



كلية التربية للطفولة المبكرة
إدارة البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

إعداد

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت

أستاذ علم نفس الطفل الفئات الخاصة
وعميد كلية التربية للطفولة المبكرة
جامعة أسيوط

د/ منال محمود عبدالحميد

استاذ مساعد بقسم العلوم الأساسية
كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة أسيوط

أ./ أميرة مصطفى خلف

معلمة رياض أطفال
روضة مدرسة التحرير الرسمية للغات

{العدد الرابع عشر- يوليو ٢٠٢٠م}

مستخلص البحث

مشكلة الدراسة :

تمثلت مشكلة البحث في :ما فاعلية برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة .

- بعض عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الاجتماعية ؟

أهداف الدراسة:

هدف البحث الحالى إلى التحقق من فاعلية برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة، بعض عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الاجتماعية.

أدوات الدراسة:

أعدت الباحثة بإعداد الأدوات التالية :

- ١ . إعداد البرنامج القائم على الكمبيوتر .
- ٢ . بطاقة ملاحظة لعادات التغذية السليمة لطفل الروضة.
- ٣ . إختبار المفاهيم الاجتماعية لطفل الروضة.
- ٤ . مقياس مصور لقياس عادات التغذية السليمة لطفل الروضة .

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طفل وطفلة من روضة مدرسة المتميزه التجريبية بمحافظة أسيوط وتتراوح أعمارهم ما بين (٦ - ٧) سنوات تم تقسيمهم إلى مجموعتين : مجموعة ضابطة مكونة من (٥٠) طفل وطفلة، ومجموعة تجريبية مكونة من (٥٠) طفل وطفلة.

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي والذي يتمثل فى القياس القبلى والقياس البعدى لأفراد العينة التى تعرضت للمتغير التجريبي من خلال برنامج قائم على استخدام الكمبيوتر فى اكساب عادات التغذية السليمة و تنمية المفاهيم الاجتماعية لطفل الروضة.

نتائج الدراسة :

توصلت الدراسة إلى:

- فاعلية برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة
 - لعادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الاجتماعية.
- الكلمات المفتاحية: برنامج قائم على الكمبيوتر - عادات التغذية السليمة - المفاهيم الاجتماعية

The Effect of a Programme Based on a Computer on Gaining some of the Healthy Habits of Nutrition and the Social Concepts to the Child in Kindergarten"

Abstract

The problem of the research:

The problem is determined in "what is the effect of a programme based on a computer on gaining some of the healthy habits of nutrition and the social concepts to the child in kindergarten?"

The objectives of the research:

The current objectives are the check of the effective of a programme based on a computer on gaining some of the healthy habits of nutrition and the social concepts to the child in kindergarten

The stuff (tools) of the research:

The researcher will prepare the stuff:

- The programme that is based on the computer
- A notice card contains some of the healthy habits of nutrition to the child.
- A test of social concepts to the child in kindergarten.
- Criterion to measure some of the healthy habits of nutrition the child in kindergarten.

A sample of the research:

It is consisted of one hundred of both girls and boys from "The Advanced School" at Assiut between six and 7 years and divided into two groups one of them is the normal or traditional one that consisted of 50 children of both girls and boys and the other is the experimental group also consisted of 50 children of both girls and boys.

The curriculum of the research:

The researched used the semi experimental curriculum that is represented in pretest and posttest to the samples that is exposed to the experimental variable that is based on using the computer to gain the healthy habits of nutrition and the dependent variable is the developing of the social concepts

The results of the research:

The study get to the effect of a programme based on a computer on gaining some of the healthy habits of nutrition and the social concepts to the child in kindergarten

مقدمة:

يلعب الغذاء فى فترة النمو دوراً مهم باختلاف احتياجات الطفل الغذائية من مرحلة إلى أخرى فكلما تقدم عمر الطفل زادت احتياجات نمو الجسم للمواد الغذائية وكلما تعرف الطفل على العديد من انواع الطعام كلما عبر عن اظهار تفضيله وحببه لتناول بعض الاطعمة التى تختلف فيها عادات الاسر وفقا لإعدادها مما يؤثر ذلك على نموه وتطوره و معظم مشاكل التغذية ترجع الى الانماط السلوكية الخاطئة التى تؤدى بدورها الى الافتقار للعادات الغذائية الصحيحة مما يتطلب ذلك الاهتمام بالتربية الغذائية والوعى بالتنقيف الغذائي الذى يتضمن تعديل هذه الممارسات الغذائية بالنسبة لجسم الطفل كما أنها تقى الطفل من الأمراض وسوء التغذية التى تحدث له نتيجة التغذية او التغذية غير السليمة كما ان التربية الغذائية تساعد الطفل على تفهم اهمية الغذاء بالنسبة له وكيفية اعداد وجبة غذائية متكاملة والتعرف على عناصرها، وتعتبر السنوات الاولى من العمر هى الفترة الأكثر اهمية لنمو وتطور عقل وجسم الطفل، وهى من اكثر الفترات التى يمكن من خلالها التأثير على العادات الغذائية لهم.

كما أن ما يتم اختياره لتغذية الطفل فى سنواته الاولى سوف يؤثر تأثيرا مباشرا ليس على نموه فحسب، بل على مستويات طاقاته ومزاجه ومقاومته للأمراض وقدرته على التركيز ويحتاج الطفل بصورة عامة الى غذاء مناسب وكاف كماً ونوعاً بما يتناسب مع متطلبات النمو السريع لجسمه ووزنه وطوله وكذلك تطور اعضائه واجهزته وبالأخص الجهاز العصبى كما أن قلة التغذية، سواء كانت كمية أو نوعية خلال هذه الفترة خاصة، لها تأثيرات ضارة على النمو الجسدى والعقلى والمعرفى للأطفال، وبالمثل فإن زيادة كميات الغذاء وخصوصا الاغذية الغنية بمصادر الطاقة تؤدى الى زيادة وزن الطفل والسمنة التى تضر بالصحة ويصحبها أمراض عدة تظهر جليا فى مراحل لاحقة من نموه (وزارة التربية والتعليم، التربية الغذائية، الوحدة الثانية، ٥٠ - ٥١).

وبالرغم أن تناول الطفل للأغذية أمر بالغ الأهمية إلا أنه فى كثير من الأحيان يرفض الطفل تناول الأطعمة والأغذية الصحية ويطلب تناول الأطعمة السريعة والتي

تضر بصحته وهنا يتطلب الأمر أن يتم إقناع الطفل بتناول الأغذية الصحية من خلال توضيح ذلك للطفل بطريقة مبسطة وسهلة. (السيد إبراهيم، ١٠٠، ٢٠١٠، ١٠١ - ١٠١) *.

ويُعد تناول الطفل للطعام والتمتع به من الدلائل التي تشير إلى الصحة الجسمية والنفسية فالاضطرابات المتعلقة بالأكل تتسم بتغيرات نفسية وسلوكية تجاه الطعام فهناك اضطرابات تؤثر على شهية الطفل وعادات من التقيؤ أو ترجيع الطعام ولذا تعتبر مشكلة تغذية الطفل من أكبر المشكلات التي تواجه الوالدين وقد أتضح أن سلوك التغذية المتبع في مرحلة الطفولة المبكرة يؤثر على بعض الجوانب البدنية والصحية في شخصية الطفل، كما أن قلة التغذية أو الإفراط فيها ينعكس أيضا على الجوانب الفسيولوجية والنفسية. (زكريا الشرييني، ٢٠١٢، ١٤٧)

كثير من الأطفال يتناولون ويفضلون الوجبات السريعة وخاصة البطاطس المقلية والسندوتشات الجاهزة والحلوى الملونه كما وجد ان المنتجات المنتشرة للبطاطس المحمره فى الاسواق المحلية لمحافظات وسط الدلتا تتواجد بها بعض المركبات السامة والتي تتميز بقدرتها الفائقة على احداث الطفرات الوراثية والسرطان فى هذا المنتج والتي قد تتجم عن التلوث والفساد الحادث اثناء التصنيع والتداول والتخزين

كما أشارت دراسات غذائية أجريت وأثبتت أن نسبة كبيرة من الاطفال فى مرحلة رياض الاطفال مصابون بعوز الحديد الذى يؤدى الى حدوث تغيرات سلوكية فى الطفل وقد يؤثر هذا النقص على وظائف الجهاز العصبى كما وجد فى بعض البحوث أن الحديد يسبب قلقا وضعفا واجهاداً عند الطفل.(عبد الرحمن مصيقر وآخرون، ١٩٩٩، ٤٢١).

وبما أن التغذية السليمة تلعب دورا حاسما فى صحة ونمو الاطفال وينبغى أن تقدم لهم الاطعمة المغذية والنظيفة لضمان حصول الاطفال على الغذاء الذى يحتاجونه للتعلم والنمو وتبين البحوث أن هناك علاقات مهمة بين التغذية والصحة، والصحة والتعليم وهذا يجعل للقائمين على رعاية الاطفال دورا هاما فى اظهار أهمية الطعام

* اتعت الباحثة توثيق المراجع كالتالى (اسم الباحث، السنة، الصفحة).

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت
د/ منال محمود عبدالحميد
أ./ أميرة مصطفى خلف

طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة
وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

للأطفال لصحة جيدة ويتم توفير التغذية السليمة من خلال وجبات الطعام والوجبات الخفيفة والصحية والغرض من ذلك توفير الاحتياجات الغذائية المطلوبة لجسم الأطفال بالإضافة الى أن وقت تناول الوجبات بين الأطفال هي فرصة للتعلم وتطوير المهارات الاجتماعية والاعتماد على الذات كما أن وقت الوجبة يعطى الأطفال فرصة لتعزيز مهاراتهم الاجتماعية من خلال السماح لهم بالتفاعل مع بعضهم البعض كما تتطور مهارات المساعدة الذاتية لهم.

