocukların annelerine son test olarak uygulanması, deney ve kontrol gruplarına Beslenme Bilgisi Ölçme Testinin tekrarlanması, olarak gerçekleşmiştir.

### **3.3.3. Uygulama**

Bu araştırmada önce deney ve kontrol grupları, çalışmanın verimliliği ve kolay uygulanabilirliği açısından öğlen grubundan çocuk cinsiyetleri de göz önüne alınarak eşit sayıda 40 öğrenci olarak belirlenmiştir. Deney ve kontrol grubuna dâhil olan çocukların annelerine de 27.04.2016- 29.04.2016 tarihleri arasında toplantı yapıp Beslenme Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Daha sonra deney grubu annelerine çoklu zekâ türleri ve beslenme eğitimi hakkında sunum yapılmış ve verilecek eğitimin öneminden bahsedilmiştir. Her iki grubun öğrencilerine de günlük eğitim akışı içinde Beslenme Bilgisi Ölçme Testi ön test olarak yapılmıştır.

Deney grubu, 02.05.2016 tarihinden başlayarak Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitimi etkinliklerine alınmıştır. Kontrol grubundaki çocuklar ise geleneksel yöntemlerle beslenme eğitimi faaliyetlerine devam etmişlerdir. Eğitim etkinlikleri haftada beş gün, günlük eğitim akışına dâhil edilerek etkinlik zamanlarında; sanat, Türkçe, drama, okuma yazmaya hazırlık çalışmaları, müzik, oyun, fen, matematik, gezi ve gözlem etkinlikleri ve aile katılımı şeklinde, bütünleştirilmiş, bireysel ya da grup etkinliği olarak yürütülmüştür.

Etkinliklerin her biri uygulama sürecine, çocukların dikkatlerini toplama durumlarına göre ortalama 30 dakika sürmüştür. Bu eğitim etkinlikleri iki hafta boyunca devam etmiştir. İki haftanın sonunda deney grubuna dâhil olan çocuklarla etkinlikler uygulanmıştır. Bu eğitim etkinlikleri EK 5-6-7' de belirtilmiştir.

Çoklu Zekâ Kuramına dayalı beslenme eğitimi ile ilgili seçilen etkinlikler, konuyla ilgili kaynaklardan, yazılı ve görsel araçlardan ve uzman görüşlerden faydalanılarak hazırlanmıştır.

Beslenme eğitimi; sözel-dilsel, mantık- matematik, görsel- uzamsal, bedensel-kinestetik, müziksel-ritmik, kişilerarası-sosyal, içsel-öze dönük ve doğacı zekâ alanlarını hedefleyen örneklerden oluşur.

Çocukların belirgin zekâ alanlarından daha çok tüm zekâ alanlarını harekete geçirecek uygulamalar amaçlanmıştır. Nitekim zekâlar her zaman beraber çalışır ve her zaman birbiriyle etkileşim halindedir (Talu, 1999). Uygulamada yer alan etkinliklerin dâhil olduğu zekâ alanları da adeta birbirinin içine geçmiş durumdadır. Etkinlikler bir zekâ alanına uygun olarak seçildiği gibi aynı anda birçok zekâyaya da hitap etmektedir.

Yaşam boyu yapılan her aktivite, tek bir zekâ türünün çalışmasından çok, farklı zekâ türlerinin bir arada çalışmasını ihtiva eder. İnsan en basit işlerde bile farklı zekâ türlerini birlikte kullanabilir. Mesela; müzik zekâsı baskın olan bir çocuk şarkı söylerken hem sözel zekâsını, hem de şarkıya uygun bedensel hareketlerde bulunurken bedensel zekâsını kullanır. İnsanların kesinlikle bir zekâ alanı ile etiketlenmemesi gerektiği unutulmamalı, baskın olan zekâsı desteklenirken diğer zekâ alanlarının gelişimi için de gayret gösterilmelidir (Bulut Pedük, 2007).

Ayrıca bireyin sahip olduğu çoklu zekâ alanlarının profillerini ortaya çıkarmak sanıldığı kadar kolay bir iş değildir. Çünkü kişinin sahip olduğu zekâ alanlarının niteliğini doğru şekilde kararlaştırmaya hiçbir test ya da ölçek yeterli değildir. Bunun için en iyi yol, kişinin kendi performansını sergileyebilmesi ve bu performansının gerçekçi şekilde değerlendirilmesidir (Saban, 2005). Bu noktadan hareketle çalışmanın başında çocuklara; herhangi bir zekâ alanını belirlemeye yönelik test uygulanmamış, aksine tüm zekâ alanlarını geliştirecek etkinliklerin seçimine dikkat edilmiştir. Yine çalışmadaki amaç, çocukların zekâ alanlarını belirlemek değil, tüm zekâ alanlarına hitap ederek beslenme eğitimi verip, beslenme konusunda bilgi ve farkındalıklarını artırmaktır.

Ayrıca Özdemir (2006), 4-6 yaş grubu çocukların öğrenmede çoklu zekâ teorisinde belirtilen zekâ alanlarından hangilerini daha fazla kullanmaya eğilim gösterdiklerini saptamak amacıyla araştırma yapmıştır. Buna göre çocukların öğrenme sırasında sırayla; görsel-uzamsal zekâ, bedensel/kinestetik-zekâ, mantık/matematiksels zekâ, sözel/dilsel zekâ, kişilerarası/sosyal zekâ, İçsel/Öze dönük Zekâ ve müziksel/ritmik zekâ alanlarını baskın olarak kullandığı sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışma, uygulanacak etkinliklerin seçiminde önemli rol oynamıştır.

Etkinlik seçimine başlarken öncelikle 60- 72 ay grubu çocuklara uygulanacak olan Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitime ilişkin kazanım ve göstergeler araştırmacı tarafından belirlenmiştir. Bu aşamada “36-72 Aylık çocuklar İçin Okul Öncesi Eğitim Programı (2013)”nda yer alan kazanım ve göstergeler arasından bilişsel, dil, sosyal, duygusal, motor alanları ve öz bakım beceri alanından sağlıklı beslenme, yemek yeme kuralları ve beslenmeye yönelik öz bakım becerilerinin kazanılması ile ilgili olanlar seçilmiştir.

Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı beslenme eğitimi ile ilgili seçilen etkinlikler, konuyla ilgili kaynaklardan, yazılı ve görsel araçlardan, uzmanların ve anaokulu öğretmenlerinin görüşlerinden faydalanılarak hazırlanmıştır.

Uygulama çocuklarda; sağlıklı beslenme alışkanlığı geliştirmesi için “sağlıklı besleniyorum”, yemek yeme kurallarına ve yemek adabına uygun beceriler için “yemek yeme kuralları” ve özellikle beslenmeye yönelik öz bakım becerilerinin

gelişmesi için “ben kendim yapabilirim” adlı üç konu başlığı altında 78 etkinlik olarak gerçekleşmiştir. Deney grubunda her etkinlikten önce ve güne başlama zamanında günün konusu ile ilgili çocuklarla sohbet edilmiş, konuya ilişkin ön bilgileri alınmış, çocuklar olarak güne hazır hale getirilmiştir. Burada özellikle vurgulanması gereken husus; çocukların gıda tercihleri, beslenme biçimleri, sofrada uyulması gereken görgü kuralları ve yemekte gösterdikleri davranışlar ailelerden kaynaklı olmak üzere çeşitlilik arz ettiği görülmüştür. Öz bakım becerilerinde ise genel geçer uygulamalar söz konusu olduğundan ve son zamanlarda ailelerde özellikle ağız ve diş sağlığı bilinci arttığından, çocukların genel olarak el hijyeni ve diş fırçalama davranışına sahip oldukları gözlenmiştir. Etkinliklerin uygulanmasının ardından ve günü değerlendirme zamanında soru-cevap, dramatizasyon, resimleme, cümle tamamlama... vb. gibi çalışmalar yapılmış ve çocukların konuyu ne kadar özümstedikleri hakkında geri dönütler alınmıştır. Ayrıca konularla ilgili çalışma kâğıtları, alıştırmalar, bilgilendirme yazıları ve çizelgeler deney grubu çocukların ailelerine gönderilerek beslenme eğitiminin her basamağından aile haberdar edilmiş, böylece okulda verilen kazanımların evlerde de devamı sağlanarak davranışların pekiştirilmesine fırsat verilmiştir. Konu başlıkları, etkinlik adları ve dâhil olduğu zekâ grupları, uygulama tarihleri aşağıda açıklanmıştır. Etkinlik uygulamalarının basamakları ise Ek-5, Ek-6 ve Ek-7’de yer almaktadır.

### **“SAĞLIKLI BÜYÜYORUM”**

#### **02.05.2016 Pazartesi günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Her Yemekten Yemem Gerekir mi?” adlı hikâye ve bilmeceler
- Mantık/Matematik Zekâ: “Besin Piramidi” adlı sanat etkinliği, “Kola Zararlı mı Yararlı mı?” deneyi
- Müzik Zekâsı: “Sebzeler” adlı şarkı ve dramatizasyonu, “Aynısını bul” oyunu
- Bedensel/Kinestetik Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Kabak Oyunu”

- Doğacı Zekâ: “Meyve ve Sebze Artıklarını Atmıyorum, Kompost Gübre Yapıyorum” adlı etkinlik
- İçsel/Özedönük Zekâ (Aile Katılımı) : “Sağlıklı Besleniyorum” adlı çizelge
- Görsel Zekâ: “Nasıl Beslenelim?” yönergeli çalışma kâğıdı

#### **03.05.2016 Salı günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Pisboğaz Ceydi” adlı hikâye ve “Sağlık” şiiri
- Mantık/Matematik Zekâ ve Doğacı Zekâ: “Taze Bayat” deneyi ve “taze-bayat” yönergeli çalışma sayfası
- Müzik Zekâsı: “Abur Cubur” adlı şarkı ve ritim çalışmaları
- Bedensel- Kinestetik Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Meyve Sepeti” adlı grup oyunu
- İçsel-Özedönük Zekâ: “Sağlıklı- Sağlıksız” yönergeli çalışma kâğıdı
- Görsel Zekâ: “Sebze Mandalası” sanat etkinliği

#### **04.05.2016 Çarşamba günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Tin Tin” adlı slayt hikâye ve “Anne Karnım Acıktı” tekerlemesi,
- Mantık/Matematik Zekâ: “Tatlar” deneyi,
- Müzik Zekâsı: “Ben Bir İneğim” adlı şarkı
- Bedensel/Kinestetik Zekâ: “Besin Grupları- Besin Piramidi Oyunu”
- Görsel Zekâ: “Meyve Sebze Sepeti”, “Sebze ve Meyveleri Ayır” adlı sanat etkinlikleri
- İçsel-Özedönük Zekâ: “Sevgi Kurabiyeleri” adlı çalışma

- Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Resimlerin sırası karışmış...” adlı sıralama etkinliği-grup çalışması

**05.05.2016 Perşembe günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Yeterli Beslenelim” adlı video
- Müzik Zekâsı: “Yaşasın Yemek Yemek” adlı şarkı ve dans çalışması
- Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Market Gezisi”
- Görsel Zekâ: “Markette Neler Var?” adlı özgün resim yapma
- İçsel-Özedönük Zekâ: “En Sevdiğim Meyveleri Satın Alıyorum”
- Doğacı Zekâ: “Minik Tohumlar”
- Aile Katılımı: “Tabağımı Seviyorum”

**06.05.2016 Cuma günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Kurt Ailesi” adlı sunum hikâye ve “Çek Çek” adlı tekerleme
- Mantık/Matematik Zekâ: “Türk Yemekleri” ile ilgili çalışma kâğıdı
- Müzik Zekâsı: “Sağlıklı Çocuklar” adlı şarkı
- Bedensel/Kinestetik Zekâ: “Meyveler mi Sebzeler mi?” adlı eşleştirme oyunu
- Görsel Zekâ ve Doğacı Zekâ: “Bereket Kaşıkları” sanat etkinliği
- Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Yıldız Çocuk”

### “YEMEK YEME KURALLARI VE YEMEK ADABI”

#### 09.05.2016 Pazartesi günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Hepsini Biz Hazırladık” adlı hikâyeye ve grup sohbeti
- Mantık/Matematik Zekâ: “Şekilleri Bul” yönergeli çalışma kâğıdı
- Müzik Zekâsı: “Yemek Masasında” adlı şarkı ve dramatizasyonu
- Görsel Zekâ: “Beslenme Araçları” adlı sanat etkinliği ve “Yemek Masası” adlı boyama
- Doğacı Zekâ: Okulun Mutfak Bölümünü Ziyaret Etme ve Mutfak Araç-Gereçlerini Tanıma
- İçsel/Özedönük Zekâ (Aile Katılımı) : “Yemek Adabı” çizelgesi
- Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Benim Arkadaşım Görgülü”

#### 10.05.2016 Salı günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Yemek Masasında” adlı hikâyeye ve drama
- Müzik Zekâsı, Sosyal/Kişilerarası Zekâ ve Bedensel/Kinestetik Zekâ: “Tombul Turp” adlı şarkı ve draması
- Görsel Zekâ ve Doğacı Zekâ: “Anneme Bileklik” adlı sanat etkinliği
- İçsel/Özedönük Zekâ (Aile Katılımı) : “Görgülüyüm, Sağlıklıyım” yönergeli çalışma kâğıdı

#### 11.05.2016 Çarşamba günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Yemek ve Temizlik Kuralları” adlı sunum
- Mantık/Matematik Zekâ, Doğacı Zekâ ve Bedensel- Kinestetik Zekâ: “Hangi Öğünde Hangi Yiyecekleri Yeriz?” adlı oyun

- Müzik Zekâsı: “Erken Yatarım, Erken Kalkarım” adlı şarkı
- Görsel Zekâ: “Akşam Yemeğinde Tabağım” adlı sanat etkinliği
- İçsel/Özedönük Zekâ ve Mantık/Matematik Zekâ : “Suyu Oturarak İç” adlı video

### **“BEN KENDİM YAPABİLİRİM”**

#### **12.05.2016 Perşembe günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Elif Diş Fırçalamayı Öğreniyor” adlı video
- Mantık/Matematik Zekâ: “Dişlerini Fırçala” adlı deney
- Müzik Zekâsı: “Dişini Fırçala” adlı şarkı
- Görsel Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Mutlu ve Mutsuz Dişler” adlı grup çalışması ile yapılan sanat etkinliği
- Doğacı Zekâ: Okula Davet Edilen Diş Hekimi
- İçsel/Özedönük Zekâ (Aile Katılımı) : “Dişlerim Parlasın” adlı çizelge
- Bedensel- Kinestetik Zekâ: “Pantomim”

#### **13.05.2016 Cuma günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ: “Mik İle Rop” adlı hikâye ve “Bay Mikrop” adlı parmak oyunu
- Mantık/Matematik Zekâ: “Kirli Eller” adlı deney ve “Yıka Elini” adlı tekerleme
- Müzik Zekâsı: “Pasaklı” adlı şarkı ve dans çalışması
- Görsel Zekâ : “Bay Mikrop” adlı sanat etkinliği

- Bedensel- Kinestetik Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Kurt Baba” adlı grup oyunu
- İçsel/Özedönük Zekâ: “Meyve Yemeli Ama Önce...” yönergeli çalışma kâğıdı

**16.05.2016 Pazartesi günü beslenme eğitimi şu şekilde gerçekleşmiştir:**

- Sözel/Dilsel Zekâ ve Bedensel- Kinestetik Zekâ : “Ömer’in Hastalığı” adlı hikâye ve dramatizasyonu
- Müzik Zekâsı: “Yıka Yıka” adlı şarkı
- Görsel Zekâ : “Hapşırın Çocuk” adlı sanat etkinliği
- Sosyal/Kişilerarası Zekâ: “Bakımlı Çocuk” adlı etkinlik
- İçsel/Özedönük Zekâ: “Kirli ve Temiz Besinler” yönergeli çalışma kâğıdı

İki hafta süren toplam 78 eğitim etkinlik tamamlandıktan sonra deney ve kontrol grubuna dâhil edilen çocukların anneleri tekrar okula davet edilmiş ve 16.05.2016-20.05.2016 tarihleri arasında ön testte uygulanan Beslenme Tutum Ölçeği ve öğrencilere Beslenme Bilgisi Ölçme Testi son test olarak uygulanarak çalışmaya son verilmiştir.

**3.3.1. Verilerin Analizi**

Araştırmayla ilgili veri toplama araçları uygulandıktan sonra, her bir veri seti araştırmacı tarafından tek tek kontrol edilmiştir. Kontrol tamamlandıktan sonra veriler kod yönergesine göre kodlanıp bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Bilgisayar ortamına aktarılan veriler üzerinde Microsoft Excel 2010 ve “SPSS 21” paket programları kullanılarak istatistiksel analizler yapılmıştır.

Bu süreçte öncelikle verilerin girilmesi sırasında istemeyerek oluşabilecek herhangi bir hatanın olup olmadığını kontrol etmek amacıyla frekans analizi yapılmıştır. Başarı testi ve tutum ölçeklerinden alınan puanlar Microsoft Excel programına işlendikten sonra merkezi eğilim ölçülerinden aritmetik ortalaması ve

standart sapması belirlenmiş ve puanlar ölçek yönergesinde belirtildiği şekilde kodlanmıştır. Deney ve kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin beslenme bilgisi ölçme testi ve tutum ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılmasında Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

Verilerin analizinde ölçek türlerine göre aşağıdaki değerlendirme tabloları dikkate alınmıştır.

**Tablo-3: Beslenme Bilgisi Ölçme Testi Değerlendirme Tablosu**

Ölçekten Alınabilecek Minimum Puan	Ölçekten Alınabilecek Maksimum Puan	Ölçekten Elde Edilen Toplam Puan	Durum Değerlendirmesi
0	19	0 - 4 Puan	Çok Düşük
		5 - 8 Puan	Düşük
		9 - 11 Puan	Orta
		12 - 15 Puan	Yüksek
		16 -19 Puan	Çok Yüksek

Beslenme Bilgisi Ölçme Testi toplam 19 maddeden oluşmakta ve ölçekten en yüksek 19, en düşük 0 puan alınabilmektedir. Durum değerlendirilmesinde ölçekten alınabilecek en yüksek puandan, ölçekten alınabilecek en düşük puan çıkarılmış ve değerlendirme kategorisine bölünmüştür  $((19-0)/5)$ . Alınabilecek en düşük puana bulunan sayı eklenip yuvarlama yapılmış ve kategoriler oluşturulmuştur. Ölçekten 0-4 puan alanlar “çok düşük”, 5-8 arası puan alanlar “düşük”, 9-11 puan alanlar “orta”, 12-15 puan alanlar “yüksek”, 16 ve üzeri puan alanlar “çok yüksek” olarak nitelendirilmiştir.

**Tablo-4: Beslenme Tutum Ölçeği Değerlendirme Tablosu**

Ölçekten Alınabilecek Minimum Puan	Ölçekten Alınabilecek Maksimum Puan	Ölçekten Elde Edilen Toplam Puan	Durum Değerlendirmesi
25	125	25 - 45 Puan	Çok Düşük
		46 - 65 Puan	Düşük
		66 - 85 Puan	Orta
		86 - 105 Puan	Yüksek
		106 -125 Puan	Çok Yüksek

Tutum Ölçeği toplam 25 maddeden oluşmakta ve ölçekten en yüksek 125, en düşük 5 puan alınabilmektedir. Durum değerlendirilmesinde ölçekten alınabilecek en yüksek puandan, ölçekten alınabilecek en düşük puan çıkarılmış ve değerlendirme kategorisine bölünmüştür  $((125-25)/5)$ . Alınabilecek en düşük puana bulunan sayı eklenmiş ve kategoriler oluşturulmuştur. Ölçekten 25-45 puan alanlar “çok düşük”, 46-65 arası puan alanlar “düşük”, 66-85 puan alanlar “orta”, 86-105 puan alanlar “yüksek”, 106 ve üzeri puan alanlar “çok yüksek” olarak nitelendirilmiştir.

## BÖLÜM 4

### 4. BULGULAR ve YORUMLAR

Bu bölümde örneklem, ön test ve son test ile toplanan veriler uygun istatistiksel tekniklerle analiz edilmiş ve tablolar halinde sunulmuştur.

#### 4.1. Çalışmaya Katılan Öğrencilere İlişkin Bulgular

**Tablo-5: Araştırma Kapsamındaki Deneklerin Gruplara Göre Dağılımı**

Gruplar	N	%
Kontrol Grubu	20	50
Deney Grubu	20	50
TOPLAM	40	100

Bu araştırmada Konya Karatay Fevzi Çakmak Anaokuluna devam eden 60- 72 ay grubundaki çocuklardan Papatyalar Sınıfı ve Kelebekler Sınıfı öğrencileri yer almaktadır. Deney ve kontrol grupları, çalışmanın verimliliği ve kolay uygulanabilirliği açısından öğlen grubundan çocuk cinsiyetleri de göz önüne alınarak eşit sayıda 20 kız ve 20 erkek olmak üzere 40 öğrenci olarak belirlenmiştir.

#### 4.2. Öğrencilerin Ön test Puan Bulguları

Bu kısımda öğrencilerin beslenme bilgileri ve ailelerin çocuklarının beslenme tutumlarını ölçen ölçeklerdeki sorulara verdikleri yanıtların sonuçları incelenmiştir. Analiz sonuçları Tablo-6'da verilmiştir.

**Tablo-6: Araştırma Grubunun Ön Bilgi Ölçme Testi ve Ön Tutum Ölçeğinden Aldıkları Puanlara İlişkin Bulgular**

Ölçekler	Değişkenler	N	%	$\bar{X}$	S	Alınan Minimum Puan	Alınan Maksimum Puan
<b>Başarı Testi</b>	Çok Düşük	-	-	15.08	2.53	8	19
	Düşük	1	2.5				
	Orta	3	7.5				
	Yüksek	17	42.5				
	Çok Yüksek	19	47.5				
	Toplam	40	100				
<b>Tutum Ölçeği</b>	Çok Düşük	-	-	91.48	12.29	52	117
	Düşük	1	2.5				
	Orta	10	25				
	Yüksek	24	60				
	Çok Yüksek	5	12.5				
	Toplam	40	100				

Okul öncesine devam eden çalışma grubu öğrencilerinin ön test bilgi ölçme puanları için frekans analizi, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Analiz sonucunda başarı testi için aritmetik ortalama 15.08, standart sapma 2.53 olarak tespit edilmiştir. Öğrenciler, en düşük 0, en yüksek 19 puan alınabilen bu ölçekten en düşük 8, en yüksek 19 puan almıştır. Beslenme Bilgisi Ölçme Testine katılan öğrencilerin 37'si (% 90) yüksek ya da çok yüksek puan almışlardır. Araştırma grubunun ön test başarı puanlarının yüksek olduğu söylenebilir.

Okul öncesine devam eden çalışma grubu öğrencilerinin ön test tutum puanları için frekans analizi, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Analiz sonucunda tutum puanları için aritmetik ortalama 91.48, standart sapma 12.29 olarak tespit edilmiştir. Öğrenciler, en düşük 25, en yüksek 125 puan alınabilen bu ölçekten en düşük 52, en yüksek 117 puan almıştır. Tutum Ölçeğine katılan öğrencilerin 37'si (% 90) yüksek ya da çok yüksek puan almışlardır. Araştırma grubunun ön test tutum puanlarının yüksek olduğu söylenebilir.

**Tablo-7: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgisi Ön test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	17,53	360,5	140,5	0,10
Deney Grubu	20	23,48	469,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-7’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 140.50, p>.05).

**Tablo-8: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Kuralları Bilgisi Ön test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	21,38	427,5	182,5	0,62
Deney Grubu	20	19,63	392,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-8’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme kuralları bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 182.50, p>.05).

**Tablo-9: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Öz Bakım Becerileri Bilgisi Ön test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	18,95	379	169	0,20
Deney Grubu	20	22,05	441		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları öz bakım becerileri bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-9’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz bakım becerileri bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 169, p>.05).

**Tablo-10: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Bilgisi Ön test Toplam Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	18	360	150	0,17
Deney Grubu	20	23	460		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme bilgisi ön test toplam puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-10’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme konusundaki toplam önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 150, p>.05).

**Tablo-11: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Sırasında Göstermiş Olduğu Davranışlarla İlgili Tutum Ön test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	18,58	371,5	161,5	0,30
Deney Grubu	20	22,43	448,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-11’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 161.50, p>.05).

**Tablo-12: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgileriyle İlgili Tutum Ön test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	20,3	406	196	0,91
Deney Grubu	20	20,7	414		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-12’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 196, p>.05).

**Tablo-13: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Tutumu Ön test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	19,45	389	179	0,57
Deney Grubu	20	21,55	431		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme tutumu ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-13'te verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 179, p>.57).

**Tablo-14: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgisi Son test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	16,63	332,5	122,5	0,01
Deney Grubu	20	24,38	487,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-14'te verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusundaki bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur (U= 122.50, p<.05). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre genel beslenme bilgilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgilerini geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

**Tablo-15: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Kuralları Bilgisi Son test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	18,53	370,5	160,5	0,09
Deney Grubu	20	22,48	449,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-15'te verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme kuralları bilgisi konusundaki bilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 160.50, p>.05).

**Tablo-16: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Öz Bakım Becerileri Bilgisi Son test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	19	380	170	0,08
Deney Grubu	20	22	440		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları öz bakım becerileri bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-16'da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz bakım becerileri bilgisi konusundaki son bilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 170, p>.05).

