

برنامج قائم على إستراتيجية الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي

* أ.د./ محمد إبراهيم عبد الحميد .*

** أ.د./ عاطف حامد زغول .*

*** سالي علي محمد علي .*

ملخص البحث :

هدف البحث الحالي إلى استخدام إستراتيجية الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي ، حيث تم استخدام المنهج التجريبي ، وتمثلت أدوات البحث في مقياس الغذاء الصحي المصور (إعداد/ الباحثة) ، والبرنامج التجريبي (إعداد/ الباحثة)، وقد تكونت عينة البحث من (٦٠) طفلاً وطفلةً من الذكور والإناث من أطفال المستوى الأول والثاني، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الأول في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لصالح المجموعة التجريبية، وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الثاني في التطبيق البعدي

* أستاذ مناهج الطفل - عميد كلية التربية النوعية - جامعة بنها .

** أستاذ مناهج الطفل وطرق التدريس ورئيس قسم العلوم التربوية - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة بورسعيد .

*** مدرس مساعد بقسم العلوم التربوية - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة بورسعيد .

لمقياس الغذاء الصحي لصالح المجموعة التجريبية، وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبتين لأطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لصالح أطفال المستوى الثاني، كما أظهرت النتائج فعالية استخدام الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي.

A Program Based on Concept Maps Strategy to Develop Healthy Food Knowledge and Skills of the Kindergarten Child

Prof. Dr/ Mohamed Ibrahim Abdel Hamid. *

Prof. Dr/ Atef Hamed Zaghloul. **

Sally Ali Mohamed Ali. ***

Abstract:

The aim of the current research is to use the conceptual mapping strategy to develop the knowledge and skills of the kindergarten child related to healthy food. (60) male and female boys and girls of the first and second level children, and the results of the research concluded that there is a statistically significant difference between the mean scores of the experimental and control groups for

* Professor of Child Curricula - Dean of the Faculty of Specific Education - Benha University.

** Professor of Child Curricula and Teaching Methods and Head of the Educational Sciences Department - Faculty of Early Childhood Education - Port Said University.

*** Assistant Lecturer, Department of Educational Sciences - Faculty of Early Childhood Education - Port Said University.

the children of the first level in the post application of the healthy food scale in favor of the experimental group, and there is a statistically significant difference between the mean scores of the scores The experimental and control groups for second-level children in the post application of the healthy food scale for the benefit of the experimental group, and there is a statistically significant difference between the mean scores of the two experimental groups for first- and second-level children in the post-application of the healthy food scale for the benefit of the second-level children, and the results also showed the effectiveness of using conceptual maps to develop knowledge Kindergarten child skills related to healthy food.

الكلمات المفتاحية :Keywords

- ١- الخرائط المفاهيمية. Conceptual Maps
٢- الغذاء الصحي. Healthy Food
٣- طفل الروضة. Kindergarten Child

مقدمة:

تهتم الدولة بمرحلة الطفولة ورياض الأطفال فهي الفترة الحاضنة للموارد البشرية المستقبلية، وتحقيق النمو الشامل المتكامل للطفل من خلال توفير الظروف الملائمة لهذا التطور النمائي في مرحلة الطفولة لتكوين شخصية الطفل وإكسابه العادات والتقاليد المرغوبة. فهي مرحلة يعتمد فيها النمو الشامل للطفل وصحة الجسم والتغذية على خبرات الطفل ومعارفه الأولى.

ويهتم التعليم بشكلٍ عامٍ وتدرّيس العلوم بشكلٍ خاصٍ بنمو المتعلم نموّاً متكاملًا في الجوانب المعرفية، والمهارية، والوجدانية، لذا فإن المهمة الأساسية التي ينبغي أن يهدف إليها تدرّيس العلوم تتمثل في تعليم الأطفال كيف يفكرون وكيف يلاحظون، وفي ظل ما يشهده العصر الحالي من انفجار معرفي هائل وثورة تكنولوجية واسعة شملت مجالات الحياة المختلفة، ولذلك بات من الضرورة أن يهتم علماء التربية العلمية وتدرّيس العلوم بالبحث عن السبل لتنمية التفكير للمتعلمين، وتعليمهم كيف يمكن أن يكتشف الطفل المعرفة بنفسه، وتطبيق المعرفة واستخدامها في التغلب ومواجهه المشكلات في حياتهم اليومية (خليفة، ٢٠١١، ص ص ٩٢٥).

كما توضح (المطري، ٢٠٠٩، ص ١٩) أنه تعتبر خرائط المفاهيم أحد التطبيقات المهمة لنظرية أوزوبل حول التعلم ذي المعنى، حيث تُمثل خرائط المفاهيم رسوماً تخطيطيةً ثنائية البعد، توضح العلاقات المتسلسلة بين المفاهيم فرع من فروع المعرفة، والمستمدة من البناء الهرمي لهذا الفرع. ويتم تنظيم هذه المفاهيم بطريقةً متسلسلةً هرميةً، بحيث يوضع المفهوم الرئيسي (الأكثر عموميةً وشموليةً) في أعلى الخريطة ثم تتدرج تحته المفاهيم الفرعية (الأقل عموميةً) في المستويات التالية مع وجود روابط توضح العلاقة بينها.

ولما تتميز به فترة الطفولة من النمو البدني اهتمت دراسات متعددة بتغذية الأطفال وأثرها على النمو؛ ولذلك تعد فترة الوجبة المدرسية جزءاً لا يتجزأ من نظام الروضة في رياض الأطفال والتركيز على مواصفاتها ومكوناتها وفوائدها والنشاطات المصاحبة لها، فهي خبرة تعليمية غنية بالمواقف الاجتماعية والحركية والعلمية التي يكتسبها الطفل (العابد، ٢٠١٤).

إن التغذية في هذه المرحلة لا تعني توفير جميع احتياجات الطفل من الطعام بل إنها تغذي ثقافتهم الغذائية؛ لذلك يجب على الآباء ومعلمات رياض الأطفال مساعدة الطفل على اكتساب المعارف والمهارات الغذائية السليمة (صادق، ٢٠٠٨، ص ١٨٣).

وتعد التغذية في هذه المرحلة مهمة جداً حيث النمو السريع ومتطلباته المرتكز على التغذية السليمة فهي من الأسس التي يقوم عليها منهج رياض الأطفال ومتابعة تغذيته (الحريري، ٢٠١٤، ص ٤٥).

ومن خلال العرض السابق تتضح أهمية استخدام الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي .

مشكلة البحث:

١- في ضوء أدبيات البحوث والدراسات السابقة تبين للباحثة الآتي:
أهمية تنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي وهذا ما أشارت إليه نتائج الدراسات العربية لكلٍ من: عثمان (٢٠١٦)، الأميري والعاني ومهدي (٢٠١٤)، وآل غهيب (٢٠١٩)، الجرواني، وغنيم، ورميح (٢٠١٩)، والدراسات الأجنبية لكلٍ من (Judg(2013)؛ Wanger(2012)؛ Walter(2011) .

٢- ما قامت به الباحثة من ملاحظات ومقابلات أثناء فترة التربية العملية لطالبات الكلية حيث جاءت نتائج الملاحظة والمقابلات لتشير إلى افتقار مناهج رياض الأطفال وخبرات التعلم الموجودة في الخطة التي توزعها الإدارة الرسمية لرياض الأطفال في الروضات المختلفة إلى معارف ومهارات الغذاء الصحي، ولذلك يحاول البحث الحالي معالجة هذه المشكلة من خلال الإجابة على السؤال الرئيس الآتي:

ما فاعلية أهمية استخدام الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي؟

ويتفرع منه الأسئلة الفرعية التالية:

- ١- ما أهم المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي التي يجب تنميتها لدى طفل الروضة؟
- ٢- ما البرنامج القائم على إستراتيجية الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي؟
- ٣- ما فاعلية البرنامج القائم على إستراتيجية الخرائط المفاهيمية لتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي؟

أهداف البحث:

- ١- يهدف البحث الحالي الى تنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي باستخدام الخرائط المفاهيمية.
- ٢- تحديد أهم معارف ومهارات المرتبطة بالغذاء الصحي التي يجب تنميتها لدى طفل الروضة.
- ٣- التحقق من فاعلية البرنامج القائم على إستراتيجية الخرائط المفاهيمية لتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي.

أهمية البحث:

أولاً: من الناحية النظرية:

- ١- الاستفادة المستقبلية من الأنشطة التعليمية ضمن البرنامج التعليمي المقترح لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي.
- ٢- قد يعتبر هذا البحث إثراء للبحوث التي نتناول هذه المرحلة العمرية حيث أكد على أهمية تنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي واستخدمت إستراتيجية تعلم حديثة "الخرائط المفاهيمية".

ثانياً: من الناحية التطبيقية:

- ١- إفادة إدارة إدارة رياض الأطفال من "مخططي ومؤلفي البرامج المقدمة لمرحلة رياض الأطفال" في تطوير البرامج المقدمة لمرحلة رياض الأطفال.
- ٢- قد تدعم نتائج البحث الحالي معلمات الروضة بطرق تعلم حديثة أكثر ملائمة لخصائص طفل الروضة أثناء تنفيذ البرامج التربوية والتعليمية داخل الروضة.
- ٣- إعداد مجموعة من الخرائط المفاهيمية التي تفيد معلمة الروضة في إكساب الأطفال بعض تنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي.

