

Osman KUSAN¹

H. Erdem
MUMCU²

Abdulkerim
ÇEVİKER³

Ömer ZAMBAK⁴

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİ VE DİĞER BRANŞ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI BESLENMEYE İLİŞKİN TUTUMLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ (KÜTAHYA İLİ ÖRNEĞİ)

Öz

Bu çalışmanın amacı Kütahya ili merkezinde görevli olarak çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve farklı branşlardan öğretmenlerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını incelemektir. Nicel araştırma yöntemi ile hazırlanan çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubu 148'i erkek 146'sı ise kadın, 129 beden eğitimi öğretmeni ve 165 diğer branş öğretmenleri olmak üzere toplam 294 kişi oluşturmuştur. Araştırmanın verileri 21 maddeden oluşan sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği ile toplanmıştır. Bir öğretmen tarafından yaklaşık 5 dakikada doldurulduğu araştırmacı tarafından gözlenmiştir. Yapılan analiz ve literatür taraması sonucunda beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı beslenme tutumlarının diğer branş öğretmenlerine göre yüksek olduğu, kadın ve erkek öğretmenlerin genel olarak benzer tutumlar sergilediği, öğretmenlerde yaş ilerledikçe de beslenme tutumlarının pozitif yönde iyileştiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi; Öğretmen, Beslenme; Sağlıklı Beslenme, Kötü Beslenme

ANALYSIS OF THE ATTITUDE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND OTHER BRANCH TEACHERS TO HEALTHY NUTRITION ACCORDING TO SOME VARIABLES (CASE OF KÜTAHYA)

Abstract

The aim of this study is to examine the attitudes of physical education and sports teachers and other branch teachers working in the city center of Kütahya towards healthy nutrition. Survey model was used in the study prepared with quantitative research method. The research group of the study consisted of a total of 294 people, 148 of whom were men, 146 of whom were women, 129 physical education teachers and 165 other branch teachers. The data of the study were collected using an attitude towards healthy nutrition scale consisting of 21 items. It was observed by the researcher that it was filled in approximately 5 minutes by a teacher. As a result of the analysis and literature review, physical education teachers' healthy nutrition attitudes are found to be higher than other branch teachers, female and male teachers generally exhibit similar attitudes. It was concluded that the nutritional attitudes of teachers improved positively as the age gets older

Keywords: Physical Education; Teacher; Nutrition; Healthy Nutrition; Malnutrition

¹Dr. Öğr. Üyesi, Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü, Sorumlu Yazar, E- posta; osmankusan@hotmail.com.

²Dr.Öğr. Üyesi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü, E-posta; hasanerdem.mumcu@gop.edu.tr

³Dr. Öğr. Üyesi, Çorum Hitit Üniversitesi Spor Fakültesi Bilimleri Rekreasyon Bölümü, E-posta; kerimceviker@gmail.com

⁴Dr. Öğr. Üyesi, Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü, E-posta; omerzambak@gumushane.edu.tr

Makale Gönderim Tarihi:15.08.2020

Makale Kabul Tarihi:20.08.2020

GİRİŞ

Hayatın her aşamasında sağlığın altyapısını oluşturan beslenme; gelişme, büyüme, sağlıklı, güçlü bir şekilde yaşamak amacıyla ihtiyacımız için gerekli besin, enerji unsurlarının hepsini yeterli ölçüde temin edecek besinleri, besleyici bileşenlerini kaybetmeden, sağlığı tehdit eder hale getirmeksizin en üst kazançlı biçimde tüketmek ve vücutta özümsemektir (Yücecan, 1999). Beslenme sürecin de hedef; kişinin, yaş, cinsiyet, iş ve kişisel durumuna karşın gereksinim duyduğu türleri, enerjiyi çok çeşitli birçok besin unsurlarının hepsini yeter düzeyde ve yeterli ölçülerde temin etmektir (Baysal, 1996). Beslenme alışkanlığı ve yiyecek seçimlerinin ortaya çıkmasında çeşitli faktörler rol oynar. Toplumların, kişilerin yiyecek tüketim alışkanlıkları farklı faktörlerin tesiriyle yavaş, yavaş zaman içerisinde meydana gelerek gelişir. Kırsal alanda yahut kent hayatında, yaşanan bölgenin inanç, coğrafik iklim, tarımsal durumu, sosyo-ekonomik koşullar, gelenek ve görenekler ile beslenme alışkanlıklarının ortaya çıkması, beslenme bilgi düzeyi ilerlemesine sebep teşkil etmektedir (Pekcan 1992 & Sürücüoğlu,1999). Kişinin beslenme alışkanlığı kalıtım, cinsiyet, ekonomik, dinsel, kültürel, etnik, psikolojik, sosyal ve duygusal şekilde pek çok etmenden etkilenmektedir (Driskell,

