

[١]

أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة  
الغذائية لدى طفل الروضة

د. حنان عبده غنيم

مدرس بقسم العلوم الأساسية  
كلية رياض الأطفال - جامعة  
الإسكندرية

أ.د. هالة إبراهيم الجرواني

أستاذ صحة الطفل  
قسم العلوم الأساسية  
كلية رياض الأطفال - جامعة  
الإسكندرية

أ. مروة معاذ حسن معاذ رميح

باحثة ماجستير



## أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة

أ.د. هالة إبراهيم الجرواني\*، د. حنان عبده غنيم\*\*،  
أ. مروة معاذ حسن معاذ رميح\*\*\*

### مقدمة:

يلعب الكمبيوتر دورا فعالا ومهما في مرحلة ما قبل المدرسة من حيث قدرته على تنمية المفاهيم المرتبطة بالمرحلة على كافة مستوياتها بصورة تزيد من حماس الطفل وتثير اهتمامه نحو المادة التعليمية، ومن هنا تأتي أهمية استغلاله كوسيط تفاعلي في اكساب الطفل العديد من الخبرات الخاصة بالثقافة الغذائية والوعي الصحي وتدعيم الاتجاهات الإيجابية نحو الاصول العلمية للتغذية.

**مشكلة الدراسة:** ما أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة؟

**أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على بعض مفاهيم الثقافة الغذائية التي يمكن تنميتها لطفل الروضة، وقياس أثر استخدام برنامج الكمبيوتر في تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة.

**أهمية الدراسة:** وتكمن أهمية الدراسة الحالية في تنمية معرفه الطفل بمفاهيم الثقافة الغذائية المقترحة لدي طفل الروضة، كما توضح أهميه برامج الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنميه الوعي الغذائي الصحي للأطفال، وتجذب انتباه القائمين على التعليم في مرحلة رياض الاطفال بأهمية برامج الكمبيوتر كوسيط تفاعلي لتنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة لما لها من أثر في حياة الطفل، وأخيرا تساهم في

\* أستاذ صحة الطفل بقسم العلوم الأساسية كلية رياض الأطفال -جامعة الإسكندرية.

\*\* مدرس بقسم العلوم الأساسية كلية رياض الأطفال-جامعة الإسكندرية.

\*\*\* باحثة ماجستير في التربية (رياض الأطفال) من قسم العلوم الأساسية.

زياده نشر المعرفة المتعلقة بكيفية استخدام برامج الكمبيوتر التفاعلية في تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة.

### عينة الدراسة والتصميم التجريبي: اشتملت الدراسة على عينة استطلاعية

(٣٠) طفل وعينة الدراسة (٦٠) طفلاً من أطفال المستوى الاول لمرحلة رياض الأطفال بروضة معهد سموحة النموذجي الأزهرى بإدارة وسط التابعة للأزهر الشريف- بمحافظة الإسكندرية، ونظراً لطبيعة الدراسة، وتحقيقاً لأهدافها استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي القائم على نظام المجموعتين الضابطة والتجريبية (المتغيرات الضابطة)، لاستقصاء أثر برنامج الكمبيوتر (المتغير المستقل)، في تنمية مفاهيم الثقافة الغذائية على اختبار الثقافة الغذائية المصور للأطفال (المتغير التابع)، وذلك للتحقق من فروض الدراسة.

**أدوات البحث:** اختبار نكاه الأطفال المصور "إجلال سري" واختبار معرفي مصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية وبرنامج باستخدام الكمبيوتر لتنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

**نتائج البحث:** يوجد أثر كبير لاستخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة عينة الدراسة.

## مقدمة الدراسة:

تعد مرحلة الطفولة المبكرة من أهم مراحل الحياة وأكثرها خطورة وتأثيراً في مستقبل الإنسان فهي المرحلة العمرية التي تشكل حجر الزاوية في البنية الأساسية للشخصية الانسانية، ففيها تشتد قابليته للتأثر بالعوامل المحيطة، وتتفتح ميوله واتجاهاته، ويكتسب ألواناً من المعرفة والمفاهيم والقيم وأساليب التفكير. فهي المرحلة التي يتم بها عملية الضبط الاجتماعي، وتنمو مفاهيم الطفل عن الصواب والخطأ، كما يتم خلالها التأثير على معظم أبعاد النمو الأساسية للشخصية والتعرف على سمات السلوك والعلاقات الإنسانية، ويكون الطفل بها أكثر استجابة لتعديل السلوك في اتجاه النمو السليم لمختلف جوانب حياته.

ومن هنا تأتي أهمية استغلال تلك المرحلة في اكساب الطفل العديد من الخبرات الخاصة بالثقافة الغذائية والوعي الصحي وتدعيم الاتجاهات الايجابية نحو الاصول العلمية للتغذية حتى يدرك الطفل أهمية العناصر الغذائية الاساسية لصحته. حيث يعتبر التنقيف الغذائي من الموضوعات الهامة بالنسبة للأطفال، الأصحاء منهم والمرضي، فالغذاء ضروري للسلامة العضوية والعقلية وأيضاً للتوافق الاجتماعي. وهذا ما أوضحه كلاً من (سمير عبد الوهاب ٢٠١٠: ٧٧) و(أحمد أبو سعد وأسماء الصرايرة ٢٠١١: ٧).

كذلك فقد أشار كلاً من (ناهد محمد ٢٠٠٨: ٢١٣)، و(راندا الديب وإكرام الجندي ٢٠١٣: ١٢٩) إلى أن الغذاء الجيد من أهم دعائم الصحة العامة، إذ يؤثر مستوى التغذية في الأطفال تأثيراً مباشراً على نموهم البدني والعقلي وعلى كفايتهم العملية والذهنية ونشاط كافة أعضائهم، فصحة الطفل وغذاؤه عاملان متلازمان يسيران في خطين متوازيين ويتأثر كل منهما بالآخر لأن جودة الغذاء الذي يتناولونه يؤثر على نموهم وتطورهم، والعادات الغذائية الإيجابية التي تنمي في السنوات الأولى تؤثر على اختيار الطفل للطعام وبالتالي حالته الغذائية طوال حياته مما يمكن أن يكون له تأثير دائم على الصحة.

وقد أكد كلاً من (سعاد بسيوني ٢٠١٠:) و(محمد الحيلة ٢٠١٢: ٤٥٩) على ضرورة توفير البيئة التعليمية المناسبة لغرس تلك العادات الغذائية الصحيحة

وخلق اتجاه صحي نحو الغذاء والتغذية من خلال الأنشطة المتنوعة المختلفة، بما يتناسب مع طبيعة الطفل واتجاهاته وميوله؛ لذا فإنه يجب تضمين وتكامل المفاهيم المكتسبة لتلك المرحلة بشكل مترابط مع الأنشطة التي يتفاعل معها الطفل باستخدام أكبر عدد من حواسه وقدراته.

وقد أشار كلاً من (ماجده صالح، ٢٠٠٠: ٧٧)، و(هناء عبد الرحيم ٢٠١١: ١١٣)، و(عبد الرحمن الهاشمي، ٢٠١٤، ٣٦٢) إلى أهمية الحاسب الآلي كوسيلة من الوسائل التعليمية المثيرة والمشوقة للطفل، وضرورة استخدام هذه الوسيلة التكنولوجية الفعالة في تنمية العديد من المفاهيم لما لها من فاعلية في تحسين نتائج التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة، حيث يلعب الكمبيوتر دوراً فعالاً ومهماً في مرحلة ما قبل المدرسة من حيث قدرته على تنمية المفاهيم المرتبطة بالمرحلة على كافة مستوياتها فهو ينمي القدرة على التفكير والقدرات الفنية واللغوية والرياضية والاجتماعية بجانب تنمية القدرة على الابتكار كما يساعد على اكتساب الطفل لأسلوب حل المشكلات من خلال ممارسته لبعض الأنشطة والألعاب التعليمية على الجهاز بصورة تزيد من حماس الطفل وتثير اهتمامه نحو المادة التعليمية.

هذا وقد تطرق (Fred 2006)، و(السيد شريف، ٢٠١٤، ١٢٨ - ١٢٩) إلى نتائج أبحاث مؤسسة تكنولوجيا الكمبيوتر (CTR) التي أوضحت أن برامج الكمبيوتر متعددة الوسائط تساعد في زيادة كمية المعلومات التي يتذكرها المتعلمون بمعنى أن الطفل يستطيع أن يتذكر ٢٠% فقط مما يراه ولكنه يتذكر ٨٠% مما يراه ويسمعه ويفعله في نفس الوقت وذلك نظرًا لما توفره برامج الوسائط المتعددة من تفاعل بين الطفل والحاسوب عن طريق الصوت والموسيقى والصورة والحركة والنصوص والفيديو، والاهتمام بأساليب التعزيز لاستجابات الطفل الصحيحة وتعديل الاستجابات الخاطئة.

ولذلك فقد شهد العقد الماضي اهتماماً بالغاً بدور الكمبيوتر في العملية التعليمية.

كما ظهرت كثير من الأبحاث التي ناقشت مدى فاعلية برامج الكمبيوتر في تحسين نتائج التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة من خلال التفاعل مع الكمبيوتر مثل دراسة كل من: أمل أحمد (٢٠٠٠)، و Tayler (٢٠٠١) و Plowman

Stephen & (٢٠٠٣) و Akman (٢٠٠٦)، و Mendez (٢٠٠٩)، ومحمد متولي (٢٠١٠)، ومنال أحمد (٢٠١٠)، ومنال عبد الفضيل (٢٠١٣)، وزينب محفوظ (٢٠١٤)، وإيناس البلتاجي (٢٠١٤)، وفاطمة صبحي (٢٠١٦) وأسماء محمد (٢٠١٦).

