

طراحی و اعتبار بخشی الگوی برنامه درسی سواد تغذیه‌ای برای دوره متوسطه دوم

کبری خواجه پور^۱، سید احمدهاشمی^{۲*}، عباس قلتاش^۳، علی اصغر ماشینچی^۴

۱- دانشجوی دکتری رشته برنامه‌ریزی درسی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، ایران

۲- دانشیار گروه علوم تربیتی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، ایران

۳- دانشیار گروه علوم تربیتی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران

۴- استادیار گروه علوم تربیتی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، ایران

چکیده

مطالعه حاضر با هدف اعتبار بخشی الگوی برنامه درسی سواد تغذیه و ارائه الگو و بررسی دیدگاه‌های موجود طراحی گردیده است. روش پژوهش در گروه «تحقیق آمیخته اکتشافی» است. جامعه آماری پژوهش شامل متخصصان، و برنامه ریزان درسی مرتبط با تغذیه است و در زمینه تعیین حجم مناسب، نمونه گیری لازم به شیوه تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای در بین صد نفر انجام می‌شود. جمع آوری اطلاعات از روش میدانی از طریق پرسشنامه و مدل برآمده از سطح کیفی پژوهش، است و جهت تعیین اعتبار به ۱۶ نفر از صاحب نظران عرصه سلامت تغذیه به صورت هدفمند ارائه میشود. روایی پژوهش نیز از تحلیل عاملی تأییدی و جهت تعیین پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. آماره‌های کمی در دو بخش آمار توصیفی با تکیه بر جداول فراوانی، شاخص‌های آماری و شاخص‌های پراکندگی و در بخش استنباطی نیز، با تکیه بر اطلاعات مستخرج از بخش تحلیل محتوا، است. داده‌های مورد نیاز تحقیق به

شیوه کتابخانه‌ای و مصاحبه‌ای، جمع‌آوری گردید. همچنین در تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از مدل ترتیبی ماینرینگ و نظام مقوله‌بندی قیاسی، ۴ مولفه برنامه درسی را به شرح زیر در ۳۹ مقوله، مورد تایید قرار می‌دهد: اهداف برنامه درسی: آشنایی با اصول تغذیه صحیح، وضعیت بدنی و تنظیم وزن نوجوانان و پایش رشد، و اصلاح نگرش و عملکرد نوجوانان و افزایش آگاهی، اجتماعی، از تغذیه. فاکتورهای مهم در محتوی برنامه درسی به ترتیب: گروه‌های غذایی مفید، غذاهای مورد نیاز در گروه اصلی غذایی، تاثیر تغذیه سالم در ایجاد سبک زندگی در روش ارائه تدریس، برگزاری همزمان برنامه، های عملی و آموزشی، آموزش در قالب‌های فردی و گروهی، پخش فیلم‌های آموزشی و در روش‌های ارزشیابی، انجام فعالیت‌های آموزشی مناسب با اهداف رفتاری در بخش‌های عملی پایانی ترم، تنظیم برنامه، ی غذایی مناسب، برگزاری آزمون عملی مورد تأکید است.

واژه‌های کلیدی: برنامه درسی سواد تغذیه، الگوهای برنامه درسی، طراحی برنامه درسی، دوره متوسطه.

مقدمه و بیان مساله

تغذیه به عنوان یک عامل مهم در سلامتی می‌تواند بر موفقیت تحصیلی دانش آموز موثر بوده و محیط مدرسه نقش بسیار مهمی در انتقال عادات تغذیه‌ای دارند. و ضرورت برنامه‌های آموزش تغذیه در مدارس بیش از پیش مورد تأکید قرار می‌گیرد. تا ضمن شکل‌گیری عادات‌های تغذیه‌ای سالم از دوران کودکی و نوجوانی ارتقاء تندرستی نسل آینده نیز بیشتر تامین شود. ضرورت توجه به رشد شخصیت آدمی و اهمیت پرورش جسمی و سلامت تن و پرورش قوای ذهنی و ... دانش آموزان موجب شده است که این امر مهم به عنوان یکی از کارکردهای اساسی نظام آموزش و پرورش به حساب آید. (صافی، ۱۳۸۶) مطالعات انجام شده در کشور، نشانگر میزان آگاهی نامطلوب و ناکافی گروه‌های سنی و جنسی خاص در جامعه نسبت به ابعاد گوناگون تغذیه و عملکرد ضعیف افراد و خصوصاً نوجوانان در مورد برنامه غذایی مناسب است که تدوین یک الگو، جهت برنامه درسی سواد تغذیه‌ای برای دوره متوسطه می‌تواند کمک شایان توجهی به این امر نموده و موجب توسعه آگاهی مطلوب

گروه‌های سنی و جنسی خاص در جامعه، نسبت به ابعاد گوناگون تغذیه و رفع عملکرد ضعیف خانواده‌ها در مورد برنامه غذایی گروه‌های فوق گردد. (رفعیان، ۱۳۹۳) برنامه درسی دوره‌های گوناگون و از جمله آموزش متوسطه ایران، حاکی از ضعف محتوای درسی در این زمینه است که انتظار می‌رود با پرداختن به این مقوله مورد توجه و نظر، قرار گیرد. از آنجایی که بیشتر عادات غذایی در دوران نوجوانی شکل گرفته و تثبیت میشوند، توجه به آگاهی تغذیه‌ای نوجوانان، نگرش و رفتارهای غذایی آنان اهمیت می‌یابد. (رسولی، ۱۳۸۸) باید در نظر داشت که کتاب درسی به عنوان یک وسیله آموزشی، نقش مهمی در تأمین اهداف آموزشی ایفا نموده و از عوامل اساسی رشد و توسعه یادگیری شناختی کودکان در جهان امروز است؛ هم‌چنین منبع تدریس ارزش‌های اجتماعی مطلوب بوده و نقش آن در فرآیند تعلیم و تربیت، فراهم کردن امکانات و شرایط مناسب برای ایجاد تغییرات مطلوب در فراگیران، از طریق آموزش است. در این راستا از سنین ابتدایی برای آموزش و اصلاح عادات غذایی باید شروع کرد چرا که هنوز الگوهای غذایی کودکان در این سنین قابل تغییرند و امکان ارائه برنامه‌های آموزشی اصلاح شده وجود دارد (یارپرور و همکاران، ۱۳۸۶) الگوی تغذیه کودکان تأثیر بسزایی بر رشد، سلامت جسمی و مغزی آن‌ها دارد و انتخاب غذا به عنوان یک رفتار، شکل دهنده عادات غذایی و ضامن سلامتی آنان بوده و متأثر از آگاهی و نگرش کودکان است (امیدوار، ۱۳۸۶). آموزش و سطح سواد تغذیه‌ای بر نحوه آماده‌سازی غذا مؤثر بوده و میزان ارزش تغذیه‌ای غذا را مشخص می‌کند با توجه به نیاز دانش‌آموزان و خصوصاً نوجوانان در استفاده از برنامه تغذیه مناسب و لزوم تغذیه صحیح و متناسب برای حفظ سلامتی کودکان و نوجوانان بویژه در سنین مدرسه، هدف کاربردی این تحقیق، طراحی و اعتبارسنجی و استفاده از الگوی طراحی شده سواد تغذیه‌ای فوق برای ارتقاء الگوی عادات غذایی و اصلاح برنامه غذایی دانش‌آموزان در راستای تدوین الگوی برنامه درسی سواد تغذیه‌ای و استفاده از آن در برنامه درسی مدارس است.

- ۱- ویژگی‌ها و خصوصیات الگوی برنامه درسی سواد تغذیه‌ای چگونه است؟
- ۲- اعتبار الگوی تدوین شده برنامه درسی سواد تغذیه‌ای دانش آموزان چگونه است؟

پیشینه پژوهش

در بسیاری از شرایط، غفلت و ناآگاهی برنامه ریزان درسی نسبت به برخی حوزه‌ها، نیازها و دستاوردهای علمی جدید، علت اصلی شکل‌گیری برنامه درسی مغفول است. یافته‌های پژوهش حاضر، ضرورت بازنگری برنامه‌های درسی رسمی مدارس در جهت ارتقای سواد تغذیه‌ای دانش آموزان نوجوان را بیش از پیش مورد تأکید قرار می‌دهد. با توجه به نتایج این پژوهش و برجسته شدن نقش آگاهی، نگرش و عملکرد تغذیه‌ای دختران و پسران نوجوان، پیشنهاد می‌شود تا در برنامه‌های درسی رسمی مدارس دوره متوسطه، به آموزش تغذیه سالم و ارتقای دانش و عملکرد تغذیه‌ای سالم دانش آموزی توجه بیشتری شده و این هدف از طریق برنامه ریزی‌های درسی مدرن پیگیری شود. (کیان، ۱۳۹۴). هم‌چنین در ایران مطالعات انجام شده از جمله پژوهش سپاهی باغبان و همکاران (۱۳۹۳) با عنوان تأثیر آموزش تغذیه در دوران بلوغ بر آگاهی و عملکرد تغذیه‌ای دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی شهر بیرجند نشان داد که آموزش و پرسش و پاسخ می‌تواند موجب افزایش قابل توجه آگاهی و تا حدودی بهبود عملکرد تغذیه‌ای نوجوانان گردد، دلوریان زاده و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهش «ارزیابی تغذیه‌ای دختران نوجوان مدارس شهر شاهرود» به این نتیجه دست یافتند که در دانش آموزان مورد مطالعه، سوء تغذیه چشمگیر وجود دارد. پژوهش علوی نائینی و همکاران با عنوان «وضعیت تغذیه دختران نوجوان دانش آموز در دو ناحیه آموزش و پرورش شهر کرمان سال ۱۳۸۷» نشان داد که وضعیت تغذیه در مدارس کرمان، چه از نظر کم‌خونی و چه از نظر تغذیه و دریافت غذایی قابل تأمل است. هم‌چنین چوبینه (۱۳۸۷) در پژوهشی با عنوان «بررسی میزان آگاهی تغذیه‌ای در دختران دبیرستانی شهر اهواز و تأثیر آموزش بر آن» به این نتیجه دست یافت که آموزش به ارتقای آگاهی تغذیه‌ای در دختران کمک کرده است. مطالعه فلاح و همکاران (۱۳۸۴) نیز با عنوان «وضعیت تغذیه دانش آموزان ۱۱ تا ۱۴ سال مدارس دامغان» مشخص کرد که درصد قابل توجهی از نوجوانان دچار سوء تغذیه (کم‌وزنی، کوتاهی قد و

