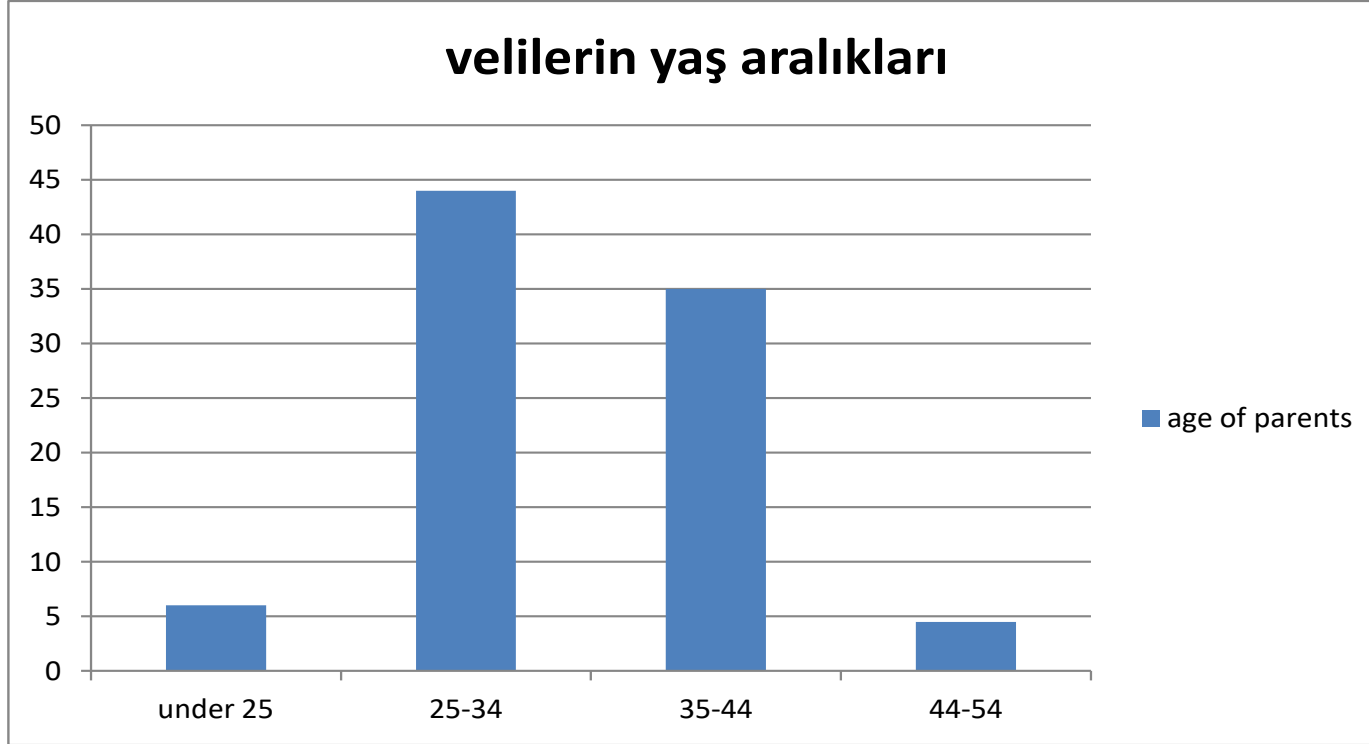


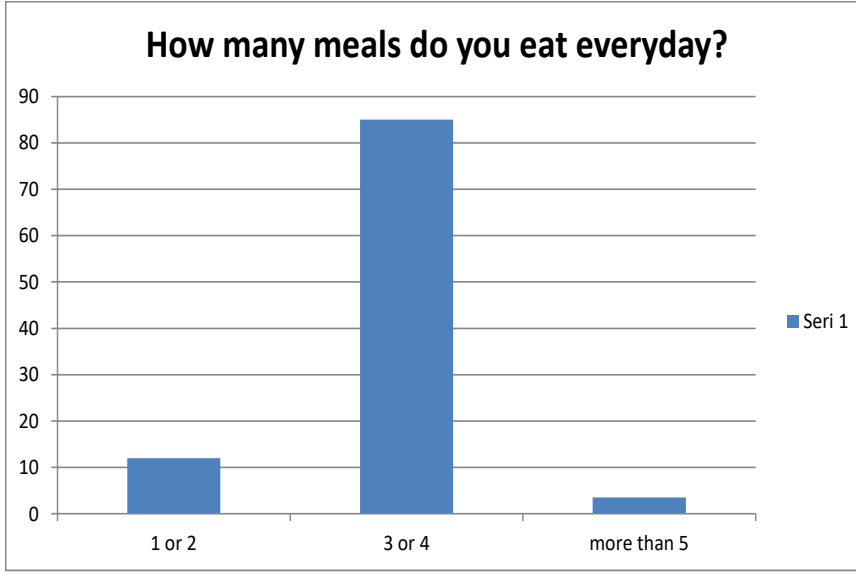
**Öğrenciler ve veliler için
sağlık anketi**

**HEAL 2019-
2021**

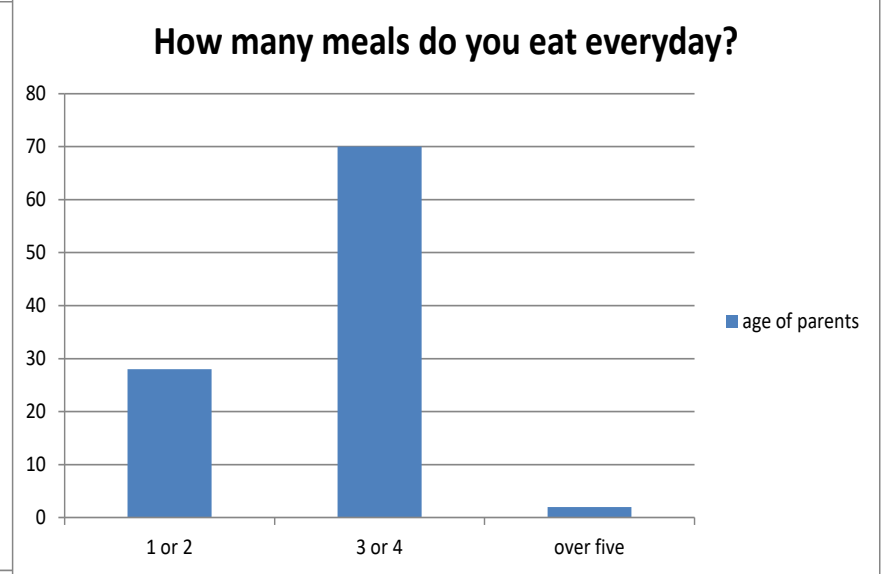
1.BESLENME



Anket yaşları 7/8 olan 2. sınıf öğrencilerine uygulandı.