وعلى ضوء أهمية الحاسوب واستخداماته المتعددة التي أثبتت معظم الدراسات فاعليتها لذا تسعى الدراسة الحالية الى بيان أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

### مشكلة الدراسة:

تحددت مشكلة الدراسة الحالية من أهمية تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة حيث تعد التغذية أحد أهم العوامل المؤثرة في نمو الفرد وفي تمتعه بالصحة الجسمية والنفسية وفي قدراته العقلية والادراكية فالغذاء بمثابة الوقود اللازم لحركة الجسم فهو المصدر الاساسي للطاقة.

ولذلك فإن من أهم متطلبات النمو الأساسية للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة حصوله على غذاء متكامل من حيث الكم والنوع بحيث يفي بجميع احتياجات الطفل الغذائية اللازمة لبناء الخلايا والأنسجة الجديدة التي تتكون في عملية النمو.

وتؤثر مشكلات سوء التغذية (سواء بالنقص او بالزيادة) سلبا على الاداء البدني والنمو العقلي للطفل مما يؤدي في النهاية الى انخفاض معدلات النمو والتنمية، وتتركز اهم أسباب مشكلات التغذية في نقص الوعي الثقافي الغذائي الذي يتمتع به الفرد والذي يحدد اختياراته الغذائية، فعملية مساعدة أفراد المجتمع في الحصول على المعلومات والخبرات الازمه لهم للقيام بالاختيار المناسب لغذائهم واجب ضروري وهام والتثقيف الغذائي الناجح والفعال هو الذي يجعل المعلومات المعطاة سهله الفهم والاستخدام في الحياه اليومية ويعمل على تغيير العادات الغذائية للأفراد وعلى وجه الخصوص الاطفال، ولهذا أوصت لجنة خبراء التغذية المشتركة بين منظمة الصحة العالمية أن التثقيف في مجال التغذية اسلوب استراتيجي لتوقي

سوء التغذية وشدت على ضرورة إعادة النظر في طبيعة ومدى فعالية التثقيف الغذائي للأطفال (ناهد شعبان، ٢٠٠٨، ٦٣).

ومن خلال تحليل محتوى كتب مرحلة رياض الاطفال وجدت الباحثة قصور واضح في تناول الثقافة الغذائية، حيث أن النسبة المئوية لورود عناصر الثقافة الغذائية في المجالات المختلفة من كتب وزارة التربية والتعليم والمقدمة لمرحلة رياض الاطفال المستوى الأول تشغل نسبة ٢,٥% ونسبة المستوى الثاني ٣,٤% من إجمالي ما يتعلمه الطفل بالروضة، والنسبة المئوية لورود عناصر الثقافة الغذائية من كتب الازهر الشريف لمرحلة رياض الاطفال للمستوى الاول تشغل نسبة ٢,٨% ونسبة المستوى الثاني ١,٤% من إجمالي ما يتعلمه الطفل بالروضة.

ونظرا لأهمية دور الكمبيوتر في تنمية المفاهيم لطفل الروضة والتي اثبت فعاليتها العديد من نتائج الدراسات التجريبية التي تناولت استخدام الحاسب الآلي وبرمجياته التعليمية في مرحلة الطفولة المبكرة على سبيل المثال وليس الحصر دراسة: مها احمد محمد الرزاز (٢٠٠١)، و Anne (٢٠٠٣)، و Kathryn (٢٠٠٣)، ورياب طه (٢٠٠٧)، وأسماء احمد (٢٠١٢)، وهدى عباس (٢٠١٢)، وأسماء السيد (٢٠١٤)، ورائيا نبيل (٢٠١٦)، وأزهار حسين (٢٠١٠)، فقد رأيت الباحثة أن برامج الكمبيوتر قد تفيد كثيرا في تدريس الثقافة الغذائية للأطفال لذلك سعت الباحثة الى "بحث اثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

ومن هنا تلخصت مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- ما أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة؟  
وينفرد منه الأسئلة الفرعية الآتية:
- ما مفاهيم الثقافة الغذائية المراد تميمتها لدي طفل الروضة؟
- ما البرنامج القائم على استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي الذي يمكن أن ينمي الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة؟
- ما أثر البرنامج القائم على استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة؟



## أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة الى:

- قياس مستوى الثقافة الغذائية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.
- تنمية بعض مفاهيم الثقافة الغذائية من خلال تصميم وتنفيذ برنامج قائم على استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي لدي طفل الروضة.
- قياس أثر البرنامج القائم على استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

## أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في الآتي:

- تنمية معرفة الطفل بمفاهيم الثقافة الغذائية المقترحة لدي طفل الروضة.
- توضيح أهمية برامج الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنميته الوعي الغذائي الصحي للأطفال.
- جذب انتباه القائمين على التعليم في مرحلة رياض الاطفال بأهمية برامج الكمبيوتر كوسيط تفاعلي لتنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة لما لها من أثر في حياة الطفل.
- نشر المعرفة المتعلقة بكيفية استخدام برامج الكمبيوتر التفاعلية في تنميته الثقافة الغذائية لطفل الروضة.

## فروض الدراسة:

- (١) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لصالح المجموعة التجريبية".
- (٢) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي لأطفال المجموعة التجريبية على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لصالح القياس البعدي ".
- (٣) يوجد أثر كبير لاستخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة عينة الدراسة ".

**حدود الدراسة:**

اقتصرت الدراسة الحالية على:

**حدود بشرية:** انقسمت عينة الدراسة الحالية إلى:

- عينة استطلاعية: تكونت من عينة عددها (٣٠) طفلاً من أطفال المستوى الاول لمرحلة رياض الأطفال.
- عينة الدراسة: تكونت من عينة عددها (٦٠) طفلاً من أطفال المستوى الاول لمرحلة رياض الأطفال وتم تقسيمهم إلى (٣٠) طفلاً للمجموعة الضابطة، و(٣٠) طفلاً للمجموعة التجريبية.

**حدود زمانية:**

تم تطبيق البرنامج خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧ م.

**حدود مكانية:**

روضة معهد سموحة النموذجي الأزهرى بإدارة وسط التابعة للأزهر الشريف- محافظة الإسكندرية.

**حدود موضوعية:**

مجموعة من المواقف التعليمية والأنشطة المتكاملة المنظمة، التي يتم إعدادها وبرمجتها بواسطة الحاسب الآلي بهدف تحقيق أهداف تعليمية محددة، وتتناول المواقف مفاهيم ومهارات خاصة بالثقافة الغذائية متمثلة في (الغذاء، وظائف الغذاء، الهضم، الغذاء المتوازن، الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الفيتامينات، الأملاح المعدنية، الماء، الهرم الغذائي، مجموعة الحبوب، مجموعة الخضروات، مجموعة الفواكه، مجموعة الألبان، مجموعة اللحوم، مجموعة الدهون، آداب الطعام، أهمية وجبة الافطار، التسمم الغذائي، السمنة، الوجبات السريعة) ويتم تقديمها من خلال النصوص والرسومات، والصور الثابتة، والمتحركة والأصوات التي بنيت على أساس الوسائط المتعددة التفاعلية باستخدام برامج الكمبيوتر.

## منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي القائم على نظام المجموعتين (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة)؛ لأنه أكثر ملاءمة لطبيعة الدراسة الحالية. (ظافر الكاظمي، ٢٠١٢، ١٣٩ - ١٤١).

## أدوات الدراسة:

- اختبار الذكاء المصور " إجلال سري ".
- اختبار معرفي مصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لطفل الروضة. (إعداد: الباحثة)
- برنامج باستخدام الكمبيوتر لتنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة. (إعداد: الباحثة)

## مصطلحات الدراسة:

### الكمبيوتر:

يعرف الكمبيوتر بأنه "جهاز يعمل بطريقة الكترونية ويقوم بتخزين البيانات والمعلومات في كافة اشكالها وانماطها ويسترجعها ويعالجها وينقلها بسرعة فائقة ودقة بناء على اوامر يغذيها بها الانسان عند تعامله مع البيانات والمعلومات". (أحمد جمعة وآخرون: ٢٠٠٦، ٨٣ - ٨٤).

### برامج الكمبيوتر كوسيط تفاعلي:

يمكن تعريف برامج الكمبيوتر التعليمية بانها "تلك الوسائل التعليمية متعددة الوسائط المعبرة عن المحتوى الدراسي وأنشطته، والتي يتم اعدادها وتصميمها ونتاجها في صورة برنامج حاسوبي في ضوء معايير محددة ووفقاً لأهداف تعليمية محددة، وتعتمد هذه البرامج في انتاجها على مبدأ تقسيم العمل الى أطر أو شاشات صغيرة متتابعة ومنطقيه ومشتقه من المبادئ العامة لفكرة التعليم المبرمج التي نظمها سكرن والتي تقوم على العلاقة المرتبطة بين المثير والاستجابة" (احمد سالم وعادل سرايا: ٢٠٠٣، ٣٠٥).

والمقصود ببرامج الكمبيوتر في الدراسة الحالية: هو "البرنامج المعد من قبل الباحثة وفقاً لخصائص واحتياجات الطفل والذي يهدف الى تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة".

### الثقافة الغذائية:

هي "عملية تعليم علم التغذية للأفراد أو المجموعات في المجتمع، أو تيسير وتسهيل عملية الرعاية الغذائية على المدى الطويل، من أجل تنمية وتطوير التغييرات السلوكية الدائمة في أنماط الغذاء" (Insel, 2003: 531).

