

## برنامج أنشطة حركية لتنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال ذوى الإعاقة العقلية البسيطة

اعداد

الباحثة / سمر مصطفى طه خليفه<sup>١</sup>

إشراف

أ.د.م/ أبو المجد أحمد فرغلى  
أستاذ الصحة العامة المساعد  
بقسم العلوم الأساسية  
كلية التربية للطفولة المبكرة  
جامعة القاهرة

أ.د/ علا حسن كامل  
أستاذ ادب الطفل  
بقسم العلوم الأساسية  
كلية التربية للطفولة المبكرة  
جامعة القاهرة

مقدمة :

تعتبر الحركة من أهم الأنشطة التي تقدم لاطفال، حيث تتيح لهم أن يعبروا عن أنفسهم، فهي تتسم بالمشاركة الجماعية، والألعاب الحركية المفيدة للصحة النفسية والنمو بكافة أنواعه.

والاطفال ذوى الإعاقة العقلية لديهم صعوبة فى الاتصال مع الاخرين والحركة لها أثر كبير عليهم حيث تشركهم فى أنشطة ممتعة.

مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحثة بمدارس النصر للغات بمدرسة التربية الفكرية لاحظت ان الاطفال لا يتبعون آداب الطعام والشراب في تناول طعامهم مع اصدار بعض السلوكيات الغير مقبولة التي تحتاج الى تعديل، وأيضا عدم الاهتمام بتناول الوجبات الغذائية المتوازنة، والاكثار فى تناول المياه الغازية، عدم الاهتمام بنظافته الشخصية ونظافة المكان، شراء الاطعمة من الباعة الجائلين، تناول الطعام بشكل غير لائق .

لذلك سيحاول البحث الحالى تنمية الوعي الغذائي لدى الاطفال ذوى الإعاقة العقلية.

<sup>١</sup>باحثة دكتوراه بكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة القاهرة

**أسئلة البحث:**

يحاول البحث الحالي الإجابة على السؤال الرئيسي الآتي:

- ما فاعلية برنامج الحركي لتنمية من الوعي الغذائي لدى أطفال ذوي الإعاقة العقلية. ويتفرع منه الأسئلة التالية:

- ما مشكلات الوعي الغذائي التي يجب الحد منها لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- ما مكونات برنامج الحركية لتنمية الوعي الغذائي لأطفال الروضة ذوي الإعاقة العقلية.
- ما إمكانية استمرار فاعلية برنامج الأنشطة الحركية لتنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية بعد شهر من تطبيقه.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١- تحديد المشكلات الخاصة بالوعي الغذائي التي يعاني منها أطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- ٢- تصميم برنامج قائم على الحركة لتنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- ٣- التحقق من فاعلية البرنامج القائم على الأنشطة الحركية لتنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

أهمية البحث

تبرز أهمية البحث فيما يلي:

**أولاً: الأهمية النظرية:**

- الوقوف على أهمية استخدام الأنشطة الحركية في تنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- إلقاء الضوء على بعض المهارات التي يحتاجها الأطفال ذوي الإعاقة العقلية لتنمية الوعي الغذائي فيما بينهم.

**ثانياً: الأهمية التطبيقية:**

- توجيه أنظار المهتمين والقائمين على الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على أهمية الأنشطة الحركية في تعديل وتحسين سلوكيات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية في تنمية الوعي الغذائي.
- يساعد برنامج الدراسة الحالية بمدارس التربية الفكرية للأطفال على توفير غرفة متعددة المصادر لتقديم الأنشطة الحركية بشكل فعال.
- توعية أولياء الأمور بأهمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

**منهج البحث:**

يستخدم البحث الحالي المنهج الوصفي والمنهج شبه التجريبي لمناسبتها لطبيعة هذا البحث، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي في تحليل الإطار النظري وبناء أدوات الدراسة، كما استخدمت الباحثة

المنهج شبه التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين متكافئتين (تجريبية، ضابطة) وباستخدام القياس القبلي والبعدي لكل من المجموعتين لمعرفة تأثير (البرنامج الحركي) كمتغير مستقل على الوعي الغذائي (كمتغير تابع).

أدوات البحث:

استخدمت الباحثة في البحث الحالي الأدوات التالية:

أولاً: أدوات جمع البيانات:

- ١- اختبار ستانفورد- بينيه "الصورة الخامسة". ملحق (١)
- (إعداد: جال هـ رويد، ٢٠٠٣)، (تعريب وتقنين: صفوت فرج، ٢٠١١)
- ٢- استمارة استطلاع آراء الخبراء والمحكمين على الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية. إعداد/الباحثة (ملحق ٢)
- ٣- استمارة استطلاع رأي معلمات المدرسة حول واقع الوعي الغذائي في مدارس التربية الفكرية. إعداد/الباحثة (ملحق ٣)
- ٤- استمارة مقابلة لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية حول الوعي الغذائي في مدارس التربية الفكرية. إجراء/الباحثة (ملحق ٤)

ثانياً: الأدوات المستخدمة في البحث:

- ٥- مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية . إعداد/ الباحثة (ملحق ٥)
- ٦- بطاقة ملاحظة سلوكيات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المرتبطة بالوعي الغذائي. إعداد/ الباحثة (ملحق ٦)
- ٧- البرنامج الأنشطة الحركية لتنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية. إعداد/ الباحثة (ملحق ٧)

حدود البحث:

تتمثل حدود البحث على النحو التالي:

- الحدود البشرية:

تتكون عينة البحث من (٢٠) طفلاً وطفلة تم تقسيمهم على مجموعة تجريبية (١٠ أطفال من ذوي الإعاقة العقلية البسيطة)، والمجموعة الضابطة (١٠ أطفال من ذوي الإعاقة العقلية البسيطة).

- الحدود المكانية:

يقتصر حدود البحث المكانية مدرسة التربية الفكرية ، بصر الجديدة لإدارة النزهة التعليمية، بمحافظة القاهرة.

الحدود الزمنية للبحث:

يتم تطبيق البحث على مدار (٩ أسبوع) بواقع أربعة أيام في الأسبوع، حيث بلغ إجمالي عدد ساعات البرنامج (٧٢ ساعة) مقسمين على ٣٦ لقاء أنشطة حركية .

## مصطلحات البحث:

وقد عرفتهم الباحثة اجرائيا على النحو التالي:  
الأنشطة الحركية:

هي التي تساعد على تقوية العضلات، وتنمي المهارات والمفاهيم المختلفة للأطفال.

الوعي الغذائي:

هو المعلومات المتعلقة بفائدة الغذاء، وعدم ضررة بصحة الانسان، ومدة بالطاقة اللازمة لاحتياجة اليومية.

الإعاقة العقلية:

هو خلال في وظائف المخ وبعض أجهزة الجسم الأخرى يصاحبها قصور في القدرة العقلية، فينتج سوء توافق للشخص في القدرة على الاستقلال، وتحمل المسؤولية، ولذلك يحتاج الى التوجيه والتكرار، ويكون محتاج الى الرعاية والاشراف المستمر، ممن حوله ويهتمون به.

## المبحث الاول الأنشطة الحركية:-

تعد التربية الحركية وبرامجها من أنجح الوسائل التربوية التي تهدف إلى تحقيق النمو المتكامل للطفل، فالحركة هي إحدى الدوافع الأساسية لنمو الطفل وعن طريقها يبدأ الطفل في التعرف على البيئة المحيطة به، وهذا الميل الطبيعي للحركة أحد طرق التعلم لأن الطفل يتعلم من خلال الحركة، كما أن الحركة عبارة عن مدخل وظيفي لعالم الطفولة ووسيط تربوي فعال لتحسين وتطوير النمو الحركي والعقلي والاجتماعي للطفل. تعرفها "سعاد السيد" (٢٠١٠) أنها أحد الاتجاهات التربوية الحديثة التي تهدف إلى تربية الفرد في جميع الجوانب من خلال الأنشطة الحركية.

وتؤكد "Davirs Mollie" (٢٠٠٢) على أهمية الأنشطة الحركية بالنسبة للطفل المعاق حيث

الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي.

**وترى الباحثة أن انشراط الحركي يشبع جوانب عديدة لدى الطفل وتساعد على ممارسة العادات الحركية السليمة.**

ويتفق دراسات كلاً من (Junes, Marcel, 2000) ودراسة "طارق اسلام" (٢٠٠٣) ودراسة "زينب أحمد" (٢٠٠٦) حيث أشارت تلك الدراسات إلى الدور الحيوي الذي تلعبه التربية الحركية كوسيط تربوي يمكن من خلالها تقديم الأنشطة المعرفية للأطفال بشكل جذاب يساعدهم على الاستفادة منها، كذلك الدور الذي تلعبه التربية الحركية في تنمية التفكير الابتكاري للأطفال.

وتتفق دراسات كلا من "الشيما عبد الله" (٢٠٠٦) ودراسة "ريهام احمد" (٢٠٠٩) ان ترسيخ الثقافة الغذائية من خلال الانشطة الحركية تتضمن بعض العادات الغذائية التي تتناسب الاطفال من ذوي الاعاقة. وأكدت دراسة "امنيه فاروق" (٢٠١٠) ان المهارات الحس حركيه تحقق الكفاءة لاطفال متلازمه داون.

واكدت دراسه "وفاء ذكى" (٢٠١٦) ان المهارات الحس حركيه تجعل الاطفال ذوي الاعاقه العقليه عضوا مسئول في المجتمع ويكون قادر على الاعتماد على نفسه.

واكدت دراسه Catherine (2020) الى ان المهارات الحركية والمعرفية والاجتماعية والعاطفية تؤثر بشكل ملحوظ على الاطفال ذوي الاعاقه العقليه.

