

برنامج مقترح في ضوء التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة بكلية البنات

إعداد: د/ سماح فاروق المرسي الأشقر^١*

مشكلة الدراسة وأبعادها

مقدمة

يقاس تقدم الأمم والمجتمعات بما تملكه من قوى بشرية قادرة على العمل والعطاء وبذل الجهد من أجل رقي المجتمع، والتي يمكنها دفع عجلة التقدم للأمام ومواكبة التغيرات السريعة والمتلاحقة في جميع مجالات الحياة، وهذه القوى البشرية تحتاج إلى عناية حتى تستطيع أن تشارك في عجلة التقدم، ولا تقتصر هذه العناية على تنمية عقولهم فقط، بل أيضاً أجسامهم، وصحتهم بصفة عامة فالعقل السليم في الجسم السليم، ولذلك فإن أى مجتمع يريد التقدم والرقى عليه أولاً أن يهتم بصحة أفرادهِ.

وترتبط الصحة بالغذاء، ويشير (Ruamsup & Charoen, 2014, 11) بأن الإنسان نعرفه من خلال ماياكله (قل لي ماذا تأكل أقل لك من تكون) وصحة الجسم تعتمد على ما نأكله ونوعية الطعام الذي يختلف حسب كل مرحلة عمرية.

والغذاء هو المادة التي تجمع بين اللذة والحاجة، وهو الذى يؤمن حاجة الجسم للنمو والتكاثر والتجدد، كما أن الغذاء كان وسيبقى محور الحياة، والتغذية تلعب دوراً أساسياً في صحة الإنسان، فكثير من أمراض العصر كمرض القلب والسرطان والسمنة، لها علاقة مباشرة بنوعية الغذاء وكلمة السر للتغذية الصحية تكمن في الاعتدال بكمية الطعام المستهلك والتنوع من الأصناف المتوفرة، والتوازن بين جميع المغذيات، إذ أنه لا يوجد طعام واحد يحتوي على جميع المغذيات الضرورية. [معز الدين عزت، ٢٠٠١، ٣٢، ١١، 2012, Peak]

والغذاء الصحي هو الطعام الذى يحتوي على الإحتياجات اليومية لجسم الإنسان في مراحل عمره المختلفة، والغذاء هو جميع مايتناوله الإنسان من سائل مثل (الماء، وغيره من المشروبات) وكذلك المواد الصلبة من طعام وخلافه، ومع أن الطعام ركيزة أساسية لصحة الإنسان، إلا أنه قد يكون مدخلاً لكثير من الأمراض إذا تلوث مثلاً بالبكتيريا، فمثلاً ملعقة صغيرة من التربة المتسخة تحتوى على ما يقرب من ٢٠٠٠ مليون جرثومة بكتيرية (عبد الحفيظ خوجة، ٢٠٠٦، ١)، وهذا يسبب العديد من الأمراض والتي تحتاج إلى علاج.

ويشير (باسم محمد، ٣، ٢٠٠٢) الى أن المسؤولية الأولى لصحة الفرد ان كانت تقع على الأسرة إلا أن الأسرة لا تستطيع وحدها أن تؤدي دورها بكفاءة والسبب تعقد المشاكل الصحية، وجهل الكثير من الأفراد بالأسس الصحية السليمة.

^١ * مدرس المناهج وطرق تدريس العلوم، كلية البنات، جامعة عين شمس.

ويضيف (سيد محمد، ٢٠٠٠، ٦٠-٥) أنه يجب على كل فرد أن تتكون لديه معرفة بالمواد الغذائية وأنواعها والمكونات والكميات المطلوبة منها، وفوائد كل نوع وضرورته للصحة، وما يترتب على زيادته أو نقصه من مشاكل، وأين يوجد كل نوع، والطريقة المثلى للإستفادة منه، وهذه المعرفة ليست مطلوبة للمتخصصين فقط، ولكنها ثقافة عامة ومطلوبة لكل فرد في المجتمع لكي يحافظ على صحته.

وتتضح أهمية الغذاء في الوقاية من كثير من الأمراض، بل والشفاء منها فمثلاً أمراض السكري، وضغط الدم والبدانة والبلاجرا وفقر الدم وغيرها يمكن علاجها بالتغذية السليمة، كما أن الفئات الخاصة بالأطفال والمراهقات والحوامل والمرضعات وكبار السن تعتمد صحتهم وسرعة هزيمهم وتكوين شخصية الإنسان من حيث ذكائه ونشاطه، وتكيفه مع بيئته من خلال الغذاء المناسب. [مارية طالب، ٢٠٠٧، ٣١; Hawkes, 2013].

والتغذية عنصر أساسي من عناصر الصحة والنماء، وهناك علاقة بين تحسين التغذية وتحسن صحة الأم والرضيع والطفل وتقوية الجهاز المناعي، والأطفال الأصحاء يتسمون بقدرة أكبر على التعلم وأشار بعض الدراسات [فريدة محمد، ٢٠٠٧، حسين صالح، ٢٠٠٩] أن للتغذية السليمة تأثير إيجابي على التحصيل الدراسي، وأن الأطفال الذين يتناولون الإفطار يومياً كان تحصيلهم الدراسي أفضل من غيرهم الذين لا يتناولون وجبة الإفطار بشكل يومي. وأن الذين يتغذون تغذية سليمة أكثر إنتاجاً من غيرهم، وبإمكانهم خلق الفرص للسعي تدريجياً إلى كسر دائرتي الفقر والجوع، ودراسة (رضا مسعد، ٢٠٠٤) والتي أوضحت أن الغذاء الصحي يؤثر على الإنتباه والتركيز لدى أطفال الحضانة.

كما تشير (منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٤) أن المؤتمر الثاني المعنى بالتغذية الذي نظم في العاصمة الإيطالية روما (١٩ نوفمبر، ٢٠١٤م) والذي نظم شراكة بين منظمة الأمم المتحدة للأغذية والزراعة ومنظمة الصحة العالمية، خطا خطوة رئيسية نحو القضاء على سوء التغذية في أنحاء العالم، حيث قطعت أكثر من ١٧٠ دولة التزامات ملموسة لضمان حصول الجميع على وحدات صحية وأكثر إستدامة.

وكشف الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء أن عدد الشباب في مصر في الفئة العمرية من ١٨-١٩ عام يبلغ حوالي ٢٠ مليون نسمة بنسبة ٢٣.٥ % من إجمالي السكان، وترى الباحثة أن هذه الفئة تحتاج إلى توعية غذائية سليمة، للمحافظة على صحتهم، حتى تنتفع منهم مصر في العمل والتقدم. فالشباب هم عماد أي دولة.

ويشير (Braun, 2000, 21) أن مشاكل الغذاء تعتبر من المعوقات الأساسية لحدوث عملية التنمية في أي مجتمع. ومن هنا يأتي دور المعلم بإعتباره العنصر الحيوي والفعال في نجاح العملية التعليمية، ولكي يستطيع المعلم أن يثق تلاميذه، عليه أولاً أن يحصل على درجة مناسبة من الوعي الغذائي، ولذلك كان لابد من الإهتمام بتنمية الوعي الغذائي بالمعلم وبخاصة في فترة الإعداد في الكليات، ولذلك ظهرت بعض الدراسات التي أهتمت بتنمية الوعي الغذائي لدى طلاب الجامعة

ومنها: دراسة (بدرية محمد محمد، ٢٠٠٣) والتي أوضحت فاعلية برنامج في الثقافة الغذائية قائم على أسلوب التكامل لتنمية التحصيل والوعي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة أدبي بكلية التربية بسوهاج، ودراسة (سماح حلمي، ٢٠٠٧) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح لتنمية الوعي الغذائي لطلاب كلية التربية النوعية شعبة الإقتصاد المنزلي بجامعة الفيوم، ودراسة (عزة محمود، ٢٠١١) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الغذائية في تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ التربية الفكرية.

وترى الباحثة أن تنمية الوعي الغذائي لدى الطلبة يحتاج أن نبتعد عن الطرق التقليدية في التدريس إلى طرق تجعل الطالب مشاركاً فعالاً ونشطاً، وباحثاً عن المعرفة بنفسه ومقوماً لها، وأن يكون هو محور العملية التعليمية، لذا ظهرت الكثير من المستحدثات التكنولوجية في الفترة الأخيرة، الهدف منها هو جعل المتعلم هو محور العملية التعليمية بدلاً من المعلم، والتركيز على استراتيجيات التعلم النشط والتعلم التعاوني، ومن هذه المستحدثات التعليم الإلكتروني ويقصد به بصفة عامة "استخدام التكنولوجيا بجميع أنواعها في إيصال المعلومة للمتعلم بأقل وقت وجهد وأكبر فائدة، وقد يكون هذا التعلم تعلماً فورياً متزامناً Synchronous وقد يكون غير متزامن Asynchronous، داخل الفصل المدرسي أو خارجه" (حسن البائع محمد، السيد عبد المولى السيد، ٢٠٠٩: ٢٢).

ويرى (سلامة عبد العظيم، أشواق عبد الجليل، ٢٠٠٨: ٣١-٣٢) أن التعليم الإلكتروني يتميز بسهولة تحديث وتعديل المعلومات المقدمة، ويزيد من إمكانية التواصل لتبادل الآراء والخبرات وجهات النظر بين الطلاب ومعلميهم وبين الطلاب وبعضهم البعض، ويتغلب على مشكلة الأعداد المتزايدة مع ضيق قاعات الدراسة، ويمد الطالب بالتغذية الراجعة المستمرة خلال عملية التعلم، وتنوع مصادر التعلم المختلفة، والتعلم في أي وقت وأي مكان وفقاً لقدرته، واعتماده على الوسائط المتعددة في إعداد المادة العلمية، وتقليل الأعباء الإدارية على المعلم، وتعدد طرق تقييم الطلاب.

وعلى الرغم من العديد من المميزات والإيجابيات للتعليم الإلكتروني، إلا أن البعض يرى أنه يوجد قصور في بعض الجوانب التي لم يستطع التعليم الإلكتروني التغلب عليها، ولقد أشارت بعض الدراسات [أسلام جابر، ٢٠٠٧، حسن دياب، ٢٠٠٩، تيسير اندراوس، ٢٠١٣، Kiessre, et.al., 2006] أن التعليم الإلكتروني يفتقر إلى التفاعل الإنساني بين المعلم وتلاميذه، وبين المتعلمين مع بعضهم، ويتخلله بعض جوانب الضعف التي تتوفر في التعليم التقليدي.

ومن هنا كانت الحاجة إلى مدخل جديد يجمع بين مميزات كل من التعليم التقليدي والتعليم الإلكتروني والتغلب على جوانب القصور في كل منهما، فظهر ما يسمى بالتعلم المدمج Blended Learning والذي يعني (Gogos, 2014) دمج كل

من التعليم التقليدي بأشكاله المختلفة والتعليم الإلكتروني بأنماطه المتنوعة ليزيد من فاعلية الموقف التعليمي وفرص التفاعل الاجتماعي وغيرها.

ولقد تعددت تعريفات التعلم المدمج وذلك باختلاف الرؤية له، فيعرفه (محمد عطية، ٢٠٠٣: ٢٥٥) بأنه نظام متكامل يهدف إلى مساعدة المتعلم خلال كل مرحلة من مراحل تعلمه، ويقوم على الدمج بين التعليم التقليدي والتعليم الإلكتروني بأشكاله المختلفة داخل قاعات الدراسة.

أما (الغريب زاهر ٢٠٠٩، ٩٩-١٠٠) يعرفه بأنه توظيف المستحدثات التكنولوجية في الدمج بين الأهداف والمحتوى ومصادر وأنشطة التعلم وطرق توصيل المعلومات من خلال أسلوبي التعلم وجهاً لوجه والتعليم الإلكتروني لإحداث التفاعل بين عضو هيئة التدريس بكونه معلماً ومرشداً للطلاب من خلال المستحدثات التي لا يشترط أن تكون أدوات إلكترونية محددة.

كما يعرفه (Badawi, 2009, 12) بأنه طريقة مرنة تجمع بين أنشطة التعلم وجهاً لوجه إضافة إلى أنشطة التعليم الإلكتروني عبر الإنترنت، إضافة إلى تبادل الأفكار والآراء والتغذية المرتدة عبر الإنترنت سواء كانت بشكل متزامن أو غير متزامن.

وببساطة يمكن تعريف التعلم المدمج على أنه طريقة للتعليم تهدف إلى مساعدة المتعلم على تحقيق مخرجات التعلم المستهدفة، وذلك من خلال الدمج بين أشكال التعليم التقليدية وبين التعليم الإلكتروني بأنماطه داخل قاعات الدراسة وخارجها.

ويشير كل من (Feza, 2008, 6; Boitshwarelo, 2009, 12; Wu, 2013) إلى أهمية التعلم المدمج في زيادة فاعلية عملية التعلم، وزيادة رضا المتعلم نحو عملية التعلم، تخفيض التكلفة والوقت اللازم للتعلم، سرعة ومرونة أفضل للتعلم، وتحقيق الأهداف التعليمية المحددة من خلال استخدام المستحدثات التكنولوجية.

وأوضحت العديد من الدراسات [سوزان محمد، ٢٠٠٥؛ السيد محمد، ٢٠٠٧؛ فتحية صبحي، ٢٠١٠، عاصم محمد، ٢٠١٢، إيمان محمد، شرين السيد، ٢٠١٤، Yalvac, et.al., 2007; Yuen, Ma, 2008] إلى أن هناك تدني في مستوى خريجي كليات أعداد المعلم وافتقار برامج الإعداد إلى مواجهة التحديات التي يعاشرها التعليم وقصور أبعاد الثقافة التقنية والتكنولوجية لدى الخريجين.

ولذا يشير كل من [Davis, Fill, 2007; Jones & Lau, 2010] إلى أن التعلم المدمج أصبح نظاماً عالمياً لتطوير التعليم وأن هناك دواعي لتطبيقه في التعليم الجامعي بهدف الاستفادة منه في التغلب على بعض مشكلات وسلبيات التعليم التقليدي، والارتقاء بمستوى الخريج وتطوير العملية التعليمية.

ولذلك قامت بعض الدراسات حول استخدامه ومنها دراسة (منى مصطفى، ٢٠١٢) والتي أوضحت فاعلية التعلم المدمج في تنمية بعض الأداءات التدريسية للطلاب معلم التربية الموسيقية والإتجاه نحوه بكلية التربية ببورسعيد، دراسة (منال مسلم، ٢٠١٣) حيث أوضحت فاعلية برنامج للتعلم المدمج في تنمية مهارات التدريس والإبداع للطلبات بكلية التربية بجامعة طيبة، ودراسة (السيد عماد، ٢٠١٤) حيث أوضحت فاعلية التعلم المدمج في تدريس مقرر الحاسب الآلى في تنمية مهارات برنامج البوربوينت لدى طالبات شعبة الطفولة بكلية التربية ببنها واتجاهاتهم نحوه.

كما أظهرت بعض الدراسات [محمد جابر، ٢٠١٠؛ Akyol, et.al., 2009] فاعلية التعلم المدمج مقارنة بالتعليم الإلكتروني، بينما أشار البعض [خديجة علي، ٢٠١٠؛ Chen, Jones, 2007; Tsai, 2011] الى فاعلية التعلم المدمج مقارنة بالتعليم التقليدي.

وترى الباحثة أن التعلم المدمج قد يقدم مجالاً خصباً لتنمية الوعي الغذائي فمضمون الموضوعات والقضايا المتعلقة بالغذاء تحتاج إلى نقاش مع المعلم، وكذلك نقاش وجدل علمي بين الطلبة بعضهم البعض سواء وجها لوجه أو عن طريق مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، وقد تحتاج إلى تعلم في مجموعات صغيرة وأنشطة فردية إلى جانب استخدام التكنولوجيا الحديثة التي تقدم كل جديد في العلم والغذاء.

ولذلك تسعى الدراسة الحالية الى تقديم برنامج مقترح في ضوء التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي لدى الطالبة المعلمة بكلية البنات.

مشكلة الدراسة:

تعتبر الطالبة المعلمة هي معلمة المستقبل، وكذلك هي الأم والمربية داخل أسرتها المستقبلية، فالمعلمة سوف تنقل خبراتها لتلاميذها، والأم هي مربية أجيال يجب أن تتمتع بصحة جيدة، وأن تحظى بغذاء صحي مناسب حتى تستطيع أن تشارك في تقدم مجتمعا، وأن تربي جيلا يتمتع بصحة جيدة.

ومن خلال ملاحظة الباحثة لسلوكيات الطالبات الغذائية بالكلية، لاحظت إنتشار العديد من السلوكيات الغذائية الخاصة فهن يتزاحمن على كافيتيريا الكلية لشراء الوجبات السريعة، وهناك طالبات يأتين للكلية دون إفطار بل ويظللن لساعات عديدة دون تناول طعام، وأكدت الباحثة هذه الملاحظات بدراسة استطلاعية للتعرف على مدى الوعي الغذائي لدى طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية للعام الدراسي ٢٠١٤م- ٢٠١٥م بالفصل الدراسي الأول، وكان عددهن (٨٠) طالبة تمت تقسيمهن على أربع مجموعات، كل مجموعة (٢٠) طالبة، وأثناء المقابلة تم توجيه بعض الأسئلة لهن، ودارت هذه الأسئلة حول (الغذاء الصحي الكامل وأهميته، الأمراض الناتجة عن سوء التغذية، العادات الغذائية غير السليمة التي يتبعونها خلال اليوم الدراسي) ومن خلال الحوار والمناقشة أظهرت نتيجة المقابلة تدني الوعي الغذائي، والسلوكيات الغذائية الصحيحة لدى الطالبات، وقد علن ذلك بأنهن لم يدرسن

مايرتبط بهذا الموضوع، وأن مصدرهن الأساسي للمعرفة في هذا المجال هو التلفزيون والذي غالباً مايقدم معلومات متضاربة حول الغذاء.

وبمراجعة مقررات الإعداد الأكاديمي للفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية وجد أنها لا تحتوي على أى مقررات للتثقيف الغذائي.