(Division of Child Development ,Child Care Center Handbook, Resource Section, chapter 9,Nutrition 1)

ولذلك تعد الطفولة المبكرة هي العمر الأمثل لتعلم بعض المهارات المختلفة، لذا كان على المحيطين بالطفل تدريبه على اكتساب المهارات الحسية والحركية والاجتماعية والمعرفية بما يساعده على الاعتماد على نفسه وحسن استخدام طاقاته الذاتية من خلال إكساب الطفل أساليب التربية الغذائية السليمة ويتم تعديل بعض مفاهيم النمو الاجتماعي وهذا لا يتم إلا بإثراء البيئة بالمثيرات التي تساعد على ذلك فالروضة توفر الجو الاجتماعي الضروري للتنشئة الاجتماعية الطبيعية لكي يكتسب ويعدل المفاهيم الاجتماعية، وتتم تنمية هذه المفاهيم بعدة طرق وأنشطة تمارسها معلمة الروضة مع الطفل في جو يسوده الألفة.

وبجانب إكتساب الطفل لعادات التغذية السليمة فإن تفاعل الطفل في الروضة يساعده أيضا على تكوين علاقات إجتماعية وتنمية بعض المفاهيم الاجتماعية كالتعاون، النظافة، النظام، الثقة بالنفس، الاعتماد على النفس من خلال تقليد السلوك والاندماج مع أقرانه والبرامج التدريبية

كما أن الممارسات الإجتماعية والتفاعلات الإنسانية من البرامج الفعالة في النشاطات اليومية تؤكد على تكوين وترسيخ العلاقات الإجتماعية والتفاعلات البيئية والتعاطف الإنساني وأصول المجاملات في السلوك الإجتماعي لدى طفل الروضة، فطفل الروضة يطور مفهومه عن ذاته في الروضة حيث يلعب ويمارس نشاطات مع أقرانه

ومن خلالها يقيم علاقات مع أقرانه والبالغين المحيطين به ويمكن تعلم الطفل الحقائق والمهارات والقواعد السلوكية المرتبطة بالمفاهيم الاجتماعية. (حنان مرعى، ٢٠١٩، ١٧١)

كما أنه في هذه المرحلة يزداد اندماج الاطفال في كثير من الانشطة فيتعلمون الكثير من السلوكيات الاجتماعية ويمرون بخبرات جديدة من خلال الفرص المتاحة لهم في الأنشطة التي يمارسونها، ولكي نكسب الطفل معلومات عن التغذية السليمة وإكسابه بعض المفاهيم الاجتماعية من خلال استخدام الكمبيوتر كوسيلة تعليمية وجذابة وشيقة بالنسبة لتعلم الطفل. (أمل محمد، ٢٠٠٧، ٧).

ولا شك أن التأثير النمائي يبدو أعظم عندما يستخدم الكمبيوتر كمدعم لبيئة التعلم الفعالة والأنشطة المرتكزة عليه تقدم دفعة قوية لتشجيع الأطفال على التعلم في أي مستوى نمائي لإنجاز أهداف فعلية وحقيقية أو حتى استخدامها فقط بغرض الاستكشاف والاستمتاع.

بالإضافة إلى أن الأنشطة الكمبيوترية المصاحبة لكل من التعلم والترفيه تجعل التعلم أيسر وأمتع لهم فهي وسيلة تجذب انتباههم. (هناء محمد عبد الرحيم، ٢٠١٢، ١١٥ - ١٣٤)

كما أن برمجيات الكمبيوتر تلعب دوراً مهماً في تنمية شخصية الطفل وتعديل بعض مفاهيم النمو الاجتماعي مثل التعاون والنظافة و النظام والاعتماد على النفس والثقة بالنفس. (ماجده محمود، ٢٠٠٠، ١١٤ - ١١٥)

مما سبق تؤكد الدراسة على دور الكمبيوتر في إكساب عادات التغذية السليمة وتنمية بعض المفاهيم الاجتماعية لطفل الروضة بإعتباره وسيلة لجذب إنتباه الطفل بشكل أمتع في الإستخدام وتوفير الوقت وسهولة الإستخدام، ومن خلال إستخدام الأنشطة المتنوعة على الكمبيوتر والمخصصة لإكساب الطفل عادات التغذية السليمة بأسلوب شيق فيتعلم الطفل العاده الجيده ويبتعد عن العاده السيئة الخاصة بالتغذية ومن خلال التجاوب والتفاعل والإشتراك بين الأطفال في النشاط يتم تنمية المفاهيم الاجتماعية

مشكلة البحث:

نبعت مشكلة البحث من الإعتبرات التالية :

نبت الإحساس بالمشكلة من خلال خبرة الباحثة العملية كمعلمة برياض الأطفال فقد لاحظت ما يلي:

- أ- أن بعض الأطفال لا يميلون إلى تناول طعامهم المجهز فى المنزل.
 - ب- البعض الآخر من الأطفال يكون ويحدث لديهم قئ نتيجة العقاب الذى ينتظرهم من امهاتهم لعدم تناولهم الطعام.
 - ج - أطفال اخرين يتناولون الوجبات الجاهزة والسريعة بالإضافة إلى اقبال معظم الأطفال على تناول شرائح البطاطس الجاهزه والكاراتيه والمياه الغازية وغير ذلك من الاغذية المصنعة والمحفوظة والتي كثير ما يحدث تسمم لهؤلاء الأطفال نتيجة لتناولها.
- بالإطلاع على الدراسات السابقة ونتائجها :

حيث أظهرت نتائج دراسة الجنداري (٢٠٠١): أن سوء التغذية يعد مشكلة صحية بين أطفال الروضات في اليمن وأن الوضع التغذوي لأطفال الآباء المتعلمين أفضل من الوضع التغذوي لأطفال الآباء غير المتعلمين وتحسن العادات الغذائية للأطفال بارتفاع المستوى التعليمي للمعلمة

كما أن نتائج دراسة (Weker H, et al., 2008): تشير إلى أن أغلب هؤلاء الأطفال يستهلكون بشكل منتظم الوجبات الأساسية: الإفطار والغداء والعشاء، لوحظ وجود عادة تناول وجبات خفيفة بين الوجبات فى ٩١٪ من الأطفال، كما أظهرت الدراسة أن النظم الغذائية للأطفال إحتوت على المنتجات التى تعتبر مصدراً للأحماض الدهنية غير المفضلة (رقائق البطاطس والحلوى والبسكويت والسمن المهدرج وكذلك السكريات المفرطة (الطوفى والمصاصة واللبان)، كما أكدت الدراسة على ضرورة التوزيع الدائم للعناصر الأساسية للتغذية بين أطفال رياض الأطفال.

بينما دراسة ولاء محمد عطية (٢٠٠٩): حيث ذكرت أن الدراسات الحديثة بها ما لا يقل عن ٢٥% من الأطفال يعتمدون في تغذيتهم على رقائق البطاطس «الشيبسي» والشكولا، ومن جراء ذلك وجدت أن الأطفال يصابون بالأمراض المختلفة التي تؤثر في حياتهم بشكل سلبي. وهدفت دراستها الى تعديل بعض جوانب السلوك الغذائي لدى طفل الروضة لحماية الاطفال من امراض سوء التغذية.

ودراسة فاطمة محمد معافا، عائشة محرق (٢٠١١) : حيث هدفت الدراسة الى ترسيخ الثقافة الغذائية لطفل الروضة من خلال الأنشطة الحركية، التعرف على فاعلية استخدام برنامج أنشطة حركية في إكساب الثقافة الغذائية لدى طفل الروضة، إعداد برنامج للأنشطة الحركية لإكساب طفل الروضة الثقافة الغذائية، ويمثل مجتمع هذا البحث أطفال الروضة من (٤-٦) سنوات بروضة البراعم الجنوبية الأهلية بجرج صمد.

وتم تصميم مقياس للثقافة الغذائية لطفل الروضة وقد استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث وقد إستعانتا بإحدى التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعة واحدة.

وتوصلت النتائج الى أن البرنامج المقترح للأنشطة الحركية المستخدمة في الدراسة يؤثر تأثيراً إيجابياً وفعالاً في تنمية الثقافة الغذائية (التربية الغذائية، نظافة الغذاء، مكونات الغذاء، آداب المائدة، أسس التغذية الصحية)

وأن دراسة ايمان فؤاد محمد البرقى (٢٠١٤): هدفت الدراسة الحالية الى اعداد برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة والتأكد من فاعليته وبقاء أثره، وأشارت نتائج الدراسة إلي فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة.

كما أن دراسة رشا الدسوقي (٢٠١٦): حيث هدفت إلى فاعلية استخدام دليل في التربية الغذائية للمعلمه والإسره في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة، وأن أطفال

الروضة فى مرحلة النمو الحسى والعقلى فى حاجة إلى التوعية الغذائية التى توفر لهم الصحة الجسمية والعقلية فالعقل السليم فى الجسم السليم.

ودراسة حصة عبد اللطيف آل غيهب (٢٠١٩) : هدفت إلى ممارسات معلمات رياض الأطفال فى إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة، وأن هناك عوامل تتبعها المعلمة لإكساب الأطفال السلوك الغذائى الصحى السليم وهى :

- فهم الموقف الذى يمارس فيه الطفل السلوك الغذائى السليم.
- التدريب على السلوك الغذائى السليم المناسب لقدرات الطفل.
- التعرف على إحتياجات الأطفال الصحية.
- إشراك الأطفال فى مشاريع طبخ بسيطة ومغذية وتوضيح المفاهيم العلمية المدركة.