حدود البحث :

تمثلت حدود البحث فيما يلي :

- ١- **الحدود البشرية :** تكونت عينة البحث من (٦٠) طفلاً وطفلةً من أطفال المستوى الأول والثاني بالروضة، والتي تراوحت أعمارهم من بين (٤-٦) سنوات من أطفال المستوى الثاني حيث تم تقسيمهم إلى (٣٠) طفلاً وطفلةً من المجموعة التجريبية و(٣٠) طفلاً وطفلةً من المجموعة الضابطة.
- ٢- **الحدود الزمنية :** وتتمثل في المدة الزمنية التي استغرقتها الباحثة في إجراء الدراسة الميدانية، تم تطبيق برنامج البحث في مدة زمنية قدرها شهرين ونصف بواقع (٢٨) نشاطاً تعليمياً بمعدل (٣) أنشطة في الأسبوع في الفترة الزمنية ١٠ / ١٠ / ٢٠٢٠م وحتى ١٢ / ٢٤ / ٢٠٢٠م .
- ٣- **الحدود المكانية:** يقتصر البحث الحالي على أطفال روضة مدرسة مصطفى كامل الابتدائية بمحافظة بورسعيد.
- ٤- **الحدود الموضوعية:** يقتصر موضوع البحث على برنامج خرائط المفاهيم في تنمية بعض معارف ومهارات الطفل المرتبطة بالغذاء الصحي.

مصطلحات البحث:

تعرف الباحثة المصطلحات إجرائياً كما يلي :

١- الخرائط المفاهيمية:

رسم تخطيطي يربط المفاهيم ببعضها البعض عن طريق خطوط أو أسهم يكتب عليها كلمات تُعرّف بكلمات الربط تبين العلاقة بين مفهوم وآخر؛ بهدف مساعدة الطفل على تحقيق التعلم ذي المعنى، وبقاء هذه المفاهيم في بنيتهم المعرفية.

٢- طفل الروضة:

طفل يتراوح عمره من (٤-٦) سنوات بالمستوى الأول والثاني بروضة مدرسة مصطفى كامل الابتدائية.

٣- الغذاء الصحي:

هو الغذاء الذي يحتوى على جميع المتطلبات الغذائية اليومية والتي يحتاج إليها الجسم في جميع مراحل حياته العمرية .

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: مفهوم الخرائط المفاهيمية :

تعرف على أنها " إستراتيجية تعليمية لبناء وتنظيم تدريس المادة الدراسية، وتعد تطبيقاً تربوياً لنظرية أوزويل في التعلم ذي المعنى، وتتكون عملياً وإجرائياً من ثلاث مراحل هي: تقديم المفهوم، وتحديد موقع المفهوم بالنسبة للمفاهيم الأدنى، وتحديد العلاقات بين المفاهيم، وتؤكد مرحلة تقديم المفهوم على تقديم المعلم المفهوم للطلبة مستخدماً إحدى طرق العرض المحاضرة والمناقشة، العرض العملي (إبراهيم، ٢٠٠٤، ص ٦٨).

تساعد خرائط المفاهيم الطفل على تنوع طرق التعلم والإبداع في المواد الخاصة به، حيث يتوافر من خلالها مجموعة من برامج التعليم الفعال بما في ذلك القراءات المختارة المصورة والسماح باستخدام شبكة الإنترنت وعمليات البحث، وعمل المشروع، وإعداد التقارير والعرض التقديمي، والرسومات، وعروض الفيديو، والبحث التعاوني أي أنها تقدم نموذج تعلم متكامل للطفل فتسمح له ببناء أرشيف متكامل للمعلومة أو للمفهوم الذي يرغب في تعلمه مما يمكنه من تحقيق تفكير وفهم أعمق لموضوع التعلم. (Canas & Novak,2006.,PP494-502)

فقد أكدت نتائج دراسة (Kwon and Cifuentes (2009 أن التعلم التعاوني باستخدام خرائط المفاهيم له آثاراً إيجابية أكثر من التعلم الفردي خاصة مع فهم المفاهيم العلمية واستيعابها، وذلك بعد مقارنة نتائج الأطفال في مجموعات التعلم وفقاً لنتائجهم على اختبار فهم المفاهيم العلمية، فقد تم استخدام خرائط المفاهيم كأداة لتعلم طفل الروضة حل المشكلات خاصة في تعلم مفاهيم علوم الأرض وكطريقة لمساعدة المتعلمين على تنظيم وترتيب أفكارهم. وأوصت الدراسة بضرورة تدريب المعلمين على كيفية استخدام خرائط المفاهيم في تعلم المفاهيم المختلفة خاصة العلمية منها.

ثانياً: خصائص خرائط المفاهيم:

ترى الباحثة أنه تتميز خرائط المفاهيم بعدة خصائص تميزها عن غيرها من أنواع المخططات الأخرى:

-أنها هرمية ومنظمة: تتميز خرائط المفهوم بسمة الهرمية ، وتعني الهرمية أن المفاهيم الأكثر شمولاً تأتي في قمة الخريطة وتعلو على المفاهيم والقضايا الأقل شمولاً والأكثر خصوصيةً. وترتسم صورة الهرمية في ضوء العلاقات التي يلاحظها مُعد الخريطة بين المفاهيم المستهدفة بالتعلم. ويتيح

البناء الهرمي للخريطة إكمانية اندماجها مع خرائط مفهومية أخرى لإعطاء خريطة أوسع وأكبر تبرز الصورة الشمولية التكاملية لموضوع معين.

-أنها مترابطة ومفسرة: فهناك ترابط بين المفاهيم والأفكار والقضايا المذكورة في الخريطة، وهذا الترابط يكون عبر الوصلات الخطية والأسهم التي تصاحبها عبارات تفسر هذه العلاقات.

-أنها تكاملية: حيث أن المفاهيم والأفكار والقضايا والأمثلة المذكورة ضمن الخريطة تعمل لتتكامل في شرح موضوع محدد وبيان محتوياته وجوانبه المختلفة.

-أنها مفاهيمية: أي أنها تدور وتتمركز حول مفهومات وأفكار رئيسية يندرج تحتها عدد من الأفكار الفرعية والأمثلة، فوحدة البناء هي المفاهيم.

وتمثل خرائط المفاهيم نقطة تحول لإكساب الطفل الذكاءات المتعددة سواء في العلوم أو الموسيقى أو حتى الفن، كما يتعلم الأطفال القراءة والكتابة والعد والرسم خلال السنة الأولى من المدرسة الابتدائية، وسيقومون بذلك تلقائياً طوال حياتهم بعد ممارستهم للتعلم عبر الخرائط المفاهيمية. إنها نظرية المعرفة ، وليست نظرية السلوك. فالخرائط المفاهيمية هي الأداة العلمية الأكثر فاعلية لتحديد عمليات اكتساب اللغة ، وذلك في المرحلة العمرية سن ٣-٤ إلى ١٢-١٤ فاستخدام الخرائط المفاهيمية يمثل حجر الزاوية في العملية التعليمية وهذا ما تعالجه خرائط المفاهيم (Cañas, Novak and González,2004).

وتستخدم خرائط المفاهيم لتحديد مستويات خبرة الأطفال، وتمكن المقيمين من معرفة كيفية تنظيم الأطفال للمفاهيم على مستويات مختلفة من التسلسل الهرمي، وعدد المفاهيم التي يمكن للأطفال تضمينها في خريطة المجال، وعدد العلاقات الصحيحة التي يمكنهم رؤيتها، وعددها الأمثلة التي يمكنهم تضمينها من معرفتهم وخبراتهم، وعدد العلاقات التي يمكنهم تحديدها والتي

قد لا تكون واضحةً على الفور، مما يدل على فهمهم العميق للمجال وتفكيرهم الإبداعي حول الترابط. (Maker., 2020)

ثالثاً: أهداف خرائط المفاهيم:

يؤكد العدوانى (٢٠١٤) على أنه تستخدم إستراتيجية الخرائط المفاهيمية في تحقيق الأهداف التالية:

- تعمل على تنمية مهارات التفكير فوق المعرفي.
- تعمل على تنمية القدرة العقلية لدى الأطفال وخاصة مهارات التفكير العليا كالمقارنة والتصنيف والترتيب والتركيب.
- تتمى عند الأطفال مهارة التحليل والترميز.
- تساعد الأطفال على تنظيم المعرفة، وتحقيق التعلم ذي المعنى.
- تساعد الأطفال على حل المشكلات.
- تزيد من التحصيل الدراسي والاحتفاظ بالتعلم لمدةً طويلةً.
- تتمى اتجاهات المتعلمين نحو المادة الدراسية.
- تساعد الأطفال على الإبداع والتفكير التأملى عن طريق بناء خريطة المفاهيم وإعادة بنائها.
- تساعد الأطفال على إتقان بناء المفاهيم المتصلة بالمواد أو المقررات التي يدرسونها.

ويتفق هذا مع ما وضحه كلٌ من Cañas and Novak (2006, pp.494-502) أن خرائط المفاهيم تساعد الطفل على تنوع طرق التعلم والإبداع في المواد الخاصة به حيث يتوافر من خلالها مجموعة من برامج التعليم الفعال بما في ذلك القراءات المختارة المصورة والسماح باستخدام شبكة الإنترنت وعمليات البحث، وعمل المشروع، وإعداد التقارير والعرض التقديمي، والرسومات، وعروض الفيديو، والبحث التعاوني أي أنها تقدم

نموذج تعلم متكامل للطفل، فتسمح له ببناء أرشيف متكامل للمعلومة أو للمفهوم الذي يرغب في تعلمه مما يمكنه من تحقيق تفكير وفهم أعمق لموضوع التعلم.

رابعاً: الفوائد التربوية للخريطة المفاهيمية في عملية التعلم:

- ١- رفع القيد عن تفكير المستهدف أو الطفل.
- ٢- استخدام المعلومات بشكلٍ كفاء وفي الوقت المطلوب.
- ٣- تشجيع الأطفال على حل المشكل من خلال طرقٍ إبداعيةٍ جديدة.
- ٤- أداة لتعميق الفهم.
- ٥- سهولة تذكر البيانات والمعلومات الواردة في الموضوع.
- ٦- سهولة تذكر البيانات والمعلومات الوارد بالموضوعات المقدمة لهم .
- ٧-توظيف التقنيات الحديثة للتعليم والتعلم.
- ٨-توثيق البيانات والمعلومات من مصادر بحثية مختلفة (بدير، ٢٠١٩، ص ص ١٨٤-١٨٥).