### **أشكال الأنشطة الحركية:**

١- **الحركات اليومية الحياتية:** وتشمل الحركات التلقائية المكتسبة مثل حركة رفع الكتفين أو العينين إلى السماء دلالة الدعاء، أو الحركات المكتسبة بالتدريب مثل طرقة الأصابع أو أداء تحية عسكرية.

٢- **الحركات الخيالية من الغرض:** مثل اللزمات الحركية (الحركات المتكررة) والتي يستخدمها أحد الأشخاص بصفة مستمرة إلى درجة أنها تصبح وسيلة لتمييزه عن الآخرين.

٣- الحركات الإشارية المجازية: وهي حركات تشكل لغة خاصة قد لا يفهمها إلا أهلها بالذات، لذا يطلق عليها الحركات والإشارات اللغوية مثل الحركات التي تشكل مع اللفة مثل لفة الجسم والبكم كإشارات متفق عليها بين المرسل والمتلقي وهي مكتسبة بالتعلم والتدريب، ولفة الحكام في الألعاب الرياضية المختلفة.

٤- الحركات الإشارية الفنية: وهي جميع الحركات والإشارات التي تشكل مفرداتها لفة خاصة بالفن مثل استخدام اليد بصورة مبالغ فيها، وما إلى ذلك من حركات.

٥- الحركات غير التقليدية: مثل فنون البانتومايم (التعبير الحركي الصامت) والإيماءات والإشارات وتعبيرات الجسم المختلفة.

(علياء عبد المنعم، لمياء إبراهيم، ٢٠٠٧، ٨٠ - ٨٣).

واوضحت دراسة كلا من "عبد الكريم عبد الجليل" (٢٠٠٨) ودراسة "نهاد ابو بكر" (٢٠١٢) ان تأثير دروس التربية الرياضية على كل من الأداء الحركي والتكيف العام لذوى الاحتياجات الخاصة واتجاهات الاسوياء نحوهم.

وتوضح دراسته "رشدى طعيمة" (٢٠١٤) ان النشاط الحركي يسهم فى تعليم الاطفال ذوى الاعاقة العقلية فى تعليم المفاهيم وبخاصه اللغويه، ويتيح الفرصه امامهم فى المشاركه.

واشارت دراسة "Kristilane" 2020 الى ان وجهات نظر الوالدين ان التربية البدنية تؤثر بصورة ايجابية على الاطفال الداون.

وترى الباحثة أن الحركات الحياتية هي أنسب طريقة يعبر بها الأطفال عن مشاعرهم.

المبحث الثانى الوعى الغذائى:

الغذاء عنصر اساسي للصحة اليومية، حيث أن الغذاء الصحى المتوازن يعطى الجسم الطاقة اللازمة لاعمال الرئيسية.

وقد اشارت دراسة كلا من "Sisiraker" (٢٠١١) ودراسة "Liselotte" (٢٠١٩) أن التغذية السليمة تمتع الفرد بصحة جيدة ويصبح قادر على العمل والاستمتاع بحياته. ويؤكد "ابو المجد فرغلي ودينا جمال" (٢٠١٨) أن سوء التغذية تؤثر على صحة الطفل المعاق ويصبح اكثر عرضة لامراض. وترى الباحثة لابد للطفل المعاق ان يتناول غذاء صحي متوازن.

وقد اكدت دراسة "جيهان طلعت" (٢٠١٥) ان تنمية الوعي الغذائي يؤثر إيجابيا على الأداء الحركي لاطفال، كما اكدت دراسة "ساقتييري رامية" (٢٠١٠) على أهمية التغذية وترى الباحثة ان البرامج الغذائية الصحية لاطفال ذوي الإعاقة العقلية من اساسيات البرامج لهم.

وقد اكدت دراسة "سهر عاطف" (٢٠١٥) ودراسة "Alick" (٢٠١٩) على أهمية الحركة والغذاء الجيد لاطفال يقلل لديهم خطر الاصابة بالبدانة

وضعت الباحثة تعريف اجرائي للوعي الغذائي:

أنة العادات الصحية السليمة التي يتم تعليمها، والاهتمام بالنظافة والحرص على ادائها، وتوفير البرامج الارشادية لاطفال ذوي الإعاقة العقلية.

وقد تتحدث في البحث الحالي في ( الغذاء الصحي- النظافة الشخصية- نظافة الطعام والشراب- آداب الطعام والشراب)

واكدت دراسة "Keefe" (٢٠١٣) الابد من الأمهات ان تضع نظام غذائي خاص باطفالهم للحفاظ على صحتهم.

#### الإعاقة العقلية:

تعرفه الجمعية الامريكية (٢٠٠٢) A.A.M.R الإعاقة العقلية بأنها عبارة عن قصور واضح في جوانب معينة من الكفاءة الشخصية ويظهر ذلك من خلال الاداء دون المتوسط للقدرات المعرفية مصحوباً بنقص في مجالات الأتصال، والعناية بالذات، والمهارات الإجتماعية، والأداء الأكاديمي، والمهارات العلمية، وتظهر

الإعاقة العقلية قبل ١٨ عاماً. بينما يعرفها (عبدالعزيز الشخصي، ٢٠٠٦) بأنها مصطلح يشير إلي أداء ذهني عام أقل من المتوسط بدرجة ، وتظهر أعراضه خلال فترة النمو ويصاحبها في نفس الوقت قصور في السلوك التكيفي ويعتبر افراد المعاق إذا بلغ معدل ذكائه (٧٠) أو أقل ، وإذا بدأ قصوره واضحاً في التكيف أو الحياة الإجتماعية.

### تصنيف المعاقين عقلياً :

#### الإعاقة العقلية المتوسطة : moderate

تتراوح نسبة ذكاء هؤلاء التلاميذ ما بين (٤٠:٣٥) درجة، وهي فئة غير قابلة لتعلم الجوانب الأكاديمية ولكن يمكنهم التدريب وتعلم مهارة أو حرفة وهم يعانون من سوء التكيف الإجتماعي ، وبطء النمو اللغوي.

#### الإعاقة العقلية الشديد : Sever

تتراوح نسبة ذكاء هؤلاء الأطفال بين (٣٤:٢٠) درجة، وهي فئة يمكن تدريبها لتعلم قضاء حاجاتها الأساسية ولكن بصعوبة بالغة وربما تؤدي إلي الفشل وهي فئة تعاني من قصور في السلوك التكيفي.

#### الإعاقة العقلية الشديد جداً : Profound

نسبة ذكائهم أقل من ٢٠ درجة، وهي فئة إعتمادية لا يمكنها التدريب أو التعلم، وتعانى من قصور حاد في السلوك التكيفي ويحتاجون إلي الإشراف الكامل والعناية الطبية.

(Ruth, 2002, 99) (A-Robert, 2007 , 49)

ووضح "عبد العليم شرف" (٢٠٠٨) ان تعليم الطفل المعاق عن طريق استخدام وسائل جذابة وشيقة وزيادة فترات الراحة لتلقى ارهاق الاطفال ومن ثم تشتت الانتباه لديهم. اكدت دراسة "Keefe" (٢٠١٨) ان الامهات تتبع الانظمة الغذائية مع اطفالهم المعاقين لتحسين جهازهم المناعي. وقد يتفق كلا من "عبد الرحمن سليمان" (٢٠٠١) ودراسة "نجاله فتحى" (٢٠١١) ان الطفل المعاق يحتاج الى جذب الانتباه باستمرار وابرار العناصر الاساسيه فى المهمة التعليمية والتقليل من المشتتات.



## أولاً- منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهجين الوصفي وشبه التجريبي .

ثانياً- مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث الحالي على الأطفال ذوى الإعاقة العقلية البسيطة، بمدرسة التربية الفكرية، بمدارس النصر، بمصر الجديدة، بإدارة النزهة التعليمية، محافظة القاهرة.

تجانس العينة

١- من حيث العمر الزمني والذكاء

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط درجات الأطفال ذوى العاقة العقلية المجموعة

التجريبية من حيث العمر الزمني باستخدام اختبار كا ٢ كما يتضح في جدول (١)

### جدول (١)

التجانس بين أطفال المجموعة التجريبية من حيث العمر الزمني

$$n = 10$$

حدود الدلالة		درجة حرية	مستوى الدلالة	كا ٢	المتغيرات
٠.٠٥	٠.٠١				
٦	٩.٢	٢	غير دالة	٠.٨	العمر الزمني

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب الأطفال ذوى الإعاقة العقلية البسيطة المجموعة التجريبية من حيث العمر الزمني مما يشير الى تجانس هؤلاء الأطفال.

٢- من حيث الوعي الغذائي

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات الأطفال ذوى الإعاقة العقلية

البسيطة من حيث الوعي الغذائي كما يتضح في جدول (٢)

### جدول (٢)

دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات الأطفال ذوى الإعاقة العقلية البسيطة

من حيث سلوكيات الوعي الغذائي

$$n = 10$$

حدود الدلالة		درجة حرية	مستوى الدلالة	كا ٢	المتغيرات
٠.٠٥	٠.٠١				
٦	٩.٢	٢	غير دالة	٠.٢	الغذاء الصحي
٦	٩.٢	٢	غير دالة	٠.٨	النظافة الشخصية
٦	٩.٢	٣	غير دالة	٠.٢	نظافة الطعام والشراب
٧.٨	١١.٣	٣	غير دالة	٢	آداب الطعام والشراب
٩.٥	١٣.٣	٤	غير دالة	٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط رتب درجات الأطفال ذوى الإعاقة العقلية البسيطة من حيث الوعى الغذائى مما يشير الى تجانس هؤلاء الاطفال.