وتعرفها الباحثة (إجرائياً): هي "جميع المعلومات والمعارف والخبرات والاتجاهات عن التغذية الصحية والسلوكيات والأمراض الخاصة بالغذاء والقدرة على تطبيق تلك المعرفة في الحياة اليومية بصورة مستمرة تمكن الطفل من تجنب العادات الغذائية غير السليمة والاستخدام الامثل للمصادر الغذائية المتاحة له".

### إجراءات الدراسة:

اتبعت الدراسة الإجراءات الآتية:

- تحديد مشكلة الدراسة.
- دراسة نظرية للمفاهيم والمتغيرات التي اشتمل عليها البحث الحالي، وذلك بمراجعة الأدبيات والبحوث والدراسات السابقة.
- تصميم الأدوات الخاصة بالدراسة.
- وضع فروض الدراسة.
- اختيار عينة الدراسة.
- تحديد ثبات وصدق الأدوات المستخدمة في الدراسة.
- إجراء القياس القبلي لأدوات الدراسة على عينة الدراسة.
- تنفيذ برنامج الدراسة.
- إجراء القياس البعدي لأدوات الدراسة.
- تحليل البيانات وعمل المعالجات الإحصائية المناسبة التي تناسب أهداف وطبيعة الدراسة.

- تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.
- وضع التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة.

### الإطار النظري:

١- الكمبيوتر وطفل الروضة: يعيش العالم اليوم ثورة معلوماتية هائلة حيث يعتبر طفل الروضة محوراً رئيسياً من محاور إعداد المواطن للحياة ومن ثم لم تعد التربية التقليدية في ظل عصر العولمة وسيلة كافية لتنشئة أجيال قادرة على مسايرة هذه التغيرات والتطورات التكنولوجية الحديثة، لذا كانت هناك حاجة ماسة لإكساب هؤلاء الأطفال أولي الخطوات للارتقاء بنموهم العقلي المعرفي والاجتماعي والبحث عن كل ما هو جديد لتعليم هذه الفئة والذي يمثل أحد المقومات الأساسية لتحقيق النمو المتكامل للطفل في بيئة آمنة داعمة، حيث إن برامج طفل الروضة يجب أن تقدم الخبرات التربوية بغرض تحقيق التنمية الشاملة وتعديل سلوكيات طفل الروضة ومن أهمها الكمبيوتر الذي أصبح لغة العصر بل ووسيلة رئيسية في التواصل والتفاعل بين أفراد المجتمع وتقديم المهارات والمفاهيم اللازمة لهم عن طريق برامج الكمبيوتر لكي يتعلمون بطرق غير تقليدية محببة لهم تتناسب مع خصائصهم وتمكنهم من التوافق مع أقرانهم وأسرههم ومجتمعهم. وهذا ما أوضحه كل من: مي محمدي (٢٠١٣: ٢٢-٢٣)، وعاطف عدلي (٢٠١٣: ١٩٧)، ورنادا عبد العليم (٢٠١٥: ١٩).

### تعريف الكمبيوتر:

يعرفه جمعه حسن (٢٠١٥: ١٢٣) بأنه "جهاز رقمي يستقبل المعطيات ويخزنها ويعالجها بطريقة ذاتية من خلال برمجيات محددة فيجري عليها العمليات الحسابية والمنطقية ثم يخرجها عند الطلب".

### تعريف برامج الكمبيوتر:

يعرفها وليد الحلفاوي (٢٠١١: ١٨) بأنها "هي البرمجيات التي يتم من خلالها استخدام الكمبيوتر في مزج وتقديم النصوص المكتوب والرسومات الخطية والصور الثابتة والمتحركة في نظام متكامل وربط هذه الوسائل ببعضها بحيث يمكن

للمتعلم أن ينتقل ويتحرك ويبحر ويتفاعل بنفسه مما يجعل العملية التعليمية أكثر إثارة وفاعلية".

### أهمية استخدام الكمبيوتر مع طفل الروضة:

يلخص كل من (Jermy 2000, 78- 82)، وفهيم مصطفى (٢٠٠٥: ١٦٣ - ١٧٠)، وأبو بكر يوسف (٢٠٠٨: ٣١ - ٣٢) أهمية استخدام الكمبيوتر مع طفل الروضة في مجموعة النقاط الآتية:

- إتاحة الفرصة للتعلم وفقاً لسرعة الطفل: حيث يسمح التعلم بالكمبيوتر للطفل أن يسير في تعلمه وفقاً لطاقته ومجهوده وتبعاً لسرعته ويتأتى ذلك من خلال عمليتين: العملية الأولى هي أن الكمبيوتر يتيح للطفل فرصة التحكم في تعلمه عن قصد، وذلك حينما يتحكم الطفل في وقت الاستجابة وهو الوقت الذي ينقضي بين عرض المادة التعليمية على الشاشة وبين استجابته لها. أما العملية الثانية فهي قدرة الكمبيوتر على ضبط تدفق المادة التعليمية طبقاً لاستجابة الطفل. ويتحقق ذلك بالسماح بتكرار المادة التعليمية وبالتحكم في السرعة التي يعرض بها.
- تشجيع الطفل وإثارة دافعيته واستثارة انتباهه: من خلال ما يوفره الكمبيوتر من إمكانات استخدام الألوان والصور والمؤثرات الصوتية والرسوم المتحركة، حيث يعمل الكمبيوتر على إثارة أكثر من حاسة في وقت واحد من خلال تصميم البرامج التفاعلية.
- إثارة الدافعية: إن دافعية الأطفال تزيد عند استخدام الكمبيوتر حيث يتفاعلون معه بأكثر من طريقة مثل: استخدام الكتابة والتلوين واستخدام الفأرة ولوحة المفاتيح والتي تعمل استخدامها على زيادة التأزر الحس حركي عند الأطفال.
- يوفر التغذية الراجعة: حيث يقدم الكمبيوتر معلومات فورية إلى الطفل تخبره عن استجاباته سواء كانت صحيحة أو خطأ، وتعمل هذه المعلومات على توجيه الاستجابات الخاطئة وتأكيد الاستجابات الصحيحة وفي الغالب يكون الرجوع المقدم إلى الطفل مقترناً ببعض الرسومات أو الأصوات مما تجعل التغذية الراجعة شيقة.

- يقدم بيئة تعليمية آمنة للأطفال: حيث انه يسمح لهم على سبيل المثال أن يتجولوا في الغابة أو يجربوا العديد من التجارب دون المساس بأمنهم وسلامتهم.
- يتيح مستويات عليا من التفاعل: تزيد من دافعية الأطفال، ويحقق فهما أعمق للمفاهيم التي يكتسبوها.
- يدعم المشاركة النشطة لكل الأطفال: حيث يكون لكل منهم دور ايجابي في استقبال المعلومات والمفاهيم هذا بالرغم أن لكل طفل أسلوبًا ونمط تعلم يختلف عن الآخر.
- يساند الأطفال المتأخرين دراسياً أو المعاقين ذوي الاحتياجات الخاصة.
- يكسب الطفل القدرة على التعلم الذاتي.

## الثقافة الغذائية وطفل الروضة:

### تعريف الثقافة الغذائية:

يعرفها يحيى حماد، السيد أبو السعود (٢٠٠٩، ٩) بأنها "مجموعة من الأنشطة التي تهدف إلى تغيير ممارسات وعادات مجموعة من الأفراد للمساهمة في تحسين حالتهم الغذائية".

### أهمية الثقافة الغذائية في حياة الطفل:

ترى كلاً من ناهد شعبان (٢٠٠٨: ٦٢ - ٦٤)، ورائدا الديب وإكرام الجندي (٢٠١٣: ١٢٩) أن حسن اختيار الطعام يعد من أهم الأسس للنهوض بالتغذية، ولهذا اهتم العلماء خلال القرن العشرين بعلم الغذاء والتغذية وأوصت لجنة خبراء التغذية المشتركة بين منظمة الأغذية والزراعة ومنظمة الصحة العالمية أن التنقيف في مجال التغذية أسلوب استراتيجي للوقاية من سوء التغذية وشددت على ضرورة النظر في طبيعة ومدى فعالية التنقيف الغذائي للأطفال، كما أوصت اليونيسكو بأهمية نشر الثقافة الغذائية وتضمين عناصرها في جميع مراحل التعليم كأحد الحلول العلمية لمشكلات التغذية، وهذا الاهتمام الدولي من قبل المنظمات والمؤسسات البحثية بالتربية الغذائية والمجالات المرتبطة بها جاء امتداداً لما أكد عليه المؤتمر

الدولي للرعاية الصحية الأولية الذي انعقد تحت شعار " الصحة للجميع عام ٢٠٠٠" من أهمية تضمين التربية الغذائية من عناصر الرعاية الصحية الأولية.