وتم دعم مشكلة الدراسة الحالية من خلال إستطلاع رأى لمعلمات الروضات الآتية : روضة الفاروق الرسمية للغات بأسيوط، وروضة الشهيد أحمد جلال بأسيوط، وروضة مدرسة الشعراوى الإبتدائية بدرنكة وكان عددهم ٤٠ معلمه وذلك بهدف قياس مدى إحتياج طفل الروضة لعادات التغذية السليمة وهذا من خلال ثلاث محاور وهى: تعرف الطفل على آداب الطعام، إبتعاد الطفل عن بعض عادات التغذية الضاره بصحته، تعرف الطفل على بعض عادات التغذية السليمة، حيث وجد أن (٢٥ %) من عدد المعلمات اللآتى تم إجراء إستطلاع آرائهن قالوا أن أطفال الروضة يحتاجون إلى حد ما إلى التعرف على عادات التغذية السليمة بل وممارستها والبعد عن عادات التغذية السيئة وإنهن تناولوا ذلك مع الأطفال ولكن عدد كبير من الأطفال لم يكتسبوا العدد الكافى من عادات التغذية السليمة لضيق الوقت خلال اليوم بالروضة، (٧٥ %) أكدوا على إحتياج أطفال الروضة بشده لزيادة وعيهم الغذائى ولإكسابهم عادات التغذية السليمة والإلتزام بتنفيذها وتكون بطريقة شيقة ومختلفة، تجعل الأطفال يبتعدوا عن عادات التغذية السيئة وقد أشاروا بعض المعلمات أنه يوجد عدد قليل من الأطفال الذين لديهم بعض الوعى الغذائى ولكن لا يطبقونه نتيجة تدخل الأم فى إختيار الأطعمه الغير صحية.

وقد ورد في تقرير منظمة الصحة العالمية لعام (٢٠٠٠) أن هناك (١٥٠) مليون طفل في العالم دون سن المدرسة لديهم نقص في الوزن و(٢٠٠) مليون طفل متقرضون ويتوقع أن حوالي مليون طفل سيصاب بالإعاقة الناتجة عن سوء التغذية في الفترة من عام (٢٠٠٠-٢٠٢٠) (نقلا عن رويدا بنت خضر بن سعيد الليلي، ٢٠٠٧، ٢).

لذلك يجب اكساب الأطفال بعض أساليب التربية الغذائية السليمة حتى يتكون لديهم الوعي الغذائي السليم وتعديل بعض مفاهيم النمو الاجتماعي من خلال تفاعل الأطفال بشكل أكثر فاعلية لإكسابه من خلال التفاعل مع الآخرين في محيط اجتماعي بأساليب معينة مقبولة اجتماعيا كما تنص المعايير القومية لرياض الأطفال في مصر ٢٠٠٨ في مجال مفاهيم الصحة والامان :

المعيار الأول: تنمية العادات الصحية السليمة والتي تتضمن بعض المؤشرات ومنها أن:

- يميز الطفل بين أنواع الطعام الصحي وغير الصحي
- يعي الطفل أساليب الوقاية من الأمراض والعدوى.
- يميز الطفل بين البيئة النظيفة والبيئة غير النظيفة.
- يحافظ الطفل على النظافة الشخصية، مثل (غسل اليدين - الحفاظ على نظافة الملابس - غسل الأسنان).

كما يميز الطفل بين أدوات النظافة الشخصية والعامة مثل (الفرشاة - الفوطة - سلة المهملات) (وثيقة المعايير القومية لرياض الأطفال، ٥٠، ٢٠٠٨-٥١)

أي لكي نقي الطفل من الأمراض والعدوى لابد من أن يتناول الغذاء الصحي ويحافظ على نظافته الشخصية ويستخدم أدوات النظافة الشخصية والعامة ويميز بينها وبالتالي يحافظ على بيئته نظيفة ليحمي الطفل نفسه.

ووجد أن العديد من الرسوم المتحركة التي تظهر فيها الشخصيات الكرتونية أسلوب تناول الطعام وأنواع الاطعمة لها تأثير على العادات الغذائية للطفل وأيضا الإعلانات

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت
د/ منال محمود عبدالحميد
أ./ أميرة مصطفى خلف

طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة
وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

التليفزيونية للأطعمة فتجعل الطفل ينجذب إليها ويطلبها ليتناولها وهذا يحتاج إلى الاهتمام بتنقيف الغذائي للطفل.

(University for the Department of Human Services, Deakin
2005,31)

ولذلك بدأت الأمم المتحدة الأمريكية في سبتمبر ٢٠١٠ الرد على أكثر من (١٠٠) منظمة وطنية ودولية من أجل التقدم بالتغذية. قامت الحكومات المركزية والمحلية والمجتمع المدني، والمنظمات والمجموعات البحثية والمنظمات الحكومية الدولية ووكالات ومؤسسات الأعمال بحيث يمكنها العمل على إدخال تحسينات في مجال التغذية والتي تعكس إلحاح وخطورة هذا الموضوع. (Virginia Early Childhood Foundation, 2008 ,2)

وبجانب إكتساب الطفل لعادات التغذية السليمة فإن تفاعل الطفل في الروضة يساعده أيضا على تكوين علاقات إجتماعية وتنمية بعض المفاهيم الاجتماعية كالتعاون، التواصل، النظافة، النظام، تعرف الطفل على آداب المائدة، الاعتماد على النفس من خلال تقليد السلوك والاندماج مع اقرانه والبرامج التدريبية، وهذا ما أكدته بعض الدراسات وهي :

كما هدفت دراسة قاسم (٢٠٠٩): إلى التحقق من برنامج كمبيوتر من تصميمه في تنمية بعض المهارات الإجتماعية (التعاون والتواصل الإجتماعي) لدى أطفال الروضة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (مهارة التواصل الإجتماعي) وذلك في غرفة النشاط والمنزل لصالح القياس البعدي يعزى للبرنامج التدريبي المستخدم في الدراسة، ووجود فرق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وذلك في مهارة التعاون في غرفة النشاط والمنزل لصالح القياس البعدي يعزى للبرنامج التدريبي.

أما دراسة (Rissanen 2010) : حيث هدفت إلى دراسة العوامل التي تفسر التباين بين الأطفال في المهارات الإجتماعية والهدف من الدراسة تحديد ما يفسر التباين

في المهارات الإجتماعية لطفل الروضة، حيث تفترض هذه الدراسة أن مستوى المهارات الإجتماعية الطفل يتأثر بالذكاء العاطفي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الذكاء العاطفي للطفل والمهارات الإجتماعية.

وتناولت دراسة **فريال خليل سليمان (٢٠١١)**: حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى انتشار المهارات الاجتماعية (التعاون، المشاركة الوجدانية، التفاعل مع الكبار، النظام) عند أطفال الرياض من عمر (٤) و (٥) سنوات من الذكور والإناث، ومعرفة العلاقة بين هذه المهارات لدى الأطفال وتقييم والديهم لها. وتوصلت الدراسة الى هذه النتائج حيث تنتشر المهارات الاجتماعية (التعاون، المشاركة الوجدانية، التفاعل مع الكبار، النظام) انتشاراً طبيعياً بين أطفال الرياض أفراد العينة من عمر (٤-٥) سنوات، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين أطفال الرياض أفراد العينة من عمر (٤-٥) سنوات تبعاً لمتغير الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الآباء ومتوسط درجات الأمهات على مقياس تقييم الوالدين للمهارات الاجتماعية لدى أطفالهم.

كما هدفت دراسة **كاظم ورحيم (٢٠١٣)** : إلى المهارات الإجتماعية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى أطفال الروضة (٤-٦) سنوات من مدينة بغداد، وتوصل الباحثان للنتائج التالية بأنه لا توجد فروق بين الأطفال في المهارات الإجتماعية حسب متغير الجنس والعمر، ولا توجد فروق بين الأطفال في مفهوم الذات حسب متغير الجنس والعمر، كما وجد الباحثان علاقة إرتباطية موجبة بين المهارات الإجتماعية ومفهوم الذات.

وهدف دراسة **غادة مصطفى كامل (٢٠١٥)**: إلى تنمية المفاهيم الاجتماعية لطفل الروضة في ضوء المعايير القومية لرياض الاطفال وذلك من برنامج قائم على اللعب من اطفال المستوى الثانى لرياض الاطفال المدرسه الرسميه المتميزه للغات باداره شبين الكوم التعليميه محافظه المنوفية وقد اسفرت النتائج على انه يوجد فرق داله احصائيه بين متوسطى درجات المجموعه التجريبيه والضابطه فى اختيار المفاهيم الاجتماعيه المصور لصالح المجموعه التجريبيه فى التطبيق البعدى.

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت

طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة

د/ منال محمود عبدالحميد

وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

أ./ أميرة مصطفى خلف

ولابد من إختيار الوسيلة التعليمية المناسبة لإكساب طفل الروضة عادات التغذية السليمة وتنمية بعض المفاهيم الإجتماعية لذلك يعتبر الكمبيوتر من الوسائل التعليمية الجذابة والمثيرة للطفل لما له من مزايا سمعية وبصرية تمكن الطفل من التعلم من خلال اللعب معه والتعاشير بجانبه. (نافز أيوب، ٢٠١٩، ٨٨ - ٨٩)

حيث هدفت دراسة شوارب (٢٠١١): إلى معرفة تأثير التجربة المبكرة على الكمبيوتر بإستخدام تصميم شبه تجريبي على التفكير الإبداعي لدى أطفال رياض الأطفال الأردنيين. وأظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مجموع درجات التفكير الإبداعي لصالح المجموعة التجريبية.

