



重庆某高校学前教育专业大学生 营养知识—态度—行为调查

王瑜, 靳琴, 付星, 周芮

(重庆第二师范学院学前教育学院, 重庆 400065)

摘要: 为了解某高校学前教育专业大学生营养知识、营养态度和营养行为现状, 指导学前教育专业学生合理饮食及为营养课程改革提供科学依据, 同时也为学前教育专业学生将来从事幼儿食育教育打下坚实的理论和实践基础, 以查阅文献及专家讨论的方式自行设计问卷, 以班级为单位随机整群抽6个班大学生进行问卷调查, 发现学前教育专业学生营养知识水平较低, 在改变不良饮食行为的态度上不积极, 三餐进食不规律及膳食结构不合理普遍存在。鉴于学前教育专业学生营养知识、态度和行为不容乐观, 应将儿童营养相关课程纳入幼儿教师培养方案, 并通过各种措施改善学前教育学生营养素养, 通过提高自身营养素养, 为将来入职后更好的进行幼儿食育教育, 改善幼儿营养状况打下基础。

关键词: 大学生; 学前教育专业; 营养; 知识—态度—行为; 饮食行为

中图分类号: G525; G610; G658

文献标识码: A

文章编号: 2095—770X(2017)04—0113—05

PDF 获取: <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.asp>

doi: 10.11995/j.issn.2095—770X.2017.04.024

A Nutrition Knowledge-Attitude-Practice Investigation among Preschool Education Majors —Taking a University in Chongqing as an Example WANG Yu, JIN Qin, FU Xing, ZHOU Rui

(School of Pre-school Education, Chongqing University of Education, chongqing 400065, China)

Abstract: The paper aims to understand the present situation of the nutrition knowledge, attitude and practice of preschool education majors, trying to provide scientific evidence to the reform of the course of nutrition and healthy diet for preschool education majors and helping lay solid foundation for their future job. In the research, six classes of preschool education majors were surveyed by self-made questionnaire through random sampling. It finds that students are poor in their nutritional knowledge; they hold negative attitude towards the changing of improper dietary behavior; and taking meals irregularly and unhealthy dietary structure are common. It draw conclusion that the present situation of the nutrition knowledge, attitude and practice of preschool education majors needs improvement urgently, and measures should be taken to promote preschool education majors' nutrition education.

Key words: college student; pre-school education majors; nutrition; knowledge-attitude-practice; dietary behavior

大学生是社会的一个特殊群体, 是未来推动社会进步的栋梁之才。大学生身体素质和健康状况将影响国家的建设和发展。饮食行为是影响大学生身体素质和健康状况的重要因素之一。学前教育专业

大学生是将来从事幼儿教育的主体人群, 他们的营养素养是将来开展幼儿食育教育的关键。然而, 多项有关大学生营养知识、态度和行为(KAP)的调查显示^[1-3], 大学生营养 KAP 不容乐观; 调查也显示,

收稿日期: 2016—12—06; 修回日期: 2017—02—13

作者简介: 王瑜, 女, 重庆人, 医学硕士, 重庆第二师范学院学前教育学院讲师, 主要研究方向: 妇幼营养。

幼儿教师人群营养素养也较低^[4]，而目前关于学前教育专业大学生营养素养的调查还处于空白。

根据知—信—行理论，知识是行为的基础，信念是行为的动力，行为的产生和改变是目标。大学生可通过学习，获得营养与健康的相关知识和技能，逐步形成健康的饮食信念和态度，从而促成健康饮食行为的产生。有调查显示，大学生营养知识、态度和行为不容乐观，而进行营养干预后大学生营养知识、态度和行为均有所提高^[5-7]。笔者通过问卷调查，以期了解某高校学前教育专业大学生在营养知识、营养态度及饮食行为方面存在的问题，为指导大学生合理饮食及为营养课程改革提供科学依据，同时也为学前教育专业学生将来从事幼儿食育教育打下坚实的理论基础^[8]。