وفى ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة فى تدنى مستوى الوعي الغذائي لدى الطالبة المعلمة بكلية البنات وذلك سعت الدراسة الحالية إلى تقديم برنامج مقترح فى ضوء التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة بكلية البنات:

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة فى السؤال الرئيس الأتى:

"ما أثر برنامج مقترح فى ضوء التعلم المدمج على تنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة بكلية البنات؟

ويتفرع من السؤال الرئيس هذه الأسئلة الفرعية الأتية:

- ١- ما الأسس التى يقوم عليها البرنامج المقترح ؟
- ٢- ما صورة البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج ؟
- ٣- ما أثر البرنامج المقترح فى ضوء التعلم المدمج فى تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبة المعلمة بكلية البنات؟

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة الحالية إلى:

- إعداد برنامج مقترح قائم على التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة.
 - تدريب الطالبات المعلمات على مهارات التعلم الذاتى، وكذلك مهارات المناقشة والجدل من خلال المجموعات التعاونية وهذا ما يتضمنه البرنامج.
 - معرفة أثر البرنامج المقترح فى تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبة المعلمة بكلية البنات.
 - تحديث طرق التدريس بالتعليم الجامعي باستخدام التعلم المدمج.
- أهمية الدراسة:** تأتي أهمية الدراسة استجابة لتوجهات المؤتمرات والبحوث التى نادى بأهمية الإهتمام بالوعي الغذائي لدى الأفراد، واستخدام التعلم المدمج فى التدريس، وقد تفيد هذه الدراسة فى ضوء نتائجها كلاً من:

❖ الطالبة المعلمة من خلال:

- تنمية الوعي الغذائي لديها.
- تنمية مهارات المناقشة والحوار والتواصل الاجتماعي من خلال المجموعات التعاونية الصفية والإلكترونية.

- تنمية مهارات التعليم الذاتي من خلال التعلم المدمج.
- ❖ **المسؤولون عن إعداد برامج إعداد المعلم من خلال:**
- لفت أنظارهم إلى أهمية وضع مقررات تثقيفية عن الغذاء والتغذية السليمة.
- تفعيل استخدام التعلم المدمج بالتعليم الجامعي.
- ❖ **للباحثين في التربية العلمية:** من خلال تقديم برنامج قائم على التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي، والتعرف على أسسه وأهدافه، وطريقة التدريس، والتقييم في ضوء التعلم المدمج وفتح المجال لاستخدام التعلم المدمج في مجالات وتخصصات مختلفة.

حدود الدراسة: اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود الآتية:

- ١- طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية، بكلية البنات للعام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥ م
- ٢- التطبيق في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥ م.
- ٣- تنظيم محتوى البرنامج في صورة موضوعات وهي (مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية- الأمراض والمشكلات الغذائية في مرحلة المراهقة- المضافات الغذائية- الغذاء النانوي- تغذية بعض الفئات الخاصة).
- ٤- محاور الوعي الغذائي الثلاثة التالية:
 - فهم الطالبة للمفاهيم والمعلومات والحقائق العلمية المتعلقة بالغذاء.
 - اتجاه الطالبة نحو بعض قضايا الغذاء.
 - قدرة الطالبة على التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة ببعض قضايا الغذاء.

فروض الدراسة:

- ١- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على إختبار الفهم الغذائي قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج وبعده لصالح التطبيق البعدي.
- ٢- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على مقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الغذاء قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج وبعده لصالح التطبيق البعدي.
- ٣- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على إختبار التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة بالغذاء قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج وبعده لصالح التطبيق البعدي.

خطوات الدراسة وإجراءاتها:

- للإجابة عن أسئلة الدراسة اتبعت الدراسة الخطوات التالية:
- ١- دراسة نظرية تشمل: الاطلاع على الكتب والمراجع العلمية والدراسات التي تناولت كل من التعلم المدمج والوعي الغذائي.
 - ٢- إعداد البرنامج المقترح في ضوء التعلم المدمج للطالبة المعلمة ويشمل:
 - أ- تحديد أسس بناء البرنامج وأهدافه.
 - ب- تحديد صورة البرنامج والموضوعات التي يتضمنها.
 - ج- تحديد الأهداف العامة للبرنامج المقترح في ضوء التعلم المدمج.
 - د- تنظيم وصياغة محتوى البرنامج المقترح سواء الصفية أو الالكترونية.
 - هـ- تحديد طريقة تتابع الأنشطة الصفية والالكترونية.
 - و- تحديد أساليب التقويم الصفية والالكترونية.
 - ٣- إعداد أدوات الدراسة والتحقق من صدقها وثباتها وتشمل:
 - أ- اختبار الفهم الغذائي.
 - ب- مقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الغذاء.
 - ج- اختبار التصرف في المواقف الحياتية المرتبطة بالغذاء.
 - ٤- منهج الدراسة والتصميم التجريبي: تم استخدام المنهجين الباحثين التاليين:
 - **المنهج الوصفي التحليلي:** وذلك فيما يتعلق بالدراسة النظرية للتعلم المدمج والوعي الغذائي، وإعداد الطالب المعلم، وإعداد البرنامج.
 - **المنهج شبه التجريبي:** ذو المجموعة الواحدة: لاختبار أثر البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية الوعي الغذائي بأبعاده الثلاثة لدى الطالبة المعلمة بكلية البنات واستخدمت إحدى تصميماته وهو التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة.

وبذلك اشتمل التصميم التجريبي على المتغيرات التالية:

 - المتغير المستقل: البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج.
 - المتغير التابع: وهو الوعي الغذائي للطالبة المعلمة.
 - ٥- التجريب الميداني ويشمل:
 - أ- اختيار مجموعة الدراسة من طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية بكلية البنات للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥م.
 - ب- التطبيق القبلي لأدوات الدراسة على المجموعة التجريبية.
 - ج- تدريس البرنامج المقترح في ضوء التعلم المدمج.

د- تطبيق البعدي لأدوات الدراسة على المجموعة التجريبية.

٦- معالجة النتائج في ضوء التطبيق القبلي والبعدي لأدوات الدراسة.

٧- استخلاص النتائج ومناقشتها وتفسيرها.

٨- تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

• التعلم المدمج: Blended Learning

يعرفه (حمدي البيطار، ٢٠٠٨، ٨٩) بأنه تجميع وخط لمجموعة من الوسائط التعليمية المتعددة والاستراتيجيات التعليمية وتقنيات التعليم الإلكتروني في تدريس المقررات، مع التعليم وجهاً لوجه في المحاضرات الصفية.

ويعرفه (Badawi. M. 2009, 43) طريقة مرنة تجمع بين أنشطة التعلم وجهاً لوجه إضافة إلى أنشطة التعليم الإلكتروني عبر الإنترنت، إضافة إلى تبادل الأفكار والآراء والتغذية المرتدة عبر الإنترنت سواء كان بشكل متزامن أو غير متزامن.

ويعرفه (تيسير سليم ٢٠١٣، ٧) بأنه أحد أشكال التعليم الإلكتروني الذي يمزج بين استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وبين الأساليب التدريسية الأخرى، ضمن مقررات إلكترونية، بحيث تتكامل هذه الأساليب وتتفاعل مع الطلبة والمعلمين بصورة فردية أو جماعية، خدمة الأهداف التعليمية، وتحقيقاً لمصلحة الطلبة، دون التخلي عن الواقع التعليمي في قاعة التدريس.

ويقصد به في هذه الدراسة مزيج بين التعليم القائم على التفاعل المباشر بين المعلم والطلاب وجهاً لوجه في غرفة الدراسة، وبين استخدام التكنولوجيا (من أجهزة اتصال- أنترنت- بريد إلكتروني- مواقع تواصل إجتماعية مثل ال Facebook- مواقع ال Google Drive) بما يتناسب مع خصائص وطبيعة الطالبة المعلمة بكية البنات بالفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية، وطبيعة المادة العلمية للبرنامج.

• الوعي الغذائي: Food Awareness

يعرفه كل من [يس قنديل، ١٩٩٠، ١٧٠، Gowri, et.al, 2010] بأنه الخبرات والسلوكيات المتعلقة بالتغذية للحفاظ على الصحة، ومعرفة وفهم المعلومات الخاصة بالغذاء والتغذية الصحية والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية، بصورة مستمرة تكسبها شكل العادة التي توجه قدرات الفرد في تحديد واجباته المنزلية المتكاملة التي تحافظ على صحته وحيويته، وذلك في حدود إمكانياته.

وتعرفه الباحثة بأنه جملة المعلومات والاتجاهات والسلوكيات الصحيحة لطالبة الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية عن الغذاء والتغذية السليمة.

وسوف يقاس الوعي الغذائي في هذه الدراسة بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة المعلمة في (إختبار الفهم الغذائي، ومقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الغذاء، وإختبار التصرف في المواقف الحياتية) المعدة من جهة الباحثة فالوعي يمثل حصيلة نتائج الإختبارات الثلاث.

الإطار النظري والدراسات السابقة

تم تناول الإطار النظري من خلال محورين أساسيين وهما التعلم المدمج، والوعي الغذائي، كما يلي:

المحور الأول: التعلم المدمج Blended learning

وسوف تتناولها الباحثة من خلال: مفهوم التعلم المدمج، مميزات التعلم المدمج وأهميته، والأساس الفلسفي للتعلم المدمج، ومكونات التعلم المدمج وعوامل نجاحه، ونماذج واستراتيجيات للتعلم المدمج، وأخيراً صعوبات ومشكلات تطبيق التعلم المدمج.

مفهوم التعلم المدمج:

عند التطرق لمفهوم التعلم المدمج يتضح أنه مفهوم قديم جديد، إذ أن له جذوراً قديمة تشير معظمها إلى دمج طرق التعليم واستراتيجياته مع الوسائل المتنوعة، ويطلق عليه مسميات عديدة منها (Gray, 2006, 554): التعليم الخليط Mixed learning، والتعليم الهجين hybrid learning، والتعليم التكاملي integrated learning، والتعليم الثنائي Dual learning ويرجع سبب تعدد مسمياته إلى اختلاف وجهات النظر حول طبيعة التعلم المدمج ونوعه.

فيعرفه (Milheim, 2006, 44) بأنه تعلم يمزج بين خصائص كل من التعليم الصفي التقليدي والتعلم عبر الأنترنت في نموذج متكامل، يستفيد من أقصى التقنيات المتاحة لكل منهما

ويعرفه (Krause, 2008, 9) بأنه تكامل فعال لأنمطه مختلفة، ونماذج تدريس وتعلم بإستخدام التكنولوجيا جنب إلى جنب مع أفضل خصائص التعلم وجهاً لوجه.

كما يعرفه (Lorenzetti, 2011) بأنه استراتيجية يتم فيها دمج التعلم الشبكي مع أنشطة التعلم في القاعات الدراسية لتقليل الوقت المستغرق في الجلوس في بيئة التعلم وجهاً لوجه.

وترى (أشجان الشديفات، ٢٠١١) أن التعلم المدمج يقوم على توظيف التعلم الإلكتروني وما له من مميزات والنظام التقليدي وما يوفره من تفاعلات مباشرة وتدريب على أداء المهارات.

وترى الباحثة أن التعلم المدمج طريقة للتعلم تهدف إلى مساعدة المتعلم للانتقال من التعليم إلى التعلم، وأن يكون المتعلم محور التعلم بدلاً من المعلم، وذلك

من خلال الدمج بين أشكال التعليم التقليدي، وأي شكل من أشكال التعلم الإلكتروني داخل وخارج قاعات الدراسة.

ويقصد به في هذه الدراسة مزيج بين التعليم القائم على التفاعل المباشر بين المعلم والطلاب وجهاً لوجه في غرفة الدراسة، وبين استخدام التكنولوجيا (من أجهزة اتصال- أنترنت- بريد إلكتروني- مواقع تواصل إجتماعية مثل ال Facebook- مواقع ال Google Drive)، بما يتناسب مع خصائص وطبيعة الطالبة المعلمة بكلية البنات بالفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية، وطبيعة المادة العلمية للبرنامج .

مميزات التعلم المدمج وأهميته:

اتفق العديد الباحثين [محمد أحمد، ٢٠١١، حكم رمضان، ٢٠١٣، فراس ثروت ٢٠١٤; Mai, 2014; Bramovic & Dziuben, et.al., 2004; stekoishik, 2004;] على خصائص ومميزات التعلم المدمج كالتالي:

- زيادة رضا المتعلم نحو عملية التعلم.
- تخفيض التكلفة والوقت اللازم للتعلم.
- سرعة ومرونة أفضل للتعلم، وعدم التقيد بحدود المكان والزمان.
- زيادة الدافعية من خلال استخدام الوسائط المتعددة.
- تلبية الاحتياجات الفردية وأنماط التعلم المختلفة للمتعلمين .
- الاستفادة من التقدم التقني في التصميم والتنفيذ والإستخدام.
- يعزز الجوانب الانسانية والعلاقات الاجتماعية بين المتعلمين والمعلم .
- يتيح سرعة التواصل بين الطالب والمعلم ، وبين الطلاب بعضهم البعض من خلال توفير بيئة تفاعلية مستمرة .

كما أشارت دراسة (Oblender, 2002) أنه يساهم في زيادة الإنتظام في اليوم الدراسي بينما أشارت دراسة (Valerie, 2005) بأنه يؤدي إلى توسع وتحسن خبرات التعلم لدى المتعلمين، وأشارت (Milheim, 2006) بأنه يوفر تغذية رجعية للطلاب، والتفاعل وجهاً لوجه بين الطالب والمعلم أثناء التعلم، ومرونة تناول موضوعات المحتوى وفقاً للظروف المختلفة التي تحيط بعملية التعليم، وأضاف (Hughus, 2007) الى أنه يحسن من تحصيل المعرفة واسترجاعها بسهولة .

وتبرز أهمية التعلم المدمج في كونه أكثر شمولاً ومرونة وفاعلية من أنماط التعليم الإلكتروني (singh, 2003, 12) بينما يشير (محمد عماشة، ٢٠٠٨، ١٤-١٢) إلى أنه يشعر المعلم بدوره المهم في العملية التعليمية، ويحافظ على الروابط بين الطالب والمعلم، ويرى (الغريب زاهر، ٢٠٠٩، ٩٧) بأنه يتغلب على العزلة الاجتماعية والملل الذي يتسرب إلى التلاميذ، نتيجة استخدام التعلم الإلكتروني لمدة

طويلة، وأشارت بعض الدراسات إلى أهمية التعليم المدمج من حيث قدرته على تنمية متغيرات عديدة ومنها:

كما أشار (Buket, et.al., 2006) أن الطلاب يتمتعون بمشاركة أكبر في بيئة التعلم المدمج وأن التحصيل الدراسي ارتفع لديهم، كما أن وجهات نظرهم حول بيئة التعليم المدمج في التفاعل وجهاً لوجه كانت إيجابية.

بينما أشار (عمرو أبو زيد، ٢٠١١) إلى أن التعلم المدمج يسهم في التخلص من المشكلات التي تواجه المعلم سواء في حال اللجوء إلى التعلم الإلكتروني أو التقليدي، وذلك بالدمج بينهما مما وفر مرونة وفهما وسهولة في التطبيق وجاذبية وبعداً عن الملل وتوضيح النظريات والمفاهيم الصعبة في أي مكان وزمان، وذلك دون حرمانهم من العلاقات الاجتماعية فيما بينهم أو مع معلمهم.

الأساس الفلسفي للتعلم المدمج: للتعلم المدمج أسس في النظريات البنائية الاجتماعية [Shaidullin, et.al., 2014, 23; Franks, et.al., 2015, 9] والتي تؤكد على أهمية دور العلاقات والتفاعلات الاجتماعية في عملية التعلم، فالتعلم ناتج للتفاعل الاجتماعي بين المعلم والطلاب، وبين الطلاب بعضهم البعض، ولكي تتم عملية التعلم فلا بد من توافر سياقات للأحاديث العلمية، فالحديث أداة مهمة لتقوية الاتصال بين المعلم والطلاب، وله دور مهم في تكوين العمليات العقلية وإعادة ترتيبها.

ومن خلال ما يوفره التعلم المدمج من توافر بيئة التعلم الصفي والإلكتروني، والتي يبني المتعلمون من خلالها معارفهم بأنفسهم، ويشاركون الآخرين، ويتبادلون الحوار والمناقشة الجدلية حول هذه المعارف للوصول لفهم أفضل، وتقوية العلاقات الاجتماعية، مما يعزز من عملية التعلم على المستويين الشخصي والاجتماعي، ويزيد من درجة الوعي لدى الطلاب حول المعرفة المختلفة.

ولأهمية التعلم المدمج فقد قامت بعض الدراسات باستخدامه لتنمية لتنمية لاهداف تعليمية مختلفة، وقد قسمت الباحثة هذه الدراسات حسب المحاور التالية:

المحور الأول: دراسات اهتمت باستخدام التعلم المدمج مع المعلمين:

دراسة (مفيد أحمد، سمير عبد السلام، ٢٠١٠) والتي أوضحت فاعلية برنامج تدريبي قائم على التعليم المزيج في تنمية قدرة المعلمين على تصميم وإنتاج الوسائط المتعددة التعليمية ودراسة (نايف حجي، ٢٠١٢) والتي أوضحت فاعلية التعلم المدمج في اكتساب مهارات وحدة الأنترنت في برنامج التعليم للمستقبل لمعلمي المرحلة الثانوية واتجاهاتهم نحوه في محافظة القريات. ودراسة (حسن محمد، ٢٠١٣) والتي أوضحت فاعلية برنامج للتنمية المهنية قائم على التعلم المدمج على اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية، وكذلك على مهارات التواصل مع ذوي صعوبات التعلم بالمملكة العربية السعودية.

المحور الثاني: دراسات اهتمت باستخدام التعلم المدمج مع الطالب المعلم ومنها:

دراسة (وليد محمد، ٢٠١٠): والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في الجغرافيا قائم على البنائية الاجتماعية باستخدام التعلم الخليط في التحصيل المعرفي وتنمية مهارات التربية المائية والمعتقدات البيئية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية، ودراسة (محمد أبو الليل، ٢٠١١) حيث أوضحت فاعلية استخدام التعلم المدمج على التحصيل واكتساب مهارات تصميم وإنتاج برامج المحاكاة الكمبيوترية التعليمية لدى طلاب شعبة معلم الحاسب، ودراسة (بسمة مبارك، ٢٠١٣) والتي أوضحت فاعلية التعلم المدمج في تنمية المهارات الأساسية في تنس الطاولة لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية واتجاهاتهن نحوه، ودراسة (سامية حسين، ٢٠١٣) والتي أوضحت فاعلية استخدام التعلم المدمج في تدريس الرياضيات في تنمية بعض مهارات التفكير العليا ومهارات رسم الدوال للطالبة المعلمة، ودراسة (El deghidy & Nouby, 2007) والتي أوضحت فاعلية التعلم المدمج في تحصيل الطالب المعلم واتجاهاته نحو التعلم المدمج التعاوني.