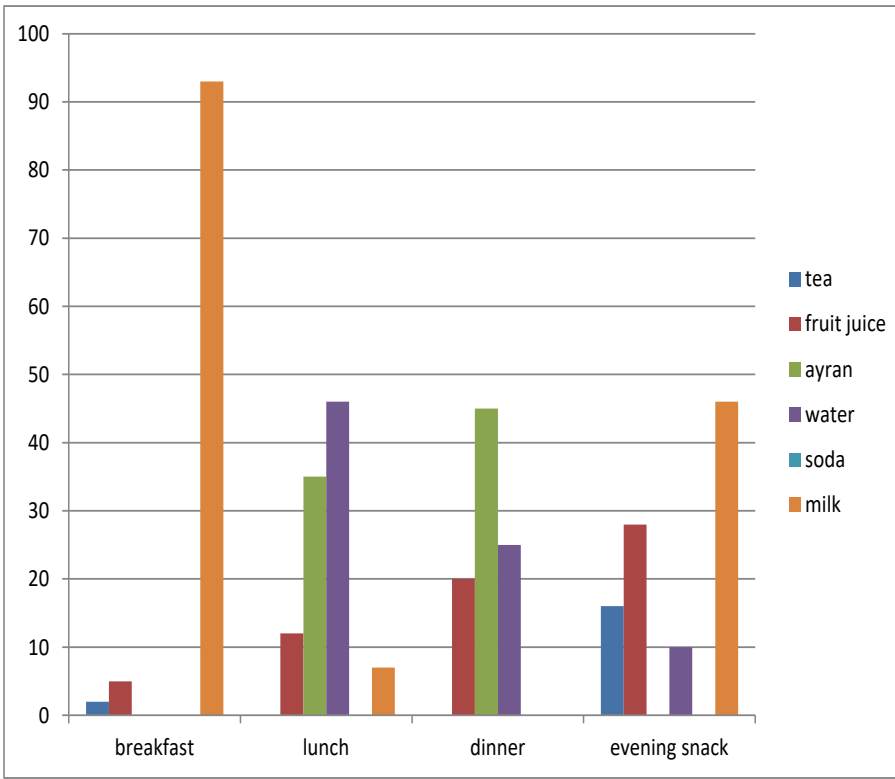


öğrenciler



veliler

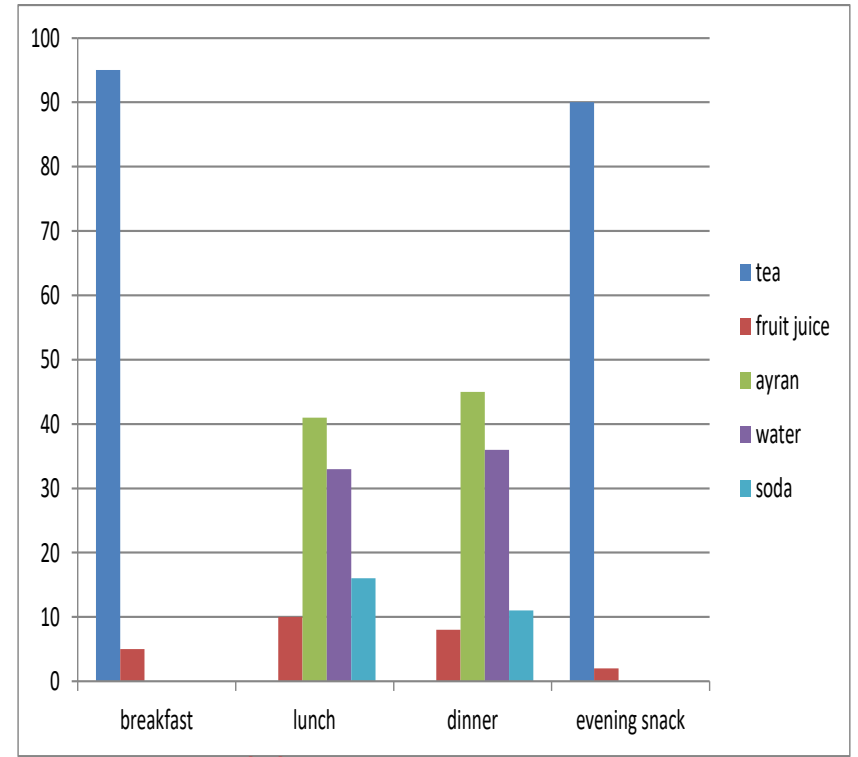
İlk soru günde kaç öğün yemek yersinizdi.
Soru ebeveynler ve öğrencilerce benzer şekilde cevaplandı.



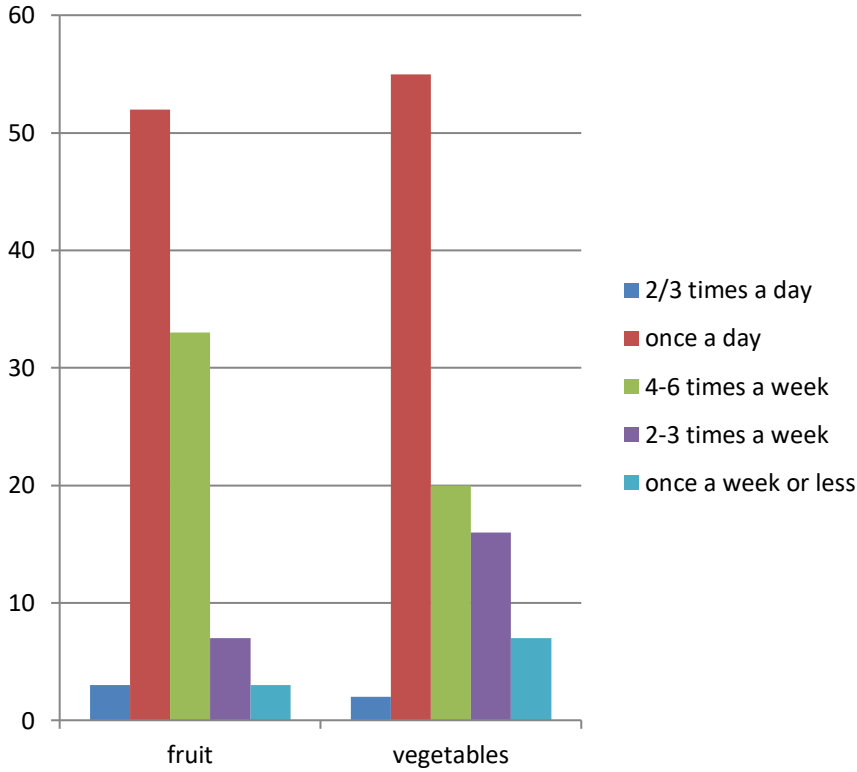
öğrenciler

Yemeğin yanında ne içersiniz?

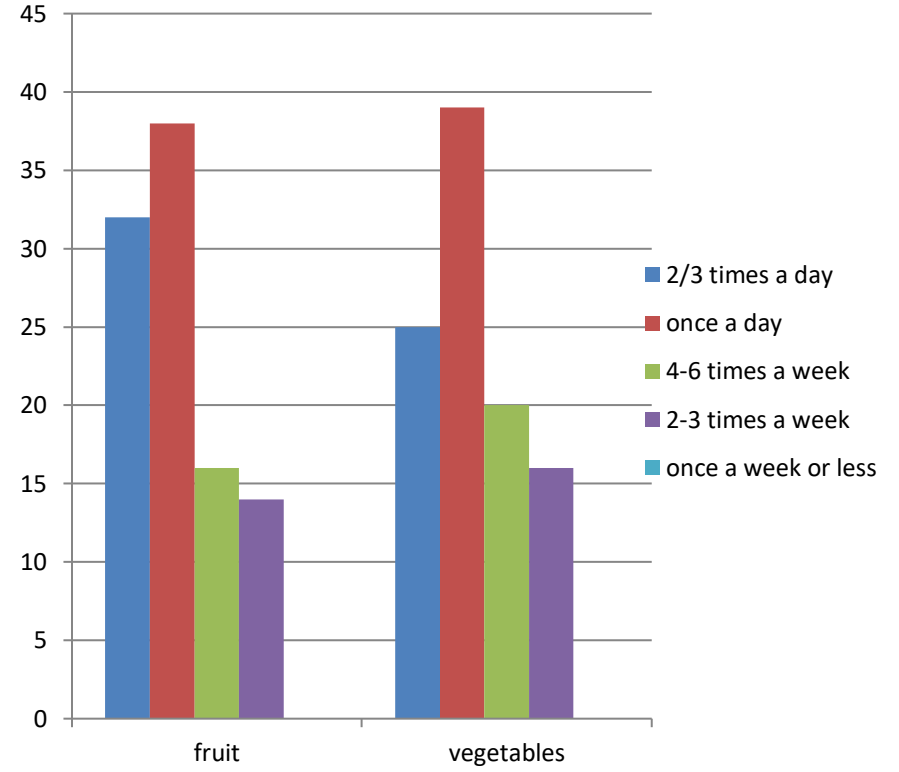
Kahvaltıda öğrencilerin sütü, velilerin çayı tercih ettiklerini, öğlen yemeğinde ana içeceklerin ayran, meyve suyu ya da su olduğunu, akşam atıştırmasında öğrencilerin yine sütü ve ebeveynlerin de yine çayı tercih ettiklerini görüyoruz.