一、对象与方法

(一)对象

以重庆第二师范学院学前教育专业大学生作为调查对象，以班级为单位随机整群抽取6个班，共发放问卷325份，最终收回有效问卷317份(有效率97.54%)。

(二)方法

以查阅文献及专家讨论的方式自行设计问卷。问卷经20人进行预调查，对题项语言及数目进行修订，形成正式问卷。问卷包括知识、态度和行为三部分。知识部分包括：营养基础、食物营养、膳食结构、营养及疾病、食品安全知识等五个部分，每个部分5道题，共25题。被调查者答对记1分，答错或不知道记0分，共25分。以最终得分占总分的60%(15分)为及格，占总分的80%(20分)为优秀。营养态度部分包括：大学生对营养知识的关注度、对健康饮食行为的倾向性及改变不良饮食行为的决心，共8道题。态度以积极、一般、消极进行分级，其中积极记2分，一般记1分，消极记0分。大学生饮食行为包括三个方面：早餐情况、一日三餐情况、膳食结构合理性。

(三)统计方法

问卷统一编码后进行双人双录入，采用Epidata3.02建立数据库，SPSS17.0进行数据统计和描述性分析。信度分析：用克隆巴赫系数评估内部一致性信度。效度分析：采用Pearson相关系数来分析量表的内容效度；检验水准 $\alpha=0.05$ 。

二、调查数据和结果

(一)问卷信效度分析及样本大学生基本情况

问卷经20人进行预调查，被调查者对问卷题项均能正确理解。对态度题项进行信度分析显示，克隆巴赫系数为0.64，各题得分与总分的相关系数在0.54~0.59之间($p<0.05$)。对问卷进行修订后，克隆巴赫系数为0.71，各题得分与总分的相关系数在0.56~0.62之间($p<0.05$)。本次调查最终收回有效问卷317份，其中男生14人(4.42%)，女生303人(95.58%)；大一66人(20.82%)，大二66人(2.21%)，大三244人(76.97%)；来自于城镇的165人(52.05%)，农村152人(47.95%)；在校饮食消费占月生活费比例小于50%的30人(9.46%)，50%~80%的有157人(49.53%)，大于80%的140人(44.16%)；体质指数为消瘦的84人(26.5%)，正常的225人(70.98%)，超重或肥胖的8人(2.53%)。

(二)样本大学生营养知识情况

样本大学生营养知识正确率最高的为92.74%，最低的为11.99%。其中“营养基础”知识正确率最高的为72.87%，最低的为40.69%；“食物营养”知识正确率最高的为84.23%，最低的为11.99%；“膳食结构”正确率最高的为82.97%，最低的为43.22%；“营养及疾病”正确率最高的为92.74%，最低的为78.86%；“食品安全”正确率最高的为84.54%，最低的为24.29%。

样本大学生营养知识总分最高23分，平均分为 16.11 ± 3.46 ，其中营养及疾病知识平均分最高为 4.26 ± 0.91 ，营养基础和食品安全知识平均分较低，分别为 2.71 ± 1.14 和 2.58 ± 1.17 (见表1)。经T检验结果显示，样本大学生营养知识得分在不同的地区、不同的饮食消费情况及不同的体质指数间没有统计学差异。样本大学生营养知识得分不及格占31.55%，及格的占53.63%，优秀的占14.83%。

表1 样本大学生营养知识得分情况

知识题项	得分范围	平均分
营养基础	0—5	2.71 ± 1.14
食物营养	0—5	3.19 ± 1.10
膳食结构	0—5	3.36 ± 1.17
营养与疾病	0—5	4.26 ± 0.91
食品安全	0—5	2.58 ± 1.17
总分	0—23	16.11 ± 3.46

(三)样本大学生营养态度及其与知识的相关分析

调查显示,57.41%的样本大学生表示完全不了解中国居民膳食指南,38.81%表示听说过膳食指南。营养态度调查显示,样本大学生对营养知识的关注度(题项1—2)和对健康饮食行为的倾向性(题

项3—5)态度积极。在改变不良饮食行为的态度方面(题项6—7),56.47%的样本大学生愿意积极改变不合理膳食结构,43.22%在改变不良饮食行为方面态度坚决(见表2)。态度得分最高分为14,最低得分为5,平均分为 11.73 ± 0.20 ,占总分的83.79%。态度得分与知识得分的相关性分析结果显示,person相关系数为0.2($p<0.000$)。

表2 样本大学营养态度(n,%)