وانطلاقاً مما سبق تشير الباحثة إلى أنه نظراً لتعدد مجالات استخدام الخرائط المفاهيمية وأهميتها في عملية التعلم وتحقيق الأهداف المنشودة منها خاصةً في مرحلة رياض الأطفال، فإنها تبرر استخدام الخرائط المفاهيمية كإستراتيجية في بحثها الحالي لتنمية بعض المفاهيم والمعارف والمهارات وذلك للأسباب الآتية:

- تعمل على تنظيم الموضوعات والخبرات والكشف عن العلاقات بين المفاهيم التي تعرض للطفل فتحقق له تعلم أكثر عمقاً.
- تنظم معلومات الطفل وتحقق له ترابط بين ما يعرفه وما يتعلمه مجدداً.
- تساعد الطفل في استقصاء أوجه الشبه والاختلاف بين المفاهيم وتميزها.

- تُمكن الطفل من العصف الذهني والتعلم الذاتي، كما تتيح له فرصة التعلم بالمشاركة وسط أقرانه.
 - تهيء للطفل فرصة التفكير العلمي ووضع الأشياء في مواقعها الصحيحة، وفي تحليل البيانات وعمل الأولويات.
 - تحقق التعلم البصري وتسمح للطفل بممارسة العمليات العقلية المختلفة كالذكر والتحليل وغيرها.
 - تساعد على تشخيص الفهم الخاطيء وتقومه لدى الأطفال المتعلمين.
 - تعتبر وسيلة هامة لتقييم ما تعلمه الطفل وما اكتسبه من مفاهيم.
 - تحقيق المعنى المشترك بين المعلم والمتعلم حيث تكشف لكل منهما ماذا لدى الآخر، ثم يتقدمان إلى الأمام بوعي وقصد.
 - تعد تدريباً على التفكير التأملي حيث تتضمن عملية بناء خرائط المفاهيم دفعا للمفاهيم وجذباً، وضماً لبعضها البعض وتفريقاً مرةً أخرى، وينظر إلى ذلك كرياضة فكرية تشحذ أذهان المتعلمين.
 - تتضمن نشاطاً إبداعياً، وتساهم في دعم الابتكار، فعند بناء خرائط المفاهيم يمكن تطوير علاقات مفاهيمية جديدة، وبالتالي معان جديدة - أو على الأقل معان لم تكن مدركةً بصورةٍ شعوريةٍ - وما هو الإبداع إلا صناعة الروابط بين المعاني، أي أنها تنمي مهارات التفكير الناقد والإبداعي لدى الأطفال.
 - تساعد على صقل مهارات عمل استدلالية، وتجنب اكتساب وتراكم المعرفة الخاملة.
- فقد بينت دراسة (Ciullo and Billingsley 2013) أن خرائط المفاهيم تعرض العلاقات بين الحقائق والمفردات والأفكار، وزيادة المشاركة بين الأقران، وتعزيز النجاح.

ثانياً: الغذاء الصحي :

لقد أصبحت ثقافة الغذاء الصحي ضرورةً مجتمعيةً ملحةً لمساعدة الأطفال وأفراد المجتمع على تحسين سلوكهم بما يحفظ صحتهم ووقايتهم من انتشار الأمراض وتغيير السلوكيات والعادات غير الصحية ورفع مستوى الرعاية الصحية. فالغذاء الصحي أصبح من علوم المعرفة التي تستخدم في المجالات والاتجاهات التربوية (عثمان، ٢٠١٦، ص١٥).

يكون الطفل ثقافته الغذائية من خلال ما يحيطه من مؤثرات وما يمارس أمامه، فإذا نشأ في بيئة ليس لديها ثقافةً غذائيةً سليمةً سوف تترجم إلى عاداتٍ غذائيةٍ غير سليمةٍ مما يؤثر سلباً على صحته وبعد تدريب الأطفال على العادات الغذائية الصحيحة (الأميري، ومهدي، ٢٠١٤، ص٢٦).

تعريف الغذاء الصحي:

هو الغذاء الذي يمد الجسم بما يحتاجه من سعراتٍ حراريةٍ ، ويحتوي على نسب متكافئة من النشويات والبروتينات والدهون، كما يوفر للجسم ما يحتاجه من ماء وفيتامينات ومعادن مع مرعاة توزيع مصادر الطاقة (الجرواني، وغنيم، ورميح، ٢٠١٩، ص٣٢).

ثانياً: التغذية في رياض الأطفال:

تعد التغذية في هذه المرحلة مهمة جداً حيث النمو السريع ومتطلباته المرتكز على التغذية السليمة، فمن الأسس التي يقوم عليها منهج رياض الأطفال متابعة تغذية الأطفال (الحريري، ٢٠١٤، ص٤٥).

وتعد فترة الوجبة الغذائية فرصة لتعزيز الكثير من المفاهيم وبالدرجة الأولى التغذية السليمة، وهي من الفترات الأساسية والثابتة خلال فترات الجدول اليومي بعد فترة اللعب أو فترة العمل الصباحي حيث يحضر

الأطفال بعض الوجبات المُعدّة مسبقاً أو يستغنوا عن ذلك إذا كانت الروضة تقدمها لهم (بحري، ٢٠٠٩، ص ٩٥) .

فقد أكدت دراسة (Judg 2013) على ضرورة تعويد الطفل على الطعام والغذاء الصحي بطريقة جيدة، والمشاركة في إعداد الوجبات الصحية بطريقة ممتعة ومشاركته في إعداد وجبات صحية تحتوي على أطعمة مفيدة وتشجيعه على ذلك .

وهدفت دراسة عثمان (٢٠١٦) إلى التعرف على دور رياض الأطفال في توعية طفل الروضة بمفاهيم الثقافة الصحية من وجهة نظر المعلمات وأمهات الأطفال، وكذلك مدى وعي الأطفال بمفاهيم الثقافة الصحية، حيث تضمنت بعض المجالات منها النظافة الشخصية، والتغذية الصحية، والوقاية من الحوادث والإسعافات الأولية، والصحة البيئية، والأمراض وكيفية الوقاية منها، وأسفرت نتائجها أن دور رياض الاطفال والأمهات إيجابي في توعية طفل الروضة بمفاهيم الثقافة الصحية، واقترحت النهوض بدور رياض الأطفال والأمهات في تفعيل مفاهيم التغذية الصحية والثقافة الصحية لطفل الروضة بما يسهم في تحسين جودة التعليم .

معايير التغذية في مرحلة الطفولة :

- ١) توفير الوقت الكافي لتناول الطفل للطعام.
- ٢) توفير الخدمات الغذائية والتنظيف الغذائي الداعمة للوقاية من السمنة.
- ٣) التقليل من إضافة الدهون والسكريات، ومصادر الصوديوم.
- ٤) يجب أن يكون التنظيف الغذائي للأطفال وآبائهم أحد مكونات برنامج رعاية الأطفال.
- ٥) تقديم المعلومات اللازمة لإحالة الأطفال إلى مجال الصحة الغذائية لتلبية الاحتياجات الوقائية والاساسية.

٦) حصل مقدمين الرعاية أوالمختصين على التدريبات اللازمة والمناسبة في مجال التغذية.

٧) بناء مواقف وسلوكيات غذائية صحية(هيئة نورث كارولانيا لرعاية الطفل، ٢٠١٠، ص٣٩).

فقد هدفت دراسة آل غهيب (٢٠١٩) إلى التعرف على ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة، كما بينت المعلمات في المقابلات الشخصية أن الوجبات التي يحضرها الطفل صحية، وأن هناك وعي من قِبَل الأسر في نوع الغذاء المقدم للأطفال، وفي ضوء نتائج هذه الدراسة تم تقديم بعض التوصيات والمقترحات من أهمها إدخال الثقافة الغذائية من أجل تغذية الطفل تغذيةً صحيةً كمقررات في تأهيل وتدريب المربيات والمعلمات.

المجموعات الغذائية الهامة في حياة الطفل :

ولكى يكون الغذاء متكاملًا ينبغي أن يتنوع ليحتوي على جميع العناصر الغذائية لكي يصبح متوازنًا يجب أن تراعي فيه نسب تلك العناصر(حنا، ٢٠١١، ص٥٩):

١. الدهون وهي تزود الجسم بالطاقة مباشرة مثل : الزبدة والقشطة، وزيت السمك واللحوم، اللبن، المربي، والحلوى، والفاكهة، الحبوب والبقوليات (عبد اللطيف، ٢٠٠٨، ص٨٠).

٢. البروتينات تعمل على بناء وتجديد خلايا الجسم مثل: اللبن ومنتجاته وأيضًا الذرة والمكسرات والزيوت وفول الصويا، الأسماك، البيض، اللحوم بأنواعها والدواجن.

٣. الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم والماغنسيوم والفسفور والبوتاسيوم والحديد واليود(Hark& Deen,2005, p.62).

٤. الماء فهو يشكل ٦٠% من الجسم حوالي ٨ أكواب من الماء يومياً.
٥. الألياف وهي موجودة بالخضروات والفواكهه والبقول والحبوب وتحمّد الجسم من عدة أمراض وتخلص الجسم من السموم (شعبان ، ٢٠٠٨ ، ص ٨٧).
٦. الكربوهيدرات هي النشويات والسكريات وهي مصدر الطاقة والنشاط للطفل مثل العسل، والمرى، والسكر، والفواكه، والحبوب والبقوليات (أبو العلا، ٢٠٠٨، ص ٨).

