

## THE FACTORS THAT AFFECT THE EFFICIENCY OF NUTRITIONAL EDUCATION FOR CHILDREN IN PRESCHOOL

Nguyen Thi Que Loan<sup>1\*</sup>, Tran Thi Minh Hue<sup>1</sup>, Nguyen Thi Hong Thuy<sup>2</sup>, Nguyen Thi Thuy<sup>3</sup>

<sup>1</sup>TNU - University of Education

<sup>2</sup>Dien Bien Teacher Training College

<sup>3</sup>Tan Linh Preschool, Dai Tu, Thai Nguyen

ARTICLE INFO		ABSTRACT
<b>Received:</b>	<b>09/4/2023</b>	Nutrition education for children in preschool is not a simple task because it involves children's development, the teacher's pedagogy method, and children's behavior change. This study is to examine the factors that affect the efficiency of nutrition education for preschool-aged children, as well as their potential impact on nutrition knowledge and behavior in preschool-aged children. Methods used include analysis, synthesis, statistics, and evaluation based on documents that have been published directly or online. The data were collected by using the survey questionnaire via Google Forms with 90 kindergarten teachers in Dien Bien, Thai Nguyen, and Cao Bang provinces. Research results show that nutrition education for children in preschool to be highly effective requires a combination of many factors, such as nutrition policies, nutrition's programs and projects, teachers, preschool children, families, facilities for child care, and children's education. Among those factors, teachers play the main role of transmitting nutrition education messages to children in preschool.
<b>Revised:</b>	<b>30/4/2023</b>	
<b>Published:</b>	<b>30/4/2023</b>	
<b>KEYWORDS</b>		
Influential factors		
Nutrition education		
Preschool children		
Preschool		
Teachers		

## CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN HIỆU QUẢ GIÁO DỤC DINH DƯỠNG CHO TRẺ MẪU GIÁO Ở TRƯỜNG MẦM NON

Nguyễn Thị Quê Loan<sup>1\*</sup>, Trần Thị Minh Huệ<sup>1</sup>, Nguyễn Thị Hồng Thuy<sup>2</sup>, Nguyễn Thị Thuy<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Trường Đại học Sư phạm - ĐH Thái Nguyên

<sup>2</sup>Trường Cao đẳng Sư phạm Điện Biên

<sup>3</sup>Trường Mầm non Tân Linh, Đại Từ, Thái Nguyên

THÔNG TIN BÀI BÁO		TÓM TẮT
<b>Ngày nhận bài:</b>	<b>09/4/2023</b>	Giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo là vấn đề không đơn giản vì nó liên quan đến sự phát triển của trẻ, phương pháp sư phạm của giáo viên và sự thay đổi hành vi của trẻ. Mục tiêu của nghiên cứu này nhằm tìm hiểu các yếu tố tác động đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở các trường mầm non cũng như tác động có thể có của chúng đối với kiến thức và hành vi về dinh dưỡng của trẻ lứa tuổi mẫu giáo. Phương pháp được sử dụng bao gồm phân tích, tổng hợp, thống kê, đánh giá... trên cơ sở nghiên cứu các tài liệu đã được xuất bản trực tiếp hoặc trực tuyến. Dữ liệu được thu thập bằng bảng câu hỏi khảo sát qua Google forms với 90 giáo viên dạy lớp mẫu giáo ở các tỉnh Điện Biên, Thái Nguyên và Cao Bằng. Kết quả nghiên cứu cho thấy giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non muốn có hiệu quả cao cần có sự kết hợp của nhiều yếu tố như các chính sách, chương trình dự án về dinh dưỡng, giáo viên, trẻ, gia đình, cơ sở vật chất cho chăm sóc và giáo dục trẻ. Trong các yếu tố đó, giáo viên đóng vai trò chính, là người truyền tải thông điệp giáo dục dinh dưỡng đến trẻ ở trường mầm non.
<b>Ngày hoàn thiện:</b>	<b>30/4/2023</b>	
<b>Ngày đăng:</b>	<b>30/4/2023</b>	
<b>TỪ KHÓA</b>		
Yếu tố ảnh hưởng		
Giáo dục dinh dưỡng		
Trẻ mẫu giáo		
Trường mầm non		
Giáo viên		