سوء تغذیه) می‌باشند. لازم به توضیح است که نتایج تحقیق کیان(۱۳۹۴) در مورد آگاهی و عملکرد تغذیه‌ای دانش آموزان با پژوهش‌های خلج و همکاران (۱۳۸۵) و علیمردانی و همکاران (۱۳۸۵)، دلوریان زاده و همکاران (۱۳۹۱)، لعل نفرد و میرزایی (۱۳۹۲)، ولاسکوئز^۱ و همکاران (۲۰۱۵) و بلانکو و بوتله^۲ (۲۰۱۱) همسو است و نشان دهنده اهمیت آموزش به منظور ارتقای سطح آگاهی و عملکرد تغذیه‌ای دانش آموزان است. همچنین در چکیده تحقیقی که توسط رسولی (۱۳۸۸) تحت عنوان بررسی تاثیر برنامه آموزشی مدون بر رفتارهای تغذیه‌ای دانش آموزان دوره راهنمایی به رشته تحریر درآمده است. برنامه طراحی شده آموزشی در رابطه با سواد تغذیه‌ای تاثیر مثبتی بر رفتار تغذیه‌ای نوجوانان دارد. در پژوهشی نیز که تحت عنوان بررسی فرهنگ و سواد تغذیه‌ای زنان در شهر شیراز از جهانگیری و رجبی (۱۳۸۰) نشر شده است می‌خوانیم که با وجود آگاهی تعدادی از زنان از بهترین شیوه‌های مصرف مواد غذایی، باز هم استفاده از شیوه‌های مطلوب، چندان متداول نیست. همچنین در تحقیقی که توسط شعله درویشی و همکارانش در سال ۱۳۸۷ پیرامون سوء تغذیه و عوامل مرتبط با آن: کودکان به مناسبت ویژگی‌های خاص دوره سنی شان کاملاً آسیب پذیر بوده و اطلاع یافتن از وضع تغذیه دانش آموزان، سبب برنامه ریزی بهتر در بخش آموزش و پرورش و سیاست گذاریهای بهداشتی آنها خواهد شد. در تحقیق دیگری که توسط کریمی و همکاران (۱۳۹۱) انجام گرفت می‌خوانیم که، نتایج پژوهش بسامد مصرف مواد غذایی اصلی، اکثریت نمونه‌ها را درصد نامطلوب دانسته و نتایج این پژوهش بر ارتقاء وضعیت تغذیه دانش آموزان با آموزش تغذیه مدارس تاکید دارد. در مطالعه دیگری بر روی دانشجویان دانشگاه کراچی، آگاهی آنها مناسب اما در رفتار اصلاح غذایی و فعالیت بدنی کمبود مشاهده شد (دینی و همکاران، ۱۳۹۳). نتایج مطالعه میرمیران (۲۰۰۷) نیز نشان داد که درصد کمی از نوجوانان تهرانی رفتار تغذیه‌ای مناسب دارند و اکثراً رفتار با آگاهی تغذیه‌ای ارتباطی ندارد. در مطالعه علی محمدی (۲۰۱۰) روی دانشجویان پزشکی دانشگاه شهید بهشتی نیز آگاهی سواد تغذیه‌ای ۲۵/۳ درصد در حد ضعیف ۶۱/۳ درصد متوسط و ۱۳/۴ درصد مطلوب بوده است. مطالعه

1 Velazquez

2 Blanc, And Boutella

فریور (۲۰۰۹) نیز روی جمعیت چندین استان محروم کشور نشان داد که آگاهی و نگرش اکثریت جامعه در حد مطلوب اما الگوی غذایی آنها مطابق میزان توجه شده نبود که باز نتایج به مطالعه ما نزدیک است. هم چنین در مطالعه بررسی وضع سلامتی در زنان شهری میانسال مالزی که با همکاری بخش زنان دانشگاه^۱ (صورت گرفت، سطح دانش تغذیه‌ای افراد فوق در ۳۹٪ از موارد، خوب بود و در ۲۰٪ از موارد ضعیف گزارش شد. (نورآینی و همکاران ۲۰۰۶). هم چنین در مطالعه عطار و همکاران در ۹۴٪ از موارد سطح آگاهی تغذیه‌ای دختران دانش آموز مدارس راهنمایی دخترانه منطقه ۱۲ آموزش و پرورش تهران، ضعیف تا متوسط بود و نقش والدین به عنوان اولین و در دسترس ترین منبع کسب آگاهی تغذیه‌ای آنان مد نظر قرار گرفت (اخوان و همکاران، ۱۹۹۰). در نتیجه تحقیق فریور و همکاران (۱۳۸۷) با عنوان آگاهی و گسترش خانوارهای شهری که خصوص اصول کاربردی تغذیه می‌خوانیم: از آن جایی که آگاهی خانوارها در زمینه گروه‌های غذایی و نقش آن‌ها در بدن ناکافی است و نگرش آن‌ها مخصوصاً در زمینه مسائل تغذیه‌ای دختران و زنان و عملکرد آن‌ها در زمینه مصرف گروه‌های غذایی، نشانگر عادات غذایی نامطلوب و جایگزینی مواد با ارزش غذایی پایین به جای غذاهای غنی از مواد مغذی است. در مطالعه ولاسکوئز و همکاران (۲۰۱۵) درباره مقایسه دانش و عملکرد تغذیه‌ای دانش آموزان ابتدایی و متوسطه اول مشخص کرد که دانش آموزان مدارس متوسطه اول به طور معناداری بیشتر در احتمال مصرف فست فودها و میان وعده‌های دارای ارزش غذایی کم مثلاً آب‌نبات و شکلات و خرید از فروشگاه‌های خارج از مدرسه هستند. هم چنین پژوهش بلانکو و بوتله (۲۰۱۱) درباره نگرش ما و رفتارهای مصرف مواد غذایی در بین دانش آموزان مدارس نشان داد که آموزش‌های مدرسه‌ای به طور چشمگیری به تغییر مثبت نگرش‌های تغذیه‌ای دانش آموزان منجر شده است. این آموزش‌ها از طریق تلفیق موضوع تغذیه سالم در کتاب‌های درسی، دعوت از کارشناسان تغذیه برای آشناسازی نوجوانان با نحوه انتخاب غذاهای سالم و هم چنین بازدید از کارخانه‌های تولید مواد غذایی سالم، انجام شده است. هم چنین مطالعه وان رانسون^۲ (۲۰۰۵) نشان داد که برخی

1 UKM (Universiti Kebangsaan Malaysia)

2 Von Ranson

برنامه‌های لازم برای سلامت تغذیه‌ای دانش آموزان مورد غفلت واقع شده است. همچنین طبق نظرات کیان (۱۳۹۴) در تحقیقی تحت عنوان تعیین اعتبار پرسشنامه رژیم برحسب عادات غذایی، رفتار خوردن و سواد تغذیه‌ای نوجوانان در ژورنال اروپایی تغذیه پزشکی (جی تورکینو^۱ و همکاران، ۲۰۰۳) از جمله، نظریه ردی رولفس، پتیا و وتیسنی^۲ (۱۹۸۳) که روند تأثیرات سلامت جسمانی نوجوانی در سایر دوران‌های زندگی را مورد توجه قرار دادند. بر این اساس نوجوانی مرحله مهمی از دوران رشد و تکامل است. در این مرحله از رشد، کودک از نظر فیزیکی، اجتماعی و فکری تکامل می‌یابد و استقلال بیشتری پیدا می‌کند. نوجوانان در مرحله بلوغ، با وجود نیاز به تغذیه سالم، معمولاً آن طور که باید از تغذیه درست استفاده نمی‌کنند. باید به آن‌ها نکات مهم تغذیه سالم را آموزش داد تا با استفاده از تمام گروه‌های غذایی از رژیم غذایی متنوع، ویتامین‌ها و املاح مورد نیازشان برخوردار شوند. در بررسی تحقیق ماری ماکوسکه^۳ (۲۰۰۵) و نتایج مربوطه، مدعی است که، مانند بسیاری از دانشکده‌های پزشکی، مرکز پزشکی suny downstone در حال تلاش برای بهبود آموزش تغذیه در برنامه درسی خود است. تحقیق ارائه شده دو هدف را دنبال میکرد. اول، ارزیابی دانش دانشجویان سال اول در مورد این موضوع و دوم اینکه امیدوار به استفاده از روش پرسشنامه، با بازخورد فوری، به عنوان یک مکانیسم برای انتقال اطلاعات در مناطق تحت مطالعه بود.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر در گروه تحقیق آمیخته از نوع اکتشافی است. در روش فوق از روش کمی برای بررسی نتایج تحقیق یاری گرفته میشود. روش پژوهش حاضر از نظر چگونگی گردآوری داده‌های مورد نیاز در گروه "تحقیق آمیخته اکتشافی" (بازرگان، ۱۳۸۹) یا ترکیبی (کمی - کیفی) است. روش انجام این پژوهش از منظر هدف توسعه‌ای است. و هدف اساسی این نوع تحقیقات، تدوین یا تهیه برنامه‌ها، طرح و امثال آن است، به طوری که ابتدا موقعیت نامعین خاصی مشخص می‌گردد و براساس یافته‌های پژوهش، طرح یا برنامه ویژه آن

1 J turkino

2 Redi Rolls, Petya and Vetsani

3 Makowske

طراحی و تولید می‌شود. (سرمد، حجازی و بازرگان، ۱۳۸۳). در اجرای این تحقیق، روشهای کمی (اماری) و کیفی (تفسیری) در کنار یکدیگر به کار گرفته می‌شوند. یکی از مزایای مهم و قابل توجه طرحهای تحقیقاتی آمیخته، این است که نسبت به هر یک از طرحها (کمی یا کیفی)، تصویری جامع تر و بهتری از مساله پژوهش را ارائه می‌دهد (اکبری و همکاران، ۱۳۹۳). در طرح روش آمیخته اکتشافی، محقق در ابتدا با استفاده از تحقیق کیفی، مفهوم سازی کرده و سپس به جمع اوری و تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی می‌پردازد. (هومن، ۱۳۹۵). برای این منظور ابتدا داده‌های کیفی گردآوری می‌شود که منجر به شناسایی جنبه‌های متعدد پدیده شود و امکان تدوین الگوی مفهومی تحقیق فراهم شود، سپس بر مبنای یافته‌های حاصل از داده‌های کیفی ابزار تحقیق ساخته میشود. و براساس آن، داده‌های کمی گردآوری میشود تا تعمیم پذیری داده‌ها میسر شود. به طور کلی دلیل انتخاب روش تحقیق آمیخته برای تحقیق حاضر عبارت است از: ۱) به دست آوردن شواهد بیشتری برای برنامه درسی سواد تغذیه ۲) عدم وجود یک الگوی مناسب در برنامه درسی سواد تغذیه دوره متوسطه و ۳) لزوم استفاده از دیدگاههای متخصصان و کارشناسان جهت ارائه الگو. به بیان دیگر گرچه برای پاسخگویی به پرسشهای پژوهش، در پاره‌ای موارد از اعداد و ارقام نیز استفاده شده از روش کیفی برای برداشت از نتایج تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها، اسناد پژوهش و ادبیات نظری بهره گرفته شد و از روش آماری برای تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از نظر خواهی جهت اعتبار بخشی برنامه درسی مبتنی بر سواد تغذیه استفاده گردیده است، لیکن جمع آوری و تحلیل داده‌ها، نه در قالب کمی بلکه به صورت عمده به شکل کیفی انجام گرفته است. به گونه‌ای که مراحل این مطالعه به سه صورت انجام شده است.

