



جامعة المنصورة
كلية التربية



دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة

إعداد

د. / عمرو فاروق محمد محمود القرش

دكتور- بكلية التربية- قسم اصول التربية-جامعة حلوان

دكتور- بكلية التربية- قسم التربية-جامعة جازان

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١١٨ – ابريل ٢٠٢٢

دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة

د . د / عمرو فاروق محمد محمود القرش

دكتور - بكلية التربية - قسم اصول التربية - جامعة حلوان
دكتور - بكلية التربية - قسم التربية - جامعة جازان

ملخص البحث:

هدف البحث تعرف مستوى الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة من خلال السلوكيات الغذائية التي يمارسونها داخل الروضة وخارجها، والكشف عن الدور الذي تقوم به المعلمة لتنمية الوعي الغذائي لدى طفل الروضة، وتحديد المعوقات التي تحول دون قيام المعلمة بتنمية الوعي الغذائي لدى طفل الروضة، والتوصل إلى مجموعة من التوصيات التي تسهم في الحد من هذه المعوقات.

اتبع البحث المنهج الوصفي، واعتمد على "بطاقة الملاحظة" باعتبارها الأداة المناسبة لملاحظة السلوك الغذائي لدى الطفل داخل الروضة وخارجها.

وتوصل البحث إلى ضعف دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى طفل الروضة وأوصي بضرورة قيام المعلمة بإجراء المسح الغذائي للأطفال للتعرف على مشكلاتهم الغذائية، ويتم ذلك باستخدام أدوات عديدة لجمع البيانات منها الاستبانة، وبطاقة الملاحظة، والمقابلة الشخصية، وتحديد الأهداف المرغوب تحقيقها لتحسين الحالة الغذائية للأطفال، ومعالجة مشكلاتهم الغذائية، مع مراعاة صياغة تلك الأهداف بوضوح وبساطة للتمكن من قياسها بسهولة، وتحديد الإجراءات المناسبة لتوعية الأطفال غذائياً، ومنها تدريب الأطفال على استبدال عاداتهم وممارساتهم الغذائية الخاطئة بتلك العادات السليمة، وتشجيعهم نحو المشاركة في الأنشطة الغذائية المختلفة، ويتم اختيار الإجراءات المناسب لعمر الطفل ونضجه، ويتضح أهمية التخصص والخبرة ودورهما في ارتفاع مستوى أداء المعلمة، فالمعلمة تخصص تربية طفل مستواها أفضل في توعية وتعليم الطفل غذائياً، والمعلمة الخبيرة أفضل من الحديثة في المستوي.

Abstract:

The purpose of the research is to identify the level of nutritional awareness among preschool children through the nutritional behaviors they perform inside and outside the kindergarten, and to discover the role of the teacher to develop the nutritional awareness of the kindergarten child and identify the obstacles that prevent the teacher from developing the child's nutritional awareness, Of the recommendations that contribute to reducing these constraints.

The research followed the descriptive approach, and relied on the "observation card" as the appropriate tool to observe the nutritional behavior of the child inside and outside the kindergarten.

The research found that the role of the teacher in developing the nutritional awareness of the kindergarten child was recommended and recommended that the teacher conduct a food survey for the children to identify their nutritional problems, using many tools to collect data such as questionnaire, observation card, personal interview, And to address their food problems, taking into account the formulation of these goals clearly and simply to be able to measure easily, and identify appropriate measures to raise children's nutrition, including training children to replace their habits and practices of eating wrong with those customs To sound, and encourage them towards participation in various food activities, and appropriate action is selected for the child's age and maturity, The importance of specialization and experience and their role in the high level of performance of the teacher, the teacher allocates the education of a child better level in the education and education of the child food, and the teacher is better than the modern level.

أولاً_ الإطار العام للدراسة:

مقدمة:

يقاس تقدم المجتمعات وتحضرها بمدى اهتمامها وعنايتها بإعداد الأجيال الناشئة لتكون قوى بشرية فاعلة وقادرة على بذل الجهد والعطاء من أجل تحقيق رقي المجتمعات وتقدمها؛ وتعد مرحلة رياض الأطفال أولى مراحل نمو الفرد وأهمها؛ كونها فترة زمنية تتميز بالحساسية والقابلية للتعليم والتغيير وتكوين الاتجاهات والانطباعات الأولى التي تؤثر على الطفل وما يتعرض له من خبرات حياتية قادمة؛ فمرحلة رياض الأطفال تمثل فترة النشاط والنمو العقلي الأكبر؛ لذا تتوالى الجهود المبذولة لإعداد الأطفال في تلك المرحلة، ولا يقتصر ذلك الإعداد على تنمية عقولهم فقط بل صحة أجسادهم أيضاً؛ فالعقل فالعقل السليم في الجسم السليم. (عبد الرؤوف، ٢٠٠٨، ص ٤٢)

مما لا شك فيه إن الاهتمام بالحالة الغذائية للطفل في المراحل الأولى في سن ما قبل المدرسة يعتبر الدعامة الأساسية لخلق جيل سليم خال من الأمراض الغذائية قادر على الاستيعاب، والأنتاج كما أن التعرف على الحالة الغذائية والبيئة المحيطة بالطفل من العوامل التي يجب الاهتمام بها .

(McArthur,Laura,et al,2007)

ويمكننا القول بأن قدراً كبيراً من سوء التغذية لا يرجع إلى فقر في الموارد الأقتصادية فحسب بل يرجع أيضاً إلى الفقر في المعارف والمعلومات اللازمة لحاجات الأطفال الغذائية وهذا يعني أن مشكلات التغذية ترجع إلى ممارسة عادات غذائية خاطئة ولا حل لهذه المشكلة إلا إذا اتبع أسلوب غذائي صحي ، ولهذا كانت تربية أطفال الروضة غذائياً من الحاجات الملحة إذا ما أردنا أن نحقق تحسناً في مجال التغذية . (Dorothy,V,1981)

وترتبط الصحة الجسدية للفرد منذ طفولته بالغذاء؛ فالإنسان يُعرف من خلال ما يأكله ونوعية الطعام التي يعتمد عليها خلال كافة مراحل نموه؛ إذ أن نمط التغذية الذي يتبعه الفرد بصورة عامة والطفل بصفة خاصة يمثل محوراً رئيسياً في تحديد مدى تمتعه بالصحة؛ فالعديد من أمراض العصر المنتشرة كأمراض القلب والسمنة والسرطان وفقر الدم لها علاقة وثيقة بنوعية غذاء الطفل وعاداته الغذائية (Ruamsup & Charoen, 2014, p.14)، كما أن مستوى الذكاء يرتبط بصورة مباشرة بالغذاء؛ إذ أن سوء التغذية بين الأطفال لا يظهر أثره على النمو الجسمي فقط بل أيضاً على النمو العقلي؛ فالمتأخر جسمانياً يسير جنباً إلى جنب مع المتأخر عقلياً، ويعزى الارتباط بينهما ولو بشكل جزئي إلى سوء التغذية؛ حيث أظهر تطبيق اختبارات الذكاء على الأطفال الذين يعانون من سوء التغذية أن درجاتهم تقل بمقدار ١٥ - ٢٠ نقطة عن أقرانهم الذين لم يعانون من سوء التغذية (حمزة الجبالي، ٢٠١٦، ص ٣)، بالإضافة إلى تأكيد الإحصائيات على أن حوالي ٤٠% من أطفال العالم يعانون من أمراض سوء التغذية، وأن هناك حوالي ربع مليون طفل يفقدون أبصارهم سنوياً نتيجة نقص فيتامين (د)، كما أن سوء التغذية يسهم بشكل كبير في وفاة الأطفال؛ إذ يُقدر معدل وفيات الأطفال بسبب سوء التغذية بـ ١٠% من الأطفال دون سن الواحدة و ٤٠% من الأطفال دون سن الخامسة.

(منظمة الصحة العالمية، ٢٠٠١، ص ١٦٣)

ومن ناحية أخرى ينبغي التأكيد على العلاقة الوثيقة بين كل من التغذية السليمة وتحسن صحة الطفل وتقوية جهازه المناعي، وما لذلك من انعكاسات إيجابية على مستوى ذكائه وتحصيله الدراسي وقدرته على التركيز والانتباه والتعلم والإنتاج وتكوين شخصيته وتحقيق التكيف مع البيئة المحيطة. (عبد الله، ٢٠٠٧، ص ٢٩)

وعليه يتضح مدى أهمية وعى كل فرد في المجتمع بصفة عامة _ لا سيما الأطفال _ بالمواد الغذائية وأنواعها وفوائدها وفوائد كل نوع وضرورته للصحة، والأضرار المترتبة على نقص كل

نوع من الغذاء اليومي للطفل، بالإضافة إلى معرفة الكميات المطلوب تناولها من كل مادة أو نوع غذائي. (شليبي، ٢٠٠٠، ص ٥)

حيث اثبتت البحوث مثل دراسة (Fredric,1981) ، Sampson,et al, (1995)، Pauaus,et al ,2000) أن الجل بالمبادئ الساسية في الغذاء يعد سببا رئيسيا في حدوث الكثير من أمراض نقص وسوء التغذية .

حيث اشار (Fisher,B,1998,155-15) أنه يمكن إكساب الأطفال السلوك الغذائي السليم من خلال فهم الموقف الذي يمارس فيه السلوك الغذائي السليم ، التدريب على السلوك الغذائي السليم المناسب لقدرات الطفل.

ونظراً لجهل الكثير في عصرنا الحالي بأسس التغذية السليمة وتعقد المشكلات الصحية التي يتعرض لها الأفراد؛ فإن مسؤولية صحة الطفل لم تعد تقع بأكملها على عاتق الأسرة كما كانت في الماضي؛ وإنما أصبحت مسؤولية عامة تشترك فيها مؤسسات المجتمع المختلفة وعلى رأسها المؤسسات التربوية التي تعد ثاني أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية للطفل بعد الأسرة (أبو قمر، ٢٠٠٢، ص ٣)، ولما لها من تأثيراً قوياً في عادات واتجاهات الطلبة في مختلف النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية، ونظراً لطول الفترة الدراسية التي يقضيها الطالب في المدرسة؛ فقد أصبحت المدارس بمثابة مؤسسات داعمة لعملية تعزيز الصحة وتقديم المعارف والمهارات والممارسات الغذائية السليمة للمحافظة على النمو الصحي للطلبة وإعدادهم لبناء مجتمعهم. (القحطاني، طربوش، ٢٠٠٤، ص ٣٤)

حيث يؤكد (Shier,1997) أن الوعي الغذائي يعتبر مسؤولية التربية العلمية أي من خلال المعلمين ، وتهدف إلى تزويد المتعلمين بثقافة صحية ، من أجل المحافظة على صحتهم ، ومن أهم عناصرها جزءا أصيلا من الثقافة الصحية التي تمثل دورها جزءا هاما من الثقافة العلمية التي تعتبر أحد أهداف التربية العلمية .

مشكلة الدراسة:

يتميز العصر الحالي بأنه عصر القوى البشرية الفاعلة والمنتجة؛ فهي حجر الأساس الذي يمكن الاعتماد عليه لبناء مجتمع متقدم في كافة المجالات؛ لذا فقد حرصت المجتمعات على الاهتمام بإعداد الطفل منذ صغره وتهيئته ليصبح مواطناً فاعلاً ناهضاً بمجتمعه نحو القمة، و قد تمثلت الخطوات الأولى في ذلك الإعداد في السعي نحو تمتع الطفل بالصحة، ذلك المفهوم الذي

تجاوز خلو الطفل من العجز والأمراض إلى تمتع الطفل بالصحة الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية. وإزاء تأكيد الدراسات على العلاقة الوثيقة بين الغذاء وصحة الطفل في كافة النواحي، وما تعانيه مجتمعاتنا من انتشار للأمراض والمشكلات الناتجة عن سوء التغذية كداء السكري وأمراض القلب والسرطان والبدانة وهشاشة العظام وأمراض الفم والأسنان وفقر الدم ونقص بعض العناصر والمعادن والفيتامينات الهامة بين أفراد المجتمع لا سيما الأطفال؛ كانت الحاجة ملحة إلى تقييم مستوى الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة، والكشف عن دور المعلمة في تنمية ذلك الوعي لديهم.

وبناءً على ما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل الرئيس الآتي:

ما دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة؟

ويتفرع من هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية المتمثلة في:

١. ما مستوى الوعي الغذائي لدى طفل الروضة؟
٢. ما الدور الذي تقوم به معلمة الروضة لتنمية الوعي الغذائي لدى الطفل؟
٣. ما المعوقات التي تحول دون تنمية المعلمة للوعي الغذائي لدى طفل الروضة؟
٤. ما التوصيات المقترحة للتغلب على هذه المعوقات؟

أهداف الدراسة:

تتلخص الأهداف التي تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيقها فيما يلي:

١. التعرف على مستوى الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة من خلال السلوكيات الغذائية التي يمارسونها داخل الروضة وخارجها.
٢. الكشف عن الدور الذي تقوم به المعلمة لتنمية الوعي الغذائي لدى طفل الروضة.
٣. تحديد المعوقات التي تحول دون قيام المعلمة بتنمية الوعي الغذائي لدى طفل الروضة.
٤. التوصل إلى مجموعة من التوصيات التي تسهم في الحد من هذه المعوقات.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

١. تتبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية موضوعها وهو الغذاء؛ إذ أن حصول الأطفال على القدر الكافي من الغذاء السليم بشكل منتظم، مع التزامهم بالعادات والممارسات

-
- الغذائية السليمة؛ يمثل سبيلاً رئيسياً نحو نموهم بشكل منتظم وتمتعهم بالصحة والفاعلية والقدرة على الإنتاجية والنهوض بمجتمعهم.
٢. اهتمام الدراسة بفئة الأطفال التي تعد من أهم الفئات التي يعول عليها بناء المستقبل وتحقيق التنمية المنشودة.
٣. من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة المتعلقة بالوعي الغذائي، اتضح أن أغلبها قد تناول تقييم مستوى الوعي الغذائي لدى فئات متعددة منها طلاب التعليم الجامعي وما قبل الجامعي ولم تتطرق كثيراً إلى دور المعلم في تعزيز الوعي الغذائي لدى طلابه.
٤. اقتراح استراتيجيات تمكن من تعزيز الوعي الغذائي لدى الأطفال.
٥. توجيه أنظار معلمات الروضة نحو الاهتمام بالأنشطة والبرامج التي تنمي الوعي الغذائي للأطفال، ومشاركتهم للمنزل لتحقيق التكامل المطلوب في النمو الصحي للأطفال.
٦. توجيه أنظار القائمين على التعليم ما قبل الجامعي لا سيما مرحلة رياض الأطفال إلى ضرورة الاهتمام بإعداد برامج لتنمية الوعي الغذائي لدى المعلم وإكسابه لطلابه.