### التكافؤ بين أطفال المجموعتين التجريبية و الضابطة

#### ١- من حيث العمر الزمنى

قامت الباحثة بايجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة ذوى الإعاقة العقلية البسيطة في القياس القبلى من حيث العمر الزمنى كما يتضح في جدول (٣)

جدول ( ٣ )

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أطفال المجموعتين التجريبية و الضابطة ذوى الإعاقة العقلية البسيطة من حيث العمر الزمنى

$$N = 20$$

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة
العمر الزمنى	التجريبية	١٠	٩,٤	٩٤	٠,٩١٢	غير دالة
	الضابطة	١٠	١١,٦	١١٦		
	إجمالي	٢٠				

$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات رتب درجات أطفال المجموعتين التجريبية و الضابطة في القياس القبلى من حيث العمر الزمنى مما يشير الى تكافؤ المجموعتين .

#### ٢- من حيث الوعى الغذائى

قامت الباحثة بايجاد دلالة الفروق بين متوسط درجات أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس

القبلى من حيث سلوكيات الأطفال المرتبطة بالوعى الغذائى كما يتضح في جدول (٤)

جدول ( ٤ )

التكافؤ بين أطفال المجموعتين التجريبية و الضابطة ذوى الإعاقة العقلية البسيطة من حيث الوعى الغذائى

$$N = 20$$

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة
الوعى الغذائى	التجريبية	١٠	١٠	١٠٠	٠,٣٩٨	غير دالة
	الضابطة	١٠	١١	١١١		
	إجمالي	٢٠				

$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات أطفال المجموعتين التجريبية و الضابطة في القياس القبلي من حيث الوعي الغذائي مما يشير الى تكافؤ المجموعتين .

ثالثاً - أدوات البحث:

أ- أدوات جمع البيانات :

١- اختبار ستانفورد- بينيه "الصورة الخامسة". ملحق(١)

(إعداد: جال هـ رويد، ٢٠٠٣)، (تعريب وتقنين: صفوت فرج، ٢٠١١)

٢- استمارة استطلاع آراء الخبراء والمحكمين على الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

إعداد/الباحثة (ملحق ٢)

٣- استمارة استطلاع رأي معلمات المدرسة حول الوعي الغذائي في مدرسه التربه الفكرية .

إعداد/الباحثة(ملحق ٣)

٤- استمارة مقابلة لمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية حول الوعي الغذائي في مدرسه التربه الفكرية.

إعداد/الباحثة(ملحق ٤)

ب-الأدوات المستخدمة في البحث:

٥- مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الاعاقه العقلية.إعداد/الباحثة (ملحق ٥)

٦- بطاقة ملاحظة سلوكيات الأطفال ذوي الاعاقه العقلية المرتبطة بالوعي الغذائي.

إعداد/ الباحثة (ملحق ٦)

٧- برنامج النشطة الحركية لتنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

إعداد/ الباحثة (ملحق ٧)

(١) اختبار ستانفورد- بينيه "الصورة الخامسة"

(٢) (ملحق ١) (إعداد: جال هـ رويد، ٢٠٠٣)، (تعريب وتقنين: صفوت فرج، ٢٠١١)

وصف الاختبار:

أعدَّ الإختبار من قبل بينيه وسيمون Binet and Simon، عام ١٩٠٥، وظهرت الطبعة الخامسة عام ٢٠٠٣، على يد فريق عمل يقوده جال رويد Gale H. Roid، ويطبق الاختبار على الأطفال والكبار من ٢- ٨٥ سنة، بشكل فردي، ويعد من أدق اختبارات الذكاء . وتحتوي حقيبة الاختبار على:

- استمارة التسجيل: لتسجيل إجابات المفحوص، ورصد الدرجات، وتخطيط الصفحة النفسية.

- ثلاث كتيبات للنبود والتعليمات: الأول للاختبارات المدخلية للمجالين اللفظي وغير اللفظي. والثاني للاختبارات غير اللفظية. والثالث للاختبارات اللفظية.
  - صندوق بلاستيكي شفاف، مقسم: به مجموعة من الأدوات التي تتطلبها الاختبارات الفرعية.
  - الدليل الفني، ودليل الفاحص، وكتيب المعايير والجداول: تستخدم لاستخراج النتائج.
- ويعتمد الاختبار على خمس عوامل هي الإستدلال التحليلي، والمعلومات، والإستدلال الكمي، والمعالجة البصرية- المكانية، والذاكرة العاملة، وكل منهم له فئات اختبارية مستقلة لفظية وغير لفظية.
- حساب درجة الذكاء:** بعد انتهاء تطبيق الاختبارات الفرعية غير اللفظية، واللفظية يتم تحويل الدرجات الخام لدرجات موزونة، في ضوء الفئة العمرية للمفحوص. وتجمع الدرجات الموزونة، وتحول لدرجة معيارية (نسبة الذكاء)، ويتراوح مستوى الذكاء المتوسط على الاختبار ما بين ٩٠ - ١٠٩ درجة.
- الخصائص السيكومترية للاختبار:**

استخدم (صفوت فرج، ٢٠١١) خمس طرق لحساب صدق الاختبار، وقد وصل أدنى تتبع طبقاً للصدق العاملي إلى ٠.٨٢١١، وأعلى تشبع ٠.٩٣٥٠، وهو يعد مؤشراً قوياً على صدق الاختبار. كما استخدم أربع طرق لحساب ثبات الاختبار، منها ثبات الاتساق الداخلي حيث بلغ ثبات أعلى العوامل وهو عامل الاستدلال التحليلي اللفظي ٠.٩٠٨، وبلغ ثبات أدناها وهو عامل المعلومات غير اللفظي ٠.٧٧٧.

وقد قامت جيهان عزام وهدى مزيد (٢٠١٧) بإيجاد الخصائص السيكومترية لهذا الاختبار، باستخدام الصدق التلازمي بإيجاد معاملات الارتباط بين هذا الاختبار واختبار وكسلر للأطفال فكان معامل الصدق ٠.٩٤، والصورة الرابعة من نفس الاختبار فكان معامل الصدق ٠.٩٢، وتم تقدير معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار بمقدار ٠.٩٤ وبطريقة التجزئة النصفية بمقدار ٠.٨٨.

وقامت الباحثة بإيجاد الخصائص السيكومترية لهذا الاختبار، باستخدام الصدق التلازمي بإيجاد معاملات الارتباط بين هذا الاختبار واختبار وكسلر للأطفال فكان معامل الصدق ٠.٩٠، والصورة الرابعة من نفس الاختبار فكان معامل الصدق ٠.٩٣، وتم تقدير معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار بمقدار ٠.٩٢ وبطريقة التجزئة النصفية بمقدار ٠.٩٤.

(٢) استمارة استطلاع الرأي للخبراء و المحكمين لتحديد " الوعى الغذائى للأطفال ذوى الإعاقة العقلية

### : ملحق (٢)

- قامت الباحثة بإعداد قائمة " الوعى الغذائى " وقد تم تحديدها بعد الاضطلاع على العديد من التصنيفات .
- تم أعداد الاستمارة في صورتها النهائية، وبلغ عدد الوعى الغذائى إلى ثلاثون "بعدا" من ابعاد الوعى الغذائى الأكثر شيوعا، وتم عرضها على السادة الخبراء المحكمين، وقد تم تعديل الاستمارة في ضوء آرائهم وقد اعتبرت الباحثة " ابعاد الوعى الغذائى " المناسبة هي التى حصلت على (٧٠%) فأكثر من الآراء واتفق السادة الخبراء على الوعى الغذائى المناسبة للأطفال ذوى الاعاقة العقلية والمتمثلة في (الغذاء الصحي - النظافة الشخصية - نظافة الطعام والشراب - آداب الطعام و الشراب).

### (٣) استمارة استطلاع رأى معلمات المدرسة حول الوعي الغذائي في مدرسة التربية الفكرية.

#### إعداد/ الباحثة (ملحق ٣)

قامت الباحثة بإعداد استمارة استطلاع لأراء معلمات المدرسة حول واقع استخدام الانشطة الحركية ودورها في تنمية الوعي الغذائي لأطفال ذوى الإعاقة العقلية وقد بلغ عددهم (٢٠) معلم و معلمة، واستهدفت هذه الاستمارة التعرف على الواقع الفعلي لدور الانشطة الحركية في تنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوى الإعاقة العقلية في مدرسة التربية الفكرية .

وتشتمل الاستمارة على (٢١) مفردة يتم الإجابة عليها (بنعم/ لا) وسؤالين مفتوحين وتتناول هذه المفردات واقع تقديم الأنشطة الحركية بالمدرسة وكذلك تحديد أهم ابعاد الوعي الغذائي التي يعانى منها الأطفال ذوى الإعاقة العقلية بالمدرسة.

### (٤)-استمارة مقابلة لأمهات الأطفال ذوى الإعاقة العقلية حول الوعي الغذائي في مدرسة التربية

#### الفكرية. إعداد/الباحة (ملحق ٤)

قامت الباحثة بإعداد استمارة مقابلة لبعض الأمهات للأطفال ذوى الإعاقة العقلية بهدف تحديد واقع تقديم الأنشطة الحركية بالمدرسة وكذلك تحديد أهم ابعاد الوعي الغذائي التي يعانى منها الأطفال وقد بلغ عددهن (٢٠) أمهات، وتشتمل الاستمارة ٢١ سؤال وتتناول هذه الأسئلة واقع تقديم المعلمات للأنشطة الحركية التي يمكن تزيد من تفاعل الأطفال لتنمية الوعي الغذائي.