أن الهرم الغذائي الجيد يحتوي على ستة مجموعات من الأغذية في صورة سلسلةٍ من الأشرطة بالأحجام، بحيث أنه قد وضع الألوان في شكل شرائحٍ مثلثةٍ وهرمية الشكل، وقد تم وضعها في هذا الشكل الهرمي أو المثلثي بحيث تبدأ الشرائح عريضةً ثم تقل في الاتساع وتصبح ضعيفةً عند قمة المثلث؛ وذلك لأنه ليس كل الطعام الموجود في الشريحة الواحدة تعطي نفس السعرات الحرارية ، كما وضعت الشرائح المختلفة في الهرم حيث تكون مختلفةً في السمك؛ وذلك لاختلافات احتياجات الجسم من الشرائح المختلفة للطعام (أبو زيد، ٢٠٠٩، ص ٧٠).

عادات تناول الغذاء السليم :

- تنظيم فترات الطعام لتسهيل عملية الهضم وسلامة الجهاز الهضمي.
- شرب كمية كبيرة وكافية من الماء على فترات متباعدة من اليوم.
- يجب أن يحدد مدة لتناول الطعام، وعدم الوقوف عند تناول الطعام والمضغ الجيد.
- التنوع في الغذاء بحيث يحتوي على جميع العناصر الغذائية الضرورية للجسم.
- لا يجب شرب الماء إلا بعد الانتهاء من تناول الطعام (الحسين، ٢٠١٨، ص ٢٧).

فقد أوصت دراسة كلٍ من شعبان ويوسف (٢٠١٨) أهمية تفعيل استخدام الأنشطة القصصية الحسية والإلكترونية في إكساب الثقافة الغذائية والعامّة لأطفال الروضة، وتتمثل في الأهتمام باستخدام الأنشطة القصصية لأطفال الروضة من أجل إكسابهم نواحي معرفية وثقافية كطريقة جذابة وشيقة يستطيع الأطفال التعلم من خلالها، وإكساب الثقافة الغذائية للأطفال في مرحلة الطفولة عن طريق تدريب وتأهيل معلمات رياض الأطفال على طرق غرسها.

معارف ومهارات الغذاء الصحي لطفل الروضة:

هناك العديد من المعارف والمهارات التي تساعد على اختيار وتناول الأغذية الصحية من أهمها:

- تناول منتجات الحبوب الكاملة والبقوليات.
- التقليل من استهلاك مشروبات الطاقة والمشروبات الغازية.
- الحد من استهلاك التوابل والمنتجات الغذائية التي تحتوي على كميات عالية من الملح.
- تقليل تناول الوجبات التي تحتوي على سكريات.
- اختيار منتجات الألبان التي تعتبر قليلة الدسم.
- شرب كمية كافية من الماء.
- عدم شرب الماء أثناء تناول الطعام.
- مضغ الطعام بشكلٍ جيدٍ وبلعه حتى لا يحدث عسر الهضم.
- التقليل من تناول المواد الدسمة أو الدهون.
- تناول كمية كافية من الأغذية التي تحتوي على البروتينات والفيتامينات.
- الأهتمام بتناول الفاكهة والخضروات.

-التقليل من تناول المنبهات مثل القهوة والشاي (اللجنة المعنية بالحقوق الاجتماعية والثقافية، ٢٠١٣).

-إكساب الطفل معلومات عن الغذاء الصحي وغير الصحي.

-الجلوس مع الطفل ومشاركة تناول الطعام.

-الحرص على نظافة الغذاء وغسلة جيداً قبل تناوله.

-غسل الأيدي قبل تناول الطعام وبعد الانتهاء (الغزالي، ٢٠١٣، ص ٣٥).

دور المعلمة في تنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي:

تقوم معلمة رياض الأطفال بأدوارٍ عديدةٍ وتؤدي مهامًا كثيرةً تتطلب مهارات مختلفة فهي مسؤولة عن كل ما يتعلمه الطفل إلى جانب مهمة نمو كل طفل من أطفالها، ويعد غرس المبادئ وعادات التربية الصحيحة بما يساعدهم على المحافظة على أجسامهم من الأمراض باختيار الغذاء المناسب لهم من الأدوار المهمة:

١- جمع معلومات عن غذاء الطفل من والدته والتعرف على الأطعمة الممنوعة.

٢- تنظيم البيئة الصفية الخاصة بالوجبة مسبقاً.

٣- ملاحظة سلوك الأطفال وجمع المعلومات عن غذائهم.

٤- مساعدة الأطفال على تقبل أنواع الأطعمة الجديدة.

٥- فهم المواقف التي يمارس فيها الطفل السلوك الغذائي السليم.

٦- إشراك الأطفال في مشاريع طبخ بسيطة ومغذية.

٧- معرفة المعلمة لاحتياجات الأطفال الصحية.

٨- التدريب على السلوك الغذائي السليم المناسب لقدرات الطفل (الجمال، ٢٠٠٤، ص ٣٢).

فقد هدفت دراسة الأميري والعاني ومهدي (٢٠١٤) إلى التعرف على أثر برنامج التصحيح الزائد في تعديل بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى الأطفال المصابين بسوء التغذية وأثر وجبة الطفل على الإدراك وعلاقتها بالجنس والمرحلة، وتبين أن أطفال المجموعة التجريبية الخاضعة للبرنامج يتناولون الأطعمة المغذية أكثر من الأطعمة غير المغذية ، وتبين أنه لا يوجد فرق بين المراحل في تناول وجبات ذات قيمة غذائية عالية ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تناول وجبة غذائية عالية.

ومن خلال ماسبق ترى الباحثة أن خرائط المفاهيم إستراتيجية فعالة في تنمية معارف ومهارات الطفل المرتبطة بالغذاء الصحي وأداه حديثة لتنمية المفاهيم.

فروض البحث:

١. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الأول في التطبيق البعدي لمقياس مهارات الغذاء الصحي لصالح المجموعة التجريبية.
٢. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الثاني في التطبيق البعدي لمقياس مهارات الغذاء الصحي لصالح المجموعة التجريبية.
٣. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبيتين لأطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق البعدي لمقياس مهارات الغذاء الصحي لصالح أطفال المستوى الثاني.

الإجراءات المنهجية للبحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة في بحثها الحالي المنهج التجريبي باستخدام المجموعتين المتكافئتين المجموعة الضابطة والتي لا يتعرض أطفالها لبرنامج البحث المقترح والمجموعة التجريبية والتي يخضع أطفالها لبرنامج البحث وأنشطته.

التصميم التجريبي:

ويستخدم المنهج التجريبي في هذا البحث القياس القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة Control Group والتجريبية Experimental Group ، وذلك بتطبيق الاختبار المصور للغذاء الصحي بعد الضبط التجريبي للعينة، ثم تطبيق البرنامج المقترح باستخدام خرائط المفاهيم لتنمية بعض المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي على المجموعة التجريبية، ثم تطبيق الاختبار المصور لقياس مهارات الغذاء الصحي مرةً أخرى على المجموعتين الضابطة والتجريبية لقياس مدى فعالية البرنامج المقترح في تنمية هذه المفاهيم.

ثانياً: متغيرات البحث:

أ) المتغير المستقل :

برنامج تعتمد أنشطته على خرائط المفاهيم.

ب) المتغير التابع :

اكتساب الأطفال للمعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي.

ج) المتغير الضابطة :

-مستوى الذكاء.

-درجات الأطفال في التطبيق القبلي لمقياس مهارات الغذاء الصحي المصور.

ثالثاً: مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

أطفال المستوى الأول والثاني (٤ - ٦) سنوات برياض الأطفال التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة بورسعيد.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من رياض أطفال مدرسة مصطفى كامل الابتدائية، وذلك لإشراف الباحثة في التربية العملية مما ساعد الباحثة عند تطبيق البرنامج، وتمثلت العينة الكلية أطفال الروضة من المستويين الأول والثاني، وبلغ العدد الكلي ٦٠ طفلاً وطفلةً في المرحلة العمرية (٤-٦ سنوات) بالمستويين الأول والثاني، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وأخرى ضابطة عشوائياً.

رابعاً: أدوات البحث :

تتضمن:

- ١- اختبار رسم الرجل (جود أنف-هـ اريس) للذكاء. (تقنين فاطمة حنفي، ١٩٨٣).
- ٢- مقياس مهارات الغذاء الصحي المصور. (إعداد/ الباحثة)
- ٣- برنامج باستخدام خرائط المفاهيم لتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي. (إعداد/ الباحثة)

الدراسة الاستطلاعية وزمن إجراء المقياس:

وقد قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عدد (٦٠) طفلاً وطفلةً من أطفال الروضة بالمستوى الأول والثاني من الجنسين (ذكور وإناث) من (٤-٦) سنوات بروضة مدرسة مصطفى كامل الابتدائية التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة بورسعيد بهدف تحديد مدى صعوبة وسهولة الأسئلة، وتحديد زمن إجراء الاختبار وتطبيقه قبل البدء في تنفيذ الجانب العملي من الدراسة وذلك في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢٠م - ٢٠٢١م.

*تكافؤ المجموعتين:

للتأكد من تكافؤ المجموعتين تم تطبيق مقياس الغذاء الصحي لدى أطفال الروضة، وحساب قيم "Z" باستخدام اختبار مان ويتنى - Mann Whitney Test للمجموعتين التجريبية والضابطة للتأكد من تجانس المجموعتين في التطبيق القبلي، ويوضح جدول (١)، (٢)، (٣) نتائج هذا الإجراء.

جدول (١)

نتائج اختبار مان ويتنى للمجموعتين التجريبية والضابطة لدى أطفال المستوى الأول في التطبيق القبلي لمقياس الغذاء الصحي

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الغذاء الصحي	التجريبية	١٥	١٦,٩٧	٢٥٤,٥	-	غير دالة
	الضابطة	١٥	١٤,٠٣	٢١٠,٥	٠,٩٣	
	المجموع	٣٠	-	-		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " غير دالة إحصائياً مما يشير إلى أنه لا يوجد فرق بين متوسطي رتب درجات أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة بالمستوى الأول في التطبيق القبلي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة.