الدراسات السابقة:

١. دراسة (Pirouznia, 2001) التي استهدفت التعرف على مدى تأثير المعرفة الغذائية على السلوك الغذائي للأطفال والمراهقين، والكشف عن وجود فروق في المعرفة الغذائية تعزى إلى متغير الصف الدراسي، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت الاستبانة (إعداد الباحث)، وتكونت العينة من ٥٩٤ من طلبة الصفوف السادس والسابع والثامن بإحدى مدارس ولاية أوهايو، وقد أشارت الدراسة إلى أن السلوكيات والتفضيلات الغذائية للبالغين تبدأ منذ الطفولة، وتوصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المعرفة الغذائية بين مختلف المستويات الدراسية، وأن الطلبة كانت تتم توعيتهم باحتياجات الجسم الغذائية دون الاهتمام كثيراً بإكسابهم المعارف المتعلقة بوظائف المواد الغذائية ومصادرها، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سلوكيات الأكل باختلاف المستويات الدراسية، وعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المعرفة الغذائية وسلوكيات الأكل لدى طلبة الصف السادس، على الرغم من وجودها لدى طلبة الصفين السابع والثامن، كما أظهرت النتائج انخفاض مستوى المعرفة الغذائية بشكل عام لدى طلبة المرحلة المتوسطة، وأوصت الدراسة بضرورة بناء برامج

تعليمية غذائية موجهة لطلبة المرحلة الابتدائية، بالإضافة إلى تطوير برنامج تغذوي

متكامل لكافة المراحل التعليمية. (Pirouznia, 2001)

دراسة (Piperakis et al., 2004) التي تمثل هدفها الرئيسي في تقييم الحالة الغذائية

للطلبة ومن ثم تحسينها من خلال إكسابهم العادات الغذائية السليمة وتوجيههم نحو التفكير النقدي فيما يتعرضون له من دعايات تليفزيونية متعلقة بالمواد الغذائية، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من ٢٣٨ طالباً من طلبة الصفين الخامس والسادس الابتدائي، وتمثل التدخل التجريبي في تلك الدراسة في التدخل الصفّي للمعلم، وذلك من خلال تقديم دورة للمعلمين مدتها ثلاثة أشهر وتتناول العلاقة بين الغذاء والصحة، وسيكولوجية الغذاء، وتقنيات مقاومة الإعلانات، وتأهيل المعلمين للقيام بتدخلات ممنهجة حول عادات التغذية في صفوفهم الدراسية، ثم طبق المعلمون ما تعلموه في تلك الدورة على طلابهم لمدة ستة أشهر عبر سلسلة من المحاضرات والأنشطة الصفية واللاصفية، وتضمن التدخل الصفّي كل من المستويات المعرفية والانفعالية والاجتماعية، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج من أبرزها فاعلية التدخل الصفّي للمعلم في تحسين الوعي الغذائي لدى طلابه، وأن التأثير الأكبر كان على المستوى المعرفي وخاصة قدرة الطلبة على تقييم القيمة الغذائية لمختلف أنواع الأغذية، كما أوصت الدراسة بتطبيق برامج تعليمية تغذوية تشمل كل من المعلمين والطلبة وكذلك الأسرة، وضرورة مساهمة الطلبة أنفسهم في إعداد وجباتهم الخاصة بشكل صحي، مؤكدة على أن العادات الغذائية هي نتاج تفاعل بين العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية؛ لذا فلا يمكن الاعتماد على المعرفة وحدها من أجل تغيير العادات والممارسات الغذائية للطلبة. (Piperakis et al., 2004)

دراسة (الجمال، ٢٠٠٤) التي هدفت إلى تصميم برنامج متكامل للأطفال والأمهات

ومشرفات الحضانات لإكسابهم معلومات وسلوكيات الغذاء الصحي، والتعرف على العلاقة بين السلوك الغذائي والقدرة على الانتباه لدى أطفال ما قبل المدرسة. واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت اختبار رسم الرجل إعداد جود إنف هاريس، واستمارة السلوك الصحي (للأمهات - المشرفات - الأطفال) إعداد الباحثه، ومقياس الانتباه لطفل ما قبل المدرسة إعداد بطرس حافظ، وبرنامج الوعي الغذائي الصحي لكل من الأمهات والمشرفات والأطفال بشكل منفرد، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج من أبرزها وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبيّة والضابطة في معلومات الغذاء الصحي بعد تطبيق

البرنامج؛ مما يشير إلى فعالية البرنامج في إكساب أفراد الدراسة المعلومات الغذائية السليمة، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة من الأطفال على مقياس الانتباه بعد تطبيق البرنامج؛ مما يشير إلى فعالية البرنامج في تعزيز الانتباه لدى الأطفال، ووجود علاقة بين إمام الطفل بالمعلومات الغذائية السليمة وقدرتهم على التركيز والانتباه. (الجمال، ٢٠٠٤)

دراسة (Kellie Marie O'Connell, 2005) التي هدفت إلى تعديل السلوكيات الغذائية الخاطئة لدى المراهقين وتقليل انتشار السمنة بينهم، وافترضت الدراسة بشكل عام أن زيادة توفير كل من الفواكه والخضروات ومنتجات الألبان والوعي بالفوائد الغذائية والصحية يؤدي إلى تدني معدلات انتشار السمنة بين طلاب المرحلة المتوسطة، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، واعتمدت على قياس كتلة مؤشر الجسم وزيادة الوزن والسمنة، كما تكونت عينة الدراسة من ٤٨٩ من طلاب المستوى السابع في ست مدارس أمريكية، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد تعرضت المجموعة التجريبية فقط إلى تلقي برنامجاً تغذوياً لأكثر من ٢٣ أسبوعاً، وتضمن هذا البرنامج العمل على توعية الطلاب غذائياً من خلال المناهج الدراسية ووجبات التغذية المدرسية والمعلومات الغذائية الصحيحة التي تُرسل إلى الأهل في المنزل عبر البريد، وقد توصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج المطبق على المجموعة التجريبية؛ إذ أظهرت زيادة استهلاك أفراد المجموعة التجريبية فقط دون المجموعة الضابطة للخضروات والفواكه بشكل ملحوظ في وجبة الغذاء المقدمة في المدرسة بالإضافة إلى التزامهم بالحضور اليومي، وكذلك انخفاض معدلات السمنة بين أفراد المجموعة التجريبية دون المجموعة الضابطة، وأوصت الدراسة بإعداد برامج مدرسية تستهدف تحسين العادات الغذائية للطلبة. (Kellie Marie O'Connell, 2005)

دراسة (سعيد، ٢٠٠٧) التي استهدفت التعرف على الوعي الغذائي والممارسات الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال وأثره على النمو الجسمي للأطفال، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت استبيان الوعي الغذائي للمعلمة واستبيان آخر للطفل، وقد أظهرت نتائج الدراسة ظهور الوعي الغذائي لدى معلمة رياض الأطفال بشكل متوسط نسبياً، وأن ٢٥,٧% من أفراد العينة لديهم وعياً غذائياً مرتفعاً، و ١١,٧% لديهم وعياً منخفضاً، ووجود علاقة دالة إحصائية بين مستوى الوعي الغذائي وكل من العمر والمؤهل الدراسي؛ حيث انتشر الوعي الغذائي المرتفع بين المعلمات التي تتراوح أعمارهن ما بين ٤٠-٤٩ سنة، ولوحظ أنه كلما

انخفض المستوى التعليمي للمعلمة ارتفع وعيها الغذائي نتيجة رغبتها في التثقيف وزيادة معلوماتها الغذائية وكثرة الإطلاع والتدريب، بالإضافة إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين مستوى الوعي الغذائي والحالة الاجتماعية للمعلمة والتخصص الدراسي والدورات التدريبية التي حصلت عليها المعلمات بعيداً عن تخصص رياض الأطفال. (سعيد، ٢٠٠٧)

دراسة (عطية، ٢٠٠٩) التي استهدفت تعديل بعض السلوكيات الغذائية الخاطئة لدى أطفال الروضة وإكسابهم بعض السلوكيات الغذائية السليمة من خلال برنامج قصصي، واستخدمت اختبار رسم الرجل إعداد جود إنف هاريس، واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي إعداد بطرس حافظ، ومقياس السلوك الغذائي إعداد الباحثة، وبطاقة ملاحظة السلوك الغذائي إعداد الباحثة، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدرجات الأطفال على كل من مقياس السلوك الغذائي وبطاقة ملاحظة السلوك الغذائي لصالح القياس البعدي؛ مما يشير إلى فاعلية البرنامج القصصي المستخدم في تعديل السلوكيات الغذائية لدى أطفال الروضة. (عطية، ٢٠٠٩)

دراسة (علي، ٢٠١٠) التي استهدفت تصميم برنامج قائم على الأنشطة المتكاملة بهدف تنمية عوامل الصحة والسلامة لدى طفل الروضة، والتحقق من مدى فاعلية البرنامج المقترح في تنمية عوامل الصحة والسلامة لدى طفل الروضة. وقد تكونت عينة البحث من ٤٠ طفل وطفلة من الملتحقين بالمستوى الثاني لرياض الأطفال بالمدينة المنورة بالمملكة العربية السعودية ممن تتراوح أعمارهم ما بين الخمس والست سنوات، وقد اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت استمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي للطفل، ومقياس الأمان، ومقياس الوعي الصحي، وبرنامج الأنشطة المتكاملة (وحدة الغذاء - وحدة صحي وسلامتي)، وقد أسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج من أبرزها فاعلية البرنامج المقترح في تنمية كل من الوعي الصحي ومستوى الأمان لدى الأطفال وهذا يؤكد فاعلية الوحدات التي تتضمنها البرنامج في إكساب الأطفال مفاهيم وعادات الوعي الصحي والغذائي المناسب وكذلك مفاهيم وعادات الوعي بالأخطار والأمن والسلامة في الروضة والمنزل والشارع وذلك من خلال أنشطتها متكاملة الجوانب والأهداف. (علي، ٢٠١٠)

دراسة (أحمد، ٢٠١١) التي تمثلت أهدافها في إعداد قائمة بمفاهيم وأساسيات التغذية السليمة ذات الصلة بالاقتصاد المنزلي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وبناء برنامج مقترح يهدف إلى تنمية الوعي الغذائي لدى هؤلاء الطلبة، وقياس فاعلية البرنامج المقترح في التحصيل المعرفي

وتتمية الوعي الغذائي لديهم، بالإضافة إلى التعرف على الفروق بين الطلاب والطالبات في كل من التحصيل المعرفي والوعي الغذائي. وقد اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدم اختبار تحصيلي للمعلومات الغذائية لدى طلبة المرحلة الإعدادية (إعداد الباحثة) ومقياس الوعي الغذائي لدى طلبة المرحلة الإعدادية (إعداد الباحثة)، تمثلت عينة الدراسة في مجموعة من طلبة الصف الثاني الإعدادي مكونة من ١٦ طالب و ١٦ طالبة بإدارة العريش التعليمية، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كما يلي: وجود فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لكل من الاختبار التحصيلي ومقياس الوعي الغذائي لصالح التطبيق البعدي، وعدم وجود فروق تعزى للجنس في التحصيل المعرفي، ووجود فروق تعزى للجنس في الوعي الغذائي لصالح الإناث، بالإضافة إلى حصول البرنامج المقترح على درجة مقبولة من الفعالية في التحصيل المعرفي للمجموعة التجريبية للجوانب المعرفية التي يتضمنها البرنامج. (أحمد، ٢٠١١)

دراسة (الديب، الجندي، ٢٠١٢) التي استهدفت تشخيص واقع وعي الأمهات ببعض العادات الغذائية السليمة وعلاقته بالصحة الغذائية عند طفل الروضة، وقد توصلت الدراسة الاستطلاعية إلى أكثر العادات الغذائية الخاطئة شيوعاً لدى الأمهات وفي اعتقادهم أنها عادات غذائية سليمة وتعزز من الصحة الغذائية للطفل، ومن أهم تلك العادات إكثار تناول الطفل للنشويات وقلة استهلاكه للخضروات، واستخدام الطعام كمكافأة أو عقاب للطفل، وتناول الطفل للطعام أمام التلفاز، والتهاون في تناول الطفل لوجبة الإفطار يومياً، وعدم التنوع في الأطعمة المقدمة للطفل، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت مقياس لتقدير وعي الأمهات بالعادات الغذائية السليمة، بالإضافة إلى برنامج تدريبي لرفع وعي الأمهات ببعض العادات الغذائية السليمة، وتكونت عينة الدراسة من ٦٠ أم لأطفال الروضة، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج التدريبي في رفع مستوى وعي الأمهات ببعض العادات الغذائية السليمة والتي تؤدي بدورها إلى تحسين صحة الطفل. (الديب، الجندي، ٢٠١٢)

دراسة (الموسي، ٢٠١٥) التي استهدفت بناء وتقييم فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة، وتدريب الطالبات المعلمات على مهارات التعلم الذاتي والمناقشة والحوار، وتحديث طرق التدريس باستخدام التعلم المدمج، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت (اختبار الفهم الغذائي، ومقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الغذاء، واختبار التصرف في المواقف الحياتية) إعداد الباحثة، وتكونت عينة الدراسة من ٧٠

طالبة بالفرقة الرابعة تعليم أساسي شعبة اللغة العربية بكلية البنات، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج المقترح والقائم على التعلم المدمج في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات؛ فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد مجموعة الدراسة في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار الفهم الغذائي لصالح التطبيق البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد مجموعة الدراسة في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو قضايا الغذاء لصالح التطبيق البعدي، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد مجموعة الدراسة في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية؛ مما يشير إلى إسهام البرنامج المقترح في تنمية كل من الفهم الغذائي والتصرف في المواقف الحياتية بالإضافة إلى الاتجاه نحو قضايا الغذاء لدى الطالبات المعلمات، وقد أوصت الدراسة بعقد دورات تدريبية للمعلمين للتدريس باستخدام التعلم المدمج، وإعادة النظر في أهداف المقررات التربوية والأكاديمية المتضمنة في برامج إعداد المعلم، بالإضافة إلى تضمين برامج إعداد المعلم في كليات التربية مقررات تثقيفية لنشر الوعي الغذائي. (المرسي، ٢٠١٥)

دراسة (شحاتة، مطر، ٢٠١٥) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى معلم المرحلة الابتدائية، ودوره في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذه، والمقومات التي تؤهله للقيام بهذا الدور. وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الاستبانة _إعداد الباحثان_ الموجهة لمعلمي المرحلة الابتدائية بالمدارس الحكومية والخاصة بمحافظة القاهرة والإسماعيلية للتعرف على دور المعلم في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذه. وقد كشفت نتائج الدراسة عن تعدد مفاهيم الوعي الصحي ومداخل التوعية الصحية لدى المعلمين فالبعض اعتبرها اهتمام بالجانب الغذائي والبعض الآخر اعتبرها جانب وقائي من الأمراض، بالإضافة إلى تعرض التلاميذ لعدد من الحوادث العرضية داخل المدرسة مما يشير إلى تدني وعي التلاميذ والمعلمين بالمعلومات الصحية السليمة وبممارسة الإسعافات الأولية على الرغم من إدراكهم لأهميتها بشكل معرفي فقط، كما أظهرت الدراسة أن الدور الحالي لمعلمي المرحلة الابتدائية في تنمية الوعي الصحي لدى التلاميذ يقتصر على النصائح والإرشادات الشفهية المتعلقة بمواعيد التطعيم وتهوية الفصول والاهتمام بالنظافة الشخصية وقص الأظافر وتهذيب الشعر وذلك حسب المناخ من وقت الحصة وليس بشكل يومي، كما يسهم تخصص المعلم بالدور الأكبر في ذلك لصالح معلمي العلوم والتربية الرياضية، بالإضافة إلى أن عدم توفر دورات تدريبية في مجال التربية الصحية للمعلمين

أو التلاميذ يؤدي إلى ضعف اهتمام المعلم بالتربية الصحية المنتظمة لتلاميذه. (شحاتة، مطر، ٢٠١٥)

دراسة (الشجراوي، ٢٠١٦) التي تمثل الهدف الرئيسي لها في التعرف على دور رياض الأطفال في تنمية الوعي البيئي لدى أطفال الروضة، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت استبانة لقياس الوعي البيئي لدى أطفال الروضة من وجهة نظر المعلمات (إعداد الباحث)، وقد تكونت عينة الدراسة من ٤٨ معلمة برياض الأطفال في منطقة حائل، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج منها ارتفاع مستوى الوعي البيئي لدى أطفال الروضة، وعدم وجود فروق في مستوى الوعي البيئي لدى الأطفال تعزى لمتغيري خبرة المعلمة ومؤهلها، كما أوصت الدراسة بتوفير الأدوات والخامات واللوحات والصلصال والوسائل المعينة في تنمية الوعي البيئي لدى الأطفال بما يتناسب مع خصائص المرحلة العمرية، وتنظيم رحلات ميدانية للأطفال لتنمية وعيهم بالبيئة من حولهم، بالإضافة إلى إجراء مزيد من البحوث المتعلقة بتنمية الوعي لدى أطفال الروضة في بيئات مختلفة ومتعددة. (الشجراوي، ٢٠١٦)

تعقيب على الدراسات السابقة:

أشارت الدراسات السابقة إلى الاهتمام بموضوع الوعي الغذائي وتنميته لدى الأفراد، ومن خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح ما يلي:

١. اتفقت الدراسات على العلاقة الوثيقة بين الغذاء السليم وتمتع الفرد بالصحة الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية، والدور الهام الذي تقوم به المؤسسات التربوية في تغيير العادات و الممارسات والمعارف الغذائية لدى الطلبة.
٢. أكدت معظم الدراسات على ضرورة إجراء مزيداً من الدراسات حول موضوع الوعي الغذائي لدى فئات مختلفة وطرح أساليب متنوعة لتعزيز ذلك الوعي لديهم؛ مما استدعى ضرورة إجراء دراسة عن دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة.
٣. تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في موضوع الدراسة وهو الوعي الغذائي، ومنهج الدراسة المتمثل في المنهج الوصفي، بينما اختلفت مع البعض في استخدام بطاقة الملاحظة للكشف عن السلوك الغذائي لدى طفل الروضة، بالإضافة إلى تناولها دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة.
٤. استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تحديد مشكلة الدراسة، وإعداد الإطار النظري للدراسة، وتفسير نتائج الدراسة ومناقشتها.

