

نگاهی به نتایج یک پژوهش در شهر تهران

# وضعیت تغذیه کودکان پیش دبستانی و تأثیر آن بر رشد شناختی، دقت و تمرکز و توانایی حل مسئله

نسترن مسعودنیا

کارشناس ارشد آموزش و پرورش پیش از دبستان

کلیدواژه‌ها:

تغذیه، گروه‌های غذایی، حل مسئله، تمرکز.

در این پژوهش، جامعه‌ی مورد مطالعه تمامی کودکان ۵ تا ۶ ساله‌ی دوره‌ی پیش دبستان شهر تهران بودند که در سال ۸۹-۱۳۸۸ زیر پوشش سازمان بهزیستی قرار داشتند. حجم نمونه، طبق اصول علمی و با استفاده از روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای، ۱۰۰ نفر تعیین شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از سه ابزار به شرح زیر استفاده کردیم:

الف) پرسش‌نامه‌ی وضعیت تغذیه‌ی کودکان که دارای ۴۰ سؤال ۵ گزینه‌ای در هفت بعد به این شرح بود: ۱. فرم اطلاعاتی کودک، ۲. وعده‌های غذایی، ۳. گروه شیر و لبنیات، ۴. گروه نان و غلات (کربوهیدرات‌ها یا مواد نشاسته‌ای)، ۵. گروه گوشت و حبوبات، ۶. گروه سبزی‌ها و میوه‌ها، ۷. تنقلات.  
ب) آزمون رشد شناختی ردیف‌بندی کردن عملیاتی بر اساس نظام پیازه در سه مرحله‌ی عدم نگه‌داری ذهنی، نگه‌داری بینابینی و نگه‌داری ذهنی.

ج) خرده آزمون کلامی و کسلر (دقت و تمرکز).

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و نمودار) و برای آزمون سؤال‌های پژوهش از آمار استنباطی (آزمون t، فریدمن و رگرسیون چند متغیره) استفاده شد. نتایج این پژوهش نشان داد:

۱. وضعیت تغذیه‌ی کودکان در گروه سبزی‌ها و میوه‌ها نامناسب و پایین‌تر از حد انتظار بود، ولی در سایر گروه‌های غذایی، شامل گروه شیر و لبنیات، گروه نان و غلات (کربوهیدرات‌ها یا مواد نشاسته‌ای) و گروه گوشت و حبوبات، بالاتر از حد انتظار و مطلوب بود.

۲. کودکان پیش دبستانی از بین گروه‌های غذایی، گروه شیر و لبنیات را بیشتر مصرف می‌کنند و سبزی و میوه‌ی چندانی نمی‌خورند.

۳. میانگین نمره‌ی قسمت اول پیازه (۳/۲۷) بین کودکان پیش دبستانی بیشتر و بزرگ‌تر از نمره‌ی قسمت دوم (۲/۴۵) آن است.

۴. نوع تغذیه کودکان پیش دبستانی بر میزان دقت و تمرکز آن‌ها دارای تأثیر معنی‌داری است.

۵. نوع تغذیه کودکان پیش دبستانی بر چگونگی حل مسئله توسط

آنان، اثر معنی‌داری دارد.



تحقیق حاضر، به راهنمایی دکتر فرخنده مفیدی و مشاوره‌ی

دکتر قدسی احقر در دانشگاه علامه طباطبائی

انجام شده است.