در مرحله اول برای شناسایی وضعیت مطلوب از طریق بررسی و مطالعه مبانی نظری سواد تغذیه‌ای و همچنین بدست آوردن تصویری از وضعیت موجود، تلاش شده تا با بهره گیری از نظر متخصصان و همچنین مروری بر منابع و مطالعات تحقیق، تصویری از وضعیت مطلوب ترسیم شود. و با بهره گیری از فنون مختلفی چون مرور اسناد و مدارک و همچنین از طریق مصاحبه با کارشناسان برنامه درسی و تغذیه، زمینه شناسایی عناصر الگوی مطلوب برنامه درسی سواد تغذیه نوجوانان فراهم شد. و تحلیل محتوای کیفی فنون و مطالعات حوزه سواد تغذیه در

دستور کار پژوهش قرار گرفت. وجهت رسیدن به شبکه مضامین مرتبط با ساختار برنامه درسی مبتنی بر ارتقای سواد تغذیه، متناسب با دوره متوسطه ایران، با بررسی یافته‌های مقاله‌ی پژوهش، پژوهشگران ایرانی، از روش سنتی پژوهشی استفاده گردید. و اطلاعات و داده‌ها مورد نیاز به شیوه کتابخانه‌ای و مصاحبه، جمع آوری شد. در آغاز برای شناسایی وضعیت مطلوب از طریق بررسی و مطالعه مبانی نظری سواد تغذیه‌ای و همچنین بدست آوردن تصویری از وضعیت موجود، تلاش شده تا با بهره‌گیری از نظر متخصصان و همچنین مروری بر منابع و مطالعات تحقیق، تصویری از وضعیت مطلوب ترسیم و به منظور تبیین الگوی مطلوب برنامه درسی سواد تغذیه دوره متوسطه، ساختار الگوی مطلوب در سطوح کلان و میانی و خرد تعریف شود. سپس برای اطمینان از کارآمدی الگوی برنامه درسی پیشنهادی مرحله اعتبار سنجی انجام شد. در این راستا الگوی مطلوب پیشنهادی در اختیار حدود ۱۰۰ نفر از متخصصان تغذیه، اساتید و کارشناسان تغذیه و سلامت و رابطان تغذیه مدارس که به عنوان نمونه آماری و به صورت هدفمند برگزیده شده بودند، قرار گرفت. و با استفاده از ایزار پرسشنامه و به صورت مصاحبه خصوصی الگوی پیشنهادی پژوهش اعتبار بخشی گردید. جهت انتخاب نمونه در بخش کیفی پژوهش (فنون مرتبط با سواد تغذیه و مقاله‌های پژوهشی پیرامون سواد تغذیه دانش آموزان) در خصوص انتخاب فنون یاد شده از نمونه‌گیری هدفمند استفاده گردید. با توجه به اینکه در پژوهشهای کیفی حجم نمونه رابطه‌ی مستقیمی با تصمیم‌گیری و قضاوت محقق دارد و مطابق با نظر پاتون این امر مستلزم معامله‌ی پایاپای بین گستردگی تحقیق و عمق آن است. البته حجم نمونه در بخش کیفی این مطالعه از قبل معلوم نیست. با این وجود هم در مورد بررسی و واکاوی فنون و اسناد مرتبط با سواد تغذیه و هم در مورد مقاله‌های مرتبط با این موضوع نمونه‌گیری به صورت تدریجی انجام شد و تا سر حد اشباع ادامه یافت. در سطح سنتز پژوهی اشباع نظری با استخراج مقالاتی خاص آشکار گردید و جهت اطمینان تا چندین مقاله کاربردی ادامه یافت. در این تحقیق، جهت اعتبار بخشی مدل طراحی شده بر اساس اطلاعات موجود، از تحلیل عاملی تاییدی استفاده شده است. نتایج نشان داد با توجه به اصول حاکم بر برنامه تغذیه و سواد سلامت و تغذیه، الگوی مطلوب می‌تواند با رویکرد «تدوین برنامه ریزی سواد تغذیه» طراحی شود. انتخاب نمونه به نوعی هدفمند و از نوع در دسترس محسوب

می شوند. این افراد از طریق ابزار مصاحبه ساختارمند، الگوی پیشنهادی را ارزیابی و اعتبار بخشی کردند. در خصوص اعتبار سنجی الگوی برنامه درسی، با توجه به اینکه از نظر متخصص موضوع درسی، و برنامه ریزی درسی برای طراحی الگو به طور توامان استفاده شده است لذا در نمونه‌های پایین پاسخگو خواهد بود. به منظور جمع آوری اطلاعات در این تحقیق از روش میدانی استفاده شد، که جمع آوری اطلاعات ممکن است از طریق مشاهده، مصاحبه و یا پرسشنامه صورت گیرد که ابزار این پژوهش پرسشنامه با حدود ۳۷ سوال بوده است. گزینه‌ها نیز با طیف ۵ درجه‌ای لیکرت بوده که برآمده از سطح کیفی همین پژوهش است. به عبارت دیگر مدل برآمده از سطح کیفی پژوهش - سنتز پژوهی انجام یافته توسط پژوهشگر در قالب پرسشنامه یاد شده جهت تعیین اعتبار در اختیار صاحب نظران عرصه سلامت تغذیه دانش آموزان قرار گرفت و داده‌ها به صورت میدانی گردآوری گردید. و ضمن توجه به قاعده کلی در زمینه‌ی حجم مناسب برای انجام تحلیلهای مربوطه، نمونه گیری لازم به شیوه تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انجام گردید. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات، از نرم افزار spss16 استفاده شده است. آماره‌های کمی در دو بخش آمار توصیفی با تکیه بر جداول فراوانی، شاخص‌های آماری توصیفی و شاخص‌های پراکندگی مورد بحث و بررسی قرار گرفتند. در بخش استنباطی نیز با توجه به اینکه محوریت کار سوالات مطرح شده است به تک تک سوالات به تفصیل و با تکیه بر اطلاعات مستخرج از بخش تحلیل محتوا، آمار توصیفی پاسخ داده شد. در بخش روایی و پایایی در صورتی که وسیله‌ی اندازه گیری بتواند همان ویژگی را اندازه بگیرد که برای آن ساخته شده و نه چیز دیگر، دارای روایی است. بدون آگاهی از روایی ابزار اندازه گیری نمی توان به دقت داده‌های حاصل از آن اطمینان داشت (سرمد و همکاران، ۱۳۹۳). روایی محتوای پرسشنامه حاضر، پس از طراحی بر اساس یافته‌های برآمده از سطح سنتز پژوهی با توجه به مقاله‌های پژوهشی پژوهشگران پیرامون سواد تغذیه دانش آموزان، از طریق عرضه به اساتید محترم راهنما و مشاور و نیز چندین استاد فعال در زمینه‌ی آموزش و پرورش و برنامه درسی و نیز متخصص در حوزه‌ی سواد تغذیه و نیز متخصص برنامه درسی مورد تایید قرار گرفت. روایی صوری پرسشنامه نیز از طریق مراجعه به نظر کارشناسان و متخصصان تغذیه در آموزش و پرورش و مراکز بهداشتی مورد تایید قرار گرفته

است. برای تعیین پایایی این تحقیق از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. که در دو قسمت الف. در بین نمونه آماری تحقیق وب. در بین اساتید و کارشناسان حوزه مورد بحث مورد سنجش قرار گرفته است. آلفای کرونباخ، انسجام درونی و همسازی داخلی گویه‌ها را نشان می‌دهد. برای بررسی پایایی ابزار تحقیق، آزمون مقدماتی گرفتیم و در آن تعداد ۳۰ پرسش نامه را به صورت اتفاقی در میان جامعه آماری توزیع نمودیم. بعد از جمع آوری پرسش نامه‌ها به تحلیل آنها پرداخته شد. مقدار آلفای کرونباخ بین ۰ تا ۱ در نوسان است و اگر ضریب آن برای یک ابزار بالای ۰/۷ باشد نشان‌دهنده بالابودن پایایی ابزار تحقیق است.