مصطلحات الدراسة:

الوعي الغذائي: يشير إلى اكتساب الفرد للمعارف والمهارات والقدرات والسلوكيات والعادات، وقدرته على تبادل الأفكار والاتجاهات والمعلومات الغذائية مع غيره من الأفراد، وتوظيف تلك المعلومات والاتجاهات في مواقف حياته اليومية. (صبحي، ٢٠٠٣، ص ١٧)

رياض الأطفال: مصطلح عالمي يشير إلى المؤسسات التربوية التي تعني بتعليم وتنشئة الطفل ما بين الرابعة والسادسة من عمره أي دون سن الالتحاق بمرحلة التعليم الأساسي. (عيسى، ٢٠٠٥، ص ٢٢١)

معلمة رياض الأطفال: هي المعلمة المنوط بها تنشئة الأطفال وهي مؤهلة تربوياً وعلمياً للتعامل مع الأطفال وتقديم المعارف والمعلومات لهم. وتتسم بمجموعة من الخصائص الجسدية والعقلية والنفسية والأخلاقية والاجتماعية المناسبة للتعامل مع الطفل وتربيته وتعليمه. (سليمان، عثمان، ٢٠١١، ص ١٧٠)

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، الذي يعتمد على جمع ووصف البيانات والمعلومات المتعلقة بالظاهرة موضوع الدراسة وهي مستوى الوعي الغذائي لدى طفل الروضة ودور المعلمة في تنميته، وتحليل تلك البيانات مع تقديم مجموعة من المقترحات لتعزيز الدور الذي تقوم به المعلمة في سبيل تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة.

أدوات الدراسة:

تعتمد الدراسة الحالية على "بطاقة الملاحظة" باعتبارها الأداة المناسبة لملاحظة السلوك الغذائي لدى الطفل داخل الروضة وخارجها؛ وبالتالي التعرف على دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة.

حدود الدراسة:

تقتصر حدود الدراسة الحالية على ما يلي:

- أ. الحدود الموضوعية: يتحدد موضوع البحث في دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة.
- ب. الحدود البشرية:

ت. الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة في ادارة المعادي وادارة حدائق المعادي (مدرسة المعادي التجريبي الرسميه للغات وحدائق المعادي التجريبي الرسميه للغات مدرسه الشهيد محمد ابو عبيده الرسميه للغات بذهراء المعادي)

ث. الحدود الزمانية: تم تطبيق أداة البحث في (فصل الدراسي الاول ٢٠١٨/ ٢٠١٩)

خطة الدراسة:

تسير الدراسة الحالية وفقاً للخطوات الآتية:

أولاً: الإطار العام للدراسة: يتضمن المقدمة، مشكلة الدراسة، الدراسات السابقة، أهداف الدراسة، أهمية الدراسة، منهج الدراسة وأدواتها، حدود الدراسة، خطة الدراسة.

ثانياً: الإطار النظري للدراسة: يتضمن ثلاثة محاور؛ الأول منها يدور حول مرحلة رياض الأطفال ويتضمن مفهومها وفلسفتها وأهدافها. والثاني منها يستعرض الوعي الغذائي ويتضمن مفهومه، وأبعاده، وأهدافه، وأهميته، ومراحل تكوينه. أما المحور الثالث فيتضمن معلمة رياض الأطفال ودورها في تنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال.

ثالثاً_ الدراسة الميدانية: وتشمل أهداف الدراسة الميدانية، ومجتمع الدراسة، وأدوات الدراسة، وحساب الخصائص السيكومترية للأدوات، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة.

رابعاً نتائج الدراسة الميدانية: وتتضمن دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة.

ثانياً_ الإطار النظري للدراسة:

المحور الأول: مرحلة رياض الأطفال

تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الفرد في حياته، فالإنسان يولد صفحة بيضاء وتتشكل شخصيته متأثرة بكل ما يحيط به وما يتعرض له من خبرات ومواقف خلال حياته لا سيما فترة طفولته التي يتسم فيها الطفل بقابلية أكبر للتعلم والتأثر بما حوله؛ فهي فترة النشاط والنمو العقلي الأكبر، كما أنها مرحلة الانطباعات والتجارب والخبرات الأولى في حياة الفرد التي تؤثر على الفرد وتترك بصمتها على جميع خبرات حياته القادمة؛ مما يؤكد على أهمية تلك المرحلة وخاصة الخمس سنوات الأولى من عمر الطفل؛ وبالتالي كانت الحاجة إلى الاهتمام بالتنشئة والتربية السليمة للطفل في كافة نواحي الحياة. (عبد الرؤوف، ٢٠٠٨، ص ٤٢)

أن الجسم السليم لابد له من غذاء صحي كامل التركيب والتكوين ، فالتغذية أمر مهم يمس حياة كل فرد في المجتمع ويؤثر في إنتاجية المجتمع ككل ، ولذلك فإن الاهتمام بالتغذية كعلم أخذ يتزايد في السنوات الأخيرة . (Maxine,E,1973)

وتعد مؤسسات رياض الأطفال أحد المؤسسات التربوية الاجتماعية التي تضطلع بمهمة إعداد الطفل ما بين عمر الثالثة والسادسة_ وتنشئته وتأهيله للالتحاق بالمرحلة الابتدائية حتى لا يشعر بالانتقال المفاجئ من البيت إلى المدرسة، وتستهدف تلك المرحلة اكتشاف قدرات الطفل وميوله وإمكاناته، وإكسابه عديد من المهارات والخبرات الجديدة وتكوين الاتجاهات السليمة تجاه العملية التعليمية، بالإضافة إلى غرس روح التعاون والمشاركة الإيجابية والاعتماد على النفس في الأطفال. (الشجراوي، ٢٠١٦، ص٤٦)

فلسفة رياض الأطفال:

يعتمد نظام رياض الأطفال في تحقيق أهدافه ووظائفه على عدة أسس تتمثل فيما يلي:

١. التعاون المشترك والتكامل بين الأسرة والروضة؛ فالروضة ليست بديلاً للأسرة ولكنها امتداد لها ومكماً لدورها في تنشئة الطفل وتربيته.
 ٢. مرحلة الطفولة المبكرة هي مرحلة نمو شامل تتضمن الجوانب الجسمية والعقلية والنفسية والانفعالية والاجتماعية والأخلاقية واللغوية والمعرفية.
 ٣. الفروق الفردية بين الأطفال هو أمر واقع؛ فكل طفل له شخصيته الفريدة وما تتضمنه من أوجه تميز وأوجه قصور، وكذلك له قدراته وخصائصه؛ مما يستوجب مراعاة البرامج التربوية لذلك التنوع وتحقيق أقصى استفادة ممكنة.
- الاهتمام بتقديم الخبرات المبكرة للطفل؛ مع مراعاة التوازن في تقديمها فلا تكون كثيرة ترهق الطفل وتتجاوز قدراته وخصائص مرحلته العمرية، ولا قليلة تهدر طاقته وإمكاناته، على أن تعتمد تلك الخبرات في تقديمها على كل من اللعب التربوي والحرية الموجهة وحب الاكتشاف والمبادرة من خلال استخدام الأساليب التربوية الصفية واللاصفية المتنوعة. (الشريف، ٢٠٠٨، ص٧٥)

أهداف التربية في رياض الأطفال:

ترتبط الأهداف التربوية لمرحلة رياض الأطفال بالأهداف التربوية العامة؛ فإذا كانت التربية بوجه عام تهدف إلى بناء المواطن الصالح القادر على النهوض بمجمعه، فإن التربية في مرحلة رياض الأطفال تهدف إلى تنمية شخصية الطفل من كافة النواحي بشكل عام، والتأهيل لمرحلة التعليم الابتدائي بشكل خاص، ويمكن تفصيل تلك الأهداف فيما يلي:

١. تنمية شخصية الطفل من كافة النواحي الجسمية والعقلية واللغوية والاجتماعية والحركية.

٢. إكساب الطفل مجموعة من المهارات والمفاهيم الخاصة باللغة العربية والرياضيات والعلوم والفنون والموسيقى والتربية الحركية والصحة العامة والنواحي الاجتماعية. مساعدة الطفل على التعبير اللغوي عما بداخله. (الحريري، ٢٠١٣، ص ٣٠٢)

٣. تلبية احتياجات ومطالب النمو الخاصة بتلك المرحلة العمرية، مع التركيز على الأمور الحيوية التي يهتم بها الأطفال في تلك المرحلة كاللعب المنظم.

٤. إكساب الطفل المهارات الاجتماعية وتشجيعه على الاندماج والتفاعل والتعاون مع أقرانه وداخل المجتمع الأكبر من خلال الأنشطة التعليمية المختلفة والتنويع ما بين العمل الفردي والعمل الجماعي، وتنمية احترامه لحقوق الغير والملكية الخاصة والعامة، بالإضافة إلى تنمية قدرته على حل المشكلات. (بدير، ٢٠٠٤، ص ١٦)

ويتضح مما سبق أن مرحلة رياض الأطفال تعد من أهم مراحل نمو الفرد وتنشئته اجتماعياً وتربوياً؛ فهي تهدف إلى تنمية كافة جوانب شخصية الطفل من خلال إكسابه الاتجاهات والمعارف والممارسات والمهارات الحياتية المختلفة، بالإضافة إلى إعداده للالتحاق بمرحلة التعليم الابتدائي بصفة خاصة ومواجهة كافة مواقف الحياة واتخاذ القرار السليم بصفة عامة؛ لذا كانت الحاجة ضرورية للاهتمام بتنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال؛ خاصة مع تأكيد الدراسات على أن السلوك الغذائي للفرد إنما يعتمد بشكل واضح على ما تعلمه من معارف وممارسات غذائية في صغره.

المحور الثاني: الوعي الغذائي

يمثل الوعي المحور الرئيسي لحياة الفرد والمجتمع؛ فهو الموجه لفكر الفرد وسلوكه، وهو نقطة الانطلاق لمن يرغب في تغيير فكر أو سلوك فرد ما؛ فالوعي هو نتاج التفاعل بين الفرد

والبيئة المحيطة؛ وبالتالي فهو ينعكس إما إيجاباً أو سلباً في تطور المجتمعات. ويتمثل مفهوم الوعي في مدى إدراك الفرد لأمر ما، وإلمامه بالقدر الكافي من الحقائق في كافة المجالات وعلى رأسها المجال الغذائي والصحي؛ فالوعي الغذائي من أهم الموضوعات الرئيسية التي بلغت أهمية قصوى في حياة الأفراد والمجتمعات على حد سواء (William P. Banks, 2009, p.157)؛ حيث أكدت الأبحاث على العلاقة الوثيقة بين الوعي الغذائي والالتزام بالعادات الغذائية السليمة من ناحية والتمتع بالصحة والقدرة على الإنتاج من ناحية أخرى والعكس صحيح، فعلى سبيل المثال أثبت الطب الحديث أن حوالي ٧٠% من حالات السرطان تعود إلى الغذاء غير السليم الذي يتناوله الفرد وقلة استهلاكه للفواكه والخضروات الطازجة واعتماده الكبير على الوجبات السريعة واللحوم المصنعة والأجبان المطبوخة، كما أن زيادة طهي الأطعمة النشوية بالقلي أو التحمير في الزيت تزيد من احتمالات إصابة متناولها بالسرطان، بالإضافة إلى خطورة مكسبات الطعم والرائحة واللون على حياة الأطفال، كما أن المواد الغذائية المعبأة تقل في قيمتها المناعية عن الغذاء الطبيعي أو الطازج، كل ذلك إلى جانب أن معظم الأفراد لا يستطيعون اختيار الغذاء الصحي المتوازن المناسب لاحتياجات أجسادهم؛ نظراً لجهلهم بما تحتويه الأطعمة المختلفة من عناصر غذائية. (محمد، ٢٠٠٣، ص ٤٢)

مفهوم الوعي الغذائي:

يشير الوعي في اللغة إلى كل من الحفظ والتقدير، والفهم وسلامة الإدراك، وشعور الكائن الحي بما في نفسه وما يحيط بالآخرين. (مجمع اللغة العربية، ١٩٩٨، ص ٦٧٥)

وتعود كلمة الوعي في اللغة الإنجليزية إلى الكلمة اللاتينية Conscientia التي تعني المعرفة المتعددة؛ مما يشير إلى أن الوعي ظاهرة متعددة الأوجه. (Darity, 2008, p.78)

كما أنها مشتقة من الأصل الأنجلوسكسوني Gewear والتي تعني العلم أو المعرفة بشيء ما؛ وعليه يرتبط الوعي باكتساب الطفل للمعلومات والمعارف والخبرات المتعلقة بقضية ما. (Vanechoutte,, 2000, p.437)

ويعرف الوعي بأنه الخطوة الأولى في تكوين الجوانب الوجدانية بما تتضمنه من ميول وقيم واتجاهات تجاه أمر ما، ويمثل الوعي أول درجة من التصنيف الوجداني إلا أنه غالباً ما يكون مشبعاً بالجانب المعرفي، ويقصد به إدراك الطفل لأشياء معينة في الموقف أو الظاهرة. (الديب، إكرام الجندي، ٢٠١٢، ص ١٢٣)

ويشير إلى انتباه الفرد لما يحيط به من ظواهر، ويتم ذلك الانتباه من خلال الحواس التي تعد الوسيلة الرئيسية في بناء توجهات الفرد؛ وبالتالي فإن تمتع الفرد بالوعي والانتباه والتفكير يمنحه القدرة على التحكم في سلوكياته وتوجيهها نحو المسار الصحيح بما يحقق أهدافه ويجعله قادراً على التكيف مع بيئته المحيطة.

(Scott., 2011, p.219)

وهو إدراك الفرد للمشكلات التي تواجه البشرية، وقيامه بالخطوات المناسبة لحلها؛ بهدف وضع أساس سليم من خلال اتخاذ القرارات الصحية السليمة. (سليم، ٢٠١٢، ص٢٣٥)

وينقسم الوعي ما بين الوعي الفطري الذي ما يتكون لدى الطفل نتيجة ما يكتسبه من خبرات خلال مواقف حياته اليومية ويكون مدفوعاً فيها بدوافع فطرية غالباً، والوعي العقلي القائم على الفهم والإقناع والتمييز، ويختلف ذلك النوع عن النوع الأول في أنه لا يمكن الوصول إليه إلا عن طريق جهد مخطط ومقصود لإكساب الطفل قدرًا من الثقافة العامة والخاصة. (وزارة التربية والتعليم، ١٩٩٩، ص١٣)

وفي ضوء ما سبق يمكن تعريف الوعي بأنه إدراك الطفل _القائم على الشعور والمعرفة_ للحقائق والمعلومات المتعلقة بأمر ما؛ بما يساعد في اتخاذ قرارات معينة وسلوكيات محددة تجاه قضية بعينها.

وتشير التغذية إلى مجموعة من العمليات التي يحصل من خلالها الطفل على المواد الغذائية اللازمة لبناء أنسجة الجسم وتعويض الأنسجة التالفة منها، وتوليد الطاقة، وأداء العمليات الحيوية والوظائف العقلية الذهنية وكافة الأنشطة التي تساعده على النمو. (السيد، ١٩٩٤، ص٢٧)

أما الوعي الغذائي فقد تعددت التعريفات التي تدل عليه في الأدب التربوي؛ فهناك من يرى أنه مجموعة من الآراء والأفكار والمشاعر والتقاليد الغذائية التي يلتزم بها الأطفال، والتي تعبر عن إدراكهم لأهمية الغذاء السليم، وتعكس مدى استعدادهم للالتزام بالعادات الصحية والغذائية السليمة والرغبة الدائمة في الحفاظ على صحة أجسادهم وعقولهم. (أحمد، ٢٠٠٦، ص١٨٩)

وهناك من يصفه بأنه مدى معرفة الطفل بالعناصر الغذائية، وأهمية كل عنصر، وكيفية الاستفادة منه والمحافظة عليه أثناء عمليات الطهي، وكذلك التوصيات الغذائية من العناصر وطرق التخطيط للوجبات الغذائية من أجل الاستفادة منها في تناول طعام صحي متوازن غذائياً

والوقاية من الأمراض ومما سيظهر تأثيره على الصحة العامة والإقبال على العمل بكفاءة، ولنشر الوعي الغذائي السليم وتصحيح العادات والسلوكيات الغذائية غير الصحيحة للأطفال يجب أن يبدأ منذ الصغر في المراحل الأولى في المدارس وتزداد الجرعة حتى مرحلة التعليم الجامعي. (سعيد، ٢٠٠٧، ص ٢٩)

وهو إدراك الطفل ومعرفته بأهمية الغذاء الصحي والتغذية السليمة، وأنه ليس مهماً ملئ المعدة بالطعام، أو قلة الطعام أو كثرتة، أو ارتفاع ثمن الطعام أو انخفاضه؛ بل المهم في ذلك هو القيمة الغذائية للطعام ومدى احتوائه على العناصر الغذائية الضرورية للجسم، وقدرة الطفل على اختيار طعامه بطريقة سليمة وحفظه من التلوث والتميز بين الطعام السليم والفاقد وعدم الإسراف في تناول الغذاء، واتباع السلوكيات والعادات الغذائية السليمة.

(محمد، ٢٠٠٣، ص ٥٢)

كما يشير إلى المعرفة واكتساب وفهم المعلومات الغذائية، والقدرة على توظيفها وتطبيقها في الحياة اليومية بصورة مستمرة تكسبها شكل العادة، وذلك في حدود الإمكانيات المادية المتاحة. (علي صبحي حمائل، ١٩٩٩، ص ١١)

وهو تنمية وعي الأطفال بأهمية التغذية الصحيحة وتفهم مبادئها الأساسية التي تشكل وحدة متكاملة يتم بدراستها تحقيق الأهداف العامة للتربية الغذائية.