### (٥) مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوى الإعاقة العقلية: (إعداد/الباحة)(ملحق ٥)

#### أ-هدف المقياس:

يهدف تصميم المقياس إلى قياس ابعاد الوعي الغذائي للأطفال ذوى الإعاقة العقلية في مدرسة التربية الفكرية ويتم القياس عن طريق عرض الباحثة لمواقف المقياس المصورة على الأطفال عن طريق أجزاء المقابلة الفردية لكل طفل على حدة، وعرض المواقف المصورة مع توضيح العبارات المصاحبة لها من أجل مساعدة الطفل على اختيار البديل المصور الصحيح و يتكون المقياس من (٢٥) موقف مقسمين على الابعاد التالية:

البعد الأول: الغذاء الصحى خاص بالعبارات (١-٦).

البعد الثاني النظافة الشخصية خاص بالعبارات (٧-١٣)

البعد الثالث: نظافة الطعام والشراب خاص بالعبارات (١٤-١٨)

البعد الرابع : آداب الطعام والشراب خاص بالعبارات (١٩-٢٥)

#### ب-خطوات تصميم المقياس:

- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث للاستفادة منها في إعداد المقياس الحالي.

- تم وضع التعريف الإجرائي للوعي الغذائي وتحديد أبعادها وكيفية قياسها إجرائياً

- تم إعداد المقياس في ضوء خبرات الباحثين، والاستعانة بمجموعة المصادر و المقاييس و الاختبارات، على النحو التالي:

- مقياس الوعي الغذائي إعداد/ "ليلي السباعي" (٢٠٠٨)، واستفاد الباحثة في تحديد أبعاد المقياس ومفرداته و التعرف على أهم العبارات التي تقيس الوعي الغذائي لدى الاطفال، مقياس الوعي الغذائي إعداد/ "ولاء عطية" (٢٠٠٨)، واستفاد الباحثة في تحديد أبعاد المقياس ومفرداته و التعرف على أهم العبارات التي تقبس الوعي الغذائي لأطفال، ومقياس الوعي الصحي إعداد / ماى نبيل" (٢٠٠٩)، واستفادت الباحثة منه في تحديد بعض المفردات التي تقيس الوعي الغذائي، وطريقة القياس، وحساب الدرجات، مقياس السلوك الوعي الغذائي لأطفال إعداد/ "إيمان حمودة" (٢٠١١)، واستفاد الباحثة في تحديد أبعاد المقياس ومفرداته والتعرف على أهم مشكلات الوعي الغذائي التي يتعرض لها الأطفال و طرق قياسها، ومقياس الوعي الصحي للأطفال إعداد/ "رانيا حلمي" (٢٠١١) حيث يهدف المقياس إلى إعداد قياس الوعي الصحي التي يتعرض او يقوم بها الأطفال ، وقد استفاد الباحثة منه في اعداد بعض أبعاد المقياس ومفرداته، وطريقة قياسه ،ومقياس الوعي الغذائي إعداد/ "ياسمين حسن" (٢٠١٢) واستفادت الباحثة في تحديد أبعاد المقياس ومفرداته والتعرف على أهم العبارات التي تقيس الوعي الغذائي للاطفال، مقياس الوعي الصحي إعداد/ "نورا حبيب" (٢٠١٣) وقد استفادت الباحثة في تحديد ابعاد المقياس ومفرداته والتعرف على طريقة قياسه، بحيث يكون مصور لتيسير فهم الاطفال وتبسيط المفاهيم، ومن خلال الاطلاع على المقاييس السابقة.

#### - زمن تطبيق المقياس :

قامت الباحثة بتحديد (١٥ دقيقة) لكل طفل، وذلك كمتوسط للزمن الذي أستغرقه الأطفال في التجربة الاستطلاعية الأولى.

#### د- تعليمات المقياس:

- تعرض الباحثة البطاقات المصورة المكونة للمقياس على الطفل مع توجيه السؤال والاختيارات الخاصة به بصوت واضح، ثم تطلب من الطفل اختيار الإجابة إما بالذكر أو بالإشارة على الصورة المعبرة عن أجابته.

#### هـ- تصحيح المقياس :

- في حالة الإجابة الصحيحة يحصل الطفل على ثلاث درجات.
- في حالة التردد في الإجابة ثم الإجابة الصحيحة يحصل الطفل على درجتان.
- في حالة الإجابة الخاطئة يحصل الطفل على درجة واحدة.
- وبذلك تكون الدرجة العظمي لأبعاد المقياس (١٢٥) درجة، والدرجة الصغرى (٢٥) درجة.

## الخصائص السيكومترية لمقياس الوعي الغذائي

### معاملات الصدق

### صدق المحكمين

قامت الباحثة بعرض الاستمارة على ١٠ من الخبراء المتخصصين في المجالات التربوية والنفسية، وقد اتفق الخبراء على صلاحية العبارات وبدائل الاجابة للغرض المطلوب، وتراوحت معاملات الصدق للمحكمين بين ٠.٨٠ & ١.٠٠ مما يشير الى صدق العبارات وذلك باستخدام معادلة "لوش" Lawshe. الصدق العاملي:

قامت الباحثة بأجراء التحليل العاملي التحققي للمقياس بتحليل المكونات الأساسية بطريقة هوتلنج على عينة قوامها ١٠٠ طفلاً، وأسفرت نتائج التحليل العاملي عن تشعبات البنود بأربعة عوامل الجذر الكامن لهما أكبر من الواحد الصحيح على محك كايزر فهي دالة إحصائياً ثم قامت الباحثة بتدوير المحاور بطريقة فاريمكس Varimax وتوضح جداول (٥، ٦، ٧، ٨) التشعبات الخاصة بهذا العوامل بعد التدوير.

### جدول (٥)

#### التشعبات الخاصة بالعامل الأول

#### الغذاء الصحي

رقم العبارة	العبارة	التشعبات
١	لو أنت جعان تأكل أيه؟	٠,٨٩
٢	لما تكون عطشان بتشرب أيه؟	٠,٨٤
٣	ايه اكثر اكل في الاكلات دى مفيد؟	٠,٨٤
٤	ايه هي نوع الفاكهة اللي بتخدها لما يجيك برد؟	٠,٨٣
٥	ايه المشروب اللي انت بتحرص على تناوله كل يوم؟	٠,٨٢
٦	لو انت قدامك ثلاث اهرامات تعرف اي هرم خاص بالطعام؟	٠,٨٠
نسبة التباين		%٢٦,١٣
الجذر الكامن		٤,١٣

يتضح من جدول (٥) أن جميع التشعبات دالة إحصائياً حيث قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

### جدول (٦)

#### التشعبات الخاصة بالعامل الثانى

#### النظافة الشخصية

رقم العبارة	العبارة	التشعبات
٧	لما تغسل اسنانك بتغسل بأيه؟	٠,٨١
٨	لما تيجى تسرح شعرك تسرح بأيه؟	٠,٨٠
٩	لما تحب تنظف ضوافرك بأيه؟	٠,٧٩
١٠	لما تحب تنظف مكانك تنظفه بأيه؟	٠,٧٧
١١	قبل ما تأكل بتعمل ايه؟	٠,٧٦
١٢	لما تمسح عيونك وأنفك هتمسحهم بأيه؟	٠,٧١
١٣	لما تتشغف ايدك ووجهك بتتشغف بأيه؟	٠,٧١
نسبة التباين		%١٩,٢١
الجذر الكامن		٣,٣٩

يتضح من جدول (٦) أن جميع التشعبات دالة إحصائياً حيث قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

جدول (٧)  
التشبعات الخاصة بالعامل الثالث  
نظافة الطعام والشراب

التشبعات	العبارة	رقم العبارة
٠.٧٧	لما تيجى تشتري الايس كريم تشتري ازاي؟	١٤
٠.٧٤	لما تكون معاك ورقة عايز ترميها ترميها فين؟	١٥
٠.٦٩	لما تخلص أكل ويتبقى أكل في طبقك تعمل ايه؟	١٦
٠.٦٧	بتأكل الخضار ازاي؟	١٧
٠.٦١	ايه اللي في الحشرات دي مفيد؟	١٨
%٩.١١	نسبة التباين	
٢.٥٦	الجذر الكامن	

يتضح من جدول (٧) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

جدول (٨)  
التشبعات الخاصة بالعامل الرابع  
آداب الطعام والشراب

التشبعات	العبارة	رقم العبارة
٠.٧١	تحب تحلى باية بعد الاكل؟	١٩
٠.٦٩	لما تيجى تأكل بتأكل ايه؟	٢٠
٠.٦٤	وانت بتأكل بتأكل ازاي؟	٢١
٠.٦١	لما تحب تأكل بتحب تأكل ازاي؟	٢٢
٠.٥٩	لما ماما بتجهز الغذاء بتعمل ايه؟	٢٣
٠.٥٥	لما تيجى تأكل بتعمل ايه؟	٢٤
٠.٥١	بتحب تأكل علشان يبقى شكلك ازاي؟	٢٥
%٧.١٢	نسبة التباين	
١.٩٩	الجذر الكامن	

يتضح من جدول (٨) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

معاملات الثبات لمقياس الوعي الغذائي .