**Tablo-17: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Bilgisi Son test Toplam Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	16,23	324,5	114,5	0,01
Deney Grubu	20	24,78	495,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme bilgisi son test toplam puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-17’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme bilgisi toplam son bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 114.50$ ,  $p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre toplam beslenme bilgilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların toplam bilgilerini geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

**Tablo-18: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Yemek Yeme Sırasında Göstermiş Olduğu Davranışlarla İlgili Tutum Son test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	16,05	321	111	0,02
Deney Grubu	20	24,95	499		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-18’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 111$ ,  $p<.05$ ). Sıra

ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanlarının daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutumlarını geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

**Tablo-19: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Genel Beslenme Bilgileriyle İlgili Tutum Son test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	17,73	354,5	144,5	0,13
Deney Grubu	20	23,28	465,5		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-19’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 144.50$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo-20: Deney ve Kontrol Grupları Arasında Beslenme Tutumu Son test Puanlarının Karşılaştırılması**

GRUP	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kontrol Grubu	20	17	340	130	0,06
Deney Grubu	20	24	480		

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme tutumu son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-20’de verilmiştir. Buna göre okul

öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 130$ ,  $p>.06$ ). Bu bulgu, iki haftalık çoklu zekâ uygulamalarının okul öncesi çocuklarının beslenme tutumlarını artırmada geleneksel yöntemden daha etkili olmadığını göstermektedir.

## BÖLÜM 5

### 5. SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonucunda ulaşılan fikirler ve bu fikirler doğrultusunda okul öncesi sınıflarda görev yapan uygulayıcılara ve araştırmacılara yönelik öneriler yer almaktadır.

#### 5.1. Sonuç

Okul öncesi eğitim alan 60-72 ay grubu çocuklarına verilen çoklu zekâ kuramına dayalı beslenme eğitimi araştırmasında aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-7’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 140.50,  $p>.05$ ).
2. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-8’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme kuralları bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 182.50,  $p>.05$ ).
3. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları öz bakım becerileri bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-9’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz bakım becerileri bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 169,  $p>.05$ ).

4. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme bilgisi ön test toplam puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-10'da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme konusundaki toplam önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 150, p>.05).
5. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-11'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 161.50, p>.05).
6. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-12'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 196, p>.05).
7. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme tutumu ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-13'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur (U= 179, p>.57).
8. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın

uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-14'te verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusundaki bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 122.50, p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre genel beslenme bilgilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgilerini geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

9. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-15'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme kuralları bilgisi konusundaki bilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 160.50, p>.05$ ).
10. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları öz bakım becerileri bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-16'da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz bakım becerileri bilgisi konusundaki son bilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 170, p>.05$ ).
11. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme bilgisi son test toplam puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-17'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme bilgisi toplam son bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 114.50, p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol

grubunda yer alan çocuklara göre toplam beslenme bilgilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların toplam bilgilerini geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

12. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-18’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 111, p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanlarının daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutumlarını geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.
13. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-19’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 144.50, p>.05$ ).
14. Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme tutumu son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-20’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 130, p>.06$ ). Bu bulgu, iki haftalık çoklu zekâ

uygulamalarının okul öncesi çocuklarının beslenme tutumlarını artırmada geleneksel yöntemden daha etkili olmadığını göstermektedir.

## 5.2. Tartışma

Okul öncesine devam eden çalışma grubu öğrencilerinin ön test başarı puanları için frekans analizi, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Analiz sonucunda başarı testi için aritmetik ortalama 15.08, standart sapma 2.53 olarak tespit edilmiştir. Öğrenciler, en düşük 0, en yüksek 19 puan alınabilen bu ölçekten en düşük 8, en yüksek 19 puan almıştır. Başarı testine katılan öğrencilerin 37'si (% 90) yüksek ya da çok yüksek puan almışlardır. Araştırma grubunun ön test başarı puanlarının yüksek olduğu söylenebilir.

Okul öncesine devam eden çalışma grubu öğrencilerinin ön test tutum puanları için frekans analizi, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Analiz sonucunda tutum puanları için aritmetik ortalama 91.48, standart sapma 12.29 olarak tespit edilmiştir. Öğrenciler, en düşük 25, en yüksek 125 puan alınabilen bu ölçekten en düşük 52, en yüksek 117 puan almıştır. Başarı testine katılan öğrencilerin 37'si (% 90) yüksek ya da çok yüksek puan almışlardır. Araştırma grubunun ön test tutum puanlarının yüksek olduğu söylenebilir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-7'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 140.50, p>.05$ ). Bu açıdan bakıldığında gruplar birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-8'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme kuralları bilgisi

konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 182.50$ ,  $p>.05$ ). Bu anlamda iki grup da birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları öz bakım becerileri bilgisi ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-9’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz bakım becerileri bilgisi konusundaki önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 169$ ,  $p>.05$ ). Bu açıdan gruplar birbirine denktir. Bu açıdan gruplar birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme bilgisi ön test toplam puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-10’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme konusundaki toplam önbilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 150$ ,  $p>.05$ ). Bu açıdan iki grup da birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-11’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 161.50$ ,  $p>.05$ ). Çalışma için iki grup birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-12’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgileriyle

ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 196, p>.05$ ). Bu açıdan gruplar birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulanacağı deneysel sürece katılacaklarla, geleneksel programın uygulanacağı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme tutumu ön test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-13'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 179, p>.57$ ). Bu anlamda gruplar birbirine denktir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-14'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgisi konusundaki bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 122.50, p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre genel beslenme bilgilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgilerini geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

Baldes et al (2000) anaokulu, ilköğretim ve orta öğretim öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmalarında ve Çoklu Zekâ Kuramı yolu, pozitif disiplin ve işbirlikçi (kubaşık) öğrenme ile öğrenme stratejilerini bütünleştirmiş, çocukların öğrenme güdüsü üzerine etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda çoklu zekâ kuramı yolu ile öğrenme güdüsünün arttığı ve çocukların bireysel gelişimlerinde okulda öğrendiklerine yaşamlarında daha fazla yer verdikleri ortaya konmuştur (Bulut Pedük, 2007).

Kaya (1999) okul öncesi eğitim kurumlarında beslenme eğitimine yer verilmesinin, bu yaş grubu çocuklarının beslenme bilgi düzeylerini yükseltebileceği ve beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde değiştirebileceğini belirtmiştir. Konuya ilişkin eğitim programlarının uygulanmasının yanında, eğitimi destekleyecek

materyallerin seçimi, öğretmenlerin yetiştirilmesi ve ailelerin bu programlardan yararlandırılmasının, okul öncesi çocuklara verilecek beslenme eğitiminin daha olumlu sonuçlar vermesini sağlayacağını ifade etmiştir.

Bu çalışma sonucunda, deney grubunda yer alan çocukların genel olarak; meyve- sebze ayırımına vardığı, besin gruplarına ilişkin bilgilerinin olumlu yönde değiştiği görülmüştür. Çocuklarla sohbet ederken, çocukların dramatik oyun merkezinde oynadıkları oyunların diyaloglarında ve etkinliklerde bu durum genel olarak gözlenmiştir. Ayrıca velilerden; besin hijyenine dikkat edilmesi, kola, fast food ürün gibi sağlığa zararlı yiyecek ve içeceklerin tüketilmemesine yönelik çocukların farkındalıklarının arttığı yönünde dönütler alınmıştır. Nitekim çocukları özellikle kola deneyi çok etkilemiş ve velilerden bu konuda ailelerini uyardıkları bilgisi edinilmiştir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme kuralları bilgisi son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-15’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme kuralları bilgisi konusundaki bilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 160.50$ ,  $p>.05$ ).

Konya (2007), “ Kubaşık Öğrenme Etkinliklerinin Beş Yaş Öğrencilerinin Öz bakım Becerileri Gelişimine Etkisi” adlı çalışmada deney grubuna kubaşık öğrenmeye, kontrol grubuna ise çoklu zekâyâ dayalı etkinlikler uygulamıştır. Deney ve kontrol gruplarının; iki eliyle bardağı tutarak sıvıyı içme, peçetesini serme, dökmeden bardaktaki suyu taşıma, serviste yiyeceklerini tabağına alma becerilerinde son test puanlarında aynı puanı aldıklarını belirlemiştir. Hangi grubun bu becerilerde ilerleme gösterdiğini anlamak için yapılmış olan erişim puan ortalamalarında ise, yemek yerken kaşığı tutma becerisinde gruplar arasında fark görülmemiştir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları öz bakım becerileri bilgisi son test

puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-16'da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenmeye yönelik öz bakım becerileri bilgisi konusundaki son bilgileri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U=170, p>.05$ ).

Konya (2007) çalışmasının devamında; tek başına lavaboya gitme, musluğu açma, eline sabun dökme becerilerinde deney ve kontrol gruplarının son test puanlarında aynı puanı aldıklarını belirlemiştir. Diğer kişisel bakım becerilerinde ise kontrol grubunun son test ortalama puanlarının deney grubuna göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak anlamlılık düzeyine bakıldığında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına dayalı programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme bilgisi son test toplam puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-17'de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme bilgisi toplam son bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U=114.50, p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre toplam beslenme bilgilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların toplam bilgilerini geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

Cason (2001) çoklu zekâyâ dayalı beslenme eğitimi çalışması yapmıştır. Bu çalışma sonucunda çocuklar farklı gıdaların adlarını ve hangi gıda grubuna ait olduklarını ve bazı gıdaların kendileri için daha sağlıklı olduğunu öğrenmiştir. Çocukların kendilerine farklı gelen gıdaları tatma davranışında istekli bir artış görülmüştür. Ebeveynlerle yapılan anketlerde programın uygulanmasından sonra çocukların besin piramidinde yer alan et, süt, sebze ve meyve, tahıl ürünleri tüketimini artırdığı, katı yağlar ve şeker tüketimini ise azalttığı çocukların bu yöntemle bilgilerini artırdığı görülmüştür.

Bu çalışmada da, market gezisinde çocukların özellikle hazır ve katkılı gıdalara karşı olumsuz tavır takındıkları görülmüştür. Çocuklar her fırsatta şeker ve şekerli

gıdaların sağlığa verdiği zararları dile getirmişler, hatta gezi sonunda market müdürünün çikolata ikramını kendi istekleriyle geri çevirmişlerdir. Bu durumun aksine her çocuk; kendi sevdiği meyveyi zevkle satın almış, gezi sonunda çocuklarla birlikte yapılan meyve salatasını yemek için sabırsızlanmıştı.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-18’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ( $U= 111, p<.05$ ). Sıra ortalamaları dikkate alındığında deney grubuna katılan çocukların, kontrol grubunda yer alan çocuklara göre yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutum puanlarının daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çoklu zekâ kuramına uygun etkinliklerin, okul öncesi eğitime devam eden çocukların yemek yeme sırasında göstermiş oldukları davranışlarla ilgili tutumlarını geleneksel etkinlik uygulamalarından daha fazla artırdığı söylenebilir.

Ünver (2004), “Beş-Altı Yaş Grubu Çocuklarına Besin Grupları Konusunda Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Olan Etkisi”ni belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada çocuklara verilen beslenme eğitimi ile deney grubu çocuklarının besin gruplarına ilişkin bilgi düzeyleri ve özellikle yemek yeme davranışlarında olumlu yönde gelişmeler olduğunu ortaya koymaktadır.

Çalışma sırasında; okulda gerçekleşen beslenme saatinde deney grubu çocuklarının kontrol grubu çocuklarına göre yemek yerken konuşmamaya özen gösterdikleri, yiyeceği kadar yemek isteyerek israftan kaçındıkları, tabağındaki yemeği bitirmek için çaba sarf ettikleri, yemek sonunda aşçıya teşekkür ettikleri gözlenmiştir.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın

uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-19’da verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların genel beslenme bilgileriyle ilgili tutum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 144.50$ ,  $p>.05$ ).

Aygün (1994), “Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Çağı Çocuklarına Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Bilgi Düzeylerine Ve Yemek Yeme İle Artık Bırakma Durumlarına Etkisi”ni saptamak amacı ile ilgili araştırmasında: Eğitimden önce ve sonra çocuklara bilgi ölçme testleri yapmış ve anlamlı bir fark bulmuştur. Çocukların beslenme bilgi düzeyleri artmıştır. Çocukların evdeki ve kurumdaki beslenme alışkanlıkları durumlarına bakılmış ancak eğitimden önce ve eğitimden sonra fazla bir fark görülmemiştir. Eğitimin çocuğun beslenme alışkanlıklarına yansiyabilmesi için daha uzun süre tekrara yer verilerek konuların teker teker pekiştirilerek anlatılması sonucuna varılmıştır.

Okulöncesi eğitim sürecine devam eden çocuklardan çoklu zekâ kuramına uygun programın uygulandığı deneysel sürece katılanlarla, geleneksel programın uygulandığı kontrol grubu öğrencilerinin aldıkları beslenme tutumu son test puanlarının Mann Whitney U testi sonuçları Tablo-20’de verilmiştir. Buna göre okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $U= 130$ ,  $p>.06$ ). Bu bulgu, iki haftalık çoklu zekâ uygulamalarının okul öncesi çocuklarının beslenme tutumlarını artırmada geleneksel yöntemden daha etkili olmadığını göstermektedir.

Oral ve Öner (2005) fen bilgisi öğretiminde tam öğrenme destekli çoklu zekâ kuramı, çoklu zekâ kuramı ile tam öğrenme ve geleneksel yöntemin uygulandığı dört grup arasında erişimi, kalıcılık ve derse yönelik tutum konusunda anlamlı fark olup olmadığını araştırdıkları çalışmalarında, fen bilgisi dersinde gruplar arasında kazanılan davranışların kalıcılık düzeyleri açısından anlamlı fark olmadığını bulmuşlardır.

Yılmaz ve Fer (2003) tarafından yapılan bir araştırmada, çok yönlü zekâ alanlarına göre düzenlenen etkinliklerle öğrencilerin ilgisinin çekildiği ve akademik

başarılarının etkilendiği görülmüştür. Tutum açısından değerlendirildiğinde ise kontrol ve deney grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak, kendileri ile yapılan görüşmelerde, öğrenciler uygulanan aktivitelerle dersi daha zevkli bulduklarını ve daha sevdiklerini vurgulamışlardır.

Buradan yola çıkarak, "Çoklu Zekâ Kuramı" temelli fizik öğretiminin öğrencilerin derse karşı ilgilerini artırdığı söylenebilir. Grupların tutum puanlarında istatistiksel olarak fark çıkmamasındaki temel sebeplerden birisi Çoklu Zekâ Kuramı tabanlı fizik öğretimi etkinliklerinin sadece 2 hafta gibi kısa bir süreyle sınırlı olması olabilir. Bu kuramın uygulandığı deney grubu öğrencilerin başarılarında olumlu etkisi olduğu saptanan Çoklu Zekâ Kuramının uzun süreli uygulandığında öğrencilerin tutumlarını da olumlu yönde değiştireceği beklenmektedir ( Azar, Presley ve Balkaya, 2006).

Deney grubundaki çocuklara uygulanan Çoklu Zekâ Kuramına dayalı beslenme eğitiminin okul öncesi dönem çocukların beslenme bilgisi ve tutumlarına uygun olarak hazırlanmıştır. Etkinlikler sırasında çocukların etkinliklere istekli oldukları gözlenmiştir. Ayrıca çocuklar eğitim sırasında çok eğlendiklerini sık sık dile getirmişler, birçok etkinliğin (oyunlar, deneyler ve özellikle müzikler) tekrarlanmasını istemişlerdir. Fakat deney sonrasında puanlarda farklılığın olmaması, programın Çoklu Zekâ Kuramı ile zenginleştirilerek beslenme eğitiminin desteklendiğini, ancak programa ayrılan eğitim süresinin yetersiz olduğunu gösterebilir.

### 5.3. Öneriler

Bu çalışmaya dayalı olarak şu öneriler geliştirilebilir:

1. Anaokullarında genel olarak beslenme okul tarafından karşılanmakta, beslenme listeleri idareciler ve öğretmenler tarafından hazırlanmaktadır. Beslenme ve eğitimi alanında her geçen gün yeni bilgiler edinilmekte, var olan bilgiler ise güncellenmektedir. Bu sebeple kurumlardaki öğretmenler ve okul yönetimi belirli aralıklarla konusunda uzman kişilerden beslenme eğitimi alabilir, böylece çocukların yaş ve gelişim düzeylerine uygun beslenme programları

oluşturulabilir. Bunun için üniversitelerin ilgili bölümleri ve Sağlık Bakanlığı ile Milli Eğitim Bakanlığı ortak çalışmalar yürütebilir.

2. Kurumlarda çocuklara belirli aralıklarla beslenme eğitimi verilebilir. Çalışmadan anlaşılacağı üzere beslenme eğitimi, sınırlı zamanlardan ziyade aralıklı olarak hatırlatıcı ve pekiştirici bir şekilde çocuklara sunulmalıdır. Okullarda bu konu ile ilgili çeşitli projeler hazırlanabilir. Yürütülmekte olan ve kurumların isteğiyle başvuru alan “ Beslenme Dostu Okul” projeleri mecburi hale getirilebilir.
3. Velilere diğer alanlarda yapılan rehberlik çalışmalarında olduğu gibi beslenme alanında da bilgilendirme toplantıları yapılabilir. Bu toplantılarda geleneksel beslenme anlayışı ve gıda seçimlerinin yerine yeterli ve dengeli beslenme eğitiminin önemi vurgulanabilir. Çocuklarda doğru beslenme, yemek adabı ve öz bakım becerilerinin gelişmesinin yolu doğru rol model olmaktan geçer. Velilere bu doğrultuda tavsiyeler verilebilir.
4. Bu çalışma sırasında çocuklara açıklayıcı ve tatmin edici bilgiler verildiği takdirde çocukların özellikle hazır gıdalar ve sağlığımıza zararlı yiyeceklere karşı bakış açısı ve tavırlarının değiştiği görülmüştür. Dolayısıyla çocuklara besin tercihinde yasaklar koymaktan ziyade, bilgilendirme yapılmalıdır. Böylece çocuğa tercih hakkı verilerek, çocuğun kendisine ait beslenme bilinci geliştirmesine yardımcı olunabilir.
5. Etkinlikler uygulanırken çocukların doğru gıdaları seçme ve hazırlamada ilgilerinin yoğun olduğu gözlenmiştir. Alışveriş yapmaya, alınan besinlerle yemek hazırlamaya çocuk dâhil edilerek bu süreç eğlenceli ve cazip hale getirilebilir.
6. Çalışma sırasında çocukların görsel materyal, çizgi film, animasyon ...vb. dan daha çok etkilendikleri görülmüştür. Dolayısıyla çocukların takip ettiği çocuk kanallarında yayın akışlarına; doğru, yeterli ve dengeli beslenmeye yönelik animasyonlara, çizgi filmlere ve çocuk şarkılarına daha fazla yer verilebilir. Ayrıca kamu spotları artırılarak hem anne babalarda hem de çocuklarda beslenme bilinci artırılabilir.



## KAYNAKÇA

- Akyıldız, Naciye (2000). *Çocuk Beslenmesi 1* (1. Baskı). İstanbul: YA-PA Yayıncılık.
- Aral, N., Kandır, A. ve Can Yaşar M. (2001). *Okul Öncesi Eğitim 1*. İstanbul: YA-PA Yayıncılık
- Arı, Meziyet (2003). Türkiye’de Erken Çocukluk Eğitimi Ve Kalitenin Önemi (Editör: M. Sevinç). *Erken Çocuklukta Gelişim Ve Eğitimde Yeni Yaklaşımlar*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S. ve Yaman M. (2012). *Anne ve Çocuk Beslenmesi* (5. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Ataman, Ümmü (2009). *Okul Öncesi Beslenme Eğitiminde Çocuktan Çocuğa Eğitim*, Yüksek Lisans Tezi, SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aygün, Çiğdem (1994). *Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Dönemi Çocukları İçin Geliştirilecek Beslenme Eğitimi Programlarının Çocukların Beslenme İle İlgili Bilgi, Tutum Ve Davranışlarının Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Azar, A., Presley, A. İ. ve Balkaya, Ö. (2006). Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Öğretimin Öğrencilerin Başarı, Tutum, Hatırlama Ve Bilişsel Süreç Becerilerine Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30 45-54. <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/yonetim/icerik/makaleler/724-published.pdf> Erişim Tarihi: 09. 12. 2016.
- Başaran, Iğın (2004). Etkili Öğrenme Ve Çoklu Zekâ Kuramı: Bir İnceleme. *Ege Eğitim Dergisi*, (5), 7-15 <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/egeefd/article/view/5000004052> Erişim Tarihi: 25.03.2015.
- Başkale, Hatice (2010). *Okul Öncesi Çocuklara Verilen Beslenme Eğitiminin Çocukların Beslenme Bilgisine, Davranışlarına ve Antropometrik Ölçümlerine Etkisi*, Doktora Tezi, DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Baysal, Ayşe (2000). *Genel Beslenme* (10. Baskı). Ankara: Hatipoğlu Yayınevi.
- Bulut Pedük, Şenay (2007). *Altı Yaş Grubundaki Çocuklara Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Olarak Verilen Matematik Eğitiminin Matematik Yeteneğine Etkisinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, ANKARA ÜNİVERSİTESİ, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bümen, Nilay T. (2005). *Okulda Çoklu Zekâ Kuramı* (3. Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Cason, Katherine L. (2001). Evaluation Of A Preschool Nutrition Education Program Based On The Theory Of Multiple Intelligences, *Journal of Nutrition Education*. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1499404606601863> Erişim Tarihi: 09.03.2015
- Çalışandemir, Fatma ve Bayhan, Pınar (2011). Anasınıfı Çocuklarının Çoklu Zekâ Alanlarının Gelişimine Deney Yöntemiyle Verilen Eğitimin Etkisinin İncelenmesi.

- Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (21), 180-207.  
<https://edergi.mehmetakif.edu.tr/index.php/efd/article/viewArticle/331> Erişim Tarihi: 30.03.2015.
- Çalışandemir, Fatma (2010). *Anasınıfı Çocuklarının Çoklu Zekâ Alanlarının Gelişimine Deneysel Yöntemle Verilen Eğitimin Etkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çivi, Selma ve Koruk, İbrahim (2003). *Konya İli Hasan Köy Sağlık Ocağı Bölgesindeki İlköğretim Okulu 1. Sınıf Öğrencilerinin Genel Sağlık Düzeyi*, Türk Hijyen Deneysel Biyoloji Derneği, 60 (3), 87-94 [http://www.journalagent.com/turkhijyen/pdfs/THDBD\\_60\\_3\\_87\\_94.pdf](http://www.journalagent.com/turkhijyen/pdfs/THDBD_60_3_87_94.pdf) Erişim Tarihi: 03.07.2015.
- Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi Besin Grupları 72TR0009* (2011). Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı
- Çubuk, Fatoş Z. ve Buhan, Musa B. (2013). *Neşeli Dostlar Eğitim Seti* (2. ve 5. Kitap). Ankara: Eğiten Kitap Yayınları.
- Devine, M. (1988). *Learning And Learning Styles: A Practical Theory For Nutrition Education. Professional Perspectives, No.2, Division Of Nutritional Sciences, Cornell University.*
- Doğan, Sümeyye (2015). *Üstün Yetenekli Öğrencilerin Psikolojik İhtiyaçlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Ekici, G., Ogelman, H. ve Uçar F. (2012). *Okul Öncesi Eğitim Programındaki Amaç Ve Kazanımların Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Zekâ Alanları Açısından Değerlendirilmesi*. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 83-105. [http://sbe.kilis.edu.tr/dosyalar/sayfalar/sayi3/gulay\\_ekici.pdf](http://sbe.kilis.edu.tr/dosyalar/sayfalar/sayi3/gulay_ekici.pdf) Erişim Tarihi:03.07.2015.
- Erden, Münire ve Altun, Sertel (2012). *Öğrenme Stilleri*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Ergin, Tamer (2005). *Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Çoklu Zekâ Uygulamaları*. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, (1), 135-145 [http://www.arastirmax.com/system/files/dergiler/5675/makaleler/1/1/arastrmx\\_5675\\_1\\_pp\\_135-149.pdf](http://www.arastirmax.com/system/files/dergiler/5675/makaleler/1/1/arastrmx_5675_1_pp_135-149.pdf) Erişim Tarihi: 04.04.2015.
- Gardner, Howard (2010). *Çoklu Zekâ Kuramı Zihin Çerçevesi*. (Çeviren: Ebru Kılıç) (2. Baskı). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Gardner, Howard (2013). *Çoklu Zekâ Yeni Ufuklar*. (Çeviren: Asiye Hekimoğlu Gül). İstanbul: Optimist Yayınları.
- Güleryüz, Hasan (2004). *Çoklu Zekâ Kuramı ve Uygulamaları*. (San Güleryüz). *Yaratıcı Eğitim Ve Çoklu Zekâ Uygulamaları*. Ankara: Artım Yayınları, 148-361.
- Güleryüz, Hasan (2004). *Yaratıcı Eğitim*. (San Güleryüz) *Yaratıcı Eğitim Ve Çoklu Zekâ Uygulamaları*. Ankara: Artım Yayınları, 34-139.
- Gündeşli, Fatih (2006). *Çoklu Zekâ Kuramı Ve İlköğretim Kurumlarının Yönetim Yapısına Potansiyel Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, KAHRAMANMARAŞ SÜTÇÜ

İMAM ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.