veliler



öğrenciler

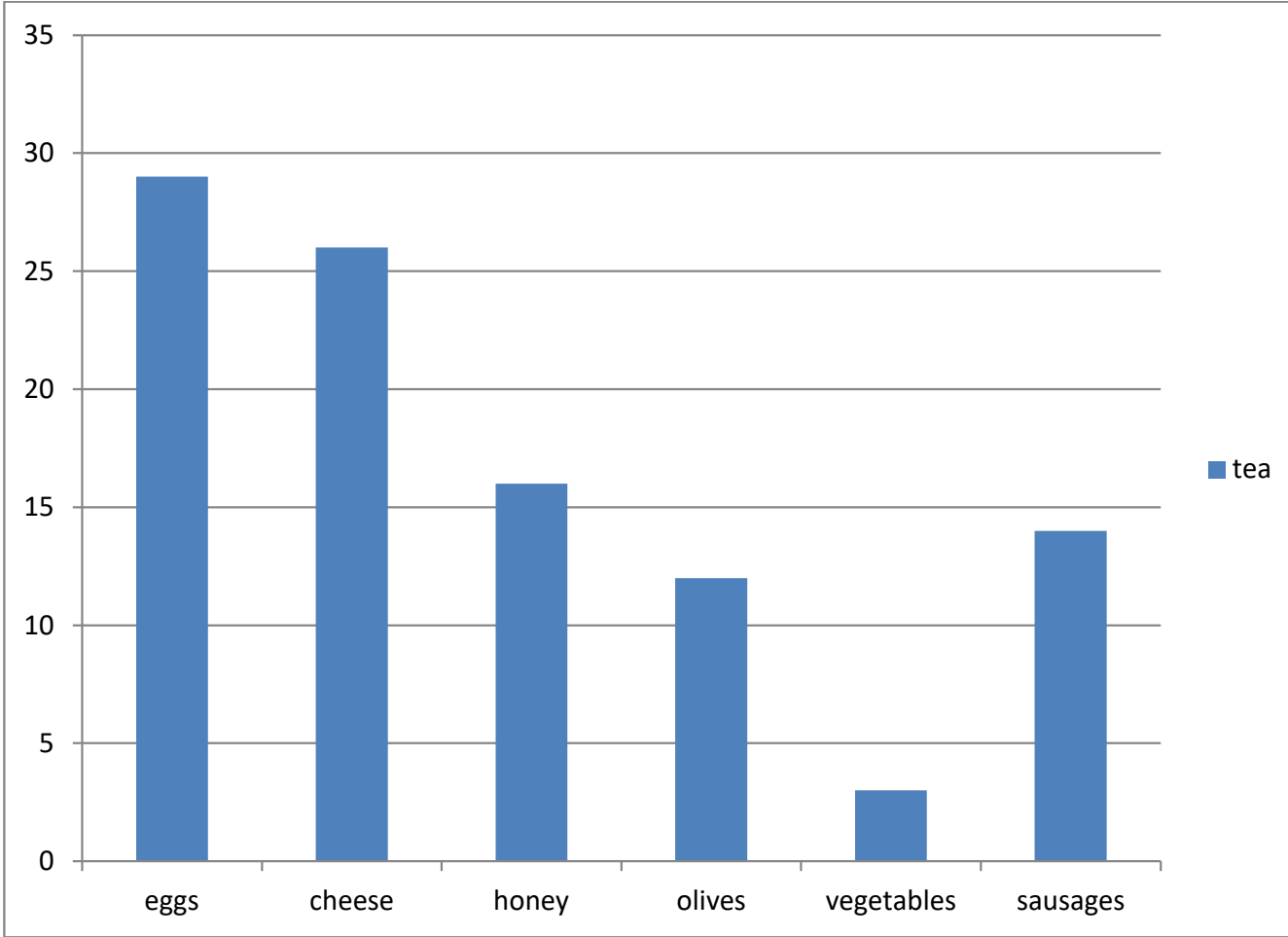


veliler

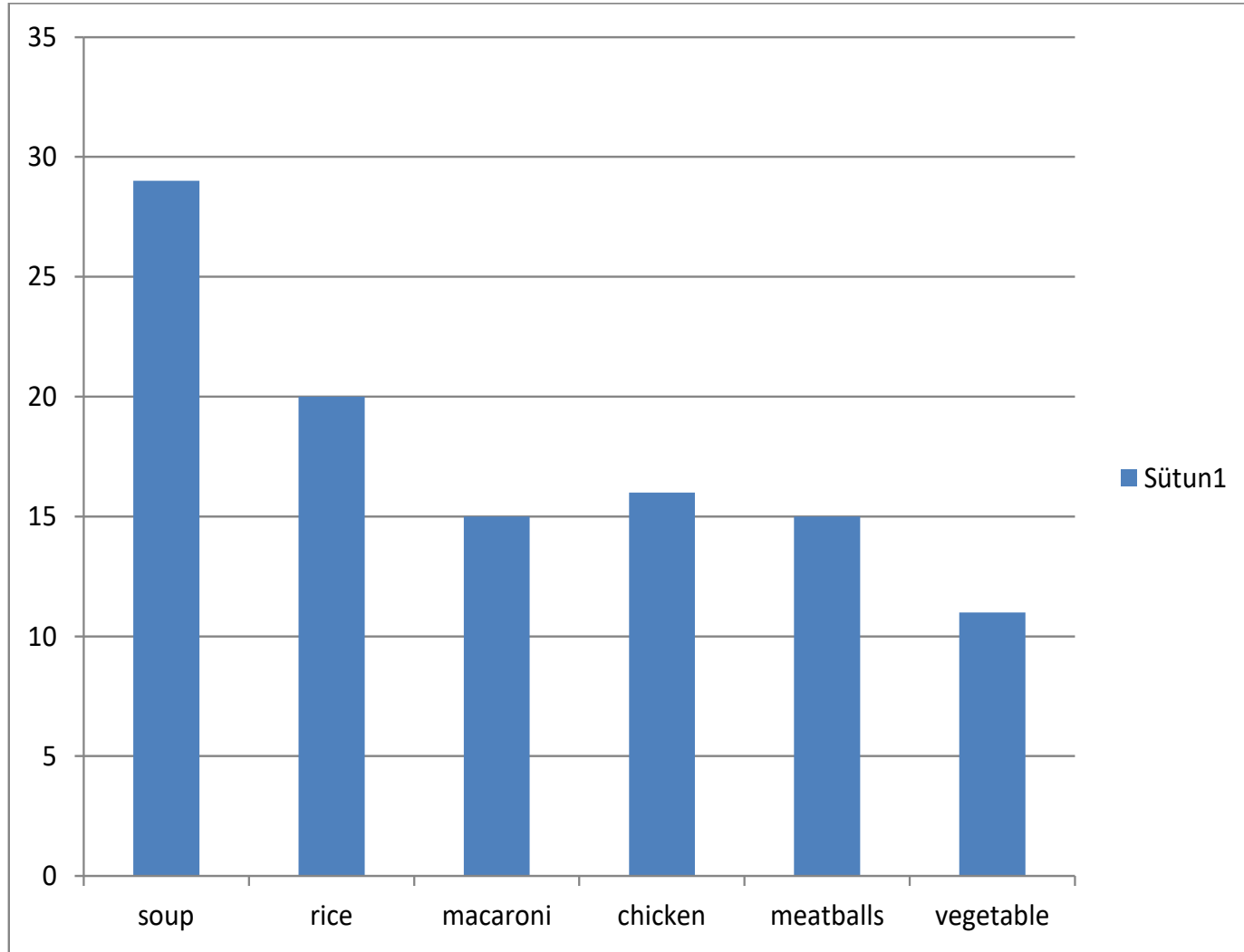
Ne sıklıkla meyve ve sebze tüketirsiniz?

Öğrenciler bu soruyu günde bir olarak cevaplarken velilerin cevapları daha iyimser.

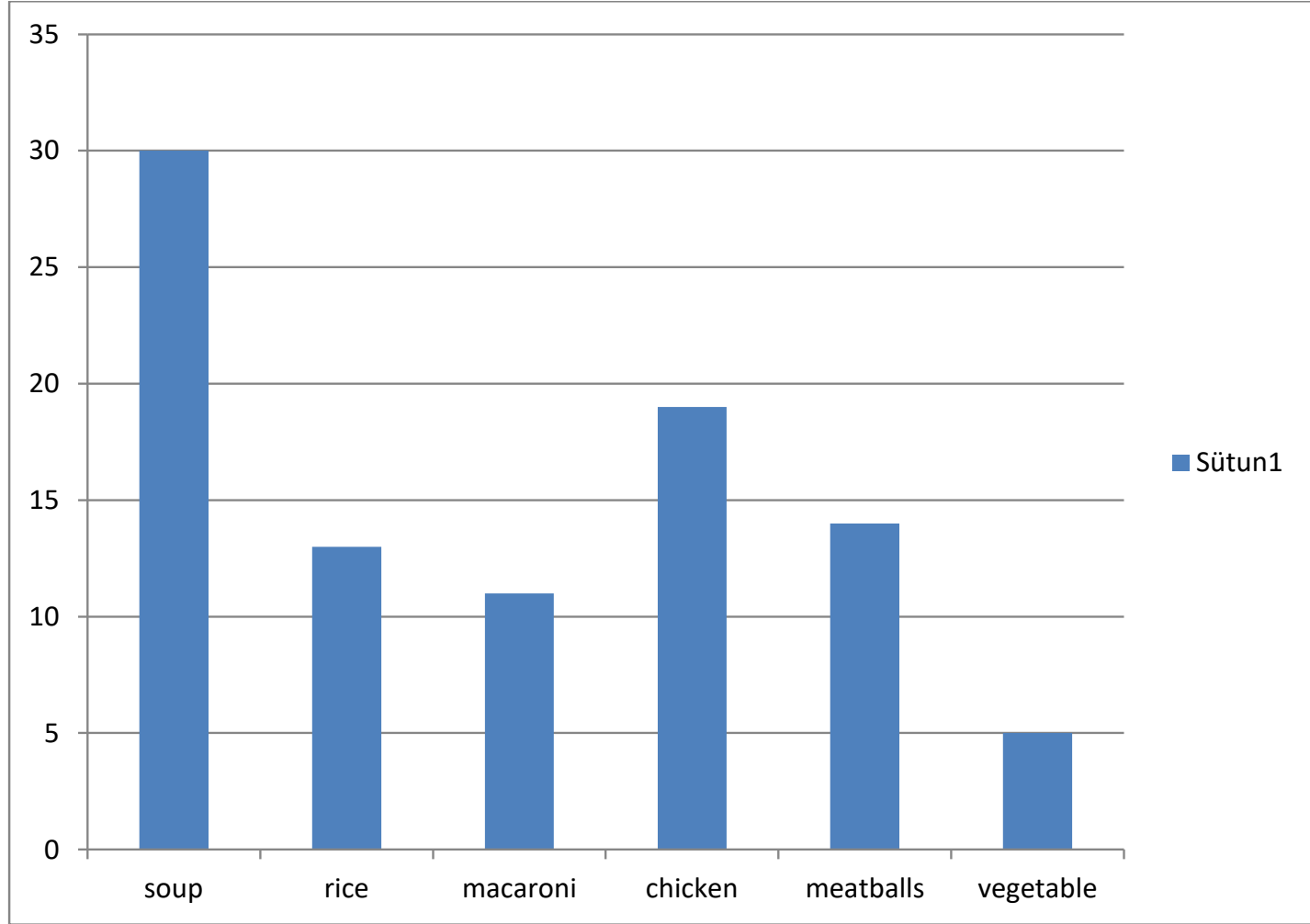
Hafta içi bir gün neler yiyip içtiğinizi anlatın.



Öğrenciler kahvaltı için sırasıyla yumurta, peynir, bal, zeytin, sebze ve sosis, salam tükettiklerini belirttiler.



Öğrencilerimiz öğle yemeği için sırasıyla çorba, pilav, makarna, tavuk, köfte ve sebze yediklerini anlattılar.



Öğrencilerimiz akşam yemeği için ise öğle yemeğinde olduğu gibi sırasıyla çorba, pilav, makarna, tavuk, köfte ve sebze yediklerini ifade ettiler.

Sizce sağlıklı besleniyor musunuz?