DOI: <https://doi.org/10.34238/tnu-jst.7701>

\* Corresponding author. Email: loanntq@tnue.edu.vn

## 1. Giới thiệu

Dinh dưỡng là một trong những nhu cầu cơ bản của cuộc sống. Giáo dục dinh dưỡng trong những năm đầu đời, đặc biệt là giai đoạn mầm non, rất quan trọng đối với sức khỏe của cá nhân trong suốt cuộc đời bởi những kiến thức về dinh dưỡng khi còn nhỏ ảnh hưởng đến thói quen dinh dưỡng lúc trưởng thành. Vì lý do này, giáo dục dinh dưỡng nên được thực hiện liên tục, hiệu quả và hướng tới tất cả các thành viên trong gia đình. Giáo dục dinh dưỡng bao gồm các giai đoạn sau: Cung cấp giáo dục, tiếp thu kiến thức, hình thành thái độ và phát triển hành vi [1], [2]. Đặc biệt, giai đoạn mẫu giáo là thời kỳ trẻ học nhiều khái niệm và phát triển các thói quen suốt đời [3]-[5]. Do đó, trong giai đoạn này, nếu trẻ được học về chế độ dinh dưỡng hợp lý, cân đối, hình thành thói quen ăn uống lành mạnh, thì các hành vi được hình thành vào thời điểm này sẽ tồn tại và mang lại lợi ích cho trẻ em đến khi trẻ trưởng thành [1], [6]. Chính vì vậy, giáo dục dinh dưỡng trong thời thơ ấu có thể tạo nên thói quen ăn uống lành mạnh, tác động đến sức khỏe trong tương lai và thúc đẩy thói quen ăn uống khoa học trong suốt cuộc đời của trẻ [1].

Nhận thức được tầm quan trọng của giáo dục dinh dưỡng cho trẻ, tại các cơ sở giáo dục mầm non ở Việt Nam, nội dung giáo dục dinh dưỡng được đưa vào chương trình giáo dục và được giáo viên ở các trường mầm non tích hợp thông qua tổ chức trò chơi học tập, thông qua trò chơi vận động, thông qua hoạt động khám phá đời sống thực vật... [6]-[10]. Tuy nhiên, để hoạt động giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non đạt hiệu quả cần phải có sự kết hợp của nhiều yếu tố. Vậy các yếu tố nào tác động đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non và những tác động có thể có của chúng đối với kiến thức và hành vi về dinh dưỡng của trẻ lứa tuổi mẫu giáo như thế nào? Đó là những câu hỏi mà chúng tôi đặt ra trong nghiên cứu này.

## 2. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp được chúng tôi sử dụng trong nghiên cứu là phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi để tìm hiểu về cách thức triển khai các hoạt động giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non và các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non. Bên cạnh đó, chúng tôi phân tích, tổng hợp các tài liệu đã được xuất bản trực tiếp hoặc trực tuyến có nội dung liên quan trực tiếp hoặc gián tiếp đến giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non. Từ đó, có được cái nhìn tổng quan về các yếu tố ảnh hưởng đến giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non, đồng thời đánh giá vai trò của các yếu tố và tác động của chúng đối với kiến thức và hành vi về dinh dưỡng của trẻ ở lứa tuổi mẫu giáo (3-6 tuổi).

## 3. Kết quả nghiên cứu

### 3.1. Một số vấn đề về giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non

Giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mầm non là một thách thức lớn vì chiến lược và tài liệu giáo dục được áp dụng phải phù hợp với giai đoạn phát triển và đồng thời kích thích được sự quan tâm của trẻ để trẻ tham gia và tiếp thu kiến thức [11]. Thời kỳ mẫu giáo là thời kỳ trẻ phát triển nhiều thói quen có thể sẽ tiếp tục ở tuổi trưởng thành. Trẻ có khả năng bắt chước, đặt câu hỏi, so sánh, sắp xếp và phân loại các đối tượng. Trẻ quan tâm đến kết quả thực tế và có khả năng thể hiện, biểu tượng hóa tinh thần rất tốt.

Các nghiên cứu quan sát với trẻ mẫu giáo chỉ ra chính trong giai đoạn này, trẻ em phát triển nhiều kỹ năng và tính độc lập hơn. Do đó, cần cho trẻ cơ hội hành động tự chủ nhưng dưới những hướng dẫn và ranh giới vững chắc mà người lớn định hướng. Vì vậy, các nhà khoa học cho rằng giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo cần kết hợp cho trẻ trải nghiệm với thực phẩm trong cuộc sống hàng ngày với các hướng dẫn chính thức ở trường mầm non [1]. Trong bối cảnh này, một can thiệp giáo dục dinh dưỡng nhằm tối ưu hóa sự phát triển của cá nhân phải có sự tham gia của toàn bộ cộng đồng và tất cả các cấu trúc cá nhân và xã hội có liên hệ với nó.