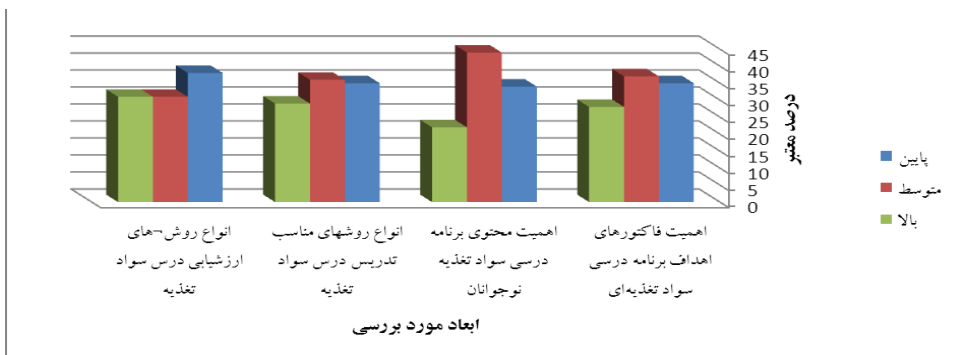
یافته‌های تحقیق

در راستای تجزیه و تحلیل اطلاعات در بخش کیفی از مدل ترتیبی مایرینگ و نظام مقوله بندی قیاسی استفاده شده است. از دید مایرینگ (۲۰۰۷) دو رویکرد اصلی بسط و توسعه نظام مقوله‌ای و یافتن اجزای متنی مناسب به عنوان یافته، بسط نظام مقوله‌ای استقرایی و قیاسی است. فرآیند تحلیل محتوای کیفی، در برگزیده‌ی هفت مرحله‌ی تعیین و تعریف پرسشهایی است که پژوهش در پی پاسخ‌گویی به آن است و انتخاب نمونه‌ای که باید تحلیل شود، مورد نظر است. تعیین رویکرد تحلیل محتوا، طراحی فرآیند کدگذاری، اعمال و اجرای کدگذاری، تعیین روایی و پایایی است. مساله مهم در فرایند یاد شده نحوه کدگذاری است. این امر بر اساس پرسشهای پژوهش می‌تواند در برگیرنده‌ی دو راهکار باشد. اگر هدف پژوهش، شناسایی و مقوله بندی همه موارد مربوط به یک پدیده‌ی ویژه است باید کل متن بررسی و مطالعه گردد و بخش‌های مربوط به پدیده بر اساس برداشت اولیه پژوهشگر تعیین و علامت گذاری شود. در مرحله‌ی بعد بر اساس مدلهای از پیش تعیین شده بر اساس نظریه، قسمت‌های علامت گذاری شده، کدگذاری گردیده و هر بخش از متن هم که در این کدگذاری جای نمی‌گیرد، کد جدیدی اعطا می‌شود. راهکار دوم کدگذاری آنی با استفاده از کدهای از پیش تعیین شده است. پژوهشگر، داده‌هایی را که نمی‌تواند کدگذاری نماید، معلوم و سپس تحلیل می‌کند تا مشخص نماید آیا آنها یک مقوله هستند یا زیر مقوله‌های کدهای موجود. برگزیدن هر یک از این دو راهکار بستگی به داده‌ها و اهداف پژوهش دارد. بر اساس آنچه

بیان گردید و با توجه به نظام مقوله بندی قیاسی، مطالب موجود در فنون و کتابهای صاحب نظران حوزه سواد تغذیه مورد تحلیل قرار گرفت. در مورد قسمت سنتز پژوهی نقطه شروع کار، به کارگیری عناصر برنامه درسی تیلور بوده که در اصل مدل پیشینی کار بوده است. پژوهشگر با در نظر گرفتن عناصر مورد توجه این مدل پیشینی (شکل ۵-۱) در بین یافته‌های مهم و اصلی پژوهشهای ایرانی مرتبط با موضوع مورد مطالعه، از یک سو به دنبال یافته‌هایی بوده است که می‌توانست عناصر الگوی بومی برنامه درسی ارتقای سواد تغذیه را برای دوره دبیرستان تعیین نماید و از سوی دیگر از قابلیت جای گذاری ذیل عناصر الگو برخوردار باشد. فلیک^۱ (۱۳۹۳) روش تجزیه و تحلیل اطلاعات در پژوهشهایی چون پژوهش حاضر را تحت عنوان کدگذاری موضوعی مورد بحث قرار داده است. این پژوهش نیز در بخش کیفی از کدگذاری موضوعی بهره برده است که به سه مرحله کدگذاری باز، محوری و گزینشی شناخته می‌شود. داده‌ها و پدیده‌ها از طریق کدگذاری باز در قالب مفاهیم در می‌آید. به عبارت دیگر عبارت‌ها بر اساس واحدهای معنایی دسته بندی می‌شود تا تبلیغات و مفاهیم (کدها) به آن ضمیمه گردد. در گامهای بعدی، کدهای بدست آمده بر اساس پدیده‌های کشف شده در داده‌ها، مناظر با پرسشهای تحقیق، دسته بندی گردید. این گروه از کدها نیز دیگر بار به کدهای دیگر مرتبط گشت که انتزاعی تر از کدهای پیشین بود و شبکه‌ی مضامین را ایجاد نمود. کدها با توجه به ادبیات حوزه‌ی سلامت تغذیه و یا اصطلاحات موجود در متن یا مقاله (کدهای درونی) صاحب‌شناسنامه گردیدند. در قسمت آماره‌ها ابتدا در بخش توصیفی، با استفاده از روش‌های آمار توصیفی به ارائه نتایج توصیفی حاصل از یافته‌های پرسشنامه‌ای به صورت جداول و نمودارها پرداخته شده است. آمار توصیفی مجموعه‌ای از روش‌هایی است که برای سازمان‌دهی، خلاصه کردن، تهیه جدول، رسم نمودار، توصیف و تفسیر داده‌های جمع آوری شده از نمونه آماری به کار گرفته می‌شود. بر اساس اطلاعات موجود در جداول مربوطه بیشترین شدت میانگین‌ها در بین گویه‌ها که به سنجش میزان اهمیت فاکتورهای مربوط به برنامه درسی سواد تغذیه پرداخته‌اند، با توجه به شاخصهای مربوطه یا میانگین برگزیده میشود. در نقطه مقابل کمترین شدت میانگین‌ها نیز در نظر گرفته میشود. به منظور توصیف دقیق‌تر،

میزان اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای از دیدگاه پاسخگویان مورد بررسی، گویه‌ها مورد بحث با یکدیگر ترکیب شدند و مورد کدگذاری مجدد در قالب دسته قرار می‌گیرند. جداول در هر شاخص به ارائه شاخص‌های آماری و آماره‌های توصیفی متغیر مذکور بر حسب فراوانی، درصد پرداخته است. و نتایج زیر تحلیل گردیده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها در تحقیق کیفی یک روند تقریبی متوالی است. که به سوی توصیف و تفسیر دقیق پدیده منتهی می‌شود. و اساساً شامل ترکیب اطلاعات حاصل از منابع مختلف به صورت یک توصیف پیوسته از آنچه محقق مشاهده یا کشف کرده است، است. به عبارت دیگر تحلیل داده‌های کیفی مستلزم سازماندهی اطلاعات و تقلیل داده‌هاست. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل از این پژوهش در هر دو سطح از روش کدگذاری موضوعی استفاده شده است. یعنی در سطح اول پس از انجام مصاحبه و پیاده نمودن مصاحبه‌ها بر روی کاغذ از کدگذاری باز (شامل خواندن خط به خط داده‌ها، استخراج مفاهیم و جملات و خاطرات اصلی، تشکیل مقولات و طبقات اولیه) و کدگذاری محوری (شامل طبقه بندی داده‌ها، مشخص نمودن زیر طبقات) و کدگذاری انتخابی (گزینشی) شامل تشکیل مقولات اصلی و نهایی از مقولات ایجاد شده توسط کدگذاری محوری نیز استفاده گردید. مراحل تجزیه و تحلیل به شیوه کدگذاری موضوعی: مرحله اول: برای هم احساس شدن با شرکت کنندگان، همه مطالب به دقت خوانده و عبارات مهم و مرتبط، استخراج شد. مرحله دوم: پژوهشگر سعی در بیرون آوردن مفاهیم مرتبط با پژوهش و پدیده مورد بررسی از متن نمود. مرحله سوم: مفاهیم مرتبط با هر متن، استخراج شد. مرحله چهارم: مفاهیم استخراج شده از مرحله یک: در دسته‌های هم مفهوم قرار گرفت. این کدها بر اساس پدیده‌های کشف شده در داده‌ها که مستقیماً به پرسش تحقیق مربوط می‌شوند، دسته بندی شد. مرحله پایانی: پژوهشگر میان پدیده‌های اصلی بدست آمده دست به انتخاب زده و در نتیجه مقولات محوری شکل می‌گیرد. برای تهیه عنوان و نام برای کدها از ادبیات تخصصی حوزه‌های سواد تغذیه و یا از اصطلاحات موجود در متن استفاده گردید. تحقیقات فوق درباره نگرش و رفتارهای مصرف مواد غذایی در بین دانش آموزان مدارس نشان داد که آموزش‌های مدرسه‌ای به طور چشمگیری به تغییر مثبت نگرش‌های تغذیه‌ای دانش آموزان منجر شده است. این آموزش‌ها از

طریق تلفیق موضوع تغذیه سالم در کتاب‌های درسی، دعوت از کارشناسان تغذیه برای آشناسازی نوجوانان با نحوه انتخاب غذاهای سالم و هم چنین بازدید از کارخانه‌های تولید مواد غذایی سالم، و... انجام شده است. در مجموع مرور مطالعات فوق بیانگر ضرورت توجه به آگاهی درباره سلامت جسمانی و تغذیه‌ای دانش آموزان نوجوان است که این مهم نیازمند شناسایی وضعیت موجود برنامه‌های آموزشی و درسی مدارس و انجام پژوهش‌های دقیق و کاربردی است این پژوهش‌ها در برنامه‌های نظام آموزش و پرورش است. همچنین نتیجه گرفته شده است که برای رسیدن به سطح مطلوب آگاهی تغذیه‌ای برنامه‌های توسعه یافته آموزشی و استراتژی‌های مناسب تری مورد نیاز است. لزوم ایجاد برنامه‌های مداخلاتی به نوجوانان جهت ایجاد تأثیرات رفتاری بر روی آنان و در سطوح محیطی و فردی و رفتاری از فعالیت‌های قابل اشاره در این تحقیقات است و تأکید بر لزوم وجود یک میزان مورد قبول جهانی از دانش تغذیه‌ای مردم، علی‌رغم مطالعات انجام شده در زمینه ارزیابی سطح آگاهی تغذیه‌ای جمعیت‌های دسته بندی شده کشوری و لزوم توسعه برنامه‌های آموزشی تغذیه در به وجود آوردن تغییراتی در رفتارهای غذایی گروه‌های سنی مانند نوجوانان از موارد اشاره شده در این تحقیق بود. آگاهی تغذیه‌ای تنها عاملی نیست که بتواند عملکرد تغذیه‌ای افراد را تحت تأثیر قرار دهد و عوامل دیگری از جمله، نیازهای فیزیولوژیک، تصویر ذهنی افراد از خودشان، دسترسی به مواد غذایی، وسایل ارتباط جمعی و به ویژه ترجیحات غذایی عملکرد دوستان، همه از جمله عواملی هستند که عملکرد تغذیه‌ای افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهند. با طرح الگوی برنامه درسی در این تحقیق، در نظر است تا با تعیین اعتبار برنامه درسی سواد تغذیه‌ای دانش آموزان دوره متوسطه، به نتایجی ارزشمند در راستای ارائه برنامه جامع دست یافته شود. در این برنامه لازم است تا با نتایج بدست آمده و تعیین اعتبار مقوله‌های تعیین شده، فاکتورهای مورد نظر جهت تعیین اعتبار برنامه درسی سواد تغذیه مورد تأیید قرار گیرد، این نتایج به شرح زیر است: در مجموع می‌توان خروجی حاصل از بحث آماره‌های توصیفی را در قالب چهار بعد به صورت نمودار زیر ارائه کرد. (نگاه کنید به نمودار ۵-۱)