المحور الثالث: دراسات اهتمت باستخدام التعلم المدمج مع طلبة المدارس:

ومنها دراسة (بدور محمد، ٢٠١٢) والتي أوضحت فاعلية استخدام التعليم المدمج في تنمية التحصيل بمادة الرياضيات للتلميذات المعاقات سمعياً بمعاهد الأمل بالمملكة العربية السعودية، ودراسة (أحمد عودة، حكم رمضان، ٢٠١٣) والتي أوضحت فاعلية برنامج قائم على التعلم المدمج في تنمية التحصيل في العلوم ومهارات تفكير ما وراء المعرفة، ودراسة (سميرة سعيد، ٢٠١٣) حيث أوضحت فاعلية برنامج قائم على التعلم المدمج في تحسين مهارات الإملاء لذوى صعوبات التعلم في المرحلة الإعدادية، ودراسة (دعاء الفجر محمد، ٢٠١٤) حيث أوضحت فاعلية برنامج مقترح قائم على التعليم المدمج في تحسين الاستماع والتذوق الموسيقي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.

المحور الرابع: دراسات أهتمت بمقارنة التعلم المدمج بكل من التعلم التقليدي والإلكتروني:

ومنها دراسة (Jordan، Rovai, 2004) والتي أوضحت أن الطلاب الذين يدرسون بالتعلم المدمج يتكون لديهم احساساً مجتمعياً أقوى من الذين يتلقون التعلم التقليدي أو الإلكتروني الكامل، ودراسة (Billingsley et.al., 2009) والتي أوضحت أن التعليم المدمج كان أكثر فاعلية من التعليم المباشر، والتعليم بمساعدة الحاسوب لدى طلاب المدارس الثانوية الذين يعانون من اضطرابات عاطفية وسلوكية. وذلك فيما يتعلق بالتحصيل المعرفي للطلبة، ودراستي [Larson & sung, 2009; Chai, et.al., 2014] والتي أوضحت فاعلية التعلم المدمج والتعليم باستخدام الانترنت مقارنة بالطريقة التقليدية. ودراسة (خلف الله، ٢٠١٠) حيث أوضحت فاعلية التعليم المدمج عن الألكتروني في تنمية أداء المهارات والتحصيل المعرفي ومهارات إنتاج النماذج لدى طلاب شعبة تكنولوجيا التعليم بتربية الأزهر،

كما اهتمت بعض الدراسات بتقويم التعلم المدمج ومنها دراسة (هشام أحمد وآخرون، ٢٠١٣) حيث أوضحت مدى وعي المدرسين الذين يدرسون ضمن برنامج التعلم المدمج في الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية، بالتعليم المدمج وأهميته، مما ساهم في دفع الطلبة نحو التعلم المدمج، وأوضحت أن قاعات الدراسة للتعلم المدمج غير كافية، والمختبرات غير متاحة لوقت كاف وأوضحت أن البرنامج قد حقق أهدافه المتعلقة بتطوير مهارات التعليم المدمج.

مكونات التعلم المدمج: يشير كل من [Krause, 2008; Gogos, 2014, 3; E-learning, Ontario, 2015]

إلى مجموعة من المكونات الأساسية للتعلم المدمج وهي كالتالي:

- ١- الأحداث الحية (المقابلة وجهاً لوجه): وهي مواقف تعليمية يقودها المعلم كما في الفصول التقليدية ويشارك فيها المتعلمون، ولها مميزات وحوافز تعزز التعلم لدى المتعلم من جذب الانتباه، وزيادة الثقة بين المعلم وتلاميذه.
- ٢- أحداث التعلم الذاتي: وفيها يقوم المتعلم بالتعلم الفردي بناء على سرعته وحاجاته الخاصة، مثل التعلم القائم على الأنترنت والأقراص المدمجة.
- ٣- التعاون: يتم من خلال تواصل المتعلمين مع بعضهم من خلال البريد الإلكتروني أو الدردشة على مواقع الأنترنت، ومنتديات المناقشة.
- ٤- التقييم: يهدف إلى قياس الأهداف المعرفية والمهارية والوجدانية ويكون التقييم لأنشطة التعلم سواء التي تكون وجهاً لوجه أو الأنشطة الإلكترونية، وهناك تقويم نهائي يعطى الحكم النهائي على مدى تحقق أهداف التعلم وإكتساب المهارات المختلفة.
- ٥- أدوات دعم الأداء: من المكونات الأساسية الأكثر أهمية للتعلم المدمج، حيث تهدف إلى بقاء التعلم وانتقال أثره إلى بيئة العمل وتتضمن: المراجع القابلة للطباعة، الأنشطة المساعدة (الخرائط والرسوم والجدول) الويكي- المدونات- ملفات التقويم الإلكترونية- المحادثات الإلكترونية- مواقع التواصل الاجتماعي

عوامل نجاح التعلم المدمج: هناك بعض العوامل المساعدة على نجاح التعليم المدمج، منها ما يتعلق بالمشاركة والتنافس بين الطلاب، واستمرار تقديم الموضوعات المثيرة، ومنها ما يرتبط بالمتابعة المستمرة من جانب المعلم، والتواصل المستمر، ولقد ذكر كل من [حمدي محمد، ٢٠٠٨، الغريب زاهر، ٢٠٠٩، ٩٨، (Singh, 2003, 51-54)] مجموعة من العوامل منها:

- ١- التواصل الإرشادي: ويشمل التواصل بين المتعلم والمعلم، وكذلك بين المتعلمين بعضهم البعض، وإرشاد المعلم لهم، والخطوات التي ينبغي اتباعها من أجل التعلم، والبرامج المستخدمة في ذلك.

- ٢- **التركيز على الأهداف ونواتج التعلم:** تحقيق الأهداف التعليمية، وتحسين ناتج التعلم غاية يسعى إليها كل من المعلم والمتعلم، ولا ينبغي أن تأخذنا التكنولوجيا ومهارات استخدامها بعيداً عن تحقيق هذه الأهداف.
- ٣- **العمل التعاوني على شكل فريق:** يحتاج هذا النوع من التعلم إلى تفاعل بين المعلم والمتعلم، والعمل على هيئة فريق، وتحديد الأدوار التي سيقوم بها كل فرد
- ٤- **التوازن: وله شقان: أحدهما:** التوازن بين المهام المطلوبة من المتعلمين على الانترنت، وكمية المعلومات المتوفرة على الشبكة، والثاني: التوازن بين ما يعرض ويناقش على الانترنت، وبين المحاضرات التقليدية وجهاً لوجه بحيث لا يطغى أحدهما على الآخر ولا يؤثر سلباً عليه
- ٥- **المرونة والتنوع:** في اعطاء المتعلم أكثر من إختيار في عرض المحتوى من أجل مراعاة الفروق الفردية.
- ٦- **تحديد جدول زمني:** وتحديد زمن للأنشطة التي تقدم عبر الانترنت، والأنشطة في الفصول التقليدية، واستخدام أدوات تقويم متعددة من أجل تحقيق الأهداف المرجوة.
- ٧- **الاتصال:** يحتاج التعلم المدمج وضوح الاختيارات المتاحة عبر نمط الموضوع الواحد، وسرعة الإتصال، وإتاحة الوقت بين المعلم والمتعلم، كي يمكن إرشاد الطلبة وتوجيههم في كل الظروف، وتشجيع الإتصال الشبكي بين الطلاب بعضهم البعض لتبادل الخبرات وحل المشكلات والمشاركة في البرمجيات.
- وترى الباحثة أنه من أهم عوامل نجاح هذا النوع من التعلم هو إقتناع كل من المعلم والطالب بأهميته وفوائده التي تحققها، وتوفير مصادر التعلم المختلفة، سواء كانت في الصف التقليدي أو عبر الانترنت، والتأكد من أن كل طالب لديه الفرصة في الحصول على هذه المصادر إلى جانب الإقتناع بأهمية العمل الجماعي والتعاوني والذي يعد من مهارات القرن الحادي والعشرين واللازمة لكل من المعلم والمتعلم .

نماذج واستراتيجيات التعلم المدمج Blended learning models:

[Nagel, 2011; Marsh, 2012; staker & Horn, 2012; Blois, 2013; Hudson, 2013]

يتم توظيف التعلم المدمج في العملية التعليمية من خلال مجموعة من النماذج ومنها:

- ١- **النموذج التعاقبي أو الدوار (Station) rotation model:** وفيه ينتقل التلاميذ بين محطات تعليمية على الأقل واحدة منها على الانترنت، والمحطات الأخرى تتضمن أنشطة صفية مثل تعلم في مجموعات صغيرة، ومشروعات جماعية، الأنشطة الفردية، ومهام الورقة والقلم، وفي هذا النموذج يمر جميع التلاميذ بجميع المحطات

٢- **النموذج المرن Flex Model:** وفي هذا النموذج يعد التعليم على الأنترنت بمثابة الأساس لهذا النموذج أو لتعليم التلاميذ فبدلاً من الانتقال من محطة لأخرى، فالتلاميذ بصفة أساسية يتعلمون على الأنترنت والمعلم معهم أيضاً وجهاً لوجه داخل المدرسة لوقت أقل والهدف الأساسي لهذا النموذج هم أولئك التلاميذ الذين يحتاجون مساعدات إجتماعية، أو لديهم تحديات خاصة ويحتاجون فترات إضافية عن التي يشرحها المعلم

٣- **نموذج الدمج الذاتي Self- Blend model:** وفي هذا النموذج يختار التلاميذ أحد المقررات التي تدرس على الأنترنت، ويتم التواصل بينهم وبين معلم المقرر على الأنترنت، ويتم ذلك داخل المدرسة أو خارجها أما بقية المقررات فيأخذها التلميذ داخل المدرسة بالتعليم التقليدي.

٤- **النموذج الافتراضي Enriched- virtual model:** وفيه تقدم جميع المقررات على الأنترنت بصفة أساسية مع تقديم الممارسات الأخرى الغير مرتبطة بالانترنت مثل الأنشطة اللاصفية مع المعلم، إلى جانب التعلم الفردي والجماعي على الأنترنت، وبذلك فهناك توازن بين التعلم الصفي والتعلم عبر الانترنت .
ولقد أشار (حسن زيتون، ٢٠٠٥) الى مجموعة من الاستراتيجيات لتقديم التعلم المدمج:

الاستراتيجية الأولى: ويتم فيها تعليم وتعلم درس ما أو أكثر من خلال التعلم الصفي وتعلم درس آخر أو أكثر من خلال التعلم الالكتروني، ويتم تقويم تعلم الطلاب للدرس بأي من وسائل التقويم التقليدية أو الالكترونية.

الاستراتيجية الثانية: يتشارك فيها كل من التعلم الصفي مع التعلم الالكتروني تبادلياً في تعليم وتعلم الدرس الواحد، غير أن البداية تكون للتعلم الصفي يليه التعلم الالكتروني، ثم تقويم تعلم الطلاب ختامياً بأساليب التقويم التقليدية أو الالكترونية.

الاستراتيجية الثالثة: تشبه الاستراتيجية السابقة غير أن البداية تكون للتعلم الالكتروني أولاً يليه التعلم الصفي، ثم تقويم تعلم الطلاب ختامياً بأساليب التقويم التقليدية أو الالكترونية.

الاستراتيجية الرابعة: تشبه كلا من الاستراتيجيتين السابقتين، غير أن التناوب بين التعلم الصفي والالكتروني يحدث أكثر من مرة داخل الدرس الواحد.

وقد حددت الباحثة طريقة تتابع الأنشطة الصفية والالكترونية وفقاً للاستراتيجية الرابعة، الى جانب النموذج الدوار rotation model فيستخدم التعلم الصفي والالكتروني أكثر من مرة في الموضوع الواحد، الى جانب المشروعات الجماعية، والأنشطة الفردية سواء الصفية أو الالكترونية بقيادة المعلم .

ولقد أشار كل من [Dziuban, et.al., 2004; Adams, 2013] إلى أن هناك خطوات للقيام بتصميم دروس معتمدة على التعلم المدمج، وهي:

أولاً: تحديد نوع برنامج التعلم المدمج الذي يجب القيام به، هل هو تحويلي أم إبداعي: بمعنى هل سيقوم المصمم بتحويل البرنامج الموجود أصلاً من برنامج تقليدي إلى برنامج مدمج ويريد تحسينه بإضافة بعض طرق التعلم الإلكتروني له؟ أم يريد أن يوجد برنامجاً منذ البداية معتمداً على التعلم المدمج؟

ثانياً: تحديد طرق الدمج وأنواعه وكيفية: وهذه تعتمد على الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما أفضل طريقة تعليمية لتنفيذ تعلم المحتوى بشكل جيد؟

- ما أفضل طريقة لتوجيه تعلم الطلبة؟

- ما أفضل طريقة لتوفير المتطلبات والقيود المؤسسية في التعلم المدمج؟

وبناءً على ذلك يجب على مصمم الدروس المعتمدة على التعلم المتمازج أن ينفذ التعلم المتمازج بناءً على أربع مراحل حسب الآتي:

المرحلة الأولى: تحليل المحتوى: ويمكن أن تتضمن كذلك:

الأهداف العامة وأهداف التعلم: وهي البوصلة التي توجه المعلم في كافة أنحاء الدرس.

المدة الزمنية: يجب تحديد جدول زمني، وبما أن هناك أنشطة تعتمد على الإنترنت وأنشطة تعتمد على التعلم وجهًا لوجه فإنه يجب أن يكون هناك توازن بينها، وكذلك يجب أن تبقى ضمن أوقات محددة ومعقولة، ويجب الانتباه إلى عدم الإفراط في أي نوع منها، وإعطاء وقت كافٍ لإتمام الأنشطة والانتباه إلى أن وقت الحصة لا بد أن يتم تغطيته بأنشطة صافية وأن لا يبقى هناك وقت فراغ إضافي، لذلك فعلى المصمم أن يوجد أنشطة إضافية وأن يعطي للمعلم حرية الاختيار بين إعطائها وبين الاحتفاظ بها لوقت آخر.

المتطلبات السابقة: وهي مطلوبة من المعلم والطالب معاً، ولكن لا بد من التركيز على المهارات الأكاديمية الخاصة بموضوع الدرس أكثر من المهارات التقنية.

تحديد المهارات المتعددة المتوافرة في هذا المحتوى، مثل: المعرفية؛ والإجرائية؛ والعقلية؛ والشخصية؛ الحركية؛ والوجدانية.

المرحلة الثانية: تحديد طريقة تنفيذ كل جزئية من جزئيات المحتوى، ويتم ذلك بشكل عام من خلال ثلاث طرق:

• غير متصلة وجهًا لوجه (face-to-face & work-based) (Offline) مثل: المحاضرات، العروض، التدريس المباشر، ورشات العمل، لعب الدور، المحاكاة، المؤتمرات، التدريب، المراقبة، التغذية الراجعة، تعلم المهام، المشاريع، زيارة المواقع.

- غير متصلة (Offline) (مثل: الكتب، المجلات، الجرائد، كتب الوظائف، ملفات الحفظ، المراجعة، أشرطة الكاسيت، أشرطة الفيديو، التلفاز، الراديو، DVD) (CDs).
- متصلة بالإنترنت ووسائل التفاعل (Online & interactive media) مثل: (مصادر التعلم البسيطة، المحتويات التفاعلية، دعم الكفايات، المحاكاة، التدريس الإلكتروني، التدريب الإلكتروني، المراقبة الإلكترونية، التغذية الراجعة، البريد الإلكتروني، لوحات الإعلانات، المحادثة، المؤتمرات الصوتية، مؤتمرات الفيديو، الصفوف الافتراضية، المعرفة المعتمدة على البحث، سؤال الخبراء، محركات البحث، مواقع الإنترنت، مجموعات الأخبار).

المرحلة الثالثة: تحليل حاجات الطلبة.

المرحلة الرابعة: تنظيم المتطلبات والقيود لتنظيم العمل بشكل عام.

- **صعوبات ومشكلات تطبيق التعلم المدمج:** يشير كل من [نجان حامد، ٢٠١٢، ٢، صيف الله عبد الله، ٢٠١٣، Harriman, Bank, Graham, 2004; 2004 إلى أن مجموعة من الصعوبات تواجه تطبيق التعلم المدمج ومنها:
- نقص المهارة والخبرة الكافية للتعامل مع أجهزة الكمبيوتر والشبكات.
- صعوبات في التقويم ونظام المراقبة والتصحيح .
- توزيع الأدوار والمسؤوليات، وإدارة النظام ، وتصميم بيئة التعلم المدمج.
- التكلفة المادية المرتفعة مقارنة بالتعليم التقليدي.
- الضغط الواقع على المعلم في الرد على العديد من الرسائل الخاصة بالطلبة.
- عدم توافر الكوادر المؤهلة لهذا النوع من التعلم .

وترى الباحثة أنه بالتنسيق بين المعلم والتلميذ، يمكن تنظيم الوقت وتحديد أوقات معينة للتواصل بينهما، كما أن الباحثة ترى أنه أصبح بالإمكان استخدام التليفون المحمول بالدخول على الإنترنت من خلاله، وهي وسيلة تساعد كثيراً في حل مشكلة عدم توفر الحاسوب لحد كبير.

أما بالنسبة لعدم توافر الكوادر المؤهلة لهذا النوع من التعلم، فقد أشار (Powell, et, al 2014) إلى مجموعة مجموعة من الكفايات ينبغي أن تتوفر في معلمي التعلم المدمج ومنها رؤية جديدة للتعلم والتدريس، التوجه نحو التغيير، العزم أو التصميم، الشفافية، التعاون، التأمل والتحسين والإبداع المستمر، التواصل، التدريب على البيانات، تنوع استراتيجيات وأدوات التدريس، إدارة خبرة التعلم المدمج.