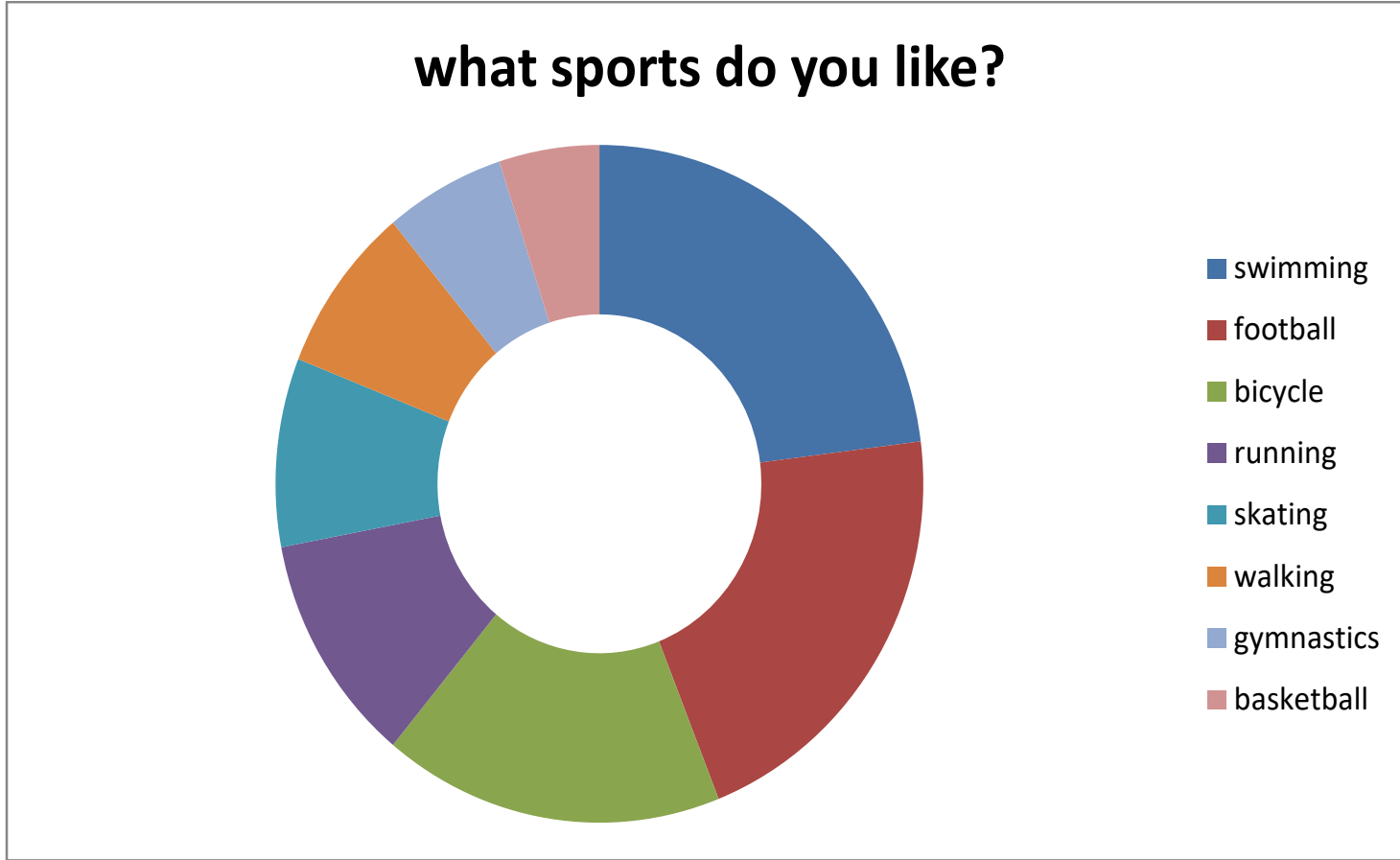
Veliler: %96 evet

Öğrenciler:%90 evet

Yemeklerinizi ne sıklıkla ailenizle birlikte yersiniz?

	<u>Veliler</u>	<u>Öğrenciler</u>
kahvaltı	%70	%72
öğle yemeği	%4	%4
akşam yemeği	%90	%93
akşam atıştırması	%80	%84

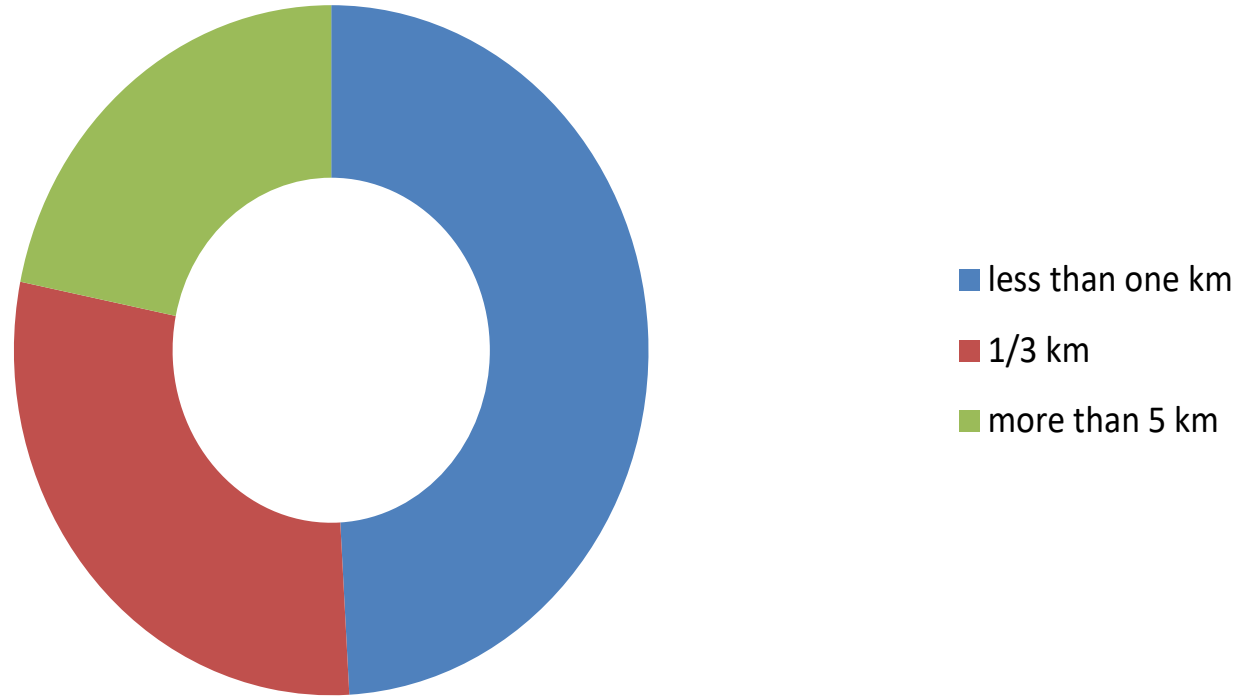
2.SPOR



Hangi sporları seversiniz?

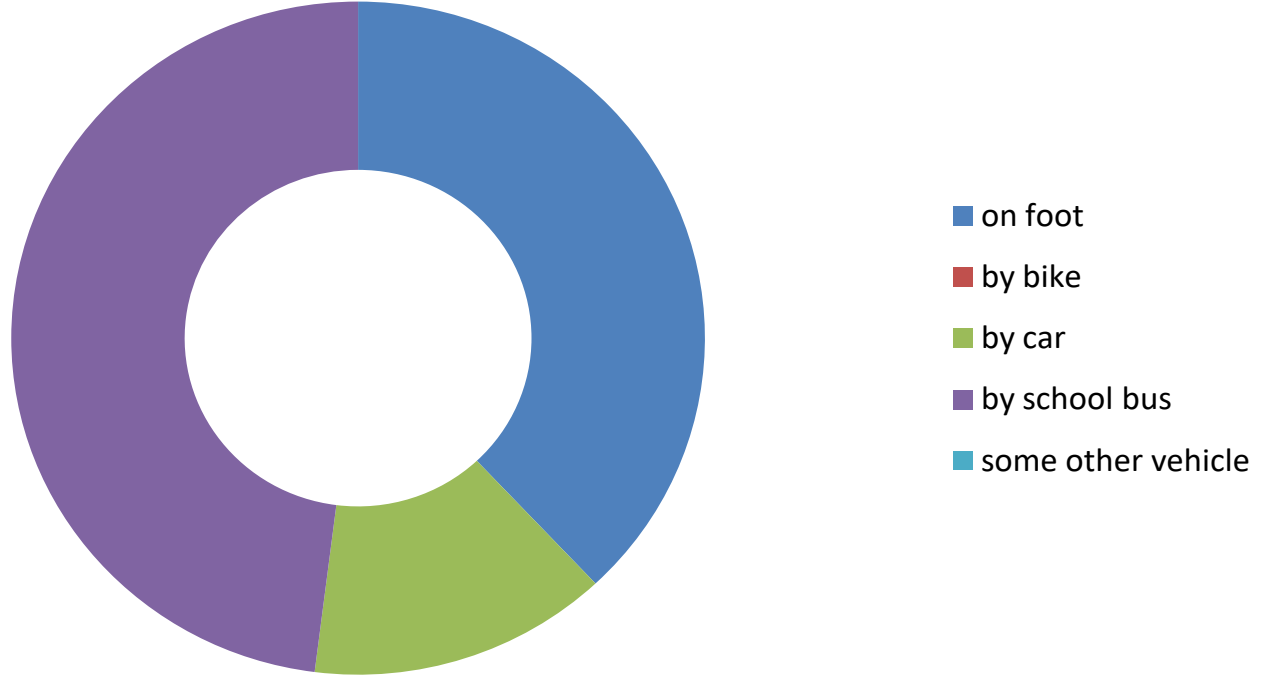
Sırasıyla yüzme, futbol, bisiklet, koşu, paten, yürüyüş, jimnastik ve basketbol tercih edildi.

what is the distance between school and home



Eviniz ve okul arasındaki mesafe ne kadardır?
Sırasıyla 1 km'den az, 1/3 km, ve 5 km'den çok.