جدول (٢)

نتائج اختبار مان ويتني للمجموعتين التجريبية والضابطة لدى أطفال المستوى الثاني في التطبيق القبلي لمقياس الغذاء الصحي

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الغذاء الصحي	التجريبية	١٥	١٧,٧٧	٢٦٦,٥	-	غير دالة
	الضابطة	١٥	١٢,٢٣	١٩٨,٥	١,٤٣	
	المجموع	٣٠	-	-		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " غير دالة إحصائياً مما يشير إلى أنه لا يوجد فرق بين متوسطي رتب درجات أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة بالمستوى الثاني في التطبيق القبلي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة.

جدول (٣)

نتائج اختبار مان ويتني للمجموعتين التجريبيتين لدى أطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق القبلي لمقياس الغذاء الصحي

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الغذاء الصحي	التجريبية الأولى	١٥	١٧,٨٣	٢٦٧,٥	-	غير دالة
	التجريبية الثانية	١٥	١٣,١٧	١٩٧,٥	١,٤٧	
	المجموع	٣٠	-	-		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " غير دالة إحصائياً مما يشير إلى أنه لا يوجد فرق بين متوسطي رتب درجات أطفال المجموعتين التجريبيتين لدى أطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق القبلي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الغذاء الصحي المصور لدى طفل الروضة:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الصدق والثبات للمقياس على عينة قوامها ٦٠ طفلاً وطفلةً .

معاملات الصدق:

أولاً : صدق المقياس:

أ- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته المبدئية على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال رياض الأطفال لتحديد مدى مناسبة العبارات لقياس معارف ومهارات الغذاء الصحي لطفل الروضة ، وتم إجراء التعديلات المقترحة للسادة المحكمين من حذف وتعديل وإضافة وإعادة صياغة بعض العبارات ، وتراوحت نسب الاتفاق بين السادة المحكمين على مدى مناسبة العبارات بين (٨١ : ١٠٠%) ، وأصبح المقياس مكوناً من (٢٠) عبارة لقياس معارف ومهارات الغذاء الصحي لطفل الروضة .

ب- الاتساق الداخلي:

يعد صدق المحكمين من أنواع الصدق السطحي أو الظاهري ؛ لذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عشوائية من أطفال

الروضة بلغ عددها (ن = ٦٠)، وذلك لحساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصاراً بـ Spss V.22 فكانت قيم معاملات الارتباط كما هو موضح بجدول (٤).

جدول (٤)

قيم معاملات اتساق عبارات المقياس

رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط
١	**٠,٨١٢	٨	**٠,٨٣٦	١٥	**٠,٨٤٧
٢	**٠,٨٦٤	٩	**٠,٨٣٩	١٦	**٠,٨٠٦
٣	**٠,٨١٨	١٠	**٠,٨٥١	١٧	*٠,٢٥٢
٤	**٠,٨٦١	١١	**٠,٨٦٥	١٨	**٠,٨١٦
٥	**٠,٨٦٩	١٢	*٠,٢١٤	١٩	**٠,٨٥١
٦	**٠,٧٦١	١٣	**٠,٨٢٤	٢٠	**٠,٨٤٠
٧	**٠,٨٠٣	١٤	*٠,٣٢٤	-	-

(**) دال عند مستوى ٠,٠١

(*) دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ والبعض الآخر دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ أي أنه يوجد اتساق ما بين عبارات المقياس والدرجة الكلية؛ مما يشير إلى أن عبارات المقياس على درجة مناسبة من الاتساق.

ثانياً: ثبات المقياس:

أ- طريقة معامل ألفا لكرونباخ:

استخدمت الباحثة لحساب ثبات المقياس معامل ألفا لكرونباخ Cronbach's Alpha Coefficient في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس فبلغت قيمة معامل ألفا العام للمقياس ككل (٠,٧٧٣)، كما تم حساب معامل ثبات كل عبارة فكانت قيم معاملات ثبات العبارات كما هو موضح بجدول (٥).

جدول (٥)

قيم معاملات ألفا لعبارات القائمة

رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا
١	٠,٧٧٠	٨	٠,٧٦٨	١٥	٠,٧٧٢
٢	٠,٧٦٩	٩	٠,٧٧١	١٦	٠,٧٥٧
٣	٠,٧٦٨	١٠	٠,٧٦٨	١٧	٠,٧٧١
٤	٠,٧٦٣	١١	٠,٧٧٢	١٨	٠,٧٦٩
٥	٠,٧٦٦	١٢	٠,٧٧١	١٩	٠,٧٦٧
٦	٠,٧٧١	١٣	٠,٧٦٨	٢٠	٠,٧٦٦
٧	٠,٧٧٠	١٤	٠,٧٦٦	-	-

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا لعبارات المقياس أقل من معامل ثبات المقياس ككل ؛ مما يشير إلى أن العبارات على درجة مناسبة من الثبات.

ب - طريقة التجزئة النصفية:

للتحقق من ثبات المقياس ككل تم استخدام طريقة التجزئة النصفية Split half وبلغت قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس (٠,٥٧٥) وبعد تصحيح أثر التجزئة بمعادلة سبيرمان وبراون Spearman-Brown بلغت قيمة معامل الثبات المقياس ككل (٠,٧٣٠)، ويتضح مما سبق أن المقياس على درجة مناسبة من الثبات .

ومن إجراءات الصدق والثبات السابقة أصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (٢٠) عبارة لقياس الغذاء الصحي لدى أطفال الروضة والمقياس بهذه الصورة النهائية صالحاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

خطوات وإجراءات البحث:

وفيما يلي عرض للخطوات والإجراءات التي اتبعتها الباحثة في إعداد وتطبيق أدوات البحث:

أولاً: مقياس الغذاء الصحي المصور لدى طفل الروضة للإجابة على السؤال من أسئلة البحث :

ماهي المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي التي يمكن تنميتها لدى طفل الروضة؟

ويتطلب ذلك إعداد مقياس للمعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء التي يمكن تنميتها لدى طفل الروضة من (٤-٦) سنوات.

وقد مرت عملية الإعداد بالخطوات الآتية:

١-الإطلاع على الدراسات والبحوث السابقة العربية والأجنبية التي اهتمت بتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي لدى طفل الروضة

ومنها على سبيل المثال: عثمان (٢٠١٦)، الأميري والعاني ومهدي (٢٠١٤)، و آل غهيب (٢٠١٩)، (Deen Hark&Judge 2013).

٢-الإطلاع على بعض الأدبيات من قِبَل المتخصصين في مجال التربية والعلوم وخاصةً الذين يهتمون في مجال التربية والعلوم بتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي لدى طفل الروضة بحري(٢٠٠٩)، عبد اللطيف(٢٠٠٨)، شعبان(٢٠٠٨)، أبو العلا(٢٠٠٨)، أبو زيد(٢٠٠٩).

٣-إعداد مقياس لبعض المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي التي يمكن تتميتها لدى طفل الروضة من (٥-٦) سنوات.

٤-عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مناهج وطرق تدريس لرياض الأطفال، وقد رأى المحكمون مناسبة المقياس الغذاء الصحي المصور لطفل الروضة مع إجراء بعض التعديلات في ضوء آرائهم.

٥-إعداد الصورة النهائية لمقياس الغذاء الصحي المصور.

ثانياً: إعداد برنامج لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي :

للإجابة على السؤالين التاليين من أسئلة البحث:

- ما أسس بناء برنامج الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي ؟

- ما التصور المقترح لبرنامج الخرائط المفاهيمية في تنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي ؟

وتطلب ذلك إعداد برنامج استخدام الخرائط المفاهيمية لتنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي لأطفال المستوى الأول

والثاني من (٤-٦) سنوات، وقد تم تحديد أسس بناء البرنامج وإعداده وفقاً للخطوات الآتية:

عند إعداد البرنامج قامت الباحثة بما يلي :

١- البحث والاطلاع على البرامج التعليمية المقدمة لطفل الروضة من أجل اكتسابه للمفاهيم المختلفة .

٢- مسح الدراسات في مجال البرامج التعليمية المقدمة للطفل في مرحلة الروضة من أجل معرفة الأسس والفلسفات التي تبنى عليها.

٣- بناء برنامج قائم على استخدام الخرائط المفاهيمية في تنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي، وقد توصلت الباحثة من خلال إطلاعها على بعض الأسس عند إعداد برنامج قائم على استخدام الخرائط المفاهيمية في تنمية معارف ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي على النقاط التالية:

أ- يعتبر إستراتيجية خرائط المفاهيم إستراتيجية تعليمية لتدعيم البنية المعرفية لمهارات الغذاء الصحي.

ب- أن خرائط المفاهيم وسيلة لتقييم معرفة الأطفال السابقة وإيجاد الروابط بين المفاهيم من خلال مناقشات الأطفال.

ج- أن يحقق برنامج خرائط المفاهيم تطبيق مجموعة متنوعة من طرق وفنيات التدريس.

د- مشاركة معلمة الروضة للأطفال في استخدام خرائط المفاهيم في تنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي.

هـ- قد تكون فكرة البرنامج جذابة لكثير من الأطفال.

و- أن تكون إستراتيجية خرائط المفاهيم متعلقة بأهداف المناهج ومعايير الروضة.

ز- تسهم المفاهيم العلمية دوراً بارزاً في المادة العلمية لتدريب الأطفال على التجريب.

إستراتيجية تصميم الأنشطة المتضمنة في البرنامج التعليمي المقترح: أولاً: الشروط المتبعة:

تم تصميم الأنشطة التعليمية المتضمنة في البرنامج المستخدم وفقاً للشروط التالية:

- ارتباطها بأهداف الدراسة وتوقع تحقيقها لهذه الأهداف.
- الاسترشاد بالدراسات السابقة والاستفادة من إستراتيجيات الدراسات السابقة واستخدام خرائط المفاهيم.
- أن تناسب الأنشطة خصائص النمو للطفل.
- الاستعانة بمساعدة المعلمة المشرفة على الأطفال في بعض المواقف التي تستدعي وجودها وتدخلها.