(نصر الدين، صليحة، ٢٠١٦، ص ١١٦)

ومما سبق يرى الباحث أن الوعي الغذائي يتمثل في إلمام الطفل بمجموعة من المعارف والمهارات والاتجاهات المتعلقة بأهمية الغذاء وأسس التغذية السليمة ومدى احتواء الغذاء على العناصر الغذائية الضرورية للجسم وأهمية التخطيط لتناول وجبات متكاملة؛ بهدف التمتع بصحة أفضل والوقاية من كافة الأمراض المرتبطة بسوء التغذية.

أهداف الوعي الغذائي:

يتميز الوعي الغذائي بما له من دور هام في مراحل نمو الإنسان خاصة مرحلة الطفولة التي تعد من أكثر المراحل أهمية في تحديد شخصية الإنسان وتكوينه وبناء عقله وجسمه، ويستهدف الوعي الغذائي ما يلي:

١. النهوض بالمستوى الغذائي للأفراد والجماعات من خلال نشر المعلومات الغذائية والصحية السوية بهدف مكافحة مشكلات سوء التغذية بين كافة أفراد المجتمع لا سيما الأطفال.

٢. تشجيع تبني عادات غذائية سليمة للوقاية من الأمراض ومشكلات سوء التغذية.

٣. إكساب الطفل مهارات حياتية أساسية تهدف إلى تعزيز الأنماط الغذائية السليمة في سياق اجتماعي واقتصادي محدد.

٤. رفع المستوى الصحي للأطفال من خلال دراسة الحالة الغذائية لهم، وتحديد مشكلات التغذية السائدة، ومحاولة إيجاد حلول لها.

٥. توفير المعلومات التي تساعد كل من الطفل والأسرة على شراء وتكوين الأغذية التي تشبع احتياجاتهم الغذائية المطلوبة. (أحمد، ٢٠١١، ص ٦١)

٦. القضاء على العادات الغذائية الخاطئة والمعتقدات القديمة التي تؤثر سلباً على صحة الطفل والمجتمع.

٧. تعليم الأطفال أن الطعام ليس وسيلة للإشباع فقط؛ ولكنه وسيلة لإمداد الجسم بما يحتاجه للشعور بالطاقة والقدرة على بذل المجهود والنشاط اليومي؛ لذا ينبغي التأني في اختيار عناصر الوجبة الغذائية.

٨. تعليم الطفل كيفية الاستفادة من المواد الغذائية المختلفة الموجودة في متناول يده مهما بلغت قيمتها المادية، وتعليمه وظائف المواد الغذائية وكيفية تصميم وجبات غذائية متكاملة ومتوازنة ومناسبة للاحتياجات الغذائية لكل مرحلة عمرية.

٩. تعليم الطفل التغذية السليمة في حالات الصحة والمرض، وأن التغذية السليمة تعد عاملاً هاماً في الوقاية من الأمراض وكذلك الشفاء منها.

١٠. إرشاد الطفل إلى الطرق والأساليب التي يستخدمها بهدف تقييم حالته الصحية والغذائية.

(صبحي، ٢٠٠٣، ص ١١٤)

وبناءً عليه فإنه من الضروري أن يكتسب الطفل مجموعة من المعلومات المتعلقة بأهمية الغذاء السليم ومدى حاجة كل من الجسم والعقل معاً إلى تبني الفرد أنماطاً وعادات غذائية سليمة، بالإضافة إلى تعزيز قدرته على تطبيق تلك المعلومات وتوظيفها في حياته اليومية باستمرار، وإكسابها صفة العادة التي توجه الطفل نحو اختيار وجبات غذائية صحية متكاملة في حدود إمكانياته المادية. (Schlitz, 2010, p.22)

أهمية الوعي الغذائي:

يبدأ تكوين العادات الغذائية منذ الطفولة ، ويتأثر الطفل بالنواحي الاجتماعية والمعتقدات التي ينشأ في ظلها ويظل تحت هذا التأثير حتى سن البلوغ ، فتصبح العادات الغذائية ثابتة يصعب تعديلها ، ولهذا كان الاهتمام بنشر الوعي الغذائي من الأمور الهامة ، خاصة ان الكثير من المعتقدات المتصلة بالنواحي الغذائية لا تقوم على أساس علمي سليم ومعظمها معتقدات خاطئة.

(King,M,1980)

يكتسب الوعي الغذائي أهميته بصفة عامة من أهمية كل من الصحة والغذاء؛ فالصحة تمثل مفهوماً عريضاً يتضمن الصحة العقلية والنفسية بجانب الصحة الجسدية، ويتوقف تمتع الطفل بالصحة على عدة أمور منها التغذية السليمة المناسبة لمراحل نمو الطفل، والالتزام بعادات غذائية سليمة، والإلمام بالمعلومات المتعلقة بحقائق المرض وطرق علاجه والوقاية منه (الجمال، ٢٠٠٤، ص ٣١)، أما الغذاء فتعود أهميته إلى مدى احتوائه على العناصر الغذائية اللازمة لإشباع احتياجات الجسم وبناءه وتجديد خلاياه، ووقايته من الأمراض، وفي هذا الصدد تجدر الإشارة إلى أن نوعية الغذاء أهم كثيراً من كميته؛ فالغذاء السليم هو الذي يتضمن توازناً بين عناصره الغذائية؛ حيث تتراوح نسبة المواد البروتينية فيه من ١٠ إلى ١٥%، والمواد النشوية من ٥٥ إلى ٦٥%، والدهون من ٣٠ إلى ٣٥%، بالإضافة إلى الفيتامينات والمعادن والألياف والماء؛ حتى يتم التفاعل الكيميائي السليم داخل الجسم ليمده بكافة ما يحتاجه لبناء وتجديد خلاياه ومقاومته للأمراض؛ وبالتالي الحفاظ على صحته، ولن يتحقق ذلك إلا من خلال الوعي الغذائي لدى الطفل.

(إبراهيم، ٢٠٠٠، ص ١٧)

كما يمكن الإشارة إلى بعض الآثار الإيجابية المترتبة على وجود الوعي الغذائي لدى الأطفال كما يلي:

١. إكتساب الطفل لأساسيات التغذية السليمة في الصحة والمرض، وأن التغذية لها دوراً هاماً في الوقاية من الأمراض، وحتى الشفاء من عديد من الأمراض مثل السكري وضغط الدم وأمراض القلب والكلى والكبد وكذلك السرطان.
٢. تغيير المفاهيم الغذائية الخاطئة السائدة لدى المجتمع؛ وبالتالي نجاح المشروعات الصحية والغذائية من خلال تفهم الأطفال لأهدافها وكسب تقنهم ومشاركتهم فيها.
٣. ترشيد استهلاك الغذاء. (عبد العزيز، صالح، ٢٠١٠، ص ١٢)

٤. رفع المستوى الصحي والغذائي للأطفال المجتمع؛ مما يؤدي إلى زيادة الإنتاج وقلّة الإنفاق العلاجي؛ فهناك علاقة وثيقة بين الغذاء الجيد والنمو السليم وتمتع الطفل بالصحة والإنتاجية.

٥. معرفة الأطفال بوظائف العناصر الغذائية، وكيفية تنفيذ الوجبات المتكاملة والمتوازنة والمناسبة لاحتياجاتهم الغذائية وفي ضوء إمكانياتهم المادية أيضاً.

(فخرو، ٢٠٠٣، ص١٢)

وقد أشارت الدراسات إلى أن الحاجة إلى تنمية الوعي الغذائي في الوقت الحاضر قد أصبحت ضرورة ملحة لعدة أسباب منها ما يلي:

١. انتشار عديد من السلوكيات والعادات الغذائية الخاطئة بين الطلبة داخل المدارس خاصة الأطفال منهم.

٢. التناقض بين المعارف والمعلومات الغذائية التي تقدمها القنوات المرئية والمسموعة والمقروءة لوسائل الإعلام.

٣. انتشار عديد من أمراض السمنة والسكر والقلب والسرطان بين الأطفال وهي ناتجة في المقام الأول عن الأنماط الخاطئة للتغذية؛ فالإصابة بالمرض هي محصلة نقص الوعي الغذائي لدى الأطفال. (المرسي، ٢٠١٥، ص١٩)

ويتضح مما سبق أن لنشر الوعي الغذائي وتعزيزه أهمية كبرى تتمثل في كونه يتضمن تعزيز إدراك الطفل لأهمية الغذاء الصحي السليم، وأهمية الحفاظ على صحة الجسد والعقل معاً؛ وبالتالي الشعور الإيجابي من الطفل تجاه العادات الغذائية السليمة، ويتجلى هذا الشعور في سلوك الطفل الغذائي الذي ينعكس على كافة سلوكيات حياته، بالإضافة إلى أن الوعي الغذائي للطفل يشكل حاجزاً مناعياً لديه ضد ما يسود العصر الحالي من سرعة لحقت بكافة المجالات الحياتية وعلى رأسها المجال الغذائي؛ فانتشرت الوجبات السريعة وارتفعت معدلات اتباع العادات الغذائية الخاطئة نظراً لضيق الوقت؛ مما يضمن تربية أطفال أصحاء قادرين على النهوض بالمجتمع في شتى المجالات.

أبعاد الوعي الغذائي:

يعد الوعي الغذائي من أهم نواتج عملية التعلم والتنشئة بكافة أبعادها والتي تُشكل شخصية الطفل وسلوكه الغذائي، ويمكن تصنيف أبعاد الوعي الغذائي كما يلي:

١. الوعي المعرفي: يتمثل في الوعي المقصود الذي يتطلب وجود علاقة عقلية بين الطفل وقضايا الغذاء الصحي، بما تتضمنه تلك العلاقة من إلمام الطفل بالمعلومات المتعلقة بتلك القضايا.

٢. الوعي الانفعالي: ويرتبط هذا الجانب من الوعي الغذائي بمجموعة متنوعة من المشاعر التي يجرها الطفل داخل البيئة والتي تتعلق بقضايا الغذاء السليم والعادات الغذائية المتبعة.

٣. الوعي السلوكي: يتضمن قدرة الطفل على وعيه بسلوكه والتحكم فيه وتوجيهه نحو الالتزام بالعادات الغذائية التي تحقق صحة الجسد والعقل معاً، وبالتالي فإن قيام الطفل بأي سلوك غذائي سليم يكن بوعي مقصود.

(Darity, 2008, p.78)

وينفق معه (سعيد، ٢٠٠٣) في أن الوعي الغذائي يتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية تتمثل في البعد المعرفي، والوجداني، والتطبيقي؛ إذ يتمثل الجانب المعرفي في توافر المعلومات العلمية بشأن موضوعات الغذاء الصحي والعادات الغذائية السليمة ومدى حاجة الطفل لها وتأثيرها على صحته، أما الجانب الوجداني فيتمثل في تكوين الميول والاتجاهات الإيجابية نحو الموضوعات المتعلقة بالتغذية السليمة واتباع العادات الغذائية الصحية، بينما يتمثل الجانب التطبيقي في استجابة الطفل للمواقف الحياتية المتعلقة بالتغذية بشكل إيجابي من خلال اتخاذ القرارات الغذائية المناسبة في ضوء ما يعلمه من أسس للتغذية السليمة وما يستشعره من ميل إيجابي نحو تلك الأسس والقواعد والالتزام بها في كافة مواقف حياته، وإذا اكتملت هذه الجوانب الثلاثة لدى الفرد؛ يمكن القول بأنه لديه وعياً غذائياً. (أحمد، ٢٠٠٣، ص ١٤)

ويتضح مما سبق أن الوعي الغذائي يبدأ من خلال إلمام الطفل بالحقائق والمعلومات المتعلقة بالأنماط والعادات الغذائية السليمة وأهميتها في الحفاظ على صحة الجسد والعقل والمجتمع بأكمله؛ ثم تبدأ تلك المعرفة في توليد شعوراً عميقاً لدى الطفل بأهمية اتباع تلك العادات السليمة؛ ثم يترجم ذلك الشعور في صورة سلوكيات حقيقية تصدر عن الطفل في المواقف الغذائية المختلفة، كما يتضح أن تلك الجوانب هي جوانب مترابطة ومتتالية لا يمكن فصل أحدها عن الآخر؛ إذ أنها تتكامل معاً لتعزيز الوعي الغذائي لدى الطفل.

مراحل تكون الوعي الغذائي:

يمر الوعي الغذائي بمرحلتين أساسيتين متتابعتين تتمثلان فيما يلي:

-
١. المرحلة الانفعالية: تتضمن إدراك الطفل المباشر لذاته وأحواله وأفعاله وكذلك المواقف والظواهر والأحداث المحيطة به.
 ٢. المرحلة المعرفية: وتتضمن الجانب العقلي أو المعرفي الذي يتضمن المعرفة واكتساب المعلومات. (دافيدوف، ١٩٨٣، ص ٩٦)

كما يمكن الإشارة إلى مراحل تكون الوعي الغذائي بشكل أكثر تفصيلاً كما يلي:

١. مرحلة جذب الانتباه: تتمثل في جذب انتباه الطفل تجاه عادة أو قيمة غذائية محددة، من خلال استخدام كافة الأساليب التي لها دور في إيقاظ شعور الطفل بتلك القيمة.
 ٢. مرحلة التقبل: تتضمن ميل الطفل لتلك القيمة وتفضيله لها وسعيه ورئتها.
 ٣. مرحلة الالتزام: تتمثل في قناعة الطفل بتلك القيمة والتزامه بها وبحثه عن الأطفال الملتزمين بها.
 ٤. مرحلة التنظيم: تتضمن قيام الطفل بترتيب القيم وتنظيمها في شكل محدد يوضح العلاقات المتبادلة فيما بينها.
 ٥. مرحلة التجلي: تتمثل في ظهور تلك القيمة في سلوك الطفل وتميزه بها، بالإضافة إلى سعيه نحو نشر تلك القيمة بين كافة أفراد المجتمع. (بلوم، ١٤٠٥ هـ، ص ٩٥)
- وقد أشار عديد من الباحثين إلى أن تكوين الوعي الغذائي لدى الأطفال لا بد وأن يمر بخمس مراحل أساسية يمكن إيجازها فيما يلي:

١. المرحلة التمهيديّة: تتضمن تحديد واضح ودقيق لما يتوافر لدى الأطفال من مفاهيم ومعلومات وسلوكيات غذائية، ويتم ذلك من خلال التعامل المباشر مع الطفل في اللقاءات والمناقشات والرحلات والزيارات الميدانية والأنشطة وعرض الأفلام والقصص والملصقات المتعلقة بالجوانب الغذائية.
٢. مرحلة التكوين: تتمثل في تحديد الاتجاهات والاهتمامات المتعلقة بالجوانب الغذائية لدى الطفل واستثمارها في تقديم خبرات غذائية جديدة تعزز من وعيهم الغذائي، ويتم ذلك عبر عديد من الأساليب منها لعب الأدوار والحوار والمحاكاة والعصف الذهني والمسرح والألعاب التعليمية.
٣. مرحلة التطبيق: تتضمن إتاحة المواقف أمام الطفل لتطبيق ما سبق تعلمه؛ بهدف التأكد من استمرارية هذا التعلم والقدرة على توظيفه في المواقف الحياتية المختلفة.

٤ . مرحلة التثبيت: من خلال الأنشطة الإثرائية التي تستهدف تعمق الطفل فيما سبق تعلمه من مفاهيم وسلوكيات غذائية، ويتم ذلك في ضوء احتياجات الأطفال وميولهم.

٥ . مرحلة المتابعة: تتضمن تهيئة المواقف التي يمارس فيها الطفل ما تعلمه مسبقاً لتدعيمه، مع التأكيد على أن ما سبق تعلمه ذا قيمة حياتية هامة ويمثل دعماً لخبراته التي مر بها وتعلم منها وما نتج عنها من وعي غذائي راسخ في نفس الطفل.

(الشوجري، ٢٠١٦، ص ١٥٠)

ويتضح مما سبق أن الوعي الغذائي لا بد أن يمر بمجموعة من المراحل الرئيسية أولها مرحلة المعرفة من خلال التعرف على أهمية الغذاء الصحي وضرورة الحفاظ على صحة الجسد والعقل من خلال الالتزام بالأنماط والعادات الغذائية السليمة، ثم مرحلة الانفعال وتتضمن ميل الطفل إيجابياً نحو الالتزام بتلك العادات السليمة وتفضيله لها دون غيرها، وأخيراً مرحلة السلوك التي يترجم فيها التزام الطفل بتلك العادات السليمة في صورة سلوكيات غذائية سليمة تميزه عن غيره من الأفراد.