كما هدفت دراسة المنصور (٢٠١٦): إلى معرفة دور برامج ركن الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة مهارات القراءة إضافة إلى مهارات الكتابة. إشتمل مجتمع الدراسة على جميع معلمات رياض الأطفال في مدينة الرياض والكويت، وأظهرت النتائج أن معلمات رياض الأطفال بمدينة الرياض موافقات بدرجة كبيرة على دور برامج ركن الحاسب الآلي في إكساب طفل الروضة مهارات القراءة والكتابة كما توصلت الدراسة لمجموعة من التوصيات كان أبرزها : (تبنى المسؤولين التربويين البرامج الحاسوبية التعليمية لتنمية مهارات القراءة والكتابة لدى أطفال الروضة، إقامة ندوات ومحاضرات لتوعية المعلمات بأهمية وفائدة دمج التكنولوجيا بالتعليم)

وأظهرت نتائج دراسة Ben-Joseph (2016) : أن إستخدام الأطفال للكمبيوتر بمصاحبة بعض الأنشطة الداعمة للهدف الأساسي يملكهم حصيلة نمائية أفضل من أقرانهم ممن ليس لديهم الخبرة مع الكمبيوتر، وذلك في نواحي متعددة منها : الذكاء، المهارات اللفظية وغير اللفظية، المعرفة الأساسية، الذاكرة طويلة المدى، البراعة اليدوية، حل المشكلات، المهارات المفاهيمية.

كما أن إستخدام الطفل للكمبيوتر يرفع من مستوى تعليمه فيتكون لديه إتجاه إيجابي نحو التعلم كما أنه يسرّع لديهم زمن التعلم بنسبة ٤٠% من الطرق التقليدية.

مما سبق رأى البحث أن هناك ضعفاً في إدراك الأطفال لعادات التغذية السليمة والمفاهيم الإجتماعية المرتبطة بها، لذا فإن البحث سوف يستخدم صورته للبرنامج القائم على الكمبيوتر في تعرف طفل الروضة على عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الإجتماعية المرتبطة بها وهو مكون من مجموعة من الأنشطة التي تقدم للطفل بشكل مثير وجذاب ومتنوع بين القصص وفيديوهات مصوره والحوار المتواجد بين الخضروات والفواكه كما يوجد الصور الجذابة وكل هذا يتم عرضه بإستخدام الكمبيوتر ليتفاعل الطفل مع الأنشطة المتنوعة ويتفاعل مع أقرانه وبالتالي تنمو لديه بعض المفاهيم الإجتماعية، وهذا ما أكدته الدراسات السابقة والتي إتفقت معها الدراسة الحالية.

لذا أهتم البحث الحالي بتقديم صورة للبرنامج القائم على الكمبيوتر في تعرف طفل الروضة على عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الإجتماعية المرتبطة بها ولذلك تبلورت مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن الإئلة التالية :

- ١- ما عادات التغذية السليمة لطفل الروضة ؟
- ٢- ما المفاهيم الإجتماعية المرتبطة بعادات التغذية السليمة لطفل الروضة ؟
- ٣- ما صورة البرنامج القائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الإجتماعية ؟
- ٤- ما فاعلية برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة وتنمية المفاهيم الإجتماعية ؟

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى :

- ١- تحديد بعض عادات التغذية السليمة لطفل الروضة.
- ٢- تحديد بعض المفاهيم الإجتماعية المرتبطة بعادات التغذية السليمة.

٣- إعداد برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة بعض عادات
التغذية وتنمية المفاهيم الاجتماعية.

٤- التعرف على فاعلية برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب طفل الروضة
بعض عادات التغذية وتنمية المفاهيم الاجتماعية.

أهمية البحث:

أولاً : الأهمية النظرية للبحث:

١- تتناول الدراسة الحالية أهمية مرحلة هامه فى حياة الإنسان وهى مرحلة طفل
الروضة وتعد أهم فتره يكتسب ويتعلم فيها عادات التغذية السليمة والمفاهيم
الاجتماعية.

٢- تهتم الدراسة بإكساب الأطفال معلومات عن عادات التغذية السليمة بشكل مبسط
للطفل.

٣- تهتم الدراسة بالمفاهيم الاجتماعية لدى الأطفال من خلال تحديد هذه المفاهيم
والتركيز عليها.

٤- تهتم الدراسة بالكمبيوتر الذى يعتبر لغة هذا العصر ودليل على التكنولوجيا
المستخدمة فى تعلم الأطفال لعادات التغذية السليمة.

٥- تزويد المعلمة والوالدين بدليل عادات التغذية السليمة المرتبطة بالمفاهيم الاجتماعية
لطفل الروضة.

٦- قد تفتح الدراسة الحالية المجال لدراسات أخرى فى مجال التغذية لطفل الروضة.

ثانياً : الأهمية التطبيقية للبحث :

١- تقدم بعض عادات التغذية السليمة للطفل ومعلومات عن الغذاء الصحى والمفاهيم
الاجتماعية بإسلوب شيق وممتع بإستخدام الكمبيوتر.

٢- تعديل سلوكيات الأطفال فى تعاملهم مع عادات التغذية السليمة.

٣- إعداد برنامج قائم على الكمبيوتر لإكساب الأطفال عادات التغذية السليمة والمفاهيم الاجتماعية بطريقة مشوقة وممتعة.

حدود البحث :

١- الحدود البشرية : إقتصرت على مجموعة أطفال المستوى الثاني Kg2 ويبلغ عددهم (١٠٠) طفل وطفلة، منهم (٥٠) طفل وطفلة من المجموعة التجريبية، (٥٠) طفل وطفلة من المجموعة الضابطة.

٢ - الحدود المكانية : اقتصرت على روضة مدرسة المتميزه الرسمية للغات بمدينة أسبوط لتوفر خبره لديهم فى التعامل مع الكمبيوتر وهذا يجعل الأطفال أكثر إستيعاباً للبرنامج المقدم لهم وتحقيقاً لأهدافه بشكل أفضل .

٣ - الحدود الزمنية : تم تطبيق أدوات الدراسة فى الفصل الدراسي الاول من عام (٢٠١٩/٢٠٢٠).

٤ - الحدود الموضوعية : اقتصرت الدراسة الحالية على :

أ - بعض عادات التغذية السليمة وهى (نظافة الغذاء - مكونات الوجبة الغذائية المتكاملة- آداب المائدة - أسس التغذية السليمة والصحيحة) لطفل الروضة.

ب - بعض المفاهيم الاجتماعية وهى (التعاون، النظافة، النظام، الثقة بالنفس، الاعتماد على النفس).

منهج البحث :

إستخدمت الباحثة فى هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي والذي يتمثل فى القياس القبلى والبعدى للمجموعتين لأفراد العينة التى تعرضت للمتغير التجريبي وهو برنامج قائم على إستخدام الكمبيوتر فى إكساب عادات التغذية السليمة والمتغير التابع هو تنمية المفاهيم الإجتماعية.

أدوات البحث:

أعدت الباحثة الادوات التالية :

- ١- إعداد البرنامج القائم على الكمبيوتر.
- ٢- بطاقة ملاحظة لعادات التغذية السليمة لطفل الروضة.
- ٣- إختيار المفاهيم الإجتماعية لطفل الروضة.
- ٤- مقياس مصور لقياس عادات التغذية السليمة لطفل الروضة.

مصطلحات البحث :

١ - البرنامج:

تعريف البرنامج : مجموعة من الأنشطة والألعاب والممارسات التعليمية التي يقوم بها الطفل تحت إشراف وتوجيه المعلمة بهدف تحقيق أهداف تعليمية منشودة.(شيرين عباس، ٢٠١٣، ٢٣)

التعريف الإجرائي للبرنامج : مجموعة من الأنشطة المختلفة القائمة على إستخدام الكمبيوتر لإكساب طفل الروضة عادات التغذية السليمة وبعض المفاهيم الإجتماعية لطفل الروضة.

٢- عادات التغذية السليمة :

والتعريف الإجرائي لعادات التغذية : بإنها الممارسات والسلوكيات الغذائية السليمة و المتكاملة التي يكتسبها طفل الروضة بشكل سليم تجعله يحافظ من خلالها على صحته ويقى نفسه من الامراض وتكون لديه الثقافة الغذائية السليمة.

٣- المفاهيم :

وعرف "عباس" بأن المفهوم "مجموعة من الموضوعات أو الرموز والعناصر أو الحوادث التي جمع فيما بينها خصائص مشتركة بحيث يمكن أن يعطى كل جزء منها

الإسم نفسه، فالمفاهيم هي مجموعة الفئات التي تندرج في إطارها عناصر متشابهة، وذات خصائص مشتركة، بحيث تمكن الطفل من تصنيف هذه العناصر تحت الإسم نفسه. (عباس زين العابدين، ٢٠١٦، ٢٨).

التعريف الإجرائي للمفاهيم :

هي المعلومات والحقائق التي تجمع بينها خصائص مشتركة تمكن الطفل من تصنيف العناصر الموجوده في محيط الطفل.

٤- المفاهيم الاجتماعية :

وعرفها كل من "ثناء الضبع، غبيش" بأن المفاهيم الإجتماعية هي "الألفاظ أو العبارات التي تدل على أفكار أو سلوكيات أو عادات أو تقاليد إجتماعية تعبر عن صور التواصل والتعامل الإجتماعي، والعلاقات بين الطفل والآخرين" (ثناء الضبع وغبيش، ٢٠١١، ١٤٧).

التعريف الإجرائي للمفاهيم الاجتماعية :

مجموعة من الأفكار والمعلومات التي يكتسبها ويمارسها الطفل من خلال المفاهيم الإجتماعية التي تساعده على التفاعل مع أقرانه ومع الآخرين.