- Gürel, Emet ve Tat, Merba (2010). Çoklu Zekâ Kuramı: Tekli Zekâ Anlayışından Çoklu Zekâ Yaklaşımına. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(11), 336-356. [http://www.sosyalarastirmalar.com/cilt3/sayi11pdf/gurel\\_emet\\_merbatat.pdf](http://www.sosyalarastirmalar.com/cilt3/sayi11pdf/gurel_emet_merbatat.pdf) Erişim Tarihi: 27.03.2015.
- Hendy, H. M. and Raudenbush, B. (2000). Effectiveness Of Teacher Modeling To Encourage Food Acceptance İn Preschool Children. *Appetite*, 34(1), 61-76 <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666399902866> Erişim Tarihi: 14.05.2015.
- Işıksoluğu, Müberra (1996). *Orta Dereceli Endüstriyel Teknik Öğretim Okulları Beslenme* (9. Basım). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Karadağ, Asiye (2009). *Okul Öncesinde Çoklu Zekâ* (7. Baskı). Ankara: Kök Yayıncılık.
- Kasnakoğlu, Haluk (2003). *Ulusal Gıda Ve Beslenme Stratejisi Çalışma Grubu Raporu* (Rapor no: 2670). Ankara: İktisadi Sektörler Ve Koordinasyon Genel Müdürlüğü Devlet Planlama Teşkilatı (<http://www.kaynakindir.com/ulusal-gida-ve-beslenme-stratejisi-calisma-grubu-raporu/>). Erişim Tarihi: 30.06.2015.
- Kavas, Aysel (2003). *Sağlıklı Yaşam İçin Doğru Beslenme* (3. Basım). İstanbul: Literatür Yayınları.
- Kaya, Mehtap (1999). *Ana-Baba Eğitimi Destekli Beslenme Eğitiminin 3-6 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Bilgisi Ve Davranışlarına Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, GAZİ ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Konya, Setenay (2007). *Kubaşık Öğrenme Etkinliklerinin Beş Yaş Öğrencilerinin Özbakım Becerileri Gelişimine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın
- Kırkıncioğlu, Meliha (2000). *Çocuk Beslenmesi*. İstanbul: Esin Yayınevi.
- Kırkıncioğlu, Meliha (2003). *Çocuk Beslenmesi*. İstanbul: YA-PA Yayıncılık.
- Kutlu, Ruhuşen ve Çivi, Selma (2009). Özel Bir İlköğretim Okulu Öğrencilerinde Beslenme Alışkanlıklarının Ve Beden Kitle İndekslerinin Değerlendirilmesi, *Fırat Tıp Dergisi*, 14(1), 18-24. [http://www.firattipdergisi.com/pdf/pdf\\_ftd\\_533.pdf](http://www.firattipdergisi.com/pdf/pdf_ftd_533.pdf) Erişim Tarihi: 03.07.2015.
- Kutluay Merdol, Türkan (1999). *Okul Öncesi Dönem Eğitimi Veren Kişi Ve Kurumlar İçin Beslenme Eğitimi Rehberi*. Ankara: Özgür Yayınları.
- Köksal, Gülden ve Gökmen Özel, Hülya (2008). *Okul Öncesi Dönemde Obezite*, Ankara [http://diyabet.gov.tr/content/files/yayinlar/kitaplar/obezite\\_bilgi\\_serisi/D7.pdf](http://diyabet.gov.tr/content/files/yayinlar/kitaplar/obezite_bilgi_serisi/D7.pdf) Erişim Tarihi: 12.10.2015
- Meraklı Minik Dergisi*, Eylül 2015, sayı 105, Tübitak
- Nemet,Dan, Geva, Dganit and Eliakim, Alon (2011). Health Promotion Intervention İn Low Socioeconomic Kindergarten Children. *The Journal Of Pediatrics*, 158(5), 796-801 <http://www.biomedcentral.com/1471-2431/13/45> Erişim Tarihi:

01.04.2015

- Obalı, Hilal (2009). *Okul öncesi Eğitimi Almakta Olan Altı Yaş Grubu Çocuklarına Verilen Proje Yaklaşımıyla Beslenme Eğitiminin Beslenme Bilgi Düzeyine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya
- Oğuz, Şahide ve Önay Derin, Didem (2013). 60-72 Aylık Çocukların Bazı Beslenme Alışkanlıklarının Çocukların Bazı Beslenme Alışkanlıklarının İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(2), 498-511. <http://www.mulkiyedergi.org/ilkonline/article/view/5000037791> Erişim Tarihi: 01.07.2015.
- Oklan Elibol, Fatma (2000). *Anasınıfına Devam Eden Altı Yaş Grubu Çocukların Çoklu Zekâ Teorisine Göre Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Okul Öncesi Eğitim Programı* (2013). Ankara: MEB.
- Oral, Behçet ve Öner, Meral (2005). *Tam Öğrenme Destekli Çoklu Zekâ Kuramının Fen Bilgisi Öğretiminde Uygulanması*. (Ed: Hüseyin Kıran) XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi, 28-30 Eylül 2005, 1, 968-972.
- [http://akademikpersonel.kocaeli.edu.tr/spolat/bildiri/spolat28.02.2011\\_11.26.46bildiri.pdf](http://akademikpersonel.kocaeli.edu.tr/spolat/bildiri/spolat28.02.2011_11.26.46bildiri.pdf) Erişim Tarihi: 09.12.2016
- Özbay Saz, Nurcan (2009). *Mavi Yunus Sınıfı Öz Bakım Becerileri*. Ankara: Karaca Eğitim Yayınları.
- Özcan (Topçam), Fatma (1979). *Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Çağı Çocukları İçin Geliştirilen Beslenme Eğitimi Programının Çocukların Beslenme Bilgilerine Ve Yemek Yeme Durumlarına Etkisi*. Bilim Uzmanlığı Tezi, HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, Burcu (2006). *4-6 Yaş Grubu Çocukların Öğrenme Sürecinde Çoklu Zekâ Teorisinin Yeri*, Yüksek Lisans Tezi, ÇANAĞKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Poyraz, Hatice ve Dere, Hale (2001). *Okul Öncesi Eğitimin İlke Ve Yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Poyraz, Hatice (1987). *Anaokulu-Anasınıflarının Beslenme Programları Ve Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimi Alanındaki Bilgileri Üzerine Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, GAZİ ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Saban, Ahmet (2005). *Çoklu Zekâ Teorisi Ve Eğitim* (5. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- San, Ceyden (2005). *Pisboğaz Ceydi*. İstanbul: Tramvay Yayınları.
- Saz, Nurcan (2013). *Farklı Çocuk Eğitim Seti* (2. Kitap). İstanbul: Farklı Çocuk Okul Öncesi Yayınları.
- Senemoğlu, Nuray (2007). *Gelişim Öğrenme Ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya* (Düzenlenmiş Yeni Basım). Ankara: Gönül Yayıncılık.

- Sicak, Ziya (2014). *Eğlence Diyarı Eğitim Seti (3-4-5-6. Kitaplar)*. İstanbul: İlk İzler Eğitim Yayınları.
- Sümbül, Emel İ. (2009). *4-6 Yaş Arasındaki Öğrencilerin Okul Dönemindeki Yetersiz Ve Dengesiz Beslenme Alışkanlıklarının Saptanması*. Yüksek Lisans Tezi, T.C. SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Sütçü, Zeynep (2006). *Yaratıcı Drama Eğitiminin Okul Öncesi Eğitime Devam Eden 6 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Şanlıer, Nevin ve Ersoy, Yasemin (2004). *Çocuk Ve Beslenme “Çocuğum Doğru Besleniyor Mu?”* (2. Basım). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Şanlıer, Nevin ve Ersoy, Yasemin (2005). *Anne Ve Çocuk İçin Beslenme Prensipleri* İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Şanlıer, Nevin (2012). Beslenme Ve Besin Öğeleri (Editör: Arlı, Şanlıer, Küçükkömürlü Ve Yaman), *Anne Ve Çocuk Beslenmesi* (5. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık 1-51.
- Şanlıer, Nevin ve Yabancı, Nurcan (2005). *Okul Çağında Beslenme “Beslenme Çantasına Neler Koyalım?”*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Şirin, Nurşen (2002). *Mik İle Rop*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Şirin, Nurşen (2011). *Her Yemekten Yemem Gerekli Mi?*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Talu, Nilay (1999). Çoklu Zekâ Kuramı Ve Eğitime Yansımaları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (15), 164-172. <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/199915N%C4%B0LAY%20TALU.pdf> Erişim Tarihi: 08.04.2015.
- Tarman, Süleyman (1999). *Çoklu Zekâ Kuramının Lise Programlarında Uygulanabilirliği*. Yüksek Lisans Tezi, HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tarman, Süleyman (2002). *Çoklu Zekâ Kuramının Lise Programlarında Uygulanabilirliği. 2000'li Yıllarda Lise Eğitimine Çağdaş Yaklaşımlar Sempozyumu Bildiriler*. 08-09 Haziran. İstanbul: İstanbul Kültür Üniversitesi Yayınları (No.25), 109-122 [http://www.muzikegitimcileri.net/bilimsel/bildiri/ckz\\_bildiri.html](http://www.muzikegitimcileri.net/bilimsel/bildiri/ckz_bildiri.html) Erişim Tarihi: 19.03.2015.
- Tuğrul, Belma ve Duran, Esra (2003). *Her Çocuk Başarılı Olmak İçin Bir Şansa Sahiptir: Zekânın Çok Boyutluluğu Çoklu Zekâ Kuramı*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (24),224-233 <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr/200324BELMA%20TU%C4%9ERUL.pdf> Erişim Tarihi: 21.03. 2015
- Turaşlı Kuru, Nalan (2007). Okul Öncesi Eğitimin Tanımı, Kapsamı Ve Önemi (Editör: Gelengül Haktanır) *Okul Öncesi Eğitime Giriş*. Ankara: Anı Yayıncılık 1-24.
- Turfan, N., Sezer, B. ve Ahıskalı, H. (2013). *Bilgin Meyveler Eğitim Seti ( 2. Kitap)*. İstanbul: Gendaş Yayıncılık.

- Turla, Ayşe (2011). *Hepsini Biz Hazırladık*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi (2004). Sağlık Bakanlığı, Ankara <http://www.bdb.hacettepe.edu.tr/torehberi.pdf> Erişim Tarihi: 30.06.2015
- Türkiye'ye Özgü Besin ve Beslenme Rehberi (2015). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara [http://www.bdb.hacettepe.edu.tr/TOBR\\_kitap.pdf](http://www.bdb.hacettepe.edu.tr/TOBR_kitap.pdf) Erişim Tarihi: 12. 03. 2017
- Ünüsân, Nurhan (2002). Beslenme Eğitimi. (Editör: Ali Murat Sünbül). *Eğitime Yeni Bakışlar 1*. Ankara: Mikro Yayınları, 395.
- Ünver, Yasin (2004). *Beş-Altı Yaş Okul Öncesi Dönemi Çocukları İçin Geliştirilecek, Besin Gruplarına Yönelik Beslenme Eğitimi Programlarının, Çocukların Beslenme Bilgisi ve Davranışlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Vural, Birol (2004). *Öğrenci Merkezli Eğitim Ve Çoklu Zekâ* (3. Baskı). İstanbul: Hayat Yayıncılık
- Walker, Allan ve Humphries, Courtney. (2006). *Ye, Oyna Ve Sağlıklı Ol*. (Çeviren: Özlem Tüzel Akal). İstanbul: Optimist Yayınları.
- Yavuz, Kudret E. (2005). *Öğrenen Ve Gelişen Eğitimciler İçin Çoklu Zekâ Teorisi Uygulama Rehberi* (2. Baskı). Ankara: Ceceli Yayınları.
- Yılmaz, Mustafa V. (2011). *Ankara'daki Üç Anaokulunda Uygulanan Menülerin Değerlendirilmesi, Çocukların Yemeklere İlişkin Tercihleri Ve Memnuniyet Durumları*. Yüksek Lisans Tezi, HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, Gökcan ve Fer, Seval (2003). *Çok Yönlü Zekâ Alanlarına Göre Düzenlenen Öğretim Etkinliklerine İlişkin Öğrencilerin Görüşleri Ve Başarıları*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (25), 235-245 Erişim Tarihi: 06.02.2017
- Yörükoğlu, Atalay (1994). *Çocuk Ruh Sağlığı* (19. Basım). İstanbul: Özgür Yayıncılık.

#### YARARLANILAN İNTERNET ADRESLERİ

- [http://beslenme.gov.tr/content/files/basin\\_materyal/okul\\_onesi\\_ve\\_okul\\_cagi\\_cocuklara\\_yonelik\\_beslenme\\_onerileri\\_ve\\_menu\\_programlar\\_.pdf](http://beslenme.gov.tr/content/files/basin_materyal/okul_onesi_ve_okul_cagi_cocuklara_yonelik_beslenme_onerileri_ve_menu_programlar_.pdf) 02.12.2016
- <http://beslenme.gov.tr/index.php?lang=tr&page=173> Erişim Tarihi: 01.07.2015
- <http://cocuk.izlenio.com/video/3093/tinky-minky-kukuli-pasakli-kukuli-sarkisi> Erişim Tarihi:10.10.2015
- <http://education.jhu.edu/PD/newhorizons/strategies/topics/mi/> Erişim Tarihi: 27.03.2015
- <http://notoku.com/okul-oncesinde-beslenme-egitimi/#ixzz3enawCQhv> Erişim Tarihi: 08.06.2015
- <http://okuloncesi.net/forum/konu/erken-yatarim-sarkisi.14708/> Erişim Tarihi: 20.01.2016

- <http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/072-meyve-yemeli-ama-önceee.pdf> Erişim Tarihi: 04.10.2015
- <http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/167-sebze-ve-meyveleri-seviyorum.pdf> Erişim Tarihi: 04.10.2015
- <http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/191-gorguluyum-saglikliyim.pdf> Erişim Tarihi: 04.10.2015
- <http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/200-nasil-beslenelim.pdf> Erişim Tarihi: 04.10.2015
- <http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/210-zamaninda-beslenelim.pdf> Erişim Tarihi: 04.10.2015
- <http://www.bilgiara.com/bilgi/tmmmc-okul-oncesi-donemde-beslenme-egitimi/> Erişim Tarihi: 02.07.2015
- <http://www.cocukgelisimi.gen.tr/okul-oncesi-egitim/okul-oncesi-egitimin-onemi/45-okuloncesiegitiminonemi.html> Erişim Tarihi: 27.04.2015
- <http://www.cocuksarkilari.org/ak-sakalli-dede-rondu-cocuk-sarkisi.html> Erişim Tarihi: 09.10.2015
- <http://www.cocuksarkilari.org/yikarim-hep-elimi-temiz-cocuk-cocuk-sarkisi.html> Erişim Tarihi: 04.01.2016
- <http://www.combeki.com/showthread.php?t=35383> Erişim Tarihi: 12.10.2015
- <http://www.combeki.com/showthread.php?t=43598> Erişim Tarihi: 03.10.2015
- <http://www.combeki.com/showthread.php?t=43681> Erişim Tarihi: 04.10.2015
- <http://www.dersimiz.com/siir-4874-abur-cubur.html> Erişim Tarihi: 12.10.2015
- <http://www.etkinlikhavuzu.com/activity-detail/dis-fircalama-aile-katilimi/5570> Erişim tarihi: 15.11.2015
- <http://www.okuloncem.com/forum/etkinlik-odasi/m%C3%BCzik-etkinlikleri/%C5%9Farki-s%C3%B6zleri/231-mutfakta-yemek-pi%C5%9Fer> Erişim Tarihi: 07.12.2015
- <http://www.onceokuloncesi.com/oyku-masal-ve-hikâyeler/kurt-ailesi-hikayesi-resimli-16393.html> Erişim Tarihi: 14.12.2015
- <http://www.onceokuloncesi.com/oyku-masal-ve-hikâyeler/omer-hastaligi-beslenme-ve-asi-uzerine-21009.html> Erişim Tarihi: 15.12.2015
- <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1499404606601863> Erişim Tarihi: 09.03.2015
- <http://www2.diyaret.gov.tr/EgitimHizmetleriGenelMudurlugu/Materyaller/4-6-yas-ogretici-kitabi.pdf> Erişim Tarihi: 05.10.2015
- <https://www.google.com.tr/interstitial?url=http://sinifetkinlikleri.com/saglik-ve-sosyal-guvenlik-haftasi-etkinlikleri.html> Erişim Tarihi: 07.10.2015
- <https://www.youtube.com/watch?v=A5alPp9PXO8> Erişim Tarihi: 04.11.2015
- <https://www.youtube.com/watch?v=FVC3LISoVoA> Erişim Tarihi: 03.10.2015
- <https://www.youtube.com/watch?v=HIW-LEAQ0sY> Erişim Tarihi: 03.11.2015

<https://www.youtube.com/watch?v=ri1u1BihdzU> Erişim Tarihi: 03.09.2015  
<https://www.youtube.com/watch?v=YJdVpW3lB7s> Erişim Tarihi: 04.11.2015  
<https://www.youtube.com/watch?v=yOv-ZbS14w8> Erişim Tarihi: 02.10.2015  
[www.kefdergi.com.tr](http://www.kefdergi.com.tr) Erişim Tarihi: 06.04.2015  
[www.narsanat.com](http://www.narsanat.com) Erişim Tarihi: 08.04.2015  
[www.onceokuloncesi.com](http://www.onceokuloncesi.com) Erişim Tarihi: 12.10.2015  
[www.onceokuloncesi.com/secoload/.../7d0cbbd562ab8389575a27bb8ed896db.ppt](http://www.onceokuloncesi.com/secoload/.../7d0cbbd562ab8389575a27bb8ed896db.ppt)  
Erişim Tarihi:09.02.2016  
[www.skyview.vansd.org](http://www.skyview.vansd.org) Erişim Tarihi: 27.03.2015  
[www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr) Erişim Tarihi: 05.04.2015  
[www.wikipedia.org/tr](http://www.wikipedia.org/tr) Erişim Tarihi: 30.03.2015

## EKLER

## Ek-1: İl Millî Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzin Belgesi



T.C.  
KONYA VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : 83688308-605.99-E.4547293  
Konu : Araştırma İzni

22.04.2016

NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE  
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 11/04/2016 tarihli ve 48178250-300-E.2402 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Fatma Zehra EROL'un "Çoklu Zeka Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60-72 Ay Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin İncelenmesi" konulu araştırmasını uygulama talebi incelenmiştir.

Araştırmanın, Karatay Fevzi Çakmak Anaokulunda öğrenim gören öğrencilerine uygulanmasında sakınca görülmemektedir. Araştırmada Müdürlüğümüz tarafından onaylanarak gönderilen veri toplama araçları kullanılacak olup, sonucun CD ortamında iki nüsha olarak gönderilmesi gerekmektedir.

Bilgilerinizi ve adı geçene tebliğini arz ederim.

Mukadder GÜRSOY  
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek: Anket Formu (4 Sayfa)

Konya İl Millî Eğitim Müdürlüğü  
Akeşme Mah. Garaj Caddesi No: 4 Karatay/KONYA  
Elektronik Ağ: www.konya.meb.gov.tr  
e-posta: istatistik42@meb.gov.tr

Strateji Geliştirme Şube Müdürlüğü  
Ayrıntılı bilgi için: F.GÖRES (V.H.K.İ.)  
Tel: (0 332) 353 30 50 - 1250  
Faks: (0 332) 351 59 40

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden fac3-f18f-3aa6-806d-2834 kodu ile teyit edilebilir.

## Ek-2: Çocuklarda Beslenme Alışkanlığına Yönelik Tutum Ölçeği

Öğrencinin;

Adı Soyadı:

Yaşı:

Cinsiyeti:

Sizin için uygun olan kutucuğu (X) şeklinde işaretleyiniz.

Sıra	Maddeler	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
1	Çocuğum yemek yerken az konuşur.					
2	Çocuğum yemeğini zamanında bitiriyor.					
3	Çocuğum yemek yerken inatlaşmaz.					
4	Çocuğum yemek aralarında çikolata, pasta, şeker, bisküvi gibi yiyecekler tüketmez.					
5	Çocuğum tabağındaki yiyeceği bitirir.					
6	Çocuğum yemek yerken bağırarak konuşmaz.					
7	Çocuğum yemek esnasında sofradan kalkmaz.					
8	Çocuğum tabağındaki yemeğini bitirir.					
9	Çocuğum yemeklerin tatlarını tanımlar.					
10	Çocuğum meyveleri tanır.					
11	Çocuğum sebzeleri tanır.					
12	Çocuğum süt ve süt ürünleri tüketmekten hoşlanır.					
13	Çocuğum yediği besinin faydalarını bilmek ister.					
14	Çocuğum meyvelerin hangi mevsimde yetiştiğini bilir.					
15	Çocuğum sebzelerin hangi mevsimde yetiştiğini bilir.					
16	Çocuğum yatmadan önce süt içer.					
17	Çocuğum yemekten sonra ellerini yıkar.					
18	Çocuğum yemekten sonra dişlerini fırçalar.					
19	Çocuğum meyveleri yıkamadan yemez.					
20	Çocuğum sebzeleri yıkamadan yemez.					
21	Çocuğum et ve et ürünlerini tüketmekten hoşlanır.					
22	Çocuğum meyve tüketmekten hoşlanır.					
23	Çocuğum sebze tüketmekten hoşlanır.					
24	Çocuğum bir şey isterken (su, ekmek vs.) rica eder ve alınca teşekkür eder.					
25	Çocuğum başkasının bardağından su içmez.					

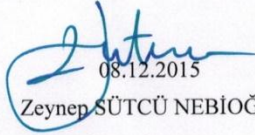
Kaynak: Sütçü, 2006

**Ek-3: Tutum Ölçeği Kullanım İzin Belgesi**

Sayın; Fatma Zehra EROL

2006 yılında yapmış olduğum 'Yaratıcı Drama Eğitiminin Okulöncesi Eğitime Devam Eden 6 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin Analizi' konulu tez çalışmamda kullandığım 'Ailelerin Çocuklarının Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Tutum Ölçeği'ni, 'Çoklu Zekâ Kuramına Dayalı Beslenme Eğitiminin Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Devam Eden 60- 72 Ay Grubundaki Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisinin İncelenmesi' adlı tez çalışmanızda kullanmanızda herhangi bir sakınca görmüyorum.

Bilgilerinize sunarım.

  
08.12.2015  
Zeynep SÜTCÜ NEBİOĞLU

Adres: Aksaray Merkez Hayme Hatun Anaokulu

Tel: 0 382 217 18 00


**Ek-4: Beslenme Bilgisi Ölçme Testi****BESLENME BİLGİSİ ÖLÇME TESTİ**

Öğrenci adı- soyadı:

Tarih:

Yönerge: Soruların doğru cevabına (X) işareti koy.

NO	SORULAR	RESİMLER	
1	Resimlerden hangisi bir meyvedir?		
2	Resimlerden hangisi bir sebzedir?		
3	Resimlerdeki içeceklerden hangisi boyumuzu uzatır?		
4	Resimlerden hangisi kaslarımızı güçlendirir?		
5	Resimlerden hangisi beyin gelişimimiz için faydalıdır?		
6	Resimlerden hangisi vücudumuz için faydalıdır?		
7	Resimlerden hangisi yaralarımızın daha hızlı iyileşmesini sağlar?		

8	Resimlerden hangisi kış meyvesidir?		
9	Resimlerden hangisi kış meyvesidir?		
10	Resimlerden hangisi ekmekle tüketilir?		
11	Resimlerden hangisi hayvandan elde edilir?		
12	Resimlerden hangisi bizi şişmanlatır?		
13	Resimlerden hangisi kahvaltıda yenir?		
14	Resim hangisi öğle ve akşam öğünlerinde yer alabilir?		
15	Resimlerden hangisi ile köfte yenir?		
16	Resimlerden hangisi yanlış bir davranıştır?		

17	Resimlerdeki hangi çocuğun davranışı doğrudur?		
18	Resimlerden hangisi doğru yemek yeme davranışdır?		
19	Resimlerden hangisi yemekten sonra yapılır?		

Hazırlayan: Fatma Zehra EROL

**Ek-5: Sağlıklı Büyüyorum Uygulamaları**

UYGULAMANIN ADI : Her Yemekten Yemem Gerekli mi? Adlı Hikâye ve Bilmeceler (Bütünleştirilmiş Türkçe Dil Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 1: Nesne/durum/olaya dikkatini verir.

Göstergeleri : Dikkat edilmesi gereken nesne/durum/olaya odaklanır.

Dikkatini çeken nesne/durum/olaya yönelik sorular sorar.

Dikkatini çeken nesne/durum/olayı ayrıntılarıyla açıklar.

Kazanım 3: Algıladıklarını hatırlar.

Göstergeleri: Nesne/durum/olayı bir süre sonra yeniden söyler.

Hatırladıklarını yeni durumlarda kullanır.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 4: Bir olay ya da durumla ilgili olarak başkalarının duygularını açıklar.

Göstergeleri: Başkalarının duygularını söyler.

Başkalarının duygularının nedenlerini söyler.

Başkalarının duygularının sonuçlarını söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara Türkçe dil etkinliğine geçildiği yönergesi verilerek çocukların yarım ay şeklinde oturumları sağlanır. “Sar sar sar makarayı, çöz çöz çöz makarayı, şöyle de böyle şap şap şap, şöyle de böyle şap şap şap, aslan geliyor, kaplan geliyor tıp, ağzını kırıp, uslu çocuk ol, öğretmenini dinle” tekerlemesi ile çocukların dikkati toplanır. Ardından sağlık, sağlıklı beslenme, sağlığımız için faydalı besinler konuları hakkında sohbet edilir. Çocuklara yemek seçmenin yanlışlığı anlatılır ve her besinin aslında vücudumuz için önemli görevleri olduğundan bahsedilir.

Ardından “Her Yemekten Yemem Gerekli mi?” adlı hikâye okunur. Zaman zaman hikâyeye ara verilerek çocukların düşünmelerine fırsat verilir. Hikâye bitiminde soru- cevap yöntemi ile hikâyenin pekişmesi sağlanır.

Alper ve Burcu adlı iki kardeşin halalarının çiftliğini ziyaretlerini konu alan hikâye şöyle devam eder: Alper ve ailesi yola çıkar, macera dolu bir yolculuğun ardından çiftliğe ulaşırlar. Alper ve Burcu merakla bahçeyi incelerler; kendi yetiştirdikleri sebzelerdeki değişimi gözlemler, sonra sebze ve meyve toplarlar. Toplanan sebzelerle, halası ilk kez karşılaştıkları yer elması yemeği pişirir ancak yemeğin görüntüsü Alper'in hoşuna gitmez. Bu durum karşısında halası çok üzülür, karşılığında Alper yemeğin tadına bakmaya karar verir. Halasını mutlu etmek isteyen Alper farkında olmadan tabağını bitirir. Daha sonra sebzelerin sağlığımız için ne kadar gerekli olduğundan konuşurlar. Artık masadaki herkes çok mutludur.