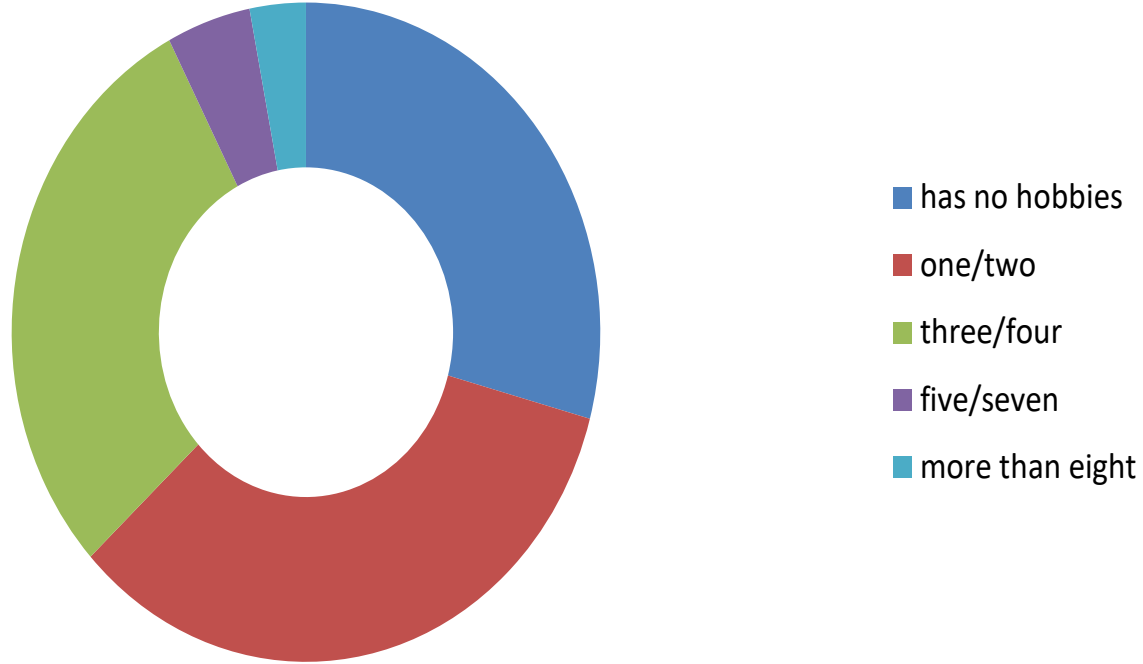
how does your child go to school



Çocuğunuz okula nasıl gidiyor?

%48 servisle, %38 yürüyerek, %14 yürüyerek.

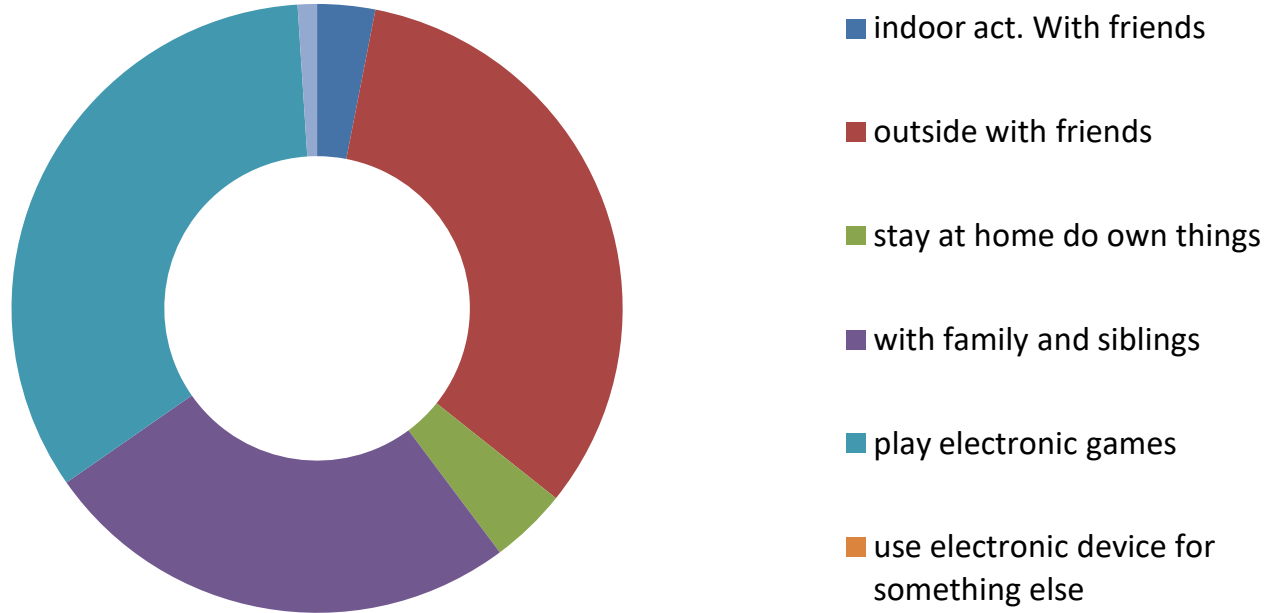
how many hours does your child use for hobbies



Çocuğunuz hobilerine haftada ne kadar zaman ayırıyor?

% 32 hobisi yok, %30 1 /2 saat, %29 3 /4 saat,
%5 5/6 saat, %4 8 saatten fazla olarak cevaplandırıldı.

what does your child prefer to do on free time



Çocuğunuz boş zamanlarında ne yapmayı tercih eder?

%31 elektronik cihazlarla oynamayı

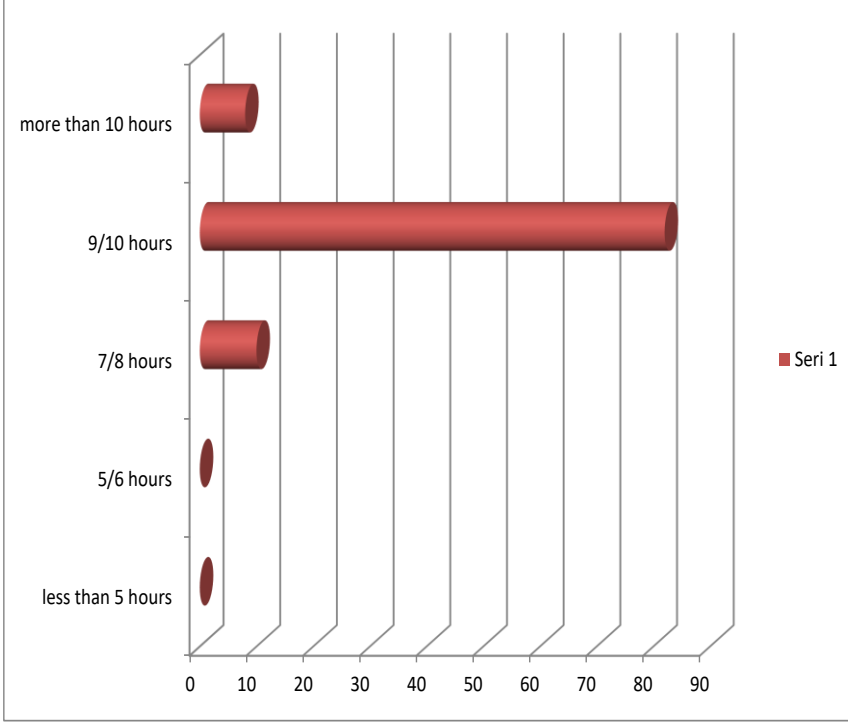
%30 arkadaşlarıyla dışarıda vakit geçirmeyi

%28 ailesi ve kardeşleriyle vakit geçirmeyi

Bu üç seçenek en çok tercih edilen cevaplar oldu.