态度题项	态度积极	态度一般	态度消极
愿意阅读指南及其他营养学书籍吗	224(70.66)	84(26.50)	9(2.84)
愿意关注营养健康类知识吗	247(77.92)	63(19.87)	7(2.21)
学习营养知识对您的健康有无帮助	257(81.07)	55(17.35)	5(1.58)
大学生是否有必要坚持健康的饮食习惯	271(85.49)	46(14.51)	0(0.00)
大学是否有必要开设营养健康类课程	261(82.33)	54(17.03)	2(9.63)
你是否愿意为健康改变不合理膳食结构	179(56.47)	113(35.65)	25(7.89)
假如您有不良的饮食习惯,您愿意为它付出多大努力改变	137(43.22)	152(47.95)	28(8.83)

(四)样本大学生饮食行为情况

调查显示,仅16.29%的样本大学生经常关注自己的膳食结构,68.05%和15.65%的样本大学生偶尔关注或几乎不关注自己的膳食结构。

样本大学生早餐情况调查显示:59.00%能基本按时吃早餐,29.65%和11.36%偶尔按时和基本不按时吃早餐。几乎每天吃早餐的为36.59%。不吃早餐的原因主要为时间来不及(见表3)。

表3 样本大学生早餐进食情况

早餐进 食情况		人数	百分比
每周吃 早餐的 频率 (一周7天)	几乎每天	116	36.59%
	4—5	128	40.38%
	2—3	66	20.82%
	几乎从来不吃	7	2.21%
	合计	317	100.00%
不吃 早餐的 原因	不饿或者不想吃	60	18.93%
	不喜欢早餐的食物	11	3.47%
	没有足够的时间,来不及吃	227	71.61%
	节食减肥	7	2.21%
	其他	12	3.79%
合计		317	100.00%

样本大学生三餐情况调查显示:53.00%能基本按时吃三餐,41.00%和6.00%表示基本按时和偶尔按时。42.30%最在意的是午餐,而表示三餐都比较在意的仅18.90%。表示一日三餐都能保证的为33.44%,10.09%表示三餐非常不规律,常常不能保证,偶尔和经常一日2餐的分别占53.94%和7.26%。在三餐的选择方面,仅13.25%主要考虑营

养,而68.77%主要考虑口味,17.98%主要考虑价格或其他因素。

样本大学生膳食结构调查显示:认为自己膳食结构合理和不合理的分别占44.48%和44.16%。8.95%表示经常用零食替代正餐,41.21%表示经常吃零食,但不影响正餐。吃水果和饮奶的频率(见表4)。

表4 样本大学生吃水果和饮奶情况

频次	水果进食情况(%)	饮奶情况(%)
几乎每天都吃	25.55	15.77
5—6次/周	21.77	12.62
3—4次/周	26.81	15.46
<2次/周	13.56	26.81
没有规律,想起来就吃	12.30	29.34
合计	100.00	100.00

注:1周=7天,%为各频次人数占总人数的百分比,总调查人数为317。

三、讨论与分析

大学生是推动社会进步和发展的重要人群之一,其身体素质和健康状况将影响国家的建设和发展。一方面,大学生是不良饮食行为发生率较高的人群之一,而通过营养干预可改善其营养知识、态度和行为的状况,从而提高其身体素质。另一方面,学前教育专业的大学生是未来从事幼儿教育工作的主要群体,其营养知识、态度和行为将直接影响其教导的幼儿的营养知识、态度和行为。因此,了解学前教育专业大学生营养知识、态度和行为的现状,为进一步进行干预提供科学策略必要且可行。