وترى الباحثة أن التعلم المدمج يحتاج الى معلم لديه القدرة على التعامل مع التكنولوجيا الحديثة، والبرامج الحديثة، والاتصال بالانترنت، وتصميم الاختبارات الالكترونية، بحيث يستطيع أن يشرح الدرس بالطريقة التقليدية، ثم التطبيق العملي على الحاسب وحل الاختبارات الالكترونية، والاطلاع على روابط تتعلق بالدرس الذي يشرحه والبحث عن الجديد والحديث في الموضوع، وجعل الطالب يشاركه في عملية البحث بحيث يكون دور الطالب مهما ومشاركا مع المعلم، وليس متلقيا فقط، ويحتاج إلى معلم يستطيع أن يصمم الدرس بنفسه، بما يتناسب مع الإمكانيات المتوفرة في البيئة التعليمية.

المحور الثاني: الوعي الغذائي

وسيتناول هذا المحور من خلال مفهوم الوعي الغذائي وأبعاده، أهمية تنمية الوعي الغذائي، والتعلم المدمج وتنمية الوعي الغذائي.

أولا مفهوم الوعي الغذائي وأبعاده:

يعد الوعي من أهم نواتج التعلم التي تركز عليها العملية التعليمية التربوية، وهو نتاج لعملية التنشئة بأبعاده الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والتي تساهم وتشكل السلوك الانساني ويشير الوعي الى ادراك الفرد واستعداده العام للاستجابة نحو موضوع ما.

ويعرف (حسن شحاتة، زينب النجار، ٢٠٠٣) الوعي بأنه الخطوة الأولى في تكوين الجوانب الوجدانية بما تتضمنه من الاتجاهات والقيم، ويمثل الوعي أول درجة من التصنيف الوجداني الا أنه غالبا ما يكون مشبعا بالجانب المعرفي، ويقصد به ادراك الفرد لأشياء معينة في الموقف أو الظاهرة.

كما يوضح (محمد سعيد، ٢٠٠٣، ١٤) أن الوعي يتضمن مكونات ثلاثة تتمثل في المكون المعرفي والوجداني والتطبيقي، وتشير (أمنية الجندي، ٢٠٠٠، ٩) الى أن الجانب المعرفي يتمثل في توافر المعلومات العلمية عن ظاهرة أو موضوع معين، أما الجانب الوجداني فيقصد به تكوين الميول والاتجاهات الايجابية نحو الموضوع، بينما يتمثل الجانب التطبيقي في كيفية مواجهة المواقف الحياتية واستجابة الفرد لها، واذا اكتملت جوانب الوعي المعرفية والوجدانية والتطبيقية لدى الشخص يوصف بأن لديه وعيا علميا.

وبذلك فان أبعاد الوعي الغذائي تتمثل في:

- المعرفة الغذائية.
- اتخاذ القرارات الغذائية السليمة في المواقف الحياتية في المواقف الحياتية المختلفة:
- الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية ويشتمل على محورين:
- ❖ الاتجاه نحو التغذية السليمة.

❖ اكتساب العادات الغذائية السليمة.

ويمكن تعريف الوعي الغذائي بأنه مدى المام الطالبات بالمعلومات بالقدر المناسب من المفاهيم الغذائية، والتي تمكنهن من اتخاذ القرار المناسب والتصرف الصحيح في المواقف الحياتية، وتسهم في تنمية اتجاهاتهن الايجابية نحو قضايا الغذاء.

أهمية تنمية الوعي الغذائي:

لا جدال في أن الغذاء من أهم العوامل الأساسية للإنسان بل هو الدعامة القوية التي تتركز عليها الحياة في مظاهرها المختلفة، فإن أحسن الإنسان اختياره واستعماله صارت صحته جيدة فينعم صاحبها بالحياة، ان الغذاء المتكامل الذي يفي باحتياجات الجسم هو في الحقيقة أساس وجودنا وسر قوتنا ومنبع صحتنا ومقاومتنا لمختلف الأمراض.

ولو نظرنا الى تاريخ العالم والحضارات من قديم الزمن لوجدنا أن الحضارات قامت على ضفاف الأنهار حيث الغذاء، وفي هذا الدليل على أنه لا حضارة بلا غذاء ولا صحة لجائع سواء أكان الجوع من حيث الكم أو النوع وسواء أكان كاملاً أو جزئياً، ومن هنا كانت تغذية الإنسان هي السبيل الى قدرته في عالم الفكر والفن والعمل والانتاج. (منى عبد الهادي وآخرون، ٢٠٠٣، ١١)

كما أن هناك العديد من الأمراض التي تنشأ نتيجة الجهل بالتغذية الصحيحة، فحالات كثيرة من السرطان تعزي بشكل رئيسي الى الغذاء الذي يتناوله الفرد، ولذلك أشارت بعض الدراسات [سعيد الحفار، ٢٠٠١، بدرية حسانين، ٢٠٠٣] على أن الإصابة بالأمراض هو محصلة نقص الثقافة الغذائية والوعي الغذائي لدى الأفراد، وأنه يمكن تحسين المستوى الغذائي للأفراد اذا تعلموا قواعد التغذية السليمة وتعودوا بالتدريج.

من خلال ما سبق تتضح أهمية تنمية الوعي الغذائي لدى الأفراد، ومعرفة كل ما هو جديد عن الغذاء ومتابعة القضايا الجديدة المتعلقة بالغذاء، حتى تتكون لدى الفرد معرفة غذائية سليمة تمكنه من اكتساب عادات وسلوكيات غذائية سليمة، كما تكس به الاتجاهات والميول الايجابية نحو قضايا الغذاء.

وترى الباحثة أن الحاجة لتنمية الوعي الغذائي في الوقت الحاضر أصبحت ضرورة ملحة لعدة أسباب من أهمها:

- انتشار العديد من السلوكيات والعادات الغذائية الخاطئة بين الطلبة داخل المدارس والتي أصبحت واضحة ومرئية لكل شخص. (ليلى عبد الله، ٢٠٠٤)
- تضارب المعلومات والمعرفة الغذائية التي تقدمها وسائل الاعلام المقروءة والمسموعة والمرئية [بدرية حسانين، ٢٠٠٣، أحمد سمير، ٢٠١٥]
- انتشار العديد من أمراض السمنة والسكر بين الشباب وهي ناتجة عن تغذية خاطئة.

وتشير (نجاة عبد الله، ٢٠٠٤، ٢٦) الى أن هناك اختلاف بين المربين حول من المسؤول عن تنمية الوعي الغذائي للأفراد، فمنهم من يرى أنها مسئولية التربية العلمية وتدريب العلوم، ونهم من يرى أنها عنصرًا أساسيًا من عناصر التربية البيئية، وغالبية المتخصصين يرون أنها مسئولية الأم كمعلم أول للتربية الغذائية، ويجب اعدادها جيدا لممارسة هذا الدور.

وتتفق الباحثة مع أن الأسرة هي المصدر الأول والمهم في تنمية الوعي الغذائي، ولكن لا بد أن يكون لديها الوعي الغذائي السليم بما يمكنها من تعليمه لأولادها، والى جانب دور الأم فهناك دور المعلم والذي لا يقل أهمية عن دور الأم ويعتبر مكملا لها، ولذلك فمن المهم تقديم برامج لتنمية الوعي الغذائي للمعلمين وبخاصة قبل الخدمة وألا تقتصر هذه البرامج على معلم بعينه بل تشمل جميع التخصصات.

ولأهمية الوعي الغذائي فقد اهتمت بعض الدراسات بتنمية استخدام طرق ووسائل تدريس مختلفة، قسمتها الباحثة الى ثلاث محاور:

المحور الأول: دراسات اهتمت بتنمية الوعي الغذائي لدي شرائح مختلفة من تلاميذ المدارس:

منها دراسة (بيضاء محمد، ٢٠٠٧) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الغذائية في تنمية الوعي الغذائي لطالبات المرحلة الثانوية بالسعودية، ودراسة (منيرة حمد، ٢٠٠٧) والتي أوضحت فاعلية برنامج تثقيفي في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات الصم بمدينة الرياض، ودراسة (سناء شاكر، ٢٠١١) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في الاقتصاد المنزلي في تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بشمال سيناء، ودراسة (عزة محمود، ٢٠١١) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الغذائية في تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ التربية الفكرية.

المحور الثاني: دراسات اهتمت بتنمية الوعي الغذائي لدى الطالب المعلم:

منها دراسة (سماح حلمي، ٢٠٠٧) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالب المعلم بكلية التربية بكلية التربية النوعية بطنطا، ودراسة (ريم حجوح، ٢٠٠٨) والتي أوضحت فاعلية وحدة مقترحة باستخدام الوسائط المتعددة في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات المعلمات تخصص التعليم الاساسي بجامعة الازهر بغزة، ودراسة (Gupta & Kochar, 2008) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الغذائية في تنمية الوعي الغذائي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

المحور الثالث: دراسات اهتمت بتنمية الوعي الغذائي لدى الأمهات وأولياء الأمور:

ومنها دراسة (Gowi, et.al., 2010) والتي أوضحت فاعلية برنامج في التربية الغذائية في تنمية الوعي الغذائي بين السيدات الفقيرات بالهند، ودراسة (Sethi, et.al., 2003) والتي أوضحت فاعلية برنامج في التربية الغذائية في تنمية الوعي الغذائي لدى أمهات (الأطفال من ٥-١٩) شهر بالهند، ودراسة (Gillespie, et.al., 2014) والتي أوضحت فاعلية برنامج في التربية الغذائية لأطفال المدارس الابتدائية وأولياء أمورهم في تنمية الوعي الغذائي لديهم.

التعلم المدمج وتنمية الوعي الغذائي:

ترى الباحثة أن تنمية الوعي الغذائي بما يتضمنه من جانب معرفي ووجداني ومهاري يتطلب أكثر من استخدام الطريقة الصفية في التدريس، فباستشراف الطالبات في دراسة موضوعات البرنامج وما يتضمنه من أنشطة مختلفة باستخدام التعلم المدمج سوف يقدم لهن الفرصة للمناقشة الجدلية سواء الصفية أو الإلكترونية بوسائطها المتعددة مع زميلاتهن، ومشاركتهن بالفيديوهات والصور والقضايا المتعلقة بموضوعات البرنامج، وتبادل الآراء المختلفة قد يتيح لهن الفرصة لتكوين معرفة غذائية سليمة، وترى الباحثة أنه بتكون المعرفة الغذائية السليمة سوف تساعد في تكوين العادات والسلوكيات الغذائية السليمة، وبالتالي ستشجع الطالبات على تكوين اتجاهات إيجابية نحو قضايا الغذاء المختلفة، ولذلك تسعى الباحثة الى تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات باستخدام التعلم المدمج.

❖ إجراءات الدراسة:

أولاً: إعداد البرنامج المقترح:

١- أسس بناء البرنامج: على ضوء الدراسة النظرية لمحاو الدراسة ودراسة الأدبيات المرتبطة، تم استخلاص عدد من الأسس لبناء البرنامج المقترح وهي:

أ- **حاجات وطبيعة المجتمع في الوقت الحالي:** إن مجتمع اليوم يعيش عصر السموات المفتوحة، والتطورات العالمية المتسارعة والمستحدثات التكنولوجية، لهذا كان المجتمع بحاجة ماسة لأفراد لديهم القدرة على مواجهة وتحديات هذا القرن، وذلك من خلال معلم معد إعداداً جيداً قبل الخدمة، يساعد طلابه على مواجهة المجتمع بفاعلية.

ب- **متطلبات إعداد المعلم:** إن الغاية من اعداد المعلم لمراحل التعليم العام يمكن أن توجه إلى مساعدته على: (أحمد النجدي وآخرون، ٢٠٠٢، ١١٣)

■ اكتساب المفاهيم الأساسية في مجال تخصصه وتوظيفها.

■ اكتساب مهارات التعلم الذاتي.

■ اكتساب الثقافة العامة وتنمية الثقافة العلمية .

■ اكتساب المعلومات والمهارات والاتجاهات والميول والقيم التي تمكنه من

المشاركة بإيجابية في المجتمع والإعداد للمستقبل

ج- الثقافة الغذائية: تعتبر الثقافة الغذائية أمراً ضرورياً للتعليم العام على جميع مستويات الطلاب ولجميع الفئات المستهدفة، فعلى جميع الأفراد أن يتعلموا مبادئ الثقافة الغذائية وطرائقها كي يصبح لديهم الحد الأدنى من المعرفة والوعي بالعديد من النواحي الغذائية الأساسية التي تواجه مواقف الحياة اليومية.

كما يشهد العصر الحالي الذي نعيش فيه تزايداً مستمراً في المعرفة و تطوراً تكنولوجياً متلاحقاً على نوعية ومستوى الحياة التي يعيشها الإنسان، وبالتالي يفرض عليه أن يتصف بصفات علمية متنوعة في مجال المعرفة بالغذاء وأهمية التكنولوجيا في توصيل هذه المعرفة، حيث يتطلب من كل فرد أن يتعامل مع مجالات الحياة المختلفة، لذلك أضحى الوعي الغذائي ضرورة ملحة لجميع المواطنين، فهو يساعد الفرد على حسن استغلال قدرته بما يعود عليه وعلى بيئته ومجتمعه بالفائدة.

د- التعلم المدمج: التطور التكنولوجي مهما سما وتطور لا يغني عن الطرق التقليدية في التعليم والتعلم، فكما لم تغن التجارة الإلكترونية عن التجارة التقليدية، وكما لم يغن البريد الإلكتروني عن البريد العادي، فإن التعلم الإلكتروني لن يكون بديلاً عن التعلم التقليدي، ولا عن المعلم في الفصل الدراسي، وقد أثبتت بعض البحوث والدراسات (Delacey & Leonard, [2002; Rossett, et.al., 2002] وجود العديد من المشكلات التي تواجه التعلم الإلكتروني منها أن برا مج التعلم الإلكتروني مكلفة مادياً، وأن الطلاب الذين تعلموا إلكترونياً أقل كفاءة ومهارة في الحوار والقدرة على عرض الأفكار، وأن التقارير التي يكتبها المتعلم ون تقليدياً أعلى جودة من زملائهم المتعلمين إلكترونياً في نفس المساق التعليمي، وأن الوسائل التكنولوجية مهما كانت مبهرة إلا أنه مع مرور الوقت تصيب الإنسان بالملل.

ومن هنا كانت الحاجة إلى مدخل جديد يجمع بين مميزات كل من التعليم التقليدي والتعليم الإلكتروني والتغلب على جوانب القصور في كل منهما، فظهر ما يسمى بالتعلم المدمج والذي يعني دمج كل من التعليم التقليدي بأشكاله المختلفة والتعليم الإلكتروني بأنماطه المتنوعة ليزيد من فاعلية الموقف التعليمي وفرص التفاعل الاجتماعي وغيرها.

فهذا النوع من التعلم يجمع بين مميزات التعليم الإلكتروني والتعليم التقليدي، ويعد التعلم المدمج تطوراً طبيعياً للتعليم الإلكتروني، ويعد أحد المداخل الحديثة القائمة على استخدام تكنولوجيا المعلومات في تصميم مواقف تعليمية جديدة والتي تزيد من استراتيجيات التعلم النشط واستراتيجيات التعلم المتمركز حول المتعلم، فالتعلم المدمج يجمع بين مميزات التعلم وجهاً لوجه والتعلم الإلكتروني، الأمر الذي يجعل منه مدخلاً جيداً لصياغة البرامج التعليمية القادرة على مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وتحقيق تعلم متميز من ناحية أخرى.

❖ مراحل إعداد البرنامج المقترح وخطوات تنفيذه باستخدام التعلم المدمج:

من خلال اطلاع الباحثة على بعض نماذج تصميم التعلم المدمج [Fernando, et.al., 2005; Hang, zhou, 2005; Malachowski, 2010] توصلت الباحثة الى تلخيص مراحل بناء البرنامج كالتالي:

١- مرحلة التحليل: والتي هدفت الى:

أ- تحديد خصائص الطالبات المعلمات، ومعرفة قدراتهن واستعداداتهن للتعامل مع الانترنت واستخدام البريد الإلكتروني، فقامت الباحثة من خلال مقابلة مع الطالبات التعرف على الطالبات اللاتي لديهن القدرة على التعامل مع الانترنت والبريد الإلكتروني، وتركت الباحثة لهن حرية الاختيار في المشاركة في البرنامج، واقترحت الطالبات أن تكون قائدة كل مجموعة هي الأكثر مهارة في التعامل مع الانترنت والبريد الإلكتروني لسؤالها عند الحاجة.

ب- تحليل البيئة التعليمية: التي يستخدم فيها البرنامج من حيث توافر القاعة الدراسية للتعلم الصفي، أما الجزء الإلكتروني فلا يتقيد بمكان أو زمان محدد.

ج- تحديد أهداف البرنامج : الأهداف العامة للبرنامج:

■ تعريف الطالبة بالمعرفة العلمية المرتبطة ببعض قضايا الغذاء والتي تمكنها من مسايرة كل جديد مرتبط بالغذاء عن طريق التعلم المدمج.

■ تنمية مهارات التعلم الذاتي لدى الطالبة المعلمة لتتمكن من مسايرة كل ماهو جديد في مجال الغذاء والتغذية.

■ تدريب الطالبات على الحوار والمناقشة، من خلال التعلم التعاوني الصفي والإلكتروني.

■ تنمية الاتجاهات الايجابية لدي الطالبة المعلمة تجاه بعض قضايا الغذاء.

■ تنمية قدرة الطالبة المعلمة على اتخاذ القرارات الغذائية السليمة في مواقف الحياة المختلفة.

■ تقدير جهود العلماء في البحث العلمي والكشف عن كل ماهو جديد في علم الغذاء.

■ تقدير قدرة الله في توفر الغذاء وتنوعه.

د- **تحديد محتوى البرنامج:** قامت الباحثة بالإطلاع على الأدبيات والدراسات

السابقة المرتبطة بموضوعي التعلم المدمج والوعى الغذائي، بهدف التعرف على أهم الموضوعات التي ستضمن في البرنامج والخاصة بالغذاء والتغذية، وكذلك طريقة تدريسها في ضوء التعلم المدمج.

أ- اعداد استبانة مفتوحة* لتحديد القضايا والموضوعات الغذائية، والتي تهتم الطالبة المعلمة في الوقت الحالي، وكذلك في المستقبل، تم عرضها على

مجموعة من الأساتذة في مجالي التربية والتغذية، وكذلك على طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية^٢ للعام الدراسي ٢٠١٤م- ٢٠١٥م بالفصل الدراسي الأول، وكان عددهن (١٠٠) طالبة، لبدء الرأي حول الموضوعات المرتبطة بالغذاء والتي تود دراستها.