واقصر البحث الحالي على المفاهيم التالية :

- التعاون: ويعرف بأنه اشتراك الطفل مع مجموعة من الأطفال في الروضة مع بعضهم البعض في إعداد وجبة غذائية متكاملة.
- النظافة: سلوك اجتماعي يقوم به ليقى نفسه من الأمراض من خلال غسل اليدين، المحافظة على نظافة بيئته،...إلخ.
- النظام: أن يكون الطفل منظم في إعداد أدواته المستخدمة في تناول الطعام بالروضة.
- الاعتماد على النفس: يستخدم الطفل أدواته الخاصة به في تناول وجبة الإفطار في إعدادها على ان تكون وجبة غذائية متكاملة.

- الثقة بالنفس: هو إرتفاع منسوب الرضا والقناعة بالذات وإنعكاس ذلك إيجابيا على تحكمه بسلوكياته مع نفسه وأقرانه والآخرين.

إجراءات البحث:

أولاً : الإطار النظري لهذا البحث :

- إعداد الإطار النظري عن بعض عادات التغذية السليمة لطفل الروضة وكذلك وتنمية المفاهيم الاجتماعية.
- استعراض بعض الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت موضوع عادات التغذية السليمة وكيفية اكسابها لطفل الروضة وتنمية المفاهيم الاجتماعية.

ثانياً: الإطار العملي لهذا البحث ما يلي:

- إجراء مسح للبحوث والدراسات السابقة التي تستطيع الباحثة الحصول عليها في مجال التغذية ومفاهيم النمو الاجتماعي والكمبيوتر لطفل الروضة.
- تحديد الموضوعات الخاصة بمتغيرات البحث وهي عادات التغذية وتنمية المفاهيم الاجتماعية والكمبيوتر كوسيلة لتوصيل المعلومات من خلال البرنامج المجهز .
- إعداد أدوات الدراسة وتقنياتها (حساب الصدق وثبات هذه الادوات).
- تحديد عينة الدراسة وهم أطفال المستوى الثاني Kg2 من روضة مدرسة المتميزه التجريبية بمدينة أسيوط.
- سيتم استخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما ضابطة والاخرى تجريبية.
- تطبيق مقياس مصور لعادات التغذية السليمة وإختبار للمفاهيم الاجتماعية كتطبيق قبلى وترصد النتائج ثم يعرض البرنامج على المجموعة التجريبية ويعاد بعد ذلك تطبيق المقياس المصور والإختبار مرة اخرى على المجموعتين كإختبار بعدى وترصد النتائج.

• جمع البيانات وتحليلها وتفسيرها ومعالجتها إحصائياً باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

• تفسير النتائج التي تم التوصل إليها وتقديم التوصيات.

الإطار النظري مدعم بدراسات سابقة

المحور الأول : عادات التغذية السليمة (مفهومها - أهميتها - أهدافها - وتصنيفها - ومواصفاتها):

مفهوم عادات التغذية السليمة :

هى تناول الأغذية بالكمية والنوعية المناسبة فيحصل الجسم على جميع إحتياجاته من العناصر الغذائية وذلك للتمتع بصحة جيدة والوقاية من الإصابة بالأمراض. (www.edarabia.com)

أهمية عادات التغذية السليمة

١- تمنح القدرة على التركيز والتفكير والتعلم إلى جانب الحصول على الطاقة اللازمه للقيام بنشاطات الحياه المختلفه.

٢- تساهم فى تحسين الحالة النفسية وذلك لإحتواء بعض الأطعمة على عناصر غذائية مهمة مثل فيتامين د، وفيتامين ب ١٢، كما أن الأسماك والمأكولات البحرية التى تحتوى على عناصر غذائية تحسن من الشعور بنفسية أفضل.

٣- تساعد فى الوقاية من كثير من الأمراض مثل مرض السرطان، كما لها دور فى الحماية من أمراض ضعف الدم والأنيميا وذلك لإحتواء الأطعمة الغذائية على مركبات الحديد للحماية من ضعف الدم ووجود فيتامين ج الذى يساعدعلى إمتصاص عنصر الحديد وهذا يؤكد على أهمية تكامل الغذاء وتنويعه لتعظيم الفائده منه. (مجلة معلومات ونصائح طبية ، ٢٠١٨)

أهداف عادات التغذية السليمة

- ١- تحسين وظائف الدماغ : حيث أن التغذية الجيده وعادات التغذية السليمة تساعد على تحسين الذاكره والتعلم وإضطرابات المزاج وتحسن القدره الذهنية.
- ٢- التقليل من خطر الإصابة بمرض السرطان : وهذا من خلال الإكثار من تناول الخضروات والفاكهة وبالتالي تقوية الجهاز المناعى .
- ٣- التحكم فى الوزن :حيث إتباع نظام صحيح فى تناول الطعام يساعد على التحكم فى الوزن وزيادة كفاءة الجهاز المناعى.
- ٤- التحكم بمرض السكرى: حيث تناول الغذاء بإتباع عادات التغذية السليمة يتحكم بمستويات السكر بالدم ويقلل الوزن.
- ٥- تحسن صحة القلب : وهذا من خلال تناول الأطعمة الغنية بالألياف كالمكسرات والبقوليات والحبوب الكاملة والفواكه والخضروات وهذا يساعد على تعزيز وظائف القلب، كما يمكن تناول الأسماك مرتين إسبوعياً لإحتوائها على أحماض الأوميغا ٣ الدهنية والمفيدة للقلب. (مجلة الموضوع، ٢٠١٩)

تصنيف عادات التغذية :

- ١- عادات التغذية السيئة التى يتبعها طفل الروضة :
وتحدث نتيجة اتباع نظام غذائي غير صحي، أو نتيجة سوء الامتصاص، أو الإفراط في تناول بعض أنواع العناصر المغذية، وغيره، إلا أنه يعرف طبياً بأنه نقص في المواد الغذائية، والبروتينات، والطاقة، مما يؤدي للإصابة بإحدى الأمراض أو العدوى، ولا بدّ من الإشارة إلى أنه يعرف أيضاً بعدم حصول الجسم على قدر كافٍ من المواد الغذائية.
- ٢- عادات التغذية السليمة التى يجب أن يتبعها طفل الروضة :
وهناك بعض العادات والسلوكيات التى يجب ان تتبع فى التغذية السليمة :

- ١- عدم استخدام الطعام كنوع من الثواب والعقاب.
- ٢- عدم تناول العصائر والحلوى خلال اليوم لانها تفقد الشهية ولا تعطى كل العناصر اللازمة للنمو.
- ٣- عدم الحديث اثناء تناول الطعام حتى لايسبب الاختناق.
- ٤- ان تكون الوجبات الخفيفة التي تكون بين الوجبات الرئيسية عبارة فاكهه وخضروات.
- ٥- لا يشاهد الطفل التلفزيون اثناء تناول الطعام.
- ٦- عدم الاكثار من تناول الوجبات الجاهزة لانها تزيد الوزن ولاتحتوى على العناصر الغذائية اللازمة للنمو مما يؤدي للإصابة بالانيميا.
- ٧- عدم الاكثار من تناول المياه الغازية لانها تسبب باضطراب بالمعدة وهشاشة العظام.
- ٨- الابتعاد عن العصائر المحفوظة خاصة ذات القوام السميك منها لاستخدام مواد رغوية من منتجات البترول فى تصنيعها. (علا عبيات، ٢٠١٧، ٣)

أسس عادات التغذية السليمة :

هناك بعض العادات الصحية الخاطئة التي تدمر الجسم وتسبب له والتي يجب الإبتعاد عنها، أبرز الأسس الواجب إتباعها للحصول على جسم سليم وصحى وهى :

- ١- الإعتدال فى تناول الطعام، وهذا يعنى تناول الطعام بلا إفراط أو تفريط أى تناوله بالكمية الكافية فقط، فالإكثار من تناول أى نوع من الطعام حتى لو كان صحى سيسبب الضرر للجسم.
- ٢- شرب كمية كافية من الماء على مدار اليوم.
- ٣- تجزئة الطعام وعدم تناول كمية من الطعام دفعة واحده.
- ٤- عدم إهمال وجبة الإفطار إطلاقاً، فوجبة الإفطار تعمل على تنشيط عملية الأيض بالجسم وتعطى الجسم الطاقة لممارسة عمله.
- ٥- تناول وجبة العشاء قبل الخلود للنوم بساعتين على الأقل.

٦- تناول الخضروات والفواكه عند الشعور بالجوع خلال الوجبات.

٧- التنوع في الطعام وعدم التركيز على تناول صنف واحد فقط. (البلاغ، ٢٠٢٠)

ويمكن تقسيم المواد الغذائية إلى:

أولاً : المغذيات الكبرى، المغذيات الصغرى.

ثانيا: الهرم الغذائى.

مغذيات كبرى: وهى ثلاث مغذيات تعطى الطاقة (الكربوهيدرات - الدهون- البروتين).