2000 & Kiefer et al. 2005). Sağlığın korunması, ilerletilmesi ile kronik hastalık tehlikelerinin ortadan kaldırılmasında sağlıklı şekilde beslenmenin gerekliliğinin idrak edilmesi beslenme alışkanlığı üstüne tesir etmektedir (Yücecan, 1999). Rastgele beslenme yapılması bireyin sağlığını olumlu veya olumsuz bir şekilde etkileyebilir. Beslenme bilimine göre beslenme insan sağlığını olumlu şekilde etkileyerek verimli şekilde hayat müddetini artırır (Baysal, 1996). Tüketiciler besin ile sağlık arasında mevcut bağıntı ile ilgilenmektedir ve kimi besinlerin çok, bazılarının ise az şekilde tüketilmesi sağlık-beslenme otoritelerince teşvik edilip özendirilmektedir (Worsley & Scott, 2000). Çağımızda sanayileşme, endüstrileşme ile meydana gelen sosyoekonomik bünyedeki değişimlerin yanı sıra ilerlemeler, batı kültürünü algılama, sağlıklı şekilde uzun müddet yaşama isteği, kitle iletişim araçlarının yansıra reklam vb. faktörler beslenme tutumlarıyla besin tüketimlerinde farklılıklara, yeni meyillere sebep vermektedir. Kişilerin sağlıklı beslenme tekliflerinin tüketiciler aracılığıyla yeterli şekilde algılanarak uygulanmadığı bildirilmektedir (Yücecan, 1999). Sağlıklı beslenme amacıyla ortaya koyulan tavsiyeler de beslenme biçiminde oluşturulacak tertiplerle kronik hastalıklar ile oluşan ölümlerin sayısal anlamda

hafifletilebileceği ifade edilmektedir. Diyetle enerji, yağın azaltılarak diyabet-sindirim sistemi, kanser, kalp hastalıkları; diyet uygulanarak kompleks karbonhidrat içerikli saflaştırılmamış kepekli tahıl ürünlerinin çoğaltılmasıyla da diyabet, kanser hastalık risklerinin azaltılabileceği ifade edilmektedir (Yücecan, 1999). Öyle ki bireylerin spora teşvik edilmesi önem arz etmektedir (Küçükbiş ve ark., 2019).

YÖNTEM

Bu araştırma, Kütahya ili merkezde görev yapan toplamda 294 öğretmenin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının belirlenmesine yönelik tarama modelinde tasarlanmış çalışmadır. "Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan durumu olduğu şekliyle açıklamayı hedefleyen araştırma yaklaşımlarıdır" (Karasar, 2003). Literatür taramaları ve hazırlık aşamasında elde edilen bilgiler yardımıyla ana çerçeve belirlenmiş ve çalışmada kullanılan anket formundaki demografik bilgiler benzer çalışmalardan yararlanılarak hazırlanmıştır. Anketler, 2019-2020 eğitim ve öğretim süresince bahar döneminde uygulanmış, uygulama öncesi öğretmenlere konuya ilişkin ön bilgi verilmiş ve anket sorularına içtenlikle cevap vermeleri istenmiştir. Öğretmenlerin gönüllülük esasına göre çalışmaya katılım gösterdiği ve bir öğretmen tarafından yaklaşık 5 dakikalık

Böylelikle diyabetin ve kronik rahatsızlıkların giderilmesinde sporun önemi daha çok görülebilir.

Yaşam doyumunun tespiti, tek bir parçanın değil, yaşamın tüm alanlarının değerlendirilmesi sonucunda mümkündür (Gül ve Küçükbiş, 2019). Öyle ki, kişilerin beslenme alışkanlıkları yaşam doyumlarına etki edebilir.

kısa bir sürede tamamlandığı araştırmacı tarafından gözlenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgular ilerleyen bölümlerde özetlenerek yorumlanmıştır.