وعليه تم عمل استبيان مغلق** تضمن الموضوعات والقضايا التي تم تحديدها، وذلك لتحديد موضوعات البرنامج في صورتها النهائية، وتم عرضه على مجموعة من الأساتذة في مجالي التربية والتغذية لتوضيح مدى أهمية دراستها للطالبة المعلمة، لاختيار الموضوعات التي تبلغ أهميتها ٩٠% فأكثر.

المرحلة الثانية: التصميم

أ- تنظيم الأهداف التعليمية للبرنامج: تم صياغتها في صورة عبارات سلوكية تصف سلوك الطالبة لكل موضوع من موضوعات البرنامج.
ب- تنظيم المحتوى وطريقة عرضه: تم تنظيم المحتوى في صورة خمس موضوعات، وهي:

- الموضوع الأول: مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية^٣.
 - الموضوع الثاني: المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراهقة.
 - الموضوع الثالث: المضافات الغذائية
 - الموضوع الرابع: الغذاء النانوي ماله وما عليه
 - الموضوع الخامس: تغذية بعض الفئات الخاصة (الحامل- الطفل- المسنين)
- ج- تصميم الأنشطة التعليمية: تم اعداد مجموعة من الأنشطة بكل موضوع سواء تتطلب أبحاث فردية وجماعية، أنشطة باستخدام مواقع الانترنت، المشاركة من خلال حلقات النقاش والتواصل على الفيس بوك، عرض ماتم انتاجه من تكليفات عبر ال facebook الخاصة بالبرنامج لبدء الرأي بها من قبل الاخريات.
- د- تحديد طريقة تنفيذ البرنامج وذلك من خلال مراحل النموذج للاستراتيجية الرابعة التي عرضها حسين زيتون، الى جانب النموذج الدوار rotation model فيستخدم التعلم الصفي والالكتروني أكثر من مرة في الموضوع الواحد الى جانب المشروعات الجماعية، والأنشطة الفردية سواء الصفية أو الالكترونية بقيادة الباحثة كما يلي:

^٢ * ملحق (١): الاستبانة المفتوحة.

** ملحق (٢): الاستبيان المغلق.

■ تعلم وجهاً لوجه: مثل المحاضرات، العروض، التدريس المباشر، المناقشات الجدلية، المشروعات الفردية والجماعية سواء من الكتب أو من خلال البحث على الانترنت.

■ تعلم شخصي من خلال استخدام الانترنت واستخدمت الباحثة موقع التفاعل الإجتماعي الفيس بوك Face Book لرفع بعض موضوعات البرنامج عليه الى جانب الأنشطة المختلفة والتي تنوعت ما بين أنشطة قرائية وبحثية وتقويمية لكل موضوع، إلى جانب استخدام Google Drive لاعداد الإختبارات الالكترونية .

المرحلة الثالثة: التطوير (الإنتاج): إعداد مجموعات التواصل الاجتماعي على ال Facebook: ومرت بالخطوات التالية: تحديد الهدف من مجموعات التواصل الاجتماعي: استهدف انشاء مجموعات التواصل الاجتماعي أن تتدرب الطالبات على بناء المعرفة بأنفسهم وأن تشارك الأخريات هذه المعرفة، وأن تتبادلن النقاش الجدلي والحوار الاجتماعي، لتنمية الوعي لديهن بكل جديد في قضايا الغذاء.

تحديد معايير استخدام مجموعات التواصل الاجتماعي على ال Facebook:

- * تحديد الهدف التعليمي .
- * الحفاظ على تماسك الجماعة .
- * ترك الحرية للطالبات في ادارة المجموعات ذاتيا .
- * ترك الحرية للطالبات في التحكم الذاتي لما يتم تعلمه .
- * تزويد الطالبات بالتغذية الرجعيه المستمرة

واختارت الباحثة الفيس بوك عن غيره من مواقع التواصل الاجتماعي لسهولة استخدامه ولأنه مجاني لجميع الأفراد، الى جانب أن الباحثة قد وجدت أن معظم طالبات مجموعة الدراسة قد فضلن العمل على الفيس بوك عن غيره لسهولة التعامل معه.

ولقد أشارت بعض الدراسات [أسامة جبريل، ٢٠١٢، منار ابراهيم، ٢٠١٢، Gray, Kennedy, 2010; Qiyun, et.al., 2012] الى أهمية استخدام الفيس بوك في تدعيم تعلم المفاهيم والمهارات، وأنه بيئة مثالية للتعلم يمكن عن طريقها تبادل المعارف والخبرات وتشجيع العلاقات الاجتماعية بين المتعلمين، كما أشارت دراسات [Hew, 2011; Karl & Peluchette, 2011; Munoz, Towner, 2011] الى تفوق الطلاب الذين يدرسون بالتعلم المدمج باستخدام شبكات التواصل الاجتماعية تحصيليا كما تعزز التعلم داخل حجرة الدراسة التقليدية.

أنشأت الباحثة صفحة على الفيس بوك باسم (الثقافة الغذائية) *

الثقافة الغذائية <http://www.facebook.com> لكي تقوم الباحثة من خلالها بتنزيل الموضوعات التي ستدرس الكترونيا عليها، الى جانب الأنشطة المتعددة والمرتبطة بكل موضوع، والتي ستناقشها الطالبات مع بعضهن البعض، ثم مناقشة الباحثة مع قائدة كل مجموعة.

قامت الباحثة بكتابة رسالة لوصف الهدف من الصفحة وكذلك من مجموعات التواصل الاجتماعي المشتركة في البرنامج، وتأكدت الباحثة أن لكل طالبة مشتركة في البرنامج حساب على الفيس بوك، وتم تقسيم الطالبات الى سبعة مجموعات بكل مجموعة ١٠ طالبات، والمجموعات هي (افهم معانا)، (صحتك بالدنيا)، (غذاؤك دواؤك)، (صحتك ثروتك)، (الوجبة المتكاملة)، (الجسم السليم)، (الغذاء الصحي) وقدمت كل مجموعة اسم المستخدم على صفحة التواصل الاجتماعي، والايمليل الخاص بها، وذلك حتي يتسنى للباحثة اضافتها على صفحة (الثقافة الغذائية).

عينت الباحثة لكل مجموعة قائدة وهي الأكثر قدرة على التعامل مع الانترنت والفيس بوك، فهي المسؤولة عن تنزيل كل موضوع أو نشاط من الصفحة الرئيسية (الثقافة الغذائية) على صفحة مجموعتها ومناقشة المجموعة فيما قرأن ومدى الاستفادة من الموضوع، وبعد تدريس كل موضوع سواء بالطريقة الصفية أو الالكترونية كانت الباحثة تلتقي مع قائدة كل مجموعة للنقاش والحوار على الفيس بوك من خلال النقاط التالية:

- ما الاستفادة من وراء الموضوع كما أوضحته كل طالبة .
 - تعليق طالبات المجموعة على الموضوع .
 - ما أعجبهن وما لا يعجبهن في الموضوع .
 - مدي تطبيق ما قرأنه في الحياة اليومية والاضافات التي أرادت كل طالبة اضافتها.
- المرحلة الرابعة: التطبيق (التنفيذ):** بدأت الباحثة بتدريس البرنامج بقاء مع الطالبات والتعريف بالبرنامج وأهميه دراسته، ودور الطالبات أثناء دراسة البرنامج.

قدمت الباحثة دليل الطالبة* للبرنامج المقترح وقد تضمن الموضوعات التي ستدرس بالطريقة الصفية، وتضمن عنوان صفحة (الثقافة الغذائية) على الفيس بوك لدراسة الموضوعات المنزلة عليه (التدريس الالكتروني)، وكذلك الموقع الالكتروني الموجود عليه الاختبارات الالكترونية على كل موضوع.

وقامت الباحثة بتدريس الموضوعات كالتالي:

الموضوعات الأول "مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية"، والثالث (المضافات الغذائية) والخامس (تغذية بعض الفئات الخاصة) تم تدريسها بالطريقة الصفية عن طريق المناقشة والحوار الجدلي بين الباحثة والطالبات، أما الأنشطة

٤ *ملحق (٣): صفحة "الثقافة الغذائية" على الفيس بوك.

المتعلقة بالموضوعات فتم تنزيلها على الفيس بوك لحلها ومناقشتها بين المجموعات، وبين الباحثة وقائدة كل مجموعة، ثم حل الاختبارات الالكترونية لكل موضوع على الموقع وارساله الى ال Gmail الخاص بالباحثة لتصحيحه الكترونيا وارساله الى كل طالبة عبر الایمیل الخاص بها .^٥

الموضوعات الثاني (المشكلات الغذائية في مرحلة المراهقة) والرابع (الغذاء النانوي) فتمت دراستها الكترونيا من قبل الطالبات ومناقشتها بين المجموعات، وبين الباحثة وقائدة كل مجموعة لتوضيح المفاهيم الصعبة والغير واضحة لديهن، وحل الأنشطة والاختبارات الالكترونية، ثم المناقشات الصفية مع الباحثة وجها لوجه، لتدعيم الفهم للموضوعات، وتقديم التغذية الرجعية للطالبات.

تم تحديد طريقة التتابع بين الأنشطة الصفية والالكترونية وفقا للاستراتيجية الرابعة التي حددها (حسن زيتون، ٢٠٠٥)، الى جانب النموذج الدوار rotation (model) فيستخدم التعلم الصفي والالكتروني أكثر من مرة في الموضوع الواحد. الى جانب المشروعات الجماعية، والأنشطة الفردية سواء الصفية أو الالكترونية بقيادة المعلم.

المرحلة الخامسة: التقويم: تضمنت مجموعة الاختبارات التحريرية (الفهم الغذائي، مقياس الاتجاه، اختبار التصرف في المواقف الحياتية)، الى جانب الاختبارات الالكترونية الخاصة بكل درس، وتقديم استمارة لتقييم البرنامج تم تنزيلها الكترونيا على ال Gmail والهدف منها هو تقييم الطالبات للبرنامج*.

ثالثا: إعداد أدوات الدراسة: في ضوء أهداف الدراسة أعدت الباحثة الأدوات التالية:

١- اختبار الفهم الغذائي:

الهدف من الاختبار: هو قياس تحصيل المعارف والمعلومات العلمية بمحتوى البرنامج المقترح للطالبات المعلمات، وقد صيغت مفردات الاختبار على نمط الاختيار من متعدد، وقد روعي توزيع مفردات الاختبار بحيث تغطي موضوعات البرنامج، كما تم وضع تعليمات واضحة للاختبار.

صدق الاختبار: للتأكد من صدق الاختبار قامت الباحثة بعرضه في صورته الاولى المتكونة من (٤٥) سؤال على مجموعة من الخبراء** في مجال التربية العلمية والغذائية لابداء الرأي حول مدى سلامة وصحة الاختبار من حيث الصياغة والمضمون العلمي، ومدى ارتباط العبارات بالموضوعات، وارتباطها بالمستوى الذي تقيسه وتم تعديل الاختبار في ضوء الأراء، وقد أبدى المحكمون بعض التعديلات التي أخذتها الباحثة في الاعتبار عند إعداد الصورة النهائية للاختبار مثل

^٥ * ملحق (٤) : دليل البرنامج المقترح .

(بعض المفردات تدور حول نفس المفهوم- قلة عدد المفردات المتعلقة بالغذاء النانوي)^٦

❖ التجربة الاستطلاعية للاختبار: طبق الاختبار في صورته الأولية على (٤٥) طالبة بالفرقة الثالثة تعليم أساسي لغة عربية بهدف:

■ حساب زمن الاختبار: تبين من خلال التجريب الاستطلاعي للاختبار أن الزمن المناسب لانتهاء جميع التلميذات من الإجابة عن جميع أسئلة الاختبار هو (٤٠) دقيقة.

■ حساب ثبات الاختبار: تم حساب ثبات الاختبار عن طريق اعادة التطبيق الاختبار، وكانت (صلاح الدين محمود، ٢٠٠٢، ١٥٦) قيمة الثبات تساوي (٧٦)، وهذا يشير إلى أن الاختبار يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات، ويصلح كأداة للقياس.

الصورة النهائية للاختبار:

بلغ عدد مفردات الاختبار في صورته النهائية* (٤٥) مفردة وجدول (١) يوضح مواصفات اختبار الفهم الغذائي، كما تم تصحيح الاختبار بناء على مفتاح التصحيح الذي أعدته الباحثة وتم تقدير درجة واحدة لكل اجابة صحيحة، وصفر للاجابة الخاطئة، وبذلك تصبح الدرجة النهائية للاختبار (٤٥) درجة، والدرجة الصغرى صفر.

جدول (١)

مواصفات اختبار التحصيل المعرفي

النسبة المئوية	عدد الأسئلة	أرقام الأسئلة	الموضوع
22.22%	10	40 38 + 35 ،24+33+ 19 +14 + 9+ 4+ 1	مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية
15.55%	7	43 ،32 +23 +18 +13 +8 ،3	المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراهقة
17.77%	8	41 ،37 +30 +25 +20 +15 +10 +2	المضافات الغذائية بين الخطورة والضرورة!
13.33%	6	27 +22 +17 +12 +7 ،5	الغذاء النانوي ماله... وماطويه
31.11%	14	29 +28 +26 +21 +16 +11 +6 45 +44 +42 +36+39+31+34	تغذية بعض الفئات الخاصة
100%	45	45	المجموع

* ملحق (٥): صفحة الاختبارات الالكترونية واستمارة تقييم البرنامج. ** ملحق (٦): أسماء السادة المحكمين.

(٢) مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء: الهدف من المقياس: يهدف إلى قياس مقدار النمو في اتجاهات الطالبات نحو بعض القضايا المتعلقة بالغذاء، بعد دراسة البرنامج المقترح.

طريقة اعداد المقياس: تم استخدام طريقة ليكرت Likert ذات الاستجابات الثلاثة (موافق- متردد/ غير متأكد- غير موافق) ويتضمن المقياس عبارات موجبة وأخرى سالبة، ويتم تحويل استجابة الطالبة الى أوزان تقديرية تتراوح بين (٣-١) في حالة بدائل الاستجابات الثلاث، وقد اتبعت الباحثة هذه الطريقة لقلّة تشتتها عن الصورة الخماسية.

صدق المقياس:

للتأكد من صدق المقياس تم عرضه في صورته الأولية متضمنا (٦٨) عبارة على نفس مجموعة المحكمين المشار إليها سابقا، وذلك للحكم على مدى وضوح تعليمات المقياس، ومدى ارتباط العبارات بأبعاد المقياس، وقد أسفرت نتائج التحكيم عن تعديل صياغة بعض العبارات التي تبدأ بالنفي، إلى جانب حذف لبعض العبارات لعدم ملاءمتها للبعد الذي تنتمي إليه.

❖ التجربة الاستطلاعية للمقياس:

طبق المقياس في صورته الأولية على نفس العينة السابقة بغرض:

حساب زمن المقياس: تبين من خلال التجريب الاستطلاعي للاختبار أن الزمن المناسب لانتهاج جميع الطالبات من الإجابة عن مفردات الاختبار هو (٣٥) دقيقة.

حساب ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباك حيث تستخدم لإيجاد ثبات المقاييس المتدرجة من النوع الخماسي أو الثلاثي (أمين علي، ٢٠١٠، ٥٨٠) وبلغت قيمته (٧٩)، مما يدل على أن المقياس يتسم بدرجة مقبولة من الثبات.

❖ الصورة النهائية للمقياس:

بلغ عدد مفردات المقياس في صورته النهائية* (٦٠) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد، وعلى مقياس ثلاثي متدرج (موافق- متردد/ غير متأكد- غير موافق)، وتم تقدير الدرجات بأن يعطى للطالبة درجات (٣-٢-١) على الترتيب في حالة العبارات الموجبة، وتعطى درجات (٣-٢-١) على الترتيب في حالة العبارات السالبة، وبذلك تكون أقصى درجة تحصل عليها الطالبة (١٨٠) درجة وأقل درجة تحصل عليها الطالبة (٦٠) درجة، ويوضح جدول (٢) مواصفات مقياس الاتجاه نحو بعض القضايا المتعلقة بالغذاء.

* ملحق (٧): اختبار الفهم الغذائي.

* ملحق (٨): مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء.

جدول (٢)

مواصفات مقياس الاتجاه نحو بعض القضايا المتعلقة بالغذاء

أبعاد الاختبارات	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	المجموع	النسبة المئوية
مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية	58 + 52 + 39 + 23 + 13 + 2	43 + 32 + 15 + 3	10	16.16%
المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراقبة	33 + 36 + 28 + 24 + 12 + 1 51 + 44	60 + 53 + 42 + 40 + 22 + 14	14	23.84%
المضائق الغذائية بين الخطورة والضرورة	41 + 34 + 29 + 21 + 16 + 5 54	50 + 35 + 27 + 11 + 4	12	20%
الغذاء الناتوي ماله... وما عليه	45 + 37 + 26 + 17 + 10	56 + 47 + 19 + 6	9	15%
تغذية بعض الفئات الخاصة	38 + 35 + 30 + 18 + 9 + 7 57 + 49 + 46	59 + 55 + 48 + 31 + 20 + 8	15	25%
المجموع	35	25	60	100%

٣- اختبار التصرف في المواقف الحياتية:

الهدف من الاختبار: يهدف هذا الاختبار الى التعرف غلى مستوى قدرة الطالبة على استخدام ما تعلمته من معارف ومهارات واتجاهات في تنمية مهارة اتخاذ القرار المناسب للتصرف في المواقف الحياتية المختلفة والمتعلقة بموضوعات البرنامج، حيث أن هذا القرار يوفر لها الاستفادة في حياتها العامة والأسرية، ويجنبها الكثير من المشاكل الصحية، وتمت صياغة مفردات الاختبار على شكل مواقف ومشكلات تواجه الفرد في حياته اليومية، وأمام كل موقف أربعة بدائل، وقد تمت صياغة مواقف متصلة بالموضوعات المقترحة، وتكون الاختبار في صورته الأولية من (٣٦) عبارة، من نوع الاختبار من متعدد، وتدور حول موضوعات البرنامج الخمسة.

صدق الاختبار: للتأكد من صدق المقياس تم عرضه في صورته الأولية على نفس مجموعة المحكمين المشار إليها سابقاً، وذلك للحكم على مدى وضوح تعليمات الاختبار، ومدى ارتباط العبارات بأبعاد الاختبار، وقد أسفرت نتائج التحكيم عن تعديل صياغة بعض العبارات، وحذف البعض لتكرار بعض المواقف أو تشابهها.