### 3.2. Cơ sở thực tiễn

Từ ngày 15/4-25/4/2023, chúng tôi tiến hành khảo sát qua Google forms với 90 giáo viên đang dạy lớp mẫu giáo (được lựa chọn ngẫu nhiên) ở các trường mầm non: Khu Ninh, Pác Miêu (huyện Bảo Lâm, tỉnh Cao Bằng); Tân Linh, Hà Thượng (huyện Đại Từ, tỉnh Thái Nguyên); Noong Bua, Him Lam (thành phố Điện Biên Phủ, tỉnh Điện Biên). Nội dung khảo sát gồm 2 vấn đề: (i) Thực trạng cách thức triển khai các hoạt động giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non; (ii) Nhận thức của giáo viên về các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non.

Kết quả khảo sát cho thấy, các trường mầm non đều thống nhất trong cách thức triển khai các hoạt động giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non đó là: Căn cứ vào Chương trình Giáo dục Mầm non của Bộ Giáo dục và Đào tạo, sự chỉ đạo của Sở, Phòng giáo dục và Đào tạo địa phương, kế hoạch năm học của trường, giáo viên xây dựng kế hoạch giáo dục theo chủ đề phù hợp với tuổi của trẻ. Với câu hỏi mở ở phần 2: Nhận thức của giáo viên về các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non, chúng tôi tổng hợp được kết quả như sau: Tất cả các đối tượng khảo sát đều cho rằng giáo viên là người đóng vai trò quan trọng, ngoài ra có 73/90 người (81,1%) đề cập đến cơ sở vật chất (lớp học, trường, đồ dùng, đồ chơi); 61/90 người (67,8%) cho rằng trẻ là một trong những yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến hiệu quả giáo dục. Như vậy có thể thấy, các giáo viên đều nhận thức tầm quan trọng của các yếu tố: người dạy, người học, cơ sở vật chất. Bên cạnh đó, còn có các yếu tố khác bị bỏ qua và không được nhắc đến như gia đình, chính sách, chương trình, dự án.

### 3.3. Các yếu tố cơ bản tác động đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non

Hoạt động giáo dục dinh dưỡng cho trẻ phụ thuộc vào nhiều yếu tố, trong đó có thể kể đến các yếu tố cơ bản tác động đến hiệu quả của giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non sau:



Hình 1. Các yếu tố cơ bản

Các yếu tố được đề cập ở hình 1 (giáo viên, người học, gia đình, cơ sở vật chất, chính sách...) đều có vai trò quan trọng và có tác động tương hỗ lẫn nhau. Trong mỗi yếu tố bao gồm nhiều thành tố và tùy từng điều kiện, nội dung, hình thức giáo dục dinh dưỡng các thành tố đóng vai trò khác nhau. Nội dung chi tiết của các thành tố được thể hiện trong bảng 1.

**Bảng 1.** Thống kê yếu tố cơ bản và các thành phần của yếu tố tác động đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non

Yếu tố tác động	Thành phần của yếu tố tác động
Các chính sách, chương trình, dự án	Luật Giáo dục; luật Trẻ em; các chính sách về tiền lương, ưu đãi, phụ cấp nghề nghiệp cho giáo viên; các chương trình, dự án về dinh dưỡng... Chương trình Giáo dục mầm non; kế hoạch thực hiện chương trình...