هذا وقد دلت العديد من الدراسات العلمية على مدي أهمية التنقيف الغذائي

في حياة الطفل مثل:

دراسة محمد مبارك خضر (٢٠٠٥) التي أكدت على أن تأمين الغذاء المناسب لعمر الطفل ووزنه كما ونوعا يعتبر أحد المتطلبات الأساسية المهمة لضمان النمو والتطور السليم للطفل في سنوات عمره الأولي، وأوضحت نتائج الدراسة أن سوء التغذية سواء كان كمية أو نوعية خلال هذه الفترة خاصة له تأثيرات ضارة على النمو الجسدي والتطور العقلي لاحقا لا يمكن اصلاحه، ودراسة فاطمة رياض (٢٠٠٦) التي أوضحت أن تأثير سوء التغذية ليس جسديا فقط، بل تمتد آثاره على القدرة العقلية أيضا ويظهر ذلك في تباطؤ النطق والكلام وانخفاض معدل الذكاء وبعض التأخر في الأنشطة السلوكية والادراكية للطفل كما أوصت بتقليل مستوي الدهون في وجبة المقدمة للطفل بمعدل لا يزيد عن ٣٠% حتى لا يكون له تأثير سيء على قلب الطفل في المستقبل، ودراسة Micheal (2008) التي أكدت في نتائجها أن الغذاء عنصر مهم في حياة الأطفال وأن الجوع خلال الطفولة يعيق قدرة الطفل على التعلم بطريقة يصعب تداركها فيما بعد ويسبب بطء في النمو العقلي وضعفا في مستوي الذكاء ويؤدي لانخفاض القدرة على التعلم، ودراسة Sylwester (2010) التي تناولت دراسة الأطعمة التي تؤثر على القدرات العقلية حيث تؤكد أن هناك أطعمة كثيرة ثبت علمياً أن لها تأثيراً على القدرات الذهنية لاحتوائها على بعض المواد الفعالة التي تدخل في تركيب خلايا الدماغ وتنشط الخلايا العصبية الناقلة للإشارات خاصة التي تحتوي على الأحماض الدهنية غير المشبعة، ودراسة طلعت محمد (٢٠١٦) التي تناولت تأثير الحالة الغذائية علي النمو الادراكي والانتباه لدي أطفال الروضة وقد أوصت الدراسة بضرورة عمل برنامج لرفع الوعي الغذائي لأمهات اطفال الروضة وبضرورة الاهتمام بتناول الاطفال للأطعمة التي تسد العجز في العناصر الغذائية التي أسفرت عن تناولها بكميات اقل من المسموح.



## بعض المفاهيم الغذائية المناسبة لطفل الروضة والتي تناولتها الدراسة: الغذاء:

يعتبر الغذاء من الحاجات الأساسية التي فطر الله عليها الإنسان ولا بد من إشباعها حتى لا يؤثر ذلك سلباً على حياته سواء كان من الحالة النفسية أو الجسمية والتي تؤثر على الأداء الحركي والذهني للإنسان ويعرفه ناجي مصطفى (٢٠١٤، ١٥) أنه عبارة عن أي مادة " سائلة أو صلبة " تحوي المواد المغذية التي يستخدمها الجسم حيث تزود الجسم بالعناصر الأساسية وغير الأساسية. وينتج عن استهلاك الغذاء الطاقة والنمو والتطور وصيانة الخلايا والتكاثر وتنظيم عمليات الأيض الغذائي وكذلك العمليات الحيوية الأخرى.

### الوظائف الرئيسية للغذاء:

يشير كلاً من محمد الحمامي (٢٠٠٠: ٣٠-٣٣)، وسمير أحمد (٢٠٠٢: ١٩)، و(Villareal, 2005 934)، ومحمد صالح (٢٠١١: ٢)، وفتحي نيا ب (٢٠١٢: ١٢٤) وبهاء الدين ابراهيم (٢٠١١: ٢١٣)، وجوهرة فهد (٢٠١٢: ٢٢)، وعبدالله القعقاع (٢٠١٣: ١٩) أن للغذاء دوره الحيوي في الحفاظ على الصحة والنمو والتطور بصورة طبيعية، فالغذاء ضروري جداً لحياة الإنسان، وترجع أهمية الغذاء إلى مجموعة الوظائف التي يؤديها بداخل الجسم وهي كالتالي:

- امداد الجسم بالطاقة اللازمة للأنشطة المختلفة.
- امداد الجسم بالمواد اللازمة للنمو ولبناء أنسجة جديدة واصلاح وتعويض الناقص منها.
- تنظيم العمليات الحيوية داخل الجسم من أجل توازنه وتأمين سلامته.
- وقاية الجسم من الأمراض وتقوية جهاز المناعة.

### الهضم والجهاز الهضمي:

يوضح سمير عزار (٢٠٠٤: ٣٨) أن الجسم البشري يحصل على حاجته من الطاقة اللازمة لإتمام أنشطته اليومية من الطعام، فهو الوقود الذي ينتج الطاقة اللازمة لجميع أنشطة ووظائف الجسم المختلفة، ولا يمكن لجسم الإنسان أن يستخدم

الغذاء بالشكل الذي يتناوله به، بل يستعين بأجهزة التغذية الذي تقوم بهضم الطعام لكي يستطيع الانسان الاستفادة منه والتي تتمثل في الجهاز الهضمي والذي يعرفه بأنه هو "الجهاز المسؤول عن معالجة الأطعمة بأنه يحولها إلى بروتينات قابلة للاستعمال كهيدرات الكربون والأملاح المعدنية والمواد الدهنية وغيرها ويدخل هذه المواد إلى الدم حتى توزع في الجسم". كما يشير إليه ناجي مصطفى (٢٠١٤: ١٦) أنه هو "جهاز التغذية الذي يقوم بهضم الطعام لكي يستطيع الانسان الاستفادة منه".

### الغذاء المتوازن:

نظراً للدور المباشر والمهم الذي يلعبه الغذاء والتغذية في حياة الفرد نوعاً وكماً كانت تلك الأهمية لما يعرف بالغذاء المتوازن. ويعرفه اكرامي قوره (٢٠١٣: ٦١) بأنه "هو الغذاء الذي يمد الجسم بما يحتاجه من سرعات حرارية، ويحتوي على نسب متكافئة من النشويات والبروتينات والدهون، كما يوفر للجسم ما يحتاجه من ماء وفيتامينات ومعادن، مع مراعاة توزيع مصادر الطاقة".

### عناصر الغذاء:

يشير كلاً من مني خليل (٢٠٠٥، ٢٠)، وناجي مصطفى وآخرون (٢٠١٤)، إلى أن العناصر الغذائية التي يتكون منها الغذاء المتوازن هي مواد صلبة صافية مغذية بحد ذاتها ولا يمكن تصنيعها داخل أو أنه يصنعها بكميات غير كافية، وهي المواد الموجودة في الطعام والتي تشكل أساساً لإنتاج الطاقة ونمو الجسم والتي تبقى الجسم قادراً على القيام بوظائفه الطبيعية كما تحافظ على ديمومة الحياة. لذلك يجب ان يحتويها الغذاء بكميات مناسبة وتصنف في ست مجموعات وهي الكربوهيدرات والبروتين والدهون والعناصر المعدنية والفيتامينات والماء.

### الهرم الغذائي الجديد:

وتشير نادية عبد المجيد (٢٠٠٩: ٧٠) إلى أن الهرم الغذائي الجديد يحتوي على ستة مجموعات من الأغذية في صورة سلسلة من الأشرطة بأحجام بحيث أنه قد تم وضع الألوان في شكل شرائح مثلثة أو هرمية الشكل وقد تم وضعها في هذا الشكل الهرمي أو المثلثي بحيث تبدأ الشرائح عريضة ثم تقل في الاتساع

وتصبح ضعيفة عند قمة المثلث وذلك لأنه ليس كل الطعام الموجود في الشريحة الواحدة تعطي نفس السعرات الحرارية، كما وضعت الشرائح المختلفة في الهرم حيث تكون مختلفة في السمك وذلك لاختلاف احتياجات الجسم من الشرائح المختلفة للطعام.

### آداب تناول الطعام:

يوضح كلاً من عبد الرحمن العيسوي (٢٠١٢: ١٩٣-١٩٥) ورناندا الديب واكرام الجندي (٢٠١٣: ١٣-١٤) وأبي بلال محمد (٢٠١٥: ٦-٢٢) إلى أن للطعام والمشروبات مجموعة من الآداب يجب الحرص عليها وتمثل في: غسل اليدين قبل الطعام، الدعاء بالبركة، التسمية قبل الأكل، الأكل باليد اليمنى، أن يأكل مما يليه، ألا يأكل متكناً، ألا يعيب الطعام، أن يحمده الله تعالى بعد طعامه.

### أضرار الاحجام عن تناول وجبة الإفطار:

تشير ناهد محمد (٢٠٠٨: ٩١) إلى أن كل الوجبات تلعب دور حيوي لإمداد الجسم بالاحتياجات الموصي بها من الحاجات الغذائية الا أن علماء التغذية يعتبرون الافطار هو أهم وجبة في اليوم وهو القاعدة الأساسية للعادات الغذائية الصحية والافطار هو الاستيقاظ على بداية صحية، وأن عدم تناول وجبة الإفطار تؤدي إلى نقص في مستوي السكر في الدم ويؤدي إلى صداع واضطرابات معدية وهزال وعصبية فالطفل الذي يبدأ يومه بمعدة خاوية هو في الحقيقة طفل منصرف الذهن. كما أضاف أحمد شعبان (٢٠١٢: ٥١) رأي المعهد القومي للتغذية المصري الذي أكد أن الافطار الصحي له فوائد جمة على صحة الفرد طوال اليوم، ويساعد على زيادة النشاط والتركيز، محذراً في الوقت نفسه من أن عدم تناول الافطار يسبب ارباكاً للجسم ويؤدي للاكتئاب والقلق والتوتر والاحباط.