التجربة الاستطلاعية للاختبار: طبق الاختبار في صورته الأولية على نفس العينة السابقة المشار إليها بغرض: حساب زمن الاختبار: تبين من خلال التجريب الاستطلاعي للاختبار أن الزمن المناسب لانتهاج جميع الطالبات من الإجابة عن مفردات الاختبار هو (٤٠) دقيقة.

■ حساب ثبات الاختبار: تم حساب ثبات الاختبار باستخدام معادلة كيوذر ريتشاردسون الصيغة ٢١، وبلغ معامل الثبات قيمته (٧٦)، مما يدل على أن الاختبار يتسم بدرجة مقبولة من الثبات.

❖ **الصورة النهائية للاختبار:** بلغ عدد مفردات الاختبار في صورته النهائية* (٣٠) موقفاً، وقد أعطي لكل موقف درجة واحدة اذا اختارت الطالبة الاجابة التي تعبر عن التصرف السليم، وصفرا اذا اختارت الطالبة احدى الاجابات التي تعبر عن التصرف غير السليم، وبهذا تكون الدرجة الكلية لاختبار التصرف في المواقف (٣٠) درجة، والدرجة الصغرى (صفر)، ويوضح جدول (٢) مواصفات اختبار التصرف في المواقف الحياتية.

* ملحق (٩): اختبار التصرف في المواقف الحياتية.

جدول (٣)
مواصفات اختبار التصرف في المواقف الحياتية

النسبة المئوية	عدد المواقف	أرقام المواقف	أبعاد الاختبار
%16.66	5	23+16+11+6+4	مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية
%16.66	5	27+25+21+10+5	المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراهقة
%16.66	5	20+18+13+7+1	المضغافات الغذائية بين الخطورة والضرورة!
%13.33	4	14+30+8+3	الغذاء الناتوي ماله... وماطيه
%36.66	11	29+28+26+24+22+19+17+15+12+9+2	تغذية بعض الفئات الخاصة
%100	30	30	المجموع

خامساً: التصميم التجريبي وإجراءات التجربة: اتبعت الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي وكانت الخطوات المتبعة كالتالي:

- متغيرات الدراسة: المتغير المستقل: المعالجة التدريسية (البرنامج المقترح في ضوء التعلم المدمج)، والمتغير التابع: الوعي الغذائي كما يقيسه (الاختبار الفهم الغذائي، مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء، اختبار التصرف في المواقف الحياتية).
- اختيار مجموعة الدراسة: شملت مجموعة الدراسة طالبات الفرقة الرابعة لتعليم أساسي شعبة (لغة عربية) بكلية البنات، جامعة عين شمس، للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥م وقد بلغ العدد الكلي لمجموعة الدراسة (٧٠) طالبة.

ويرجع اختيار هذه المجموعة لعدة أسباب أهمها:

- هؤلاء الطالبات على وشك التخرج، والعمل بالمدارس ولكي تنتشر الوعي الغذائي السليم بين تلاميذها لا بد أن تكون على درجة من الوعي الغذائي السليم لتنتقله الى التلاميذ سواء بالطريقة الصفية أو الالكترونية.
- هؤلاء الطالبات هن أمهات المستقبل، ومقبلين على حياة أسرية خاصة، وستسهم في اعداد جيل يجب أن يتمتع بالصحة والنشاط.
- هؤلاء الطالبات من مستويات اجتماعية مختلفة، وبالتالي يمكنهن توجيه أسرهن للتغذية السليمة في ضوء الامكانيات المتاحة لكل أسرة.
- هؤلاء الطالبات في بداية مرحلة الشباب والتي تحتاج الى وعي غذائي سليم لتخرج جيل من الشباب بصحة جيدة يستطيع أن يشارك بفاعلية في بناء وطنه.

التطبيق القبلي لأدوات الدراسة: تم تطبيق أدوات الدراسة (اختبار الفهم الغذائي، ومقياس الاتجاهات، واختبار التصرف في المواقف الحياتية) على المجموعة التجريبية قبل بدء تدريس البرنامج في بداية الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي

٢٠١٤-٢٠١٥ م أيام الاثنين والثلاثاء الموافق ٩، ١٠/٢/٢٠١٥م؛ وذلك للحصول على المعلومات القبليّة التي تساعد في العمليات الإحصائية الخاصة بنتائج الدراسة، وقد قامت الباحثة بتعريف الطالبات بأوات الدراسة، والهدف منها، وتأكّدت من وضوح التعليمات وصياغة العبارات.

رابعاً: تدريس البرنامج المقترح:

قبل إجراء التجربة التقت الباحثة بطالبات المجموعة التجريبية التي تم اختيارها لتوضيح الغرض من الدراسة، وكيفية التدريس في ضوء التعلم المدمج، وتقسيم المجموعات على الفيس بوك والمهام التي سيقومون بها، وبدأ التدريس للمجموعة ابتداء من ١٦/٢/٢٠١٥م، واستمر حتى ٢٧/٤/٢٠١٥م، بواقع محاضرة في الأسبوع لمدة ساعتين، بواقع عشرة أسابيع، وقد خصص لكل موضوع من الموضوعات الخمسة محاضرتين، كل محاضرة بواقع ساعتين في الأسبوع.

خامساً: التطبيق البعدي لأداتي الدراسة: بعد الانتهاء من تدريس البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية، أعيد تطبيق أدوات الدراسة (اختبار الفهم الغذائي، ومقياس الاتجاه، اختبار التصرف في المواقف الحياتية) على المجموعة يومي ٥، ٤، ٥-٢٠١٥م.

انطباعات وتعليقات الطالبات "مجموعة الدراسة" عن التجربة ودراسة البرنامج القائم على التعلم المدمج:

- أبدت الطالبات نوعاً من الرضا عن التعلم أثناء دراسة البرنامج وظهر ذلك من خلال اقبالهن على المشاركة في الأنشطة الالكترونية سواء أنشطة الفيس بوك أو حل الاختبارات الالكترونية*، وأشارن إلى أن المناقشة الجدلية الصفية أو الالكترونية كانت مفيدة وساعدت في تغيير الكثير من عاداتهم الغذائية الخاطئة.
- أشارت بعض الطالبات أنهن قد استفدن من التعلم في المجموعات الصغيرة، حيث استفادت كل طالبة من خبرات الأخريات، كما أن العمل في مجموعات ولد لديهن الحافز على التفوق على المجموعات الأخرى من حيث حل الأنشطة الالكترونية والمشاركة بفيديوهات ولينكات متصلة بالموضوع.
- أجمعت الطالبات استحسانهن لفكرة التعلم المدمج، وأنها المرة الأولى التي يتلقون فيها مثل هذا النوع من التعلم، ورجين في أن يأخذن المقررات الأخرى بهذه الطريقة. واستأذنت العديد من الطالبات في اضافة بعض الأشخاص المقربين على الفيس بوك للاستفادة من الموضوعات الغذائية المقدمة على الفيس بوك وذلك بعد طلبهم ذلك.^١
- أبدت معظم الطالبات تأييدهن لفكرة التعلم المدمج، وأنها فكرة جديدة لم تمر عليهن من قبل ولقد أبعدهن عن الأبحاث الورقية بقدر كبير، وقدمت لهن الحرية في

^١ ملحق (١٠): أمثلة من أنشطة الطالبات على مجموعات الفيس بوك.

اختيار ظروف أداء الاختبار، والخروج من حيز الكتب الى التعلم الذاتي الذي أضفى نوعا من المتعة على التعلم.

■ استفادت الباحثة شخصيا من خبرات الطالبات الشخصية، وكذلك من مراجعهن وأبحاثهن التي قدمنها عن كل موضوع سواء الورقية أو الالكترونية، وأبدت الباحثة سعادة كبيرة في تعاملها مع الطالبات، والمناقشات التي كانت تقام حول كل موضوع؛ لأنهن طاقة إبداع كبيرة، ولكنها تحتاج إلى من يكتشفها ويوجهها التوجيه الصحيح.

مشكلات تطبيق البرنامج:

أوضحت الطالبات أن أهم المشكلات التي واجهتهن أثناء دراسة البرنامج هو انقطاع النت كثيرا، وأنه من سلبيات البرنامج عدم تقديمه من بداية المرحلة الجامعية، واقتصر على السنة الرابعة فقط، وأن البرنامج في وقت الدراسة، والأفضل أن يكون في غير وقت الدراسة للاستمتاع به أكثر، الى جانب عدم توافر الانترنت عند العديد من الطالبات لسكنهن بالمدينة الجامعية وعدم توافر جهاز الكمبيوتر، وعدم كفاءتهن في استخدام الموبايل للدخول على النت، مما جعلهن يعزفن عن المشاركة بمجموعات الفيس بوك.

سادسا: **المعالجة الإحصائية للبيانات:** بعد الانتهاء من كل من التطبيق القبلي والبعدي لكل من اختبار الفهم الغذائي، واختبار التصرف في المواقف الحياتية، ومقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء، قامت الباحثة برصد الدرجات الخاصة بمجموعة الدراسة، والمعالجة الإحصائية للنتائج باستخدام SPSS كما يلي:

عرض النتائج ومناقشتها: تناولت الباحثة عرض النتائج التي تم التوصل إليها من خلال تجربة الدراسة، وكذلك مناقشة النتائج وتفسيرها، وإلى أي مدى تحققت الفروض التي سبق عرضها؛ ثم تقديم التوصيات والمقترحات.

أولاً: نتائج تطبيق اختبار الفهم الغذائي:

الفرض الأول: نص الفرض الأول للدراسة على أنه "يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على إختبار الفهم الغذائي قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج وبعده لصالح التطبيق البعدي" وللتحقق من صحة الفرض الأول قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لاختبار الفهم الغذائي، وحساب قيمة (ت) ودالاتها، كما يوضحها جدول (٤).

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت) ودلالاتها؛ لنتائج التطبيق القبلي والبعدي لاختبار الفهم الغذائي لطالبات المجموعة التجريبية (ن = ٧٠)

أبعاد الاختبار	الدرجة العظمى	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		قيمة "ت" ** حجم التأثير **
		1م	1ع	2م	2ع	
مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية	10	1.29	0.81	7.75	1.12	53.61 * 2,8 ** كبير
المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراهقة	7	1.76	0.83	6.63	1.09	43.39 * 3.42 ** كبير
المضغلات الغذائية بين الخطورة والضرورة!	8	1.37	0.76	7.71	0.94	60.2 * 4.67 ** كبير
الغذاء الثوري ماله... وماعابه	6	1.88	0.85	4.19	1.16	39.04 * 2.84 ** كبير
تغذية بعض الفئات الخاصة	14	3.50	1.69	12.28	0.98	52.54 * 4.34 ** كبير
الاختبار ككل	45	9.80	2.92	38.56	3.76	72.52 * 3.50 ** كبير

* دالة عند مستوى ٠,١

** حجم التأثير كبير إذا كان أكبر من ٨, ومتوسط إذا كان ٥, وصغير إذا كان أقل من ٢, (رشدي فام، ١٩٩٧، ٦٥)

يتضح من نتائج جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,١) بين متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لاختبار الفهم الغذائي بأبعاده المختلفة لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يؤكد صحة الفرض الأول، ويدل على أن دراسة طالبات المجموعة التجريبية البرنامج المقترح ساهم في تنمية الفهم الغذائي لديهن .

تفسير النتائج الخاصة بأثر البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج على تنمية الفهم الغذائي:

أوضحت نتائج اختبار الفرض الأول تنمية الفهم الغذائي، ودل على ذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في التطبيق القبلي والبعدي لاختبار الفهم الغذائي بأبعاده المختلفة لصالح التطبيق البعدي، كما دل حجم التأثير الكبير على الاختبار، تأثير استخدام البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية الفهم الغذائي.

وترى الباحثة أن أثر استخدام البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية الفهم الغذائي قد يرجع إلى:

■ ارتباط محتوى البرنامج بحياة الطالبات وبصحتهن قد شجعهن على الدراسة واكتساب الفهم الغذائي الصحيح، وتقدير العواقب المترتبة على الفهم الغذائي الخاطئ.

- تقديم المحتوى سواء الصفي أو الإلكتروني بطريقة مبسطة وشيقة، متضمنا مواقف وقضايا تشغل تفكيرهن في هذه المرحلة قد شجعهن على القراءة والبحث للوصول للفهم الصحيح لقضايا الغذاء المختلفة.
- قيام الطالبات بالأنشطة الإلكترونية، ودراسة المحتوى الإلكتروني بأنفسهن زاد من فهمهن لكل موضوع، وبنقتهن بأنفسهن في القدرة على الوصول للفهم الغذائي السليم.
- المناقشة الجدلية سواء بين الطالبات بعضهن البعض في الدراسة الصفية والإلكترونية ساعد على توضيح الكثير من جوانب الفهم الغذائي، واستفادت كل طالبة من حيرات الأخريات، حيث قامت كل طالبة بتوضيح خبرتها في كل موضوع، بالإضافة الى مشاركة الأخريات بالفيديوهات والصور واللينكات المرتبطة بكل موضوع من خلال مجموعات الفيس بوك.

وبهذا تتفق نتائج نتائج اختبار الفرض الأول مع ما توصلت اليه الدراسات التالية التي اهتمت بتنمية الفهم الغذائي:

دراسة (بدرية محمد، ٢٠٠٣) والتي أوضحت فاعلية برنامج في الثقافة الغذائية قائم على أسلوب التكامل في تنمية التحصيل المعرفي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة بالشعب الأدبية بكلية التربية بسوهاج، ودراسة (عبير محمود، ٢٠٠٥): والتي أوضحت فاعلية برنامج تدريبي مقترح في التربيـه الغذائية لمعلمات الاقتصاد المنزلي اثناء الخدمة على التحصيل للمعرفة الغذائية، ودراسة (زينب عاطف، ٢٠٠٩): والتي أوضحت فعالية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.

ثانياً: نتائج تطبيق مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء:

الفرض الثاني: نص الفرض الثاني للدراسة على أنه: "يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الطالبات على مقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الغذاء قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج وبعده لصالح التطبيق البعدي. وللتحقق من صحة الفرض الثاني قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الإتجاه، وحساب قيمة (ت) ودالاتها، كما يوضحها جدول (٥).

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، ودلالاتها لنتائج التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه لطالبات المجموعة التجريبية (ن = ٧٠)

أبعاد الاختبار	الدرجة العظمى	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		قيمة "ت" * حجم التأثير **
		1 م	1 ع	2 م	2 ع	
مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية	30	11.58	5.21	27.75	3.32	13.38 * 5.99 كبير
المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراهقة	42	18.04	7.65	35.63	2.02	26.39 * 8.42 كبير
المسافات الغذائية بين الخطورة والضرورة	36	17.80	3.78	33.71	1.26	30.27 * 9.67 كبير
الغذاء النانوي ماله... وما عليه	27	13.08	6.48	25.19	0.79	33.04 * 8.84 كبير
تغذية بعض الفئات الخاصة	45	16.50	8.69	38.28	2.95	52.54 * 6.34 كبير
الاختبار ككل	180	77	13.69	160.56	3.95	61.95 * 6.99 كبير

يتضح من نتائج جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,١) بين متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يؤكد صحة الفرض الثاني، ويدل على أن دراسة طالبات المجموعة التجريبية البرنامج المقترح ساهم في تنمية الاتجاه لديهن.

تفسير النتائج الخاصة بأثر البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج على تنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء:

أوضحت نتائج اختبار الفرض الثاني تنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء، ودل على ذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه لصالح التطبيق البعدي، كما دل حجم التأثير الكبير على الاختبار، تأثير استخدام البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية الاتجاهات.

وترى الباحثة أن أثر استخدام البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء قد يرجع إلى:

■ معرفة الطالبات بالجوانب الايجابية والسلبية للفهم الغذائي السليم، وعواقب الفهم الغذائي الخاطئ على صحتهم ومستقبلهم ساهم في تنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء.

■ عرض المحتوى الإلكتروني وما اشتمله من فيديو هات عن موضوعات الغذاء، وصور مختلفة جعلهن يعشن بالفعل هذه المواقف والقضايا الغذائية فساعد في تنمية الاتجاه لديهن.

■ تبادل المناقشات الصفية والإلكترونية أتاح لهن الفرصة لبدء آرائهن دون خوف، وتوضيح السلوكيات والعادات والاتجاهات الغذائية الخاطئة لديهن، والافتناع بتكوين اتجاهات ايجابية نحو بعض قضايا الغذاء المختلفة.

وبهذا تتفق نتائج نتائج اختبار الفرض الثاني مع ماتوصلت اليه الدراسات التي اهتمت بتنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء:

■ دراسة (جهد أحمد، ٢٠٠٨): والتي أوضحت فاعلية برنامج قائم على الوسائط المتعددة والأحداث المتناقضة في تنمية الاتجاه نحو التغذية السليمة لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في مادة العلوم بغزة.

■ دراسة (ريم ججوح، ٢٠٠٩) والتي أوضحت فاعلية وحدة مقترحة في التغذية في تنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء لدى الطالبات المعلمات تخصص التعليم الأساسي بجامعة الأزهر بغزة.

نتائج تطبيق اختبار القدرة على التصرف في المواقف الحياتية:

■ الفرض الثالث: نص الفرض الثالث للدراسة على أنه "يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الطالبات على اختبار التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة بالغذاء قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج وبعده لصالح التطبيق البعدي"

ويوضح جدول (٦) نتائج التطبيق القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، ودلالاتها لنتائج التطبيق القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية لطالبات المجموعة التجريبية (ن = ٧٠)

أبعاد الاختبار	الدرجة المعنى	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي	
		2ع	2م	1ع	1م
مجموعات الغذاء والاحتياجات الغذائية	5	1.32	3.75	0.81	1.58
المشكلات والأمراض الغذائية في مرحلة المراهقة	5	1.62	4.63	0.77	1.04
المخالفات الغذائية بين الخطورة والضرورة!	5	1.54	4.21	0.78	1.80
الغذاء القلوي ملاءم... وما عليه	4	1.79	3.19	0.98	1.08
تغذية بعض الفئات الخاصة	11	2.07	9.98	0.69	3.50
الاختبار ككل	30	3.39	25.76	1.29	9.00

يتضح من نتائج جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,١) بين متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يؤكد صحة الفرض الثالث، ويدل على أن دراسة طالبات المجموعة التجريبية البرنامج المقترح ساهم في تنمية القدرة على التصرف في الموقف الحياتية المتعلقة ببعض قضايا الغذاء.