(一)学前教育专业学生营养知识亟待提升

研究表明^[9-12],大学生群体营养知识普遍偏低,是引起大学生饮食行为不合理的主要原因之一。本次调查显示,被调查的学前教育专业学生营养知识得分平均分仅占总分64%,不及格的学生占31%,说明学前教育专业学生营养知识掌握较差,与其他研究结果类似。这提示,大学生营养知识水平亟待提高,尤其是学前教育专业的学生,其营养知识的欠缺不仅影响自身的饮食行为及健康,还将影响职后幼儿饮食行为的教育。笔者^[4]之前通过对500名幼儿园在职教师进行调查显示,尽管幼儿园教师营养知识低,但普遍认为自身营养知识对儿童健康成长有影响,且学习意愿非常强烈。这说明学前教育专业学生应专门开设营养及幼儿食育相关的课程,不仅能提高其自身营养知识现状以改善自身饮食行为,更重要的是有利于职后开展幼儿食育工作。从知识的结构上看,样本大学生对“营养与疾病”的认识相对较好,对“食物营养”、“膳食结构”、“营养基础知识”和“食品安全”方面的知识认识不佳。这说明,大部分学生对于营养与疾病的常识性知识掌握较好,但营养知识结构不够系统全面,不利于自身饮食行为的改变及幼儿食育知识的理解和掌握。因此,学前教育专业学生不仅要开设相关课程,且在课程内容的设置上应更注重营养基础知识的系统构建。

(二)学前教育专业学生开展营养教育必要且可行

从被调查学生的营养态度来看,其营养态度平均得分较高,说明学前教育专业学生营养态度普遍较积极。良好的营养态度是促进学生主动学习营养知识,自觉改善饮食行为的动力。这提示对学前教育专业学生开展营养教育不仅是必要的,也是可行的。进一步分析发现,被调查学生对营养知识的关注度和对健康饮食行为的倾向性态度较积极,但在改变不良饮食行为方面态度不积极。这提示,学前教育专业学生期望自身拥有健康的饮食行为,即具备改变不良饮食行为的前提条件,但在改变不良饮食行为的决心方面不坚定。这提示改变大学生消极态度,促使其转变成坚决的執行者是营养教育的主要突破口。研究也表明^[13],通过教学手段,大学生营养知识和营养态度都有显著提高,且愿意用课堂所学知识去指导饮食行为。本次研究相关分析也提示,营养知识与营养态度呈正相关,说明学生营养知识掌握越好,其营养态度越积极。这再一次印证学前教育专业学生开设营养相关课程的必要性。

(三)学前教育专业大学生不良饮食习惯普遍存在,亟需改善

饮食行为调查显示,绝大部分被调查的大学生不仅不关注自己的膳食结构,还有近10%表示经常用零食替代正餐,超过41%表示经常吃零食。而零食的种类中,饮奶和吃水果的频率并不理想,相比而言饮奶的频率比吃水果的频率更低。这提示被调查大学生膳食结构不容乐观,与本次知识部分的调查结果相符合,说明要改变大学生饮食行为,前提是改变大学生饮食知识。从三餐的进食规律看,近50%不能按时吃三餐,其中大学生最在意的早餐,也有近63%不能坚持每天吃。不吃早餐的原因主要为时间来不及。这提示被调查的大学生三餐饮食无规律,亟待改善,进一步说明除了提高大学生营养知识外,养成良好的生活习惯也是促进饮食行为改变的重要因素。在三餐的选择方面,仅13.25%主要考虑营养,而超过68%主要考虑口味。根据知信行理论,营养态度及行为与营养知识呈正相关,营养知识水平的提高可以促进其形成积极的营养态度,进而形成良好的饮食行为。本调查显示,营养知识与营养态度呈正相关,但积极的营养态度并没有转化为相应的健康饮食行为,这与国内其他调查的结果一致^[2, 3, 14]。一方面可能与被调查大学生营养知识不足、态度不够积极有关;另一方面也可能与大学生饮食习惯、经济水平、学校膳食供给、对健康的关注度等因素有关。

综上所述,大学生尤其学前教育专业大学生亟需开设专门性课程以提高其营养知识水平,同时进行定期或不定期、以校园活动或知识讲座等形式开展的营养教育,通过各种形式的宣教促使大学生了解饮食营养的重要性,形成系统的营养知识结构和积极正确的营养观念。此外,在传授营养知识的方式上既要注重知识内容的全面系统,又要注重对实践的应用和可操作性。若只是讲授营养知识而不结合实际进行饮食行为的指导,势必会导致理论和实践的分离。营养知识的提高和态度的转变是饮食行为改变的前提,但这类主观因素并非影响饮食行为的唯一因素,它还受到许多客观因素的限制,如经济条件、饮食供给、就餐环境等。因此,大学生尤其是学前教育专业大学生的营养教育并非仅仅是开设课程,传播营养知识,还要尽可能的解除客观因素的限制,促使其形成健康的饮食观念,改变不合理的饮食行为,从而达到改善营养状况,减少疾病发生的目的,也为将来更好的从事幼儿食育教育打下坚实的理论和实践基础。