مغذيات صغرى: وهى نوعين من المغذيات لا تعطى طاقة وهى المعادن والفيتامينات وهى هامة لتنظيم العمليات الوظيفية فى التمثيل الغذائى للخلية ولبناء هيكل الجسم. (شاكرا شحاته رزق، محمود محمد مصطفى، ٢٠١٢، ٦٦)

ولابد من تصميم برامج عن التغذية السليمة وعاداتها لزيادة وعى وثقافة الطفل الغذائية، وهذا ما إتفقت عليه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة لكل من : دراسة الجندارى (٢٠٠١)، Liu,et al (2003)، Farghaly,et al (2007)، Weker H,et al(2008)، دراسة ولاء محمد عطيه (٢٠٠٩)، دراسة فاطمه محمد وعائشة محرق (٢٠١١)، دراسة إيمان فؤاد (٢٠١٤)، دراسة رشا الدسوقي (٢٠١٦)، دراسة حصة عبد اللطيف (٢٠١٩)، ولكن بعض هذه الدراسات ركزت على البرامج المستخدمة للتثقيف الغذائى لطفل الروضة مثل: دراسة (Farghaly,et al (2007)، دراسة فاطمه محمد - عائشة محرق (٢٠١١)، دراسة إيمان فؤاد(٢٠١٤)، والبعض الآخر من الدراسات ركز على إكساب الطفل الثقافة الغذائية عن طريق الممارسات الغذائية مثل : Weker H,et al(2008)، دراسة ولاء محمد عطيه (٢٠٠٩)، دراسة حصة عبد اللطيف (٢٠١٩).

المحور الثاني : المفاهيم الاجتماعية :

تعريف المفاهيم الإجتماعية

هى الألفاظ أو العبارات التى تدل على أفكار أو سلوكيات أو عادات أو تقاليد إجتماعية تعبر عن صور التواصل والتعامل الإجتماعى، والعلاقات بين الطفل والآخرين. (ثناء الضبع وغبيش، ٢٠١١، ١٤٧).

ومن ثم فإن نجاح الطفل فى اكتساب المهارات الاجتماعية المتعدده لاياعده فقط على التوافق الإجتماعى، وإنما يعتبر شرطاً من شروط الصحة النفسية، والتبادل الإجتماعى والإيجابى والفضل فى اكتساب تلك المهارة قد يسبب الاضطراب النفسى للأطفال ومن أهم المهارات أو المفاهيم الإجتماعية لطفل الروضة الآتى :

التعاون، النظافة، النظام، الإعتماد على النفس، الثقة بالنفس، وهذا ما أكدت عليه الدراسات السابقة كدراسة (Pamela,Goldberg(2004، دراسة قاسم (٢٠٠٩)،دراسة فريال خليل (٢٠١١)، (Kacsak (2012، دراسة غادة مصطفى (٢٠١٥)، حيث أن بعض الدراسات تناولت العديد من المفاهيم الإجتماعية وضرورة تنميتها لطفل الروضة والبعض الآخر تناول مفهوم واحد فقط، ولكن الدراسة الحالية تناولت خمس مفاهيم وهى : التعاون، النظافة، النظام، الإعتماد على النفس، الثقة بالنفس لتنميتها لطفل الروضة.

المحور الثالث : استخدام برنامج قائم على الكمبيوتر لتنمية عادات التغذية السليمة لطفل الروضة.

تعلم التفكير بإستخدام الكمبيوتر :

ينحصر دور التعلم بالكمبيوتر فى تعليم المحتوى العلمى وهناك وجه آخر للتعليم يحسن الإلتفات إليه وهو تعليم المهارات أو العمليات، وإن الدور الذى يلعبه فى تعليم التفكير جديد نسبياً، ولكنه على درجة عالية الأهمية، حيث إستخدام الكمبيوتر لمساعدة المتعلمين على تطوير أنماط جديدة من التفكير قد تساعدهم على التعلم فى مواقف

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب
طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة
وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت
د/ منال محمود عبدالحميد
أ./ أميرة مصطفى خلف

مختلفة تتطلب المنطق والتحليل والإستنتاج وبالتالي إلى الإبتكار. ومن هنا يتحدد دور الكمبيوتر فى التعليم والتعلم.

- ١- دور الكمبيوتر كمعلم.
 - ٢- دور الكمبيوتر كوسيلة تعليمية.
 - ٣- دور الكمبيوتر كمتعلم. (زكريا الشريبنى، ٢٠٠٦، ٥٢، ٨٥، ٧٩)
- كما أن إستخدام الطفل للكمبيوتر يرفع من مستوى تعليمه فيكون لديه إتجاه إيجابى نحو التعلم كما أنه يسرّع لديهم زمن التعلم بنسبة ٤٠% من الطرق التقليدية.

وترى الدراسة أن الكمبيوتر هو اللغة الحديثة والسريعة وفاعلية إستخدام الكمبيوتر يكسب الأطفال بعض الخبرات التى تساعدهم على زيادة وعيهم وهذا ما ركزت عليه: دراسة منى جابر محمد (٢٠٠٨) ودراسة أسيل شوارب عمران (٢٠١١) ودراسة أريج بنت عبد العزيز المنصور (٢٠١٦)، لهذا قامت الدراسة الحالية بتصميم برنامج غذائى على الكمبيوتر لما للكمبيوتر من مميزات.

وقد إستفاد البحث الحالى من الإطار النظرى والدراسات السابقة فيما يلى :

- ١- صياغة مشكلة الدراسة والتخطيط لها.
- ٢- صياغة فروض الدراسة.
- ٣- إستخدام منهج الدراسة.
- ٤- إعداد أدوات الدراسة.
- ٥- إستخدام الأساليب الإحصائية.
- ٦- مناقشة النتائج السابقة وتفسيرها فى نتائج الدراسة الحالية.

من خلال الإطار النظرى والدراسات السابقة، فإن الدراسة تختبر صحة الفروض التالية:

فروض البحث :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية فى التطبيق البعدى لبطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة لصالح المجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية فى التطبيق البعدى لإختبار المفاهيم الإجتماعية لصالح المجموعة التجريبية.
- ٣- توجد علاقة دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية لمقياس عادات التغذية السليمة ومتوسطات درجاتهم فى إختبار المفاهيم الإجتماعية.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة وذلك بإستخدام التصميم الضابطة والتجريبية، واستخدام القياس القبلى والبعدى لكل من المجموعتين على أدوات الدراسة.

العينة الأساسية :

تكونت العينة الأساسية بطريقة عشوائية من (١٠٠) طفل وطفلة مقسمه إلى مجموعتين متساويتين : مجموعة ضابطة وعددها (٥٠) طفل وطفلة ومجموعة تجريبية وعددها (٥٠) طفل وطفلة، وهى عينة البحث على أن تكون من أطفال المستوى الثانى kg2 بروضة المدرسة المتميزه الرسمية للغات المتكونة من ثلاث قاعات لأطفال المستوى الثانى بمدينة أسيوط.

إعداد أدوات البحث :

أعدت الباحثة الادوات التالية :

- ١ - إعداد البرنامج القائم على الكمبيوتر .
- ٢ - بطاقة ملاحظة لعادات التغذية السليمة لطفل الروضة .
- ٣ - إختبار المفاهيم الإجتماعية المصور لطفل الروضة.
- ٤ - مقياس عادات التغذية السليمة لطفل الروضة.
- ١ - إعداد برنامج قائم على الكمبيوتر لطفل الروضة :

الهدف العام للبرنامج:

فاعلية برنامج قائم على إستخدام الكمبيوتر لإكساب العادات الغذائية السليمة لطفل الروضة وتنمية بعض المفاهيم الإجتماعية.

الفنيات المستخدمة :

تتبنى الباحثة الفنيات المستخدمة لنظرية التعلم الإجتماعى وهى:

- (١) التعزيز .
- (٢) الحوار والمناقشة .
- (٣) لعب الدور .

وتقدم الباحثة هذه الفنيات من خلال أنشطة البرنامج بجانب ما يكتسبه الطفل من مفاهيم ومعرفة.

مدة البرنامج :

يستغرق البرنامج حوالى شهر ونصف بمعدل أربع لقاءات إسبوعية، ويستغرق اللقاء ٤٥ دقيقة فى اليوم.

ولقد راع البحث فى إعداد أنشطة البرنامج ما يلى :

- ١ - تدرج أنشطة البرنامج من السهل إلى الصعب .
- ٢ - إعطاء الطفل الوقت الكافى للتفكير عند التعامل مع الكمبيوتر .
- ٣ - مراعاة النظام عند الحوار والمناقشة .

- ٤ - التعاون بين الأطفال عند القيام بعمل جماعى .
- ٥ - إعطاء فرصة لسماع تعليقات الأطفال عند إستخدام أنشطة البرنامج .
- ٦ - تعبير الأطفال عن آرائهم فيما يشاهدون على الكمبيوتر .
- ٧ - قيام كل طفل للإجابة على سؤال من أسئلة التقويم الموجوده على الكمبيوتر وذلك بالضغط على الماوس لتحديد إجابته ورد الكمبيوتر على الطفل إذا كانت الإجابة صحيحة أم خطأ .
- ٨ - بعد الإنتهاء من أنشطة البرنامج قام الأطفال بإعداد نشاط جماعى فيه إعداد وتجميل لغذائهم بشكل شيق وممتع ومنظم .
- ٢ - بطاقة ملاحظة لعادات التغذية السليمة لطفل الروضة

الهدف من إعداد بطاقة الملاحظة :

الهدف من البطاقة هو ملاحظة عادات التغذية السليمة لطفل الروضة بالمستوى الثانى Kg2 (٥-٧) سنوات والمراد إكسابها من خلال فاعلية إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر .

زمن تطبيق البطاقة :

تستغرق البطاقة فى تطبيقها زمن قدره فى المتوسط (٤٥) دقيقة .

الخصائص السيكومترية لبطاقة ملاحظة لعادات التغذية السليمة المراد إكسابها لطفل الروضة فى البحث الحالى :

(١) الصدق **Validity** : اعتمدت الباحثة فى حساب صدق البطاقة على ما يلي:

- الصدق المنطقي (صدق المحكمين) Logical Validity

- الصدق التمييزي

(٢) الثبات Reliability :

- طريقة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباك وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبارات، وبلغت قيمة معامل ثبات البطاقة ٠,٨١٨، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات البطاقة.

- طريقة إعادة التطبيق:

استخدمت الباحثة طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات البطاقة بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره أسبوعين.