المحور الثالث: دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة

في ضوء ما أشارت إليه الإحصائيات والدراسات بشأن انتشار عديد من أمراض ومشكلات سوء التغذية بين طلبة المدارس _ تلك الفئة التي تمثل نسبة لا يستهان بها في المجتمع_ فإننا نجد أنفسنا في حاجة ماسة إلى نشر الوعي الغذائي لديهم لا سيما الأطفال منهم، خاصة وأن أطفال الروضة يظهرون شوقاً فطرياً كبيراً نحو التعلم كما يمكنهم الاستمرار في تطوير قدراتهم على تكوين السلوكيات الغذائية الصحيحة والتحكم بها من خلال إرشاد واع ودعم حقيقي من قبل الكبار. (أبو قديس، ٢٠١١، ص ١٤٧)

ونظراً لتعدد الحياة لم تعد الأسرة وحدها هي المسؤولة عن تربية الطفل؛ إذ تشترك معها كافة مؤسسات المجتمع وعلى رأسها المؤسسات التربوية كثاني مؤسسات التنشئة الاجتماعية بعد الأسرة؛ وعليه فإنه يمكن أن نعهد بمهمة تنقيف الطفل ورفع مستوى وعيه الغذائي إلى المعلم.

(محمد، ٢٠٠٣، ص ٤٩)

فالمعلم يمثل الأساس الذي لا يستقيم بدونه النظام التعليمي مهما توفرت الموارد والإمكانات، وهو سيد الموقف التعليمي والمفتاح الرئيسي للعملية التربوية، فهو القدوة والنموذج الذي يحتذى به الطفل في قولاً وفعلاً، وهو الشخص الواعي المتخصص المدرك لاحتياجات

الطفولة ومتطلباتها، بالإضافة إلى دوره الذي لا يستهان به في توفير المناخ الملائم لعملية التعلم، وإكساب الطفل المهارات والمعارف والخبرات المتنوعة، وتنمية شخصيته ومساعدته على تحقيق التكيف والتوافق الشخصي والاجتماعي. (ربيع، ٢٠١٥، ص ٢٧)

ومن هنا يتضح دور المعلمة في تحسين الحالة الغذائية والصحية لأطفالها؛ فهي تتفاعل معهم وتهذب شخصياتهم وتصلح خبراتهم وتدعمهم بمزيد من المعارف والمفاهيم والاتجاهات والعادات الغذائية السليمة، وتعديل من ممارساتهم وسلوكياتهم الغذائية الخاطئة؛ مما يحقق لهم النمو الشامل والمتكامل في كافة نواحي الحياة. (أحمد، ٢٠٠٥، ص ٧٣)

وقد أشارت الأدبيات إلى مجموعة من المهارات الأدائية التي ينبغي أن تتحلى بها معلمة الروضة، والتي تسهم بشكل فعال في أدائها لدورها في تنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال، ومنها ما يلي:

١. مهارات غرس العادات والاتجاهات الغذائية السليمة في نفوس الأطفال، بالإضافة إلى دعم السلوك الغذائي السليم، وكذلك ثقة الطفل بنفسه وبقدرته على التطوير والتغيير.
٢. مهارات تنمية الثقافة الغذائية وتعميق ثقافة تحسين النمط الصحي والغذائي لدى الأطفال.
٣. مهارات اختيار المشكلات الغذائية الملائمة للنقاش مع الأطفال، وإدارة النقاش.
٤. مهارة تنمية التفكير الناقد وأسلوب حل المشكلات الغذائية لدى الأطفال.
- (السيد، ٢٠٠٨، ص ١٠٩١)
٥. مهارة صياغة الأهداف التربوية الغذائية بشكل واضح يمكن قياسه.
٦. مهارات تهيئة الطفل جسدياً ونفسياً وعقلياً لتلقي المعارف والمفاهيم والاتجاهات الغذائية السليمة وقبولها، والمشاركة في الحوار وتوجيه الأسئلة المتعلقة بتلك المعارف، وتعزيز دافعيته ورغبته في دراسة مزيد من الموضوعات والقضايا الغذائية.
٧. مهارة الشرح وتقديم المعلومات الغذائية للطفل بشكل مبسط ومتسلسل ومتوازن وجذاب.
- (فهيم، ٢٠٠٤، ص ١٨)

وفي ضوء ما سبق يمكن الإشارة إلى بعض المسؤوليات التي تتعهد معلمة الروضة بأدائها تجاه أطفالها في سبيل تنمية الوعي الغذائي لديهم كما يلي:

١. تقديم القدوة الحسنة من قبل المعلمة من خلال سلوكياتها وعاداتها وممارساتها الغذائية السليمة. (عبيد، ١٩٩٧، ص ٢٥)

-
٢. إكساب الأطفال معلومات مبسطة عن الصحة والغذاء الصحي، وتشجيعهم على اتباع العادات الغذائية السليمة المرغوب فيها.
 ٣. تنمية خبرات الأطفال التربوية والاجتماعية والاقتصادية في مجال الغذاء والوعي الغذائي، مع تعليمهم العلاقة بين التغذية الجيدة وصحة الجسم ونموه وقدرته على العمل ونضارة البشرة وطول العمر.
 ٤. تعليم الأطفال أنواع المواد الغذائية ووظائفها، وكيفية تصميم وجبة غذائية متكاملة وصحية ومتناسبة مع خصائص نموهم العمري والعقلي، بالإضافة إلى كيفية إعداد الطعام بطريقة تحفظ عناصره الغذائية المرغوبة.
 ٥. مراعاة الناحية المادية للأطفال ومساعدتهم في الحصول على احتياجاتهم الغذائية من خلال بديلات الأطعمة، فكل عنصر غذائي مطلوب لصحة الطفل ونموه يتواجد في الأطعمة منخفضة الثمن كما هو متوافر في الأطعمة مرتفعة الثمن.
 ٦. تعليم التلاميذ التغذية الصحية في الصحة والمرض، وكذلك إكسابهم القيمة العملية لتعزيز الأغذية الشعبية للقضاء على عديد من مشكلات سوء التغذية، كتعزيز الخبز الأسمر بالفيتامينات والأملاح المعدنية كالحديد والكالسيوم واليود.
- (أحمد، ٢٠١١، ص ٦٠)

- وفي سبيل أداء معلمة الروضة لتلك المهام السابقة؛ فإنه يتعين عليها الالتزام بمجموعة من الخطوات أو الإجراءات المتتالية التي تتمثل فيما يلي:
١. إجراء المسح الغذائي للأطفال للتعرف على مشكلاتهم الغذائية، ويتم ذلك باستخدام أدوات عديدة لجمع البيانات منها الاستبانة، وبطاقة الملاحظة، والمقابلة الشخصية.
 ٢. تحديد الأهداف المرغوب تحقيقها لتحسين الحالة الغذائية للأطفال، ومعالجة مشكلاتهم الغذائية، مع مراعاة صياغة تلك الأهداف بوضوح وبساطة للتمكن من قياسها بسهولة.
 ٣. تحديد الإجراءات المناسبة لتوعية الأطفال غذائياً، ومنها تدريب الأطفال على استبدال عاداتهم وممارساتهم الغذائية الخاطئة بتلك العادات السليمة، وتشجيعهم نحو المشاركة في الأنشطة الغذائية المختلفة، ويتم اختيار الإجراء المناسب لعمر الطفل ونضجه.
 ٤. استخدام الطرق الملائمة لميول الأطفال، مع التنوع فيها لتحقيق الإثارة وتثبيت الفكرة في أذهان الأطفال، والتي منها الوسائل البصرية والسمعية، والقصص، والمسابقات.

-
٥. تجانس المعلومات الغذائية المقدمة للطفل مع الأهداف الموضوعية مسبقاً، واستثمار المواقف والاحتفالات والرحلات وربطها مع دروس التغذية السليمة.
٦. تقييم وتقويم ما اكتسبه الطفل من معارف ومهارات وممارسات واتجاهات غذائية سليمة، على أن يتم ذلك في ضوء الأهداف المحددة مسبقاً.
- (أحمد، ٢٠٠٥، ص٧٣)

كما يمكن الإشارة إلى مجموعة من الأساليب التي يمكن للمعلمة الاستعانة بها من أجل تنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال، والتي من أهمها ما يلي:

١. المناقشة والحوار: تمثل أسلوباً هاماً في عملية التعلم، يتيح للمعلمة تقييم عملية التعلم وتصحيح المفاهيم الغذائية الخاطئة، كما يتيح للأطفال ربط المعلومات الغذائية المقدمة لهم بما لديهم من معلومات وخبرات غذائية سابقة.
٢. التشاور: يمثل وسيلة مفيدة لمساعدة الأطفال وأسرهم على التفكير في مشكلاتهم الغذائية، وتفهم الأسباب التي أدت إلى حدوثها، وبعد التشاور جزءاً هاماً من علاج الأطفال التي تعاني من بعض مشكلات سوء التغذية.
٣. دراسة الحالة: تتمثل في سرد مواقف أو أمثلة واقعية حية وواضحة على الأطفال؛ بهدف تشجيعهم على التفكير وإيجاد الحلول الممكنة.
٤. الصحف والمجلات: تعد وسيلة مناسبة لإكساب الأفراد المعلومات الغذائية بشكل مفصل، كما أنها تتيح الفرصة للتفاعل عن طريق المسابقات التغذوية.
٥. الوسائل السمعية والبصرية (كالتلفاز والراديو وغيرها): ويستخدم هذا الأسلوب لتركيز انتباه الأطفال على اتجاهات أو خبرات معينة تتعلق بالمحتوى المقدم لهم.
٦. الألعاب التعليمية: تستخدم لتقديم معلومات وممارسات غذائية سليمة من خلال مشاركة الأطفال وتسليتهم، كما يمكن ابتكار ألعاب جديدة في ضوء ميول الأطفال واتجاهاتهم.
٧. القصص: سواء كانت حقيقية أو خيالية، وتعتمد عليها المعلمة لتوضيح العادات والمعلومات الغذائية الصحيحة للطفل، كما أنها قد تسرد مشكلة غذائية معينة وتطلب من الأطفال اقتراح الحلول لها.
٨. الكتيبات والنشرات: تحتوى على صور وإيضاحات ومعلومات غذائية هامة تساعد على بلورة الفكرة المراد إيصالها، ويمكن استخدام الألوان فيها لجذب النظر.

(عبيد، ١٩٩٧، ص٨٠)

ويتضح مما سبق التكامل بين دور الأسرة والروضة في تنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال؛ فالمعلمة لها دوراً مكملاً لدور الأم في تثقيف الطفل غذائياً، وإكسابه المعارف والمفاهيم والاتجاهات والممارسات الغذائية الصحيحة، وتشجيعه على تبني العادات والسلوكيات الغذائية السليمة بدلاً من الخاطئة، بالإضافة إلى تنمية قدرته على التفكير الناقد فيما يعرض عليه من قضايا تتعلق بالغذاء، وكذلك قدرته على اكتشاف المشكلات الغذائية وإيجاد الحلول لها؛ مستخدمة في ذلك مجموعة من الأساليب والطرق التربوية الملائمة لطبيعة الموقف التربوي وخصائص الأطفال وميولهم واتجاهاتهم؛ بما يضمن تنمية الوعي الغذائي لديهم؛ الأمر الذي ينعكس بالإيجاب على صحة الفرد وقدرته على العمل والإنتاجية والنهوض بمجتمعه، وهذا هو ما تصبو إلى تحقيقه المجتمعات المتقدمة.

ثالثاً: الدراسة الميدانية

١. حساب صدق الاستبانة : للتأكد من صدق الاستبانة استخدم الباحث أنواع الصدق التالية:

أ. **الصدق الظاهري** : ويقصد بالصدق الظاهري مدى مناسبة الاستبانة ظاهرياً للغرض التي وضعت من أجله ، من خلال الفحص المبدئي لمحتوى الاستبانة (١)، وقد راع الباحث ما يلي :

(١) وضوح تعليمات الاستبانة .

(٢) صلاحية العبارات التي تهدف الاستبانة لقياسها .

(٣) إمكانية طبع الاستبانة وتطبيقها وتصحيحها وتفسير نتائجها بسهولة ويسر .

ب. **صدق المحكمين** : حيث عرض الباحث الاستبانة على مجموعة من المحكمين المتخصصين (٢) من أساتذة رياض الأطفال والمناهج وطرق التدريس وعلم النفس، بهدف التأكد من صدقها ، وقد أشار السادة المحكمين إلى بعض الملاحظات والتي قد تم تعديلها في ضوء آرائهم والتي كان من أهمها تعديل بعض الصياغات ، هذا وقد اتفق المحكمون على أن عبارات الاستبانة مناسبة لقياس ما وضعت لقياسه (دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لأطفال الروضة) ، هذا وقد استتبقت الباحث على العبارات التي اتفق على صلاحيتها السادة المحكمين بنسبة ٨٠% فأكثر وفيما يلي جدول (١) يوضح نسب اتفاق المحكمين على عبارات الاستبانة :

١ - على ماهر خطاب (٢٠٠٧) : مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، ص ٣٠٤ .
٢ - ملحق () : قائمة المحكمين .

جدول (١) نسب الاتفاق بين المحكمين على استبانة دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي
لاطفال الروضة (ملحوظة :عدد المحكمين على تلك الاستبانة ١٠ محكمين)

النسبة المئوية للموافقة	الاتفاق بين المحكمين		عبارات الاستبانة	م
	غير موافق	موافق		
%٩٠	١	٩	تساعد المعلم الطفل في إدراك عادات الغذاء السليمة	١
%١٠٠	٠	٠	تكسب المعلمة الأطفال معلومات مبسطة عن الصحة والغذاء الصحي	٢
%٩٠	١	٩	تعلم المعلمة الأطفال أنواع المواد الغذائية ووظائفها	٣
%٨٠	٢	٨	تعرف المعلم الأطفال طرق الحصول على احتياجاتهم الغذائية من خلال بديلات الأطعمة	٤
%٩٠	١	٩	تعليم التلاميذ التغذية الصحية في الصحة والمرض	٥
%١٠٠	٠	٠	إكسابهم القيمة العملية لتعزيز الأغذية الشعبية للقضاء على العديد من مشكلات سوء التغذية	٦
%١٠٠	٠	٠	إجراء المسح الغذائي للأطفال للتعرف على مشكلاتهم الغذائية	٧
%٩٠	١	٩	تساعد المعلمة الأطفال في معالجة مشكلاتهم الغذائية	٨
%٨٠	٢	٨	تقوم المعلمة بتوعية الأطفال غذائياً	٩
%١٠٠	٠	٠	تشرك الطفل في الأنشطة الغذائية المختلفة	١٠
%٩٠	١	٩	تعمل المعلمة علي تجانس المعلومات الغذائية المقدمة للطفل مع الأهداف الموضوعية مسبقاً	١١
%١٠٠	٠	١	التأكيد علي تناول وجبة الإفطار	١٢

النسبة المئوية للموافقة	الاتفاق بين المحكمين		عبارات الاستبانة	م
	غير موافق	موافق		
		٠	وأهميتها له	
%٩٠	١	٩	حث الطفل علي التخلص من المناديل الورقية بعد استخدامها	١٣
%١٠٠	٠	٠	تنبيه الطفل لأضرار المشروبات الغازية وخطورتها علي الصحة	١٤
%٩٠	١	٩	تعريف الطفل بأهمية تناول الخضروات والفاكهة	١٥
%٨٠	٢	٨	تعلم الطفل تصميم وجبة غذائية متكاملة وصحية	١٦
%١٠٠	٠	٠	إعداد الطعام بطريقة تحفظ عناصره الغذائية المرغوبة	١٧
%٩٠	١	٩	استبدال عاداتهم وممارساتهم الغذائية الخاطئة بتلك العادات السليمة	١٨
%١٠٠	٠	٠	تربي الطفل علي غسل اليدين قبل الأكل وبعده	١٩
%٨٠	٢	٨	تعلم الطفل تغطية الأكل والمحافظة عليه من الحشرات	٢٠
%١٠٠	٠	٠	تكسب الطفل روح التعاون في إعداد الطعام	٢١
%١٠٠	٠	٠	تنمي في الأطفال اختيار الأطعمة الجيدة	٢٢
%٩٠	١	٩	تنفر الطفل في أكل الباعة الجائلين	٢٣
%٨٠	٢	٨	تعلم الأطفال الأكل باليد اليمنى	٢٤
%١٠٠	٠	٠	تعلم الأطفال تنظيف مكان الأكل قبل وبعد الأكل	٢٥
%٩٠	١	٩	تدريب الطفل علي الجلسة الصحيحة أثناء الأكل	٢٦

النسبة المئوية للموافقة	الاتفاق بين المحكمين		عبارات الاستبانة	م
	غير موافق	موافق		
٩٠%	١	٩	تعويد الطفل استخدام فرشاة الأسنان بعد الوجبات	٢٧
١٠٠%	٠	١	تعليم الطفل الأكل ببطء	٢٨
٩٠%	١	٩	تدريب الأطفال علي مشاركة الطعام مع الآخرين	٢٩
١٠٠%	٠	١	تعويد الأطفال علي شرب العصائر الطازجة بلا من المعلبات	٣٠
٩٢.٧%	٢٢	٧٨	المجموع	

وبعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمون والتي تضمنت تعديل في صياغة بعد عبارات الاستبانة ، فقد أصبحت الاستبانة في صورته النهائية بعد إجراء تعديلات السادة المحكمين مكون من (٣٠) عبارة موزعة على بعدين :

- **البعد الأول :** دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي المعرفي لدى أطفال الروضة ويتكون من (١٥) عبارة .
- **البعد الثاني :** دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي السلوكي لدى أطفال الروضة ويتكون من (١٥) عبارة .