(下转第122页)

续表 1

维度	项目	具体内容
专业素质	专业一般能力	60. 具备运用现代科学方法处理实际问题及参与公共事务的能力。
		61. 具有良好的沟通和人际交往能力,具有较强的团队合作能力。
		62. 具有独立获取新知识、新技能的能力,具有获取及处理信息的能力。
		63. 具有终身学习和专业自我发展的能力。
		64. 具有规范的语言文字运用能力和良好的口语表达能力。
人格素质		65. 具有制订工作计划和进行工作评价的能力。
		1. 具有开拓进取、拼搏奋进、胸怀坦荡、积极向上、勇敢坚毅、诚实守信等良好品质。
		2. 具有独立意识、竞争意识、终身学习意识,具有自主学习的习惯。
		3. 求真务实,踏实肯干,表里如一,知行合一。
		4. 会关心他人、会与人交往、会团队合作,有事业心、有责任感、有活力。
		5. 时刻反省自己,提高自我觉察能力,发现自己的不足,找出解决办法,保持提升自我的良好状态。
		6. 爱惜与重视自己的身心健康。

[参考文献]

[1] 庞丽娟.《幼儿园教师专业标准》的研制背景、指导思想与基本特点[J]. 学前教育研究,2012(7):3—6.

[2] 赵风霞,等. 岗位能力驱动的高职助产专业人才培养规格的研究[J]. 卫校职业教育,2011(7):10.

[3] 单培勇,汤清焕. 关于国民素质问题研究述评[J]. 河南师范大学学报(哲学社会科学版),2009(7):259.

[4] 邱远. 高职人才培养规格构成要素及其设计[J]. 职业技术教育,2008(1):45.

[5] 汤力峰,赵昕丽. 企业需求视野下的应用型大学人格素质教育策略[J]. 教育教学论坛,2011(30):7.

[责任编辑 朱毅然]

(上接第 116 页)

[参考文献]

[1] 肖春玲,等. 中国大学生营养知识、态度、行为的调查研究[J]. 中国食物与营养,2011(5):81—83.

[2] 王运良,等. 大学生 2039 名营养知识态度及饮食行为调查[J]. 中国学校卫生,2010(1):25—26+29.

[3] 张雪莹,等. 苏州市大学生营养知识态度及食物选择调查[J]. 中国学校卫生,2014(03):356—359.

[4] 王瑜,黄程佳. 重庆市城乡幼儿教师营养知识、营养教育态度及行为现状调查[J]. 重庆第二师范学院学报,2016(2):118—121+126.

[5] 朱蕾. 赤峰市某大学医学院学生营养状况及知行信行调查分析[D]. 长春:吉林大学,2014.

[6] 李淑玲. 某高职院校学生营养知识态度行为的现况及干预效果评价[D]. 济南:山东大学,2013.

[7] 余秀菊. 大学生营养 KAP 与身体体质现状及相关性研究[D]. 济南:山东大学,2015.

[8] 王瑜,黄程佳. 我国幼儿食育必要性及其促进策略

[J]. 陕西学前师范学院学报,2016(4):15—19.

[9] 肖爽,邱烈峰. 师范院校大学生营养知识、态度和饮食行为调查研究[J]. 中国健康教育,2016(7):597—600.

[10] 周恒超,周真益,赵欣华. 南京市仙林大学城大学生营养知识—态度—行为调查[J]. 中国公共卫生管理,2016(3):361—363.

[11] 汪琰霖,等. 1000 名大学生营养知识态度行为调查[J]. 中国校医,2016(6):426—427,429.

[12] 束莉,等. 大学生营养知识、态度、行为调查及膳食状况评价[J]. 蚌埠医学院学报,2016(2):227—229+234.

[13] 余小辉,涂小云,李萍. 营养教育对大学生营养知识、态度、行为的影响[J]. 现代预防医学,2011(18):3709—3711.

[14] 吕姝焱,等. 洛阳市大学生营养知识态度行为与膳食结构调查[J]. 中国学校卫生,2012(9):1056—1058.

[责任编辑 朱毅然]