### الوجبات السريعة:

تعرف راندا الديب واكرام الجندي الوجبات السريعة (٢٠١٣: ١١٤) بأنها "الأطعمة التي تحضر بكميات كبيرة، وعادة تكون ذات قيمة غذائية محدودة، وتحتوي اما على نسبة كبيرة من الملح، أو السكر، أو الدهون، أو السعرات الحرارية"

ويمكن تلخيص أضرار الوجبات السريعة كما يشير إليها دليل التربية الغذائية (٢٠١٣: ١١٥) في مجموعة النقاط التالية:

- تحتوي على كميات كبيرة من الدهون وبالتالي سعرات عالية تؤدي لزيادة وزن الطفل ومخاطر على صحة القلب والأوعية الدموية.
- غنية بالصوديوم الموجود في ملح الطعام، والزيادة منه تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم.
- غنية بالسكريات الموجودة في المشروبات الغازية والبسكويت والكيك والحلويات والتي تؤدي لزيادة الوزن وتسوس الأسنان لدى الأطفال.
- تجعل الطفل يأكل بسرعة دون مضغ جيد مما يسبب عسرا في الهضم.
- احتمال التعرض للتسمم الغذائي وخاصة في فصل الصيف.

### السمنة:

توضح ايفيلين سعيد (٢٠٠٥: ١٦٣) أن السمنة تعد من أكثر المشاكل الصحية التي تحتاج إلى تحد في الدول المتقدمة والنامية على السواء إذ أنها تنتشر بين جميع الأعمار وفي جميع المستويات الاجتماعية المختلفة. كما تعتبر السمنة أحد أمراض سوء التغذية في مصر وتمثل السمنة نسبة ٥٨-٦٠% في الإناث و١٧% في الرجال وفي الأطفال ١,٨% طبقا لأحدث الاحصائيات بمعهد التغذية عام ١٩٥٥، ويعرفها يوسف أبو الغيط (٢٠١٠: ٧) "هي زيادة وزن الشخص عن المعدل الطبيعي المحدد له، ويوصف الشخص بالسمنة أو البدانة إذا زاد وزنه حوالي ٢٠% عن الوزن الطبيعي المحدد له ويتوقف معرفة الوزن المثالي لجسم أي إنسان حسب المعايير التالية "النوع، السن، حجم الجسم.

### التسمم الغذائي:

يذكر بسام عبد الرحمن (٢٠١٢، ٥٣) أن التسمم الغذائي يعد من أحد أهم الأمراض التي قد تنتج عن استهلاك طعام ملوث، ويعرف التسمم الغذائي بأنه "هو حالة مرضية يكون سببها مسببات ممرضة موجودة بشكل غير في الطعام، وقد تكون مواد سامة تنتج من الجراثيم أو الجراثيم نفسها أو سموم كيميائية خارجية".

كما يعرفه سمير أحمد (٢٠١٣: ١٦١) بأنه "الأمراض الحادة الخاصة بالمعدة والأمعاء، الناتجة عن تناول الأغذية الملوثة ببعض العوامل الجرثومية أو السموم قبل استهلاكها من قبل الانسان".

### ٣- توظيف الكمبيوتر في عملية التثقيف الغذائي:

يشير طارق كمال (٢٠٠٨: ١٠٣) إلى أن الكمبيوتر يعتبر من أفضل الوسائل الثقافية المعاصرة فقد برز الاهتمام منذ نهاية القرن العشرين وبداية القرن الحادي والعشرين في توظيف الكمبيوتر في عملية التثقيف، وذلك لأن المادة التثقيفية التي تستخدم أكثر من وسيلة حسية في مجال تثقيف الطفل تنجح بصورة أكبر من المادة التثقيفية التي تستخدم وسيلة حسية واحدة لأن الصورة تزيد من وضوح الكلمة المسموعة وفهم معناها بصورة أحسن مما تعمل على تحويل المجردات إلى محسوسات وهذا ما يقوم به الكمبيوتر، وقد أكد على أهمية تفعيل التثقيف الغذائي العديد من الأبحاث والدراسات مثل: دراسة Anderson (2001) ودراسة ناهد شعبان (٢٠٠٢) ودراسة Unusan and Sanlier (2007) ودراسة ولاء عطية (٢٠٠٨) ودراسة Mullan & Wong (2010).

هذا وقد أثبتت الدراسات التي استخدمت البرامج الكمبيوترية فعاليتها في تثقيف وتعليم طفل الروضة كما أثبتت فعاليتها في تنمية مفاهيم التربية الغذائية والوعي الغذائي والصحي وتعديل العادات الغذائية الخاطئة، وتحسين الممارسات الغذائية اليومية، لذلك اتجهت الباحثة في الدراسة الحالية إلى استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي لتنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

### أدوات الدراسة:

قامت الدراسة الحالية على أداتين أساسيتين:

- تصميم اختبار معرفي مصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لطفل الروضة.
  - تصميم برنامج باستخدام الكمبيوتر لتنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.
- وفيما يلي عرض وتفسير لكل أداة من الأدوات السابقة:

## اختبار معرفي مصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لطفل الروضة:

### الهدف من الاختبار:

يهدف الاختبار إلي قياس الجانب المعرفي لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية المتضمنة برنامج الرسالة المقترح، وهو في هذه الدراسة يتمثل في الدرجة التي يحصل عليها الطفل من خلال إجاباته علي أسئلة المقياس المصور المعد من قبل الباحثة والذي يتمثل في أربعه محاور (الغذاء، عناصر الغذاء المتوازن، مجموعات الهرم الغذائي، العادات والأمراض الغذائية).

### خطوات بناء الاختبار:

- الاطلاع علي بعض الكتب والمراجع العلمية والبحوث والدراسات المرتبطة بالدراسة الحالية، علي سبيل المثال وليس الحصر: كمال زيتون (٢٠٠٤)، عفاف صبحي (٢٠٠٤)، مني خليل وآخرون (٢٠٠٥)، أحمد الحفناوي (٢٠٠٥)، حارث عبود (٢٠٠٧)، أحمد الفلاحي (٢٠٠٧)، عبد الله الرشدان (٢٠٠٨)، ناهد محمد (٢٠٠٨)، أميرة محمود (٢٠٠٨)، فاتن عبد اللطيف (٢٠٠٨)، أحمد محمد بدح وآخرون (٢٠٠٩)، عواطف حسان (٢٠٠٩)، خالد محمد السعود (٢٠٠٩)، يوسف الكماش (٢٠٠٩)، سعاد البسيوني (٢٠١٠)، أيمن الحسيني (٢٠١٠)، أزهار حسن (٢٠١٠)، السيد عبدالقادر (٢٠١٠)، حسام الدين محمد (٢٠١٠)، السيد ابو طور (٢٠١١)، حسن شحاتة (٢٠١١)، أحمد العلي (٢٠١٢)، ياسمين أحمد (٢٠١٢)، أحمد شعبان (٢٠١٢)، هالة الجرواني (٢٠١٢)، عمر أحمد (٢٠١٣)، عبدالله القعقاع (٢٠١٣)، راندا الديب واكرام الجندي (٢٠١٣)، عاطف عدلي (٢٠١٣)، أحمد همشري (٢٠١٣)، سمير أبو العيون (٢٠١٣)، زهير حسين (٢٠١٤)، رائد المواجده (٢٠١٤)، صالح محمد (٢٠١٤)، السعيد مبروك (٢٠١٤)، خالد ابو شعير وثائر غباري (٢٠١٥)، تسبي محمد وايزيس عازر (٢٠١٥)، جمعة ابراهيم (٢٠١٥)، فيصل حمد (٢٠١٥)، مني محمد (٢٠١٦).
- الاطلاع علي بعض الاختبارات المرتبطة بالدراسة الحالية سعيا وراء الاستفادة منها عند إعداد الاختبار، علي سبيل المثال وليس الحصر: فاطمة عبد المجيد (٢٠١٣)، نورا عبدالحميد (٢٠١٣)، رانيا حلمي (٢٠١١)، سولاف الحمراوي

(٢٠٠٨)، يسرا المقصود (٢٠١٠)، أميرة محمود (٢٠٠٨)، حنان حسن (٢٠٠٥)، ناهد شعبان (٢٠٠٢).

- الاطلاع علي بعض الاختبارات المصورة سعيا وراء الاستفادة منها عند إعداد الاختبار، علي سبيل المثال وليس الحصر: أسماء محمود (٢٠١٤)، رحاب عبد الوهاب (٢٠١٤)، دعاء أحمد (٢٠١٣)، هالة عيسي (٢٠١١)، حنان غنيم (٢٠١٠)، حنان غنيم (٢٠٠٨)، نجلاء أمين (٢٠٠٦).

### وصف الاختبار:

قامت الباحثة بإجراء التعديلات المناسبة للاختبار في ضوء آراء المحكمين ونتائج التجربة الاستطلاعية.

وقد أصبح الاختبار في صورته النهائية يتكون من (٤) محاور بعدد (٣٦) فقرة ويقسم إلي:

- المحور الأول (الغذاء): ويشتمل علي المفردات من (١- ٩) التي تناولت الغذاء، الهضم، وظائف الغذاء.
- المحور الثاني (عناصر الغذاء المتوازن): ويشتمل علي المفردات من (١٠- ١٨) التي تناولت الغذاء المتوازن، الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الفيتامينات، الأملاح المعدنية، الماء.
- المحور الثالث (مجموعات الهرم الغذائي): ويشتمل علي المفردات من (١٩- ٢٧) التي تناولت الهرم الغذائي، مجموعة الحبوب، مجموعة الخضروات، مجموعة الفواكه، مجموعة الألبان، مجموعة اللحوم، مجموعة الدهون.
- المحور الرابع (العادات والأمراض الغذائية): ويشتمل علي المفردات من (٢٨- ٣٦) التي تناولت أداب الطعام، التسمم الغذائي، أهمية وجبة الإفطار، الوجبات السريعة، السمنة.