ثانياً: الخطوات التنفيذية المتبعة:

- اتبعت الدراسة في تنفيذ وتطبيق أنشطة البرنامج على خرائط المفاهيم.
- وضع التعليمات لكل نشاط وطريقة تطبيقه على الأطفال.
- تم تنفيذ وتجهيز الوسائل والأدوات المناسبة بالخامات الآمنة المناسبة وتجهيزها للتطبيق والجوائز والمكافآت.

ثالثاً: إستراتيجية الموقف التعليمي داخل كل نشاط:

و يتمثل الموقف في دور كل من المعلمة والطفل :

أ) دور المعلمة :

يمكن تلخيص دور المعلمة في حجرة النشاط مع الأطفال في إثارة انتباه أحد الاطفال وتعريفه بالنشاط وطريقة استخدام خرائط المفاهيم لتنمية معارف

ومهارات طفل الروضة المرتبطة بالغذاء الصحي للقيام بتعليمات الأنشطة المتضمنة في البرنامج، كما أنها تقوم باستخدام أساليب التعزيز للسلوكيات الإيجابية التي يقوم بها الأطفال وتهيء الجو المناسب لتنفيذ الأنشطة التعليمية المتضمنة في البرنامج .

ب) دور الطفل:

ويتلخص دور الطفل في المشاركة بحماس في الأنشطة وتنفيذ ما يطلب منه بإيجابية وبجدية، وذلك من خلال الالتزام والانتباه والتعاون مع الباحثة وباقي الأطفال.

تطبيق البرنامج التعليمي:

تم تطبيق برنامج البحث في مدة زمنية قدرها شهرين ونصف بواقع (٢٨) نشاطاً تعليمياً بمعدل (٣) أنشطة في الأسبوع مدة كل نشاط (٤٥) دقيقة .

أنشطة البرنامج التعليمي:

تم مراعاة تنوع الأنشطة لتشتمل على أنشطة "فنية- معرفية/عقلية -علمية - فنية".

ومحاور الأنشطة تقسم كالتالي:

*الهدف العام من النشاط.

*استخدام خرائط المفاهيم كاحدى الإستراتيجيات المتبعة.

*الأهداف الاجرائية.

*الوسائل والأدوات.

*سير النشاط.

*التقويم.

إجراءات تطبيق البحث (المعالجة الإجرائية):

بعد إعداد أدوات البحث والتأكد من صدقها وثباتها وصلاحيتها للتطبيق العملي، وبعد تحديد الإجراءات التجريبية اللازمة لتطبيق تجربة البحث، والمتمثلة في تحديد التصميم التجريبي، وتحديد عينة البحث وضبط تكافؤها وتقسيمها إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد اتبعت الباحثة الخطوات الآتية في إجراءات البحث:

أولاً: إجراءات قبل التطبيق: اللقاء التمهيدي مع الأطفال:

تم اللقاء مع معلمات روضات مدارس محافظة بورسعيد واختيرت عينة عشوائية بلغ عددها ٥٠ طفلاً وطفلةً إذا تم الإتفاق معهم على مواعيد اللقاء - وهدفه - ومكانه، وتم عرض مجموعة من معارف ومهارات الغذاء الصحي المقترحة على معلمات الروضة حتى يعرضوها على أطفال المجموعة الضابطة "بعد تقسيم الأطفال" وذلك بالطريقة المعتادة.

التطبيق القبلي لأدوات البحث:

بعد تحضير القاعة المنفق عليها للقاء وإعداد لوازم الإضاءة والتهوية تم تطبيق أدوات البحث على مجموعة الأطفال بالمجموعتين قبل تطبيق البرنامج مباشرةً، وذلك للتأكد من مدى تكافؤ أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في (العمر الزمني - مستوى الذكاء - مدى استيعابهم للمعارف ولمهارات الغذاء الصحي)، واستغرق التطبيق القبلي لأدوات البحث (يومين) في الفترة الزمنية من ١٠/١٠/٢٠٢٠م وحتى ١٤/١٢/٢٠٢٠م وهذه الأدوات هي:

- ١- اختبار رسم الرجل (جود أنف- هاريس) للذكاء .
- ٢- مقياس الغذاء الصحي المصور للطفل .

التعامل مع المجموعتين :

-يطبق البرنامج على أطفال المجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة فلا تتعرض للبرنامج وأنشطته المقترحة.

ثانياً-إجراءات التطبيق:

بدأت التجربة في شهر أكتوبر واستمرت لمدة شهرين ونصف ، حيث طبقت أنشطة البرنامج الخاصة بالمعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي على أطفال المجموعة التجريبية في ركن العلوم والاستكشاف وقاعة الروضة والحديقة وذلك باستخدام خرائط المفاهيم أثناء التعلم ، بينما تعلمت أطفال المجموعة الضابطة فقط في قاعات الروضة الخاصة بهم وذلك بالطريقة التقليدية المعتادة دون التعرض للبرنامج وأنشطته، وقد لاحظت الباحثة بعض الأمور أثناء التطبيق ومنها:

- حماس واهتمام الأطفال وسعادتهم بتطبيق الأنشطة العلمية.
- الانتباه والتركيز أثناء التعامل مع أنشطة البرنامج.
- التفاعل والانجذاب الشديد لبعض التجارب والأنشطة.

ثالثاً-التطبيق البعدي لأدوات البحث :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج وأنشطته على أطفال المجموعة التجريبية، وعدم تطبيقه على أطفال المجموعة الضابطة، تم تطبيق اختبار مقياس مفاهيم علوم الحياة المصور مرةً أخرى على أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة، ثم قامت الباحثة بتصحيح استجابات الأطفال وذلك بمعاونة معلمة الروضة، ثم رصد درجات الأطفال وتم معالجتها إحصائياً ومقارنة نتائج المجموعتين ومناقشتها، ثم اختبار صحة الفروض وتفسيرها.

الأساليب الإحصائية للبحث :

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام اختبار Man-Whitney بما يتناسب مع حجم العينة، حيث بلغ عدد أطفال المستوى الأول بـكلتا المجموعتين الضابطة والتجريبية (٣٠) طفلاً وطفلةً بكل مجموعة، كما بلغ عدد أطفال المستوى الثاني (٣٠) طفلاً وطفلةً بكل مجموعة .

عرض ومناقشة وتفسير النتائج:

نتائج صحة الفرض الأول:

لاختبار الفرض الأول والذي ينص على أنه "يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الأول في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي المصور لصالح المجموعة التجريبية". استخدمت الباحثة اختبار مان ويتنى - Mann Whitney Test للمجموعات المستقلة بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة اختصاراً بـ Spss.V.22 ، ويوضح جدول (٦) نتائج هذا الفرض: جدول (٦) يوضح نتيجة اختبار "Man Whitney" على أطفال المجموعة الضابطة و التجريبية "المستوى الأول" لحساب دلالة الفرق بين متوسطات درجات أطفال المستوى الأول في المجموعة الضابطة ومتوسطات درجات أطفال المستوى الأول في المجموعة التجريبية على مقياس الغذاء الصحي المصور في التطبيق البعدي لصالح أطفال المستوى الأول بالمجموعة التجريبية .

جدول (٦)

نتائج اختبار مان ويتني للمجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الأول في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الغذاء الصحي	التجريبية	١٥	٢٣	٣٤٥	٤,٧٢ -	٠,٠١
	الضابطة	١٥	٨	١٢٠		
	المجموع	٣٠	-	-		

تفسير الفرض الأول:

ويتضح من معالجة الفرض الأول إحصائياً أن البرنامج قد أثبت فعاليته، ويمكن أن تفسر هذه النتائج في ضوء :

- محتوى الجانب النظري من البرنامج وما تضمنه من معارف ومهارات الغذاء الصحي كان ملائماً مع الأطفال حتى وإن كانوا بالمستوى الأول، حيث أعطاهم فرصة للاكتشاف والتجريب والتعلم التعاوني والعصف الذهني واستخدام خرائط المفاهيم لتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي وتم توجيههم بطرق إيجابية حققت الاستفادة من أنشطة البرنامج. وهذا يتفق مع ما ناقشته دراسة الأميري والعاني ومهدي (٢٠١٤) إلى التعرف على أثر برنامج التصحيح الزائد في تعديل بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى الأطفال المصابين بسوء التغذية وأثر وجبة الطفل على الإدراك وعلاقتها بالجنس والمرحلة.

و ماناقتها دراسة كل من (Karpicke and Blunt 2011) أن استخدام خرائط المفاهيم من قبل الأطفال يتطلب إثراء المادة التي يدرسونها وفهم العلاقات بين المفاهيم.

ودراسة (Seyhan et al., 2012) التي وضحت تأثير الخرائط المفاهيمية على تعليم الإنسان والبيئة وتحقيق النجاح الأكاديمي، وأثبتت نتائجها أن تدريس المواد البيئية بطريقة خريطة المفاهيم أكثر فعالية من تدريسها بطريقة التدريس التقليدي.

كما أن نتائج هذا الفرض ترجع إلى عدم تعرض أطفال المجموعة الضابطة (المستوى الأول) إلى وهو "البرنامج المقترح باستخدام إستراتيجية خرائط المفاهيم" كما كان لعمرهم الزمني أثراً في أنهم لم يتمكنوا من استيعاب بعض المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي.

كما أن عدم تعرضهم للتفاعل مع أنشطة البرنامج التي تعتمد على استخدام خرائط المفاهيم لتنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي سواء إن كانت تعتمد على العصف الذهني والتعلم التعاوني وتفسير التجارب العلمية والتغذية الراجعة للتعرف على المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي، مما جعلهم أقل تفاعلاً مع الباحثة عند تطبيق المقياس بعدياً وهذا ما أشارت إليه دراسة كل من شعبان ويوسف (٢٠١٨)، (Wanger(2012)، (Walter(2011).