تفسير النتائج الخاصة بأثر البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج على تنمية القدرة على التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة ببعض قضايا الغذاء:

أوضحت نتائج اختبار الفرض الثالث تنمية القدرة على التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة ببعض قضايا الغذاء، ودل على ذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في التطبيق القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف لصالح التطبيق البعدي، كما دل حجم التأثير الكبير على الاختبار، تأثير استخدام البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية القدرة على التصرف في المواقف الحياتية.

وترى الباحثة أن أثر استخدام البرنامج المقترح القائم على التعلم المدمج في تنمية الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء قد يرجع إلى:

- نتيجة لطبيعة محتوى البرنامج وارتباطه بحياة الطالبات وصحتهن جعلهن أكثر ميلا إلى اختيار التصرفات والسلوكيات الغذائية السليمة.
- طريقة عرض المحتوى وتدريبه سواء بطريقة صفيّة والكرونية، وما تضمنه من فيديوهات ومواقف حياتية مختلفة متعلقة بالغذاء، وجوانبه السلبية والإيجابية على صحة الفرد زاد من رغبتهم في التصرف الغذائي السليم للمحافظة على صحتهم.
- المناقشة الجدلية بين الطالبات وعرض خبرتهن من خلال بعض السلوكيات الغذائية الخاطئة لديهن وما ترتب عليها من مشكلات وأمراض غذائية لهن، جعل الطالبات يستفدن منها ومحاولة تجنبها وعدم تكرارها.
- البحث على الإنترنت والمشاركة في إجراء الأنشطة الالكترونية أتاح لديهن مدى واسع من المعرفة الغذائية السليمة والتي ترتب عليها اتخاذ قرارات غذائية سليمة في المواقف المختلفة.

وبهذا تتفق نتائج نتائج اختبار الفرض الثالث مع ماتوصلت إليه بعض الدراسات التي اهتمت بتنمية القدرة على التصرف في المواقف الحياتية: ومنها دراسة (ليلي عبد الله، ٢٠٠٤) والتي أوضحت فعالية تدريس وحدة مقترحة قائمة على النظرية البنائية في تنمية التصرف الحياتية نحو بعض قضايا الغذاء لدى طالبات المدارس الثانوية بالمنوفية، ودراسة (إيمان فؤاد، ٢٠١٤): والتي أوضحت فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة.

في ضوء نتائج الدراسة الحالية، توصي الباحثة بما يلي:

- ١- عقد دورات تدريبية للمعلمين؛ لتدريبهم على كيفية التدريس باستخدام التعلم المدمج، مع توفير مصادر التعلم الكافية والمتنوعة، وإطلاعهم بشكل مستمر على كل جديد في مستحدثات التعلم
- ٢- تفعيل ثقافة التعلم المدمج بين الطلاب بالجامعات وكذلك أعضاء هيئة التدريس.
- ٣- إعادة النظر في أهداف المقررات التربوية والأكاديمية المتضمنة في برامج إعداد المعلم بحيث تنسجم مع الأهداف العالمية للتربية العلمية.
- ٤- تضمين برامج إعداد المعلم في كليات التربية مقررات تثقيفية لنشر الوعي الغذائي.

خامساً: البحوث المقترحة: تقترح الباحثة عددا من البحوث المستقبلية استكمالاً واستمراراً للدراسة الحالية وذلك كما يلي:

- فاعلية استخدام التعلم المدمج في تصحيح التصورات العلمية الخاطئة وطبيعة العلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- برنامج مقترح في ضوء التعلم المدمج في تنمية عادات العقل والرضا عن التعلم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.
- فاعلية استخدام التعلم المدمج في تنمية التحصيل وعادات العقل لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- برنامج تدريبي مقترح في ضوء التعلم المدمج لتنمية مهارات المعلمين على استخدام التعلم المدمج في التدريس.
- دراسة معوقات ومتطلبات تطبيق التعلم المدمج في التعليم الجامعي.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. أحمد سمير (٢٠١٥): زيادة الوعي الغذائي لخفض فاتورة الغذاء، مجلة الأهرام الزراعي، مؤسسة الأهرام.
٢. أحمد عودة القوارعة، حكم رمضان حجة (٢٠١٣): فاعلية برنامج قائم على التعلم المدمج في تدريس العلوم في تحصيل طلبة الصف التاسع الأساسي وتنمية مهارات التفكير ما وراء المعرفي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٤ (2).
٣. أحمد النجدي وآخرون (٢٠٠٥): اتجاهات حديثة في تعليم العلوم، في ضوء المعايير العالمية وتنمية التفكير والنظرية البنائية، القاهرة، دار الفكر العربي.

٤. ادريس سلطان صالح (٢٠١١): فاعلية استخدام التعلم الخليط في تدريس الدراسات الاجتماعية في تنمية التحصيل والدافعية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي، *المجلة الدولية للأبحاث التربوية*، ٢٩ (٢٧)، ص ص ١٠٧ - ١٣٠.
٥. أسامة جبريل أحمد (٢٠١٢): استراتيجيات أثرية مقترحة قائمة على البنائية الاجتماعية من خلال مواقع التواصل الاجتماعي لتنمية الدافعية للإنجاز والاتجاه نحو مادة العلوم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، الجمعية المصرية للتربية العلمية، *مجلة التربية العلمية*، المجلد الخامس عشر، العدد الرابع، ص ص ١ - ٤٥.
٦. اسلام جابر أحمد علام (٢٠٠٧): أثر التعليم المدمج في تنمية التحصيل وبعض مهارات التصميم المواقع التعليمية لدى الطلاب المعلمين، *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، كلية التربية، جامعة المنوفية، العدد الثالث.
٧. اسماعيل محمد اسماعيل حسن (٢٠١٠): *التعليم المدمج، مجلة التعليم الالكتروني*، ٢ (٥)، ص ص ١١ - ١٢.
٨. أشجان حامد الشديفات (٢٠١١): *التعلم الالكتروني ودمجه بالتعلم*، ورقة عمل مقدمة الى ورشة عمل بعنوان "دمج التقنية في التعليم الجامعي: مفاهيم وتطبيقات، كلية التربية، جامعة حائل، في الفترة ٢٨-٢٩-٢٠١١، ص ص ١٤٨-١٥٠.
٩. إلهام حرب أبو الريش (٢٠١٣): فاعلية برنامج قائم على التعليم المدمج في تحصيل طالبات الصف العاشر في النحو والاتجاه نحوه في غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.
١٠. أمال محمد محمد (٢٠١١): أثر استخدام التعلم المدمج في تدريس الكيمياء على التحصيل والاتجاه نحوه وبقاء أثر التعلم لدى طلاب المرحلة الثانوية، الجمعية المصرية للتربية العلمية، *مجلة التربية العلمية*، المجلد الرابع عشر، العدد الأول، ص ص ١٢٣ - ١٦٥.
١١. أمينة السيد الجندي (٢٠٠٠): فعالية وحدة مقترحة في العلوم لتنمية الوعي بالتغيرات المناخية لتلاميذ الصف الثاني الإعدادي، الجمعية المصرية للتربية العلمية، *مجلة التربية العلمية*، المجلد الثالث، العدد الأول، مارس، ص ص ١ - ٤٢.
١٢. أمين علي محمد سليمان (٢٠١٠): *القياس والتقويم في العلوم الانسانية*، أسسه وأدواته وتطبيقاته، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
١٣. إيمان فؤاد البرقي (٢٠١٤): فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة مدينة السلام.
١٤. إيمان محمد أحمد رشوان (٢٠١٠): فعالية برنامج مقترح في التربية الأسرية باستخدام البنائية الاجتماعية في تنمية بعض العادات الغذائية الصحيحة ومهارات حل المشكلات لدى طفل الروضة، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة سوهاج.
١٥. إيمان محمد جاد المولى، شرين السيد ابراهيم (٢٠١٤): فعالية برنامج الكتروني قائم على بعض القضايا العلمية المعاصرة في تنمية التنور العلمي التقني لدى طلاب كلية التربية، الجمعية المصرية للتربية العلمية، *مجلة التربية العلمية*، العدد الثاني، المجلد السابع عشر، ص ص ٨٥ - ١٢٨.

١٦. باسم محمد أبو قمر (٢٠٠٢): برنامج مقترح في التربية الصحية لطلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظات غزة، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس
١٧. بدرية محمد محمد حسنين (٢٠٠٣): برنامج في الثقافة الغذائية قائم على أسلوب التكامل وأثره في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة بالشعب الأدبية بكلية التربية بسوهاج، الجمعية المصرية للتربية العلمية، مجلة التربية العلمية، العدد الأول، المجلد السادس، ص ص ٨٤-١٣٢.
١٨. بدور محمد كريم عطية (٢٠١٢): فاعلية استخدام التعليم المدمج في تنمية التحصيل بمادة الرياضيات للتلميذات المعاقات سمعياً بمعاهد الأمل بالمملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
١٩. بسمة محمود مرسي (٢٠١٣): فعالية التعلم المدمج في تنمية المهارات الأساسية في تنس الطاولة لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية واتجاهاتهم نحوه.
٢٠. بيضاء محمد الشريف (٢٠٠٧): برنامج مقترح في التربية الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لطالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية. رسالة ماجستير، كلية التربية للبنات- جامعة ام القري.
٢١. تيسير اندراوس سليم (٢٠١٣): فعالية التعلم المدمج في أكاديمية البلقاء الالكترونية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس في جامعة البلقاء التطبيقية، المؤتمر الدولي الثالث للتعلم الالكتروني "التعليم عن بعد الممارسة والأداء المنشود"، في الفترة من ٤-٧ فبراير، الرياض، ص ص ٢٣٤-٢٧٦.
٢٢. جهاد أحمد السبع أبو حليلة (٢٠٠٨): أثر استخدام برنامج بالوسائط المتعددة يوظف الأحداث المتناقضة في تنمية التنور الغذائي لدى طلاب الصف الخامس الأساسي في مادة العلوم"، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
٢٣. حسن الباتع محمد عبد العاطي، السيد عبد المولى السيد (٢٠٠٧): أثر استخدام كل من التعلم الالكتروني والتعلم المدمج في تنمية مهارات تصميم وانتاج مواقع الويب التعليمية لدى طلاب الدبلوم المهنية واتجاهاتهم نحو تكنولوجيا التعلم الالكتروني، المؤتمر العلمي الثالث للجمعية العربية لتكنولوجيا التربية بالاشتراك مع معهد الدراسات التربوية "تكنولوجيا التعليم والتعلم" نشر العلم وحيوية الابداع"، مركز المؤتمرات بجامعة القاهرة، ٥/٦-٩، ص ص ١٥٠-٢٢٤.
٢٤. حسن دياب علي غانم (٢٠٠٧): فاعلية التعلم الالكتروني المختلط في اكساب مهارات تطوير برامج الوسائط المتعددة لطلاب تكنولوجيا التعليم بكلية التربية النوعية، رسالة دكتوراه، كلية التربية النوعية، جامعة طنطا.
٢٥. حسن حسين زيتون (٢٠٠٥): التعلم الالكتروني، المفهوم، القضايا، والتطبيق، التقييم، عمان، الدار الصوتية للنشر والتوزيع.
٢٦. حسن شحاتة، زينب النجار (٢٠٠٣): معجم المصطلحات التربوية والنفسية، القاهرة، دار الفكر العربي.
٢٧. حسن علي حسن سلامة (٢٠٠٦): التعلم الخليط التطور الطبيعي للتعلم الالكتروني، مجلة التربية، كلية التربية بسوهاج، ٢٢ (١)، ص ص ٥٣-٦٤.

٢٨. حسن محمد حسن (٢٠١٣): برنامج للتنمية المهنية قائم على التعلم المدمج وأثره على اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحوه ومهارات التواصل مع ذوي صعوبات التعلم بالمملكة العربية السعودية.
٢٩. حكم رمضان حسين (٢٠١٣): فاعلية التعلم المدمج في تدريس العلوم في تنمية مهارات التفكير ما وراء المعرفي، المؤتمر الوطني حول الإبداع في التعليم والتعلم: من السياسة الى الممارسة، جامعة فلسطين التقنية،
٣٠. حمدي محمد محمد البيطار (٢٠٠٨): نموذج مقترح لاستراتيجية التعلم الإلكتروني الممزوج والمهارات اللازمة لتوظيفه لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة أسيوط ومعوقات استخدامه في التدريس الجامعي، تكنولوجيا التعليم، سلسلة دراسات وبحوث محكمة، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم، ٣ (١٨)، ص ص ٨٥-١١٣.
٣١. خديجة علي مشرف الغامدي (٢٠١٠): فاعلية التعلم المدمج في اكساب مهارات وحدة برنامج العروض التقديمية لطالبات الصف الثاني الثانوي بمدينة الرياض، رسالة ماجستير، كلية التربية، السعودية.
٣٢. دعاء الفجر محمد سامي (٢٠١٤): برنامج مقترح قائم على استخدام استراتيجية التعلم المدمج في تحسين مهارات الاستماع والتذوق الموسيقي لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة علوم وفنون الموسيقى، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان.
٣٣. رشا حمدي حسن (٢٠٠٩): تصميم برنامج قائم على التعليم المدمج لاكساب مهارات صيانة الأجهزة التعليمية لدى طلاب كلية التربية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.
٣٤. رشدي فام منصور (١٩٩٧): حجم التأثير الوجيه المكمل للدلالة الاحصائية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد السابع، العدد (١٦)، يونيه ٥٧-٧٥.
٣٥. رضا مسعد الجمال (٢٠٠٤): برنامج لتنمية الوعي الغذائي الصحي لأطفال الحضانه، وعلاقته بقدرتهم على الانتباه والتركيز، مجلة الطفولة والتنمية، العدد ١٤.
٣٦. ريم أبو ججوح (٢٠٠٩): أثر وحدة دراسية مقترحة في تنمية الوعي الغذائي لدى طالبات المعلمات تخصص التعليم الأساسي بجامعة الأزهر، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة الأزهر بغزة.
٣٧. زينب عاطف مصطفى (٢٠٠٩): فاعلية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي الغذائي والصحي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية بنها- جامعة بنها- المجلد ١٩- العدد (٧٨).
٣٨. سامية حسين محمد جودة (٢٠١٣): فاعلية التعلم المدمج في تنمية بعض مهارات التفكير العليا ومهارات رسم الدوال باستخدام الحاسوب لدى الطالبات المعلمات بقسم الرياضيات، مجلة علوم إنسانية، العدد ٣٥، السنة الخامسة.
٣٩. سعيد محمد الحفار (٢٠٠١): الموسوعة العربية، عودة الى منابع، مجلة العربي للمعلومات، رقم ٢٠، سوريا.

٤٠. سلامة عبد العظيم حسين، أشواق عبد الجليل (٢٠٠٨): **الجودة في التعليم الإلكتروني**، مفاهيم نظرية وخبرات عالمية)، الاسكندرية، دار الجامعة الجديدة.
٤١. سماح حلمي يس ابراهيم (٢٠٠٧): فاعلية برنامج مقترح لتنمية الوعي الغذائي لدى طلاب كلية التربية النوعية، رسالة دكتوراة، كلية التربية النوعية، جامعة طنطا.
٤٢. سميرة سعيد عبد الغني داود (٢٠١٣): فاعلية برنامج قائم على التعليم المدمج لتحسين مهارات الاملاء لدى ذوي صعوبات التعلم في المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٤٣. سناء شاكر أحمد بدوى (٢٠١١): فاعلية برنامج مقترح في الاقتصاد المنزلي لتنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بشمال سيناء، رسالة ماجستير، كلية التربية بالعريش، جامعة قناة السويس.
٤٤. سوزان محمد حسن (٢٠٠٥): برنامج مقترح لتطوير الاعداد الأكاديمي المهني لمعلم العلوم بكليات التربية في ضوء مدخل العلم والتكنولوجيا والمجتمع وأثره على أداء الطالب والتطور العلمي لديه، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٤٥. السيد عماد أبو سريع (٢٠١٤): أثر استخدام التعلم المدمج في تدريس مقرر الحاسب الآلي على تنمية بعض مهارات برنامج البوربوينت لدى طالبات شعبة الطفولة بكلية التربية واتجاهاتهن نحوه، **مجلة كلية التربية بينها**، مجلد ٢٥، العدد ٩٨، الجزء الأول.
٤٦. السيد محمد حجازي (٢٠٠٧): برنامج الكتروني مقترح في ضوء معايير الجودة الشاملة وأثره في تنمية التنور العلمي ومهارات تدريس العلوم لدى الطلاب المعلمين شعبة التعليم الابتدائي بكليات التربية، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٤٧. سيد محمد شلبي (٢٠٠٠): **الغذاء وصحة الدواء**، القاهرة، دار المعارف.
٤٨. ضيف الله عبد الله علي المنتصر (٢٠١٣): أثر تفاعل التعلم المدمج والأسلوب المعرفي على نواتج التعلم الفيزياء لطلاب المرحلة الثانوية في الجمهورية اليمنية، رسالة دكتوراة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
٤٩. عادل علي احمد علي (٢٠١٢): فاعلية برنامج قائم على التعليم المدمج في تنمية التحصيل والتفكير الابتكاري في الرياضيات لتلاميذ الصف السابع من مرحلة التعليم الأساسي بالجمهورية اليمنية، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة قناة السويس.
٥٠. عاصم محمد محمد (٢٠١٢): برنامج تدريبي مقترح لتنمية كفايات استخدام أدوات الجيل الثاني للتعليم الإلكتروني في تعليم العلوم وتعلمها لدى الطلاب المعلمين، الجمعية المصرية للتربية العلمية، **مجلة التربية العلمية**، المجلد الخامس عشر، العدد الأول، ص ٦٥ - ١٣٤.
٥١. عبد الحفيظ حوجة (٢٠٠٦): **الصيف والتسمم الغذائي**، **مجلة الشرق الأوسط**، العدد ١٠١٢٤.
٥٢. عبد اللاه ابراهيم الفقي (٢٠٠٩): **التعلم المدمج- التصميم التعليمي- الوسائط المتعددة- التفكير الابتكاري**. كلية التربية النوعية- جامعة كفر الشيخ: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