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ وإعادة التطبيق على عينة قوامها ١٠٠ طفلاً كما يتضح فيما يلي:

١- بطريقة الفا كرونباخ

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات لمقياس الوعي الغذائي بطريقة الفا كرونباخ كما يتضح في

جدول (٩)



جدول (٩)

معاملات الثبات لمقياس الوعي الغذائي باستخدام بطريقة الفا- كرونباخ

معاملات الثبات	الأبعاد
٠.٧٦	الغذاء الصحي
٠.٧٨	النظافة الشخصية
٠.٧٩	نظافة الطعام والشراب
٠.٧٥	آداب الطعام والشراب
٠.٧٧	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٩) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

٢- بطريقة اعادة التطبيق

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات لمقياس الوعي الغذائي بطريقة اعادة التطبيق بفواصل زمني

قدره أسبوعان بين التطبيقين كما يتضح في جدول (١٠)

جدول (١٠)

معاملات الثبات لمقياس الوعي الغذائي بطريقة اعادة التطبيق

معاملات الثبات	الأبعاد
٠.٩١	الغذاء الصحي
٠.٩٠	النظافة الشخصية
٠.٩٤	نظافة الطعام والشراب
٠,٩٢	آداب الطعام والشراب
٠.٩٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (١٠) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

- بطاقة ملاحظة سلوك الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المرتبطة بالوعي الغذائي : أعداد / الباحثة ( ملحق ٦ )

من خلال الاطلاع على المراجع العلمية، والدراسات السابقة، ومقابلة عدد من معلمات المدرسة، والامهات، وملاحظة الأطفال، قامت الباحثة بإعداد وتصميم هذه البطاقة، والتي بلغ عدد مفرداتها ٣١ مفردة واستهدفت هذه البطاقة التعرف على:

- أشكال سلوك الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المرتبطة بالوعي الغذائي. وتتضمن البطاقة ملاحظة (المعلمات) لسلوك الطفل ذوي الإعاقة العقلية. وتتكون البطاقة من أربعة محاور أساسية هي:

- المحور الأول سلوك الطفل المرتبط بالغذاء الصحي خاص بالعبارات (١-٩) .
  - المحور الثاني سلوك الطفل المرتبط بالنظافة الشخصية خاص بالعبارات (١٠-١٦).
  - المحور الثالث سلوك الطفل المرتبط بنظافة الطعام والشراب خاص بالعبارات (١٧-٢٤).
  - المحور الرابع سلوك الطفل المرتبط بآداب الطعام والشراب خاص بالعبارات (٢٥-٣١) .
- خطوات تصميم البطاقة :
- ١- تحديد أهداف البطاقة.

- ٢- تحديد السلوكيات المراد ملاحظتها.
- ٣- عرض البطاقة على مجموعة من الخبراء والمحكمين. للتعرف على مدى كفاءتهما في تحديد سلوكيات التمر عند أطفال الروضة المدمجين.
- ٤- حساب صدق البطاقة.
- ٥- حساب ثبات البطاقة.
- وقد بلغ مفردات بطاقة الملاحظة على ثلاثون مفردة.
- تصحيح بطاقة الملاحظة.**

- تقدير سلوكيات الأطفال أثناء الملاحظة على التقدير المتدرج (غالباً - أحياناً - نادراً)
- غالباً تعنى تحقق السلوك بدرجة كبيرة = ٣
- أحياناً تعنى تحقق السلوك بدرجة متوسطة = ٢
- نادراً عدم تحقق السلوك = ١
- حيث يتم تقدير سلوك الطفل كحد أدنى ٩٠ درجة، وكحد أقصى ٣٠ درجة.

#### تعليمات الملاحظة :

- يقوم بالملاحظة الباحثة ومعلمتان القاعة .
- ملاحظة سلوك الطفل دون أن يدرى.
- الخصائص السيكومترية لاستمارة الملاحظة لسلوكيات الأطفال لبعض مفاهيم الوعى الغذائى.
- قامت الباحثة بايجاد معاملات الصدق والثبات لاستمارة الملاحظة لسلوكيات الاطفال لبعض مفاهيم الوعى الغذائى على عينة قوامها 20 طفلا على النحو التالى.

#### معاملات الصدق

#### صدق المحكمين

قامت الباحثة بعرض الاستمارة على ١٠ من الخبراء المتخصصين في المجالات التربوية والنفسية، وقد اتفق الخبراء على صلاحية العبارات وبدائل الاجابة للغرض المطلوب، و تراوحت معاملات الصدق للمحكمين بين ٠.٨٠ & ١.٠٠ مما يشير الى صدق العبارات وذلك باستخدام معادلة "لوش" Lawshe.

#### الصدق العاملي:

قامت الباحثة بأجراء التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس بتحليل المكونات الأساسية بطريقة هوتلنج على عينة قوامها ١٠٠ طفلا، وأسفرت نتائج التحليل العاملي عن وجود أربعة عوامل الجذر الكامن لهما أكبر من الواحد الصحيح على محك كايزر فهي دالة إحصائياً ثم قامت الباحثة بتدوير المحاور بطريقة فاريمكس Varimax وتوضح جداول (٧، ٩، ٨، ١٠) التشبعات الخاصة بهذا العوامل بعد التدوير.

الصدق التلازمى:

قامت الباحثة بايجاد معاملات الارتباط بين استمارة الملاحظة لسلوكيات الاطفال لبعض مفاهيم الوعى الغذائى، ومقياس الوعى الغذائى (اعداد/ الباحثة) كمحك خارجى يتضح فى جدول (١١)

#### جدول (١١)

## معاملات الصدق لاستمارة الملاحظة لسلوكيات الأطفال

### لبعض مفاهيم الوعي الغذائي

الأبعاد	معاملات الثبات
الغذاء الصحي	٠.٧١
النظافة الشخصية	٠.٧٦
نظافة الطعام والشراب	٠.٧٣
آداب الطعام والشراب	٠.٧٢
الدرجة الكلية	٠.٧٤

يتضح من جدول ( ١١ ) ان قيم معاملات الصدق مرتفعة مما يدل على صدق الاستمارة  
يتضح من جدول (١١) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠  
على محك جيلفورد.

### معاملات الثبات لاستمارة الملاحظة لسلوكيات الأطفال للوعي الغذائي:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ وإعادة التطبيق على عينة قوامها ١٠٠  
طفلاً كما يتضح فيما يلي:

#### ١- بطريقة الفا كرونباخ

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات لبطاقة ملاحظة سلوكيات الأطفال للوعي الغذائي بطريقة الفا كرونباخ  
كما يتضح في جدول (١٢)

#### جدول (١٢)

معاملات الثبات لاستمارة الملاحظة لسلوكيات الأطفال لبعض مفاهيم الوعي الغذائي بطريقة الفا كرونباخ

الأبعاد	معاملات الثبات
الغذاء الصحي	٠.٨١
النظافة الشخصية	٠.٨٣
نظافة الطعام والشراب	٠.٨٢
آداب الطعام والشراب	٠.٨٤
الدرجة الكلية	٠.٨٣

يتضح من جدول (١٢) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

#### ٢- بطريقة إعادة التطبيق

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات لاستمارة الملاحظة لسلوكيات الأطفال لبعض مفاهيم الوعي  
الغذائي بطريقة إعادة التطبيق بفواصل زمنية قدره أسبوعان بين التطبيقين كما يتضح في جدول (١٣)

جدول (١٣)  
معاملات الثبات لبطاقة ملاحظة سلوكيات الأطفال لبعض مفاهيم الوعي الغذائي  
بطريقة إعادة التطبيق

الأبعاد	معاملات الثبات
الغذاء الصحي	٠.٩٤
النظافة الشخصية	٠.٩٢
نظافة الطعام والشراب	٠.٩٣
آداب الطعام والشراب	٠.٩٣
الدرجة الكلية	٠.٩١

يتضح من جدول (١٣) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

٧- برنامج الأنشطة الحركية لتنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية. إعداد/الباحثة (ملحق ٧)  
هو عبارة عن مجموعة من الأنشطة الحركية التي تتنوع ما بين (اللعب- الجرى) التي تتناسب مع خصائص وقدرات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، والذي تتراوح أعمارهم بين ٨-١٣ سنوات بغرض تنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

#### - الأهداف التربوية للبرنامج :

لقد راعت الباحثة عند وضع أهداف هذا البرنامج أن تكون في ضوء احتياجات الأطفال. ورغباتهم واهتماماتهم. "حيث أن الأهداف الإجرائية هي الأهداف المصاغة بعبارات واضحة، ومحددة لكي تعبر عن السلوك الذي يقوم به الطفل ولا بد أن تتوافر بها مجموعة من الشروط وهي :

- ١- أن تركز على سلوك المتعلم.
- ٢- أن نصف نواتج التعلم.
- ٣- أن تكون واضحة المعنى.
- ٤- أن تكون قابلة للملاحظة

#### الهدف العام للبرنامج :

يهدف برنامج البحث الحالي إلى تنمية الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية في مدرسة التربية الفكرية.

#### وينبثق من الهدف العام عدة أهداف كالتالي :

#### الأهداف المعرفية :

- أن يذكر الطفل كيفية الحفاظ على نظافة المكان .
- ان يعدد الطفل المجموعات الغذائية .
- أن يذكر الطفل أضرار تناول الطعام الغير صحي.

### الأهداف المهارية :

- أن يمارس الطفل بعض المهارات و السلوكيات الغذائية الصحية.
- أن يطبق الطفل اداب الطعام والشراب.
- أن يحفظ الطفل الطعام بطريقة صحيحة.

### الأهداف الوجدانية :

- أن يهتم الطفل باتباع الغذاء الصحي.
- أن يقدر الطفل أهمية النظافة الشخصية.
- أن يتجنب الطفل شراء أطعمة من الشارع.

### أسس وضع البرنامج :

- أن تحقق محتويات البرنامج الغرض منه.
- أن تتناسب محتويات البرنامج مع خصائص الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- أن يتم بناء البرنامج في ضوء القراءات النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث حيث قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من القراءات النظرية والدراسات السابقة وقد تم الاستفادة منها في بناء البرنامج الحالي .