نمودار ۵-۱ توزیع فراوانی پاسخگویان به تفکیک ابعاد چهارگانه متغیر سواد تغذیه ای

آمار استنباطی

اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای چیست ؟

در بخش آماره‌های توصیفی به تفصیل در ارتباط با هفت گویه‌ای که در جهت سنجش این متغیر مورد استفاده قرار گرفته شد، آماره‌ها ارائه گردید. بررسی‌ها نشان داد که سه هدف عمده‌ای که در بین اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای از توزیع فراوانی بالایی برخوردار می‌باشند بدین ترتیب است. الف. آشنایی با اصول تغذیه صحیح (سالم غذاخوردن) است. ۸۸ درصد پاسخگویان این موضوع را دارای اهمیت بالایی در بین فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای دانسته‌اند. شرط اصلی سالم زیستن تغذیه صحیح است، تغذیه صحیح یعنی رعایت دو اصل تعادل و تنوع در برنامه غذایی روزانه. به عبارت دیگر تعادل یعنی مقادیر کافی از مواد مورد نیاز برای حفظ سلامت بدن است و تنوع یعنی مصرف انواع مختلف مواد غذایی که در ۵ گروه غذایی معرفی می‌شوند. ب. ۸۶ درصد پاسخگویان فاکتور ارزیابی وضعیت بدنی و تعدیل و تنظیم وزن نوجوانان و پایش رشد، با توجه به شاخصهای مربوطه (ارزیابی چاقی و لاغری) را به عنوان دومین شاخص مهم در بین فاکتورهای اهداف برنامه درسی ذکر کرده‌اند. ج. سومین فاکتور مهم تأثیرگذار که از دیدگاه کارشناسان و صاحب‌نظران در بحث سواد تغذیه‌ای باید مورد توجه قرار گرفته شود عبارت است از اصلاح نگرش و عملکرد نوجوانان و افزایش آگاهی‌های اجتماعی در مورد تغذیه صحیح (KAP). بررسی سه گویه‌ای که دارای بیشترین میزان توجه بوده‌اند نشان می‌دهد که به نحوی آشنایی دانش آموزان با

روش‌هایی که تغذیه سالم را از ناسالم تفکیک کنند؛ می‌تواند زمینه‌سازی باشد در جهت اصلاح نگرش و عملکرد نوجوانان و افزایش آگاهی‌های آنها در ارتباط با تغذیه صحیح که در نتیجه به تعدیل و تنظیم وزن نوجوانان و پایش رشد آنها منجر خواهد شد. سایر اهداف به ترتیب شدت پاسخ‌ها (زیاد و خیلی یاد) عبارتند از: آشنایی با مسائل روانشناختی ناشی از تغذیه (استرس و اضطراب و...)، اصلاح الگوی مصرف و آموزش محتوی مناسب برنامه سواد تغذیه (سلامت غذای موجود)، تامین امنیت غذایی و توجه به هرم غذایی مطلوب و بهبود ارائه و نگهداری مواد غذایی. بررسی موارد فوق محقق را به این سمت سوق داده است که به نظر می‌رسد میزان اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه استان یزد افزایش یافته است. به منظور سنجش این سوال، با توجه به اینکه متغیر اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای در سطح سنجش فاصله‌ای قرار گرفته است. از آزمون تی تک نمونه استفاده شده است. این آزمون زمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد که یک نمونه از جامعه داریم و می‌خواهیم میانگین آن را با یک حالت معمول، رایج و استاندارد و یا حتی یک عدد فرضی و مورد انتظار مقایسه کنیم (حبیب پور و صفری‌شالی، ۱۳۹۰: ۵۳۸). در پژوهش حاضر، نمونه مورد بررسی کارشناسان و افراد صاحب نظر در حیطه مسائل تغذیه‌ای دانش‌آموزان می‌باشند؛ لذا طبق توضیحات ذکر شده، آزمون تی تک نمونه انتخاب مناسبی جهت سنجش وضعیت این بعد از سواد تغذیه‌ای است.

جدول شماره ۱- اماره‌های توصیفی تی-تک نمونه

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه	۱۰۰	۳/۶۶	۰/۱۲۹

مطابق خروجی بدست آمده از آزمون تی تک نمونه، میانگین اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای ۳/۶۶ است. میانگین مفروض محاسباتی ۳/۳۰ است. بررسی

اختلاف میانگین نشان می‌دهد که میانگین نمونه واقعی مورد بررسی به اندازه ۰/۰۶۶ از میانگین مفروض بیشتر است.

جدول شماره ۲- خروجی آزمون تی تک نمونه

میانگین مفروض = ۳/۳۰				
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	سطح معنی-داری	اختلاف میانگین
اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه-درسی سواد تغذیه	۵/۱۲۴	۹۹	۰/۰۰۰	۰/۰۶۶

مطابق آماره تی، ۵/۱۲۴ و سطح معنی‌داری ۰/۰۰۰ که در سطح کمتر از ۰/۰۵ قرار دارد می‌توان گفت که این اختلاف میانگین از نظر اماری معنی‌دار است. به عبارتی میزان اهمیت فاکتورهای اهداف برنامه درسی سواد تغذیه‌ای در حال جذب افزایش توجه است. بنابراین نتایج، فاکتورهای سوال پژوهشی مطرح شده و مرتبط با سوال یک تحقیق حاضر مورد تأیید قرار می‌گیرد. این نشان‌دهنده‌ی این امر است که سواد تغذیه به عنوان یکی از فاکتورهای مهم در اهداف برنامه درسی مورد توجه قرار گرفته و این توجه دارای افزایش شدت است. با توجه به اینکه گویه‌های تشکیل دهنده‌ی متغیر اهمیت فاکتورهای برنامه درسی سواد تغذیه‌ای بر روی طیف لیکرت مورد سنجش قرار گرفته است. به منظور سنجش معنی‌داری یا عدم معنی-داری تک تک گویه‌ها از آزمون کای اسکوئر تک متغیره استفاده شده است. جدول شماره - ۳ خروجی مربوط به این آزمون را به تفکیک گویه‌ها نشان می‌دهد.

جدول ۳- خروجی آزمون کای اسکوئر تک متغیره به تفکیک گویه‌ها

نتیجه		سطح معنی- داری	درجه آزادی	آماره کای اسکوئر	گویه
رد	تأیید				
	*	۰/۰۰۰	۳	۵۷/۷۲۰	ارزیابی وضعیت بدنی و تعدیل و تنظیم وزن نوجوانان و پایش رشد، با توجه به شاخصهای مربوطه (ارزیابی چاقی و لاغری)
	*	۰/۰۰۰	۳	۴۳/۱۶	آشنایی با مسائل روانشناختی ناشی از تغذیه (استرس و اضطراب و...)
	*	۰/۰۰۰	۴	۷۴/۱۰	تامین امنیت غذایی و توجه به هرم غذایی مطلوب
	*	۰/۰۰۰	۴	۵۳/۰۰	بهبود ارائه و نگهداری مواد غذایی
	*	۰/۰۰۰	۲	۴۹/۵۲	آشنایی با اصول تغذیه صحیح (سالم غذا خوردن)
	*	۰/۰۰۰	۳	۳۸/۳۲	اصلاح الگوی مصرف و آموزش محتوی مناسب برنامه سواد تغذیه (سلامت غذای موجود)
	*	۰/۰۰۰	۳	۴۰/۷۲	اصلاح نگرش و عملکرد نوجوانان و افزایش آگاهی- های اجتماعی در مورد تغذیه صحیح (kAp)

سوال شماره ۲. محتوی برنامه درسی سواد تغذیه ای، کدام است؟

در سوال شماره یک، این امر مورد تأکید قرار گرفته است که دانش‌آموزان بیشتر از فاکتور دیگری باید با اصول تغذیه سالم آشنایی پیدا کنند؛ بنابراین لازم است این نکته مورد بررسی قرار گیرد که محتوی برنامه درسی ای که در ارتباط با سواد تغذیه قرار است در اختیار دانش‌آموزان قرار داده شود چیست. بدین منظور با توجه به مولفه‌هایی که از بخش کیفی تحقیق استخراج گردید به بررسی هفت گویه پرداخته شد. بررسی نظرات کارشناسان و صاحب‌نظران نشان داد که مهمترین فاکتورهایی که در محتوی برنامه درسی سواد تغذیه‌ای باید گنجانده شود عبارتند از: الف. گروههای غذایی مفید و مورد نیاز بدن، ۸۵ درصد پاسخگویان اهمیت این فاکتور را در سطح بالایی (۳۹ درصد=زیاد و ۴۶ درصد=خیلی زیاد) ارزیابی کرده اند. ب. دومین نکته مهمی که در امر محتوی برنامه درسی لازم است مورد توجه قرار گیرد

انواع غذاهای مورد نیاز در گروه اصلی غذایی: ۱- گروه نان و غلات، ۲- گروه گوشت، تخم مرغ، حبوبات و مغزها ۳- گروه شیر و لبنیات ۴. گروه میوه‌ها و سبزی‌ها است. و ج. تاثیر تغذیه سالم در ایجاد سبک زندگی و روانشناختی به عنوان سومین مسأله مهم مورد تأکید اکثریت کارشناسان و صاحب نظران حوزه تغذیه و سلامت است. به نظر می‌رسد میزان اهمیت فاکتورها- ی مورد نیاز جهت انتخاب محتوی برنامه درسی سواد تغذیه نوجوانان افزایش یافته است. به منظور سنجش فرضیه مطرح شده پیرامون سوال دوم تحقیق، با توجه به اینکه سطح سنجش متغیر مورد بررسی در سطح فاصله‌ای قرار دارد؛ همچنین نرمال بودن توزیع متغیر از آزمون تی- تک نمونه‌ای استفاده شده است. خروجی بدست آمده در قالب دو جدول آماره‌های توصیفی و آماره‌های استنباطی آزمون تی تک نمونه قابل بحث و بررسی است.

جدول شماره ۴ آماره‌های توصیفی تی- تک نمونه

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
اهمیت فاکتورهای مورد نیاز جهت انتخاب محتوای برنامه درسی سواد تغذیه	۱۰۰	۳/۳۴	۰/۱۶۳

میانگین اهمیت فاکتورهای مورد نیاز جهت انتخاب محتوای برنامه درسی سواد تغذیه در سطح ۳/۳۴ قرار دارد. محاسبه میانگین مفروض نشان دهنده‌ی عدد ۳/۲۲ است. در جهت دریافت معنی داری یا عدم معنی داری این اختلاف به بررسی خروجی حاصل از جدول زیر پرداخته شده است.