Yöntem: Yapılan çalışmada veri toplama materyali olarak "Kişisel Bilgi Formu", kişilerin beslenme tutumlarını ölçmek için Tekkurşun ve ark. (2019) tarafından geliştirilen "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Sağlıklı beslenme ilişkin tutum ölçeği; Beslenme konusunda bilgi adına 4, Kötü Beslenmeyle ilişkin 5, Olumlu Beslenmeyle ilişkin 5, Beslenmeye yönelik duygu durumuna ilişkin 6, olmak üzere toplamda 21 maddeden oluşmaktadır. Uygulanılan ölçekte tanımlamalar "Kesinlikle Katılmıyorum", "Katılmıyorum", "Kararsızım", "Katılıyorum", "Kesinlikle Katılıyorum" ifade edilerek maddeleştirilmiştir. Maddeleştirilen olumlu ifadeler; 1, 2, 3, 4

ve 5 iken maddeleştirilen olumsuz ifadeler; 5, 4, 3, 2 ve 1 olarak puanlanılmıştır. Uygulanılan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı; Beslenme ile ilgili bilgi etmeni için 90, beslenmeye yönelik duygu etmeni için 84, olumlu beslenme etmeni için 75 ve Kötü beslenme etmeni için 83 olarak belirlenmiştir. Elde edilen verilerin analiz edilmesinde bağımlı ve bağımsız değişkenler arası bağıntıyı incelemek adına tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile t-testi, gruplar arası farklılıkları belirlemek için de ikinci seviye TUKEY HSD testi kullanılmıştır.

Çalışma grubu: Bu araştırmanın evreninin Kütahya ilinin merkezinde görev yapan öğretmenler oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise 148'i erkek 146'sı ise kadın, 129 beden eğitimi öğretmeni ve 165 diğer branş

öğretmenleri olmak üzere toplam 294 kişi oluşturmuştur.

İstatistiksel Analiz: Elde edilen verilerin analiz edilmesi için SPSS 23.0 paket programı kullanılmıştır. Sağlıklı beslenmeyle alakalı tutuma ilişkin konuların farklılaşma durumunu belirlemek için Independent Samples T-testi ve OneWay-Anova analizi kullanılırken, çoklu karşılaştırmalar için TUKEY-HSD testinden yararlanılmıştır. Tüm elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde ve yorumlanmasında, $p < 0.05$ anlamlılık düzeyi alınmıştır. Çalışmamızda ölçeğin Cronbach Alfa Katsayısı $\alpha = 0,884$ dür. Elde edilen verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek amacıyla Skewness ve Kurtosis değerleri incelenmiştir (Jondeau and Rockinger, 2003).

BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyet değişkeninde beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sağlıklı beslenmeye ilişkili tutumların T-test analizi sonuç tablosu

		N	\bar{X}	Ss.	T	Df	p
Beslenme Hakkında Bilgi	Erkek	88	22,546	3,729	-1,028	128	0,306
	Kadın	42	23,191	2,329			
Beslenmeye Yönelik Duygu	Erkek	88	22,068	5,665	1,356	128	0,177
	Kadın	42	20,643	5,472			
Olumlu Beslenme	Erkek	88	21,250	2,645	0,937	128	0,351
	Kadın	42	20,738	3,415			
Kötü Beslenme	Erkek	88	20,580	2,799	1,106	128	0,271
	Kadın	42	19,905	4,053			

Toplam	Erkek	88	86,443	9,766	1,026	128	0,307
	Kadın	42	84,476	11,136			

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerin cinsiyet değişkenine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında farklılıkları belirlemek amacıyla T-testi uygulandı. Test sonuçları incelendiğinde alt boyutları ile toplam puanda istatistiksel yönden anlamlı bir fark belirlenmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 2. Cinsiyet değişkeninde diğer branş öğretmenlerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumların T-test analizi sonuç tablosu