### الفلسفة العامة للبرنامج:

أُشتقت فلسفة البرنامج الحالي من فلسفة المجتمع الذي يعيش فيه الطفل، فقيمة المجتمع تقاس بمدى ما يتلقاه أطفاله من رعاية وتوجيه، فمن الضروري تنميه الوعي الغذائي لأطفال ذوي الإعاقة العقلية، لان الغذاء هو الدعامة الأساسية لبناء فرد سليم خالي من الامراض، ، فلسفة "بياجية" الذي أكد على أن الطفل الصغير يتعلم عن طريق الحواس والاشياء المادية التي تؤهله لمرحلة التعلم بالمجردات، وهذا يتناسب مع طفل ذوي الإعاقة العقلية واستخدام حواسه والاشياء المادية المختلفة في التعرف على الأشياء المحيطة به . وقد راعت الباحثة عند تصميم البرنامج، الفروق الفردية بين الأطفال وفقاً لنظرية الذكاءات المتعددة، والتنوع والتشويق والتبسيط في الأنشطة لكي تنمي وترتقي بذكاءات الأطفال، مما قد يساهم في تفاعلهم مع الأنشطة وتنمية الوعي الغذائي بين الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وقد تبنت الباحثة ايضاً (نظرية التعلم الاجتماعي)، الملاحظة، والمشاركة لباندورا (Bandora) حيث تعتمد هذه النظرية على على التعلم بالملاحظة أي أن الانسان ككائن اجتماعي يتأثر بسلوك الآخرين وتصرفاتهم واتجاهاتهم وأنه يتعلم الكثير من السلوكيات خلال تفاعله مع المحيطين به عن طريق التقليد والمحاكاة.

نظرية التحليل النفسي لفرويد: التي اهتمت بالعلاج النفسى بالفنون من خلال الربط بين حديث الفرد عما يحول في خاطرة بدون اى رقابة بدلا من الكلام.

نظرية جون ديوي: تؤكد ان التعليم الأمثل هو الذى يغرس مهارات ولا يكس معلومات وهذا ما يتم في ورش العمل، مع مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال.

نظرية واطسون وسكينر: في تشكيل السلوك والمحافظة على استمرارية أثناء العمل مع الأطفال المعاقين عقليا من خلال التعزيز بشكل فوري وبصفة مستمرة على قدر أنشطة البرنامج.

نظرية التعزيز: يلعب التعزيز الإيجابي المباشر دورا كبيرا في تدعيم استجابات المتعلمين خلال قيامهم بأنشطة البرنامج، مما يؤثر بدوره على اكتسابهم الخبرات الخاصة بأنشطة وتدريبات البرنامج في جو مناسب ومن ناحية أخرى يولد لديهم الدافع للتعلم كما انه يخلق علاقة طيبة بين المدرب والمتدربين سواء كان هذا التعزيز ماديا أو معنويا.

نظريه المحاولة والخطأ، لثورنديك: أن الموقف التعليمي يكون ناجحا اذا تم الاستفادة من الاستجابات غير المرغوبة من الأطفال داخل الموقف التعليمي، باستخدام استجابات خاطئة من الأطفال ومحاولة الاستفادة من هذا الخطأ في مواقف تعليمية مختلفة داخل أنشطة البرنامج.

وتخلص الباحثة مما سبق إلى أن:

### محتوى البرنامج الحركي :

يتضمن البرنامج الحركي على عدد (٣٦) موقف متنوع ما بين أنشطة حركية- اللعب- الجري، وينقسم البرنامج إلى أربعة وحدات تتضمن كل وحدة على عدة أنشطة حول مشكلات (الغذاء الصحي، النظافة الشخصية، نظافة الطعام والشراب، آداب الطعام والشراب)

- خطوات تقديم أنشطة فنون الاداء :

أ- التهيئة للنشاط.

ب-تنفيذ أنشطة فنون الاداء.

ج- المناقشة.

د- التهدئة.

- خطوات تقديم الانشطة :

أ- الإعداد والتدريب على النشاط.

ب- بداية عرض النشاط .

ج- التطبيق التربوي للنشاط .

ثم قامت الباحثة بعرض أنشطة البرنامج. ملحق (٧) على الأساتذة المحكمين ملحق (٢).

وكانت آرائهم كما يلي :

- ملاءمة الأنشطة لتحقيق الأهداف.

- ملاءمة الأنشطة لخصائص، وقدرات، ومتطلبات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

- ملاءمة الأنشطة في اشباع بعض الحاجات النفسية والتربوية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

- مناسبة الوسائل التعليمية المختارة لتحقيق الأهداف.

- ملاءمة أساليب التقويم المعدة لكل نشاط.

### - الاستراتيجيات التعليمية المستخدمة في البرنامج الحالي:

( استراتيجيات الحوار و المناقشة - استراتيجيات المشروع - استراتيجيات لعب الدور - استراتيجيات التعلم التعاوني - واستراتيجية العصف الذهني - التعلم في مجموعات صغيرة- النمذجة- اللعب ).  
تنوعت وسائل التقويم المستخدمة للحكم على مدى نجاح البرنامج وتحديد جوانب القصور التي تتطلب تحسين أو تعديل على النحو التالي:

- **التقويم القبلي:** للتعرف على الخلفية التعليمية للطفل والوقوف على مستواه الفعلي حول ما يعرفه عن الوعي الغذائي و أسبابها و أنواعها من خلال تطبيق المقاييس التي تقيس مدى معرفة الطفل بهذه المشكلة .

- **التقويم المرحلي:** وهو تقويم مصاحب من بداية البرنامج وحتى نهايته ويتم هذا النوع من التقويم من خلال:

- ملاحظة سلوك الأطفال اليومي أثناء وتأدية الأنشطة بهدف التعرف على مدى تجاوب الأطفال للخبرات المقدمة لهم، والتعرف على جوانب القوة والضعف ومحاولة علاجها.

- تطبيقات عملية للأطفال أثناء وبعد الأنشطة تطلب منهم في صورة ممارسات ومهام يقومون بأدائها في صورة فردية وجماعية.

### - التقويم البعدي:

ويكون من خلال إعادة تطبيق مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية و بطاقة الملاحظة المرتبطة بالوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية الذي تم تطبيقهم قبل تنفيذ البرنامج ويهدف لمعرفة مدى التقدم الذي حققه الأطفال بعد تطبيق البرنامج ومقارنته بدرجاتهم قبل التطبيق. وفيما يلي نموذج من أنشطة البرنامج الحركي لتنمية الوعي الغذائي لدي الاطفال ذوي الاعاقة العقلية.

اسم النشاط: فيتامين C.

نوع النشاط: حركي.

الهدف العام: أن يتعرفوا على الفاكهة التي تقى من البرد:

الاهداف السلوكية:

- أن يتعرف الطفل على الفاكهة التي تقى من البرد.

- أن يحدد الطفل أنواع الفاكهة التي تقى من البرد.

- أن يدرك الطفل أنواع الفاكهة التي بها فيتامين C .

فترة التهيئة:( ١٥ دقيقة)

تقوم الباحثة بتمهيد الطلاب للنشاط وتحديثهم عن الفاكهة التي تقى من البرد؟

تنفيذ النشاط( ٣٠ دقيقة)

بعد ان تتحدث الباحثة مع الاطفال عن أنواع الفاكهة التي تحتوى على فيتامين C. تضع الباحثة الكروت امام الأطفال صورة البرتقال- يوسفى- ليمون- جوافة.

وتعطى كل طفل صورة للبرتقال والجوافة واليوسفى والليمون. تكون لها نفس الصورة الموجودة على الطاولة وسط مجموعة من الفواكة. تطلب المعلمة من كل طفل ان يضع صورة البرتقال و اليوسفى والليمون والجوافة في يده على الصورة المطابقة لها على الطاولة بالتوجه الجسدي وبعد الانتهاء تحي الباحثة الأطفال على أدائهم.

التطبيق التربوى: (١٥ دقيقة)

تعرض الباحثة على الأطفال بعض الأنواع من الفاكهة وهى ( الموز- البرتقال- التفاح- اليوسفى- البطيخ- الليمون- المانجو- الجوافة)، وتطلب من الطفل وضع دائرة حول الفاكهة التي تقى من نزلات البرد.

استخدمت الباحثة في معالجة البيانات المعاملات الإحصائية التالية.

- ١- اختبار لاوش.
- ٢- اختبار كا<sup>٢</sup>.
- ٣- معامل ألفا - كرونباخ.
- ٤- اختبار التحليل العاملى بطريقة فاريمكس (Varimax).
- ٥- اختبار (t. test) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات الأطفال في القياسين القبلي والبعدي للأطفال.
- ٦- معامل الارتباط بيرسون.

### نتائج البحث

ينص الفرض على انه :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعى الغذائى المصور للأطفال ذوى الاعاقة العقلية لصالح القياس البعدي.

و للتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" لإيجاد الفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعى الغذائى المصور للأطفال ذوى الاعاقة العقلية كما يتضح في جدول (١٥)



جدول (١٥)

الفروق بين متوسطى درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية

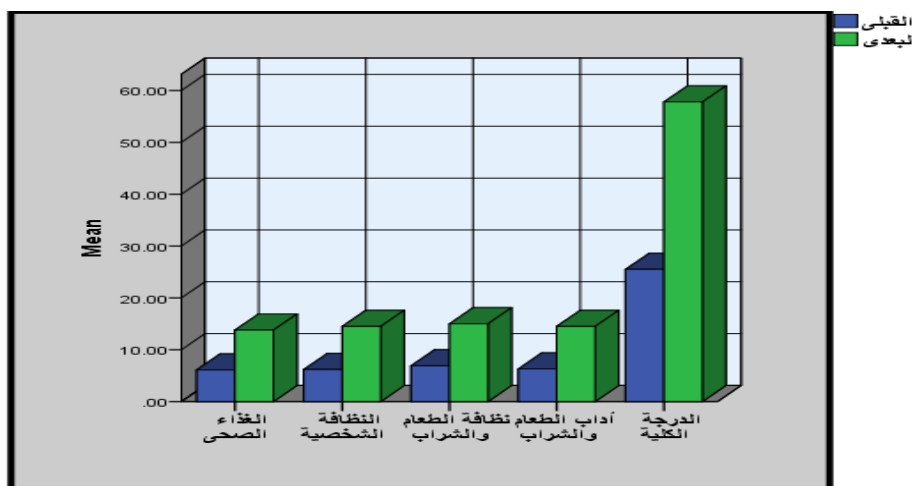
ن = ١٠

المتغيرات	القياس القبلي- البعدي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة
الغذاء الصحى	الرتب السالبة	-	-	-	٢.٨١٤	دالة عند مستوى ٠.٠١	فى اتجاه القياس البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥	٥٥			
	الرتب المتساوية	-	-	-			
	اجمالي	١٠	-	-			
النظافة الشخصية	الرتب السالبة	-	-	-	٢.٨٤	دالة عند مستوى ٠.٠١	فى اتجاه القياس البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥	٥٥			
	الرتب المتساوية	-	-	-			
	اجمالي	١٠	-	-			
نظافة الطعام والشراب	الرتب السالبة	-	-	-	٢.٨٢	دالة عند مستوى ٠.٠١	فى اتجاه القياس البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥	٥٥			
	الرتب المتساوية	-	-	-			
	اجمالي	١٠	-	-			
أداب الطعام والشراب	الرتب السالبة	-	-	-	٢.٨٢	دالة عند مستوى ٠.٠١	فى اتجاه القياس البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥	٥٥			
	الرتب المتساوية	-	-	-			
	اجمالي	١٠	-	-			
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	-	-	-	٢.٨١٤	دالة عند مستوى ٠.٠١	فى اتجاه القياس البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥	٥٥			
	الرتب المتساوية	-	-	-			
	اجمالي	١٠	-	-			

ت = ٢.٣٢ عند مستوى ٠.٠١

ت = ١.٦٤ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية في اتجاه القياس البعدي. و يوضح شكل (١) الفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.



شكل (١)

الفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية

ثم قامت الباحثة بإيجاد نسبة التحسن بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية كما يتضح في جدول (١٦)

جدول (١٦)

نسبة التحسن بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج على مقياس الوعي الغذائي المصور للأطفال ذوي الإعاقة العقلية

المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن
الغذاء الصحي	٦.١	١٣.٨	٥٥.٧%
النظافة الشخصية	٦.٢	١٤.٥	٧٢.٢٤%
نظافة الطعام والشراب	٦.٩	١٥	٥٤%
آداب الطعام والشراب	٦.٣	١٤.٥	٥٦.٥٥%
الدرجة الكلية	٢٥.٥	٥٧.٨	٥٥.٨%

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى نجاح برنامج البحث الحالي في تحقيق تقدم ملحوظ في تنمية الوعي الغذائي بين الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وذلك من خلال مشاركة الأطفال في الأنشطة الحركية التي أعطتهم فرصة كبيرة للتفاعل والمشاركة والارتجال واللعب التمثيل وزيادة ثقة الأطفال بأنفسهم و كذلك ممارسة الأطفال لأنشطة البرنامج، وأشراكهم في إعداد وتصميم الأدوات الخاصة به، وتقسيم الأدوار فيما بينهم والعمل كوحدة واحدة لتحقيق الهدف من النشاط مما زاد من الدافعية لدى الأطفال والاندماج في الأنشطة وزيادة التفاعل الاجتماعي فيما بينهم مما أدى إلى اندماج الأطفال في الأنشطة، وساعد على تنمية الوعي الغذائي لأطفال المدرسة ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه كل وقد أكد على ذلك دراسة

كلا من **جيهان طلعت (٢٠١٥)** ، "ساقتي رامية" (٢٠١٠) ، ودراسة **سهر عاطف (٢٠١٥)** ودراسة " منى صلاح" (٢٠١٦) والذين أكدوا على أهمية الغذاء الصحي المتوازن ووضع برامج التغذية الجيدة للأطفال.

وفي نفس السياق أكدت دراسة كلا من، دراسة "الشيماء عبد الله" (٢٠٠٦) ودراسة "ريهام احمد" (٢٠١٠) ودراسة "امنية فاروق" (٢٠١٠) ودراسة "دينا عبد الحليم" (٢٠١١) أن الأنشطة الحركية تحسن الانتباه وترسخ الثقافة الغذائية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على اكتساب العادات الصحية السليمة الخاصة بالغذاء والشراب الصحي من خلال الإيقاع الحركي التي تحث على تزويد جسم الطفل بالطاقة وزيادة المناعة ووقاية الجسم من الامراض.

وهذا ما اتفق مع ما أشار دراسة كلا من "رشدى طعيمة" (٢٠١٤) ودراسة "على العتيبي" (٢٠١١) ان النشاط الحركي يعدل من سلوك الأطفال ذوي الإعاقة العقلية واكد كلا من دراسة "سهر عاطف" (٢٠١٥) ودراسة "جيهان طلعت" (٢٠١٥) أهمية الأنشطة الحركية تنمي الوعي الغذائي لدى الأطفال، ودراسة "Liselotte" (٢٠١٩) يؤكد على تعزيز إتباع نظام صحي وممارسة النشاط البدني للأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

وكان لمشاركة الأطفال في البرنامج أثرا ايجابيا واضح على سلوكيات الطفل تجاه الأسرة، خاصة أن الباحثة قامت بدعوة بعض أولياء الأمور للمشاركة في بعض الأنشطة، ولكنهم فضلوا الحضور والمشاهدة والتشجيع في الانشطة الحركية التي تتميز بالتشويق و المتعة للطفل.

و هذا ما أشار اليه **Alick (2019)** " أن هناك مكاسب حقيقية يحصل عليها الطفل من خلال اتباعه النظام الغذائي الصحي واتباع التمارين الرياضية.

وتعزو الباحثة أيضا هذه النتيجة لنجاح برنامج الأنشطة الحركية في تنمية الوعي الغذائي الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المشتركون في الانشطة، ساهم في تنمية الوعي الغذائي خاصة الوعي الصحي و النظافة الشخصية و نظافة الغذاء والشراب و اداب الطعام والشراب والذي بدى واضحا في المشاركة واختيار المجموعات وهذا ما أكدته **النظرية الاجتماعية لبندورة**، بأن التعلم بالملاحظة من اكثر أنواع التعلم فعالية مع الأطفال الصغار، واكد أيضا على ان سلوك الوالدين والمعلمة وغيرهم من الكبار الذين يتعاملون مع الطفل كنماذج بشرية مباشرة للسلوك تزود الطفل بسلوكيات بما هو ملائم ومرغوب فيه، واكد أيضا على التعلم من خلال المحاكاة والتقليد والقوة، التي اعتمدت عليهم الباحثة داخل البرنامج .

ويتفق هذا مع ما أشار **Keefe** " (٢٠١٩) أن الأطفال ذوي الإعاقة العقلية تحت الاشراف والتوجيه الصحيح يتناولون الطعام اليومي الصحيح والوجبات المتوازنة وعلى الأمهات الحفاظ على طعامهم وصحتهم وقد أكدت أيضا دراسة كلا من "**Mullan, B Bwong**" (٢٠١٠) ، **Paivi** (٢٠١٦) الذين أكدوا على ان التغذية الجيدة للأطفال تقوم على أساس مهارات الغذاء الصحي المتوازن.

وتخلص الباحثة مما سبق إلى تحقق صحة الفرض.

المتغيرات	القياس البعدي و التتبعي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدالة	اتجاه الدلالة
الغذاء الصحي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية اجمالي	١ - ٩ ١٠	١ -	١ -	١	غير دالة	-
النظافة الشخصية	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية اجمالي	١ - ٩ ١٠	١ -	١ -	١	غير دالة	-
نظافة الطعام والشراب	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية اجمالي	- ٢ ٨ ١٠	- ١.٥	- ٣	١.٤١٤	غير دالة	-
آداب الطعام والشراب	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية اجمالي	- ٢ ٨ ١٠	- ١.٥	- ٣	١.٣٤٢	غير دالة	-
الدرجة الكلية	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية اجمالي	٣ ٣ ٤ ١٠	٣.٨٣ ٣.١٧	١١.٥ ٩.٥	٠.٢١٣	غير دالة	-

### نتائج البحث:

من خلال البحث الحالي كانت النتيجة على النحو التالي:

١- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس الوعي الغذائي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي.

### التوصيات والمقترحات:

- ١- الاهتمام بالانشطة الحركية بمدارس التربية الفكرية .
- ٢- الاهتمام بالانشطة المحببة الاطفال ذوي الاعاقة العقلية واستثمارها في عملية التعليم
- ٣- الحرص على توفير الإمكانيات لتفعيل النشاط .