Hikâyeden sonra bilmecelere geçilir:

- Yemeğin başı, Hastanın aşısı (*çorba*)
- Pişirince aş olur, Pişirmezsene kuş olur (*yumurta*)
- Yerde biter, değirmene gider. Herkes yer, yine ister. (*ekmek*)
- Yaştır kurutamazsın, tuzunu bulamazsın, Çiçeklerden toplanır, tadına doyamazsın. (*bal*)

UYGULAMANIN ADI : Pisboğaz Ceydi Adlı Hikâye ve Sağlık Şiiri

UYGULAMA TARİHİ : 03.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 6: Sözcük dağarcığını geliştirir.

Göstergeleri: Dinlediklerinde yeni olan sözcükleri fark eder ve sözcüklerin anlamlarını sorar.

Sözcükleri hatırlar ve sözcüklerin anlamını söyler.

Yeni öğrendiği sözcükleri anlamlarına uygun olarak kullanır.

Kazanım 7: Dinledikleri/izlediklerinin anlamını kavrar.

Göstergeleri: Sözel yönergeleri yerine getirir.

Dinledikleri/izlediklerini açıklar.

Dinledikleri/izledikleri hakkında yorum yapar.

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorular sorar.

Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorulara cevap verir.

Dinledikleri/izlediklerini şiir yoluyla sergiler.

Dinledikleri/izlediklerini drama yoluyla sergiler.

Bilişsel Alan:

Kazanım 17: Neden-sonuç ilişkisi kurar.

Göstergeleri: Bir olayın olası nedenlerini söyler.

Bir olayın olası sonuçlarını söyler.

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Çocuklara Türkçe dil etkinliğine geçildiği yönergesi verilerek çocukların minderlerine oturmaları sağlanır. Çocukların evlerinden getirdikleri hazır gıda resimleri incelenir ve çomak kukla haline getirilir. Daha sonra bağışıklık sistemi hücrelerimiz askerlere benzetilir ve özellikle de hazır gıdaların askerlere karşı aslında ajan gibi davrandıkları örneklendirilir. Çikolata, şekerlemeler, bisküvi ve kahvaltılık gevreklerinin vücudumuza dost gibi göründükleri, renkli paketlerinin bizde onları tüketme isteği uyandırdığı ancak içindeki bozulmalarını önleyici katkı maddelerinin tüketildikten sonra mikroba dönüştükleri ve askerlerimize adeta savaş açtıkları

anlatılır. Daha sonra “Sağlık” adlı şiir birkaç kez tekrarlanarak çocukların öğrenmeleri sağlanır.

### SAĞLIK

Pisboğazlık, oburluk,  
Yapmaz güzel bir çocuk.  
Fakat yaşasın diye,  
Mecburdur beslenmeye.

Annemi hiç üzmem.  
Yerken ağzımı büzmem.  
Neden edeyim ben naz?  
Yemekte hiç naz olmaz.

Bilirim ki kuvvetli  
Olmak için yemeli.  
Bilirim ki iştahsız  
Olanlar kalır cılız.

Can boğazdan gelirmiş.  
Atalar böyle dermiş.  
Sapasağlam vücutta,  
Sağlam olur kafa da!

SABRİ CEMİL YALKUT

(<https://www.google.com.tr/interstitial?url=http://sinifetkinlikleri.com/saglik-ve-sosyal-guvenlik-haftasi-etkinlikleri.html>)

Ardından “Pisboğaz Ceydi” adlı hikâye okunur. Hikâye sonunda istekli çocuklarla metnin dramtizasyonu yapılır.

“Ceydi tabağındaki balığı şeker ve cipse benzeterек hayal kurmaya başlar. Ancak annesi Ceydi’yi uyarır, çünkü bu tür yiyeceklerde fazlaca yağ ve şeker vardır. Yağ şişmanlatırken, şeker de dişleri çürütmektedir. Oysa bir makina gibi çalışan metabolizmamızın gofret türü yiyeceklerden daha çok süte, yumurtaya ve diğer

faydalı yiyeceklere ihtiyacı vardır. Bu durum Ceydi'nin düşünmesini sağlamıştır; son zamanlarda dişleri ağrıyan ve elbiseleri dar gelen Ceydi annesinin haklı olduğuna ve artık sağlıklı beslenmesi gerektiğine karar verir. Böylece hem göbeği küçülmüş hem de boyu uzamaya başlamıştır.”

“Cips, kola, şeker, çikolata,

Kalsın hepsi rafta.

Ceydi'nin aklı başına geldi,

Pisboğazlık sona erdi.”

UYGULAMANIN ADI : Tintin Adlı Sunu ve Anne Karnım Acıktı Tekerlemesi

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 5: Dili iletişim amacıyla kullanır.

Göstergeleri: Konuşma sırasında göz teması kurar.

Jest ve mimikleri anlar.

Konuşurken jest ve mimiklerini kullanır.

Konuşmayı başlatır.

Konuşmayı sürdürür.

Konuşmayı sonlandırır.

Konuşmalarında nezaket sözcükleri kullanır.

Sohbete katılır.

Konuşmak için sırasını bekler.

Duygu, düşünce ve hayallerini söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar sandalyelerine “1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10...yerine kon” komutuyla otururlar. Çocuklara kimlerin peynir, zeytin... vb. gıdaları sevdiği sorulur. Bunun üzerine aşağıdaki tekerleme birkaç kez tekrarlanarak çocukların öğrenmeleri sağlanır:

Anne karnım acıktı, baktım dolap açıktı.

Lup ettim koca pastayı, fırlattım boş tabağı.

Seni gidi yaramaz, dolap açık olamaz.

Peynir, ekmek yok muydu?

Onlara karnın tok muydu?

Toktu, toktu.

Daha sonra çocuklara Tintin adlı tavşanın okulunda ilk gün neler öğrendiğini merak edip etmedikleri sorulur ve bunun cevabının da hikâyede gizli olduğu konusunda merakları uyandırılır. Projeksiyonla yansıtılan “TİNTİN” adlı hikâye izlenir. Hikâyenin sonunda, çocuklardan Tintin’ in öğrendiklerinin resminin çizilmesi istenir.

“Tintin tavşan bugün çok mutluydu. Artık o da okula gidecekti. Okulda öğretmen onlara ilk günden çok güzel bilgiler öğretmişti. Tintin bu öğrendiklerini Minti tavşanla paylaşmak istemiş. Tintin tavşan: “Bak Minti okulda ben en az haftada bir gün yumurta yenmesi gerektiğini, her gece süt içilmesi gerektiğini, her zaman taze sebze yenilmesini, o güzel ve bol vitaminli meyvelerden yemeyi unutmamayı ve en önemlisi de bu güzel balıkların bolca tüketilmesi gerektiğini öğrendim, demiş. Böylece Tintin ve arkadaşı Minti hep sağlıklı yaşamaya başlamışlar.”

([www.onceokuloncesi.com/secoload/.../7d0cbbd562ab8389575a27bb8ed896db.ppt](http://www.onceokuloncesi.com/secoload/.../7d0cbbd562ab8389575a27bb8ed896db.ppt))

UYGULAMANIN ADI : Yeterli ve Dengeli Beslenme (Video)

UYGULAMA TARİHİ : 05.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ ve Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 6: Sözcük dağarcığını geliştirir.

Göstergeleri: Dinlediklerinde yeni olan sözcükleri fark eder ve sözcüklerin anlamlarını sorar.

Sözcükleri hatırlar ve sözcüklerin anlamını söyler.

Yeni öğrendiği sözcükleri anlamlarına uygun olarak kullanır.

Kazanım 7: Dinledikleri/izlediklerinin anlamını kavrar.

Göstergeleri: Sözel yönergeleri yerine getirir.

Dinledikleri/izlediklerini açıklar.

Dinledikleri/izledikleri hakkında yorum yapar.

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorular sorar.

Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorulara cevap verir.

Dinledikleri/izlediklerini başkalarına anlatır.

Bilişsel Alan:

Kazanım 1: Nesne/durum/olaya dikkatini verir.

Göstergeleri: Dikkat edilmesi gereken nesne/durum/olaya odaklanır.

Dikkatini çeken nesne/durum/olaya yönelik sorular sorar.

Dikkatini çeken nesne/durum/olayı ayrıntılarıyla açıklar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar sandalyelerine otururlar. “Şaklat (5 kez), şıklat (5 kez), döndür (5kez), salla (5 kez), uslu çocuk ol, kollarını bağla” tekerlemesi ile çocukların dikkati toplanır. Beslenme ile ilgili video izleneceği söylenir, videonun içeriğinin ne olduğunu merak edip etmedikleri sorulur. Daha sonra “Yeterli ve Dengeli Beslenme” adlı video izlenerek yorumlamaya geçilir. Çocuklara sorular sorularak konunun pekişmesi sağlanır. (<https://www.youtube.com/watch?v=FVC3LISoVoA>)

UYGULAMANIN ADI : Kurt Ailesi (Slayt)

UYGULAMA TARİHİ : 06.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ ve Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 3: Algıladıklarını hatırlar.

Göstergeleri: Nesne/durum/olayı bir süre sonra yeniden söyler.

Hatırladıklarını yeni durumlarda kullanır.

Kazanım 17: Neden-sonuç ilişkisi kurar.

Göstergeleri: Bir olayın olası nedenlerini söyler.

Bir olayın olası sonuçlarını söyler

Kazanım 18: Zamanla ilgili kavramları açıklar.

Göstergeleri: Olayları oluş zamanına göre sıralar.

Zaman ile ilgili kavramları anlamına uygun şekilde açıklar.

Zaman bildiren araçların işlevlerini açıklar

Kazanım 19: Problem durumlarına çözüm üretir.

Göstergeleri: Problemi söyler.

Probleme çeşitli çözüm yolları önerir

Çözüm yollarından birini seçer.

Seçtiği çözüm yolunun gerekçesini söyler.

Seçtiği çözüm yolunu dener.

Çözüme ulaşamadığı zaman yeni bir çözüm yolu seçer.

Probleme yaratıcı çözüm yolları önerir

Dil Alanı:

Kazanım 5: Dili iletişim amacıyla kullanır.

Göstergeleri: Konuşma sırasında göz teması kurar.

Jest ve mimikleri anlar.

Konuşurken jest ve mimiklerini kullanır.

Konuşmayı başlatır.

Konuşmayı sürdürür

Konuşmayı sonlandırır.

Konuşmalarında nezaket sözcükleri kullanır.

Sohbete katılır.

Konuşmak için sırasını bekler.

Duygu, düşünce ve hayallerini söyler

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Kurt maskesi takılarak çocukların dikkati toplanır. Kurt ailesi adlı hikâyenin bilgisayardan izleneceği ifade edilir. Sunum yapıldıktan sonra diğer iki kurt yavrusunun başına ne gelmiş olabileceği çocuklara sorularak düşünmeleri sağlanır. Daha sonra kendilerine hangi yavruya benzemek istedikleri sorulur.

“Bir varmış bir yokmuş yemyeşil güzel mi güzel bir ormanda bir kurt ailesi varmış. Kurt ailesinin dört çocuğu varmış ve hepsi de ayrı ayrı yiyecekleri seviyorlarmış. En küçük olanı yalnız süt, bir büyüğü patates, ortanca olan et, en büyükse yalnızca makarna yiyormuş. Yıllar geçtikçe çocuklarının gelişiminde farklılıklar gözlemlemiş anne kurt. Birinin dişleri çok kuvvetli; fakat boyu kısa, birinin boyu uzun; ama gözleri az görüyor, öbürü oldukça şişman ve hantalmış, Bir türlü kendilerine yetecek kadar güçlü olamadıklarından ve hâlâ annelerinin bakımına muhtaç olduklarından ötürü bu dağ başında yalnız yaşıyorlarmış, Bir gün en küçük kurt, annesine diğer yiyecekleri de denemek istediğini söylemiş; ağabeyleri gibi olmak istemiyor, okula gitmek, spor yapmak ve arkadaş edinmek istiyormuş. Biliyor musunuz Ne olmuş? Tadına baktığı diğer yiyecekleri de çok sevmiş ve sonuçta güçlü kocaman bir kurt olmuş.” (<http://www.onceokuloncesi.com/oyku-masal-ve-hikayeler/kurt-ailesi-hikayesi-resimli-16393.html>)

Ardından çocuklara kimlerin ilerde şişman ya da zayıf olmak istedikleri, bunun için beslenmede nelere dikkat edilmesi gerektiği soruları sorulur ve “çek çek” tekerlemesi öğrenilir.

Mutfakta yemek pişer, atıştır üçer beşer

Çek çek çek çek ayranı (2)

Az yersen şortun düşer, çok yersen karnın şişer

Çek çek çek çek şortunu(2)

Selam dur ete süte, sonra koş tuvalete

Çek çek çek çek sifonu(2)

Nezleynen halin yaman, burnun olmuş kocaman

Çek çek çek çek burnunu(2)

(<http://www.okuloncem.com/forum/etkinlik-odasi/m%C3%BCzik-etkinlikleri/%C5%9Farki-s%C3%B6zleri/231-mutfakta-yemek-pi%C5%9Fer>)

UYGULAMANIN ADI : Besin Piramidi Nedir?

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematiksel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

Malzemeleri keser. Malzemeleri yapıştırır.

Çizgileri istenilen nitelikte çizer.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

Başladığı işi zamanında bitirmek için çaba gösterir.

Bilişsel Alan:

Kazanım 6: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre eşleştirir.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları yapıldığı malzemeye göre ayırt eder, eşleştirir.

Nesne/varlıkları tadına göre ayırt eder, eşleştirir.

Nesne/varlıkları kokusuna göre ayırt eder, eşleştirir.

Kazanım 7: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre gruplar.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları yapıldığı malzemeye göre gruplar.

Nesne/varlıkları tadına göre gruplar.

Nesne/varlıkları kokusuna göre gruplar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla sanat merkezine geçilir ve evden getirilen gerçek veya üç boyutlu; küçük paketlerde tahıllar, süt ve türevleri kutuları, plastik sebze ve meyveler, et ve yumurta, yağlar ve şekerler nesnelere incelenir. Vücudumuz için hangi besinden ne kadar tüketmemiz gerektiği hakkında çocukların beyin fırtınası yapmalarına fırsat verilir. Çocuklara çeşitli görsellerle besin piramidi tanıtılır. Hangi grubun piramidin hangi basamağında yer aldığına dikkat çekilir. Daha sonra çocuklarla birlikte besin piramidi hazırlanarak konu pekiştirilir.

UYGULAMANIN ADI : Kola Zararlı mı? (Deney)

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematiksel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar

Bilişsel Alan:

Kazanım 2: Nesne/durum/olayla ilgili tahminde bulunur.

Göstergeleri: Nesne/durum/olayın ipuçlarını söyler.

İpuçlarını birleştirerek tahminini söyler.

Gerçek durumu inceler.

Tahmini ile gerçek durumu karşılaştırır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Öğretmen elinde iki cam bardak ve bardağın içinde yer alan kırmızı et parçasıyla çocukların dikkatini fen merkezine çeker. Bardaklarla ve parça etlerle ne yapılacağı çocuklara sorulur. Ardından “asit nedir?” sorusuna çocuklarla yanıt aranır. Başka bir bardağa kola, ikinci bardağa da su dökülür ve çocukların kolada bulunan asidi fark etmeleri sağlanır. Çocuklara bardakların vücudumuz, et parçalarının da iç organlarımız olduğu söylenir. Daha sonra kola birinci bardakta bulunan et parçasının üzerine, su da ikinci bardakta bulunan et parçasının üzerine dökülür ve bardakların iki gün boyunca böyle kalacağı, kolanın bize verdiği zararı görebileceğimiz vurgulanır. Geçen iki günün ardından kolanın içindeki et parçası ile suyun içindeki et parçasının çocuklar tarafından karşılaştırılması sağlanır. Bu durum üzerine kolanın zararları hakkında konuşulur. Suyun bizler için önemi vurgulanır.

UYGULAMANIN ADI : Taze Elma, Bayat Elma (Deney)

UYGULAMA TARİHİ : 03.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematiksel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 5: Bir olay ya da durumla ilgili olumsuz duygularını uygun yollarla gösterir.

Göstergeleri: Olumsuz duygularını olumlu sözel ifadeler kullanarak açıklar.

Olumsuz duygularını olumlu davranışlarla gösterir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar halıya daire şeklinde otururlar. Taze ve bayat kavramları üzerine sohbet ederler. Bir besinin taze mi bayat mı olduğunun renginden, kokusundan ve görüntüsünden, tadından anlaşılacağı ifade edilir. Daha sonra bir gün önce evden getirmeleri istenen elmalar dilimlenir. İki ayrı tabağa konur. Tabaklardan birine limon suyu dökülür. Çocuklardan elmalara dikkatli bakmaları istenir. 1 saat sonra elmalara tekrar bakılacağı söylenerek tabaklar kaldırılır.1 saat sonra elmalar tekrar gözlemlenir. Herhangi bir değişiklik olup olmadığı sorulur. Limon sürülmüş elmanın daha taze olduğu diğerinin karardığı görülür. Nasıl ve neden bu şekilde geldiği çocuklara sorulur.

Limonda kalmış taze elma çocuklarla beraber yenir. Etkinlik bitiminde çocuklara aşağıdaki sorular yöneltilir:

Elmayı kaç parçaya ayırdık?

Hangi elma karardı?

Limon neden yiyecekler için önemli?

Ardından masalara geçen çocuklar “bayat-taze” kavramı ile ilgili çalışma kâğıdını yaparlar.

UYGULAMANIN ADI : Tatlar (Deney)

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematiksel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler. Nesne/varlığın kokusunu söyler. Nesne/varlığın tadını söyler.

Kazanım 8: Nesne ya da varlıkların özelliklerini karşılaştırır.

Göstergeleri: Nesne/varlıkların sesini ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların kokusunu ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların yapıldığı malzemeyi ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların tadını ayırt eder, karşılaştırır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara her besinin bir tadı olduğu, tatların dil organıyla anlaşıldığı, bazı tatların hoşumuza gittiği ancak bazı tatları sevmediğimiz anlatılarak çocuklar deneye motive edilir. Daha sonra tabaklarda bulunan şeker, tuz, limon tuzu, biber çocuklara gösterilir. Gözleri bağlanan çocuğun tabaktaki yiyecek tattırılarak yiyeceğin tadını bulması sağlanır.

UYGULAMANIN ADI : Türk Yemeklerini Bulma Yönergeli Çalışma Sayfası

UYGULAMA TARİHİ : 06.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematik Zekâsı ve Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler. Nesne/varlığın kokusunu söyler. Nesne/varlığın tadını söyler.

Sosyal Duygusal Alan:

Kazanım 9: Farklı kültürel özellikleri açıklar.

Göstergeleri: Kendi ülkesinin kültürüne ait özellikleri söyler.

Kendi ülkesinin kültürü ile diğer kültürlerin benzer ve farklı özelliklerini söyler.

Farklı ülkelerin kendine özgü kültürel özellikleri olduğunu söyler

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar masalara geçerler şuna kadar beslenmeyle ilgili öğrenilenler tekrarlanır. Her ülkenin kendine has bazı yiyecekleri olduğu anlatılır ve resimlerle desteklenir. Daha sonra çocuklara geleneksel yemeklerden hangilerini sevdikleri sorulur. Bu yemekleri pişirirken hangi besinlerin kullanılacağı hakkında fikir alış veriş yapılr. “Oya ve Ali Türk yemeklerini tanımak istiyor. Resimde bizim kültürümüze ait yemekleri bulalım ve daire içine alalım” yönergeli çalışma kâğıtları çocuklara dağıtılarak yapmaları sağlanır. Bu yiyeceklerin yerine fast food tüketildiğinde ne gibi olumsuzluklar yaşanabileceği konusunda çocukların düşünmeleri sağlanır.

UYGULAMANIN ADI : Kabak Oyunu (Oyun Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sosyal/Kişilerarası Zekâ ve Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 12: Değişik ortamlardaki kurallara uyar.

Göstergeleri: Değişik ortamlardaki kuralların belirlenmesinde düşüncesini söyler.

Kuralların gerekli olduğunu söyler

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Bu oyun, çocuklar kaç kadar saymayı biliyorlarsa o kadar sayıda çocukla oynanır. Her çocuğa bir sayı verilir. Aralarında bir ebe seçilir. Ebe sorar;

-Olsun, olsun, olsun... Kim olsun? Beş kabak olsun...

Sözü beş numaralı kabak alır:

-Neden beş kabak olsun?

Ebe: Ya kaç kabak olsun?

Beş numaralı çocuk: Olsun, olsun, olsun da sekiz (ya da istediği bir sayıyı söyler) kabak olsun.

Sözü bu kez de sekiz numaralı çocuk alır:

-Neden sekiz kabak olsun? vb. oyun böylece sürer. Oyun sırasında şaşırın ya da geciken çocuk oyun dışı kalır.

UYGULAMANIN ADI : Meyve Sepeti (Oyun Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 03.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sosyal/Kişilerarası Zekâ ve Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 1: Yer değiştirme hareketleri yapar.

Göstergeleri: Isınma ve soğuma hareketlerini bir rehber eşliğinde yapar.

Yönergeler doğrultusunda yürür.

Yönergeler doğrultusunda koşar.

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler.

Nesne/varlığın rengini söyler.

Nesne/varlığın şeklini söyler.

Nesne/varlığın büyüklüğünü söyler.

Nesne/varlığın kokusunu söyler.

Nesne/varlığın tadını söyler.

Kazanım 10: Mekânda konumla ilgili yönergeleri uygular.

Göstergeleri: Mekânda konum alır.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 15: Kendine güvenir.

Göstergeleri: Gerektiğinde liderliği üstlenir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar aralarından bir ebe seğerler. Öteki çocukların tümü halka olur. Her birine birer meyve adı verilir. Bastıkları yerin kaybolmaması için ayaklarının çevresine birer yuvarlak çizilir. Ayrıca çocuklar keçeden yapılmış meyve kostümleri giyerler. Ebe halkanın ortasında durur. Ebenin çizilmiş yeri yoktur, açıktadır ve kendisine bir yer bulmaya çalışacaktır.

Meyve adı verilen öğrencilere adları sesli olarak bir kaç kez yinelettirilir, iyice öğrenmeleri sağlanır.

Oyun başlayınca, ebe iki meyve adı söyler. Adları söylenen çocuklar, yerlerini ebeye kaptırmadan koşarak yer değiştirmeye çalışırlar. Ebe bütün çocukların yer değiştirmesini isterse "meyve sepeti" diye bağırır. Bütün çocuklar yer değiştirirler.

Ebe iki ad söylediği ya da "meyve sepeti" diye bağırdığı zaman, yeri boşalan birinin yerini kapmaya çalışır. Yer kaparsa ebelikten kurtulur, kapamazsa ebeliği sürer. Yerini kaptıran ebe olur. Oyun böylece sürer.

UYGULAMANIN ADI : Resimlerin Sırası Karışmış

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematiksel Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 1: Nesne/durum/olaya dikkatini verir.

Göstergeleri: Dikkat edilmesi gereken nesne/durum/olaya odaklanır.

Dikkatini çeken nesne/durum/olaya yönelik sorular sorar.

Dikkatini çeken nesne/durum/olayı ayrıntılarıyla açıklar

Kazanım 2: Nesne/durum/olayla ilgili tahminde bulunur.

Kazanım 14: Nesnelere örüntü oluşturur.

Göstergeleri: Modele bakarak nesnelere örüntü oluşturur.

En çok üç öğeden oluşan örüntüdeki kuralı söyler.

Bir örüntüde eksik bırakılan öğeyi söyler.

Bir örüntüde eksik bırakılan öğeyi tamamlar.

Nesnelere özgün bir örüntü oluşturur.

Kazanım 18: Zamanla ilgili kavramları açıklar.

Göstergeleri: Olayları oluş zamanına göre sıralar.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 8: Farklılıklara saygı gösterir.

Göstergeleri: Kendisinin farklı özellikleri olduğunu söyler.

İnsanların farklı özellikleri olduğunu söyler.

Etkinliklerde farklı özellikteki çocuklarla birlikte yer alır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara fırıncı ve ekmeğin serüvenini anlatan resimler karışık olarak sunulur. Çocukların kartları durum sırasına göre sıralamaları istenir. Gerekli hallerde çocuklara rehberlik edilir (Meraklı Minik Dergisi, sayı 105)

UYGULAMANIN ADI : Market Gezisi (Alan Gezisi)

UYGULAMA TARİHİ : 05.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sosyal/Kişilerarası Zekâ ve Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorular sorar.

Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorulara cevap verir.

Dinledikleri/izlediklerini başkalarına anlatır.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 8: Farklılıklara saygı gösterir.

Göstergeleri: Etkinliklerde farklı özellikteki çocuklarla birlikte yer alır.

Kazanım 12: Değişik ortamlardaki kurallara uyar.

Göstergeleri: Değişik ortamlardaki kuralların belirlenmesinde düşüncesini söyler.

Kuralların gerekli olduğunu söyler.

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler.

Nesne/varlığın rengini söyler.

Nesne/varlığın şeklini söyler.

Nesne/varlığın büyüklüğünü söyler.

Nesne/varlığın kokusunu söyler.

Nesne/varlığın yapıldığı malzemeyi söyler.

Nesne/varlığın tadını söyler.

Nesne/varlığın miktarını söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla markete neden gidildiği, markette nelerin satıldığı konularında sohbet edilir. Velilerden izin alınır ve okul yakınındaki markete çocuklar götürülür. Markette satılan özellikle sebze-meyve-et-süt ve hazır gıdalar reyonları

incelenir. Reyonlarda yer alan gıdaların sağlıklı olup olmadığı konusu tartışılır. Daha sonra çocukların yanlarında getirdikleri harçlıklarıyla meyve almaları sağlanır. Gezi dönüşü meyveler güzelce yıkanarak afiyetle yenir. Ardından etkinlik masalarına geçilir. “Meyve yemeli ama önce” adlı çalışma kâğıdı dağıtılarak ilgili yönerge verilir ve çocukların çalışmayı tamamlamaları sağlanır.