## كفاءة اختبار الثقافة الغذائية:

### أولاً: الصدق:

اعتمدت الدراسة في حساب الصدق على ما يلي:

#### أ- الصدق المنطقي (صدق المحكمين):

تم عرض الاختبار على مجموعة من المحكمين وذلك بهدف: التأكد من مناسبة مفرداته، تحديد غموض بعض المفردات لتعديلها أو استبعادها، إضافة مفردات من الضروري إضافتها.

#### ب- صدق الاتساق الداخلي للمفردات:

قامت الباحثة بالتحقق من اتساق الاختبار داخلياً، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات الاختبار ودرجة البعد الذي تندرج تحته المفردة، وأيضاً حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للاختبار، وذلك بعد تطبيق الاختبار في صورته الأولى (٣٦ مفردة) على عينة الدراسة الاستطلاعية.

### ثانياً: الثبات:

استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار، وذلك بعد تطبيق الاختبار مرتين متتاليتين بفواصل زمني أسبوعين بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبار وقد بلغ معامل الثبات (٠.٨١) وهي درجة عالية من الثبات تدعو للاطمئنان لنتائج الاختبار.

### طريقة تطبيق الاختبار:

نظراً لأن عينة الدراسة من أطفال الروضة لذا تحتم علي الباحثة اختيار أسلوب يناسب تلك الفئة العمرية من خلال:

- تطبيق الاختبار باللغة الشفهية (العدم تمكن أطفال الروضة من القراءة).
- تطبيق الاختبار بطريقة فردية مع كل طفل علي حدة، حيث قامت الباحث بتطبيق الاختبار بنفسها.
- يطبق كل محور علي حدة.



- توفر الباحثة الوقت الكافي للطفل للإجابة علي مفردات الاختبار.

### تعليمات الاختبار وطريقة تصحيحها:

- يطلب من الطفل الإجابة العملية علي مفردات الاختبار بوضع دائرة أو الإشارة إلي الاختبار السليم.
- يحصل الطفل علي درجة واحدة (١) فقط للإجابة الصحيحة، ويحصل علي درجة صفر (٠) إذا كانت الإجابة خاطئة.
- يصحح الاختبار بعيداً عن الذاتية.
- تجمع الباحثة درجات كل طفل علي حدة بعد نهاية تطبيق الاختبار.
- تُقبل أي استجابة من الطفل.
- برنامج الدراسة لتنمية بعض مفاهيم الثقافة الغذائية لطفل الروضة (إعداد الباحثة).

### الهدف العام للبرنامج:

يقوم هذا البرنامج علي هدف رئيسي وهو تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة ويقصد بالثقافة الغذائية المفاهيم الغذائية التي يتضمنها برنامج الدراسة وهي (الغذاء، الهضم، وظائف الغذاء، الغذاء المتوازن، الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الفيتامينات، الأملاح المعدنية، الماء، الهرم الغذائي مجموعة الحبوب، مجموعة الخضروات، مجموعة الفواكه، مجموعة الألبان، مجموعة اللحوم، مجموعة الدهون، أداب الطعام، التسمم الغذائي، أهمية وجبة الإفطار، الوجبات السريعة، السمنة).

### فلسفة البرنامج:

تقوم فلسفة البرنامج علي إكساب الطفل بعض مفاهيم الثقافة الغذائية باستخدام برنامج كمبيوتر متعدد الوسائط وقد اختارته الباحثة نظرا لما ترائي لها من أهمية استخدام الوسائط المتعددة في مرحلة رياض الاطفال وفي قدرتها علي تقديم

المعلومات بطريقه تقربها من واقع الطفل وتوافقها مع طبيعته وإعطائه الشعور بالثقة بالنفس عندما تعزز استجابته بعيدا عن مشاعر الخوف والقلق.

### الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

راعت الباحثة الأسس التالية عند وضع برنامج الكمبيوتر متعدد الوسائط

لتنمية بعض مفاهيم الثقافة الغذائية لطفل الروضة:

- خصائص النمو للمرحلة العمرية للطفل.
- تناسب البرنامج مع طبيعة مرحلة النمو لطفل الروضة ومتطلباتها العقلية والمعرفية والاجتماعية.
- المادة العلمية المقدمة صحيحة وشيقة للطفل.
- وضوح الأهداف وقابليتها للقياس.
- صياغة الأهداف بلغه سهلة وواضحة.
- ارتباط محتوى البرنامج مع أهدافه.
- تنوع أنشطة البرنامج بحيث تكون باستخدام الكمبيوتر وخارجه بحيث تعطي الباحثة للطفل فترة انتقالي ما بين جلوسه علي الكمبيوتر وأداء الأنشطة الخارجية.
- استخدام أساليب تطبيقية مناسبة ومتنوعة.

### خطوات بناء البرنامج:

- بعد الاطلاع علي بعض الكتب والمراجع العلمية والبحوث والدراسات المرتبطة بالدراسة الحالية ونماذج بناء برامج الكمبيوتر، علي سبيل المثال وليس الحصر " نموذج زينب محمد أمين، نموذج برين بلوم Brain Blum، نموذج نبيل عزمي جاد، نموذج عبد اللطيف الجزار، نموذج نبيل عزمي جاد، نموذج محمد عطية خميس".
- قامت الباحثة بتحديد الأهداف التعليمية المتضمن داخل برنامج الثقافة الغذائية.
- تنظيم الباحثة لمحتويات برنامج الثقافة الغذائية أخذه في الاعتبار الترابط بين المفاهيم وتدرجها من السهل إلي الصعب، وتحديد التعليمات المقدمة بداخل البرنامج.

- إعداد الخريطة المعرفية للبرنامج وذلك بإعداد خريطة الانسياب للبرنامج والتي في ضوئها تم تحديد التسلسل المنطقي لشاشات البرنامج وطريقه السير في برنامج الدراسة.
- تجهيز الباحثة لعناصر البرنامج "صورة، رسومات ثابتة، خلفيات، صور متحركة، نصوص، صوت، مؤثرات صوتية، موسيقي " وقد استعانت الباحثة بعدد من المواقع المختلفة علي شبكة الإنترنت وقد قامت بمعالجة هذه الصور والرسومات ببرنامج (Adobe photo shop 6)، (movie maker4) كما قامت الباحثة بتسجيل الأصوات والحوار عن طريق (Voice recorder) وتم تحديد شخصيات البرنامج وخلفياته عن طريق الاستعانة ببعض صور الشخصيات من بعض المواقع علي شبكة الإنترنت، وقامت الباحثة بتعديلها وتنظيمها للتناسب مع فكرة البرنامج وذلك باستخدام ببرنامج (Adobe photo shop 6) وتصميم شكل البرنامج الحالي مع مراعاة أن جميع العناصر السابقة سواء صور أو رسومات أو صور متحركة أو أصوات أو مؤثرات صوتية أو موسيقي أو خلفيات أن تكون ذات جوده عالية.
- تنفيذ الباحثة وإنتاجها للبرنامج وذلك بالاستعانة (power point 2010) وذلك لتميزه بالبساطة في الإنتاج والتأليف وكذلك لتمكن الباحثة من استخدام كافة أدوات البرنامج والتي أعانتها علي إنتاج البرنامج بكفاءة ودقه، وقد تم إنتاج البرنامج في ضوء الخطوات الآتية:

- تشغيل برنامج power point 2010.

- وضع خلفيات شاشات البرنامج وكذلك الصور والرسومات والفيديوهات

والنصوص والأصوات لكل شاشة من شاشات البرنامج.

- مراعاة تسلسل شاشات البرنامج وفق السيناريو المعد والمحدد مسبقاً.

- تحديد أوجه التفاعل بين عناصر البرنامج.

- قفل البرنامج بعد الانتهاء من تنفيذه.

### تطبيق البرنامج:

بعد الانتهاء من إعداد برنامج الدراسة لتنمية بعض مفاهيم الثقافة الغذائية

لطفل الروضة.

وقد تم التطبيق علي النحو التالي:

- تجهيز معمل الكمبيوتر: وجدت الباحثة في روضة معهد سموحة النموذجي الأزهري والتي أجرت فيها التطبيق معمل كمبيوتر مناسب به عدد مناسب كاف لعينة البحث، وغرفة وسائط معدة بجهاز بروجكتر عرض وتأكدت الباحثة من صلاحية هذه الأجهزة لتطبيق البرنامج.
- تطبيق البرنامج بشكل فعلي علي الأطفال عينة البحث: وقد قامت الباحثة بتطبيق البرنامج علي أفراد العينة (المجموعة التجريبية) وعددها (٣٠) طفلا وطفلة يمثلون المستوي الأول من مرحلة رياض الأطفال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي الثاني ٢٠١٦/٢٠١٧، بواقع أربع أيام في الأسبوع.

### محتوى البرنامج:

احتوى البرنامج على (٤) محاور:

#### • المحور الأول:

الثقافة الغذائية والتي تم تحديدها في الإطار النظري وهي (الغذاء، الهضم، وظائف الغذاء، الغذاء المتوازن، الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الفيتامينات، الأملاح المعدنية، الماء، الهرم الغذائي، مجموعة الحبوب، مجموعة الخضروات، مجموعة الفواكه، مجموعة الألبان، مجموعة اللحوم، مجموعة الدهون، آداب الطعام، التسهم الغذائي، أهمية وجبة الإفطار، الوجبات السريعة، السمنة).