٣- إختبار مفاهيم إجتماعية مصور لطفل الروضة

الهدف من إعداد الإختبار :

الهدف من الإختبار هو قياس المفاهيم الإجتماعية لطفل الروضة بالمستوى الثانى Kg2 (٥-٧) سنوات التى تنمى من خلال فاعلية إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر لإكساب طفل الروضة عادات التغذية السليمة وهذا يتضح من خلال تحديد مستوى أداء الطفل فى الإختبار المصور ، وتم إعداده فى صورته أسئلة عن بعض المفاهيم الإجتماعية وهذه المفاهيم هى التعاون، النظافة، النظام، الثقة بالنفس، الإعتماد على النفس، وهذه المفاهيم متضمنة عبارات فرعية.

الخصائص السيكومترية لإختبار المفاهيم الإجتماعية لطفل الروضة فى البحث الحالى:

(١) الصدق Validity : اعتمدت الباحثة فى حساب صدق الإختبار على ما يلي:

- الصدق المنطقي (صدق المحكمين) Logical Validity - الصدق التمييزي

(٢) الثبات Reliability :

- طريقة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباك لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبارات، وبلغت قيمة معامل ثبات البطاقة ٠,٨٢٢، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات الإختبار.
- طريقة إعادة التطبيق:

استخدمت الباحثة طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات الإختبار بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره أسبوعين
زمن تطبيق الإختبار:

يستغرق الإختبار في تطبيقه زمن قدره في المتوسط (٤٥) دقيقة، وتم حسابه عن طريق المعادلة

متوسط زمن الاختبار = مجموع أزمنة جميع الأطفال

١٠٠ (عدد الأطفال)

٤ - مقياس مصور لقياس عادات التغذية السليمة لطفل الروضة :

الهدف من إعداد المقياس : هو إكتساب الطفل عادات التغذية السليمة للطفل بالمستوى الثانى، والأغذية الواجب الإقلال منها أو الإبتعاد عنها.

زمن تطبيق المقياس : يستغرق المقياس في تطبيقه زمن قدره في المتوسط (٤٥) دقيقة.

الخصائص السيكومترية لمقياس مصور لعادات التغذية السليمة لطفل الروضة
في البحث الحالى:

(١) حساب الصدق Validity لمقياس عادات التغذية السليمة لطفل الروضة :

إعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على مايلي :

١- الصدق المنطقي (صدق المحكمين) Logical Validity ٢- الصدق التمييزي

(٢) الثبات Reliability :

- طريقة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباك وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبارات، وبلغت قيمة معامل ثبات المقياس ٠,٨٤٠، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

طريقة إعادة التطبيق:

استخدمت الباحثة طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات المقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره أسبوعين، وبلغ معامل بيرسون بين التطبيقين ٠,٩٠٨، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

نتائج البحث وتفسيرها :

لتحقيق أهداف الدراسة وفي ضوء منهج وعينة الدراسة وعلى ضوء ما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية، تعرض الصفحات القادمة ما تم من نتائج تقوم الباحثة بعرضها على النحو التالي:

الفرض الأول:

للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لبطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة المراد إكسابها لطفل الروضة لصالح المجموعة التجريبية ". تم استخدام اختبار ت للعينات البارامترية للأزواج المستقلة من خلال البرنامج الإحصائي Spss، وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T ومستوى الدلالة للفروق بين درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لبطاقة ملاحظة قائمة عادات التغذية السليمة المراد إكسابها لطفل الروضة (ن = ٥٠)

المحاور	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة
تعرف الطفل على آداب الطعام	ضابطة	٨,٦١	٢,١٢	١٨,١٧	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	١٤,٥٤	٠,٨٥		
ابتعاد الطفل عن بعض عادات التغذية الضارة بصحته	ضابطة	٩,٤٢	١,٧١	٢٣,٣٨	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	١٧,٣٦	١,٦٥		
تعرف الطفل على بعض عادات التغذية السليمة	ضابطة	٢٢,٢٥	٢,٥١	٣٠,٧٩	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	٣٧,٥٦	٢,٤١		
درجة البطاقة الكلية	ضابطة	٤٠,٢١	٤,٩٠	٣١,١٣	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	٧٠,٢٥	٤,٦٥		

يتضح من جدول (١) ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لبطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة المراد إكسابها لطفل الروضة، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١، لصالح متوسط درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي.

تفسير نتائج الفرض الأول: تشير نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لبطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة المراد إكسابها لطفل الروضة عند مستوى دلالة (٠,٠١) لصالح متوسط درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي، مما يعني أن البرنامج أكسب الأطفال عادات التغذية السليمة وفاعلية بطاقة الملاحظة كأداة من أدوات الدراسة وهذا ما إتفقت عليه الدراسة الحالية مع دراسة إيمان فؤاد محمد البرقي (٢٠١٤) حيث هدفت إلى إعداد برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب
طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة
وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت
د/ منال محمود عبدالحميد
أ./ أميرة مصطفى خلف

والتأكد من فاعليته وبقاء أثره. واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي. وأدوات الدراسة التي تمثلت في مقياس السلوكيات الغذائية المصور لطفل الروضة وبطاقة ملاحظة السلوكيات الغذائية لطفل الروضة والبرنامج التدريبي المقترح واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي واختبار الذكاء المصور ، وقامت بتقسيم العينة مجموعتين تجريبية وضابطة، وأشارت نتائج الدراسة إلي فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة،

بينما إختلفت مع دراسة (Weker H, et al., 2008) التي هدفت إلى قياس تغذية أطفال ما قبل المدرسة ، وكانت نتائج الدراسة تشير إلى أن أغلب هؤلاء الأطفال يستهلكون بشكل منتظم الوجبات الأساسية: الإفطار والغداء والعشاء، لوحظ وجود عادة تناول وجبات خفيفة بين الوجبات في % 91 من الأطفال، وأكدت هذه الدراسة أن النظم الغذائية للأطفال احتوت على المنتجات التي تعتبر مصدراً للأحماض الدهنية غير المفضلة رقائق البطاطس والحلوى والبسكويت والسمن المهدرج (وكذلك السكريات المفرطة) الطوفى والمصاصة واللبان، كما أكدت الدراسة على ضرورة التوزيع الدائم للعناصر الأساسية للتغذية بين أطفال رياض الأطفال.

الفرض الثاني:

للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لاختبار المفاهيم الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية ". تم استخدام اختبار ت للعينات البارامترية للأزواج المستقلة من خلال البرنامج الإحصائي Spss، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة T ومستوى الدلالة للفروق بين درجات أطفال للمجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لاختبار المفاهيم الاجتماعية (ن = ٥٠)

الأبعاد	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة
التعاون	ضابطة	١٢,٣٦	١,٧٠	٣٦,٧٣	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	٢٥,٣٩	١,٨١		
النظافة	ضابطة	١٢,٠٠	٢,٤٢	٢٥,٤٣	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	٢٢,٢٥	١,٤٥		
النظام	ضابطة	١٠,٩٠	١,٥٣	٣٩,٥٣	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	٢٣,٢٠	١,٥٥		
الثقة بالنفس	ضابطة	٩,٩٥	١,٥١	٣٤,٤٧	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	٢٠,١٦	١,٤٢		
الإعتماد على النفس	ضابطة	١١,٢١	١,٤٢	٢٢,٧٧	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	١٧,٢٨	١,٢١		
درجة البطاقة الكلية	ضابطة	٥٥,٩٠	٥,٣٦	٥٠,٥٨	دال عند ٠,٠١
	تجريبية	١١٠,٥٢	٥,٣٣		

يتضح من جدول (١٠) ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعتين الضابطة و التجريبية في التطبيق البعدي لقائمة بعض المفاهيم الاجتماعية المراد تنميتها لطفل الروضة، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١، لصالح متوسط درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي

تفسير نتائج الفرض الثاني : تشير نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي لقائمة بعض المفاهيم الاجتماعية المراد تنميتها لطفل الروضة، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١، لصالح متوسط درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي مما

يعنى فاعلية البرنامج فى تنمية المفاهيم الإجتماعية وهذا ما إتفقت عليه الدراسة الحالية مع دراسة (غادة مصطفى كامل عبد الوهاب عبد المتعال، ٢٠١٥) (حيث هدفت الدراسة إلى تنمية المفاهيم الاجتماعية لطفل الروضة فى ضوء المعايير القومية لرياض الاطفال وذلك من برنامج قائم على اللعب من اطفال المستوى الثانى لرياض الاطفال وقد اسفرت النتائج على انه يوجد فرق داله إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة فى اختبار المفاهيم الاجتماعية المصور لصالح المجموعة التجريبية فى التطبيق البعدي.

بينما تختلف الدراسة الحالية مع دراسة (فريال خليل سليمان، ٢٠١١) حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى انتشار المهارات الاجتماعية (التعاون، المشاركة الوجدانية، التفاعل مع الكبار، النظام) عند أطفال الرياض من عمر (٤، ٥) سنوات من الذكور والإناث، ومعرفة العلاقة بين هذه المهارات لدى الأطفال وتقييم والديهم لها. وتوصلت الدراسة الى هذه النتائج حيث تنتشر المهارات الاجتماعية (التعاون، المشاركة الوجدانية، التفاعل مع الكبار، النظام) انتشاراً طبيعياً بين أطفال الرياض أفراد العينة من عمر (٤ - ٥) سنوات، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين أطفال الرياض أفراد العينة من عمر (٤ - ٥) سنوات تبعاً لمتغير الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الآباء ومتوسط درجات الأمهات على مقياس تقييم الوالدين للمهارات الاجتماعية لدى أطفالهم. وفي ضوء هذه النتائج خرجت الدراسة بمقترحات من أهمها: ضرورة الكشف عن المهارات الاجتماعية لدى أطفال الرياض، والمراحل التي تليها، وتنميتها وتدعيمها لدى الجنسين، وتدريب الأهل على ملاحظتها لدى الأطفال، وتقييمها بدقة وموضوعية.