		N	\bar{X}	Ss.	T	df	p
Beslenme Hakkında Bilgi	Erkek	60	20,983	2,891	0,077	162	0,939
	Kadın	104	20,942	3,478			
Beslenmeye Yönelik Duygu	Erkek	60	17,383	5,266	-1,102	162	0,272
	Kadın	104	18,317	5,203			
Olumlu Beslenme	Erkek	60	18,017	4,184	-1,583	162	0,115
	Kadın	104	18,981	3,486			
Kötü Beslenme	Erkek	60	18,117	4,499	-3,645	162	0,000
	Kadın	104	20,471	3,658			
Toplam	Erkek	60	74,500	13,277	-2,194	162	0,030
	Kadın	104	78,712	10,932			

Diğer branş öğretmenlerin cinsiyet değişkenine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında farklılıkları belirlemek için t-testi yapıldı. Test sonuçları incelendiğinde sadece “*kötü beslenme*” alt boyutu ile toplam puanda kadınların verilerinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p<0,05$).

Tablo 3. Yaş değişkeninde beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumların tek yönlü varyans analizi sonuç tablosu

	Yaş	N	\bar{X}	Ss.	df	F	P	Fark
Beslenme Hakkında Bilgi	21 / 25	31	22,742	2,607	3,126	0,607	0,612	-
	26 / 30	32	23,281	3,050				
	31 / 35	30	22,133	5,002				
	36 / +	37	22,811	2,390				
Beslenmeye Yönelik Duygu	21 / 25	31	19,774	5,064	3,126	1,833	0,145	-
	26 / 30	32	22,906	4,453				
	31 / 35	30	21,433	6,816				
	36 / +	37	22,162	5,713				
Olumlu Beslenme	21 / 25	31	19,871	3,052	3,126	2,902	0,038	1-4
	26 / 30	32	21,438	3,089				
	31 / 35	30	21,033	2,619				
	36 / +	37	21,838	2,630				
Kötü Beslenme	21 / 25	31	19,419	3,491	3,126	2,961	0,035	1-4
	26 / 30	32	19,688	3,649				

	31 / 35	30	20,700	2,891				
	36 / +	37	21,460	2,673				
	21 / 25	31	81,807	9,604				
	26 / 30	32	87,313	10,397				
Toplam	31 / 35	30	85,300	9,788	3,126	2,650	0,052	-
	36 / +	37	88,270	10,268				

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerin yaş değişkenine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında farklılıkların belirlenmesi için “tek yönlü varyans” analiz uygulandı. Test sonuçlarına bakıldığında sadece “olumlu beslenme ile kötü beslenme” alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık görülmüştür. Hangi gruplar arasında fark meydana geldiğini görmek adına ikinci düzey/seviye Tukey-HSD testi uygulandı. Test sonuçlarına göre her iki alt boyutta da 21-25 yaş ve 36 ve üzeri yaş grupları arasında istatistiksel yönden anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 4. Yaş değişkeninde diğer branş öğretmenlerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumların tek yönlü varyans analiz sonuç tablosu

	Yaş	N	\bar{X}	Ss.	df	F	p	Fark
Beslenme Hakkında Bilgi	21 / 25	28	20,607	2,986	3,161	0,466	0,706	-
	26 / 30	68	20,794	3,253				
	31 / 35	36	21,472	2,678				
	36 / +	33	21,030	4,043				
Beslenmeye Yönelik Duygu	21 / 25	28	16,821	4,514	3,161	1,641	0,182	-
	26 / 30	68	17,544	4,925				
	31 / 35	36	18,167	5,256				
	36 / +	33	19,546	6,104				
Olumlu Beslenme	21 / 25	28	17,786	3,625	3,161	1,982	0,119	-
	26 / 30	68	18,912	3,336				
	31 / 35	36	17,778	4,134				
	36 / +	33	19,606	4,130				
Kötü Beslenme	21 / 25	28	18,357	5,035	3,161	2,400	0,070	-
	26 / 30	68	19,897	3,829				
	31 / 35	36	18,750	4,365				
	36 / +	33	20,788	3,471				
Toplam	21 / 25	28	73,571	12,188	3,161	2,068	0,106	-
	26 / 30	68	77,147	10,867				
	31 / 35	36	76,167	11,523				
	36 / +	33	80,970	13,821				