<b>Yếu tố tác động</b>	<b>Thành phần của yếu tố tác động</b>
Giáo viên	<p>Có nghiệp vụ chuyên môn tốt (kiến thức, kỹ năng, kỹ xảo).</p> <p>Có khả năng xây dựng kế hoạch giáo dục dinh dưỡng cho trẻ thông qua các hoạt động đảm bảo cho sự phát triển toàn diện của trẻ.</p> <p>Có năng lực lựa chọn và sử dụng các phương tiện giáo dục dinh dưỡng (truyện kể, tranh ảnh, phim, bài hát, thơ, vật thật, đồ chơi...) phù hợp với nội dung và hình thức của hoạt động.</p> <p>Có năng lực tổ chức hoạt động giáo dục dinh dưỡng; năng lực truyền đạt, hướng dẫn trẻ thực hiện các yêu cầu; năng lực xử lý các tình huống sư phạm; có năng lực chuyên biệt: hát hay, múa dẻo, đàn giỏi, vẽ đẹp, làm đồ chơi, đồ dùng khéo léo, kể chuyện hấp dẫn... Sáng tạo; tinh thần trách nhiệm nghề nghiệp cao; yêu trẻ; kiên trì, nhẫn nại; có đạo đức nghề nghiệp.</p>
Học sinh	Khoẻ mạnh, hào hứng, tích cực tham gia các hoạt động giáo viên tổ chức.
Gia đình	Cha, mẹ, các thành viên khác trong gia đình...
Cơ sở vật chất	Trường học, lớp học, môi trường, không gian học, không gian chơi, đồ dùng cho giáo viên, đồ dùng cho trẻ, phương tiện dạy học...

(Nguồn: Nhóm tác giả tổng hợp trên cơ sở phân tích và tổng hợp các tư liệu)

Giáo dục dinh dưỡng cho trẻ là công việc phức tạp đòi hỏi phải có sự kiên nhẫn của giáo viên, cha mẹ, bởi hiệu quả của nó không phải đánh giá được ngay trước mắt mà cần phải có khoảng thời gian lâu dài mới xác định xem thực sự từ những kiến thức trẻ đã tiếp nhận ở lớp học sẽ vận dụng tạo thành thói quen dinh dưỡng cho bản thân như thế nào [12]. Chính vì vậy, giáo dục dinh dưỡng cần có sự kết hợp của nhiều yếu tố mới đem lại hiệu quả.

Trong các yếu tố trên, giáo viên là người đóng vai trò chính để truyền tải thông điệp giáo dục dinh dưỡng đến trẻ ở trường mầm non [7]. Do đó, chương trình đào tạo cử nhân ngành Giáo dục Mầm non ở các trường đại học Việt Nam, học phần “Dinh dưỡng trẻ em” là học phần bắt buộc. Bên cạnh đó, trong quá trình làm việc, các giáo viên phải tham gia các khoá bồi dưỡng, hội thảo để nâng cao kiến thức về dinh dưỡng. Giáo dục dinh dưỡng và sức khoẻ thuộc lĩnh vực giáo dục phát triển thể chất trong chương trình Giáo dục mầm non do Bộ Giáo dục và Đào tạo Việt Nam ban hành [8]. Để triển khai nội dung này, đầu năm học giáo viên căn cứ vào nội dung giáo dục trong chương trình Giáo dục mầm non, kết quả mong đợi, thực tế của trường, lớp để thiết kế hoạt động giáo dục dinh dưỡng phù hợp với khả năng, lứa tuổi mẫu giáo [13]. Tuy nhiên, đối với trẻ mẫu giáo, sự phân chia rành mạch ranh giới giữa các môn học không phù hợp với đặc điểm phát triển mang tính tổng thể của trẻ, do đó, giáo viên xây dựng và triển khai các nội dung giáo dục dinh dưỡng theo phương thức tích hợp chủ đề. Điều này đòi hỏi giáo viên phải có trình độ chuyên sâu, tính sáng tạo cao để lựa chọn thời điểm, nội dung của hoạt động giáo dục dinh dưỡng tích hợp với các nội dung khác một cách tự nhiên, khéo léo cho trẻ tiếp nhận các nội dung.

Ở tuổi mẫu giáo, trẻ em học bằng cách quan sát mọi người và các sự kiện xung quanh chúng, chính vì vậy, trong trường mầm non, giáo viên đảm nhận vai trò quan trọng, là hình mẫu cho trẻ học theo [9]. Để đạt được hiệu quả cao, giáo viên phải tạo điều kiện thuận lợi nhất cho thực hiện dạy học lấy trẻ làm trung tâm trong quá trình tổ chức hoạt động nhận thức và thực tiễn cho trẻ. Các phương pháp và thủ thuật dạy học được giáo viên sử dụng như các phương tiện để tổ chức hoạt động nhận thức cho trẻ. Muốn làm được điều này, giáo viên phải có nhiều kỹ năng vẽ, hát, múa, tổ chức trò chơi, thiết kế [3], [14], [15].