الفرض الثالث:

للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على أنه " توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية فى التطبيق البعدي لكلاً من بطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة واختبار المفاهيم الاجتماعية ". تم

استخدام معامل ارتباط بيرسون للعينات البارامترية من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لكل من بطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة واختبار المفاهيم الاجتماعية (ن = ٥٠)

الأبعاد	تعرف الطفل على آداب الطعام	ابتعاد الطفل عن بعض عادات التغذية الضاره بصحته	تعرف الطفل على بعض عادات التغذية السليمة	درجة البطاقة الكلية
التعاون	**٠,٧٦٥	**٠,٦٥٦	**٠,٧١٨	**٠,٨٤٥
النظافة	**٠,٦٣٦	**٠,٦٧٩	**٠,٧١٦	**٠,٨٣٦
النظام	**٠,٦٤٩	**٠,٦٩٢	**٠,٧٨٣	**٠,٦٧٥
الثقة بالنفس	**٠,٦١٥	**٠,٦٥٦	**٠,٧٢٤	**٠,٧٦٣
الإعتماد على النفس	**٠,٦٢٢	**٠,٦٣٦	**٠,٦٩٦	**٠,٦٨٦
درجة الاختبار الكلية	**٠,٦٥٨	**٠,٦٤٧	**٠,٧٥٣	**٠,٧٤٣

يتضح من جدول (١١) ما يلي:

- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لكل من بطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة واختبار المفاهيم الاجتماعية، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١.

تفسير نتائج الفرض الثالث : تشير نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية

ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لكل من بطاقة ملاحظة عادات التغذية السليمة واختبار المفاهيم الاجتماعية، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١، وهذا يعني أنه من كلما تم إتباع عادات التغذية السليمة كلما تم تنمية المفاهيم الاجتماعية بإستخدام البرنامج القائم على الكمبيوتر وهذا يرجع لقدرة البرنامج الفعالة على جذب حواس طفل الروضة عند التطبيق،

أ.د/ ماجدة هاشم بخيت
د/ منال محمود عبدالحميد
أ./ أميرة مصطفى خلف

إستخدام برنامج قائم على الكمبيوتر في إكساب
طفل الروضة بعض عادات التغذية السليمة
وتنمية المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بها

ومدى سهولة إستخدام الكمبيوتر، وتأثر الأطفال بمحتوى البرنامج المتكون من أنشطه ممتعة لطفل الروضة.

توصيات الدراسة:

- ١- ضرورة توضيح أهمية بعض الأغذية التي يمتنع عنها بعض الأطفال للجسم.
- ٢- ضرورة تخصيص وقت خلال اليوم بداخل الروضة للحوار مع الأطفال لتوضيح أهمية الغذاء ومعرفة آراء ومشكلات الأطفال فى الإمتناع عن بعض الأطعمة.
- ٣- عمل الأنشطة التي تتحدث عن التغذية.
- ٤- الاحتفال باليوم العالمى للغذاء لتعرف الطفل على مدى أهمية الغذاء.

الأبحاث المقترحة :

- ١- أثر التغذية السليمة على ذكاء طفل الروضة .
- ٢- فاعلية برنامج قصصى لإكساب طفل الروضة عادات صحية سليمة للوقاية من الأمراض وتنمية بعض المفاهيم العلمية .
- ٣- أثر تنمية المفاهيم الغذائية السليمة على تحسن السلوك الغذائى السليم لطفل الروضة.

المراجع

المراجع العربية :

- السيد إبراهيم سلامة (٢٠١٠): تغذية طفلك من مرحلة الجنين إلى عمر ١٢ سنة، القاهرة :مؤسسة بداية للنشر والتوزيع.
- أريج بنت محمد عبد العزيز المنصور (٢٠١٦) : برامج ركن الحاسب الآلى ودورها فى دورها فى إكساب طفل الروضة مهارات القراءة والكتابة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الملك سعود.
- أمل محمد حسونه (٢٠٠٧) : المهارات الاجتماعية لطفل الروضة، الجزيرة :الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- إيمان فؤاد محمد البرقى (٢٠١٤) : فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الغذائية لدى طفل الروضة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة مدينة السادات.
- ثناء يوسف الضبع، ناصر فؤاد غبيش(٢٠١١): تنمية المفاهيم الدينية والخلقية والإجتماعية لدى الأطفال، عمان : دار المسيره للنشر والتوزيع.
- حنان مرعى أحمد (٢٠١٩): التعلم النشط فى إكتساب المفاهيم الإجتماعية والدينية لطفل، جامعة أسيوط، المجلة العلمية لكلية التربية، مجلد (٣٥) ، العدد (٤)، ص ص ١٧١ - ١٩٧.
- دليل تدريبي (٢٠١١ - ٢٠١٢) : التربية الغذائية، الوحدة الثانية، مطبوعات وزارة التربية والتعليم.
- رويدا بنت خضر بن سعيد الليلي (٢٠٠٧) : أثر الوعى والممارسات الغذائية لعينة من معلمات رياض الاطفال بجدة على النمو الجسمي للأطفال .رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.
- زكريا أحمد الشربيني (٢٠٠٦) : رياض الأطفال الذكية تعليم وتعلم الأطفال باستخدام الكمبيوتر، القاهرة، دار الفكر العربى.
- زكريا أحمد الشربيني (٢٠١٢) : المشكلات النفسية عند الأطفال، القاهرة :دار الفكر العربى.
- شاكرا شحاته رزق، محمود محمد مصطفى (٢٠١٢) : الغذاء والتغذية، القاهرة :مكتبة أوزيريس.
- أسيل شوارب عمران (٢٠١١) : آثار إستخدام الحاسوب على التفكير الإبداعى بين أطفال الروضة فى الأردن، عمان : مجلة علم النفس التعليمى، مجلد (٤)، عدد (٣٨)، ص ص ٢١٣ - ٢٢٠.
- عبد الرحمن عبيد عوض مصيقر وآخرون (١٩٩٩) : الغذاء والتغذية، بيروت، لبنان :المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لشرق المتوسط.
- عائشة محرق، فاطمة محمد معافا (٢٠٠٥) : تأثير برنامج الأنشطة الحركية على اكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة،المؤتمر العلمي الثالث،كلية التربية بنات بالمملكة العربية السعودية، جامعة صبيا، ص ص ١ - ٣٣.

- عباس زين العابدين (٢٠١٦) : أثر إستخدام الفيلم التعليمي في تنمية بعض المفاهيم العلمية لدى أطفال الروضة بعمر ٥-٦ سنوات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة سوريا.
- عبد العزيز السيد الشخص وآخرون (٢٠١٥) : برنامج تدخل مبكر مقترح لعلاج تأخر النمو اللغوي وتحسين التفاعل الإجتماعي لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية، جامعة عين شمس، مجلة كلية التربية، مجلد (١)، عدد (٣٩)، ص ص ٧١٣ - ٧٩٠.
- علا عبيات (٢٠١٧) : بحث حول سوء التغذية، www.mawdoo.com.
- غادة مصطفى كامل عبد الوهاب عبد المتعال (٢٠١٥) : فاعلية برنامج قائم على اللعب لتنمية المفاهيم الاجتماعية لطفل الروضة في ضوء المعايير القومية لرياض الأطفال، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المنوفية.
- فريال خليل سليمان (٢٠١١) : بعض المهارات الاجتماعية لدى أطفال الرياض وعلاقتها بتقييم الوالدين، مجلة جامعة دمشق، العدد (27) ص ص 56-13
- ماجدة محمود محمد صالح (٢٠٠٠) : الحاسب الآلي التعليمي وتربية الطفل، الإسكندرية: المكتب العلمي للنشر والتوزيع.
- منى جابر محمد رضوان (٢٠٠٨) : فاعلية إستخدام كلا من الألعاب التعليمية وألعاب الكمبيوتر في تنمية مهارة الإستعداد للقراءة لطفل الروضة، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس، مجلة دراسات الطفولة المبكرة، مجلد (١١)، العدد (٤١٤) ص ص ٢٣٣-٢٧٠
- هناء محمد عبد الرحيم (٢٠١٢) : دمج التكنولوجيا في أنشطة رياض الأطفال، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- وزارة التربية والتعليم (٢٠٠٨) : وثيقة المعايير القومية لرياض الأطفال، القاهرة: قطاع الكتب.
- —: أسس التغذية السليمة للجسم، www.balagh.com/article/
- طلال مشعل (٢٠١٨):مجلة معلومات ونصائح طبية، 2018- 2-8 www.mawdoo3.com
- سيرين البوريني (٢٠١٩) : مجلة الموضوع، 2019-5-24 www.mawdoo3.com
- www.edarabia.com27-5-2020

المراجع الأجنبية :

- Ben-Joseph,E.P.(2016): Healthy Hobits for TV, Video Games, and the Internet. <http://kids.health.org.parent.positive.family.tv-habits> .
- Division of Child Development, Child Care Center Hand Book, Nutrition (9) Retrieved November 27,2015, form: http://www.ncchildcare.nc.gov/pdf/forms/center_cch9.pdf
- Deakin University for the Department of Human Services(2005): Promoting healthy eating for Children, State of Victoria : Victorian Government Department of Human Services. Retrieved November 2015, 18,form <http://www.minikasik.com/pdf/E2>