#### • المحور الثاني:

طبيعة ومواصفات برنامج الكمبيوتر الخاص بتممية الثقافة الغذائية ويتكون من خمس محاور هي " كهف الغذاء " ويشمل المفاهيم التالية:

- (الغذاء، الهضم، وظائف الغذاء)، "مصنع الغذاء المتوازن" ويشمل المفاهيم التالية (الغذاء المتوازن، الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الفيتامينات، الأملاح المعدنية، الماء).
- "الهرم الغذائي" ويشمل المفاهيم التالية (الهرم الغذائي، مجموعة الحبوب، مجموعة الخضروات، مجموعة الفواكه، مجموعة الألبان، مجموعة اللحوم، مجموعة الدهون).

- "سينما الغذاء": ويشمل المفاهيم التالية (أداب الطعام، التسمم الغذائي، أهمية وجبة الإفطار، الوجبات السريعة، السمنة).
- "مصنع الوجبات الصحية" ويتضمن تنفيذ بعض الوجبات الصحية (سلطة خضار، سلطه فواكه، فشار).

### • المحور الثالث:

لقاءات البرنامج التي يمكن من خلالها تنمية الثقافة الغذائية وتتكون من ٢٦ لقاء.

### • المحور الرابع:

برنامج الثقافة الغذائية.

### نتائج الدراسة:

#### جدول (١)

دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية في القياس البعدي

مستوى الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية (ن = ٣٠)		المجموعة الضابطة (ن = ٣٠)		
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٣٧,٠٠١	٠,٦٣	٨,٤٣	٠,٥٥	٢,٨٠	الغذاء
٠,٠٠١	٣٧,٤٢٠	٠,٨٤	٨,٣٣	٠,٥٦	١,٤٠	عناصر الغذاء المتوازن
٠,٠٠١	٣٢,٣٩٥	٠,٩٧	٧,٨٧	٠,٥٠	١,٤٠	مجموعات الهرم الغذائي
٠,٠٠١	٣٨,٧٨٧	٠,٦٣	٨,٥٣	٠,٦٧	٢,٠٣	العادات والأمراض الغذائية
٠,٠٠١	٨٤,٦٦٢	١,٣٧	٣٣,١٦	٠,٩٣	٧,٦٣	اختبار الثقافة الغذائية

يتضح من الجدول السابق أن قيم (ت) دالة، مما يدل على وجود فروق جوهرية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية، مما يدل على فاعلية استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

## جدول (٢)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة  
التجريبية على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية  
(ن = ٣٠)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٣٣,٦٩٢	٠,٦٣	٨,٤٣	٠,٤٨	٢,٩٠	الغذاء
٠,٠٠١	٣٠,٦٧٥	٠,٨٤	٨,٣٣	١,٠٣	١,٨٠	عناصر الغذاء المتوازن
٠,٠٠١	٢٤,٧٠٤	٠,٩٧	٧,٨٧	٠,٧١	١,٦٧	مجموعات الهرم الغذائي
٠,٠٠١	٣٩,٥٢٨	٠,٦٣	٨,٥٣	٠,٦٤	٢,٢٧	العادات والأمراض الغذائية
٠,٠٠١	٦١,٢٧٥	١,٣٧	٣٣,١٦	١,٨٣	٨,٦٤	اختبار الثقافة الغذائية

يتضح من الجدول السابق أن قيم (ت) دالة، مما يدل على وجود فروق جوهرية بين القياس القبلي والقياس البعدي على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لصالح القياس البعدي، مما يدل على فاعلية استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

## جدول (٣)

قيمة مربع إيتا ( $\mu^2$ ) لعينة الدراسة

مربع إيتا ( $\mu$ )	قيمة "ت"	الاختبار وأبعاده
٠,٩٨	٣٣,٦٩٢	الغذاء
٠,٩٧	٣٠,٦٧٥	عناصر الغذاء المتوازن
٠,٩٥	٢٤,٧٠٤	مجموعات الهرم الغذائي
٠,٩٨	٣٩,٥٢٨	العادات والأمراض الغذائية
٠,٩٩	٦١,٢٧٥	اختبار الثقافة الغذائية

يتضح من الجدول السابق: أن قيمة  $\mu^2$  كبيرة، مما يدل على حجم الأثر المرتفع الذي أحدثه استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لدي طفل الروضة.

## التعليق العام على نتائج الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة الغذائية لطفل الروضة وبعد المعالجات الإحصائية للبيانات كشفت نتائج الدراسة عما يلي:

- توجد فرق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي درجات أطفال المجموعة الضابطة المجموعة التجريبية في القياس البعدي علي الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لصالح المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي لأطفال المجموعة التجريبية على الاختبار المعرفي المصور لبعض مفاهيم الثقافة الغذائية لصالح القياس البعدي.

## توصيات الدراسة:

في ضوء ما سبق توصي الدراسة الحالية بالآتي:

- تصميم برامج كمبيوتر متعددة الوسائط لإكساب طفل الروضة العديد من المفاهيم المختلفة.
- لفت نظر الإدارات المختصة برياض الأطفال بوزارة التربية والتعليم والأزهر الشريف بالاهتمام بتنمية الثقافة الغذائية للأطفال في الروضات بثتى الطرق والوسائل المختلفة.
- توجيه معلمات رياض الأطفال إلى الاهتمام باستخدام الكمبيوتر داخل حجرات النشاط بالروضات.
- إعادة تقديم البرنامج في خلال مدة زمنية أطول لزيادة الاستفادة منه.
- عقد دورات تدريبية لمعلمات رياض الأطفال بوزارة التربية والتعليم والأزهر الشريف لتوضيح المفاهيم الغذائية وكيفية تقديمها إلى طفل الروضة.

## المراجع:

- أبو بكر يوسف عبده غنام (٢٠٠٨). استخدام أدوات توجيه التفاعل وعلاقتها بتنمية مهارات التجول في برامج الكمبيوتر التعليمية لطفل ما قبل المدرسة. رسالة دكتوراه. كلية التربية. جامعة حلوان.
- أبي بلال محمد الياس العطار (٢٠١٥). أداب الطعام في الاسلام. ط١. المملكة العربية السعودية: مكتبة المدينة.
- أحمد أبو أسعد، أسماء الصرايرة (٢٠١١). مشكلات طفل الروضة. عمان: دار حنين. ط١.
- أحمد سالم، عادل سرايا (٢٠٠٣) منظومة تكنولوجيا التعليم. ط١. الرياض: مكتبة الرشد.
- أحمد شعبان محمد (٢٠١٢). التربية الصحية. ط١. الإسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.
- أزهار حسين حسن (٢٠١٠). فاعلية برنامج كمبيوتر باستخدام الوسائط المتعددة في توعية الأطفال بالتحرش الجنسي. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس.
- أسماء أحمد محمود السيد (٢٠١٤). فاعلية استخدام كتاب الكرتوني تفاعلي في تنمية بعض جوانب ثقافة طفل ما قبل المدرسة. رسالة ماجستير. كلية رياض أطفال. جامعة الإسكندرية.
- أسماء إسماعيل أحمد عبد الواحد (٢٠١٢). فاعلية برنامج كمبوتري متعدد الوسائط تفاعلي لإكساب بعض المفاهيم التاريخية لطفل الروضة. رساله ماجستير. كلية رياض الاطفال. جامعة القاهرة.
- أسماء عيسي محمد خولي (٢٠١٦). برنامج تربوي متعدد الوسائط التفاعلية لتنمية بعض أبعاد الثقافة العلمية لدي طفل



- الروضة في ضوء الاتجاهات التربوية المعاصرة.  
رسالة دكتوراه. كلية التربية طفولة. جامعة القاهرة.
- إكرامي قورة (٢٠١٣). موسوعة تغذية الطفل. ط١. القاهرة: دار القيروان للنشر والتوزيع.
- أمل أحمد (٢٠٠٠). استخدام بعض الوسائط التكنولوجية واثره علي اكتساب طفل ما قبل المدرسة بعض المفاهيم الرياضية.  
رسالة ماجستير غير منشورة. معهد دراسات الطفولة. جامعة عين شمس.
- ايفيلين سعيد عبدالله (٢٠٠٥). تغذية الفئات العمرية "الأصحاء. المرضى- ذوي الاحتياجات الخاصة". ط١. القاهرة: مجموعة النيل العربية.
- إيناس أبو بكر محمد البلتاجي (٢٠١٤). برنامج كمبيوتر لتنمية حل المشكلات وعلاقتها بمستوي الطموح وتقدير الذات لدي أطفال ذوي صعوبات التعلم. رسالة دكتوراه. كلية رياض أطفال. جامعة القاهرة.
- بسام عبدالرحمن المشاقبة (٢٠١٢). الاعلام الصحي. ط١. عمان: دار اسامة للنشر والتوزيع.
- بهاء الدين ابراهيم سلامة (٢٠١١). الصحة والتربية الصحية. ط١. القاهرة: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
- جمعة حسن ابراهيم (٢٠١٥). دمج التكنولوجيا بالتربية والتعليم. ط١. عمان: دار الاعصار التعليمي.
- جوهره فهد عبدالعزيز الفهيد (٢٠١٢). العولمة والثقافة الغذائية لطفل ما قبل المدرسة وعلاقتها ببعض المتغيرات السلوكية والمعرفية. رساله ماجستير. جامعة عين شمس.  
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية. قسم تربية الطفل.