Do trẻ mẫu giáo chưa đọc được sách, việc dạy học cho trẻ mang tính chất truyền khẩu, nên đòi hỏi giáo viên phải rèn luyện nhiều về ngôn ngữ mới cuốn hút được trẻ trong tiết học đồng thời khéo léo trong việc lựa chọn phương tiện giáo dục phù hợp. Ví như một trong những hoạt động được thực hiện trong giáo dục mầm non là hoạt động kể chuyện. Tại thời điểm trẻ nghe câu chuyện, trẻ sẽ chú ý đến các chi tiết của văn bản thông qua lời kể hấp dẫn của giáo viên và hình minh họa. Thông qua lời kể của giáo viên hoặc hình minh họa, sẽ truyền tải thông tin và cảm xúc có thể liên quan đến quá trình ăn uống, từ nguồn gốc của thực phẩm cho đến vai trò của nó đối

với sự phát triển của trẻ, còn nếu như ngôn ngữ của giáo viên không hấp dẫn sẽ không thể thu hút sự chú ý của trẻ đến nội dung giáo viên muốn truyền tải [5].

Mặt khác, để tránh sự nhầm chán khi nghe mãi một câu chuyện, giáo viên cần có ý thức sưu tầm các câu chuyện mang tính giáo dục dinh dưỡng để sử dụng chẳng hạn như "Cô bé quàng khăn đỏ", "Goldilocks và ba chú gấu", "Hansel và Gretel" [10], "Gấu con bị sâu răng", "Câu chuyện của tay phải và tay trái", "Ngôi nhà ngọt ngào", "Trái cây trong vườn"... giới thiệu các khía cạnh liên quan đến thực phẩm, truyền tải thông điệp ngầm về hành động ăn uống. Trong quá trình kể chuyện, xem kỹ vào đó là sự tương tác của giáo viên với trẻ về nội dung câu chuyện có thể ảnh hưởng như thế nào đến nhận thức của trẻ về thực phẩm, thức ăn. Bằng cách này, trẻ sẽ thấy những thực phẩm mà trẻ quan sát được qua hình ảnh trong sách, qua những lời kể, giải thích, gợi ý, sự tương tác của giáo viên với trẻ trở nên quen thuộc. Từ đó, trẻ điều chỉnh thái độ và cảm xúc, có những nhận biết tích cực liên quan đến việc sử dụng thức ăn [10].

Mặc dù trẻ không thể tự phân loại nhóm thức ăn như trong kim tự tháp thực phẩm, nhưng ở lứa tuổi này, giáo viên có thể dạy trẻ phân biệt thực phẩm nào tốt hoặc không tốt cho sức khỏe, điều này cho thấy trẻ có khả năng liên hệ thực phẩm với sức khỏe [16]. Vì vậy, giáo viên phải linh hoạt, có kỹ năng thiết kế các hoạt động giáo dục dinh dưỡng, sưu tầm, lựa chọn những công cụ trực quan thích hợp (đồ vật, đồ dùng, vật thật, các bức ảnh về thực phẩm, món ăn...) kích thích thị giác, thính giác hoặc vị giác của trẻ, tác động làm thay đổi hành vi cá nhân, tạo sự chấp nhận của trẻ với các vấn đề giáo viên định truyền tải [2], [6].

Như vậy, đối với hoạt động giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non, giáo viên giữ vai trò chủ đạo. Tuy nhiên, để giáo viên thực hiện được mục tiêu đặt ra trong kế hoạch giáo dục dinh dưỡng cần phải có sự phối kết hợp của các yếu tố khác, trong đó phải kể đến cơ sở vật chất ở trường mầm non. Nếu cơ sở vật chất không đầy đủ thì sẽ không đáp ứng được nhu cầu sinh hoạt của trẻ tại trường và gây khó khăn cho công tác giáo dục của giáo viên nói chung, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ nói riêng. Sự đáp ứng về cơ sở vật chất sẽ đảm bảo cho trẻ có một không gian sinh hoạt và học tập tốt. Các trang thiết bị dạy học, đồ dùng, đồ chơi... đầy đủ sẽ giúp cho giáo viên thiết kế, triển khai được ý tưởng sáng tạo của mình để có được những tiết học hấp dẫn, giúp cho trẻ có hứng thú, dễ dàng lĩnh hội được kiến thức về dinh dưỡng giáo viên truyền dạy cho mình.