يتم استجابة المفحوصين على الاستبانة من خلال ثلاثة استجابات (دائما - أحيانا - نادرا) (٣-٢-١) للعبارات .

ج. الصدق الذاتي : قام الباحث بحساب الصدق الذاتي للاستبانة بالاعتماد على معاملات ثبات الاستبانة التي استخرجت بطريقة الفاكرونباخ ، بحساب الصدق الذاتي للاستبانة وذلك عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاستبانة ككل ، فقد وجد انه ٠.٨٦٧ وهو دال عند مستوى ٠.٠٠١ .

د. صدق الاتساق الداخلي للاستبانة : تم التحقق من الاتساق الداخلي للاستبانة من خلال التطبيق الذي تم للاستبانة على العينة الاستطلاعية التي قوامها (٥٠) معلمة من معلمات

رياض الاطفال في ثلاث مدارس المعادي التجريبيه الرسمية للغات ومدرسة حدائق المعادي التجريبيه للغات ومدرسة الشهيد محمد ابو عبيده الرسميه للغات بزهران المعادي، كما يلي:

(١) حساب معاملات الارتباط بين عبارات الاستبانة والدرجة الكلية للبعد التابع لها :

جدول (٢) معاملات الارتباط بين عبارات استبانة الوعي الغذائي ودرجات

الأبعاد كل بعد على حده

تنمية الوعي الغذائي السلوكي		تنمية الوعي الغذائي المعرفي	
معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية للبعد	العبارة
**٠.٤٨٣	١٦	**٠.٥٠٦	١
**٠.٤٥٦	١٧	**٠.٤٥٦	٢
**٠.٥٠٦	١٨	**٠.٦٠٢	٣
**٠.٤٥٦	١٩	**٠.٦٦٩	٤
**٠.٨٧٢	٢٠	**٠.٧٠٤	٥
**٠.٦٠٢	٢١	**٠.٧٢٨	٦
**٠.٧٥٤	٢٢	**٠.٤٥٦	٧
**٠.٥٠٦	٢٣	**٠.٤٥٦	٨
**٠.٦٦٩	٢٤	**٠.٦٣٥	٩
**٠.٤٨٣	٢٥	**٠.٥٥٤	١٠
**٠.٥٠٦	٢٦	**٠.٥٥٤	١١
**٠.٥٥٤	٢٧	**٠.٤٥٦	١٢
**٠.٤٨٩	٢٨	**٠.٥٨٧	١٣
**٠.٤٥٦	٢٩	**٠.٥٠٦	١٤
**٠.٤٣٧	٣٠	**٠.٦٠٢	١٥

دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين عبارات الاستبانة والدرجة الكلية لكل

بعد تراوحت ما بين (٠.٤٣٧) ، و(٠.٨٧٢) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١.

(٢) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للاستبانة :
 جدول (٣) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من ابعاد الاستبانة
 والدرجة الكلية للاستبانة

أبعاد الاستبانة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول : دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي المعرفي لدى أطفال الروضة	**٠.٧٥٣	٠.٠١
البعد الثاني : دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي السلوكي لدى أطفال الروضة	**٠.٨٠٠	٠.٠١

يتضح من الجدولين السابقين أن معاملات الارتباطات بين العبارات والدرجة الكلية للاستبانة وكذلك بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للاستبانة كلها دالة عند مستوى (٠.٠١) وهذا يدل على ترابط وتماسك العبارات والمحاور والدرجة الكلية مما يدل على أن الاستبانة تتمتع باتساق داخلي .

• **حساب ثبات الاستبانة :** يعد الثبات من الشروط السيكمترية الهامة التي تعبر عن الدقة في قياس ما يدعى قياسه ، وقد تم حساب ثبات الاستبانة بعدة طرق وهي معامل الفا كرونباخ ، والتجزئة النصفية ، وإعادة التطبيق كما يلي :

أ. **معامل الفا كرونباخ :** استخدم الباحث هذه الطريقة في حساب ثبات الاستبانة وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٥٠) معلمة من معلمات الروضة من نفس مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الأساسية بمدرسة معلمات رياض الأطفال في ثلاث مدارس المعادي التجريبي الرسمية للغات ومدرسة حداثق المعادي التجريبي للغات ومدرسة الشهيد محمد ابو عبيده الرسمية للغات بزهران المعادي ، ويوضح الجدول (٤) معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل الفا ، وقد كانت معاملات الفا كرونباخ للأبعاد على التوالي كما يلي : في بعد تنمية الوعي الغذائي المعرفي كان ٠.٧٧٣ ، وفي بعد تنمية الوعي الغذائي السلوكي كان ٠.٦٨٦ ، بينما قيمة معامل الفا كرونباخ للاستبانة ككل كانت ٠.٧٥١ .

ب. **التجزئة النصفية :** كما تم حساب معامل ثبات الاستبانة بطريقة التجزئة النصفية من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجات المعلمات على النصف الفردي من

الاستبانة ودرجاتهم على النصف الزوجي ، ثم تم استخدام معادلة جوتمان ، والجدول التالي يوضح معاملات الثبات :

جدول (٤) قيم معامل الثبات لكل بعد من أبعاد استبانة دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لأطفال الروضة وللاستبانة ككل

الأبعاد	عدد العبارات	معامل الفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية	معامل جوتمان
الوعي الغذائي المعرفي	١٥	٠.٧٧٣	٠.٧٨٠	٠.٧٩٥
الوعي الغذائي السلوكي	١٥	٠.٦٨٦	٠.٧٢٠	٠.٧٢٢
الاستبانة ككل	٣٠	٠.٧٥١	٠.٧٧٥	٠.٧٨٣

وتدل هذه القيم على أن الاستبانة تتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لأطفال الروضة ، ومن ثم ثبات الاستبانة ككل ، ويتضح من الجدول أن القيم مناسبة يمكن الوثوق بها وتدل على صلاحية الاستبانة للتطبيق .

ج. إعادة التطبيق : تم حساب ثبات الاستبانة بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق Test-retest ، حيث قام الباحث بإعادة تطبيق الاستبانة على عدد (٥٠ معلمة) من معلمات الروضة في الفصل الدراسي الثاني العام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨ لمعلمات رياض الأطفال في ثلاث مدارس - المعادي التجريبي الرسمي للغات ومدرسة حدائق المعادي التجريبي للغات ومدرسة الشهيد محمد ابو عبيده الرسمي للغات بزهاء المعادي،

جدول (٥) يوضح معاملات ثبات أبعاد استبانة الوعي الغذائي بطريقة إعادة الإختبار

م	أبعاد الاستبانة	الثبات بإعادة التطبيق
١	الوعي الغذائي المعرفي	**٠.٩٠٥
٢	الوعي الغذائي السلوكي	**٠.٩٢٢
	الاستبانة ككل	**٠.٩١٥

** دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١

وتدل هذه القيم على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات لقياس دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي لدى أطفال الروضة ، ومن ثم ثبات الاستبانة ككل .

رابعاً: عرض النتائج ومناقشتها

يتم عرض النتائج من خلال محاور الاستبيان كلا على حدة كالتالي :

المحور الأول: دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي المعرفي لدى أطفال الروضة

جدول (٧) التكرارات والنسب المئوية والمتوسط والانحراف المعياري للآراء عينة الدراسة

حول دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي المعرفي لدى أطفال الروضة

درجة الممارسة	الانحراف المعياري	المتوسط	دائماً	أحياناً	نادراً	مضمون البند
			%	%	%	
عالية	٠.٤٣٤	٢.٨٠	٨١.٣	١٧.٣	١.٣	١. تساعد المعلمة الطفل في إدراك عادات الغذاء السليمة
عالية	٠.٤٩٢	٢.٨٢	٨٦.٧	٨.٧	٤.٧	٢. تكسب المعلمة الأطفال معلومات مبسطة عن الصحة والغذاء الصحي
منخفضة	٠.٤٧٩	١.١٦	٤.٧	٦.٧	٨٨.٧	٣. تعلم المعلمة الأطفال أنواع المواد الغذائية ووظائفها
منخفضة	٠.٣٠٩	١.٠٧	١.٣	٤.٧	٩٤.٠	٤. تعرف المعلمة الأطفال طرق الحصول على احتياجاتهم الغذائية من خلال بديلات الأطعمة
متوسطة	٠.٢٣١	١.٩٩	٢.٠	٩٤.٧	٣.٣	٥. تعليم التلاميذ التغذية الصحية في الصحة والمرض
منخفضة	٠.٢١٢	١.٠٥	٠.٠	٤.٧	٩٥.٣	٦. إكسابهم القيمة العملية لتعزيز الأغذية الشعبية للقضاء على العديد من مشكلات سوء التغذية
منخفضة	٠.٣٤٦	١.٠٩	٢.٠	٤.٧	٩٣.٣	٧. إجراء المسح الغذائي للأطفال للتعرف على مشكلاتهم الغذائية
منخفضة	٠.٣٥٧	١.٠٨	٢.٧	٢.٧	٩٤.٧	٨. تساعد المعلمة الأطفال في معالجة مشكلاتهم الغذائية
عالية	٠.٣٥٧	٢.٩٢	٩٤.٧	٢.٧	٢.٧	٩. تقوم المعلمة بتوعية الأطفال غذائياً
متوسطة	٠.٢٠٠	١.٩٩	١.٣	٩٦.٠	٢.٧	١٠. تشرك الطفل في الأنشطة الغذائية المختلفة.

درجة الممارسة	الانحراف المعياري	المتوسط	دائماً	أحياناً	نادراً	مضمون البند
			%	%	%	
منخفضة	٠.٣٦٥	١.٠٩	٢.٧	٣.٣	٩٤.٠	١١. تعمل المعلمة علي تجانس المعلومات الغذائية المقدمة للطفل مع الأهداف الموضوعية مسبقاً
عالية	٠.٣٧٣	٢.٩١	٩٣.٣	٤.٠	٢.٧	١٢. التأكيد علي تناول وجبة الإفطار وأهميتها له.
عالية	٠.٣٦٥	٢.٩١	٩٤.٠	٣.٣	٢.٧	١٣. حث الطفل علي التخلص من المناديل الورقية بعد استخدامها
عالية	٠.٤٢٠	٢.٨٩	٩٣.٣	٢.٧	٤.٠	١٤. تنبيه الطفل لأضرار المشروبات الغازية وخطورتها علي الصحة
عالية	٠.٣١٢	٢.٩٤	٩٦.٠	٢.٠	٢.٠	١٥. تعريف الطفل بأهمية تناول الخضروات والفاكهة
متوسطة	١.٢٣٠		٢.٠٥			المتوسط المرجح للمحور الأول

يتضح من المؤشرات الإحصائية للمحور الأول لاستبانة الوعي الغذائي أن :

١. المتوسط العام : والذي يساوي (٢.٠٥) مع انحراف معياري (١.٢٣٠) ؛ وهو يؤكد على وجود ميل في وجهة نظر عينة الدراسة تجاه قيام معلمة الروضة بدورها في تعزيز الوعي الغذائي لدى الأطفال بصورة متوسطة لوقوعها ضمن فئة المقياس (١.٦٧ إلى ٢.٣٣) وهي تعتبر محايدة من وجهة نظر عينة الدراسة.
٢. المرتبة الأولى : يوجد مستوى ممارسة بدرجة عالية على نطاق البنود (١ ، ٢ ، ٩ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥) بمتوسطات تراوحت بين (٢.٨٠ إلى ٢.٩٤) وهي من مؤشرات الفئة الثالثة للمتوسط (٢.٣٤ إلى ٣) والتي تؤكد على وجود ممارسة من الدرجة العالية على نطاق تلك البنود ، وأن وجهة نظر عينة الدراسة تميل إلى الاتجاه الإيجابي. وتحليل المعطيات السابقة يتضح ارتفاع مستوى أداء معلمة رياض الأطفال فيما يتعلق بتعزيز بعض جوانب الوعي الغذائي المعرفي لدى الأطفال والتي تتمثل فيما يلي:

أ. التوعية الغذائية وإدراك عادات الغذاء السليمة واكتساب بعض المعلومات المبسطة المتعلقة بالصحة والغذاء الصحي.

ب. إدراك أهمية تناول وجبة الإفطار وكذلك الخضراوات والفاكهة، والابتعاد عن تناول الأطعمة والمشروبات الضارة كالمشروبات الغازية.

ج. إدراك أهمية التخلص من المناديل الورقية بعد استخدامها.

وتتفق تلك النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة (Piperakis et al., 2004) التي أشارت إلى الدور الفعال الذي يقوم به المعلم في تحسين الوعي الغذائي لدى طلابه، وأن التأثير الأكبر للمعلم كان على المستوى المعرفي، ودراسة (Kellie Marie O'Connell, 2005) التي أشارت إلى أهمية المعلومات الغذائية المقدمة من جانب المدرسة وأثرها الفعال في زيادة استهلاك الطلبة للخضراوات والفاكهة، ودراسة (سعيد، ٢٠٠٧) التي أظهرت انتشار الوعي الغذائي لدى نسبة مرتفعة من معلمات الروضة، وكذلك دراسة (علي، ٢٠١٠) التي أكدت على الدور الفعال لكل من المناهج المدرسية ومعلمة الروضة في إكساب الطفل مفاهيم وعادات الوعي الصحي والغذائي وعادات الوعي بالأخطار والسلامة.

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء قدرة معلمة الروضة على تهيئة الأطفال جسدياً ونفسياً وعقلياً لتلقي المعارف والمفاهيم والاتجاهات الغذائية السليمة وقبولها والمشاركة في الحوارات المتعلقة بها، وإكسابهم مجموعة من المعلومات الغذائية والصحية المبسطة بشكل محبب عن طريق بعض الأساليب كالسردي القصصي مثلاً أو تأليف المسرحيات التي يقوم بأدائها الأطفال، بالإضافة إلى تمتع عديد من المعلمات بمستوى جيد نسبياً من الوعي الغذائي والتي اكتسبته في وقت لاحق من خلال المحيط العائلي أو وسائل الإعلام، ومحاولتها نقل ذلك الوعي إلى أطفالها بشكل نظري من خلال التركيز على توجيه الإرشادات المتعلقة بالعادات الغذائية والصحية السليمة بشكل مبسط.

٣. **المرتبة الثانية** : يوجد مستوى ممارسة بدرجة متوسطة على نطاق البنود (٥ ، ١٠) بمتوسط (١.٩٩) وهي من مؤشرات الفئة الثانية للمتوسط (١.٦٧ إلى ٢.٣٣) والتي تؤكد على وجود ممارسة من الدرجة المتوسطة على نطاق تلك البنود ، وأن وجهة نظر عينة الدراسة تميل إلى الاتجاه المحايد .

وتشير الاستجابة على العبارات السابقة إلى وجود بعض جوانب القوة التي تتمثل في تمتع المعلمات بمستوى جيد نسبياً من القدرة على تعزيز الوعي الغذائي المعرفي لدى الأطفال، والتي تتضح في تعليم الأطفال التغذية الصحية في الصحة والمرض، وإشراكهم في الأنشطة الغذائية المختلفة. ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء افتقار برامج إعداد معلمة الروضة إلى التنقيف الغذائي، واعتماد المعلمة في ثقافتها الغذائية على وسائل الإعلام أو الأحاديث والتقاليد العامة والتي غالباً ما تركز على أهمية الغذاء السليم والصحي خلال فترة المرض مع قلة التركيز على أهميته المماثلة في فترة الصحة، بالإضافة إلى قلة توفر الأدوات والخامات واللوحات والوسائل المعينة في تنمية الوعي الغذائي لدى الأطفال بما يتناسب مع خصائص مرحلتهم العمرية؛ مما يفسر عدم انتظام المعلمة في إشراك الأطفال في الأنشطة التي تعزز من وعيهم الغذائي، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسة (أشرف جمعة، داليا عبد الحكيم، ٢٠١٥) بشأن اقتصار دور المعلمين في أغلب الأوقات على توجيه النصائح والإرشادات الشفهية المتعلقة بالوعي لتلاميذهم وعدم تطبيق تلك النصائح بشكل عملي على الرغم من إدراكهم لأهميتها بشكل معرفي فقط، وكذلك دراسة (صالح، ٢٠١٦) التي أوصت بضرورة توفير الأدوات والوسائل المعينة في تعزيز الوعي الغذائي لدى الأطفال وتنظيم الرحلات الميدانية التي تعزز من ذلك الوعي لديهم.