- راندا الديب، اكرام الجندي (٢٠١٣). التغذية الصحية للأطفال أسرار التوازن لغذائي سوء التغذية والبدانة عند الأطفال. ط١. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- راندا عبد العليم المنير (٢٠١٥). الثقافة المالية للطفل دليل الآباء والمعلمات في مرحلة رياض الأطفال. ط١. عمان: دار المسيرة.
- رباب علي طه (٢٠٠٧). أثر برنامج لتنمية مهارة حل المشكلات باستخدام بعض الوسائط التكنولوجية عند أطفال ما قبل المدرسة. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة. القاهرة.
- زينب أسعد محفوظ منصور (٢٠١٤). برنامج مقترح لتنمية الثقافة السياحية لدي طفل ما قبل المدرسة باستخدام الوسائط المتعددة في ضوء الاتجاهات العالمية الحديثة. رسالة دكتوراه. معهد الدراسات التربوية. جامعة القاهرة.
- سعاد البسيوني (٢٠١٠). مجلات الأطفال ودورها في تنمية الوعي الثقافي لدي طفل ما قبل المدرسة. ط١. القاهرة: دار الجامعة الجديدة.
- سمير عبد الوهاب (٢٠١٠). المفاهيم وتنميتها في رياض الأطفال. ط١. دمياط: مكتبة نانسي.
- سمير عزار (٢٠٠٤). الموسوعة العلمية الشاملة. بيروت: نوبيلس.
- سمير محمد أحمد وحسن عبدالرؤوف الهندي (٢٠٠٢). تغذية الانسان. ط١. البحيرة: مكتبة بستان المعرفة.
- السيد عبد القادر شريف (٢٠١٤). المدخل إلي رياض الأطفال. ط١. القاهرة: دار الجوهرة.
- طارق كمال (٢٠٠٨). تنمية الطفل اجتماعيا وثقافيا وتربويا. ط١. القاهرة: مؤسسة شباب الجامعة.

- طلعت محمد محمد سحلول (٢٠١٦). تأثير الحالة الغذائية علي النمو الادراكي والانتباه لدي أطفال الروضة. المجلة العلمية لكلية التربية النوعية. ع.٦.يناير ٢٦ - ٥٧.
- ظافر هاشم الكاظمي(٢٠١٢). التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والأطاريح التربوية والنفسية. ط١. القاهرة: دار الكتب العلمية.
- عاطف عدلي فهمي (٢٠١٣). معلمة الروضة. ط٥. عمان: دار المسيرة.
- عبدالرحمن العيسوي (٢٠١٢). التغذية والحالة النفسية. ط١. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- عبدالرحمن الهاشمي. أحمد صومان. فائزة العزاوي. حمود عليما (٢٠١٤). أدب الأطفال وثقافته. ط١. عمان: دار الثقافة.
- عبدالله القعقاع (٢٠١٣). التغذية العلاجية. ط١. عمان: دار المعترف.
- فاطمة رياض (٢٠٠٦). العلاقة بين التغذية والنمو العقلي للطفل. مجلة شؤون اجتماعية. بيروت. العام الرابع. العدد ١٥.
- فاطمة صبحي عفيفي السيد (٢٠١٦). برنامج لتنمية مفاهيم علوم الارض لدي طفل الروضة باستخدام الوسائط المتعددة في ضوء معايير القومية لرياض الاطفال. رسالة دكتوراه. كلية التربية. جامعة القاهرة.
- فتحي ذياب سبتيان (٢٠١٢). أسس تربية الطفل. ط١. القاهرة: الجنادرية للنشر والتوزيع.
- فهيم مصطفى(٢٠٠٥). الطفل وأساسيات التفكير العلمي: مدخل الي التجريب وتعلم التكنولوجيا. ط١. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ماجدة محمود محمد صالح (٢٠٠٠). الحاسب الآلي التعليمي وتربية الطفل. ط١. الاسكندرية: المكتب العلمي.
- محمد صالح عبد الباري (٢٠١١). الدليل الكامل للغذاء والتغذية الصحية. ط١. الفيوم: دار الكتب والوثائق المصرية.

- محمد عاطف المتولي هيكل (٢٠١٠). تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائط المتعددة علي بعض المهارات الحركية الأساسية لرياض الأطفال. رساله ماجستير. كلية التربية. جامعه دمياط.
- محمد مبارك خضر (٢٠٠٥). دور التغذية في حياة طفل ما قبل المدرسة. عمان: الدار العربية للثقافة والنشر.
- محمد محمد الحمامي (٢٠٠٠). التغذية والصحة للحياة والرياضة. ط١. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- محمد محمود الحيلة (٢٠١٢). التكنولوجيا التعليمية والمعلوماتية. ط٢. الامارات: دار الكتاب الجامعي.
- منال زيادة عبد الفضيل (٢٠١٣). فاعلية برنامج كمبيوتر بالرسوم المتحركة في تنمية بعض السلوكيات المرغوبة لدي أطفال الروضة. رسالة ماجستير. معهد الدراسات والبحوث التربوية. جامعة القاهرة.
- منال سعدي أحمد مغازي (٢٠١٠). فاعلية برنامج مبني علي الوسائط المتعددة لتنمية بعض مفاهيم حقوق الانسان لدي طفل ما قبل المدرسة. رساله دكتوراه. كلية رياض الاطفال. جامعة الاسكندرية.
- مني خليل عبد القادر واخرون (٢٠٠٥) اساسيات علم التغذية. ط١. القاهرة: مجموعة النيل العربية.
- مي محمدي ابراهيم الخرباوي (٢٠١٣). برنامج كمبيوتر لتنمية بعض المهارات المعرفية والاجتماعية لأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم. رساله دكتوراه. كلية رياض الاطفال. جامعة القاهرة.
- ناجي مصطفى ابو ارميلة ونهي محمود الملكاوي (٢٠١٤). ط١. عمان: دار امنة للنشر والتوزيع.

- نادية عبد المجيد ابو زيد (٢٠٠٩). أساسيات تغذية الانسان. ط١. الرياض: دار الزهراء.
- ناهد محمد شعبان علي (٢٠٠٨). الثقافة الغذائية في مسرح العرائس. ط١. القاهرة: عالم الكتب.
- هدي محمد عباس محمد (٢٠١٢). فاعلية برنامج قائم علي الوسائط المتعددة في ضوء معايير الجودة في تنمية مهارات التفكير الابداعي لدي طفل الروضة. رسالة دكتوراه. معهد الدراسات التربوية. جامعة القاهرة.
- هناء محمد عبد الرحيم (٢٠١١). دمج التكنولوجيا في أنشطة رياض الاطفال. ط٣. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- ولاء محمد عطية (٢٠٠٨). فاعلية برنامج قصص تعديل بعض جوانب السلوك الغذائي لدي طفل الروضة. رساله ماجستير غير منشورة. كلية رياض اطفال. جامعه القاهرة.
- وليد سالم محمد الحلفاوي (٢٠١١). التعليم الإلكتروني تطبيقات مستحدثه. دار الفكر العربي. القاهرة. ط١.
- يحي علي الدين حماد والسيد ابراهيم يوسف ابو السعود (٢٠٠٩). التنقيف الغذائي بين النظرية والتطبيق. ط٢. القاهرة: دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع.
- يوسف أبو الغيط. ٢٠١٠. الموسوعة الشاملة في علاج السمنة. ط١. المنصورة: دار اليقين للنشر والتوزيع.

- Fred.T. Hofstetter (2006). Enhancing Multiple Intelligence Through Multimedia, "Online", Available at:<http://www.mhe.com/cit/hotsteeter>.
- Mendez Daniel (2009). The Effects of Games Format Computer Assisted Instruction Academic Achievement in Language Art, California State University, Master Thies.

- Akman, B (2006). Investigation of Kindergarten, Children Computer Literacy Skills, Ankara, Hacettepe University, Faculty of Education.
- Taylor, F.(2001). Fool's Gold or Hidden Treasure Computer Stifling Creativity, Journal of Education Policy, Vol,16, No.5 , October.
- Man Plowman,L.&Stephen, C.(2003). Form the Teachers' perspective: Away of Simplicity for Multimedia Design" Asia –pacific forum on Science learning and Teaching , vol 10 , n1 Article13, 2003.
- Brad, Gail Anne (2003). The effect Of a computer Activity On Young Children Development Of Numerosity Estimation Skills, PhD, Buffalo, State University Of New York.
- Kathryn Lyman (2003). Phonological Awareness And Print Concept: Analysis of Skill Acquisition By Kindergarten Children Utizing Computer In Struction " D.A.I Vol 64, No.5, p1531A.
- Insel.P Turner.E. R, Ross.D (2003). Discovering Nutrition, American Dietetic Association, Jones and Bartlett publishers, Boston, Toronto, U.S.A, P531.
- Jeremy, M Rochelle (2000). Changing How and What Children Learn in School with Computer –Based Technology, The Future of Children, Children and Computer Technology. Vol.10, No.2-Fall/Winter.
- Michael L Nilsson (2008). Food as An important element in children life, New York, Edward publishers,
- Sylwester, Robert (2010). A Child's Brain: The Need for Nutrients, Books, Reports-criptive, Corwin Press.

- Villareal, D.T, Apvian, C.M,Kushner, R.F.and Klein,s (2005). Obesity Technical Review and Position Statement of the American Society for Nutrition Am J.Clin Nutr.923-934.
- Unusan, N. and N. Sanlier (2007). A Turkish Perspective on Nutrition Education and Preschool Children. Early Child Dev. Care, 177:p 853-862.
- Anderson, Tammy M:Herz-Braun, Larissa (2001). Building a healthy me Stacking up Choices for Good Nutrition. Journal of Nutrition Education, Vol 33 (2), Mar-Apr.
- Mullan , B: Wongm C L(2010). U sing the Theory of Planed Behavior to Design a Food Hygiene Intervention" Food control , 21(11).1524-1529.DoI 10.1016/j.food cont.2010.04.026.