Diğer branş öğretmenlerin yaş değişkenine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında farklılıkları belirlemek amacıyla “tek yönlü varyans” analiz uygulandı. Test sonuçları alt boyutları ile toplam puanda istatistiksel yönden bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$)

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve farklı branşlardan öğretmenlerin sağlıklı beslenmeyle alakalı tutumlarını incelemektir. Beden eğitimi ve spor öğretmenleriyle farklı branşlardan öğretmenlerin sağlıklı beslenmeyle alakalı tutumları arasında “*kötü beslenme*” alt boyutlarında anlamlı bir fark belirlenmezken, diğer alt boyutlarda ve toplam puanda beden eğitimi ve spor öğretmenleri lehine istatistiksel yönden anlamlı bir fark görülmüştür. Sakar, yaptığı çalışmasında farklı branş öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeylerini %50 yeterli, %28 iyi, %22 yetersiz seviyede bilgiye haiz olduğunu, öğretmenlerin genellikle günde üç öğün yemek yediklerini belirtmiştir. Gün içerisinde öğün atlayan öğretmenlerin nedenlerin ise, vakitsizlik ve diyet yapma olduğu belirtilmiştir (Sakar, 2013). Bozkurt ve Erdoğan (2019), çalışmalarında öğretmenlerin beslenme alışkanlıklarının ve bilgi düzeylerinin yetersiz bulunduğunu ifade etmiştir. Çongar ve Özdemir (2004) Sivas merkez de görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin genel anlamda beslenme

ile sporcu beslenmesiyle alakalı bilgi düzeylerini araştırdığı çalışmada öğretmenlerin beslenme bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu tespit etmişlerdir. Kayapınar (2011) İlköğretim öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerini incelediği araştırmada öğretmenlerin beslenme bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu belirtmiştir. Çalışmamızda farklı diğer branş öğretmenlerine kıyasla beden eğitimi öğretmenlerinin fazla puan aldığı görülmüştür. Bu durum beden eğitimi öğretmenlerinin beslenme ve sporun iç içe olması nedeniyle lisans eğitimlerinde beslenme ile ilgili aldıkları eğitimin etkisi ile açıklanabilir.

Cinsiyet değişkenine göre beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sağlıklı beslenmeye tutumları arasında alt boyutları ile toplam puanda istatistiksel olarak farklılığa rastlanmazken, diğer branş öğretmenlerin sadece “*kötü beslenme*” alt boyutu ve toplam puanda kadınların lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Sakar, yaptığı çalışmasında kadınların ara öğünde kadın öğretmenlerin en çok meyve suyu tercih ettiğini, erkek öğretmenlerin ise

bisküvi tercih ettiğini belirtmiştir (Sakar, 2013). Kafkas ve diğ. (2015), beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçim düzeylerini inceledikleri çalışmalarında, beslenme alt boyutlarından cinsiyet değişkeniyle ilişkili kadınlar lehine istatistiksel yönden anlamlı bir fark belirtmişlerdir. El-Ahmady ve El-Wakeel (2017) ise yapmış olduğu çalışmada kız öğrencilerin erkek öğrencilerden beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarının yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Kılıç (2017), beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimini incelediği çalışmasında beslenme alt boyutunda kadınların lehine farklılık olduğunu belirtmiştir. Literatürde kadınların erkeklere nazaran beslenme tutumlarına daha fazla dikkat ettikleri görüşü hâkimdir. Çalışmamız da alınan puanlara bakıldığında fark fazla olmasa da literatür ile benzerlik göstererek kadınların lehine sonuçlar elde edilmiştir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerin yaş değişkenine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları incelendiğinde sadece “olumlu beslenme” ve “kötü beslenme” alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık görülmüş ve her iki alt boyutta da 21-25 yaş arası grup ve 36 ve üzeri yaş (lehine) grupları arasında istatistiksel yönden anlamlı bir fark görülmüştür. Farklı diğer branş öğretmenlerine ait yaş grupları arasında ise anlamlı farklılığa