جدول شماره ۵- خروجی آزمون تی تک نمونه

میانگین مفروض = ۳/۲۲				
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	سطح معنی- داری	اختلاف میانگین
اهمیت فاکتورهای مورد نیاز جهت انتخاب محتوای برنامه درسی سواد تغذیه	۷/۹۴۹	۹۹	۰/۰۰۰	۰/۱۲۹

بررسی تفاوت میانگین موید این مطلب است که میانگین اهمیت فاکتورهای مورد نیاز جهت انتخاب محتوای برنامه درسی سواد تغذیه‌ای به اندازه ۰/۱۲۹ از میانگین محاسباتی بیشتر است. مطابق آماره تی بدست آمده ۷/۹۴۹ و سطح معنی‌داری ۰/۰۰۰ که در سطح کمتر از ۰/۰۵ قرار دارد توان گفت اهمیت فاکتورهای مورد نیاز جهت انتخاب محتوای برنامه درسی سواد تغذیه‌ای دانش آموزان دوره متوسطه دوم از منظر کارشناسان مورد بررسی در حال افزایش است و این افزایش معنی‌دار است؛ لذا فاکتورهای سوال پژوهشی حاضر نیز مورد تأیید قرار می‌گیرد.

بررسی معنی‌داری گویه‌های تشکیل دهنده این بعد از سواد تغذیه‌ای با استفاده از آزمون کای اسکوئر تک متغیره و به تفکیک گویه‌ها مورد سنجش قرار گرفته است.

جدول ۶- خروجی آزمون کای اسکوئر تک متغیره به تفکیک گویه‌ها

نتیجه		سطح معنی‌داری	درجه آزادی	آماره کای اسکوئر	گویه
رد	تأیید				
	*	۰/۰۰۰	۲	۱۵/۸۶	گروههای غذایی مفید و مورد نیاز بدن
	*	۰/۰۰۰	۴	۵۲/۳۰	استانداردهای قد و وزن در سنین مختلف و اهمیت تغذیه در تنظیم فاکتورهای رشدی ایده ال (BMI)
	*	۰/۰۰۰	۴	۵۵/۷	تهیه و نگهداری و مصرف مواد غذایی سالم و آموزش هرم غذایی
	*	۰/۰۰۰	۴	۵۵/۰	مواد غذایی لازم برای بدن، شامل پروتئینها، هیدرات‌های کربن، چربی‌ها، ویتامین‌ها و مواد معدنی
	*	۰/۰۰۰	۴	۷۶/۶	انواع غذاهای مورد نیاز در گروه اصلی غذایی: ۱- گروه نان و غلات، ۲- گروه گوشت، تخم مرغ، حبوبات و مغزها ۳- گروه شیر و لبنیات ۴. گروه میوه‌ها و سبزی‌ها
	*	۰/۰۰۰	۴	۸۴/۲	کسب دانش، آگاهی و مهارت و نگرش مناسب برای انتخاب غذای سالم
	*	۰/۰۰۰	۳	۴۴/۸۸	تاثیر تغذیه سالم در ایجاد سبک زندگی و روانشناختی

سوال شماره ۳. روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه‌ای، چه روشهایی هستند؟ نکته‌ای که بسیار حائز اهمیت است، این امر است که هر چند که سواد تغذیه‌ای دارای اهمیت است و محتوی آن و تدوین محتوا برجسته است؛ در صورتی که از روشهای مناسبی جهت انتقال محتوا استفاده نگردد؛ میزان خروجی و بازده کار مطلوب نخواهد بود. بدین ترتیب بررسی روش‌های مناسب تدریس به عنوان سومین بعد در این تحقیق مورد بحث واقع گردیده است. بررسی‌ها مطابق آماره‌های توصیفی نشان داد که روش الف. برگزاری همزمان برنامه‌های عملی و آموزشی، ب. آموزش در قالب آموزشهای فردی و گروهی و ج. پخش فیلمهای آموزشی دارای بیشترین میزان اهمیت از دیدگاه افراد مورد بررسی هستند. به عبارتی هر سه روش مورد تأکید؛ به نحوی در قالب روشهای عملی قرار می‌گیرند. در بین ۱۴ روش مورد بررسی، آموزش غیرمستقیم با کمک وسایل ارتباط جمعی و سایر رسانه‌های آموزشی و همگانی دارای کمترین میزان تناسب در جهت تدریس درس سواد تغذیه‌ای مطرح است. بررسی سوم، این فرض را مطرح می‌کند که به نظر می‌رسد به نظر می‌رسد میزان اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه‌ای در دانش آموزان دوره دوم متوسطه استان یزد افزایش یافته است. در جهت سنجش چگونگی اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه‌ای در دانش آموزان دوره دوم متوسطه استان یزد، طبق سطح سنجش متغیر مذکور از آزمون تی تک نمونه استفاده شده است.

جدول شماره ۷- آماره‌های توصیفی تی-تک نمونه

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه	۱۰۰	۳/۹۳	۰/۲۰۱

میانگین اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه‌ای در بین نمونه مورد بررسی ۳/۹۳ با انحراف معیار ۰/۲۰۱ است. میانگین مفروض ۴/۶۳ است. بررسی تفاوت میانگین نشان می‌دهد که میانگین نمونه واقعی از میانگین مفروض به اندازه ۰/۲۹۶ بیشتر است.

جدول شماره ۸- خروجی آزمون تی تک نمونه

میانگین مفروض = ۴/۶۳				
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	سطح معنی داری	اختلاف میانگین
اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه	۱۴/۷۰۳	۹۹	۰/۰۰۰	۰/۲۹۶

مطابق آماره تی ۱۴/۷۰۳ و سطح معنی داری ۰/۰۰۰ که در سطح کمتر از ۰/۰۵ قرار دارد می‌توان گفت که میانگین اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه‌ای از منظر کارشناسان مورد بررسی در حال افزایش است. و این افزایش معنی دار است. لذا فاکتورهای سوال پژوهشی حاضر مورد تأیید قرار می‌گیرد و نظرات خلاف آن رد می‌گردد. با توجه به اینکه گویه‌های تشکیل دهنده‌ی متغیر اهمیت انواع روش‌های مناسب تدریس درس سواد تغذیه بر روی طیف لیکرت مورد سنجش قرار گرفته است. به منظور سنجش معنی داری یا عدم معنی داری تک تک گویه‌ها از آزمون کای اسکوئر تک متغیره استفاده شده است.

جدول ۹- خروجی آزمون کای اسکوئر تک متغیره به تفکیک گویه‌ها

نتیجه	سطح معنی داری	درجه آزادی	آماره کای اسکوئر	گویه	رد
					تأیید
*	۰/۰۰۰	۴	۲۱/۵	کارگاه‌های آموزشی	
*	۰/۰۰۰	۴	۴۶/۴	دعوت از والدین دانش‌آموزان جهت آموزش مفاهیم اساسی	
*	۰/۰۰۰	۴	۵۸/۴	برگزاری همزمان برنامه‌های عملی و آموزشی	
*	۰/۰۰۰	۴	۳۴/۰	حضور در مراکز خاص مانند مرکز دیابت و مشاهده نمونه‌های بالینی و درمانی.	
*	۰/۰۰۰	۴	۴۴/۸	پخش فیلمهای آموزشی	
*	۰/۰۰۰	۴	۴۴/۷	بازدیدهای علمی و میدانی از مراکز تهیه مواد غذایی	
*	۰/۰۰۰	۴	۵۹/۵	برگزاری تحقیق آموزشی، نظر سنجی، و مباحثات	

گروهی پیرامون موضوع				
*	۰/۰۰۰	۴	۷۹/۲	آموزش در قالب آموزشهای فردی و گروهی پرسش و پاسخ
*	۰/۰۰۰	۴	۴۸/۶	آموزش مستقیم معلم یا کارشناس با حضور فیزیکی در کلاس درس و استفاده از امکانات موجود
*	۰/۰۰۰	۴	۴۹/۳	آموزش غیرمستقیم با کمک وسایل ارتباط جمعی و سایر رسانه‌های آموزشی وهمگانی
*	۰/۰۰۰	۴	۵۴/۷	وسایل کمک آموزشی، نظیر اسلاید، پوستر، فیلم استریپ، مولاژها، دستگاه اویک و اورهد
*	۰/۰۰۰	۴	۲۹/۷	سخنرانی
*	۰/۰۰۰	۴	۴۶/۲	اجرای نمایش
*	۰/۰۰۰	۴	۵۳/۵	همیاری

سوال شماره چهار: روش‌های ارزشیابی درس سواد تغذیه‌ای کدامند؟

در فرایند تدریس، مرحله نهایی ارزشیابی است تا به نحوی بازخورد کار انجام شده دریافت گردد. این بازخورد پایانی به روش‌های مختلف میتواند مورد آزمون قرار گیرد. در بحث سواد تغذیه‌ای، طبق بررسی‌های انجام شده روشهای ارزشیابی که از اهمیت بالایی برخوردار بودند به ترتیب عبارتند از: الف. انجام فعالیت‌های آموزشی مناسب با اهداف رفتاری در بخش‌های عملی پایانی نوبت اول و دوم: به عبارتی باید بین اهداف و خروجی که از دانش-آموزان انتظار می‌رود در این درس و پیرامون موضوع سواد تغذیه‌ای فرا بگیرند هماهنگی وجود داشته باشد. ب. تنظیم برنامه‌ی غذایی پیشنهادی روزانه و هفتگی برای نوجوانان ج. برگزاری آزمون عملی: همانطور که در بخش محتوی ارائه شده، مطالب عملی بیشتر مورد اهمیت و تأکید قرار گرفتند، در این بخش نیز در جهت ارزشیابی، سنجش به صورت عملی تا تئوری مورد توجه کارشناسان و صاحب‌نظران قرار گرفته است. سوال چهار پژوهش این فرض را به ذهن محقق منتقل ساخته است که با توجه به اهمیت مبحث درس سواد تغذیه‌ای، میزان

اهمیت میزان اهمیت انواع روش‌های ارزشیابی درس سواد تغذیه در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه استان یزد افزایش یافته است. در جهت سنجش فرضیه مذکور، از آزمون تی تک نمونه استفاده شده است. خروجی حاصل از این آزمون در جداول زیر مشهود است.