## المراجع

- ١- أبو المجد فرغلى ،دينا جمال (٢٠١٨): الإسعافات الأولية وصحة الطفل لذوي الإعاقة العقلية.
- ٢- ايمان محمود حمودة(٢٠١١): صحة وتغذية طفل ما قبل المدرسة، دار طيبة للمعارف، الجيزة، ص ٧٠.
- ٣- أمينة فاروق منصور(٢٠١٠): فاعلية برنامج لتنمية المهارات الحس حركية لدى عينة من الأطفال المصابين بأعراض داون القابلين للتعلم، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- ٤- جيهان طلعت (٢٠١٥) : فاعلية برنامج قائم علي ذات التعليم لتنمية الوعي الغذائي وتأثيره علي الأداء الحركي لطفل الروضة ، رسالة دكتوراه ، كلية رياض الأطفال ، جامعة القاهرة.
- ٥- جيهان عزام، هدى مزيد(٢٠١٧): برنامج فنون أدائية إيقاعية لاشباع بعض الحاجات الأساسية لدى أطفال الروضة المدمجين، بحث منشور، مجلة كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة، العدد(٢٧)، سبتمبر.
- ٦- دينا عبد الحليم عبد البارى (٢٠١١): فاعلية برنامج لإيقاع لحركي لداكروز لتحسين الإنتباه والسلوك التكيفي لدي عينة من الأطفال المتخلفين عقلياً، رسالة دكتوراه، كلية البنات، جامعة عين شمس.
- ٧- رانيا وجيه حلمي (٢٠١١) : فاعلية برنامج قصص الكتروني في تمية الوعي الصحي لدي طفل الروضة في ضوء معايير الجودة في رياض الأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- ٨- رشدى أحمد طعيمة(٢٠١٤): المهارات اللغوية مستوياتها، تدريسها، صعوباتها، القاهرة، دار الفكر العربى.
- ٩- ريهام أحمد محمد(٢٠٠٩): تأثير برنامج أنشطة حركية على الثقافة الغذائية لطفل ما قبل المدرسة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

- ١٠- زينب أحمد محمد (٢٠٠٦): فاعلية برنامج تربية حركية مقترح في تنمية بعض المفاهيم الرياضية لدى طفل الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- ١١- ساقيتيرى رامية (٢٠١٠): التغذية المثالية، القاهرة، دار الفاروق لاستثمارات الثقافية.
- ١٢- سعاد السيد إبراهيم (٢٠١٠): المهارات الحركية الأساسية والتعبير الحركي لطفل الروضة، الجيزة، دار طيبة للطباعة.
- ١٣- سهر عاطف (٢٠١٥): برنامج قائم علي الحركة والغذاء للحد من البدانة لدى طفل الروضة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية رياض الأطفال ، جامعة القاهرة
- ١٤- الشيماء كامل رياض (٢٠١٤): فاعلية برنامج قصص في تنمية بعض أنواع السلوك الخلقى لدي عينة من الأطفال المتأخرين عقلياً "القالين للتعلم" رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس .
- ١٥- طارق إسلام سيد (٢٠٠٣): أثر استخدام برنامج مقترح في النشاط الحركي على تنمية التفكير الابتكاري لدى طفل ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، بجامعة بنها.
- ١٦- عبد الرحمن سليمان (٢٠١١): طرق تعلم الأطفال المعوقين عقلياً، موسوعة الإعاقة العقلية، الجزء الرابع، القاهرة، دار الفكر العربى.
- ١٧- عبد العزيز الشخص (٢٠٠٦): اضطرابات النطق والكلام خلفيتها - تشخيصها - أنواعها - علاجها - ط٢ - الرياض، شركة الصفحات الذهبية للنشر.
- ١٨- عبد العزيز الشخصي (٢٠١١): قاموس التربية الخاصة والتأهيل لذوي الإحتياجات الخاصة ، ط٤ ، القاهرة ، مطبعة العمرانية لأوفست .
- ١٩- عبد العليم محمد شرف (٢٠٠٨): طرق تعليم المهارات الأمنية والاجتماعية المعاقين عقلياً ، عالم الكتب، القاهرة.

- ٢٠- عبد الكريم عبد الجليل سرور (٢٠٠٨): تأثير دروس التريضة المدمجة على كل من الاداء الحركى والتكيف العام لذوى الاحتياجات الذهنية واتجاهات الاسوياء نحوهم، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية.
- ٢١- علياء عبد المنعم، لمياء إبراهيم (٢٠٠٧): مدخل الأنشطة الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- ٢٢- علي العتيبي (٢٠١١) : النشاط الحسي الحركي كمدخل لتعديل السلوك المضطرب لدي الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم بالمملكة العربية السعودية ، رسالة ماجستير ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة .
- ٢٣- ليلي عبد المنعم السباعي (٢٠٠٨) : أمراض سوء التغذية، الإسكندرية، منشأة المعارف، ص ١٦-٢٦ .
- ٢٤- ماي زين نبيل (٢٠٠٩) : فاعلية البرامج الصحية التليفزيونية في تنمية الوعي الصحي لمعلمة الروضة في ضوء أهداف الروضة ، رسالة ماجستير ، كلية رياض الأطفال ، جامعة القاهرة .
- ٢٥- مني صلاح الدين (٢٠١٦) : برنامج الكتروني لتنمية الوعي الغذائي لطفل الروضة في ضوء المعايير القومية لرياض الأطفال ، رسالة ماجستير ، كلية التربية للطفولة المبكرة ، جامعة القاهرة .
- ٢٦- نجلاء فتحي أحمد (٢٠١١) : المعوقات التي تواجه معلمي مدارس التربية الفكرية وأثرها في إتجاهاتهم نحو الأطفال المعقوين عقلياً ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة.
- ٢٧- نورا رمضان حبيب(٢٠١٣): برنامج أنشطة متكاملة لتنمية مفاهيم الصحة والامان لدى طفل القرية فى ضوء المعايير القومية لرياض الاطفال، رسالة ماجستير، كلية رياض الاطفال، جامعة القاهرة.
- ٢٨- نهاد ابو بكر الفيتورى(٢٠١٢): برنامج تربية حركية وأثره على تعديل بعض الانماط السلوكية لدى الاطفال التوحديين، كلية تربية رياضية، جامعة الإسكندرية.
- ٢٩- وفاء ذكى عبد العليم(٢٠١٦): فاعلية برنامج سلوكى معرفى لتنمية المهارات الحس حركية والمعرفية والاجتماعية واللغوية لدى المراهقين المعاقين عقليا القابلين للتعلم، رسالة دكتوراة، معهد البحوث والدراسات التربويه، جامعة الدول العربية.

- ٣٠- ولاء محمد عطية (٢٠٠٨) : فاعلية برنامج قصص لتعديل بعض جوانب السلوك الغذائي لي طفل الروضة ، رسالة ماجستير ، كلية رياض الأطفال ، جامعة القاهرة.
- ٣١- ياسمين أحمد حسن(٢٠١٢): برنامج تدريب لأكساب الطالبة المعلمة بكلية رياض الاطفال مهارات توظيف القصة فى تنمية ثقافة التغذية الوقائية لطفل الروضة، رسالة دكتوراة، كلية رياض الاطفال، جامعة القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 32- American Association for Mental Retardation (2002) :”Introduction to Mental Retardation”, available at: <http://www.thearc.org/mrqa.html>.
- 33- Alick learia, Heather (2019) : Ecaluation of the Implementation of. Anutrition and Exercise Intervention in a community- Based setting for teenagers with Down syndrome. D. N. P. The university of North Carolina at chapel Hill- united states.
- 34- A-Robert. L. Shalock (editor) (2007) : Mental Retardation. User guide- 10<sup>th</sup>, edition, AA.M.R, 2007, p49-47.
- 35- B-Ruth Luck Assonet (editor) (2002): Mental Retardation, 9<sup>th</sup> edition A.A.M.R, 2002, p. 99.
- 36- Brooke bouza , Elizabeth sanders , leighsa brace , and philesposito (2015) : anutrition knowledge questionnaire for adults with inyellectual disability , international journal of exercise science : conference proceeding : vol.2:ilSS.6, Article4.



- 37- Davis Mollie,(2002): Helping children to learn through a movement perspective. London , new york
- 38- Junes , marcel (2000) : bewegung in all tag on kinder eire tagesvelausf studies diplombeit deutsche sporthochule
- 39- Keefe, Johanna. M. (2018) : Mother's stories of Their Lived Experience on a real food Diet for the Healt of Their children: Afeminist Narrative In quiry of the restorative food and farming movement. Ph. D. California – united states.
- 40- Kristine Rabben Amundsen(2020): Pysical Therapy Intervention for achild with congenital zika vika virus ssyndrome, PhD. Journals. Sagepub. Com/ home/cno.
- 41- Liselotte Schafer elinder ,Helena bergestrom , janhagberg, uiia wihlman, and maria hagstromer (2019) : promoting ahealthy diet and physical activity inadults with intellectual disabilities living in community residences : design and evaluation of a cluster –randomized intervention , international journal.
- 42- Mullan, B B wong. C. I (2010) : using the Dry of planned Behavior to design a food Hygiene Intervention food control, 21 (11) : 1524–1529, Doi: 10–1016/ j. food cont. 2010–4. 026.
- 43- Ruthe, C., Annettetessier, Dianeklein M.(2007): Adapting Early Childhood Curriculum for children with special Needs 7 ed. Prentice Hall.

- 44- Paivi adolfsson, yiva mattsson sydner, chistina disability in the community, international journal for equity in health : vol.5:ISS.living fjellstrom, barbro lewin, and agenta andersson (2016): abserved dietary intake in adults with intellectual
- 45- Reese, susan Anne. (2011) Nutrition knowledge, and body weight correlations disabilities before and after a community. Based intervention Author, Master, united states.
- 46- Silliker, A, f Quirk, J. (2001): The Effect of Extracurricular Activity participation on Academic Performance of Male And Formula Preschool Students. The school Counsellor, Vol. 44.
- 47- W. Catherine Cheung, MA (2020): Motor cognitive, and socioemotional Skills Among Children with Disabilities over time. PhD. Journals of specialded ueation. Sagepub.