rastlanmamıştır. Yapılan çalışmada öğretmenler arası en çok doğru cevabı 21-30 yıl arası mesleki tecrübesi olanların verdiğini belirlemiştir. Öğretmenlerin mesleki tecrübelerinin artmasıyla araştırma konumuzla ilgi bilgi düzeylerinde artış olduğu ifade edilmiştir (Sakar, 2013). Kılıç (2017), beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimini incelediği çalışmasında beslenme alt boyutu puanını yaş ile orantılı arttığını ancak anlamsız olduğunu ifade etmiştir. Gündoğdu, Yaptığı çalışmasında, öğretmenlerin beslenme hakkındaki bilgi düzeylerini yaş değişkenine göre değerlendirdiğinde anlamlı fark bulmuş ve yaş arttıkça bilgi düzeyinin de arttığını belirtmiştir (2009). Literatürde genel kanı yaş ile birlikte beslenme durumunda pozitif bir artış olduğu, bizim bulgularımızda yaş grupları arasındaki farklar anlamsızda görünse de yaş ile birlikte tutum puanının da yükseldiği görülmektedir.

Sonuç; beden eğitimi öğretmenlerin sağlıklı beslenme tutumlarının diğer branş öğretmenlerine göre yüksek olduğu, kadın ve erkek öğretmenlerin genel olarak benzer tutumlar sergilediği, öğretmenlerde yaş ilerledikçe de beslenme tutumlarının pozitif yönde iyileştiği sonucuna ulaşılmıştır.

KAYNAKÇA

- Baysal, A. (1996). Sağlıklı beslenme ve akdeniz diyeti. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 25(1), 21-29.
- Bozkurt, E., ve Erdoğan, R. (2019). Sınıf öğretmenlerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19). doi: 10.26466/opus.573261
- Çongar, O., ve Özdemir L. (2004). Sivas il merkezinde beden eğitimi öğretmenlerinin genel beslenme ve sporcu beslenmesi ile ilgili bilgi düzeyleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(3), 113–118.
- Driskell, J. A. (2000). Sports nutrition. *CRC Press*, 280, London.
- El-Ahmady, S. ve El-Wakeel, L. (2017). The effects of nutrition awareness and knowledge on health habits and performance among pharmacy students in Egypt. *Journal Of Community Health*, 42(2), 213-220
- Gündoğdu, S. (2009). *Adana ilinde görev yapan okulöncesi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarının araştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Konya.
- Gül, M. & Küçükbiş, H. F. (2019). Investigation of Emotional Labor and Life Satisfaction Levels of Staff in Central Organization of General Directorate of Sports Services. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3S).
- Jondeau, E., ve Rockinger, M. (2003). Conditional volatility, skewness, and kurtosis: existence, persistence, and comovements. *Journal of Economic Dynamics & Control*, 27, 1699 – 1737
- Kafkas, M., Kafkas, A., ve Acet, M. (2015). Beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerinin incelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (32), 47-55.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 77.
- Kayapınar, F. Ç. (2011). Kadın ve erkek ilköğretim öğretmenlerinin beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin karşılaştırılması. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 3(1), 8-15.
- Küçükbiş, H. F., Gül, M. & Şahin, S. (2019). Güreş hakemlerinin aile ve meslek hayatlarında karşılaştıkları problemlerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 16(1), 326-337.
- Kılıç, L. (2017). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Bazı Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi*, Gelişim Üni. Hareket ve Ant. Bilim Dalı, Yüksel Lisans Tezi, İstanbul
- Kiefer, I., Rathmanner, T. and Kunze, M. (2005). Eating and dieting differences in men and women. *The Journal of Men's Health and Gender*, 2(2); 194-201.

Pekcan, G. (1992). Zeytinyağı ve Akdeniz mutfağı: genel özellikler de değişimler. 4. Milletlerarası Yemek Kongresi, s. 233, Konya.

Sakar, E. (2013). *İlköğretim okullarında görevli öğretmenlerin beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeyleri* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sağlık Bil. Enst., Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Sürücüoğlu, M. S. (1999). Beslenme ve sağlığımız. *Standard*, 38(448);40-52.

Tekkurşun Demir, G., ve Ciciođlu, H. İ., (2019). Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği (SBİTÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 256-274.

Worsley, A. and Scott, V. (2000). Consumers' concerns about food and health in Australia and New Zealand. *Asia Pasific Journal Clinical Nutrition*, 9(1); 24-32.

Yücecan, S. (1999). Besin tüketimindeki değişimler ve yeni eğilimler. *Türk Mutfak Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayın*, 23, 235-244.