٤. المرتبة الثالثة : يوجد مستوى ممارسة بدرجة منخفضة على نطاق البنود (٣، ٤، ٦، ٧، ٨، ١١) بمتوسطات تراوحت بين (١.٠٥ إلى ١.١٦) وهي من مؤشرات الفئة الأولى للمتوسط (١ إلى ١.٦٦) والتي تؤكد على وجود ممارسة من الدرجة المنخفضة على نطاق تلك البنود ، وأن وجهة نظر عينة الدراسة تميل إلى الاتجاه السلبي .

ويتضح من تحليل المعطيات السابقة انخفاض أداء معلمة رياض الأطفال فيما يتعلق بتعزيز بعض جوانب الوعي الغذائي المعرفي لدى الأطفال والتي تتمثل فيما يلي:

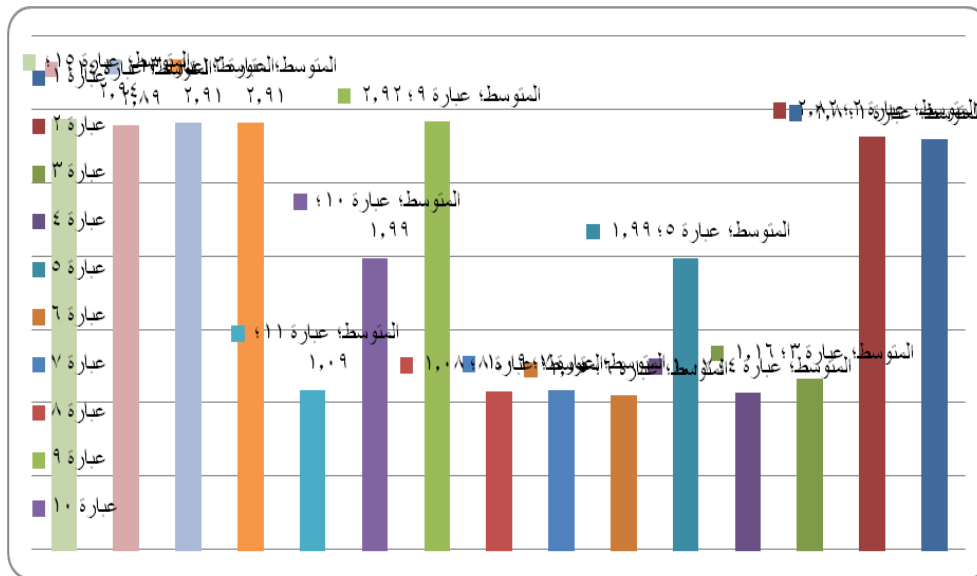
أ. تعريف الأطفال بأنواع المواد الغذائية ووظائفها، وكيفية الحصول على العناصر الغذائية التي يحتاجونها من بديلات الأطعمة.

ب. إجراء المسح الغذائي لتقييم الحالة الغذائية للاطفال، ومساعدتهم في معالجة مشكلاتهم الغذائية.

ج. تحقيق التجانس بين المعلومات الغذائية المقدمة للطفل والأهداف الموضوعية مسبقاً.

وتتفق تلك النتائج مع دراسة (Pirouznia, 2001) التي أشارت إلى انخفاض اهتمام المعلم بإكساب التلاميذ المعارف المتعلقة بوظائف العناصر الغذائية ومصادرها الأساسية أو البديلة، ودراسة (Piperakis et al., 2004) التي أشارت إلى الانخفاض النسبي لقدرة المعلم على تقييم الحالة الغذائية لتلاميذه ومساعدتهم في حل مشكلاتهم الغذائية وأوصت بضرورة تقديم برامج تعليمية تغذوية تشمل كل من المعلمين والتلاميذ والأسرة، ودراسة (مسعد، ٢٠٠٤) التي أوصت بضرورة تقديم برامج الوعي الغذائي الصحي لكل من الأمهات والمعلمات والأطفال، ودراسة (فاروق، ٢٠١٥) التي أشارت إلى انخفاض مستوى الفهم الغذائي والاتجاه نحو قضايا الغذاء لدى معلمة رياض الأطفال، وطبقت برنامجاً قائماً على التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي لديها، كما أوصت بعقد دورات تدريبية للمعلمات وإعادة النظر في أهداف المقررات التربوية والأكاديمية المتضمنة في برامج إعداد المعلم بالإضافة إلى تضمين تلك البرامج مقررات تثقيفية ونشر الوعي الغذائي، ودراسة (جمعة، عبد الحكيم، ٢٠١٥) التي كشفت عن انخفاض مستوى الوعي الصحي لدى المعلمين.

ويفسر الباحث تلك النتيجة في ضوء الفروق الفردية بين معلمات الروضة في مهارات التفكير الناقد وحل المشكلات وصياغة الأهداف ومراعاة الحالة المادية للأطفال والبحث عن العناصر الغذائية المطلوبة في بدلات الأطعمة، بالإضافة إلى افتقار برامج إعداد معلمة الروضة للتثقيف الغذائي، وأن المعلمة تستمد معلوماتها الغذائية بشكل غير منظم أو ممنهج من وسائل أخرى كالأسرة أو الإعلام بقنواته المرئية والمسموعة والتي من المحتمل أن تكون معلومات عامة وليست مفصلة، أو معلومات نظرية لم تتعرض المعلمة إلى تطبيقها بشكل عملي، وربما أيضاً تكون ناقصة أو بعضها مغلوطة، وكذلك انخفاض الاهتمام بعقد الدورات التدريبية التي تستهدف تعزيز الوعي الغذائي لدى المعلمة وطرق وأساليب إكسابه للأطفال بشكل سليم؛ مما يؤدي في النهاية إلى ضعف اهتمام المعلمة بالتربية الغذائية المنتظمة للأطفال، والعمل على تعزيز وعيهم الغذائي بشكل ممنهج ومنظم ويجمع بين الجانبين النظري والعملي معاً.



شكل () المدرج التكراري لمتوسطات عبارات المحور الأول من الاستبانة الخاص بدور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي المعرفي لدى أطفال الروضة

المحور الثاني: دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي السلوكي لدى أطفال الروضة

جدول (7) التكرارات والنسب المئوية والمتوسط والانحراف المعياري للآراء عينة الدراسة حول دور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي السلوكي لدى أطفال الروضة

درجة الممارسة	الانحراف المعياري	المتوسط	مضمون البند		
			نادراً %	أحياناً %	دائماً %
متوسطة	0.292	2.05	20.0	91.3	6.7
منخفضة	0.330	1.07	94.7	3.3	2.0
عالية	0.438	2.87	4.0	4.7	91.3
عالية	0.312	2.94	20.0	20.0	96.0

درجة الممارسة	الانحراف المعياري	المتوسط	دائماً	أحياناً	نادراً	مضمون البند
			%	%	%	
عالية	٠.٣٥٧	٢.٩٢	٩٤.٧	٢.٧	٢.٧	٥. تعلم الطفل تغطية الأكل والمحافظة عليه من الحشرات
عالية	٠.١٩٩	٢.٩٧	٩٨.٠	١.٣	٠.٧	٦. تكسب الطفل روح التعاون في إعداد الطعام
متوسطة	٠.٢١٧	١.٩٩	٢.٠	٩٥.٣	٢.٧	٧. تنمي في الأطفال اختيار الأطعمة الجيدة
عالية	٠.٣٢٣	٢.٩١	٩٢.٧	٦.٠	١.٣	٨. تنفر الطفل في أكل الباعة الجائلين
عالية	٠.٣٨٣	٢.٩١	٩٤.٧	٢.٠	٣.٣	٩. تعلم الأطفال الأكل باليد اليمنى
متوسطة	٠.٢٣١	١.٩٩	٢.٠	٩٤.٧	٣.٣	١٠. تعلم الأطفال تنظيف مكان الأكل قبل وبعد الأكل
متوسطة	٠.١٦٤	٢.٠٠	١.٣	٩٧.٣	١.٣	١١. تدريب الطفل علي الجلسة الصحيحة أثناء الأكل
عالية	٠.٤٢٦	٢.٨٩	٩٢.٧	٣.٣	٤.٠	١٢. تعويد الطفل استخدام فرشاة الأسنان بعد الوجبات
عالية	٠.٠٠٠	٣.٠٠	١٠٠.٠	٠.٠	٠.٠	١٣. تعليم الطفل الأكل ببطء
عالية	٠.٢٨٩	٢.٩٤	٩٥.٣	٣.٣	١.٣	١٤. تدريب الأطفال علي مشاركة الطعام مع الآخرين
متوسطة	٠.٢٤٥	١.٩٨	٢.٠	٩٤.٠	٤.٠	١٥. تعويد الأطفال علي شرب العصائر الطازجة بلا من المعلبات
عالية	١.٤٢٦				٢.٥٠	المتوسط المرجح للمحور الثاني

يتضح من المؤشرات الإحصائية للمحور الثاني لاستبانة الوعي الغذائي في أن :

١. المتوسط العام : والذي يساوي (٢.٥٠) مع انحراف معياري (١.٤٢٦) ؛ وهو يؤكد على وجود ميل في وجهة نظر عينة الدراسة على وجود ممارسة بصورة عالية

لوقوعها ضمن فئة المقياس (٢.٣٤ إلى ٣) وهي تعتبر ايجابية من وجهة نظر عينة الدراسة.

٢. **المرتبة الأولى:** يوجد مستوى ممارسة بدرجة عالية على نطاق البنود (٣، ٤، ٥، ٦، ٨، ٩، ١٢، ١٣، ١٤) بمتوسطات تراوحت بين (٢.٨٧ إلى ٣) وهي من مؤشرات الفئة الثالثة للمتوسط (٢.٣٤ إلى ٣) والتي تؤكد على وجود ممارسة من الدرجة العالية على نطاق تلك البنود، وأن وجهة نظر عينة الدراسة تميل إلى الاتجاه الإيجابي.

وبتحليل المعطيات السابقة يتضح ارتفاع مستوى أداء معلمة رياض الأطفال فيما يتعلق بتعزيز بعض جوانب الوعي الغذائي السلوكي لدى الأطفال والتي تتمثل فيما يلي:

- أ. استبدال عاداتهم وممارساتهم الغذائية الخاطئة بتلك العادات السليمة.
- ب. تعويد الطفل علي غسل اليدين قبل الأكل وبعده، وعلى الأكل باليد اليمنى، بالإضافة إلى الأكل ببطء.
- ج. تعويد الطفل على استخدام فرشاة الأسنان بعد الوجبات.
- د. تنفير الطفل في أكل الباعة الجائلين.
- هـ. تعليم الطفل تغطية الأكل والمحافظة عليه من الحشرات.
- و. إكساب الطفل روح التعاون في إعداد الطعام، وتدريبه على مشاركة الطعام مع الآخرين.

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء حب معلمة الروضة لمهنتها، وتفانيها في أداء عملها، وارتفاع قدرتها على التفاعل مع الأطفال وصقل خبراتهم وغرس الاتجاهات والعادات والسلوكيات الغذائية السليمة في نفوسهم وتعديل عاداتهم الصحية والغذائية الخاطئة، وما لديها من مهارات تتعلق بتنمية الثقافة الغذائية وتحسين النمط الصحي والغذائي لدى الأطفال ودعم السلوك الغذائي السليم مع تقديم القدوة الحسنة لأطفالها.

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة (Piperakis et al., 2004) التي أكدت على فاعلية الدور الذي يقوم به المعلم في تحسين الوعي الغذائي لدى تلاميذه وتعزيز قدراتهم على إدراك القيمة الغذائية للأطعمة، ودراسة (Kellie Marie O'Connell, 2005) التي أشارت إلى ارتفاع

الوعي الغذائي لدى التلاميذ واكتسابهم العادات الغذائية والصحية السليمة من خلال الاعتماد على كل من المناهج الدراسية والمعلومات الغذائية المقدمة للطفل، ودراسات كل من (خضر، ٢٠٠٧) و (محمد، ٢٠٠٩) التي أشارت إلى المستوى المرتفع نسبياً للوعي الغذائي لدى الطالبة المعلمة وسعيها نحو تنقيف نفسها غذائياً بشكل ذاتي، ودراسة (السيد، ٢٠١٠) التي أشارت إلى فاعلية منهج الروضة والدور الفعال للمعلمة في تعزيز الوعي الغذائي لدى الأطفال وإكسابهم العادات الغذائية والصحية السليمة وعادات الوعي بالأخطار والسلامة.

٣. المرتبة الثانية : يوجد مستوى ممارسة بدرجة متوسطة على نطاق البنود (١، ٧، ١٠، ١١، ١٥) بمتوسطات تراوحت بين (١.٩٨ إلى ٢.٠٥) وهي من مؤشرات الفئة الثانية للمتوسط (١.٦٧ إلى ٢.٣٣) والتي تؤكد على وجود ممارسة من الدرجة المتوسطة على نطاق تلك البنود ، وأن وجهة نظر عينة الدراسة تميل إلى الاتجاه المحايد . وتشير الاستجابة على العبارات السابقة إلى وجود بعض جوانب القوة التي تتمثل في تمتع المعلمات بمستوى جيد نسبياً من القدرة على تعزيز الوعي الغذائي السلوكي لدى الأطفال، والتي تتضح فيما يلي:

أ. إكساب الطفل عادات اختيار الأطعمة الجيدة، والقدرة على تصميم وجبات غذائية متكاملة وصحية.

ب. تعويد الأطفال علي شرب العصائر الطازجة بدلاً من المعلبات.

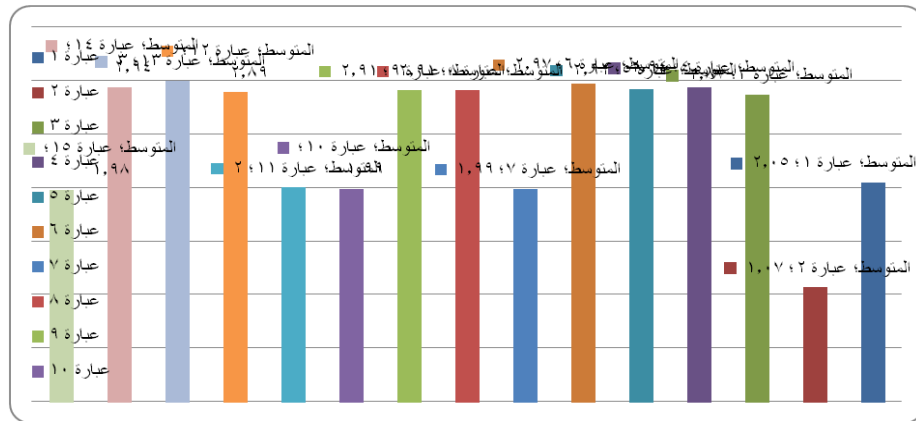
ج. تنمية عادات تنظيف مكان الأكل قبل وبعد الأكل، والجلسة الصحية أثناء الاكل.

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء ضعف الإعداد الغذائي الذي تلقته معلمة الروضة خلال فترة الإعداد أو التدريب خلال الخدمة؛ مما يحرك رغبتها في التنقيف الغذائي بشكل ذاتي عبر وسائل التعلم المختلفة ومحاولتها إكساب تلك المعلومات للأطفال واستبدال العادات الصحية والغذائية الخاطئة لدى الأطفال بأخرى سليمة وهو ما يتفق مع دراسة (خضر، ٢٠٠٧)، بالإضافة إلى تمتع معلمة الروضة بمستوى جيد نسبياً من القدرة على شرح العادات والسلوكيات الغذائية السليمة بشكل مبسط والمهارة في تعليمهم كيفية إعداد وجبات غذائية متكاملة وصحية تتناسب مع متطلبات نموهم العقلي والجسمي وكذلك في تعديل السلوكيات الغذائية الخاطئة لدى الطفل بشكل محب لنفسه من خلال الاعتماد على بعض الوسائط كالقصص والمسرحيات والوسائل البصرية والسمعية المختلفة وهو ما يتفق مع ما أشارت إليه دراسة (محمد، ٢٠٠٩).

٤. المرتبة الثالثة : يوجد مستوى ممارسة بدرجة منخفضة على نطاق البند (٢) بمتوسط (١.٠٧) وهي من مؤشرات الفئة الأولى للمتوسط (١ إلى ١.٦٦) والتي تؤكد على وجود ممارسة من الدرجة المنخفضة على نطاق ذلك البند ، وأن وجهة نظر عينة الدراسة تميل إلى الاتجاه السلبي .

ويتضح من تحليل المعطيات السابقة انخفاض أداء معلمة رياض الأطفال فيما يتعلق بتعزيز بعض جوانب الوعي الغذائي السلوكي لدى الأطفال والتي تتمثل في إعداد الطعام بطريقة تحفظ عناصره الغذائية المرغوبة.