٥٣. عبير محمود عبد الغني برنامج تدريبي مقترح في التربيـة الغذائية لمعلمات الاقتصاد المنزلي أثناء الخدمة، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٥٤. عزة محمود ابراهيم رزق (٢٠١١): فاعلية برنامج في التربية الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ التربية الفكرية، رسالة دكتوراة، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.
٥٥. عصام إدريس كمتور الحسن: (٢٠١٢) فاعلية استخدام التعلم المدمج على التحصيل الدراسي في مقرر الأحياء لدى طلاب الصف الثاني، بالمدارس الثانوية الخاصة بمحلية أم درمان واتجاهاتهم نحوه، جامعة الخرطوم- كلية التربية- قسم تقنيات التعليم
٥٦. علي ماهر خطاب (٢٠٠١): القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية
٥٧. عمرو أبو زيد صالح (٢٠١١): تفعيل التعليم المدمج لتدريس العلوم، مجلة كلية التربية بالفيوم، العدد العاشر، ص ص ٣٤٢- ٣٥٤ .
٥٨. الغريب زاهر إسماعيل (٢٠٠٩): التعليم الإلكتروني من التطبيق إلى الاحتراف. القاهرة، عالم الكتب.
٥٩. الغريب زاهر إسماعيل (٢٠٠٩): المقررات الإلكترونية تصميمها، إنتاجها، نشرها، تطبيقها، تقويمها، القاهرة، عالم الكتب.
٦٠. فتحية صبحي اللولو (٢٠١٠): مستوى الثقافة البيولوجية لدى لطلبة معلمي العلوم بالجامعات الفلسطينية بغزة، الجمعية المصرية للتربية العلمية، مجلة التربية العلمية، العدد الأول، المجلد (١٣)، العدد (١)، مارس، ص ص ٢١٩-٢٣٥.
٦١. فراس ثروت الريماوي (٢٠١٤): أثر استخدام التعلم المدمج في تدريس اللغة الانجليزية على التحصيل المباشر والمؤجل لدى طلاب الصف السادس الابتدائي بمحافظة عمان، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية، جامعة الشرق الأوسط.
٦٢. فريدة محمد عبد الفتاح (٢٠٠٧): أثر التلوث والغذاء على التحصيل الدراسي لطلاب مرحلة التعليم الاساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنوفية.
٦٣. ليلي عبد الله حسام الدين (٢٠٠٤): فعالية تدريس وحدة مقترحة قائمة على النظرية البنائية لتنمية وعي طالبات المدارس الثانوية التجارية بالتربية الغذائية، الجمعية المصرية للتربية العلمية، مجلة التربية العلمية، العدد الثالث، المجلد السابع، ص ص ٦١-١٠٥.
٦٤. مارية طالب الزهراني (٢٠٠٧): العادات الغذائية وأثرها على السلوك الغذائي، قسم التغذية وعلوم الأطعمة، جامعة أم القرى.
٦٥. محمد أبو الليل ابراهيم (٢٠١١): أثر استخدام التعلم المدمج على التحصيل واكتساب مهارات تصميم وانتاج برامج المحاكاة الكمبيوترية التعليمية لدى طلاب شعبة معلم الحاسب، رسالة دكتوراة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
٦٦. محمد أحمد عبد الحليم (٢٠١١): برنامج تعلم الكونروني مدمج قائم على نموذج مارزانو لتنمية التحصيل في العلوم ومهارات قراءة الصور والمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ

المرحلة الاعدادية ذوي صعوبات التعلم، رسالة دكتوراة، كلية التربية بالاسماعيلية، جامعة

٦٧. محمد جابر خلف الله (٢٠١٠): فعالية استخدام كلا من التعليم الإلكتروني المدمج في تنمية مهارات انتاج النماذج العلمية لدى طلاب شعبة تكنولوجيا التعليم بكلية التربية جامعة الأزهر، **مجلة كلية التربية، جامعة بنها**، ٢١ (٨٢)، ص ص ٩٠-١٦٨.
٦٨. محمد سعيد أحمد زيدان (٢٠٠٣): علم الاجتماع وتنمية الوعي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية، القاهرة، سفير للاعلام والنشر.
٦٩. محمد سعيد حمدان (٢٠٠٩): التعليم المدمج (المتمازج) blended learning ، الشبكة العربية للتعليم المفتوح والتعليم عن بعد، **مجلة آفاق**، ٤٤ (١)، ص ص ١-١٢.
٧٠. محمد عبده عماشة (٢٠٠٩). التعلم الإلكتروني المدمج وضرورة التخلص من الطرق التقليدية المتبعة وإيجاد طرق أكثر سهولة وأدق للإشراف والتقييم التربوي تقوم على أسس إلكترونية. **مجلة المعلوماتية المملكة العربية السعودية**، وزارة التربية والتعليم، ص ص: ١-١٧ <http://uqu.edu.sa/page/ar/54417>.
٧١. محمد عطية خميس (٢٠٠٣): منتوجات تكنولوجيا التعليم، القاهرة، دار الكلمة.
٧٢. معز الاسلام عزت فارس (٢٠٠١): دور الخضروات والفاكهة في الوقاية من أمراض السرطان، مقال علمي منشور، قسم التغذية، الجامعة الأردنية.
٧٣. مفيد أحمد أبو موسى، سمير عبد السلام الصوص: (2014) **التعلم المدمج بين التعليم التقليدي والتعليم الإلكتروني**، دار الأكاديميون للنشر والتوزيع،
٧٤. منار ابراهيم فوزي (٢٠١٢): استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في التعليم، ماله وماعليه، <http://rs.ksu.edu.sa/68758.html>.
٧٥. منى عبد الهادي وآخرون (٢٠٠٣): برنامج مقترح لتنمية الوعي بالصحة الانجابية وأبعادها لدى طالبات جامعة عين شمس، كلية البنات، جامعة عين شمس.
٧٦. منال مسلم صالح (٢٠١٣): فعالية برنامج مقترح للتعلم المدمج في تنمية مهارات التدريس والتفكير الابداعي لطالبات كلية التربية جامعة طيبة،
٧٧. منظمة الصحة العالمية (٢٠١٤): تقرير منظمة الصحة العالمية.
٧٨. منيرة حمد عبدالله الجماز (٢٠١١): برنامج تثقيفي لتنمية الوعي الغذائي لدى بعض الطالبات الصم بمدينة الرياض، جامعة سلمان ابن عبد العزيز.
٧٩. مها محمد كمال الطاهر (٢٠١٣): فعالية برنامج للتعلم الإلكتروني المدمج في تنمية مهارات انتاج الفيديو الرقمي لدى طلاب تكنولوجيا التعليم في ضوء معايير الجودة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٨٠. نايف حجي العنزي (٢٠١٢): فاعلية التعلم المدمج في إكساب مهارات وحدة الإنترنت في برنامج التعليم للمستقبل لمعلمي المرحلة الثانوية واتجاهاتهم نحوه. رسالة دكتوراة المملكة العربية السعودية: جامعة أم القرى، كلية التربية

٨١. نجاة عبد الله محمد بوقس (٢٠٠٤): مواضع النقص في الثقافة الغذائية لدى طالبات كلية التربية للبنات بجدة وعلاقته بالتخصص الجمعية المصرية للتربية العلمية، **مجلة التربية العلمية**، العدد الثالث، المجلد السابع، سبتمبر، ص ص ٢١ - ٤٠.
٨٢. نجوان حامد عبد الواحد القباني (٢٠١٢) تحديات استخدام التعلم المزيج في التعليم الجامعي لدي أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكليات جامعة الاسكندرية.
٨٣. هشام أحمد غراب وآخرون (٢٠١٣): تقويم برنامج التعليم المدمج في الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية من وجهة نظر المدرسين والطلبة (ICAS) بحث مقدم للمؤتمر الدولي الأول للعلوم التطبيقية (2013)، الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية-غزة
٨٤. وفاء حسن مرسي (٢٠٠٨): التعليم المدمج كصيغة تعليمية لتطوير التعليم الجامعي المصري، فلسفته ومتطلبات تطبيقه في ضوء خبرات بعض الدول، **مجلة رابطة التربية الحديثة**، (2) 1، ٥٩-١٦٠.
٨٥. وليد محمد خليفة فرج الله (٢٠١٠): فاعلية برنامج مقترح في الجغرافيا قائم على البنائية الاجتماعية باستخدام التعلم الخليط في التحصيل المعرفي وتنمية مهارات التربية المائية والمعتقدات البيئية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة سوهاج.
- ٨٦- يس عبد الرحمن قنديل، عبد الله علي الحصين (١٩٩٣): الوعي الغذائي لدى طالبات كليات البنات بمدينة الرياض، مستواه ومصادره وعلاقته ببعض المتغيرات، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، دراسات في المناهج وطرق التدريس، العدد التاسع، ص ص ١-١٩ .

ثانيا: المراجع الأجنبية:

- 87- Adams, J. (2013): Blended learning: instructional design strategies for maximizing impact. **International journal on e-learning**, 23 (44), PP. 131-142.
- 88- Akyol, et.al. (2009): Development of Community of Inquiry in online and Blended Learning Context, **Procedia Social and Behavioral Sciences** (1), pp. 1834- 1838 .
- 90- Badawi, M., (2009): Using Blended Learning for Enhancing EFL Prospective Teachers, Pedagogical Knowledge and Performance, **Learning Language- the Spirit of the age**, 14-15 March,? Ain Shams University
- 91- Billingsley, G.; Scheuermann, B. & Webber, j. (2009). A Comparison of Three Instructional method for teaching math skill to secondary students with Emotional/behavioral disorders. **Behaveioral Disorders**, 1(35),4-18. (EJ877474).

- 92- Blois, Z. (2013): How to Optimize Blended Learning in Environment **Educational Technology & Society**, 11. (1), 183-193
- 93- Boitshwarelo, B. (2009): Exploring Blended Learning for Science Teacher Professional Development in an African Context, **International Review of Research in Open and Distance Learning**, 10 (4), September
- 94- Bonk, C., & Graham, T. (2004). Future directions of blended learning. In *The handbook of blending learning*, (pp. 550-567). San Francisco: Wiley
- 95- Braun, B. (2000): Nutrition Education the Link between the Well Being of Individuals Families and the Nation, Nutrition, Health and Safety, ERIC NO. 613509.
- 96- Buket, A., et.al.. (2008); A Study of Student's Perceptions in a Blended Learning Environment Based on Different Learning Styles. **Educational Technology & Society**, 11. (1), 183-193
- 97- Chai, et.al. (2014): Is Blended e- Learning as Measured by an Achievement test and self assesement Better than Traditional Classroom Learning for Vocational High School Student ?, **The International Review of Research of Open and Distance Education**, 15 (2).
- 98- Chen, W. P. (2012). An investigation of varied types of blended learning environments on student achievement. *International journal of instructional media*, 205-212. Retrieved from www.ebscohost.com
- 99- Delacey, B.J. & D.A. Leonard (2002) "Case study on technology and distance in education at the Harvard Business school" **Educational Technology and society**,. 5 (2) pp. (13-28
- 100- Donnelly, F. & Hume, A. (2015): Using collaborative technology to enhance pre-service teachers' pedagogical content knowledge in Sciences, **Research in Science & Technological Education**, 33 (1), 61-87
- 101- Dziuban, D., Hartman, L., Moskal, D. (2004): "Blended Learning," EDUCAUSE Center for Applied Research, (ECAR) **Research Bulletin**, 30 March, issue 7 (11) .

- 102- Fernando, A., et.al. (2005): An Instructional Model for web-based e- Learning education with a blended Process approaches, **Journal of educational Technology**, 36 (2), pp. 217-235.
- 103- Feza, o. (2008): Redesigning a course for Blended Learning Enviroment, Turkish online, **journal of Distance Education**, 9 (1), Article 3
- 104- Franks, T., et.al. (2015): Blended Learning, Theoretical Foundations and Pedagogy, Retrived from web. hybrid-learning . wikispace.com/ home
- 105- Gillespie, C., Ross, N., Becker, A (2014): Lessons learned from the development of a school age food allergy education program, From Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology Annual Scientific Meeting 2014, Ottawa, ON, Canada. 23-26 October.
- 106- Gray, C. (2006). Blended learning: why everything old is new again-but better. **Computers & Education**, 50 (3), 853-865,
- 106- Gray, k. & Kennedy, G. (2010): Medical Students use of Facebook to support Learning: Insights from Four cases Studies, **Medical Teacher**, 32, 971- 976.
- 107- Gogos, R. (2014): Why Blended Learning Is Better, On Line: <http://www.edu.gov.on.ca/elearning/blend.html>
- 108- Gowri, B., et.al. (2010): A Study about the Impact of Nutrition Education and Awareness of Food Safety among Women SHG Members Online at <http://mpru.ub.uni-muenchen.de/22382/>
- 109- Gupta, N. & Kochar. G., (2008): *Role Of Nutrition Education In Improving The Nutritional Awareness Among Adolescent Girls, The Internet* **Journal of Nutrition and Wellness**. 7 (1).
- 110- Harriman, G. (2004). *What is Blended Learning? E-Learning Resources*. Retrieved <http://www.grayharriman.com>
- 111- Hawkes C. (2013) .: Promoting healthy diets through nutrition education and changes in the food environment: an international review of actions and their effectiveness. Rome: Nutrition Education and Consumer Awareness Group, Food and Agriculture Organization of the United Nations. Available at:

www.fao.org/ag/humannutrition/nutritioneducation/69725/en/

- 112- Hew, K. (2011):. "Students' and teachers' use of Facebook," *Computers in Human Behavior*, volume 27, number 2, pp. 662-676.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2010.11.020>
- 113- Huang, H. & zhou, (2005): Designing Blended Learning Focused on Knowledge Category and Learning Activities, Case Studies from Beijing Normal Univerisity,, pp. 296-310.
- 114- Hudson, B. (2013): **6 Models of Blended Learning**, Dream box222.
<http://dx.doi.org/10.1080/08832323.2010.507638>
- 115- Karl J & Peluchette (2011.): "'Friending' professors, parents, and bosses: A Facebook connection conundrum," *Journal of Education for Business*, 86 (4), pp. 214-232.
- 116- Krause, K (2008). *Blended Learning Strategy*. Griffith University, -
<http://www.griffith.edu.au/about-griffith/plans-publications/pdf/blended-learning>
- 117- Larson, D. k. & Sung, C. (2009). *Comparing student performance; online versus blended versus face to face*. Reports-Research. (ERIC No: ED 837556 .
- 118- Mai, (2014): The Current Practice of Integration of Information Communication Technology to English Technology and the Emotions Involved in Belended Learning, **the Turkish on Line Journal of Educational Technology**, 13 (3) .
- 119- Malachowski, M. (2010): ADDIE based five steo method towards instructional design retrived fevb.
<http://www.addie/addie/htm>.
- 120- Marsh, D. (2012): *Blended Learning, Creating Learning Opportunities for Language Learners*, Cambridge Univerisity Press.
- 121- Milheim, W. D. (2006). Strategies for the Design and Delivery of Blended Learning Courses. *Educational and Delivery Technology*, 46 (6).

- 122- Munoz, C. & Towner, T. (2011): Back to the Wall, Facebook in the College Classroom, Pre- **Reviwed Journal on the Internet**, 16 (12) .
- 123- Oblender, Th. (2002). A Hybrid Course Model: One Solution to the High Online **Drop-Out Rate**. *Learning & Leading with Technology*, 29 (6), 42-46.
- 124- Powell, A., et.al. (2014): iNACOL Blended Learning Teacher Competency Framework iNACOL, The International Association for K-12 Online Learning, <http://www.inacol.org/>
- 125- Peak, J. (2012): Food awareness, consumer responsibility *Theinternational Review of Research in Open and Distance Learning*, 5
- 126- Qiyun, W. (2012): Using the Facebook Group as a Learning management System, An Exploratory Study, **British Journal of Educational Technology**, 43 (3) .428- 438 .
- 127- Rovai, A.P. & Jordan, H.M. (2004). Blended learning and sense of community: A comparative analysis of traditional and fully on-line graduate courses. **The International Review of Research in Open and Distance Learning**, 5 (2), 1-17.
- 128- Rovai, A., & Jordan, H. (2004). Blended learning and sense of community: A comparative analysis with traditional and fully online graduate courses. *Theinternational Review of Research in Open and Distance Learning*, 5 (2).
- 129- Rossett, A., Felicia D., Rebecca V, F. (2003). *Strategies for Building Blended learning*. Learning Circuits-ASTD's Online Magazine All About E-Learning.
- 130- Ruamsup, J. & Charoen, A. (2014): **Knowledge, Awareness and Practice about Food and Nutrition of Adolescence in Muang District, Prachinburi Province**, *Faculty of Home Economics Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon* .
- 131- Shaidullin, R., et.al. (2014): Blended Learning: Leading Modern Educational Technologies, **Procedia- Social and Behavioral Sciences**, 131 (15), pp. 105- 110 .

- 132- Sivakumar, S., et.al., (2013): Pre-implementation Study of Blended Learning in an Engineering Undergraduate Programme: Taylor's University Lakeside Campus, *Proceedings - Social and Behavioral Sciences*, 103, pp. 735 - 743, 13th International Educational Technology Conference.
- 133- Singh, H. (2003). Building effective blended learning programs. **Educational technology**, 43 (6), 51-54.
- 134- Sethi, et.al. (2003): Effect of Nutrition Education of Mothers on Infants Feeding Practices, **Indian Journal of Pediatrics**, 70 (1). pp. 463-466.
- 135- Staker, H, & Horn, M. (2013): Classifying K-12 Blended Learning, **Innosight Institute**.
- 136- Tsai, et.al. (2011): Developing an appropriate Design of Blended Learning with web- enabled self regulated Learning to enhance students Learning and thoughts regarding online Learning, **Behaviour & Information Technology**, 30 (2), 261 - 271.
- 137- Valerie, T. (2005): *Three fears about blended learning*. Washington, D.C. Retrieved from http://www.washingtonpost.com/blogs/answer-sheet/post/three-fears-about-blended-learning/2012/09/22/56af57cc-035d-11e2-91e7-2962c74e7738_blog.html.
- 138- Yalvac, B., et.al. (2007): Turkish Pre-Service Science Teachers Views on **Science- Technology- Society Issues**, 29 (3), pp. 331- 348.
- 139- Yuen, A. & Ma, W. (2008): Exploring Teacher Acceptance of E-Learning Technology, **Asia Pacific Journal of Teacher Education**, 36 (3), 229.