Gia đình đặc biệt quan trọng đối với sự phát triển thái độ, niềm tin, sở thích và hành vi liên quan đến hoạt động của trẻ nhỏ [17]. Trên thực tế, thói quen dinh dưỡng của trẻ em được hình thành từ rất sớm và chịu ảnh hưởng phần lớn của cha mẹ [7], [18]. Ngoài sự kiểm soát của cha mẹ đối với các hành vi của trẻ em, các biến số liên quan đến gia đình có mối tương quan chặt chẽ với thói quen ăn uống của trẻ em. Cụ thể như, tình trạng kinh tế của gia đình, sự quan tâm chăm sóc của cha mẹ đến trẻ, kiến thức dinh dưỡng của cha mẹ... có liên quan và tác động rất lớn đến đến thói quen dinh dưỡng của trẻ [7].

M. Yperman và các cộng sự nhấn mạnh, giáo dục dinh dưỡng khó có hiệu quả khi ở trường các giáo viên thường dạy trẻ rằng nên hạn chế thức ăn chế biến sẵn như gà chiên, xúc xích rán, trong khi cha mẹ chúng có thể là do tính chất của công việc bận bịu, do chiều theo sở thích của trẻ, do kiến thức dinh dưỡng của chính bản thân... lại sẵn sàng mua cho con ăn thường xuyên [18]. H. Chuanlai và các cộng sự cho rằng ở tuổi mẫu giáo, trẻ không thể đem những thứ chúng học ở trường, đặc biệt là những vấn đề liên quan đến thực phẩm, dinh dưỡng về thực hành trong gia đình nếu như không được sự đồng thuận của cha mẹ mặc dù chúng đã nói với cha mẹ "Ở trường cô dạy con thế" [2]. Hơn nữa, chính môi trường gia đình ví như các quy tắc liên quan đến tín ngưỡng, tôn giáo có tác động đến thói quen dinh dưỡng của trẻ. Ở trường, giáo viên dạy trẻ thịt bò và thịt lợn có nhiều chất dinh dưỡng và có lợi cho sức khỏe, tuy nhiên, với một gia đình theo đạo Hindu hay đạo Hồi thì việc ăn thịt bò (đạo Hindu) hay ăn thịt lợn (đạo Hồi) là một điều cấm kỵ [19]. Vì vậy, môi trường gia đình có ảnh hưởng quan trọng đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ lứa tuổi mẫu giáo ở trường mầm non.

Cùng với các yếu tố đã được chúng tôi phân tích ở trên không thể không nhấn mạnh đến trẻ (sự nhận thức của trẻ, tính cách của trẻ, sự hợp tác của trẻ, sức khỏe của trẻ...) với vai trò là trung

tâm của các hoạt động giáo dục nói chung, giáo dục dinh dưỡng nói riêng. Bởi suy cho cùng mọi hoạt động giáo dục cần phải có sự hợp tác của trẻ mới có kết quả tốt [1]. Kết quả của nhiều nghiên cứu đã chỉ ra: Cha mẹ trẻ rất bất ngờ và chấp hành những yêu cầu của trẻ khi chúng trở thành những “nhà giáo” nghiêm túc truyền đạt lại những kiến thức về dinh dưỡng chúng được học ở trường để nhắc nhở cha mẹ, ví như trong bữa ăn không được cười đùa, nói chuyện nhiều dễ bị sặc thức ăn [6], nhắc nhở cha mẹ nên hạn chế ăn để tránh béo phì [15], ăn quá nhiều bụng sẽ to đùng như con gấu không ra nổi khỏi hang [20], cần phải trồng rau xanh ở nhà vừa tốt cho sức khoẻ vừa tiết kiệm tiền [14], không được lãng phí thức ăn [11]... Điều này cũng thể hiện một thực tế là những kiến thức về dinh dưỡng trẻ học ở trường đã được trẻ ghi nhớ và có tác động đến hành vi về dinh dưỡng của trẻ. Nếu như được gia đình quan tâm, phối hợp thì sẽ tạo thành những thói quen về dinh dưỡng lành mạnh cho trẻ trong những giai đoạn tiếp theo.