جدول شماره ۱۰- آماره‌های توصیفی تی-تک نمونه

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار
اهمیت انواع روش‌های ارزشیابی تدریس درس سواد تغذیه	۱۰۰	۳۶/۸۶	۶/۵۹

مطابق اطلاعات جدول فوق، میانگین متغیر اهمیت اهمیت انواع روش‌های ارزشیابی تدریس درس سواد تغذیه‌ای از منظر کارشناسان مورد بررسی ۳۶/۸۶ است. میانگین مفروض ۳۳/۵ است. بررسی اختلاف میانگین‌ها نشان می‌دهد که میانگین جامعه‌واقعی به اندازه ۳/۳۶ از میانگین مفروض بیشتر است.

جدول شماره ۱۱- خروجی آزمون تی تک نمونه

میانگین مفروض = ۳۳/۵				
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	اختلاف میانگین
اهمیت انواع روش‌های ارزشیابی تدریس درس سواد تغذیه	۵/۰۹۸	۹۹	۰/۰۰۰	۳/۳۶

بررسی جدول آماره‌های استنباطی تی تک نمونه نشان داد که آماره تی بدست آمده ۵/۰۹۸ و سطح معنی‌داری ۰/۰۰۰ قرار دارد. با توجه به اینکه سطح معنی‌داری بدست آمده در سطح کمتر از ۰/۰۱ قرار دارد با اطمینان ۹۹ صدم می‌توان گفت که میانگین اهمیت انواع روش‌های ارزشیابی تدریس درس سواد تغذیه‌ای از منظر کارشناسان مورد بررسی در ارتباط با دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم استان یزد در حال افزایش است. لذا می‌توان گفت فاکتورهای سوال پژوهشی حاضر مورد تأیید قرار گرفته و نظرات خلاف آن رد می‌شود. متغیر اهمیت انواع

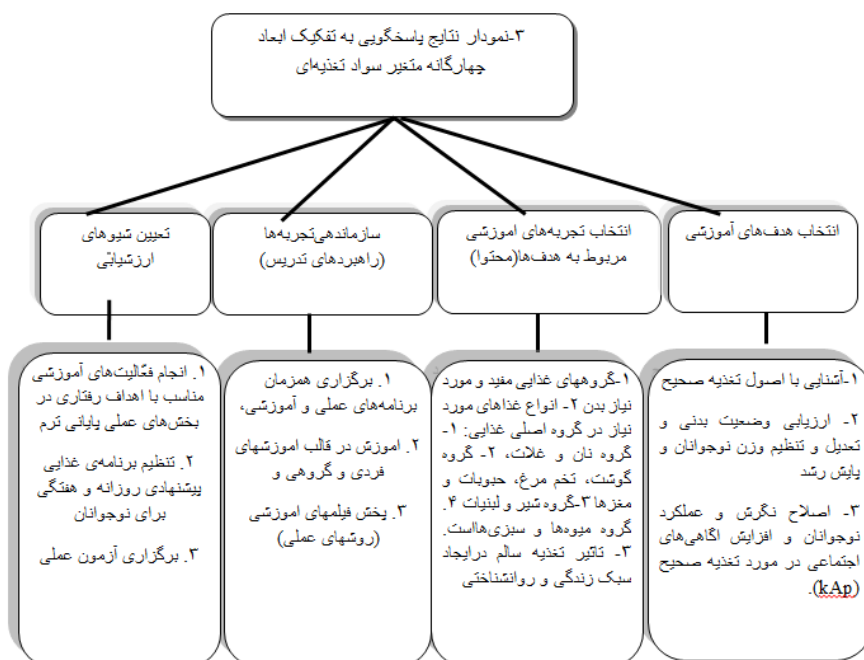
روش‌های ارزشیابی تدریس درس سواد تغذیه‌ای در قالب ۱۰ گویه مورد سنجش قرار گرفتند. تک تک گویه‌های این متغیر روی طیف لیکرت مورد سنجش قرار گرفته است. به منظور سنجش معنی‌داری یا عدم معنی‌داری تک تک گویه‌ها از آزمون کای اسکوئر تک متغیره استفاده شده است. جدول خروجی مربوط به این آزمون را به تفکیک گویه‌ها نشان می‌دهد.

جدول ۱۲- خروجی آزمون کای اسکوئر تک متغیره به تفکیک گویه‌ها

رد	نتیجه		درجه آزادی	کای اسکوئر	گویه
	تأیید	سطح معنی‌داری			
	*	۰/۰۰۰	۴	۳۶/۱۰	برگزاری آزمون شفاهی از مطالب کتب درسی و اطلاعات عمومی دانش‌آموزان
	*	۰/۰۰۰	۴	۴۲/۵۰	برگزاری آزمون عملی
	*	۰/۰۰۰	۴	۴۱/۷۰	بحث، پرسش و پاسخ و ارائه الگو توسط نوجوانان در فواصل ارائه مباحث
	*	۰/۰۰۰	۴	۵۰/۳۰	ارزشیابی مستقیم، غیرمستقیم و ارزشیابی عوامل اکولوژیک
	*	۰/۰۰۰	۴	۳۵/۲۰	بررسی مستقیم وضع تغذیه باتکیه بر روشهای کلینیکی و بالینی
	*	۰/۰۰۰	۴	۵۸/۷۰	ارایه پرسشنامه‌های کارشناسی شده پیرامون نوع تغذیه و رژیم غذایی و همچنین محتوای ارائه شده و هدفهای مورد نظر
	*	۰/۰۰۰	۴	۴۸/۵۰	انجام فعالیت‌های آموزشی مناسب با اهداف رفتاری در بخش‌های عملی پایانی نوبت اول و دوم
	*	۰/۰۰۰	۴	۶۴/۵۰	تنظیم برنامه غذایی پیشنهادی روزانه و هفتگی برای نوجوانان
	*	۰/۰۰۰	۴	۴۹/۰۰	نظم و انضباط و حضور فعال در کارگاه و فعالیت‌های گروهی و فردی
	*	۰/۰۰۰	۴	۲۸/۳۰	برگزاری آزمون به شیوه pre test-post test یا پیش آزمون - پس آزمون (قبل و بعد از آموزش)

« اساس دیدگاه تایلر در مدل پیشنهادی با بیان هدف‌های برنامه درسی آغاز شده، و به دنبال دستیابی به هدف‌هایی است که دانش‌آموز باید از طریق برنامه درسی به آنها نائل شود. انتخاب و بیان این هدفها باید مستدل و بر مبنای اطلاعات سواد تغذیه، موضوعات درسی و نیازها و علایق دانش‌آموزان باشد. در انتخاب تجربه‌های یادگیری باید مرحله رشد فراگیران، مانند سن و توانایی آنها را در نظر گرفت؛ باید به زمینه رشد آنان، پیشرفت‌های فعلی‌شان،

توجه داشت. ترجمه هدفهای آموزشی به تجارب یادگیری دانش آموزان از طریق ارتباط محتویات آموزش با سطوح رفتار، که هدف نهایی یادگیری هستند، انجام می‌گیرد. نیاز به ارزشیابی آموزشی نیز برای مشخص کردن این مهم که هدفهای آموزشی رفتاری تا چه اندازه تحقق یافته یا تجربه‌های یادگیری، در واقع نتیجه‌های مورد انتظار را ایجاد کرده‌اند، با دقت بیان شده است. برنامه ریزی برای آموزش باید شامل اهداف، طراحی و سازماندهی فعالیت‌های دانش آموزان و ارزشیابی میزان دستیابی به اهداف باشد (هاشمی، ۹۴) جهت در نظر داشتن مولفه‌های با اهمیت در طراحی برنامه درسی با توجه به نتایج فوق، گزینه‌هایی به ترتیب اولویت پیشنهاد گردیده است. که با توجه به طراحی الگوی برنامه درسی، و نیز کاربرست این اولویتها می‌توان سیستم آموزشی را با برنامه درسی متفاوت در سواد تغذیه به سوی سلامت در تغذیه و آموزش‌های سیستمی جهت حصول نتایج مطلوب هدایت نمود.



بحث و نتیجه گیری

به طور خاص، مطالعات انجام شده در مورد وضعیت سواد تغذیه‌ای دانش آموزان ایران نشان دهنده پایین بودن میزان آگاهی و عملکرد تغذیه‌ای نوجوانان است و اکثر محققین بر لزوم آموزش تغذیه‌ای تأکید داشته‌اند. دوران کودکی و نوجوانی دو دوره کلیدی در شکل‌گیری عادات تغذیه‌ای افراد در طول زندگی هستند (کریمی و همکاران، ۱۳۹۲). با توجه به این تغییرات، ضرورت برنامه‌هایی که بتوانند به ارتقا و بهبود وضعیت سلامت و تغذیه‌ی جامعه کمک کنند، به عنوان یک اولویت توسعه و سلامت عمومی مورد توجه قرار گرفته است. منظور از برنامه‌ها یا مداخله‌های تغذیه‌ای، مجموعه فعالیت‌هایی است که به منظور کمک به تغییر رفتارهای گروه یا گروه‌های هدف برای ارتقای سلامت تغذیه‌ای آنان اجرا می‌شود. بنابراین یکی از جنبه‌های مهم نظری و مهارتی در کاربردی کردن علم تغذیه، آشنایی با ابعاد طراحی، اجرا و ارزشیابی مداخله‌های تغذیه‌ای مناسب در سطوح مختلف جامعه است. (امیدوار، امین پور، ۱۳۹۱، ص ۸۸) با توجه به تحقیقات انجام شده، این تحقیق نیز با توجه به اهداف عمده، اصول تغذیه صحیح، ارزیابی وضعیت بدنی و تعدیل و تنظیم وزن نوجوانان و پایش رشد، و نیز اصلاح نگرش و عملکرد نوجوانان و افزایش آگاهی‌های اجتماعی در مورد تغذیه صحیح نشان می‌دهد که به نحوی آشنایی دانش آموزان با روش‌های تغذیه سالم؛ می‌تواند زمینه‌سازی باشد در جهت اصلاح نگرش و عملکرد نوجوانان و افزایش آگاهی‌های آنها در ارتباط با تغذیه صحیح که در نتیجه به تعدیل و تنظیم وزن نوجوانان و پایش رشد آنها منجر خواهد شد. مهمترین فاکتورهایی که در محتوی برنامه درسی سواد تغذیه‌ای در راستای نتایج این تحقیق، باید گنجانده شود عبارتند از: الف. گروه‌های غذایی مفید و مورد نیاز بدن ب- انواع غذاهای مورد نیاز در گروه اصلی غذایی ج. تاثیر تغذیه سالم در ایجاد سبک زندگی و روانشناختی که به نظر می‌رسد میزان اهمیت فاکتورهای مورد نیاز جهت انتخاب محتوی برنامه درسی سواد تغذیه نوجوانان افزایش یافته است. همچنین در صورتی که از روش‌های مناسبی جهت انتقال محتوا استفاده نگردد؛ میزان خروجی و بازده کار مطلوب نخواهد بود. بررسی‌ها مطابق آماره‌های توصیفی نشان داد که روش الف. برگزاری همزمان برنامه‌های عملی و آموزشی، ب. آموزش در قالب آموزش‌های فردی و گروهی و ج. پخش فیلم‌های آموزشی