(<http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/072-meyve-yemeli-ama-onceee.pdf>)

UYGULAMANIN ADI : Yıldız Çocuk

UYGULAMA TARİHİ : 06.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sosyal/Kişilerarası Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Alanı:

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara beslenmeye inmeden önce tabağını bitiren her çocuğa bir tane yıldız çıkartması takılacağı, beş gün sonunda beş çıkartması olan çocuğa “yıldız çocuk” rozeti hediye edileceği anlatılır. Böylece hem çocuklar yemeğini bitirmeye teşvik edilir hem de tabağını bitirme alışkanlığı pekiştirilir.

UYGULAMANIN ADI : Sebzeler (Grup Şurup), Aynısını Bul Oyunu

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı ve Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.

Nesneleri kullanarak ritim çalışması yapar.

Vurmalı çalgıları kullanarak ritim çalışması yapar.

Basit dans adımlarını yapar.

Müzik ve ritim eşliğinde dans eder.

Müzik ve ritim eşliğinde çeşitli hareketleri ardı ardına yapar.

Dil Alanı:

Kazanım 7: Dinledikleri/izlediklerinin anlamını kavrar.

Göstergeleri: Sözel yönergeleri yerine getirir.

Dinledikleri/izlediklerini açıklar.

Dinledikleri/izledikleri hakkında yorum yapar.

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izlediklerini müzik yoluyla sergiler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara sebzelerin görevleri sorulur. İspanağın, havucun, pırasanın faydalarından bahsedilir. Daha sonra Grup Şurup' un "Sebzeler" adlı videosu izlenir ve aynı adlı şarkı dinlenir. Şarkı ara ara durdurulur ve çocukların heykel gibi durmaları sağlanır. Hareket eden çocuk oyundan çıkar.

Sebze denince ne gelir akla

Domates, biber, ıspanak, bakla

Kereviz, havuç, enginar, lahanası

Sebzeleri ben çok severim

Hepsinden de bol bol yerim.

Sebze denince ne gelir akla

Kabak, patlıcan, bezelye, pırasa

Pazı, patates, fasulye, bamyâ

Sebzeleri ben çok severim

Hepsinden de bol bol yerim.

(<https://www.youtube.com/watch?v=ri1u1BihdzU>)

Ardından sebze- meyve kartları önce çocuklara gösterilir. Hangi meyve ve sebzeler olduğu konusunda bilgi alışverişı gerçekleştirilir. Daha sonra kartlar ters çevrilir. Her çocuk sırayla iki kart seçer, amaç iki kartta da aynı sebze ya da meyveyi bulmaktır. Aynı resimler bulunursa o kartlar açık bırakılır, bulunmazsa kapatılır ve tekrar denenir. Aynı artı bulan çocuklar alkışlanırlar. Böylece çocukların görsel zekâlarına katkıda bulunulur.

UYGULAMANIN ADI : Abur Cubur Şarkısı

UYGULAMA TARİHİ : 03.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 1: Sesleri ayırt eder.

Göstergeleri: Sesin geldiği yönü söyler.

Sesin kaynağının ne olduğunu söyler.

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.

Nesneleri kullanarak ritim çalışması yapar.

Vurmalı çalgıları kullanarak ritim çalışması yapar.

Basit dans adımlarını yapar.

Müzik ve ritim eşliğinde dans eder.

Müzik ve ritim eşliğinde çeşitli hareketleri ardı ardına yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla “abur cubur” kavramı hakkında sohbet edilir. Yemeğini döke saça yiyen çocukların davranışlarının hoş karşılanmadığı, yemek yeme kurallarına uygun davranan çocukların ise herkes tarafından beğenileceği vurgulanır. Hangi çocuk olmak istedikleri sorulur. Daha sonra “abur cubur” şarkısı dinlenir.

Ben günde yemeğimi

3 öğün yerim

Sağlıklı beslenmeye

Dikkat ederim

Et, patates, salata,

Fasulye, balık, pırasa

Yemek seçmem asla

Her şeyi yerim

Abur cubur abur cubur

Oburluğun sonu budur

Karnın ağrır gurur gurur  
Sağlığına yazık olur  
Ah kukuli vah kukuli  
Niye yedin onca Şeyi  
Abur cubur hapur hupur  
Sonunda bozdun mideyi  
Kahvaltıda yumurta  
Sütümü içerim  
Öğlenleyin mutlaka sebzemi yerim  
Akşama da ęorba  
Tavuk, makarna  
Yemek seçmem asla  
Her Şeyi yerim  
Abur cubur abur cubur  
Oburluğun sonu budur  
Karnın ağrır gurul gurul  
Sağlığına yazık olur  
Ah kukuli vah kukuli  
Niye yedin onca Şeyi  
(<http://www.dersimiz.com/siir-4874-abur-cubur.html>)

UYGULAMANIN ADI : Ben Bir İneğim

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler. Nesne/varlığın tadını söyler.

Dil Alanı:

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izlediklerini müzik yoluyla sergiler.

Kazanım 9: Sesbilgisi farkındalığı gösterir.

Göstergeleri: Şiir, öykü ve tekerlemedeki uyağı söyler.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla et, süt ve yumurtanın öneminden konuşulur. Bu besinleri nasıl elde ettiğimiz sorusuna cevap aranır. Ardından çocuklarla “peynir ekmek, peynir ekmek, yumurta yumurta, süüüüt” tekerlemesi ile ritim çalışması yapılır.

Daha sonra bilgisayardan “Ben Bir İneğim” adlı şarkı dinlenir, şarkı esnasında dans etmek isteyen çocuklara fırsat verilir.

Ben bir ineğim, ben bir ineğim

Otu yerim süt veririm, sütümü için

Sütümü için yani büyümeyi seçin

Ben bir tavuğum, ben bir tavuğum

Arpa ve buğday yerim, yumurta veririm

Yumurtamı yiyin ve büyümeyi seçin

Ben bir arıyım, ben bir arıyım

Çiçek çiçek dolaşırım bal yaparım

Balımı yiyin yani büyümeyi seçin

Süt, bal, yumurta

Her gün yerim mutlaka

Sağlıklı ve güçlüyüm

Büyürüm büyürüm.

(<http://www.combeki.com/showthread.php?t=35383>)

UYGULAMANIN ADI : Yaşasın Yemek Yemek (Pepee) Şarkısı

UYGULAMA TARİHİ : 05.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.

Nesneleri kullanarak ritim çalışması yapar.

Vurmalı çalgıları kullanarak ritim çalışması yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla Pepee hakkında sohbet edilir. Pepee'nin yemek ayırt edip etmediği sorulur. Daha sonra Pepee'nin “yaşasın yemek yemek” adlı videosu izlenir ve aynı adlı şarkı dinlenir. Şarkıya çocukların ritim aletleri ile eşlik etmeleri sağlanır.

Yaşasın yemek yemek

Yaşasın yemek yemek

Karnım acıktı, acaba ne yesek?

Yaşasın yemek yemek

Yaşasın yemek yemek

(<https://www.youtube.com/watch?v=HIW-LEAQ0sY>)

UYGULAMANIN ADI : Sağlıklı mı Sağlıksız mı? (Okuma Yazmaya Hazırlık Çalışması)

UYGULAMA TARİHİ : 03.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Özedönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

Başladığı işi zamanında bitirmek için çaba gösterir.

Öz bakım Alanı:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Daha önceden yapılan “besin piramidi” çalışması eşliğinde, ilgili yönergeler çocuklara verilerek çalışma kâğıtlarındaki sağlıklı ve sağlıksız besinleri bulma çalışması gerçekleştirilir. Doğru yapan çocuğa gülen yüz verilir.

UYGULAMANIN ADI : Nasıl Beslenelim? (Okuma Yazmaya Hazırlık Çalışması)

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Kalem doğru tutar.

Kalem kontrolünü sağlar.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: “Yeterli ve Dengeli Beslenelim” adlı videonun ardından çocuklar pastel boyalarını alarak masalara geçerler. “Sence çocuk hangi meyveleri seviyor? Sen, bu meyveleri neden ayırım yapmadan yemelisin? Anlat.” Yönergesi çocuklara verilerek çalışma kâğıtlarını tamamlamaları istenir. Doğru yapan çocuklar sınıfça alkışlanır.

Ayrıca “taze-bayat, soğuk-sıcak, sağlıklı-sağlıksız” kavramları ile ilgili çalışma kâğıtları zaman zaman verilerek konuların pekişmesi sağlanır.

UYGULAMANIN ADI : Mandala (Sanat Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 03.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 10: Görsel materyalleri okur.

Göstergeleri: Görsel materyalleri inceler.

Görsel materyalleri açıklar.

Görsel materyallerle ilgili sorular sorar.

Görsel materyallerle ilgili sorulara cevap verir.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Özgün özellikler taşıyan ürünler oluşturur.

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

Başladığı işi zamanında bitirmek için çaba gösterir.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 5: Dinlenmenin önemini açıklar.

Göstergeleri: Dinlendirici etkinliklere katılır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara “mandala” kelimesini daha önce duyup duymadıkları sorulur. Mandala çalışmasının kuralları anlatılır. Buna göre, mandala boyanırken, içten dışa ya da dıştan içe doğru, çizgiyi taşırmadan ve sessiz şekilde, sabırla boyanması gerektiği vurgulanır. Daha sonra “meyve sebze mandalası” dağıtılarak çocukların kurallara uygun şekilde boyamalarına rehberlik edilir. İstenilen nitelikte çalışmasını tamamlayan çocuğun ürünü asılarak sergilenir.

UYGULAMANIN ADI : Meyveler mi Sebzeler mi?

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 7: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre gruplar.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları rengine göre gruplar.

Nesne/varlıkları büyüklüğüne göre gruplar.

Nesne/varlıkları tadına göre gruplar.

Nesne/varlıkları kokusuna göre gruplar.

Nesne/varlıkları miktarına göre gruplar.

Nesne/varlıkları kullanım amaçlarına göre gruplar.

Kazanım 8: Nesne ya da varlıkların özelliklerini karşılaştırır.

Göstergeleri: Nesne/varlıkların rengini ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların şeklini ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların kokusunu ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların yapıldığı malzemeyi ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların tadını ayırt eder, karşılaştırır.

Nesne/varlıkların miktarını ayırt eder, karşılaştırır.

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımını gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Nesneleri değişik malzemelerle bağlar.

Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Duygu, düşünce ve hayallerini özgün yollarla ifade eder.

Nesneleri alışılmışın dışında kullanır.

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Çocuklara bugün çok eğlenceli bir etkinlik yapılacağı söylenerek çocuklar masalara davet edilir. Daha sonra bilgisayardan meyve ve sebze resimleri gösterilir. Her bir resimde görülen nesnenin; meyve mi sebze mi olduğu, rengi, tadı, kokusu, şekli, hangi mevsime ait olduğu, nasıl tüketildiği ve vücudumuzu nasıl etkilediği konularında çocukların fikirleri alınır ve çocuklar bilgilendirilir. Malzemelerini alan çocuklara çeşitli meyve ve sebze figürleri verilerek uygun şekilde kesmelerine rehberlik edilir. Kesilen şekiller çocuklarla birlikte meyve ya da sebze olarak gruplandırılır. Çalışmanın sonunda çocuklar kestikleri figürleri taç şekline getirerek başlarına takarlar.

UYGULAMANIN ADI : Bereket Kaşıkları

UYGULAMA TARİHİ : 06.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

Malzemeleri yapıştırır.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Duygu, düşünce ve hayallerini özgün yollarla ifade eder.

Nesneleri alışılmışın dışında kullanır.

Özgün özellikler taşıyan ürünler oluşturur.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar masalara davet edilir. Bugün etkinlikte çok eğlenecekleri ve annelerine hediye götüreceklerinden bahsedilir. Böylece çocuklar çalışmaya güdülenir. Çocuklara bereket kelimesinin anlamı ile ilgili sorular sorulur. İsraf kavramı anlatılır. Beslenmede de doğru olanın tasarruf olduğundan, israfın yanlışlığından söz edilir. Daha sonra çocuklardan evlerinden getirmiş oldukları tahta kaşıkları daha önceden hazırlanan küçük süsler ve malzemelerle özgün olarak süslemeleri istenir. Özenle tamamladıkları ürünler evlere gönderilir.

UYGULAMANIN ADI : Tabağımı Seviyorum (Aile Katılım Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 05.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Malzemelere elleriyle şekil verir.

Malzemelere araç kullanarak şekil verir.

Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Duygu, düşünce ve hayallerini özgün yollarla ifade eder.

Nesneleri alışılmadık dışında kullanır.

Özgün özellikler taşıyan ürünler oluşturur.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 3: Yaşam alanlarında gerekli düzenlemeler yapar.

Göstergeleri: Ev/okuldaki eşyaları temiz ve özenle kullanır.

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Velilerle çalışmanın başında eğitici notlar paylaşılır. Beslenme eğitiminin öneminden bahsedilir. Beslenme eğitiminde çok önemli bir yere sahip olan görselliğin çocukların yeme alışkanlıklarını olumlu ya da olumsuz etkilediği özellikle vurgulanır. Çocuğun kullandığı tabak, kaşık, çatal ve bardağın şekil ve boyutunun çocuğun yaş ve gelişim düzeyiyle uygun büyüklükte ve şekilde olması gerektiği, tabağın farklı sunum teknikleri ile hazırlanarak çocuğun beslenmeye bakış açısının olumlu biçimde etkilenebileceği örneklerle anlatılır ve bu tekniği evde uygulamaları istenir.

UYGULAMANIN ADI : Besin Grupları (Oyun Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Nesnelere yan yana dizer.

Nesneleri iç içe dizer.

Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

Dil Alanı:

Kazanım 10: Görsel materyalleri okur.

Göstergeleri: Görsel materyalleri inceler.

Görsel materyalleri açıklar.

Görsel materyallerle ilgili sorular sorar.

Görsel materyallerle ilgili sorulara cevap verir.

Bilişsel Alan:

Kazanım 20: Nesne grafiği hazırlar.

Göstergeleri: Nesnelere kullanarak grafik oluşturur.

Nesneleri sembollerle göstererek grafik oluşturur.

Grafiği oluşturan nesnelere ya da sembollerini sayar.

Grafiği inceleyerek sonuçları açıklar.

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Öncelikle çocuklarla büyük bir daire kesilir. Daire 4'e bölünür. Her bölüme besin grupları resimlerinden yapıştırılır. Ortaya su şişesi konur. Oyunumuz şu şekilde oynanıyor; ortada gördüğünüz beyaz kısım yaşamımızı sürdürebilmemiz için gerekli olan en önemli madde, yani su. Su kısmına bir şişesi konur ve çocuklar o şişeyi yan yatırarak çevirirler. Şişenin ucu hangi alanı gösteriyorsa önceden hazırlanmış besinler arasından o alan ile ilgili olan besini seçip oraya koyar, Tabii öğretmenin yönlendirmeleri ve ara ara yaptığı kısa ve eğitici notlar eşliğinde. Mesela şişe turuncu alanı gösteriyorsa (ki resimde turuncu alan sebzeler olarak seçilmiş) çocuk da besinler arasından bir sebze alıp turuncu alana yerleştirir.

UYGULAMANIN ADI : Minik Tohumlar

UYGULAMA TARİHİ : 05.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Doğacı Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 17: Neden-sonuç ilişkisi kurar.

Göstergeleri: Bir olayın olası nedenlerini söyler.

Bir olayın olası sonuçlarını söyler.

Kazanım 18: Zamanla ilgili kavramları açıklar.

Göstergeleri: Olayları oluş zamanına göre sıralar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla mevsim sebze ve meyveleri hakkında sohbet edilir. Öğretmen elindeki sebze (ıspanak, havuç, marul) tohumu paketlerini çocuklara göstererek aralarındaki benzerliği ya da farklılıkları sorar. Tohumun büyümesi için gerekli koşullardan bahsedilir. Toprağın, havanın ve suyun, ısının önemi vurgulanır. Daha önce tohum ekme deneyimlerinin olup olmadığı çocuklara sorulur. Daha sonra bahçede yer alan seraya gidilir. Öğretmen sırayla çocukları seraya alır ve uygun ölçüde açtığı çukurlara çocuklara verdiği tohumu atmaları ve çocuklardan elleriyle çukuru kapatmalarını ister. Daha sonra ekili alan sulanır ve düzenli aralıklarla tohumlar ve sonrasında oluşan fideler kontrol edilir.

UYGULAMANIN ADI : Meyve Sebze Atıklarını Atmıyorum, Kompost Gübre Yapıyorum

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Doğacı Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 17: Neden-sonuç ilişkisi kurar.

Göstergeleri: Bir olayın olası nedenlerini söyler.

Bir olayın olası sonuçlarını söyler.

Kazanım 18: Zamanla ilgili kavramları açıklar.

Göstergeleri: Olayları oluş zamanına göre sıralar.

Kazanım 19: Problem durumlarına çözüm üretir.

Göstergeleri: Problemi söyler.

Probleme çeşitli çözüm yolları önerir.

Çözüm yollarından birini seçer.

Seçtiği çözüm yolunun gerekçesini söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara meyve sebze atıklarının doğal atık olduğu ve geri dönüştürülerek doğaya yardımcı olunabileceği anlatılır. Bunun için atıkların toprağa gömülerek gübre elde edilebileceği, bu gübrenin de ekilen tohumlara verileceği, böylece tohumların daha çabuk büyüyecekleri belirtilir. Kimyasal maddelerden oluşan gübrelerin yediklerimiz yoluyla bizlere verdiği zararları vurgulanır. Konuyla ilgili bilgilendirme yazıları ailelere de gönderilerek katılımları sağlanır. Belirlenen günde gelen atıklar, çocuklarla toprağa gömülerek gübre yapımına katkıda bulunulur.

UYGULAMANIN ADI : Sağlık Çizelgem (Aile Katılımı)

UYGULAMA TARİHİ : 02.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 10: Sorumluluklarını yerine getirir.

Göstergeleri: Sorumluluk almaya istekli olduğunu gösterir.

Üstlendiği sorumluluğu yerine getirir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara eve gönderilecek “sağlıklı besleniyorum” tablosu anlatılır. Tablonun amacı, uygulama şekli izah edilir, velilere de bilgilendirme yazısı gönderilir. Her çocuğa 1 adet tablo verilerek eve götürmeleri sağlanır. Ertesi haftanın başında tablo geri istenir. Gelen tablolardan doğru dolduran çocuklar ödüllendirilir.

UYGULAMANIN ADI : Sevgi Kurabiyeleri

UYGULAMA TARİHİ : 04.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Duygu, düşünce ve hayallerini özgün yollarla ifade eder.

Özgün özellikler taşıyan ürünler oluşturur.

Kazanım 5: Bir olay ya da durumla ilgili olumsuz duygularını uygun yollarla gösterir.

Göstergeleri: Olumsuz duygularını olumlu sözel ifadeler kullanarak açıklar.

Olumsuz duygularını olumlu davranışlarla gösterir.

Dil Alanı:

Kazanım 5: Dili iletişim amacıyla kullanır.

Göstergeleri: Konuşma sırasında göz teması kurar.

Jest ve mimikleri anlar.

Konuşurken jest ve mimiklerini kullanır.

Bilişsel Alan:

Kazanım 8: Nesne ya da varlıkların özelliklerini karşılaştırır.

Göstergeleri: Nesne/varlıkların tadını ayırt eder, karşılaştırır.

Kazanım 17: Neden-sonuç ilişkisi kurar.

Göstergeleri: Bir olayın olası nedenlerini söyler.

Bir olayın olası sonuçlarını söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar fark etmeden yoğrulan biri tatlı biri tuzlu kurabiye hamuru ile etkinliğe başlanır. Tuzlu ve biraz da biberli kurabiye yoğrulurken tüm sınıf mutsuz-sinirli-isteksiz yüz ifadeleri takınır. Şekerli hamurda ise gayet neşeli - sevimli - istekli çocuklar olunur. Bu haller kurabiyeleri şekillendirirken de devam eder. Daha sonra pişirdiğimiz kurabiyeler üzerine akıl yürütülür. Tatları merak edilir. En son mutsuz şekilde hazırlanan kurabiyenin tadımını yaparken isteksizlik ve sevgisizlik ağzımızın tadını kaçırdığı vurgulanır. Aksine severek yaptığımız işler hayatımıza lezzet katar. Duygu durumlarımız kurabiyenin tadına ve şekillerine bile yansır

(<http://www2.diyanet.gov.tr/EgitimHizmetleriGenelMudurlugu/Materyaller/4-6-yas-ogretici-kitabi.pdf>) .

**Ek-6: Yemek Yeme Kuralları ve Yemek Adabı Uygulamaları**

UYGULAMANIN ADI : Şekilleri Bul

UYGULAMA TARİHİ : 09.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve Mantık/Matematiksel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 4: Nesneleri sayar.

Göstergeleri: Belirtilen sayı kadar nesneyi gösterir.

Sayıdığı nesnelere kaç tane olduğunu söyler.

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın şeklini söyler.

Nesne/varlığın miktarını söyler.

Kazanım 12: Geometrik şekilleri tanıyabilir.

Göstergeleri: Gösterilen geometrik şeklin ismini söyler.

Geometrik şekillerin özelliklerini söyler.

Geometrik şekillere benzeyen nesnelere gösterir.

Kazanım 20: Nesne grafiği hazırlar.

Göstergeleri: Nesnelere kullanarak grafik oluşturur.

Nesnelere sembollerle göstererek grafik oluşturur.

Grafiği oluşturan nesnelere ya da sembollerini sayar.

Grafiği inceleyerek sonuçları açıklar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla öğrenilen şekiller hatırlanır, şekillerin özellikleri tekrarlanır. “İpek’in tabağında yer alan daire, kare üçgen ve dikdörtgen şekilli makarnaları say ve adetleri kadar aşağıdaki grafikte yer alan kutuları boya” yönergeli çalışma çocuklara verilerek çalışma tamamlanır (Meraklı Minik Dergisi, sayı 105).

UYGULAMANIN ADI : Okulun Mutfak Bölümünü Ziyaret Etme ve Mutfak Araç-Gereçlerini Tanıma

UYGULAMA TARİHİ : 09.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve Doğacı Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.

Çevre temizliğiyle ilgili araç ve gereçleri kullanır.

Kazanım 7: Kendini tehlikelerden ve kazalardan korur.

Göstergeleri: Tehlikeli olan durumları söyler.

Kendini tehlikelerden ve kazalardan korumak için yapılması gerekenleri söyler.

Temel güvenlik kurallarını bilir.

Tehlikeli olan durumlardan, kişilerden, alışkanlıklardan uzak durur.

Herhangi bir tehlike ve kaza anında yardım ister.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla okulun mutfağına inilir. Aşçıdan beslenme saati için gerekli yiyecekleri hazırlarken hangi beslenme araçlarını ve mutfak gereçlerini kullandığı öğrenilir. Çocuklara her nesne (tencere, tabak, tava, bardak, bıçak, kaşık, çatal, tepsi, çaydanlık, süzgeç, kâse, vb) gösterilir ve ne işe yaradıkları hakkında sohbet edilir. Ayrıca bizim için tehlikeli olabilecek bıçak, ocak gibi eşyalardan uzak durulması gerektiği vurgulanır.

UYGULAMANIN ADI : Hepsini Biz Hazırladık (Hikâye)

UYGULAMA TARİHİ : 09.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler.

Nesne/varlığın kullanım amaçlarını söyler.

Kazanım 6: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre eşleştirir.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları kullanım amaçlarına göre ayırt eder, eşleştirir.

Kazanım 7: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre gruplar.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları kullanım amaçlarına göre gruplar.

Dil Alanı:

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izlediklerini drama yoluyla sergiler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar sandalyelere yarım ay şeklinde otururlar. Ortaya bir masa hazırlanır. Masada hangi beslenme araçlarının olması gerektiği sorulur, çocuklardan tek tek cevap alınır. Daha sonra dramatik oyun merkezinden oyuncaklar getirilerek yemek masası hazırlanır. Çocuklardan; anne, baba ve çocuklar oluşturulur ve masaya oturtulur. Ardından büyüklerin yemeğe başlarken beklenmesi, sağ elle yenmesi, parçalı gıdalar için çatalın, sulu gıdalar için kaşığı kullanılması, her aile bireyine ait bardağın olması, yemek yerken konuşulmaması ve şapur şapur seslerin çıkarılmaması, peçete kullanılması, yemeğin yenecek miktardan daha fazla alınmayarak israf edilmemesi, tabaktaki yemeğin güzelce bitirilmesi, beslenme araçları ile oyun oynanması, masada kişilerin birbirinden isteklerde bulunurken nezaket kurallarına dikkat etmesi, yemek sonunda şükredilmesi ve “elinize sağlık” diyerek teşekkür edilmesi gerektiği anlatılır ve sınıfta uygulanır.

Daha sonra “Hepsini Biz Hazırladık” adlı hikâye okunur, çocuklardan hikâyeyi resimlendirmeleri istenerek konu pekiştirilir.

Monti, Ponti ve dedelerinin bahçe inceleme maceralarını konu alan hikâye, sebze ve meyvelerin toplanarak akşam yemeği için çorba, yemek ve salata yapmaları ve ninelerinin masayı hazırlamasında yardım etmelerini anlatır.

UYGULAMANIN ADI : Yemek Masasında Draması

UYGULAMA TARİHİ : 10.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ ve Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 5: Nesne ya da varlıkları gözlemler.

Göstergeleri: Nesne/varlığın adını söyler.

Nesne/varlığın kullanım amaçlarını söyler.

Kazanım 6: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre eşleştirir.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları kullanım amaçlarına göre ayırt eder, eşleştirir.

Kazanım 7: Nesne ya da varlıkları özelliklerine göre gruplar.