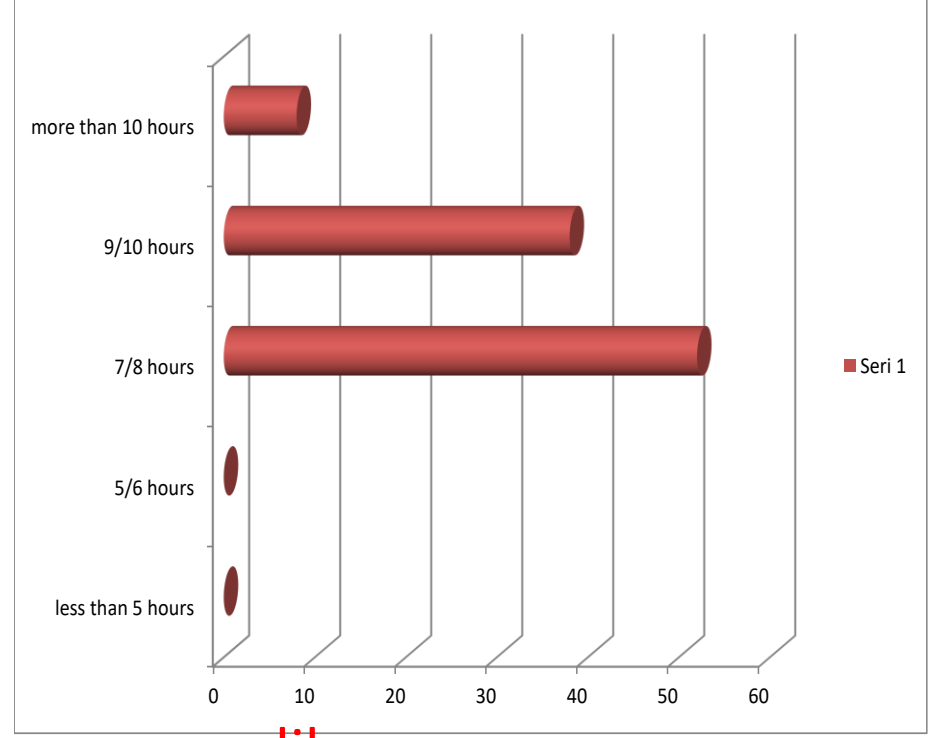
3. UYKU VE DİNLENME

How many hours do you sleep on weekdays



öğrenciler

How many hours does your child sleep on weekdays

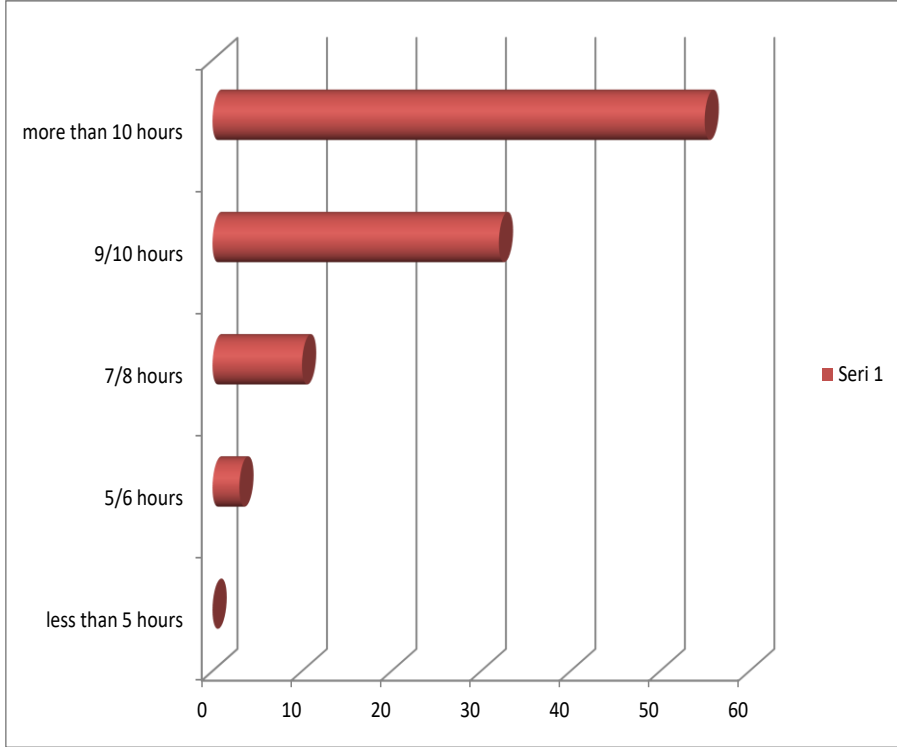


veliler

Hafta içi kaç saat uyursunuz?

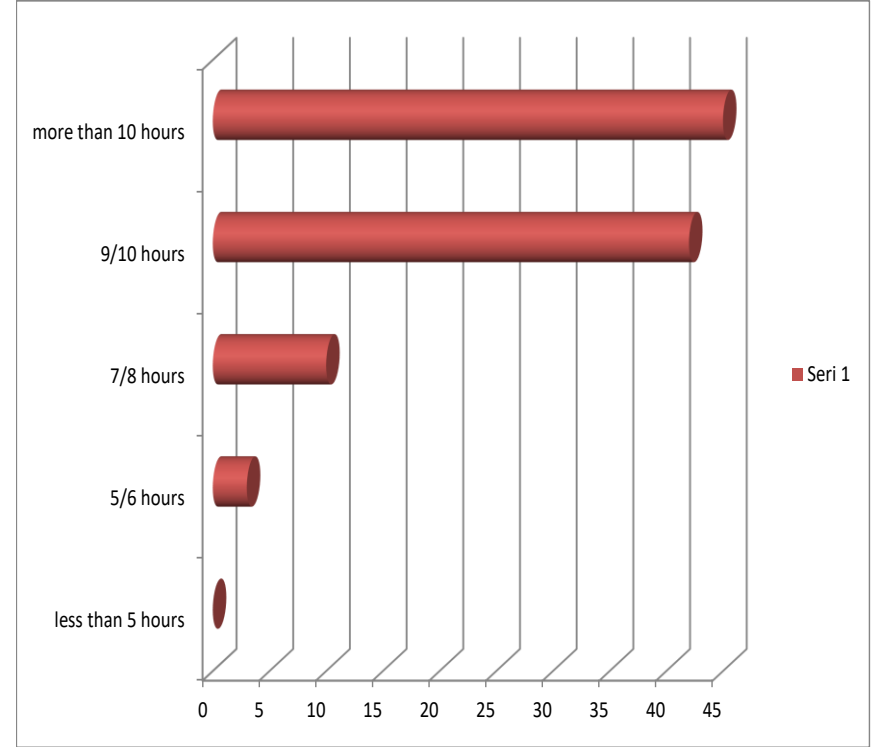
Öğrenciler 9/10 saati işaretlerken, velilerin çoğunluğu çocuklarının 7/8 saat uyduğunu belirttiler.

How many hours do you sleep at weekends?



öğrenciler

How many hours does your child sleep at weekends

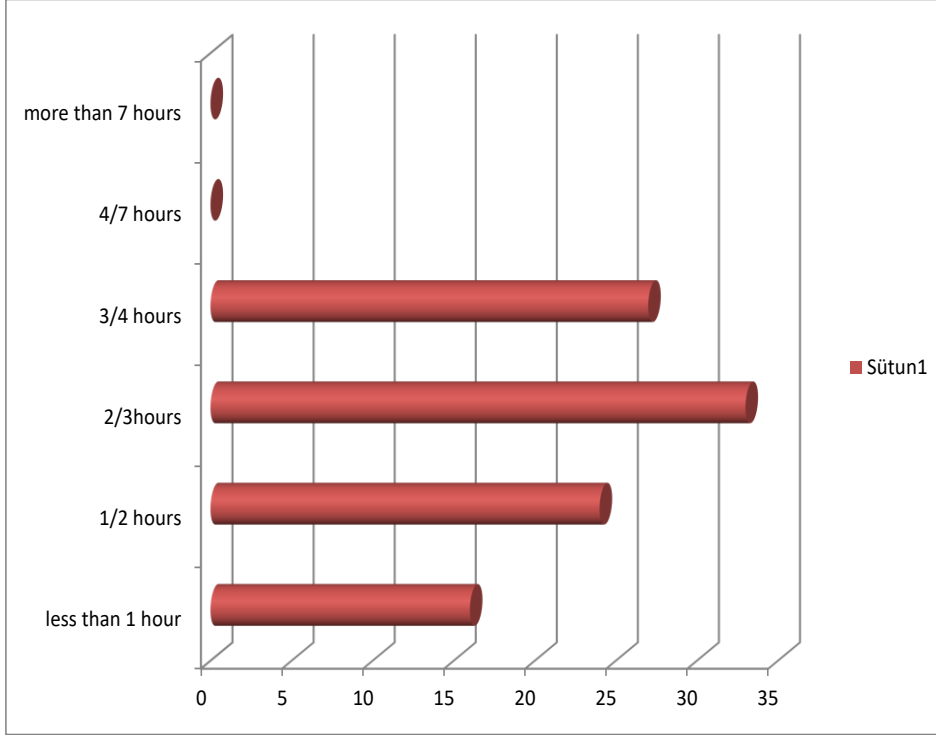


veliler

Hafta sonu kaç saat uyursunuz?

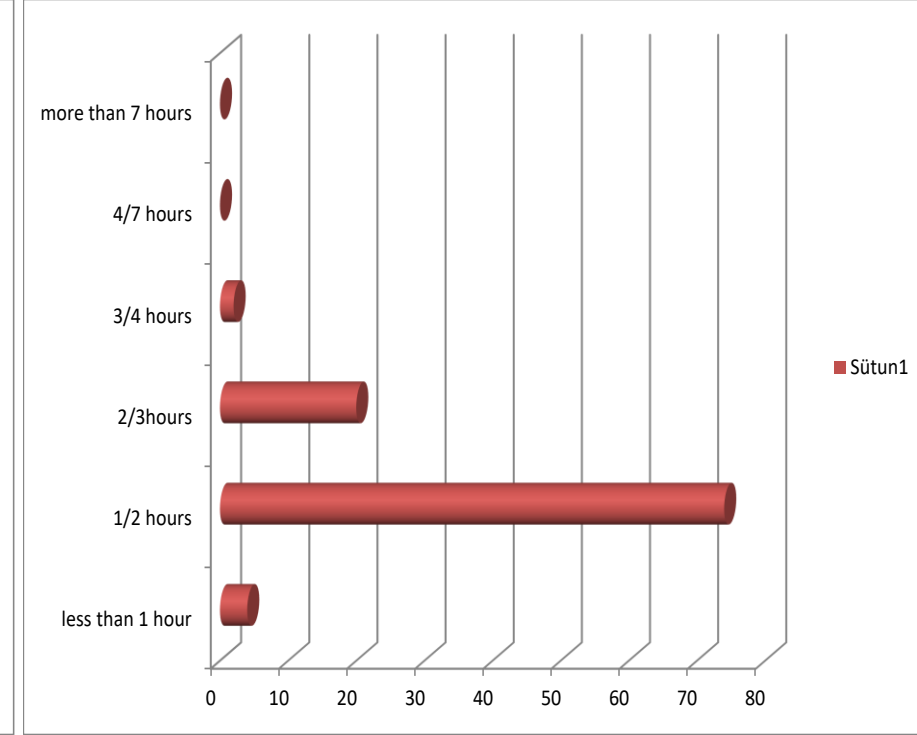
Cevaplara baktığımızda çocukların hafta sonu daha çok uyduklarını ve en çok işaretlenen seçeneğin 10 saatten fazla olduğunu görüyoruz.