Bên cạnh đó, chính sách của Nhà nước cũng có ảnh hưởng lớn đến chất lượng giáo dục nói chung, hiệu quả của giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non nói riêng. Bởi chính sách giáo dục có thể khuyến khích, tạo điều kiện cho các cơ sở giáo dục mầm non phát triển nâng cao chất lượng, cải thiện đời sống của giáo viên thông qua các chính sách về tiền lương, phụ cấp, ưu đãi... để giáo viên yên tâm cống hiến hết mình cho nghề nghiệp; có thể khuyến khích, huy động các nguồn lực đóng góp vật chất, mở rộng liên kết hợp tác quốc tế. Ngoài ra, còn có các chiến lược giáo dục thúc đẩy thói quen ăn uống lành mạnh ở lứa tuổi mẫu giáo của trẻ cũng tác động không nhỏ đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng. Ví như các dự án giáo dục thực phẩm tại các trường mầm non nên được thiết kế để tạo ra một môi trường học hỏi các sở thích ăn uống lành mạnh, thông qua việc tiếp xúc nhiều lần và lâu dài với các loại thực phẩm lành mạnh, tiêu chuẩn hóa bữa ăn phù hợp và toàn diện [17]; các chương trình bồi dưỡng chuyên môn cho giáo viên về bảo đảm an toàn thực phẩm, hướng dẫn chế độ dinh dưỡng; các dự án, chương trình tài trợ thực phẩm cho trẻ (cơm có thịt, sữa...) cho trẻ ở vùng khó khăn để trẻ được thụ hưởng, cảm nhận thực tế vai trò của các chất dinh dưỡng với cơ thể chứ không chỉ là những lý thuyết suông.

#### 4. Kết luận

Thời kỳ mẫu giáo là thời kỳ trẻ em phát triển nhiều thói quen có khả năng được tiếp tục đến khi trưởng thành. Trong giáo dục dinh dưỡng cho trẻ, điều quan trọng là trẻ không chỉ tiếp thu kiến thức về sự cân bằng các chất dinh dưỡng, những thực phẩm nào trẻ cần được ăn hàng ngày, những thực phẩm nào trẻ nên hạn chế ăn, thỉnh thoảng ăn... mà còn phát triển thói quen ăn uống lành mạnh có lợi cho sức khoẻ và sự phát triển của trẻ trong tương lai. Chính vì vậy, giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non muốn có hiệu quả cần phải phối kết hợp nhiều yếu tố: Giáo viên, gia đình, trẻ, cơ sở vật chất, các chính sách. Trong các yếu tố đó, giáo viên có vai trò chính, là người lập kế hoạch, tổ chức hoạt động giáo dục, lựa chọn hình thức, phương pháp giáo dục, truyền tải kiến thức dinh dưỡng cho trẻ.

Để nâng cao hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ ở trường mầm non, theo chúng tôi: (i) Nhà nước cần tiếp tục có chính sách đầu tư thích hợp về cơ sở vật chất cho các cơ sở giáo dục mầm non; có chế độ ưu đãi, tăng tiền lương, phụ cấp cho giáo viên mầm non, giúp họ đảm bảo đời sống, yên tâm công tác, tận tâm cống hiến cho sự nghiệp giáo dục; (ii) Giữa giáo viên và cha, mẹ trẻ cần có sự phối, kết hợp chặt chẽ. Giáo viên có thể trao đổi trực tiếp với cha, mẹ trẻ hoặc trao đổi gián tiếp qua Zalo, Messenger những vấn đề cần lưu ý về chế độ dinh dưỡng của trẻ, chia sẻ với cha mẹ trẻ những nội dung, kiến thức, kỹ năng về dinh dưỡng trẻ đã được học ở trường cần được củng cố trong gia đình...

Mặc dù đã đạt được mục tiêu đề ra, nhưng nghiên cứu này mới dừng lại ở việc tổng hợp, thống kê và phân tích các yếu tố tác động đến hiệu quả giáo dục dinh dưỡng cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non cũng như tác động có thể có của chúng đối với kiến thức và hành vi về dinh dưỡng của trẻ mẫu giáo. Từ kết quả này, các nghiên cứu tiếp theo có thể phát triển theo hướng khảo sát tác động của các yếu tố đến hành vi, thói quen về dinh dưỡng của trẻ. Để làm được điều này cần phải có sự điều tra trên diện rộng bằng phiếu hỏi, quan sát thực tế với trẻ và thiết lập mối liên hệ với cha mẹ trẻ trong một khoảng thời gian nhất định.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO/ REFERENCES