Göstergeleri: Nesne/varlıkları kullanım amaçlarına göre gruplar.

Dil Alanı:

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izlediklerini drama yoluyla sergiler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar sandalyelere yarım ay şeklinde otururlar. Ortaya bir masa hazırlanır. Masada hangi beslenme araçlarının olması gerektiği sorulur, çocuklardan tek tek cevap alınır. Daha sonra dramatik oyun merkezinden oyuncaklar getirilerek yemek masası hazırlanır. Çocuklardan; anne, baba ve çocuklar oluşturulur ve masaya oturtulur. Ardından büyüklerin yemeğe başlarken beklenmesi, sağ elle yenmesi, parçalı gıdalar için çatalın, sulu gıdalar için kaşığıın kullanılması, her aile bireyine ait bardağın olması, yemek yerken konuşulmaması ve şapur şapur seslerin çıkarılmaması, peçete kullanılması, yemeğin yenecek miktardan daha fazla alınmayarak israf edilmemesi, tabaktaki yemeğin güzelce bitirilmesi, beslenme araçları ile oyun oynanması, masada kişilerin birbirinden isteklerde bulunurken nezaket kurallarına dikkat etmesi, yemek sonunda şükredilmesi ve “elinize sağlık” diyerek teşekkür edilmesi gerektiği anlatılır ve sınıfta uygulanır.

UYGULAMANIN ADI : Yemek Masasında

UYGULAMA TARİHİ : 09.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel- Uzamsal Zekâ ve Müzik/Ritim Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Duygu, düşünce ve hayallerini özgün yollarla ifade eder.

Kazanım 12: Değişik ortamlardaki kurallara uyar.

Göstergeleri: Değişik ortamlardaki kuralların belirlenmesinde düşüncesini söyler.

Kuralların gerekli olduğunu söyler.

İstekleri ile kurallar çeliştiğinde kurallara uygun davranır.

Nezaket kurallarına uyar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla yemek yerken uyulması gereken kuralları evde de aile büyüklerine anlatmaları istenir. Daha sonra video izlenerek çocuklar tarafından yorumlanması sağlanır. Ardından örnek çalışma boyaması verilerek konu pekiştirilir. (<https://www.youtube.com/watch?v=YJdVpW3lB7s>)

UYGULAMANIN ADI : Tombul Turp

UYGULAMA TARİHİ : 10.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı, Sosyal/Kişilerarası Zekâ ve Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Dil Alanı:

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izlediklerini müzik yoluyla sergiler.

Dinledikleri/izlediklerini drama yoluyla sergiler.

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Basit dans adımlarını yapar.

Müzik ve ritim eşliğinde dans eder.

Müzik ve ritim eşliğinde çeşitli hareketleri ardı ardına yapar.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 8: Farklılıklara saygı gösterir.

Göstergeleri: Kendisinin farklı özellikleri olduğunu söyler.

İnsanların farklı özellikleri olduğunu söyler.

Etkinliklerde farklı özellikteki çocuklarla birlikte yer alır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara oyun etkinliğe geçildiği söylenir. Drama etkinliğinde çeşitli maskeler takılacağı ifade edilir. Önce aksakallı dedenin turpla macerasından bahsedilir ve şarkı dinletilir. Çocuklar gerekli kostümleri giyerek rondü canlandırırılar.

TOMBUL TURP RONDÜ SÖZLERİ

Aksakallı dede sebze yetiştirdi  
İki elle tuttu, çekti hızla turpu,  
Çekti çekti çekti, turp kımıldamadı

Nineyi çağırdı aksakallı dede  
Nine nine koş gel turpu çekemedim  
Çekti çekti çekti turp kımıldamadı

Ninesi Ayşe'yi çağırđı yanına  
Koş Ayşecik koş gel turpu çekemedik  
Çekti çekti çekti turp kımıldamadı

Küçük Ayşecik köpeği çağırđı  
Koş köpeğim koş gel turpu çekemedik  
Çekti çekti çekti turp kımıldamadı

Küçük köpek çağırđı kediyi yanına  
Koş kedicik koş gel turpu çekemedim  
Çekti çekti çekti turp kımıldamadı

En sonunda fare kediye tutundu  
Hep birlikte çektiler çekti hızla turpu  
Çekti çekti çekti çıkardılar turpu

(<http://www.cocuksarkilari.org/ak-sakalli-dede-rondu-cocuk-sarkisi.html>)

UYGULAMANIN ADI : Anneme Bileklik

UYGULAMA TARİHİ : 10.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve Doğacı Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal Duygusal Alan:

Kazanım 3: Kendini yaratıcı yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Duygu, düşünce ve hayallerini özgün yollarla ifade eder.

Nesneleri alışılmıştın dışında kullanır.

Özgün özellikler taşıyan ürünler oluşturur.

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımını gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Nesneleri yan yana dizer.

Nesneleri ipe vb. dizer.

Nesneleri değişik malzemelerle bağlar.

Nesneleri yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar masaya davet edilir. Parmak boyası ve boncuk makarnalarla annelerine bileklik yapacakları söylenir. Annelerinin onlar için sağlıklı, besleyici ve lezzetli yemekler yaptığı ifade edilir, çocuklar da annelerinin bu çabaları için karşısında onlara hediye olarak kendi el emeklerinden oluşan bir bileklik yapacakları ve annelerini sevindirecekleri belirtilir. Ayrıca her yemekten sonra annelerine “eline sağlık ve teşekkürler” demeleri gerektiği bir kez daha hatırlatılır. Çocuklar parmak boyalarla makarnaları istedikleri renklerde boyarlar ve kuruturlar. Ardından şönilere makarnaları ve rengârenk boncukları geçirerek istedikleri bileklikleri tasarlarlar. Daha sonra bileklikler hediye paketlerine konur.

UYGULAMANIN ADI : Suyu Oturarak İç

UYGULAMA TARİHİ : 11.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritim Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Dil Alanı:

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izledikleri ile ilgili sorulara cevap verir.

Dinledikleri/izlediklerini müzik yoluyla sergiler.

Dinledikleri/izlediklerini drama yoluyla sergiler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Fen merkezine yönlendirilen çocukların dikkati insan maketine çekilir. Daha sonra suyun vücudumuz için önemi hakkında sohbet edilir. Suyu ayakta içen insana neler olabileceği sorusu çocuklara yöneltilerek çocukların düşünceleri sağlanır. Suyu oturarak içmenin faydaları izah edilir. Ardından ilgili video izlenerek konunun pekişmesi sağlanır.

(<https://www.youtube.com/watch?v=A5alPp9PXO8>)

UYGULAMANIN ADI : Görgülüyüm Sağlıklıyım

UYGULAMA TARİHİ : 11.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 1: Nesne/durum/olaya dikkatini verir.

Göstergeleri: Dikkat edilmesi gereken nesne/durum/olaya odaklanır.

Dikkatini çeken nesne/durum/olaya yönelik sorular sorar.

Dikkatini çeken nesne/durum/olayı ayrıntılarıyla açıklar.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

Başladığı işi zamanında bitirmek için çaba gösterir.

Kazanım 10: Sorumluluklarını yerine getirir.

Göstergeleri: Sorumluluk almaya istekli olduğunu gösterir.

Üstlendiği sorumluluğu yerine getirir.

Sorumluluklar yerine getirilmediğinde olası sonuçları söyler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Yemek yemeye başlamadan önce ellerin yıkanması, yemek esnasında beslenme araçlarının doğru kullanılması, yemek yerken konuşulmaması, tabağın bitirilmesi, yemekten sonra nezaket sözlerinin kullanılması ve ellerin yıkanması, yemek masasını toplarken büyüklere yardım edilmesi konularına tekrar değinilir ve “görgülüyüm, sağlıklıyım” yönergeli çalima sayfası dağıtılır, çocukların boyamalarına rehberlik edilir. Kurallara uyan çocuklar rozetle ödüllendirilir.

(<http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/191-gorguluyum-saglikliyim.pdf>)

UYGULAMANIN ADI : Akşam Yemeğinde Tabağım

UYGULAMA TARİHİ : 11.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 12: Değişik ortamlardaki kurallara uyar.

Göstergeleri: Değişik ortamlardaki kuralların belirlenmesinde düşüncesini söyler.

Kuralların gerekli olduğunu söyler.

İstekleri ile kurallar çeliştiğinde kurallara uygun davranır.

Nezaket kurallarına uyar.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar beslenme etkinliğinden sonra sınıfa çıkarak masalara geçerler. Çocuklara beslenme saatinde hangi beslenme araçlarını kullandıkları sorulur. Beslenme araçlarının ne işe yaradıkları bir kez daha hatırlanır. Yine akşam yemeğinde hangi beslenme araçlarının kullanıldığı hakkında sohbet edilerek ilgili sanat etkinliğine geçilir. Etkinliğini tamamlayan çocukların ürünleri sergilenir.

UYGULAMANIN ADI : Yemek ve Temizlik Kuralları

UYGULAMA TARİHİ : 11.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Beslenme zamanında yemek ve temizlik kuralları tekrar hatırlanır. Uyan çocuklar alkışlanır, uymayan çocuklar uyarılır. Daha sonra konunun tekrarı için sınıfta “yemek ve temizlik kuralları” adlı ppt izlenir.

UYGULAMANIN ADI : Zamanında Beslenme

UYGULAMA TARİHİ : 11.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematik Zekâsı, Doğacı Zekâ ve Bedensel/  
Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

Bilişsel Alan:

Kazanım 18: Zamanla ilgili kavramları açıklar.

Göstergeleri: Olayları oluş zamanına göre sıralar.

Zaman ile ilgili kavramları anlamına uygun şekilde açıklar.

Motor Alanı:

Kazanım 1: Yer değiştirme hareketleri yapar.

Göstergeleri: Isınma ve soğuma hareketlerini bir rehber eşliğinde yapar.

Yönergeler doğrultusunda yürür.

ÖĞRENME SÜRECİ: Öğretmen çocukları etrafına toplar ve günün bölümlerinden konuşulur. Günün 3 bölümden oluştuğu; sabahın ilk zaman dilimi olduğu ve kahvaltı yapılmasının, öğlenin günün orta kısmı olduğu ve öğlen yemeğinin yenmesinin, akşamın gün bitimi olduğu ve hafif gıdalardan oluşan akşam yemeği yenmesinin gerektiği anlatılır. Daha sonra çocuklara “kahvaltıda ne yeriz? , kahvaltıda yediklerimizin bize ne faydası var? , öğlen yemeğinde hangi gıdalar yer alır? , kimler öğlen yemeğini yiyor? , akşam yemeğinde hangi besinler olmalı? , gece yatmadan yemek yenir mi? , şişman ve zayıf kavramları hangi insanlar için kullanılır?” gibi

sorular yöneltmek onlarım düşünmelerine fırsat tanınır. Daha sonra önceden fon kartonlarından hazırlanmış kahvaltı, öğlen yemeği ve akşam yemeği tabakları çocuklarla uygun besin resimleri yapıştıırılarak tamamlanır. Ardından “zamanında beslenelim” yönergeli çalışma ile konu pekiştirilir.

(<http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/210-zamanında-beslenelim.pdf>)

UYGULAMANIN ADI : Benim Arkadaşlarım Görgülü

UYGULAMA TARİHİ : 09.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sosyal-Kişilerarası Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 12: Değişik ortamlardaki kurallara uyar.

Göstergeleri: Değişik ortamlardaki kuralların belirlenmesinde düşüncesini söyler.

Kuralların gerekli olduğunu söyler.

İstekleri ile kurallar çeliştiğinde kurallara uygun davranır.

Nezaket kurallarına uyar.

Kazanım 15: Kendine güvenir.

Göstergeleri: Kendine ait beğendiği ve beğenmediği özelliklerini söyler.

Grup önünde kendini ifade eder.

Gerektiği durumlarda farklı görüşlerini söyler.

Gerektiğinde liderliği üstlenir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Her pazartesi günü beslenme saatinde masaların başına bir çocuk lider olarak seçilir. Liderin görevi, yemek yeme adabına arkadaşlarının uymasını sağlamak, görgülü olmaları için arkadaşlarını kontrol etmek ve kurallara uymayanları uygun bir dille uyarmaktır. Her hafta başında her çocuk dönüşümlü olarak lider seçilir ve davranışın pekişmesi sağlanır.

UYGULAMANIN ADI : Yemek Adabı (Aile Katılımı)

UYGULAMA TARİHİ : 09.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 12: Değişik ortamlardaki kurallara uyar.

Göstergeleri: Değişik ortamlardaki kuralların belirlenmesinde düşüncesini söyler.

Kuralların gerekli olduğunu söyler.

İstekleri ile kurallar çeliştiğinde kurallara uygun davranır.

Nezaket kurallarına uyar.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 4: Yeterli ve dengeli beslenir.

Göstergeleri: Yiyecek ve içecekleri yeterli miktarda yer/içer.

Öğün zamanlarında yemek yemeye çaba gösterir.

Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten/içmekten kaçınır.

Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara yemek yeme kurallarının evde, okulda, lokantada... Her yerde geçerli olduğu her fırsatta vurgulanır. Ailelere de bu konu ile ilgili bilgilendirme yazıları gönderilir. Çocuklarla yemek kuralları çizelgesi yorumlanır. Çizelge evlere gönderilerek yemek adabı alışkanlığı pekiştirilir. Bu çizelge ile çocuğun oto kontrolünü sağlaması da amaçlanır.

**Ek-7: Ben Kendim Yapabilirim! Uygulamaları**

UYGULAMANIN ADI : Mik İle Rop Hikâyesi ve Bay Mikrop Parmak Oyunu

UYGULAMA TARİHİ : 15.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Dişini fırçalar.

Elini/yüzünü yıkar.

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

Dil Alanı:

Kazanım 7: Dinledikleri/izlediklerinin anlamını kavrar.

Göstergeleri: Sözel yönergeleri yerine getirir.

Dinledikleri/izlediklerini açıklar.

Dinledikleri/izledikleri hakkında yorum yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar “1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 yerine kon” tekerlemesi ile minderlerine otururlar. Çocuklarla yemeklerden önce ve sonra el temizliği, gece yatmadan diş fırçalamanın önemi hakkında sohbet edilir. Beden temizliğinin gerekliliği vurgulanır. “Eller yıkanmazsa, dişler fırçalanmazsa ne olur? “sorusuna çocuklar cevaplar verirler. Daha sonra “bay mikrop” parmak oyunu oynanır.

Mikrop bir gün merdivenleri tırmanmış tırmanmış (İki parmak kolun üzerinde hareket ettirilir)

Açık bir kapıdan içeri girmiş.

Tik tik tik (Kapı çalma hareketi yapılır)

Bir çocuk cevap vermiş

Kim o? (İki baş parmak birbiriyle konuşur)

Benim bay mikrop

Ne istiyorsun?

Seni hasta etmeye geldim

Yok, sen beni hasta edemezsin

Temiz bir çocuğum, iyi gıdalarla beslendim, aşılarımı da oldum sen beni hasta edemezsin.

İyi o zaman ben gidiyorum demiş bay mikrop

Çocuğun annesi sabunlu suyla yerleri siliyormuş.

Mikrobun ayağı kaymış

Yuvarlanmış, yuvarlanmış (İki elle yuvarlanma hareketi yapılır)

Merdivenlerden aşağı düşmüş.

Ardından “Mik İle Rop” adlı hikâye okunur. Hikâyede karakterlerin başından geçen olaylar anlatılır. Örneğin Rop dişlerini fırçalamayı sevmediği için bir süre sonra kötü kokular yaymaya başlamıştır. Mik yardımsever, iyi ve temizliğine dikkat eden bir karakterken Rop aksine temizlikten nefret eden, kötülük yapmaktan hoşlanan biridir.

UYGULAMANIN ADI : Ömer'in Hastalığı

UYGULAMA TARİHİ : 15.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

Başladığı işi zamanında bitirmek için çaba gösterir.

Dil Alanı:

Kazanım 7: Dinledikleri/izlediklerinin anlamını kavrar.

Göstergeleri: Sözel yönergeleri yerine getirir.

Dinledikleri/izlediklerini açıklar.

Dinledikleri/izledikleri hakkında yorum yapar.

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Çocuklarla diş temizliği el ve yüz temizliğine dikkat etmezsek, düzenli ve sağlıklı beslenmezsek, doktor kontrollerini ihmal edersek ve aşı olmaktan kaçınırsak ne gibi sorunlarla karşılaşacağımız üzerine sohbet edilir. Daha sonra dramatik oyun merkezine gidilerek kukla sahnesini önüne oturulur ve “Ömer'in Hastalığı” adlı hikâyeye kuklalarla anlatılır.

Ömer sık sık dişi ve karnı ağrıyan, ateşi yükselen bir çocuktur. Annesi ve babası bu duruma çok üzülüyorlardı. Ömer sebzeleri sevmez, yumurta, et yemez, süt içmezdi. Ama makarna, pilav, şeker ve tatlıları çok yedi.

Ömer bir gün yine hastalandı ve annesi ile birlikte doktora gittiler. Doktorun muayenehanesine geldiklerinde onları güler yüzle bir hemşire karşıladı. Sıraları gelip doktorun odasına girdiklerinde doktor;

-Hoş geldiniz, dedi.

-Hoş bulduk, diyen Ömer'in annesine doktor, "çocuğunuzun nesi var?" demesi üzerine o da durumu anlattı.

Doktor Ömer'i iyice muayene ettikten sonra, masasına oturarak ona reçete yazmaya başladı. Ayrıca aşılarını yaptırıp yaptırmadıklarını da sordu. Annesi, "Canının yanacağını zannedip aşılarını olmuyor," deyince doktor, bunun yanlış olduğunu, aşılarını olmazsa hastalıklardan korunamayacağını ona iyice anlattı.

Ömer giyinirken doktor da reçeteye ilaçları yazmıştı. Gitmeden önce doktor Ömer'e bundan sonra her türlü yiyecekten yeteri kadar yemesinin onun sık sık hasta olmasının engelleyeceğini söyledi.

Kapıdan çıkarırken Ömer; "Aşı olmaya gidelim anne," dedi.

Ömer aşı olmuş evlerine giderlerken, yolda arkadaşı Oya'yı gördü.

-Nerden geliyorsunuz? Diyen arkadaşı Oya'ya:

Ömer mutlu bir şekilde , "Aşı oldum oradan geliyoruz, annem ve doktor aşı olan çocukların hastalıklara kolay kolay yakalanmayacaklarını söylediler, sen daha aşı olmadın mı deyince,

-Bizde şimdi gidiyoruz, dedi Oya.

Ömer artık sık sık hastalanmayan sağlıklı bir çocuk olmuştu (<http://www.onceokuloncesi.com/oyku-masal-ve-hikâyeler/omer-hastaligi-beslenme-ve-asi-uzerine-21009.html>).

Hikâye canlandırılarak çalışmaya son verilir.

UYGULAMANIN ADI : Dişlerini Fırçala (Deney)

UYGULAMA TARİHİ : 14.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematik Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 1: Nesne/durum/olaya dikkatini verir.

Göstergeleri: Dikkat edilmesi gereken nesne/durum/olaya odaklanır.  
Dikkatini çeken nesne/durum/olaya yönelik sorular sorar.  
Dikkatini çeken nesne/durum/olayı ayrıntılarıyla açıklar.

Kazanım 17: Neden-sonuç ilişkisi kurar.

Göstergeleri: Bir olayın olası nedenlerini söyler.  
Bir olayın olası sonuçlarını söyler.

Kazanım 19: Problem durumlarına çözüm üretir.

Göstergeleri: Problemi söyler.  
Probleme çeşitli çözüm yolları önerir.  
Çözüm yollarından birini seçer.  
Seçtiği çözüm yolunun gerekçesini söyler.  
Seçtiği çözüm yolunu dener.  
Çözümüne ulaşamadığı zaman yeni bir çözüm yolu seçer.  
Probleme yaratıcı çözüm yolları önerir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Öğretmen sınıfa 2 yumurta, 1 su bardağı su, 1 su bardağı sirke getirir ve çocukların dikkatini bu malzemelere yönlendirir. Bu malzemelerin ne işe yarayacağı hakkında beyin fırtınası yaptırır. Daha sonra fen merkezine geçilir. Bardağın tekine gülen diş, diğerine üzgün diş çıkartması yapıştırılır. Gülen dişli bardak, dişlerini fırçalayan çocuğun ağızına, üzgün dişli bardak ise diş fırçalamayı sevmeyen çocuğun ağızına benzetilir. İlk bardağa diş macunu ile fırçalanmış yumurta ve su konur. Su kokusuz ve temizdir tıpkı dişini fırçalayan çocuğun ağızı gibidir. İkinci bardağa sirke ve yumurta konur, diş fırçalamayan çocuğun ağızı böyle pis kokar ve kötü görünmektedir. Bu deneyde yumurtalar dişlerimizi, su ve sirke tükürüğümüzü sembolize eder. Bardaklar fen merkezinde iki gün boyunca gözlenir. Gözlem süresi sonunda yumurtalar bardaktan alınır. Suyun içindeki macunlanan yumurta sağlam ve temiz görünümündedir, çünkü macun dişini korumuştur. Oysa sirkenin içinde duran ve macunlanmayan yumurtanın kabuğu aşırı yumuşamıştır. Böylece çocuklara diş fırçalamanın önemi yaşayarak anlatılmıştır.

UYGULAMANIN ADI : Kirli Eller (Deney) ve Yıka Elini Tekerlemesi

UYGULAMA TARİHİ : 15.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Mantık/Matematik Zekâsı ve Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Bilişsel Alan:

Kazanım 19: Problem durumlarına çözüm üretir.

Göstergeleri: Problemi söyler.

Probleme çeşitli çözüm yolları önerir.

Çözüm yollarından birini seçer.

Seçtiği çözüm yolunun gerekçesini söyler.

Seçtiği çözüm yolunu dener.

Çözümüne ulaşamadığı zaman yeni bir çözüm yolu seçer.

Probleme yaratıcı çözüm yolları önerir.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Elini/yüzünü yıkar.

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Çocuklara öncelikle el temizliğinin önemi anlatılır, elimizdeki mikropları göremediğimizden ancak mikropları mikroskop ile görebileceğimiz belirtilir. İlk olarak çocukların ellerine krem sürülür ve “şimdi sim dökeceğim bu döktüğüm sim göremediğimiz mikroplar olsun” denir. “Haydi, mikropları temizleyelim, ilk olarak kâğıt havlu ile temizleyelim” denir havlular dağıtılır ancak temizlenmez. Sıra ıslak mendil dağıtılır bununla da temizlenmez, “temizlenmeyecek su ile yıkayalım” denir ve sadece su ile yıkanır ancak yine simler temizlenmez. Çocuklara “ne ile mikropları temizleyeceğiz ?” diye sorulur. Çocuklara “sabun ile ellerimizi yıkayalım” denir ve yıkanır işte simler yani mikroplar temizlenir. Böylece su ve sabunun el temizliğindeki önemi kavranmış olur.

Yıkırım hep elimi,

Fırçalarım dişimi

Tırnağım hiç uzamaz

İçi asla kir dolmaz

Bakımlıdır kulaklar  
Temizdir hep ayaklar  
Pis sulara hiç basmam  
Böylece mikrop kapmam  
Bir gün dikkat etmesem  
Darılır kızar annem  
Hep tertemiz olurum  
Sağlık neşe bulurum

(<http://www.cocuksarkilari.org/yikarim-hep-elim-temiz-cocuk-cocuk-sarkisi.html>) tekerlemesi ile konu pekiştirilir.

Yemekten önce ve sonra, tuvalette çıkınca el yıkamanın gerekliliği tekrar vurgulanır.

UYGULAMANIN ADI : Dişini Fırçala

UYGULAMA TARİHİ : 12.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Dişini fırçalar.

Elini/yüzünü yıkar.

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.

Nesneleri kullanarak ritim çalışması yapar.

Vurmalı çalgıları kullanarak ritim çalışması yapar.

Basit dans adımlarını yapar.

Müzik ve ritim eşliğinde dans eder.

Müzik ve ritim eşliğinde çeşitli hareketleri ardı ardına yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla diş fırçalamanın önemi hakkında konuşulur. Günde en az iki kez diş fırçalamanın gerekliliği hatırlatılır. Daha sonra çocuklar ritim aletlerini alırlar ve şarkıya eşlik ederek şarkıyı öğrenirler.

Yemeğimi bitirince dişlerimi fırçalarım

Yatmaya gitmeden önce dişlerimi fırçalarım

Bembeyaz bütün dişlerim onlara iyi bakarım

Günde iki kez mutlaka dişlerimi fırçalarım

Bir sağa bir sola

Çalkala çalkala

Yukarıya aşağıya

Gargara gargara

Civil sen de fırçala

Tinky sen de fırçala

Kukuli sen de firçala

Minky sen de firçala

(<http://www.combeki.com/showthread.php?t=43598>)

UYGULAMANIN ADI : Pasaklı

UYGULAMA TARİHİ : 15.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 10: Sorumluluklarını yerine getirir.

Göstergeleri: Sorumluluk almaya istekli olduğunu gösterir.

Üstlendiği sorumluluğu yerine getirir.

Kazanım 13: Estetik değerleri korur.

Göstergeleri: Çevresinde gördüğü güzel ve rahatsız edici durumları söyler.

Çevresini farklı biçimlerde düzenler.

Çevredeki güzelliklere değer verir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar müzik merkezinde toplanırlar. “Pasaklı” şarkısı çocuklara dinletilir, şarkıyı söylemek isteyen çocuklara fırsat verilir.