How many hours do you use with electronic devices



öğrenciler

How many hours does your child use with electronic devices

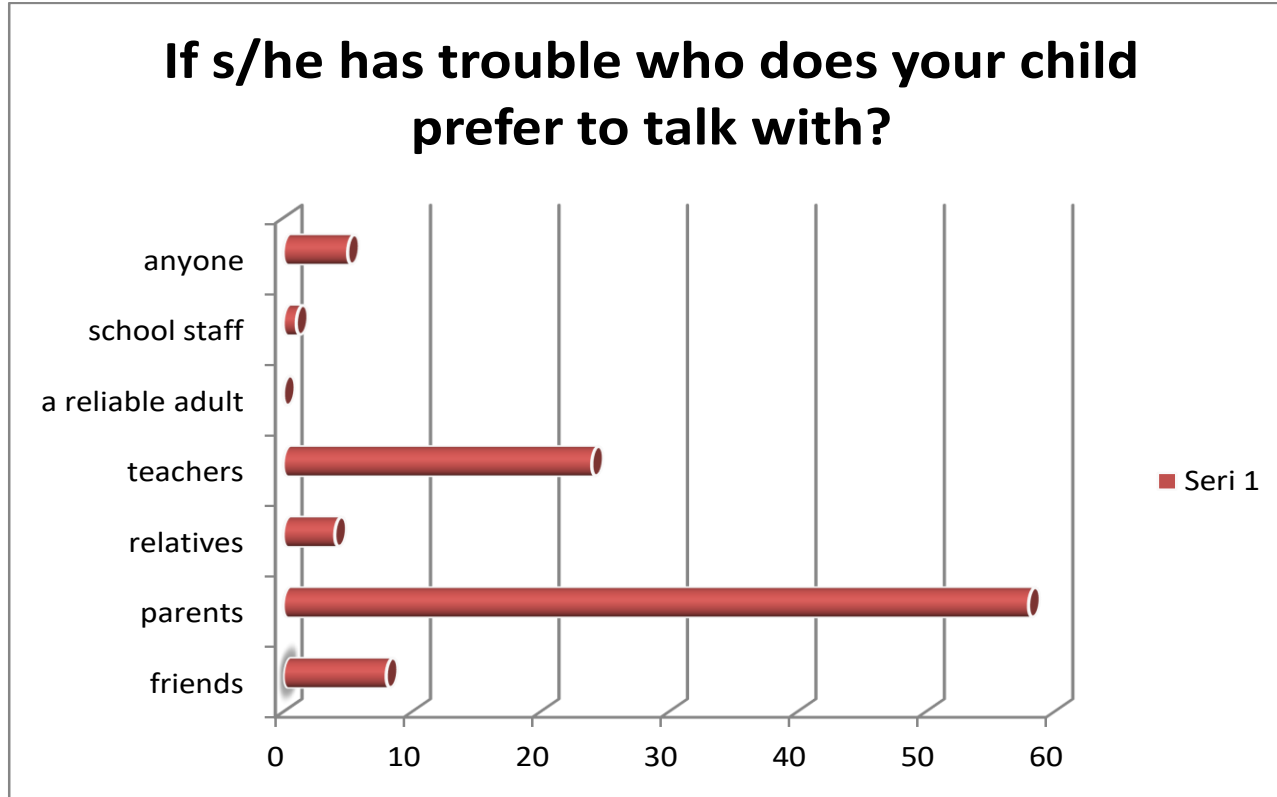


veliler

Çocuğunuz günde kaç saat elektronik cihazlarla vakit geçiriyor?

Öğrenciler bu soruda %33 2/ 3 saat, %27 3/ 4 saat şıklarını işaretlerken velilerin %71'i 1/ 2 saat şikkını seçtiler.

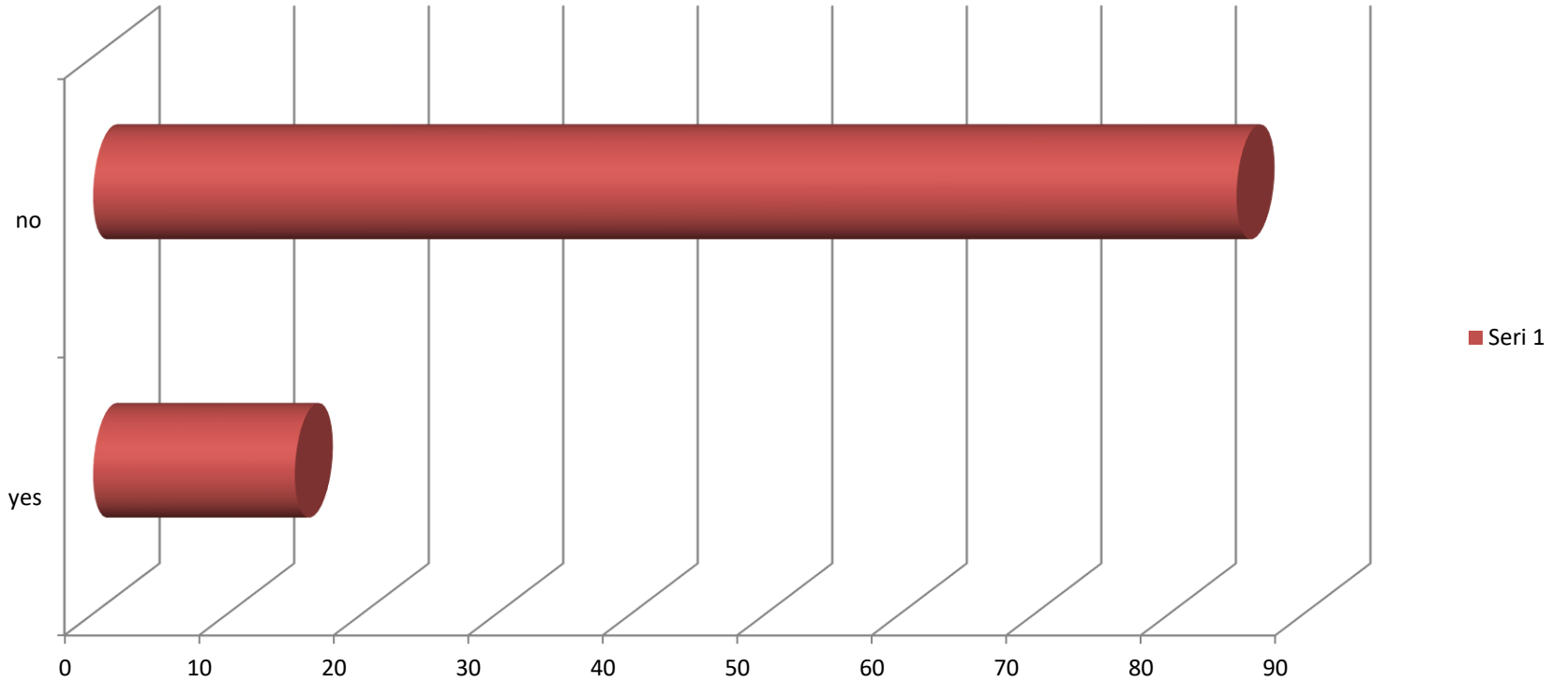
4. RUHSAL SAĞLIK



Bir sorun yaşadığında çocuğunuz kimle konuşmayı tercih eder?

Bu soruya velilerin %57 'si anne-babasıyla diye cevap verirken, çocuklar aynı soruya %36 arkadaşlarımla, %24 anne babamla ve %21 de öğretmenlerimle diye yanıt verdiler.