نتائج الفرض الثاني:

لاختبار الفرض الثاني والذي ينص على أنه "يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبيية والضابطة لأطفال المستوى الثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي المصور لصالح المجموعة التجريبيية." استخدمت الباحثة اختبار مان ويتي - Mann Whitney Test للمجموعات المستقلة بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة اختصاراً بSpss.V.22 ، ويوضح جدول (٧) نتائج هذا الفرض:

جدول (٧) يوضح نتيجة اختبار "Man Whitney" على أطفال المجموعة الضابطة و التجريبية "المستوى الثاني" لحساب دلالة الفرق بين متوسطات درجات أطفال المستوى الثاني في المجموعة الضابطة ومتوسطات درجات أطفال المستوى الثاني في المجموعة التجريبية على مقياس الغذاء الصحي المصور في التطبيق البعدي لصالح أطفال المستوى الثاني بالمجموعة التجريبية .

جدول (٧)

نتائج اختبار مان ويتني للمجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الغذاء الصحي	التجريبية	١٥	٢٣	٣٤٥	-	٠,٠١
	الضابطة	١٥	٨	١٢٠	٤,٧٠	
	المجموع	٣٠	-	-	-	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ مما يشير إلى وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لأطفال المستوى الثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة لصالح المجموعة التجريبية .

تفسير نتائج الفرض الثاني:

يمكن أن تفسر نتائج معالجة الفرض الثاني إحصائياً في ضوء :

-محتوى الجانب النظري من البرنامج وما تتضمنه من معارف ومهارات مرتبطة بالغذاء الصحي بطفل الروضة كان ملائماً مع الأطفال بعمرهم

العقلي والزمني حيث وفر للأطفال فرصاً تحقق لهم الرغبة في التعلم، وتزيد من الدافعية حتى يستطيعوا تحقيق الهدف المنشود.

- وهذا ما أكده كلُّ عثمان (٢٠١٦)، الأميري والعاني ومهدي (٢٠١٤)، وآل غهيب (٢٠١٩).

وأكدت عليه العديد من الدراسات والأبحاث الأخرى مثل دراسة عثمان (٢٠١٦) التعرف على دور رياض الأطفال في توعية طفل الروضة بمفاهيم الثقافة الصحية من وجهة نظر المعلمات وأمّهات الأطفال، وكذلك مدى وعي الأطفال بمفاهيم الثقافة الصحية.

- طريقة التعليم والتعلم التي استخدمت لتعلم هذا الجانب والمتمثلة في خرائط المفاهيم لأن إستراتيجية خرائط المفاهيم فعالة من حيث التكلفة، ومناسبة من الناحية التنموية للاستخدام مع الأطفال الصغار، وأداة بحث لتقييم الأطفال الصغار، وأداة لتقييم المعلمين والأطفال، تبني خرائط المفاهيم نوافذ تعلم في أذهان الأطفال، كما أنها تعكس الهياكل المعرفية التي استنتجها الطفل من الدروس العلمية، ويؤيد ذلك ماجاء دراسة Atilas.,

Novak (2010)، Dominique-Maikell and McKean (2014)

- كما أن تنوع استخدام الوسائل والأنشطة التعليمية والتي تباينت ما بين الصور، وشرائط الفيديو، واللوحات التوضيحية، والبطاقات، والنماذج الحية، وشفافيات استخدام خرائط المفاهيم التي أدى إلى توضيح المعلومة بصورة أفضل، كما ساعد أيضاً في التخفيف من حدة الاستخدام اللفظي للمعلومة وجعلها في صورة مشوقة ومثيرة للانتباه والتركيز، مما جعل الأطفال أكثر إيجابيةً وتشوقاً لتلقي المعلومة وتفسير التجارب العلمية.

- وقد تم التدريب على هذه الأنشطة في جو من التعلم التعاوني والاكتشاف والتجريب والعصف الذهني، فقد كان معتمداً على خرائط

المفاهيم بما فيه من حبٍ وتعاونٍ بين الأطفال أنفسهم وبينهم وبين الباحثة، وفسرت الباحثة درجات أطفال المستوى الثاني المرتفعة نتج عن عمرهم الزمني الأكبر مما أعطاهم فرصة إيجابية للتعلم تعرض العلاقات بين الحقائق والمفردات والأفكار، وزيادة المشاركة بين الأقران، وتعزيز النجاح وهذا ما تؤيده نتائج دراسة كلٍ من (Ciullo and Billingsley (2013 ، Corriveau & Kurkul, 2014) (kelemen etal2014,PP.893-902).

نتائج الفرض الثالث:

لاختبار صحة الفرض الثالث والذي ينص على أنه "يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبيتين لأطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لصالح أطفال المستوى الثاني". استخدمت الباحثة اختبار مان ويتني - Mann Whitney Test للمجموعات المستقلة بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة اختصاراً بـ Spss.V.23 ، ويوضح جدول (٨) نتائج هذا الفرض:

جدول (٨)

نتائج اختبار مان ويتني للمجموعتين التجريبيتين لأطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة لصالح أطفال المستوى الثاني

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
الغذاء الصحي	التجريبية الأولى	١٥	٢٢,٩٧	٣٤٤,٥	٤,٦٧ -	٠,٠١
	التجريبية الثانية	١٥	٨,٠٣	١٢٠,٥		
	المجموع	٣٠	-	-		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ مما يشير إلى وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبيتين لأطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي لطفل الروضة لصالح أطفال المستوى الثاني .

ويتضح من الجدول السابق وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين الدرجات البعدية للأطفال بالمستوى الأول والأطفال بالمستوى الثاني بالمجموعة التجريبية على مقياس الغذاء الصحي المصور لصالح اطفال المستوى الثاني حيث أن (قيمة ت) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية وبذلك فإنها دالة إحصائياً وهكذا تثبت صحة الفرض الثالث .

لاحظت الباحثة أن هناك فرق بين نتائج الأطفال بالمجموعتين التجريبيتين لأطفال المستوى الأول والثاني في التطبيق البعدي لمقياس الغذاء الصحي المصور وذلك الاختلاف ليس كبيراً ولكن وجد اختلاف في النتائج بالرغم من تعرض أطفال المستوى الأول والثاني بنفس المجموعة الى البرنامج وأنشطته ولإثبات ذلك قامت الباحثة بمعالجة نتائج الأطفال إحصائياً لإثبات صحة الفرض وذلك باستخدام قانون "مان ويتي" وذلك بما يتناسب مع حجم العينة.

تفسير نتائج الفرض الثالث:

يمكن أن تفسر نتائج معالجة الفرض الثالث إحصائياً في ضوء :

أن العمر الزمني له أثر على العمر العقلي وقدرة الأطفال على استيعاب وفهم ما يقدم لهم من معلومات ومعارف ومهارات مرتبطة بالغذاء الصحي، وكذلك قدرتهم على تفسير التجارب والاكتشاف، فقد كان أطفال المستوى الثاني أكثر تفاعلاً واستجابةً للباحثة وتوجيهاتها أثناء سير أنشطة البرنامج

واستخدامهم للخرائط المفاهيمية من حيث الرسم للخريطة بعد الانتهاء من كل نشاط لتشجيعهم على التفكير العلمي.

واتفقت مع هذا نتائج دراسة (Walter 2011) التي أكدت على مراعاة المعلمة لاحت الأطفال على استخدام الحواس في جميع الأنشطة التعليمية واستخدام أنشطة لاحت الأطفال على التغذية الصحية السليمة.

ودراسة (Wanger 2012) التي اهتمت بضرورة تدريب الأطفال على إعداد بعض الوجبات لمساعدة المعلمة، وهذه الوجبات تحتوي على السلطة واللحوم والعصائر والفواكه وتقوم بملاحظاتهم وتوجيههم وتعزيز أفكارهم وإتاحة الفرص للأطفال للإجابة بكل حرية وتقديم الآراء الصحيحة من خلال المدح والثناء .

أن كل طفل في التعلم له خريطة الذهنية المتفردة التي تساعده في بقاء أثر التعلم واستمراره في مراحل تعليمية لاحقة، حيث تم التأكيد على أنه كلما تقدم العمر تزايد استيعاب الأطفال على المفهوم المقدم لهم ومحتوياته.

توصيات البحث:

في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بما يلي:

- 1- وضع تصور مقترح لطرق وإستراتيجيات تنمية معارف ومهارات الغذاء الصحي ضمن مناهج رياض الأطفال.
- 2- التركيز على طرق تعليم طفل الروضة المعارف المتعلقة بالغذاء ضمن المقررات الدراسية التي تدرس بكليات التربية للطفولة المبكرة حتى تتمكن الطالبة المعلمة من ممارستها وتنميتها لدى الطفل.
- 3- عمل دورات تدريبية لمعلمات رياض الأطفال لتدريبهن على كيفية تنمية معارف ومهارات الغذاء الصحي من خلال الأنشطة العلمية المختلفة.

٤- الاهتمام بتفعيل وتطبيق إستراتيجية خرائط المفاهيم داخل الروضات؛ لما لها من دور كبير في تحقيق التفكير العلمي وتنميته لدى أطفال الروضة.

البحوث المقترحة:

تقترح الباحثة بعض البحوث المستقبلية كما يلي:

١- أثر استخدام المحاكاة في تنمية المعارف والمهارات المرتبطة بالغذاء الصحي لدى طفل الروضة.

٢- تنمية مهارات الغذاء الصحي لدى طفل الروضة باستخدام حقيبة تعليمية في المفاهيم العلمية.

٣- استخدام خرائط المفاهيم لتنمية المفاهيم العلمية لدى أطفال الروضة.

٤- أثر برنامج تدريبي قائم على الخرائط المفاهيمية في تنمية التفكير العلمي لدى طفل الروضة.