Çamurlu ayakları	Kokusu da cabası
Uzamış tırnakları	Tam bir mikrop yuvası
Yıkamaz hiç yüzünü	Pasaklı pasaklı
Gözleri hep çapaklı	Pasaklısın Kukuli
Pasaklı pasaklı	Kirlettin her yeri
Pasaklısın Kukuli	Deli ettin Tinky’i
Kirlettin her yeri	Pasaklı pasaklı
Deli ettin Tinky’i	Pasaklısın Kukuli
Pasaklı pasaklı	Kirlettin her yeri
Pasaklısın Kukuli	Bak çıldırttın Tinky’i
Kirlettin her yeri	Temizlik güzeldir
Bak çıldırttın Tinky’i	Mutlu eder herkesi
Dağınktır masası	Pasaklı olup da
Hep kirlidir odası	Üzmeyin annenizi

(<http://cocuk.izlenio.com/video/3093/tinky-minky-kukuli-pasakli-kukuli-sarkisi/>)

UYGULAMANIN ADI : Yıka Yıka

UYGULAMA TARİHİ : 16.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Müzik/Ritm Zekâsı

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Dişini fırçalar.

Elini/yüzünü yıkar.

Tuvalet gereksinimine yönelik işleri yapar.

Dil Alanı:

Kazanım 6: Sözcük dağarcığını geliştirir.

Göstergeleri: Dinlediklerinde yeni olan sözcükleri fark eder ve sözcüklerin anlamlarını sorar.

Sözcükleri hatırlar ve sözcüklerin anlamını söyler.

Yeni öğrendiği sözcükleri anlamlarına uygun olarak kullanır.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla ellerin ne zaman yıkanması gerektiği hakkında sohbet edilir. Daha sonra “Yıka Yıka” adlı şarkı dinlenir, şarkı esnasında çocuklar serbest dans ederler.

Bak oynadık güzelce parklarda bahçelerde

Dışardan eve geldiğinde ellerin kirlendiyse

Kirlenmez mi?

O zaman yıka yıka yıka yıka yıka elini yüzünü yıka

Yapabilir miyim?

Yıka yıka yıka yıka yıka elini yüzünü yıka

Kayıyor ama

Sabunu al avucuna düşürmeye sonra ama

Çok dikkatli ol sen bak sakın üstüne basma

Bastım ama

Yıka yıka yıka yıka yıka elini yüzünü yıka

Olmuyor ama

Yıka yıka yıka yıka yıka yıka elini yüzünü yıka

Kayıyor ama

(<http://www.combeki.com/showthread.php?t=43681>)

UYGULAMANIN ADI : Mutlu ve Mutsuz Dişler

UYGULAMA TARİHİ : 14.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ ve Sosyal/Kişilerarası Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Dişini fırçalar.

Elini/yüzünü yıkar.

Motor Alanı:

Kazanım 4: Küçük kas kullanımı gerektiren hareketleri yapar.

Göstergeleri: Nesnelere yeni şekiller oluşturacak biçimde bir araya getirir.

Malzemeleri keser.

Malzemeleri yapıştırır.

Malzemelere araç kullanarak şekil verir.

Kalemi doğru tutar.

Kalem kontrolünü sağlar.

Çizgileri istenilen nitelikte çizer.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 10: Sorumluluklarını yerine getirir.

Göstergeleri: Sorumluluk almaya istekli olduğunu gösterir.

Üstlendiği sorumluluğu yerine getirir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklar makas ve yapıştırıcılarını alarak etkinlik masalarına oturlar. Daha sonra evlerinden getirdikleri yiyecek içecek resimleri incelenir. Her resimde vücudumuz için faydalı mı zararlı mı? Sorusuna cevaplar aranır. Daha sonra mutlu diş ve mutsuz diş incelenir, neden böyle bir yüz ifadesine sahip oldukları hakkında çocukların fikirleri alınır. Ardından faydalı yiyecekler mutlu diş, faydasız yiyecekler ise mutsuz diş yapıştırılır. Dişler çocukların görebileceği bir alanda sergilenir.

UYGULAMANIN ADI : Elif Diş Fırçalamayı Öğreniyor (Video)

UYGULAMA TARİHİ : 12.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sözel/Dilsel Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Dişini fırçalar.

Elini/yüzünü yıkar.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: “Mutlu ve mutsuz dişler” etkinliğinin ardından çocuklar minderlerine otururlar. Elif’in diş fırçalamayı öğrenme maceralarını anlatan çizgi filmi izlerler. (<https://www.youtube.com/watch?v=yOv-ZbS14w8>)

UYGULAMANIN ADI : Bay Mikrop (Sanat Etkinliği)

UYGULAMA TARİHİ : 13.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz Bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Elini/yüzünü yıkar.

Dil Alanı:

Kazanım 7: Dinledikleri/izlediklerinin anlamını kavrar.

Göstergeleri: Sözel yönergeleri yerine getirir.

Dinledikleri/izlediklerini açıklar.

Dinledikleri/izledikleri hakkında yorum yapar.

Kazanım 8: Dinledikleri/izlediklerini çeşitli yollarla ifade eder.

Göstergeleri: Dinledikleri/izlediklerini resim yoluyla sergiler.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla daha önce anlatılan mikroplar hakkında konuşulur. Mikroplardan korunmak için ellerimizi düzenli olarak özellikle de yemekten önce ve sonra bol su ve sabunla yıkamamız gerektiği hatırlatılır. Meyve ve sebzelerin yenmeden önce bol suda yıkanması gerektiği anlatılır. Çocuklar makas ve yapıştırıcılarını alarak sanat merkezindeki etkinlik masalarına otururlar. Ardından “bay mikrop” adlı kâğıt çalışması kesme- yapıştırma yöntemi ile tamamlanır. Bay mikroplar olabildiğince çirkin görünümde hazırlanır.

UYGULAMANIN ADI : Kurt Baba

UYGULAMA TARİHİ : 13.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Bedensel/Kinestetik Zekâ ve Sosyal/Kişiler Arası Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal-Duygusal Alan:

Kazanım 15: Kendisine güvenir.

Göstergeleri: Kendine ait beğendiği ve beğenmediği özelliklerini söyler.

Grup önünde kendini ifade eder.

Gerektiğinde liderliği üstlenir.

Dil Alanı:

Kazanım 2: Sesini uygun kullanır.

Göstergeleri: Konuşurken/şarkı söylerken nefesini doğru kullanır.

Konuşurken/şarkı söylerken sesinin tonunu, hızını ve şiddetini ayarlar.

Kazanım 5: Dili iletişim amacıyla kullanır.

Göstergeleri: Konuşma sırasında göz teması kurar.

Jest ve mimikleri anlar. Konuşurken jest ve mimiklerini kullanır.

Konuşmayı başlatır.

Konuşmayı sürdürür.

Motor Alanı:

Kazanım 1: Yer değiştirme hareketleri yapar.

Göstergeleri: Isınma ve soğuma hareketlerini bir rehber eşliğinde yapar.

Yönergeler doğrultusunda yürür.

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini, nesnelere ve vurmaları kullanarak ritim çalışması yapar.

Basit dans adımlarını yapar.

Müzik ve ritim eşliğinde dans eder.

Müzik ve ritim eşliğinde çeşitli hareketleri ardı ardına yapar.

**ÖĞRENME SÜRECİ:** Öğretmen çocuklara Kurt Baba oyununu anlatır. Çocuklar halka olurlar. Sayışma ile seçilen bir çocuk Kurt Baba olur. Kurt halkanın ortasına geçer. Diğer çocuklar Kurt Baba şarkısını söyleyerek kurdun etrafında dönerler.

Ormanda gezer iken

Kurt Babaya rastlar iken

Kurt Baba kurt Baba ne yapıyorsun?

“Kurt Baba Kurt Baba ne yapıyorsun?” sorusunu sorduklarında; öğretmen çocuklardan temizlikle ilgili bir hareket yapmalarını ister (Diş fırçalama, el yıkama vb.).

Kurt Baba “Yemek yiyorum” dediğinde bütün çocuklar kaçıtır. Kurt Baba tüm çocukları yakalamaya çalışır. En sona kalıp yakalanmayan çocuk ebe olur. Oyun bu şekilde devam eder.

Oyun sonunda öğretmen, çocuklara oyuna katıldıkları için teşekkür eder.

UYGULAMANIN ADI : Pandomim

UYGULAMA TARİHİ : 12.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Bedensel/Kinestetik Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Motor Alanı:

Kazanım 5: Müzik ve ritim eşliğinde hareket eder.

Göstergeleri: Bedenini kullanarak ritim çalışması yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Öğretmen çocuklara hiç konuşmadan bazı hareketler yapacağını, bu hareketleri bilenlerin öğretmenin yerine geçip oyunu devam ettireceklerini açıklar. Öğretmen oyuna başlar. Dişini fırçalama, ellerini yıkama, yemeğini bitirme, suyu oturarak içme gibi örneklerle oyun zenginleştirilir.

UYGULAMANIN ADI : Misafirimiz, Diş Hekimimiz

UYGULAMA TARİHİ : 12.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Doğacı Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 16: Toplumsal yaşamda bireylerin farklı rol ve görevleri olduğunu açıklar.

Göstergeleri: Toplumda farklı rol ve görevlere sahip kişiler olduğunu söyler.

Aynı kişinin farklı rol ve görevleri olduğunu söyler.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 6: Günlük yaşam becerileri için gerekli araç ve gereçleri kullanır.

Göstergeleri: Beslenme sırasında uygun araç ve gereçleri kullanır.

Beden temizliğiyle ilgili malzemeleri kullanır.

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara okula bir misafir geleceğinden bahsedilir. Misafirin özelliklerinden bahsedilir; beyaz önlük giydiği, dişlerimizi muayene ettiği, kullandığı aletleri anlatılır. Çocukların misafirin kim olduğunu tahmin etmelerine fırsat verilir. Daha sonra misafir sınıfa davet edilerek çocuklarla sohbet etmesi sağlanır. Diş hekimi, çocuklara diş sağlığı taraması yapar.

UYGULAMANIN ADI : Bakımlı Çocuk

UYGULAMA TARİHİ : 16.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : Sosyal-Kişilerarası Zekâ ve İçsel/Özedönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 7: Bir işi ya da görevi başarmak için kendini güdüler.

Göstergeleri: Yetişkin yönlendirmesi olmadan bir işe başlar.

Başladığı işi zamanında bitirmek için çaba gösterir.

Kazanım 15: Kendine güvenir.

Göstergeleri: Grup önünde kendini ifade eder.

Gerektiği durumlarda farklı görüşlerini söyler.

Gerektiğinde liderliği üstlenir.

ÖĞRENME SÜRECİ: Yemekten önce ve sonra elini yıkayan, yemeğini düzenli yiyen, dişlerini fırçalayan çocuk her gün sıra başına geçirilerek ödüllendirilir. Böylece tüm çocuklar Öz bakım Becerilerini kendileri uyarılmadan yapılmaları konusunda güdülenmiş olurlar.

UYGULAMANIN ADI : Dişlerim Parlasın

UYGULAMA TARİHİ : 12.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Sosyal- Duygusal Alan:

Kazanım 10: Sorumluluklarını yerine getirir.

Göstergeleri: Sorumluluk almaya istekli olduğunu gösterir.

Üstlendiği sorumluluğu yerine getirir.

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 1: Bedeniyle ilgili temizlik kurallarını uygular.

Göstergeleri: Dişini fırçalar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklara diş fırçalamanın önemi her fırsatta hatırlatılır, her gün güne başlama zamanında gece yatmadan kimlerin dişlerini fırçaladığı sorulur. Ailelere bilgilendirici yazılar gönderilir. Haftalık diş fırçalama tablosu çocukla eve gönderilir böylece diş fırçalama davranışının devamı sağlanır. Tabloyu tamamlayan çocuklar diş fırçası ile ödüllendirilir.

UYGULAMANIN ADI : Meyve Yemeli Ama Önce

UYGULAMA TARİHİ : 13.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla besin hijyeni ve temizliğinin ne denli önemli olduğu konusunda sohbet edilir. Ardından “meyve yemeli ama önce” yönergeli çalışma yapılır. Ayrıca çocuklara besin araçlarının temizliğinden de bahsedilir.

(<http://timasokul.com/wp-content/uploads/2014/01/072-meyve-yemeli-ama-önceee.pdf>)

UYGULAMANIN ADI : Kirli ve Temiz Besinler

UYGULAMA TARİHİ : 16.05.2016

ZEKÂ ALANLARI : İçsel/Öze Dönük Zekâ ve Görsel/Uzamsal Zekâ

KAZANIM VE GÖSTERGELER:

Öz bakım Becerileri:

Kazanım 8: Sağlığı ile ilgili önlemler alır.

Göstergeleri: Sağlığını korumak için yapması gerekenleri söyler.

Sağlığına dikkat etmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları açıklar.

Sağlığını korumak için gerekenleri yapar.

ÖĞRENME SÜRECİ: Çocuklarla besin hijyeni ve temizliğinin ne denli önemli olduğu bir kez daha hatırlatılır. Evlerinde de sağlık bilgisi avcıları olmaları istenir. Böylece büyüklerinin de besinleri temiz tüketmelerini, meyve ve sebzeleri güzelce yıkamalarını sağlamış olacaklardır. Ardından “kirli ve temiz besinler” yönergeli çalışma yapılır.

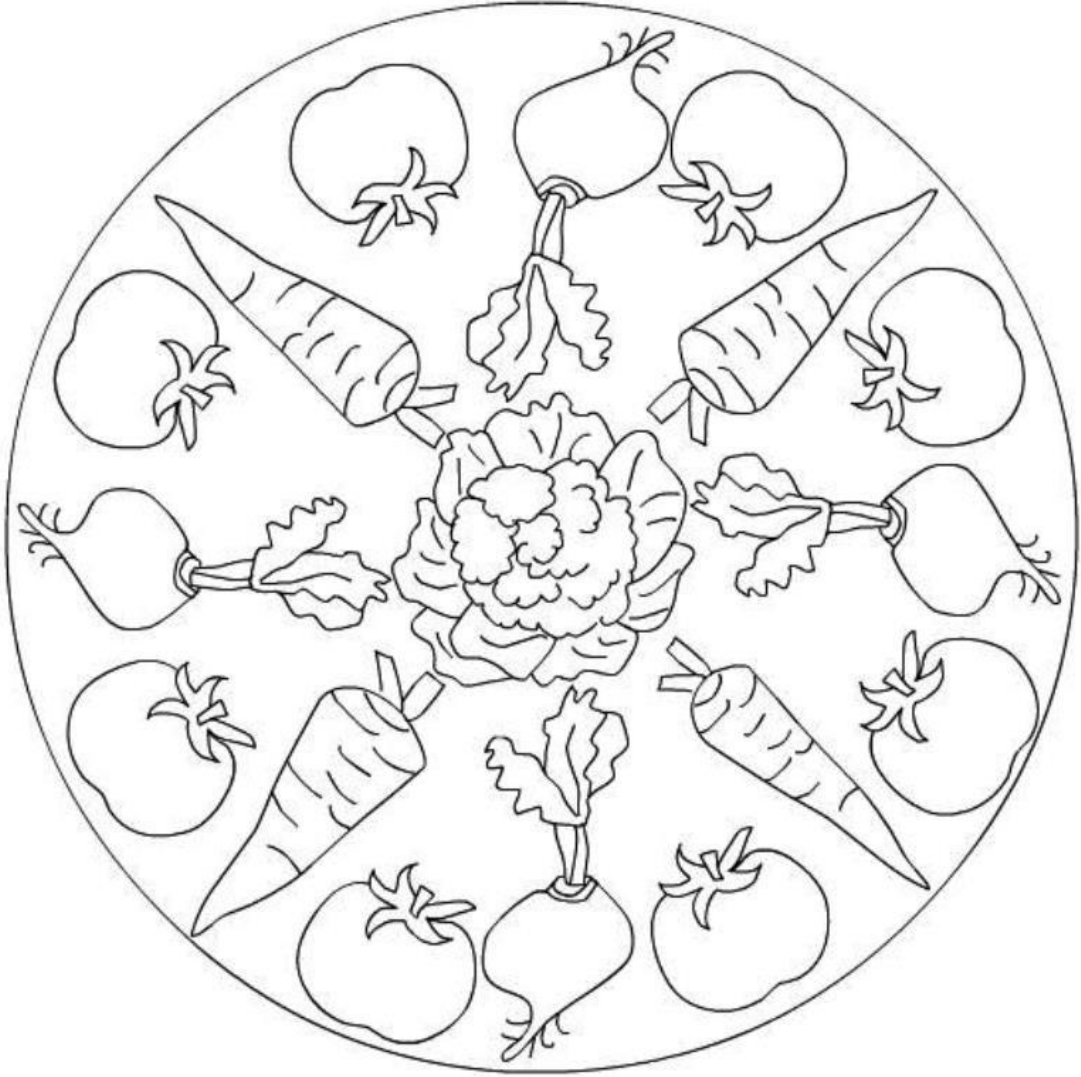
Bu etkinliklerin dışında ayrıca gün sonunda günün konusuna uygun hazırlanmış çalışma kâğıtları zaman zaman evlere gönderilir. Çocukların bu sayfaları yaparak konuyu pekiştirmeleri sağlanır.

**Ek-8: Fotoğraflar****ETKİNLİK FOTOĞRAFLARI**  
Akşam Yemeğinde Tabakım

Yemek Masası



## Sebzelerle İlgili Mandala



Anneme Bileklik



Anneme Bileklik 2



## Bereket Kaşıkları



## Mutlu ve Mutsuz Dişler



## Mutlu ve Mutsuz Dişler 2



## Resimlerin Sırası Karışmış

**Resimlerin Sırası Karışmış**

İşte bir fırıncı ekme yapıyor. Un, su ve ekme mayasıyla ekme hamuru hazırlıyor. Hamuru bir süre beklettikten sonra ekme kleri pişiriyor. Ekme mayası hamurun kabarmasını sağlıyor.

Birinci resimde fırıncıyı ekme hamuru yoğururken görüyorsun. Ama diğer resimlerin sırası karışmış. Resimlerin sırasını bulup yanlarına numaralarını yazabilin misin?

İkinci resimde fırıncı, hamurdan parçalar alarak bunlara yuvarlak şekil veriyor. Üçüncü resimde yuvarlak ekme hamurlarını fırına koyuyor.

Dördüncü resimde fırındaki hamurlar daha da kabarıp pişiyor.

Beşinci resimde fırıncı, pişmiş ekme kleri fırından çıkarıyor.

Altıncı resimde de ekme kleri raflara dizmiş, satışa sunuyor.

1

## Resimlerin Sırası Karışmış 2



## Bay Mikrop



## Çalışma Kâğıdı 1



## Çalışma Kâğıdı 2



Yiyecekleri daire (O) içine alalım, bayat yiyeceklere çarpı (X) koyalım.

- ★ Yiyecekleri neden tazeyken tüketmeliyiz? Düşünelim ve söyleyelim.
- ★ Bayat yiyecekler yersek neler olabilir? Düşünelim ve söyleyelim.

## Çalışma Kâğıdı 3

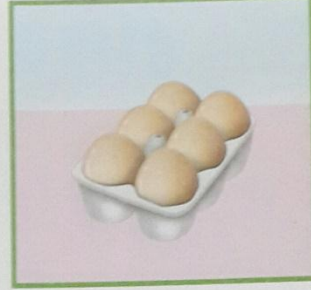
★ Dengeli ve sağlıklı beslenmek için sabah kahvaltısında neler yemeliyiz?  
Kahvaltıda yenen yiyecekleri daire (O) içine alalım.



★ Akşam yemeğinde yemek için çatalın ve bıçağın arasına bir tabak çizelim. Tabanın içine sağlıklı bir yemek resmi yapalım.



## Çalışma Kâğıdı 4



Resimlerde en taze yumurtanın olduğu resmin altındaki yıldızı boyayalım.  
En taze olduğunu anlatalım.




Ar ve Çınar, bahçelerinde tavuk besledikleri için daha taze yumurta yiyorlar.  
Siz de yumurta yemeyi seviyor musun?  
Alışverişimizi satın alırken son kullanma tarihine dikkat etmemiz gerekir.  
Geçmiş kullanımlı besinler, sağlığımızı bozar.




## Çalışma Kâğıdı 5


**SABAH**



**ÖĞLEN**



**AKŞAM**



Sabah kahvaltısında, öğlen ve akşam yemeklerinde yemek istediğimiz uygun besinleri, daire (O) içine alarak menümüzü oluşturalım.

## Çalışma Kâğıdı 6

Yukarıdaki resimleri inceleyelim.

Ali, sağlıklı olabilmek için neler yapıyor?

Siz sağlıklı olabilmek için bunlardan hangilerini yapıyorsunuz? Resimlerin altlarındaki dairelere gülen yüz çizelim.

35

## Çalışma Kâğıdı 7

★ Sayfada gördüğümüz tüm yiyecekleri inceleyelim, isimlerini söyleyelim.

★ Hangi yiyecekler kirli, isimlerini söyleyelim ve üzerine çarpı (X) işareti çizelim.

★ Hangi yiyecekler temiz, isimlerini söyleyelim ve daire (O) içine alalım. Meyve ve sebzeleri neden yıkayarak yemeliyiz, söyleyelim.

## Çalışma Kâğıdı 8

ÖBB Amaç 3: Doğru beslenmenin önemini fark edebilme  
Kazanım 3: Yiyecekleri yerken sağlık ve görgü kurallarına özen gösterir.

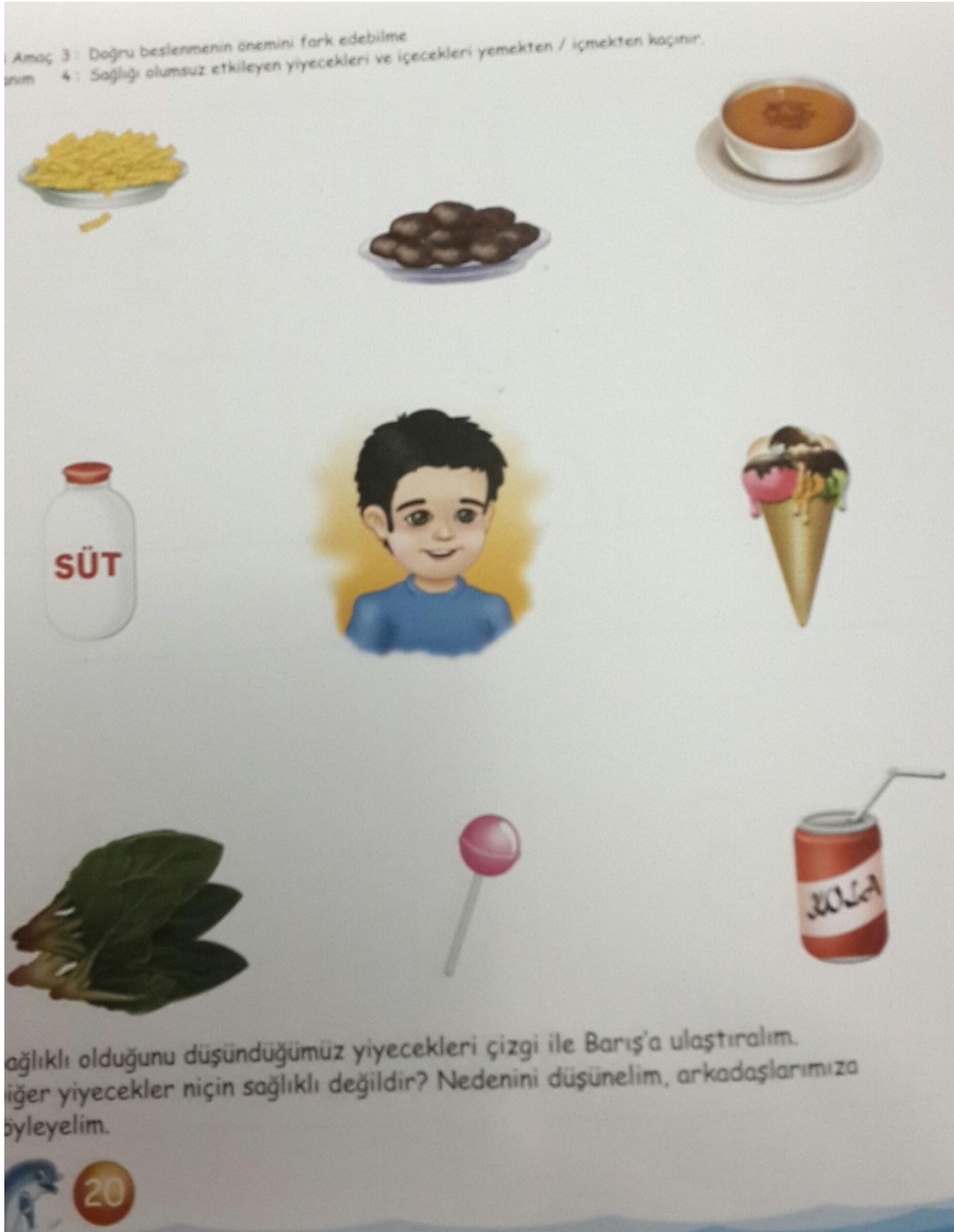


Begüm akşam yemeği yiyecek. Begüm'ün önce yemesi gereken yiyeceği daire (○) ile, en son yemesi gereken yiyeceği üçgen (Δ) ile işaretleyelim.

16

## Çalışma Kâğıdı 9

Amaç 3: Doğru beslenmenin önemini fark edebilme  
 Anım 4: Sağlığı olumsuz etkileyen yiyecekleri ve içecekleri yemekten / içmekten kaçınır.



sağlıklı olduğunu düşündüğümüz yiyecekleri çizgi ile Barış'a ulaştıralım.  
 Diğer yiyecekler niçin sağlıklı değildir? Nedenini düşünelim, arkadaşlarımıza söyleyelim.

20

## Çalışma Kâğıdı 10

Doğru beslenmenin önemini fark edebilme  
Öğün zamanlarında ve süresinde yemeye özen gösterir.



## Çalışma Kâğıdı 11

Sence abur cubur yemek ne demektir?

.....

.....

.....

Pınar ve Çınar, ailesiyle birlikte akşam yemeğindeler.  
Dengeli ve sağlıklı beslenmek için yemek aralarında abur cubur yememelisiniz.  
Sofradaki boş tabaklara yemek, boş bardaklara ise içecek çizerek dolduralım.