دارای بیشترین میزان اهمیت از دیدگاه افراد مورد بررسی هستند. به عبارتی هر سه روش مورد تأکید؛ به نحوی در قالب روشهای عملی قرار می‌گیرند. روشهای ارزشیابی که در این رابطه از اهمیت بالایی برخوردار بودند عبارتند از: الف. انجام فعالیت‌های آموزشی مناسب با اهداف رفتاری در بخش‌های عملی پایانی ارزشیابی ب. تنظیم برنامه‌ی غذایی پیشنهادی روزانه و هفتگی برای نوجوانان ج. برگزاری آزمون عملی به این دلیل که مطالب عملی بیشتر مورد اهمیت و تأکید قرار می‌گیرند، در این بخش نیز در جهت ارزشیابی، سنجش به صورت عملی تا تئوری مورد توجه کارشناسان و صاحب‌نظران قرار گرفته است. از آنجا که توجه به آگاهی، نگرش و عملکرد گروههای هدف، شرط اصلی برنامه‌های ارتقای سلامت در جامعه است و نیز با توجه به اینکه علی‌رغم اجرای برنامه‌های آموزشی متعدد و متنوع در سطوح مختلف جهت ارتقای وضعیت تغذیه‌ای نوجوانان در مناطق مختلف کشور همچنان مشکلات لاینحلی در این زمینه وجود دارند. بر این اساس مطالعه حاضر با هدف طراحی و اعتبار بخشی الگوی برنامه درسی سواد تغذیه‌ای برای دوره متوسطه دوم و بررسی دیدگاههای موجود در خصوص الگوها و باورهای تغذیه‌ای این گروه سنی طراحی و اجرا گردیده است.

بر اساس یافته‌های تحقیق چند پیشنهاد زیر مطرح میشود:

انجام پژوهش‌های لازم در راستای بررسی برنامه تغذیه گروههای مختلف در سطح کشور و اصلاح نیازهای موجود بر اساس نتایج حاصله
پژوهش در خصوص اصلاح و بازنگری در الگوهای برنامه درسی دروس تغذیه در محتوای برنامه درسی

لحاظ کردن مستمر موضوعات و مصوبات آموزشی و مهارتی جدید در تحقیقات و نتایج مصوب

معرفی گروههای غذایی مفید و مورد نیاز بدن و انواع غذاهای مورد نیاز در گروه اصلی غذایی در جشنواره‌های غذایی مدارس و استفاده از پتانسیل خانواده و مدرسه در این برنامه‌ها
معرفی تاثیر تغذیه سالم در ایجاد سبک زندگی و روانشناختی مورد تأکید کارشناسان و صاحب‌نظران حوزه تغذیه و سلامت و برپایی برنامه‌های آموزشی در این راستا

منابع

- ۱- امیدوار، نسرین. رحمانی، خدیجه. قوام صدری، مریم. (۱۳۸۶)، تغذیه و بهداشت مواد غذایی، دفتر برنامه ریزی و آموزش فنی و حرفه‌ای، تهران، اقبال، ص ۲۹
- ۲- جهانگیری، جهانگیر، رجبی، ماهرخ، (۱۳۸۰)، بررسی فرهنگ و سواد تغذیه‌ای زنان در شهر شیراز، مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، (پیاپی ۳۲)، دوره شانزدهم، شماره دوم ویژه نامه علوم اجتماعی. صص ۱۸۰-۱۶۷
- ۳- چوبینه، محمد امین. نظری حصار، سیما. حسین، دردانه. حقیقی زاده، محمد حسین، (۱۳۸۸)، بررسی میزان آگاهی تغذیه‌ای در دختران دبیرستانی شهر اهواز و تأثیر آموزش بر آن. مجله عمومی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، شماره ۱. صص ۹۳-۵۴
- ۴- حبیب پور، کرم. صفری شالی، رضا. (۱۳۹۰). راهنمای جامع SPSS در تحقیقات پیمایشی. تهران: متفکران. لویه
- ۵- خلیج، محمد. محمدی زیدی، عیسی، (۱۳۸۵)، بررسی میزان تأثیر آموزش بهداشت در تغییر آگاهی و رفتارهای تغذیه‌ای دانش آموزان مدارس ابتدایی در شهر قزوین سال ۱۳۸۵. دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، صص ۱۱۰-۹۰
- ۶- دلوریان زاده، مهری. خسروی، احمد. تقوی، نزهت السادات. بلبلی حقیقی، ناهید. صادقیان، فریده. خطیبی، محمد رضا، (۱۳۹۱)، ارزیابی تغذیه‌ای دختران نوجوان مدارس شهر شاهرود، فصل نامه دانش و تندرستی، شماره ۱. صص ۲۹-۱۸
- ۷- دینی، حسین و همکاران، (۱۳۹۱)، آگاهی، باور و رفتار مصرف مواد غذایی در بین دانشجویان یک دانشگاه نظامی: کاربرد الگوی انتقاد بهداشتی، مجله طب نظامی، دوره ۱۴، شماره ۳، صفحات ۲۱۳-۲۰۶.
- ۸- رسولی، آرزو، (۱۳۸۸)، بررسی تأثیر برنامه آموزشی مدرن بر رفتارهای تغذیه‌ای دانش آموزان دختر دوره راهنمایی، صص ۸۰-۷۵
- ۹- رفیعان، مصطفی، (۱۳۹۳)، تحلیل محتوای کتاب‌های درسی علوم تجربی دوره ابتدایی از نظر میزان توجه به سواد تغذیه، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، ص ۱۶

- ۱۰- سپاهی و همکاران، ۱۳۹۲، تاثیر آموزش تغذیه در دوران بلوغ بر آگاهی و عملکرد تغذیه ای دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی شهر بیرجند، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۳۹۲، ۲(۲)، صص ۲۱۱-۲۱۸
- ۱۱- سرمد، زهره، عباس بازرگان و الهه حجازی. (۱۳۸۳). روش های تحقیق در علوم رفتاری. تهران: انتشارات آگاه. ص ۵۶
- ۱۲- علیمردانی، داوود. پورنجف، عبدالحسین. جوهری، غلامرضا، (۱۳۸۵)، تأثیر آموزش اصول تغذیه بر میزان آگاهی زنان تشکل های غیردولتی شهرستان ایلام در سال ۸۳-۸۲ مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، شماره اول. صص ۹۰-۶۷
- ۱۳- فریور، فرشاده و همکاران، (۱۳۸۸)، آگاهی، نگرش و عملکرد خانوارهای شهری در خصوص اصول کاربردی تغذیه، مجله تخصصی اپیدمیولوژی ایران، دوره ۵، شماره ۲، صفحات ۱۸-۱۱.
- ۱۴- کریمی، هنگامه و همکاران، (۱۳۸۲)، ارزیابی وضعیت جسمانی و تغذیه ای کودکان دبستانی شهر رامسر. مجله دانشگاهی علوم پزشکی بابل، دوره دهم، شماره ۱، فروردین- اردیبهشت ۱۳۸۷، صفحه ۷۶-۶۷.
- ۱۵- کریمی، هنگامه و همکاران، (۱۳۹۴)، الگوی مصرف مواد غذایی، صبحانه و میان وعده در دانش آموزان دوره اول متوسطه. پرستاری و مامایی جامع نگر، سال ۲۵، شماره ۷۶، ۶۷-۶۶
- ۱۶- کیان، مریم، (۱۳۹۴)، تحلیل برنامه درسی مغفول سواد تغذیه ای در دوره تحصیلی متوسطه، دو فصلنامه نظریه و عمل در برنامه درسی، سال سوم، شماره ۶، صص ۱۲۰-۱۰۱.
- ۱۷- هاشمی، سید احمد، (۱۳۹۴)، برنامه ریزی درسی. اصول و کاربرد. تهران، دانشگاه آزاد اسلامی لامرد، ۸۷-۴۵
- ۱۸- یارپرور، امیرحسین؛ امیدوار، نسرين؛ گلستان، بنفشه؛ کلاتتری، ناصر؛- (۱۳۸۵) بررسی وضعیت تغذیه ای و برخی عوامل مرتبط با آن در کودکان پیش دبستانی ۶ تا ۵۹

ماهه در مناطق آسیب دیده از زلزله شهرستان بم-مجله: علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران

« تابستان - شماره ۱ - ص ۴۶

- 19- Blanc, Estela And Boutella, Kerri. (2011). Maternal Attitudes And Behaviors Regarding Feeding Practices in elementary school- aged. Journal of the academy of nutrition and dietetics, 79 (6): 759- 771.
- 20- Akhavan A, jazayeri A. (1990) evaluation of nutrition- KAP In guidance school (12 zone of Tehran). The sixth congress of nutrition. Ahvaz. 11-43
- 21- Makowske, M. and R. D. Feinman, Nutrition education: a questionnaire for assessment and teaching. Nutrition journal, 2005. 4(1): p. 2.
- 22- Mirmiran, Parvin(2018),Faculty of Nutrition Sciences and Food Technology, National Nutrition and Food Technology Research Institute, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran
- 23- pon LW, Nooraini my, ong FB, Adeeb N, Seri SS, Shamsudin mohammad AL, Hapizah N, et al. diet,(2006)nutritional knowledge and health status of urban middle- aged Malaysian woman. Asia pac J Clin Nutr. 15: 38- 99.
- 24- Velazquez, Cayley. E. et, Al. (2015). A Comparison Of Dietary Practices Between Elementary And Secondary School Student In Vancouver, Canada. Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics. 158-178
- 25- Von Ranson, K, M, Klump, K, L, Lacono, W, G And Mc Gue, M. (2005). Minnesota eating attitudes and behaviors. Eating Behaviors, 6, pp: 365-392. and Their stability over Time. J Nutr. 2009: 139: 323-328