has your child experienced bullying

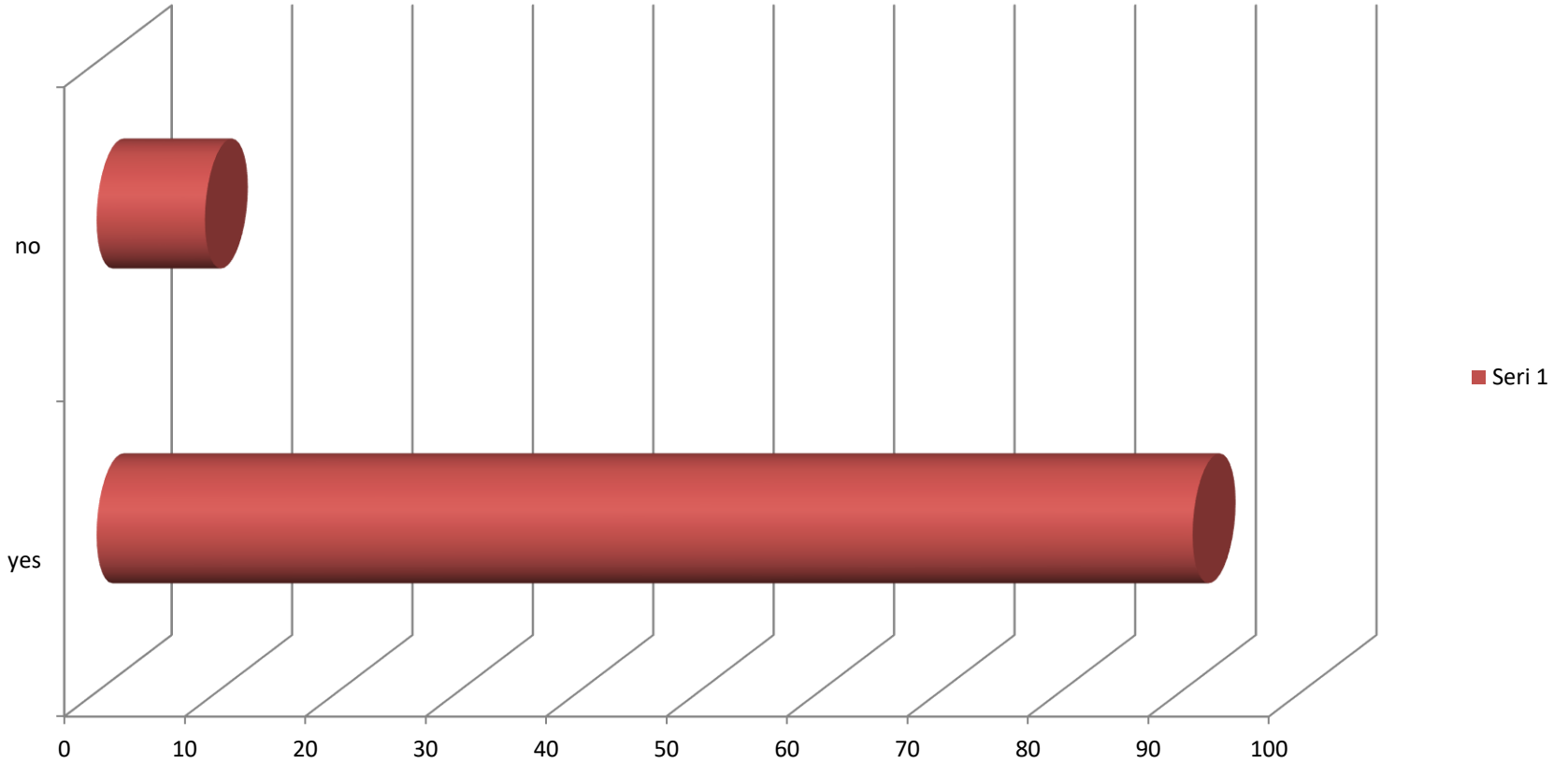


Bu sene zorbalığa maruz kaldınız mı? / Çocuğunuz bu sene zorbalığa maruz kaldı mı?

Veliler : %15 evet %85 hayır

Öğrenciler: %6 evet %94 hayır

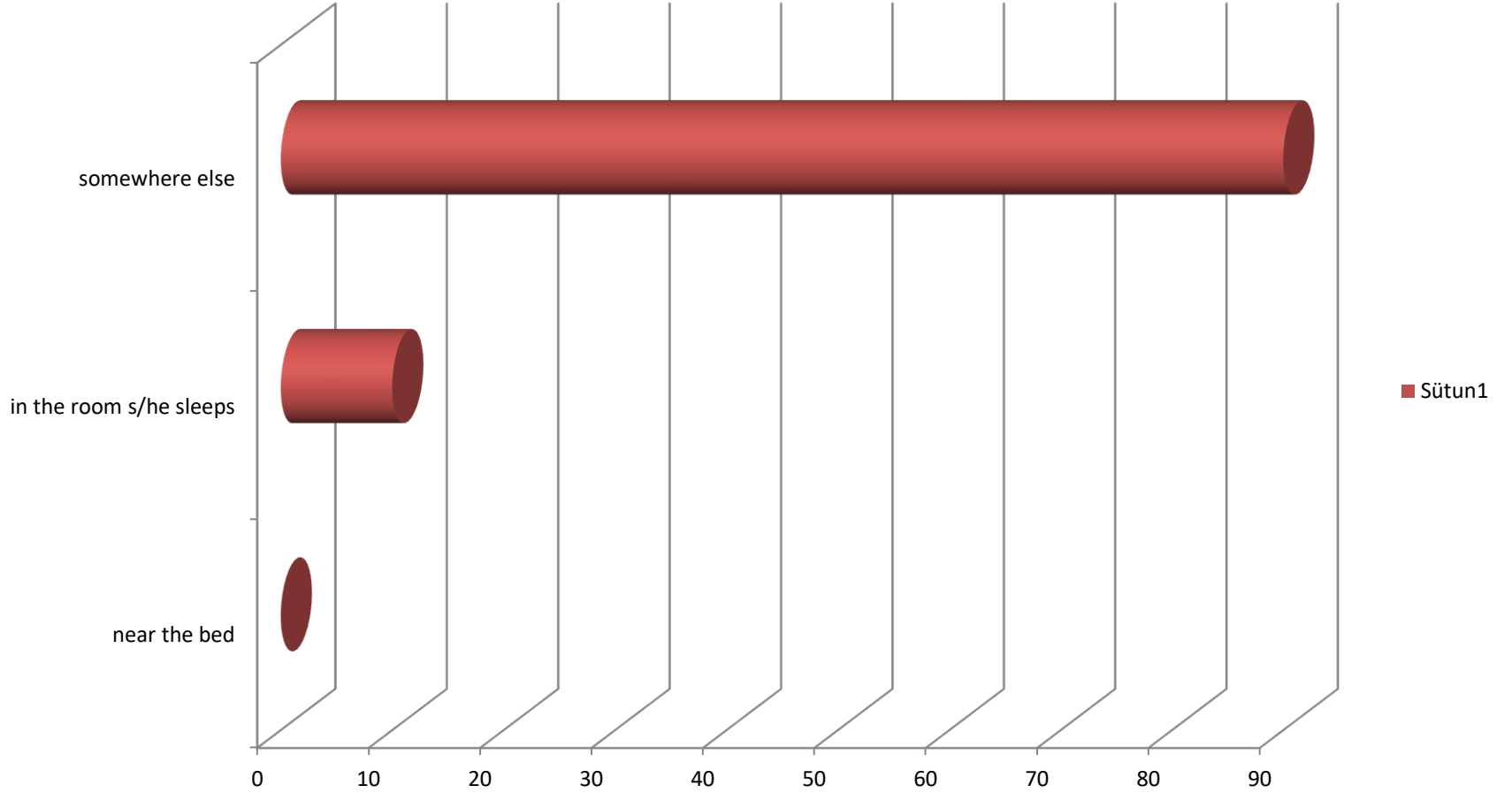
has it been solved



Bu durum(zorbalık) çözüldü mü?

Çocuğunuz uyurken cep telefonu/ telefonunuz nerde bulunur?

Velilerin %87'si telefonun çocukların uyduğu odanın dışında başka bir yerde bulunduğunu söylediler.



5.Genel Değerlendirme ve Karşılaştırma

- BESLENME:

Anketin uygulandığı Finlandiya, Litvanya, İtalya, İspanya ve Portekiz okullarında çalışan öğretmenlerin genel yorumu ebeveynlerin ve çocukların ankete yeterince dürüst cevap vermeyip gerçekte olan durumdan daha olumlu ve iyimser bir tablo çizdikleri yönünde oldu.Bu durumun aksine Türk öğretmenler olarak okulumuzdaki anket sonuçlarının gerçeği yansıttığını, Türk mutfağının geleneksel sağlıklı yapısının büyük oranda korunmasının beslenme alışkanlıklarımızı olumlu etkilediğini gözlemledik ve bunu da ortak okullarımıza belirttik.Fakat anket sonuçları incelendiğinde hazır meyve sularının, paketli yiyeceklerin ve fast food tarzı sağlıksız gıdaların tüketiminin arttığı konusunda 6 ülke olarak hemfikir olundu.Sebze ve meyve tüketiminin artırılması gereken ülkeler olarak İtalya ve Litvanya öne ıktı, Türkiye’de ise ebeveynlerin sebze meyve tüketimi yeterli bulunurken sebze tüketiminde çocukların teşvik edilmesi gerekliliği ortaya ıktı. Bir diğer sonuç ise öğrencilerimizin yeterince su içmediği yönündeydi.

- SPOR

6 Okulda uygulanan anket sonuçlarına göre öğrenciler daha fazla beden eğitimi dersi almak istiyor.Öğrenciler ve ebeveynler yaptıkları spor süresinin yeterli olduğunu düşünüyorlar ancak bu durumun aksine bir başka soruda ebeveynler çocukların hobileri olmadığını belirtmişler (e-cihazlarla zaman geçiriyorlar)

Ailece birlikte spor yapma oranı ise tüm ülkelerde çok düşük .

- RUHSAL SAĞLIK:
Öğrenciler üzerinde stres yaratan durumlar ülkeden ülkeye farklılık göstermekte. Stresli durumlar: okul ve sınavlar (Türkiye, Portekiz ve İspanya), beklenmedik olaylar (İtalya, Finlandiya, Litvanya)
- Ebeveynler, öğrencilerin okulda nasıl davrandığını bilmiyor.
- Ebeveynler çocuklarını tanıdıklarını düşünüyor ama anket sonuçlarına göre bu durum her zaman doğru değil.
- Grup içindeyken kendinizi yalnız hisseder misiniz sorusuna öğrenciler; Portekiz'de % 23, Litvanya'da % 27, İtalya'da % 18, Türkiye'de % 4, İspanya'da % 27, Finlandiya'da %34 oranında evet diye cevap verdiler. (daha büyük öğrenciler yaşça küçüklerden daha yalnız hissediyorlar)

- UYKU ve DİNLENME:
- Anket sonuçlarına göre altı ülkede de durum benzerlik gösteriyor: Öğrenciler hafta sonlarında hafta içine göre daha fazla uyuyor,yüzde 15'lik bir kesim (öğrenci) yeterince uyumuyor, çocuklar yatmadan önce çok fazla e-cihaz kullanıyorlar,ebeveynler de çok fazla cep telefonu kullanıyorlar.