٥- برنامج إثرائي لتنمية التنقيف الغذائي لدى طفل الروضة باستخدام الخرائط المفاهيمية.

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- إبراهيم، مجدي عزيز. (٢٠٠٤). موسوعة التدريس (ط.٥). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- أبو العلا، نبال عبد الرحمن. (٢٠٠٨). أساسيات التغذية (ط.٥). وزارة الصحة والسكان: المعهد القومي للتغذية.
- أبو زيد، نادية عبد المجيد . (٢٠٠٩). أساسيات تغذية الإنسان (ط.١). الرياض: دار الزهراء.
- آل غيهب، حصة عبد اللطيف. (٢٠١٩). ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٣(٤)، ٧٤-٩٦.
- الأميري، عامر والعاني، ضحى والمهدي، هبة (٢٠١٤). أثر التصحيح الزائد في تعديل بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى الأطفال المصابين بسوء التغذية " . مجلة البحوث التربوية والنفسية، ٢٧(٣٧)، ٢٦ .
- باشا، هبة عبد المنعم. (٢٠١٣). فاعلية خرائط المفاهيم الإلكترونية لتنمية مفاهيم تكنولوجيا الحاسب لدى طفل الروضة. رسالة ماجستير. كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- بحري، منى يونس. (٢٠١٩). المهارات العلمية لمربيات الحضانه (ط. ١). عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- بدير، كريمان. (٢٠١٩). إستراتيجيات جديدة لتعليم طفل الروضة (ط. ١). القاهرة: عالم الكتب.
- الجرواني، هالة إبراهيم، وغنيم، حنان عبده، رميح، مروة معاذ حسن معاذ. (٢٠١٩). أثر استخدام الكمبيوتر كوسيط تفاعلي في تنمية الثقافة

- الغذائية لدى طفل الروضة، مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، ١١ (٣٧)، ١٥ - ٥٤.
- الجمال، رضا مسعد. (٢٠٠٤). برنامج لتنمية الوعي الغذائي الصحي للأطفال الحضانه وعلاقته بقدرتهم على الانتباه والتركيز. الطفولة والتنمية، ٤ (١٤).
- الحريري، رافدة. (٢٠١٤). تربية طفل ما قبل المدرسة (ط.١). عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.
- حسنين، حنان عبد الخالق. (٢٠١١). فاعلية التعبير الحركي في تنمية بعض المفاهيم العلمية لطفل الروضة. رسالة ماجستير. كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- الحسين، سلوى. (٢٠١٨). فاعلية برنامج قائم على الأنشطة الحركية لإكساب أطفال الرياض الثقافة الغذائية. مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، ٤٠ (٣٢)، ٥٣-١١.
- حنا، رانيا وجيه حلمي. (٢٠١١). فاعلية برنامج قصصي إلكتروني في تنمية الوعي الصحي لدى طفل الروضة في ضوء معايير الجودة في رياض الأطفال. رسالة ماجستير. كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- خليفة، أحمد حسن. (٢٠١١). أثر تدريس العلوم بطريقة الاكتشاف الموجة في المختبر على التحصيل الدراسي "دراسة تجريبية على عينة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي في مدارس مدينة تبوك". مجلة جامعة دمشق، ٢٧ (٣٤)، ٩٢٣-٩٥٢.
- الديباوي، فانت جمال أبو زيد. (٢٠١٩). استخدام الخرائط المعرفية المصورة لتنمية بعض المفاهيم العلمية وحب الاستطلاع لدى طفل الروضة. رسالة ماجستير. كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنصورة.

- شعبان، فاطمة عاشور توفيق، ويوسف، فايزة أحمد. (٢٠١٨). فاعلية استخدام الأنشطة القصصية الحسية والإلكترونية في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث غزة، ٦٩-٤٩، (١٠)، ٢.
- شعبان، ناهد محمد. (٢٠٠٨). الثقافة الغذائية في مسرح العرائس (ج١). القاهرة: عالم الكتب.
- صادق، منى. (٢٠٠٨). مفاهيم حديثة في تغذية الأطفال (ط. ١). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الطيطي، مسلم يوسف. (٢٠١١). فاعلية طريقة حل المشكلات في تحصيل المفاهيم العلمية لدى طلاب الصف الخامس الأساسي في مادة العلوم واحتفاظهم بها. رسالة ماجستير. كلية التربية، جامعة اليرموك.
- العابد، العيادي ضوء المبروك. (٢٠١٤). شروط التغذية السليمة للأم والطفل. عالم التربية. (١٥) ٤٦.
- عبد الستار، شيماء محمد. (٢٠١٣). فاعلية القصة الحركية في إكساب طفل الروضة بعض المفاهيم المرتبطة بالممارسات الاجتماعية. رسالة ماجستير. كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- عبد الفتاح، عزة. (٢٠٠٧). الأنشطة في رياض الأطفال (ط. ٤). القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد اللطيف، فاتن. (٢٠١٩). صحة الطفل ورعايته (ط. ١). الرياض: دار الزهراء.
- عثمان، علي عبد التواب محمد. (٢٠١٦). دور رياض الأطفال في توعية طفل الروضة بمفاهيم الثقافة الصحية من وجهة نظر المعلمات وأمهات الأطفال في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ٣٥ (١٦٩)، ٨١-١٣.

- العدوانى، خالد مطهر. (مارس، ٢٠١٤). استخدام إستراتيجية الخرائط المفاهيمية في التدريس. ورقة عمل مقدمة للورشة التدريبية الخاصة بتنمية المهارات التدريسية وفقاً لمعايير الجودة. محافظة المحويت. ص ١-٧.
- عوجان، وفاء سليمان. (٢٠١٣). تصميم ودراسة فاعلية برنامج تعليمي باستخدام الخرائط الذهنية في تنمية مهارات الأداء المعرفي في مساق تربية الطفل في الإسلام لدى طالبات كلية الأميرة عالية الجامعية. المجلة التربوية الدولية المتخصصة، ٢(٦)، ٥٤٤-٥٦٠.
- الغزامي، أبرار بنت عبدالله. (٢٠١٣). مدى توافر كفايات تدريس المنهج المطور لدى المعلمات في رياض الأطفال الأهلية. رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود.
- غنيم، حنان عبده يوسف. (٢٠٠٨). تبسيط بعض المفاهيم البيولوجية لطفل الروضة باستخدام المتحف الافتراضي. رسالة ماجستير. كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية.
- قشطة، أحمد عودة. (٢٠٠٨). أثر توظيف إستراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية المفاهيم العلمية والمهارات الحياتية بالعلوم لدى طلبة الصف الخامس الأساسي بغزة. رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية.
- المطري، بشره خميس. (٢٠٠٩). أثر التزود بالخرائط المفاهيمية على تحصيل الطلبة واتجاهاتهم نحو مادة الجغرافيا للصف السادس الأساسي في المدارس الخاصة في محافظة النبقاء. رسالة ماجستير. كلية العلوم الإنسانية، جامعة الشرق الأوسط للدراسات العليا.
- ثانياً : المراجع الأجنبية :

- Atilas, J. T., Dominique-Maikell, N., & McKean, K. (2014). Concept Maps: An Alternative Methodology to

Assess Young Children. *Educational Research Quarterly*, 37(3), 25-39.

– Canas, A. J., & Novak, J. D. (2006). Concept Maps: Theory, Methodology, Technology Proc. of the Second Int. *Conference on Concept Mapping*.

– Cañas, A. J., Novak, J. D., & González, F. M. (2004). Concept maps: *Theory, methodology, technology*.

– Ciullo, S., & Billingsley, G. (2013). Strategies for improving understanding of and engagement with expository text for students with emotional and behavioral disorders. *Beyond Behavior*, 23(1), 3-11.

– Dunker, N., Magntorn, O., & Helldèn, G. (2008). *Efficiency of Concept Mapping for the Conceptual Understanding of Burning and Underlying Processes of Combustion for Elementary School Student*. Germany and Sweden. University of Oldenburg University of Kristianstad.

– Hark, L., & Deen, D. (2005). *Nutrition for Lif*. London : Dorling Kindersley.

– Hong, S. Y., & Diamond, K. E. (2012). Two approaches to teaching young children science concepts, vocabulary, and scientific problem-solving skills. *Early Childhood Research Quarterly*, 27(2), 295-305.

– Jung, M. (2013). *Solution nutrition*. Kempen: BVK Buch Verlag, 2nd ed.

– Maker, C. J. (2020). Identifying exceptional talent in science, technology, engineering, and mathematics:

- Increasing diversity and assessing creative problem-solving. *Journal of Advanced Academics*, 31(3), 161-210.
- Saçkes, M. (2014). How often do early childhood teachers teach science concepts? Determinants of the frequency of science teaching in kindergarten. *European early childhood education research journal*, 22(2), 169-184.
- Senocak, E., Samarapungavan, A., Aksoy, P., & Tosun, C. (2013). A Study on Development of an Instrument to Determine Turkish Kindergarten Students' Understandings of Scientific Concepts and Scientific Inquiry Processes. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 13(4), 2217-2228.
- Stringfield, S. G., Luscre, D., & Gast, D. L. (2011). Effects of a story map on accelerated reader postreading test scores in students with high-functioning autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 26(4), 218-229.
- Sumida, M. (2015). Kids science academy: Talent development in STEM from the early childhood years. *In Science Education in East Asia* (pp. 269-295). Springer, Cham.
- Kelemen, D., Emmons, N. A., Seston Schillaci, R., & Ganea, P. A. (2014). Young children can be taught basic natural selection using a picture-storybook intervention. *Psychological science*, 25(4), 893-902.

- Kwon, S. Y., & Cifuentes, L. (2009). The comparative effect of individually-constructed vs. collaboratively-constructed computer-based concept maps. *Computers & Education*, 52(2), 365-375.