8

## Çalışma Kâğıdı 12

### Şekilleri Bul

Bu İpek'in tabağı. İçinde kare, üçgen, dikdörtgen ve daire şeklinde makarnalar var. Ama her birinden kaçar tane var acaba? Haydi kaç üçgen makarna olduğunu saymakla işe başla. Sonra tabloda üçgenin karşısındaki kutulardan bulduğun sayı kadarını karala. Sonra da aynı şeyi diğer makarnalar için yap.

Zuhal Özer  
Çizim: Göksu Karaca

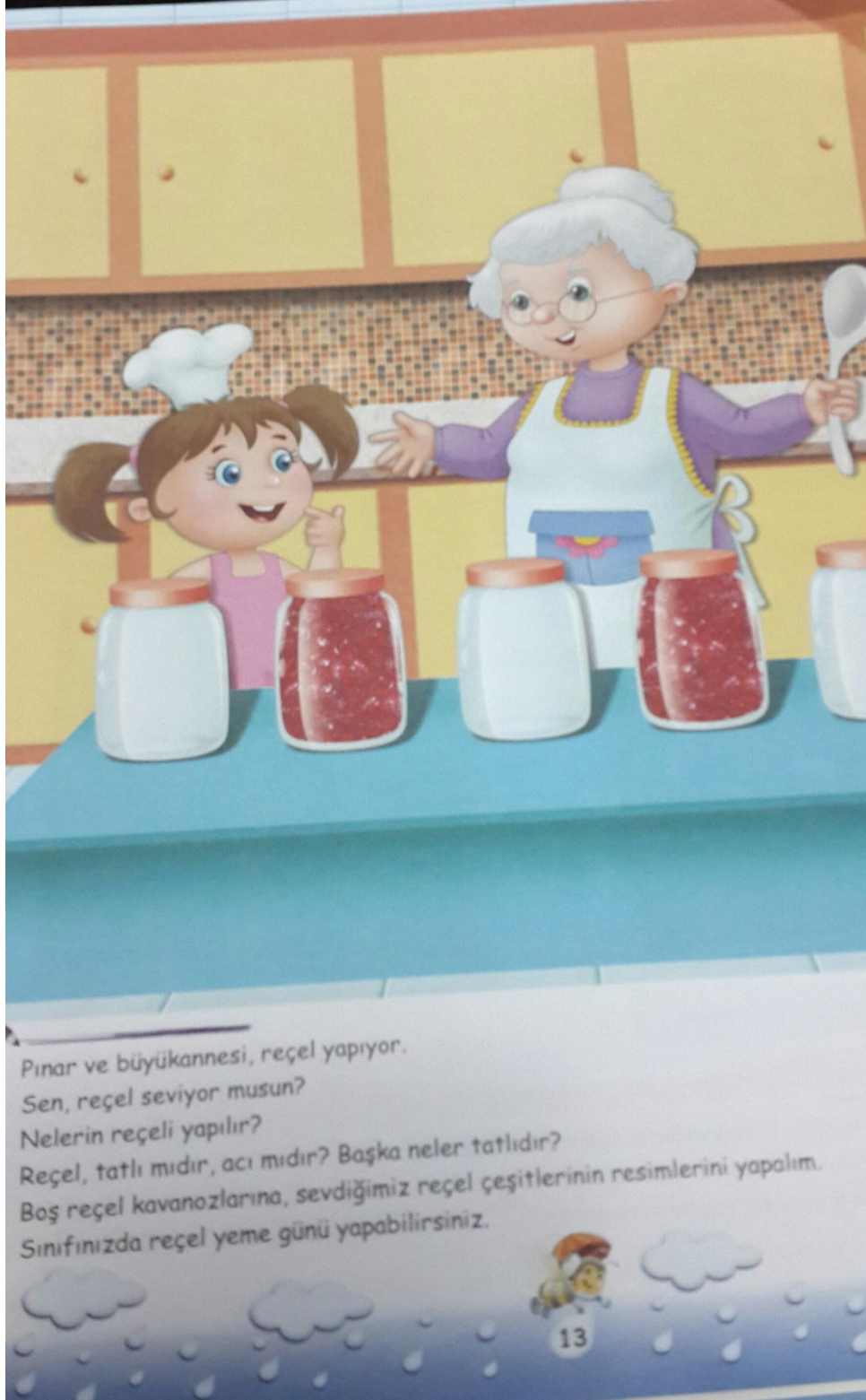
## Çalışma Kâğıdı 13



• Oya ve Ali Türk yemeklerini tanımak istiyor.  
• Resimde bizim kültürümüze ait yemekleri, bulalım ve daire içine alalım.

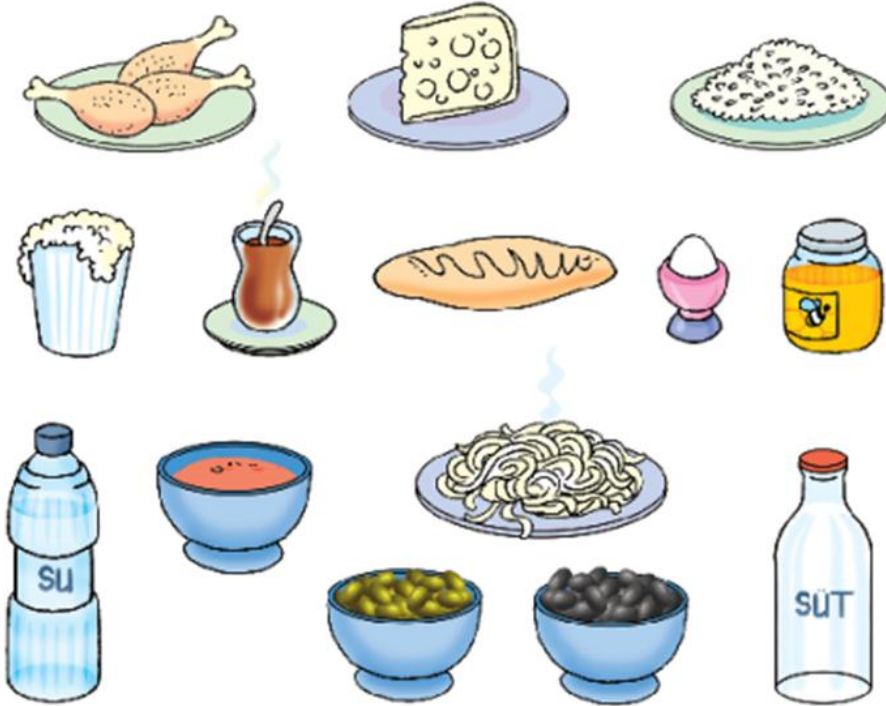
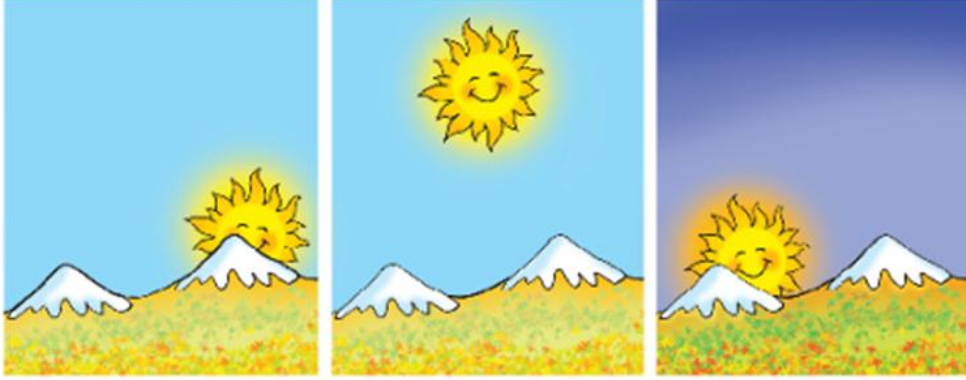
32

## Çalışma Kâğıdı 14



## Çalışma Kâğıdı 15

## ZAMANINDA BESLENELİM



Yukarıdaki yiyecek ve içeceklerin, günün hangi bölümlerinde yenebileceğini düşün ve uygun zaman görseline çizerek götür. Bazılarının her öğün yenilip içilebileceğini unutma.

## Çalışma Kâğıdı 16

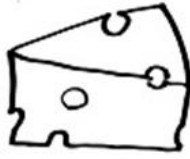
Sağlıklı besinleri bul ve daire içine al,sağlıksız besinleri kırmızı renge boy.

## Çalışma Kâğıdı 17

Aşağıdakilerden hangileri sağlıklı besindir bul ve boy.



Aşağıdakilerden hangilerini çok yersek dişlerimiz çürür, bul ve daire içine al.



Aşağıdakilerden hangileri sağlıklı besindir bul ve boy.



Aşağıdakilerden hangileri sağlıklı besinlerdir bul ve daire içine al.

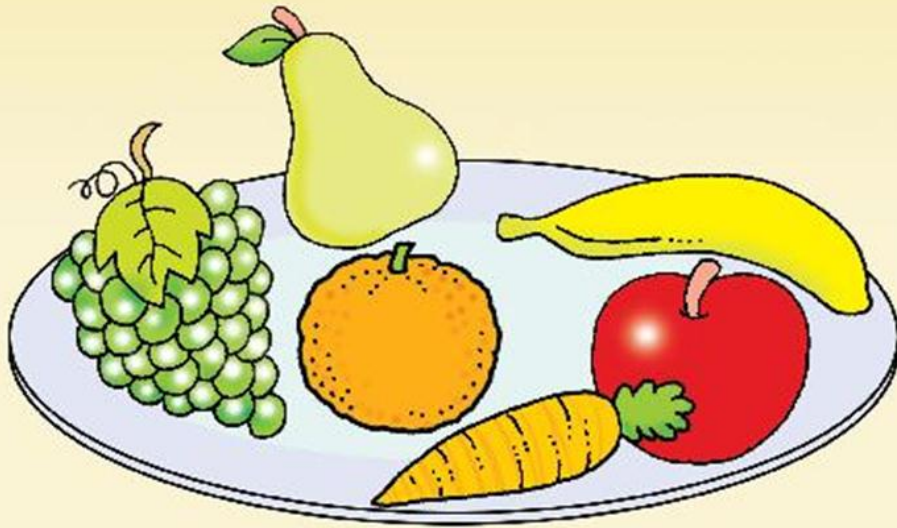


Aşağıdakilerden sağlıklı besinleri boy, sağlıklı besinlere çarpı işareti koy.



## Çalışma Kâğıdı 18

## SEBZE VE MEYVELERİ SEVİYORUM



Sence çocuk hangi meyveleri seviyor?  
Sen, bu meyveleri neden ayırım yapmadan yemelisin? Anlat.

## Çalışma Kâğıdı 19

## MEYVE YEMELİ AMA ÖNCEEE...



Görseldeki çocuklar ne yapıyor?  
Çocuk üzümü neden yıkıyor olabilir?



## Çalışma Kâğıdı 20

GÖRGÜLÜYÜM, SAĞLIKLIYIM

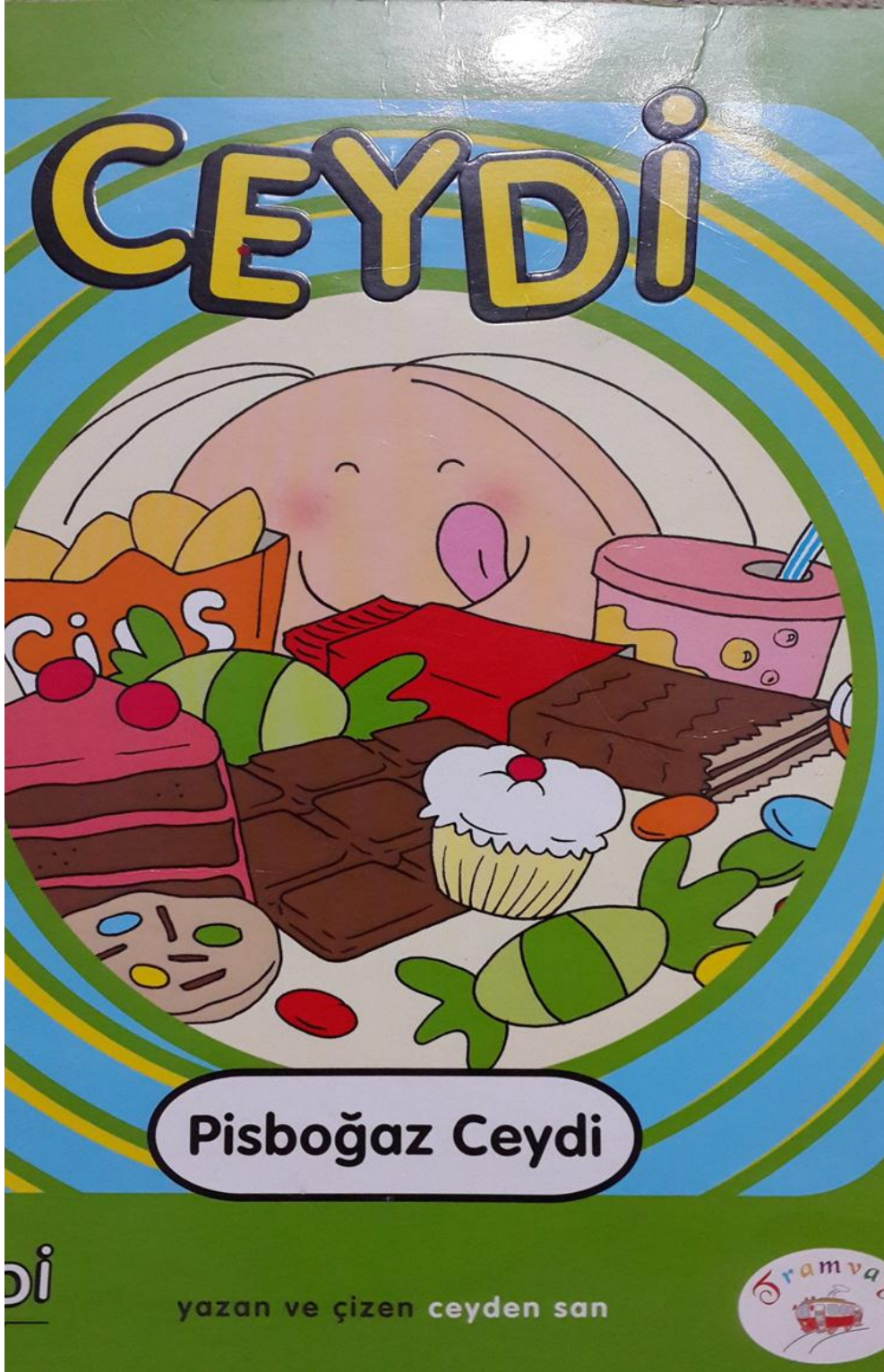


Görseli boya, anlat. Bu çocuk sağlıklı mıdır? Bunu nasıl anladın?

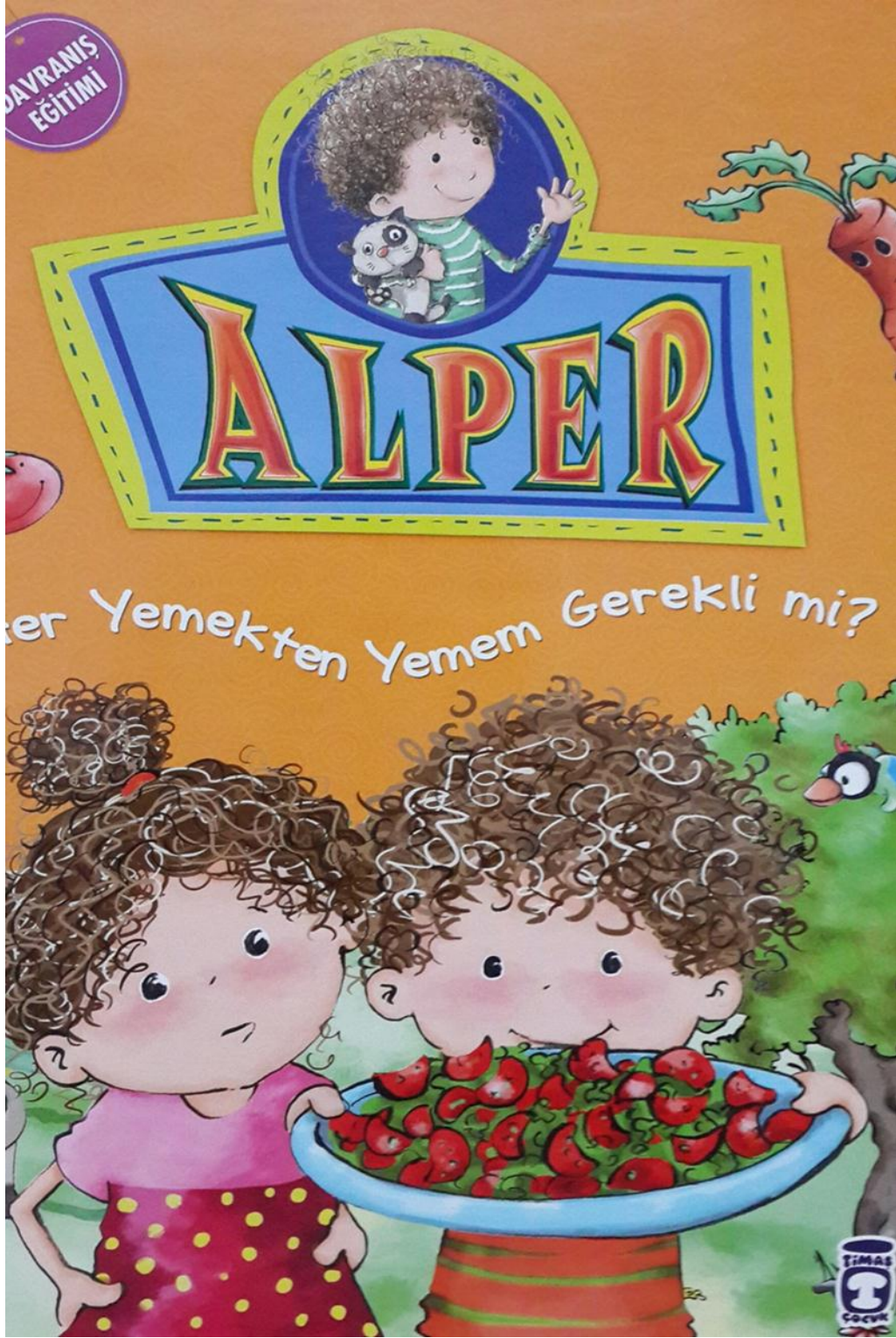
## Hikâyeler 1



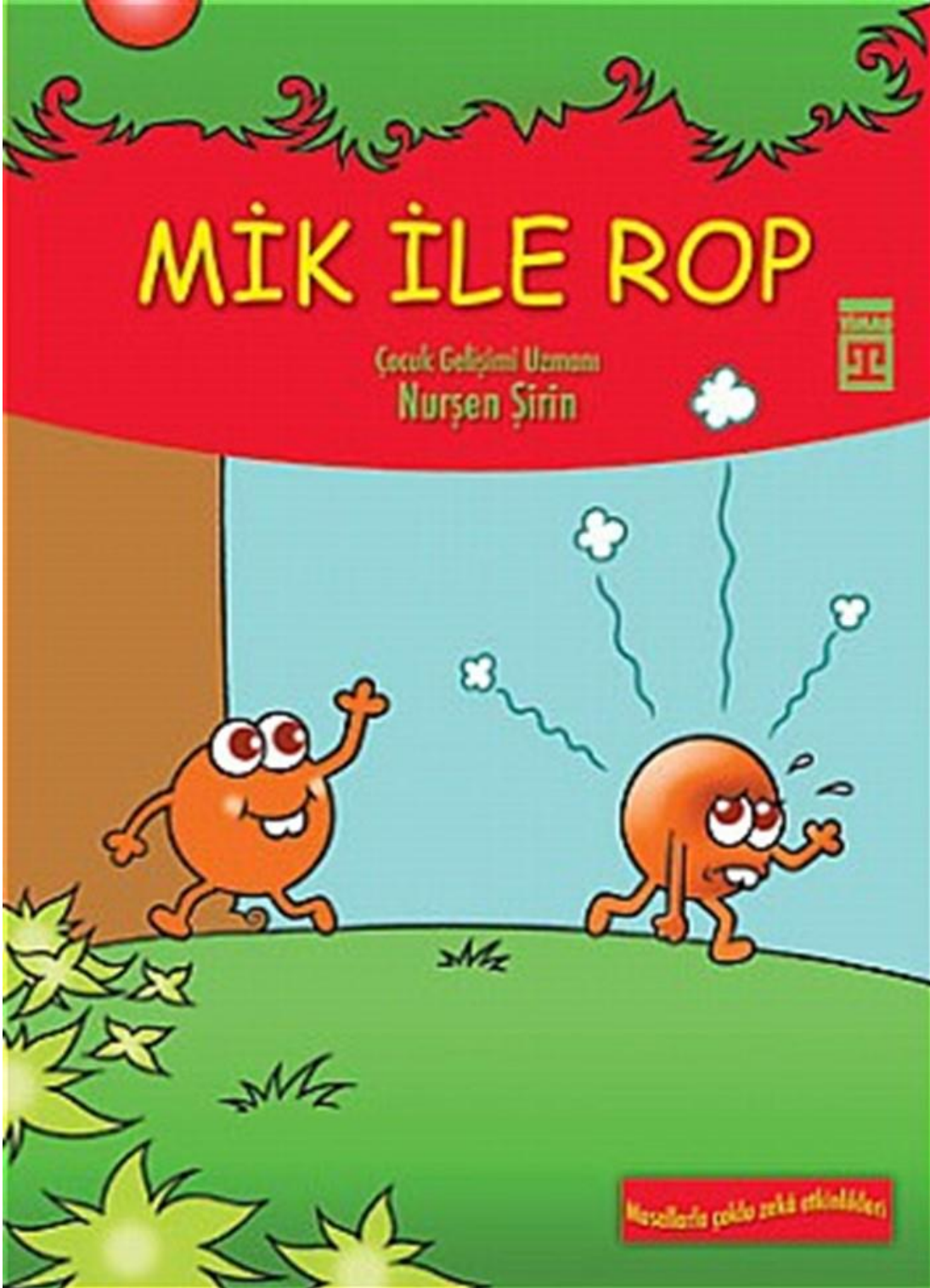
## Hikâyeler 2



## Hikâyeler 3



## Hikâyeler 4



## GRUP ÇALIŞMALARI FOTOĞRAFLARI

## Benim Arkadaşlarım Görgülü



Yıldız Çocuk 1



## Yıldız Çocuk 2



## Besin Grupları Oyunu



Kurt Baba Oyunu



Tombul Turp Oyunu



## Zamanında Beslenelim Oyunu 1



## Zamanında Beslenelim Oyunu 2



## Meyve Sepeti Oyunu



## Minik Tohumlar 1



Minik Tohumlar 2



Meyve Sebze Atıklarını Atmıyorum, Kompost Gübre Yapıyorum 1



Meyve Sebze Atıklarını Atmıyorum, Kompost Gübre Yapıyorum 2



## Sevgi Kurabiyeleri 1



## Sevgi Kurabiyeleri 2



### Meyveler mi Sebzeler mi?



### Market Gezisi 1



## Market Gezisi 2



## En Sevdiğim Meyveyi Alıyorum 2



## En Sevdiğim Meyveleri Aldım



### Meyveleri Yiyoruz



### Dişlerini Fırçala



## Dişlerini Fırçala 2



## Misafirimiz, Diş Hekimimiz 1



### Misafirimiz, Diş Hekimimiz 2



## Dişlerim Parlasın



## Dişlerini Fırçala Deneyi



### Kola Zararlı mı Deneyi 1



### Kola Zararlı mı Deneyi 2



Taze Bayat Deneyi 1



Taze Bayat Deneyi 2



### Kirli Eller Deneyi



### Tatlar Deneyi



Yıka Yıka



AİLE KATILIMI FOTOĞRAFLARI  
Diş Fırçalama Tablosu

**DIŞ FIRÇALAMA TABLOSU**



	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
GÜNDÜZ							
GECE							

## Tabağımı Seviyorum 1



## Tabağımı Seviyorum 2



## Tabağımı Seviyorum 3



Tabağımı Seviyorum 4



Tabağımı Seviyorum 5



## Tabağımı Seviyorum 6





**T. C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü**

**ÖZGEÇMİŞ**

Adı Soyadı:	Fatma Zehra EROL	İmza:	
Doğum Yeri:	Konya		
Doğum Tarihi:	10.07.1984		
Medeni Durumu:	Evli		

**Öğrenim Durumu**

Derece	Okulun Adı	Program	Yer	Yıl
İlköğretim	Hürriyet İlkokulu		Konya	1995
Ortaöğretim	Mahmut Sami Ramazanoğlu Anadolu İmam Hatip Lisesi		Konya	1999
Lise	Açık öğretim Lisesi	Mesleki Açık Öğretim Programı- Çocuk Gelişimi	Konya	2004
Lisans	Selçuk Üniversitesi	Okul Öncesi Öğretmenliği	Konya	2008
Yüksek Lisans	Necmettin Erbakan Üniversitesi	Okul Öncesi Öğretmenliği	Konya	2017
Becerileri:	Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, Etkin Aile Katılım Çalışmaları			
İlgi Alanları:	Çocuk Gelişimi, Anne Baba Eğitimi			
İş Deneyimi:	- Konya/Karatay Hacı Yusuf Mescit İlkokulu, Anasınıfı Öğretmenliği (1 Yıl) - Konya/Karatay Fevzi Çakmak Anaokulu (8 Yıl)			
Aldığı Ödüller:	Teşekkür Belgeleri, Takdir Belgesi, Başarı Belgesi			
Hakkımda bilgi almak için önerebileceğim şahıslar:				
Tel:				
Adres	e-posta: fzerol42@gmail.com			