- [1] K. Hye-Kyung and K. Jin-Hee, "A Preliminary Study on Nutrition Education for Preschool Children in Day-Care Center - Dietary Habit and Nutrition Knowledge," *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, vol. 35, no. 7, pp. 866-873, 2006.
- [2] H. Chuanlai, Y. Dongqing, L. Yingchun, H. Yongling, L. Li, G. Yongqing, and W. Sufang, "Evaluation of a kindergarten-based nutrition education intervention for pre-school children in China," *Journal of Public Health Nutrition*, vol. 13, no. 2, pp. 253-260, 2009.
- [3] N. Chandani, M. H. Marion, and B. B. Pam, "Developing Healthy Food Preferences in Preschool Children Through Taste Exposure, Sensory Learning, and Nutrition Education," *Current Obesity Reports*, vol. 7, pp. 60-67, 2018.
- [4] U. Nurhan and S. Nevin, "A Turkish perspective on nutrition education and preschool children," *Journal of Early Child Development and Care*, vol. 177, no. 08, pp. 853-862, 2007.
- [5] B. P. Cátia, C. Susana, P. Portugal, and G. Pedro, "Food and nutrition education tools for preschool children: current needs and challenges," *Journal of Education, Technologies, and Health*, vol. 2, no. 13, pp. 81-88, 2020.
- [6] T. B. N. La and Q. T. Hoang, "Some nutritional education measures for 5-6 year old preschool children through learning games," *Vietnam Journal of Education*, Special Issue, pp. 43-46, May 2020.
- [7] M. Yperman and A. V. Joyce, "Factors associated with children's food habits," *Journal of Nutrition Education*, vol. 11, no. 2, pp. 72-76, 1979.
- [8] Ministry of Education and Training, *Early Childhood Education Program (for administrators and preschool teachers)*. Ha Noi: Vietnamese educational publisher, 2021.
- [9] B. Veronica, B. N. Maritha, L. M. Ida, and H. L. P. Bard, "The teacher's role for engagement in foraging and gardening activities in kindergarten," *Environmental Education Research*, Feb 17, 2023. [Online]. Available: <https://www.tandfonline.com/loi/ceer20>. [Accessed March 28, 2023].
- [10] R. J. Claudia, "Once upon a time...an insight on the use of fairy tales as a tool for food and nutrition education," *Journal of communication health education*, vol. 15, no. 45, pp. 473-484, 2013.
- [11] B. Hatice, B. G. Zuhul, and M. A. Başer, "Use of Piaget's theory in preschool nutrition education," *Journal Nutrition*, vol. 22, no. 6, pp. 905-917, 2009.
- [12] W. M. Mary, F. M. C. Ana, B. Nguyen, S. Sanjoy, A. Ruhul, and N. Valentine, "Factors that contribute to effective nutrition education interventions in children: a systematic review," *Journal Nutrition Reviews*, vol. 76, no. 8, pp. 533-558, 2018.
- [13] T. Q. L. Nguyen and T. T. H. Cao, "Vietnamese education for ethnic minority preschool children in the northern midland and mountainous areas of vietnam," *TNU Journal of Science and Technology*, vol. 227, no. 17, pp. 147-154, 2022.
- [14] T. Q. Tran and Q. T. Hoang, "Some nutritional education measures for preschool children 4-5 years old through activities to explore the plant world," *Vietnam Journal of Education*, Special Issue, pp. 39-42, May 2020.
- [15] T. T. T. Pham and T. H. N. Le, "Some measures for nutrition and health education for preschool children through action games," *Vietnam Journal of Education*, Special Issue, pp. 133-137, 2nd May, 2018.
- [16] M. Donna, S. Kristina, and S. Amy, "Preschool Children's Perceptions of Food and Their Food Experiences," *Journal of Nutrition Education and Behavior*, vol. 34, no. 2, pp. 85-92, 2022.
- [17] T. Patricia, M. Z. Melissa, M. B. Shauna, and D. I. Jennifer, "The influence of parents and the home environment on preschoolers' physical activity behaviours: A qualitative investigation of childcare providers' perspectives," *Journal of Epidemiology*, no. 168, 2011. [Online]. Available: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com>. [Accessed February 28, 2023].
- [18] T. Q. L. Nguyen, "The custom of taking care of pregnant women and babies in eating and drinking of the San Diu people in Thai Nguyen," *Journal Ethnology*, vol. 5, no. 143, pp. 25-28, 2006.
- [19] T. Q. L. Nguyen and T. T. Hoang, "The universalizing preschool education for 5-year-old children in thai nguyen province (2010-2020)," *Scientific Journal of Tantrao University*, vol. 7, no. 23, pp. 15-22, 2021.
- [20] T. T. H. Dang, "Education of nutrition and health for preschool children under child-centered perspective," *Vietnam Journal of Education*, Special Issue, pp. 133-137, 1st August, 2017.