ويمكن تفسير تلك النتيجة في ضوء عدم اهتمام برامج إعداد المعلم وتدريبه خلال بتتقيد معلمات الروضة غذائياً، وأن المعلومات الغذائية الموجودة لدى المعلمة قد تم اكتسابها ذاتياً متأثرة في ذلك بالعوامل الثقافية والاجتماعية السائدة والتي لا تشجع في أغلبها في مجتمعنا على طهو العناصر بطرق تحفظ قيمتها الغذائية، وتتفق تلك النتيجة مع دراسة (Piperakis et al., 2004) التي أكدت على ضرورة عدم الاكتفاء بالمعرفة وحدها من أجل تغيير العادات الصحية والغذائية وضرورة مساهمة الطلبة في إعداد وجباتهم بشكل صحي، وأكدت على أن العادات الغذائية تمثل نتاجاً للتفاعل بين العوامل البيولوجية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية، وكذلك دراسة (فاروق، ٢٠١٥) التي أشارت إلى انخفاض مستوى اتجاه المعلمات نحو قضايا الغذاء وأكدت على ضرورة عقد الدورات التدريبية للمعلمات بهدف تعزيز وعيهم الغذائي.



شكل () المدرج التكراري لمتوسطات عبارات المحور الأول من الاستبانة الخاص بدور المعلمة في تنمية الوعي الغذائي السلوكي لدى أطفال الروضة

عرض النتائج من خلال الخصائص الديموغرافية (التخصص - الخبرة):

- متغير التخصص :

تم استخدام اختبار مان - ويتي للعينتين المستقلتين لدراسة الفروق وتحديد اتجاهها بين المجموعتين ، وفيما يلي توضيح التخصص بالنسبة للمجموعتين :

جدول ()

متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (U) ودلالاتها لمتغير التخصص للمجموعتين

المتغير	المجموعة الأولى تخصص تربية الطفل ن = ١٠٨		المجموعة الثانية التخصصات الأخرى ن = ٤٢		قيمة (U) المحسوبة	(W)	(Z)	الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
التخصص	٨٩.٧٠	٣٧٦٧.٥٠	٦٩.٩٨	٧٥٥٧.٥٠	١٦٧١.٥٠٠	٧٥٥٧.٥٠٠	- ٢.٧٨٧	دالة عند مستوى ٠.٠٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) بين المجموعتين (مجموعة تخصص تربية الطفل) ، و (مجموعة التخصصات الأخرى) لصالح المجموعة الأولى ذوى تخصص تربية الطفل .

مما يدل على الاثر الذي يتركه التخصص في مستوى أداء المعلمة في الوعي الغذائي، فالمعلمة المتخصصة في رياض الأطفال، تدرك وتعي ما ينبغي تعلمه في هذا السن.

- متغير الخبرة :

قامت الباحثة باستخدام اختبار كروسكال ويلز للكشف عن الفروق بين المجموعات ، كما وتم استخدام اختبار مان ويتي للتحقق من اتجاه الفروق، وقد تم هذا على النحو الآتي:

جدول () الفروق بين أفراد عينة الدراسة في استجاباتهم على الاستبانة التي ترجع إلى متغير

الخبرة باستخدام اختبار كروسكال ويلز

الخبرة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كا ^٢	الدلالة
أقل من ٥ سنوات	٢٤	٢٩.٨٨	٣٩.٣٩٦	دالة عند مستوى ٠.٠٠١
(١٠- ٥) سنوات	٧١	٨٣.٠٧		
أكثر من ١٠ سنوات	٥٥	٨٥.٦٤		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين استجابات عينة الدراسة ترجع إلى متغير الخبرة .

وللكشف عن الفروق بين المجموعات الثلاثة قامت الباحثة بعمل مجموعة من المقارنات بين كل زوج من المجموعات باستخدام اختبار مان ويتني كما يلي :

د. الفروق بين المجموعة الأولى والثانية :

جدول () متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (U) ودالاتها لمتغير الخبرة بين المجموعتين الأولى والثانية

المتغير	المجموعة الأولى أقل من ٥ سنوات ن = ٢٤		المجموعة الثانية (٥ - ١٠) سنوات ن = ٧١		قيمة (U) المحسوبة	(W)	(Z)	الدالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
الخبرة	٢٢.٤٦	٥٣٩.٠٠	٥٦.٦٣	٤٠٢١.٠٠	٢٣٩.٠٠٠	٥٣٩.٠٠٠	- ٥.٥٤٠	دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين المجموعتين (الأولى والثانية) لصالح المجموعة الثانية ذوى الخبرة (٥ - ١٠) سنوات.

هـ. الفروق بين المجموعة الأولى والثالثة :

جدول () متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (U) ودالاتها لمتغير الخبرة بين المجموعتين الأولى والثالثة

المتغير	المجموعة الأولى أقل من ٥ سنوات ن = ٢٤		المجموعة الثالثة أكثر من ١٠ سنوات ن = ٥٥		قيمة (U) المحسوبة	(W)	(Z)	الدالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
الخبرة	١٩.٩٢	٤٧٨.٠٠	٤٨.٧٦	٢٦٨٢.٠٠	١٧٨.٠٠٠	٤٧٨.٠٠٠	- ٥.٦٩٨	دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين المجموعتين (الأولى والثالثة) لصالح المجموعة الثالثة ذوى الخبرة أكثر من ١٠ سنوات. و. الفروق بين المجموعة الثانية والثالثة :

جدول () متوسطات الرتب ومجموعها وقيمة (U) ودالاتها لمتغير الخبرة بين المجموعتين الثانية والثالثة

المتغير	المجموعة الثانية (٥ - ١٠) سنوات ن = ٧١		المجموعة الثالثة أكثر من ١٠ سنوات ن = ٥٥		قيمة (U) المحسوبة	(W)	(Z)	الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
الخبرة	٦٢.٤٤	٤٤٣٣.٠٠	٦٤.٨٧	٣٥٦٨.٠٠	١٨٧٧.٠٠٠	٤٤٣٣.٠٠٠	-	غير دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين المجموعتين (الثانية والثالثة) ؛ أي لا يوجد فرق دال إحصائيا بين كلا المجموعتين.

يتضح من الجداول السابقة أثر متغير الخبرة والذي يعد أهم المتغيرات في قدرة المعلمة علي اكساب تلاميذها المعلومات الغذائية فكلما كانت المعلمة خبيرة وقديمة في التدريس زاد مستوي تعليمها لأطفالها، ونلاحظ أنه بعد مرور خمس سنوات تصبح المعلمة خبيرة ويكون نفس المستوي، فكثير منهم لا يطور من نفسه بعد مرور هذه المدة.
خلاصة النتائج:

ارتفاع مستوى أداء معلمة رياض الأطفال فيما يتعلق بتعزيز بعض جوانب الوعي الغذائي المعرفي لدى الأطفال والتي تتمثل فيما يلي:

(١) التوعية الغذائية وإدراك عادات الغذاء السليمة واكتساب بعض المعلومات المبسطة المتعلقة بالصحة والغذاء الصحي.

(٢) إدراك أهمية تناول وجبة الإفطار وكذلك الخضراوات والفاكهة، والابتعاد عن تناول الأطعمة والمشروبات الضارة كالمشروبات الغازية.

-
-
- (٣) إدراك أهمية التخلص من المناديل الورقية بعد استخدامها.
 - (٤) استبدال عاداتهم وممارساتهم الغذائية الخاطئة بتلك العادات السليمة.
 - (٥) تعويد الطفل علي غسل اليدين قبل الأكل وبعده، وعلى الأكل باليد اليمنى، بالإضافة إلى الأكل ببطء.
 - (٦) تعويد الطفل على استخدام فرشاة الأسنان بعد الوجبات.
 - (٧) تنفير الطفل في أكل الباعة الجائلين.
 - (٨) تعليم الطفل تغطية الأكل والمحافظة عليه من الحشرات.
 - (٩) إكساب الطفل روح التعاون في إعداد الطعام، وتدريبه على مشاركة الطعام مع الآخرين.

انخفاض أداء معلمة رياض الأطفال فيما يتعلق بتعزيز بعض جوانب الوعي الغذائي المعرفي لدى الأطفال والتي تتمثل فيما يلي:

- (١) تعريف الأطفال بأنواع المواد الغذائية ووظائفها، وكيفية الحصول على العناصر الغذائية التي يحتاجونها من بديلات الأطعمة.
- (٢) إجراء المسح الغذائي لتقييم الحالة الغذائية للأطفال، ومساعدتهم في معالجة مشكلاتهم الغذائية.
- (٣) تحقيق التجانس بين المعلومات الغذائية المقدمة للطفل والأهداف الموضوعية مسبقاً.
- (٤) إعداد الطعام بطريقة تحفظ عناصره الغذائية المرغوبة.

أهمية التخصص والخبرة ودورهما في ارتفاع مستوى أداء المعلمة، فالمعلمة تخصص تربية طفل مستواها أفضل في توعية وتعليم الطفل غذائياً، والمعلمة الخبيرة أفضل من الحديثة في المستوى.

قائمة المراجع

أ. المراجع العربية:

١. شحاته، أشرف جمعة ؛ مطر ،داليا عبد الحكيم: دور معلم المدرسة الابتدائية في تنمية الوعي الصحي لدى تلاميذه، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد ١٦٦، الجزء ٣،

٢٠١٥

٢. عبد العال، أشرف ربيع: الكفايات المهنية لمعلمات رياض الأطفال من وجهة نظر المديرين والموجهين التربويين في ضوء معايير الجودة المصرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة الفيوم، ٢٠١٥
٣. عبد العزيز، أشرف؛ صالح، سونيا: **التثقيف الغذائي**، عمان - دار الفكر للنشر والتوزيع، ٢٠١٠
٤. عيسى، إيفال: **توجيه التعليم في الطفولة المبكرة**، بيروت - دار الكتاب الجامعي، ٢٠٠٥
٥. عبد الله، إيفيلين سعيد: **تغذية الفئات العمرية**، القاهرة - مجموعة النيل العربية، ٢٠٠٧
٦. أبو قمر، باسم محمد: برنامج مقترح في التربية الصحية لطلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظات غزة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٢٠٠٢
٧. محمد، بدرية محمد: برنامج في الثقافة الغذائية قائم على أسلوب التكامل وأثره في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة بالشعب الأدبية بكلية التربية بسوهاج، **مجلة التربية العلمية**، المجلد ٦، العدد ١، ٢٠٠٣
٨. بلوم، بنيامين: **نظام تصنيف الأهداف التربوية**، ترجمة محمد الخوالدة، جدة - دار الشروق للنشر والتوزيع، ١٤٠٥ هـ، محمود أبو قديس: تطوير أداء معلمات رياض الأطفال في إدارة الصف في ضوء المنهاج الوطني التفاعلي لرياض الأطفال في الأردن، **دراسات (العلوم التربوية)**، المجلد ٣٨، العدد ١، ٢٠١١
٩. أحمد، ثناء محمد: أثر تدريس برنامج مقترح للوعي الغذائي في وحدة التغذية باستخدام الحاسب الآلي على تحصيل الطالبات في مقرر الأحياء للصف الأول الثانوي بمدارس مكة المكرمة، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، ٢٠٠٥
١٠. نصر الدين، جابر؛ صليحة، القص: الوعي الصحي الغذائي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط: دراسة ميدانية بولاية باتنة، **مجلة أنسنة للبحوث والدراسات**، العدد ١٤، ٢٠١٦
١١. القحطاني، حسن عبد الله، طربوش، حمزة محمد: وجبات مدرسية محلية ومنوعة ومستساغة، **عالم الغذاء**، العدد ٧٦، ٢٠٠٤، ص ٣٤
١٢. الجبالي، حمزة: **الغذاء السليم للطفل وتأثيره على النمو العقلي والجسدي السليم**، عمان - دار الأسرة ودار عالم الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠١٦، ص ٣

-
١٣. الحريري، رافدة : قضايا معاصرة في تربية طفل ما قبل المدرسة، عمان - دار المناهج للنشر والتوزيع، ٢٠١٣
١٤. الديب، راندا مصطفى، الجندي، إكرام حمودة : وعي الأمهات ببعض العادات الغذائية السليمة وعلاقته بصحة الغذائية عند طفل الروضة، مجلة الطفولة والتربية، المجلد ٤، العدد ١٢، ٢٠١٢
١٥. الجمال، رضا مسعد : برنامج لتنمية الوعي الغذائي الصحي لأطفال الحضانة وعلاقته بقدرتهم على الانتباه والتركيز، مجلة الطفولة والتنمية، المجلد ٤، العدد ١٤، ٢٠٠٤
١٦. سعيد، رويدا خضر : أثر الوعي والممارسات الغذائية لعينة من معلمات رياض الأطفال بجدة على النمو الجسمي للأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية، جامعة الملك عبد العزيز، ٢٠٠٧
١٧. المرسي، سماح فاروق : برنامج مقترح في ضوء التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة بكلية البنات، مجلة التربية العلمية، المجلد ١٨، العدد ٥، ٢٠١٥
١٨. أحمد، سمير نعيم : النظرية في علم الاجتماع، القاهرة - ناشر خاص، ٢٠٠٦، ط ١٠
١٩. أحمد، سناء شاكر : فعالية برنامج مقترح في الاقتصاد المنزلي لتنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بشمال سيناء، مجلة القراءة والمعرفة، العدد ١٢٠، ٢٠١١
٢٠. الشريف، السيد : التربية الاجتماعية والدينية في رياض الأطفال، عمان - دار المسيرة للطباعة والنشر، ٢٠٠٨
٢١. شلبي، سيد محمد: الغذاء وصحة الدواء، القاهرة _ دار المعارف، ٢٠٠٠
٢٢. الشجراوي صباح صالح : دور رياض الأطفال في تنمية الوعي البيئي لدى أطفال الروضة في منطقة حائل من وجهة نظر المعلمات، المجلة التربوية الدولية المتخصصة، المجلد ٥، العدد ٤، ٢٠١٦
٢٣. عبد الرؤوف، طارق: معلمة رياض الأطفال، القاهرة - مؤسسة طيبة للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠٨
٢٤. عبد الرؤوف، طارق : معلمة رياض الأطفال، القاهرة - مؤسسة طيبة للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠٨
-

٢٥. فخرو ،عائشة أحمد : دراسة مقارنة لمستوى الوعي الغذائي لدى الطالبات المعلمات تخصص الاقتصاد المنزلي والتخصصات الأخرى في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، العدد ٤، ٢٠٠٣
٢٦. فهمي ،عاطف : معلمة الروضة، عمان - دار الميسرة للطباعة والنشر، ٢٠٠٤
٢٧. سليمان ،عبد الرحمن سيد ، عثمان ،تهاني محمد : المتفوقون والموهوبون والمبتكرون، القاهرة - مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠١١
٢٨. عبيد ،عبد الرحمن : التثقيف الغذائي، دبي - دار القلم للنشر والتوزيع، ١٩٩٧
٢٩. صبحي ،عفاف حسين : التربية الغذائية والصحية، القاهرة - مجموعة النيل العربية، ٢٠٠٣
٣٠. حمايل ،علي صبحي : الوعي الغذائي وصحة الإنسان، الإسكندرية - منشأة المعارف، ١٩٩٩
٣١. بدير ،كريمان : الرعاية المتكاملة للأطفال، القاهرة - عالم الكتب، ٢٠٠٤
٣٢. دافيدوف ،ليندال: مدخل إلى علم النفس، ترجمة سيد الطواب، الرياض - دار المريخ للنشر والتوزيع، ١٩٨٣
٣٣. السيد ،ماجدة مصطفى : تنمية مهارات المعلم كأحد مداخل تحقيق التنمية البشرية بالدول العربية، المؤتمر الدولي الأول - العلمي الخامس عشر (إعداد المعلم وتنميته، آفاق التعاون الدولي واستراتيجيات التطوير)، كلية التربية، جامعة حلوان، ٢٠٠٨
٣٤. مجمع اللغة العربية: المعجم الوجيز، القاهرة - مجمع اللغة العربية، ١٩٩٨
٣٥. أحمد ،محمد سعيد: علم الاجتماع وتنمية الوعي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية، القاهرة - سفير للإعلام والنشر، ٢٠٠٣
٣٦. سليم ،محمد صابر : الدراسات البيئية، القاهرة - دار الخلود للطباعة، ٢٠١٢
٣٧. السيد ،محمد كمال : الموسوعة المصرية في تغذية الإنسان، الجزء الأول، القاهرة - الدار العربية للنشر والتوزيع، ١٩٩٤
٣٨. منظمة الصحة العالمية: التقرير السادس عن الحالة الصحية للعالم (تحليل عالمي)، الجزء الأول، جنيف - منظمة الصحة العالمية، ٢٠٠١

٣٩. إبراهيم، نجدي : **طعامك طريقك إلى صحتك**، القاهرة - مركز الحضارة العربية، ٢٠٠٠

٤٠. علي، نجلاء السيد : فاعلية برنامج مقترح قائم على الوحدات التعليمية المتكاملة لتنمية عوامل الصحة والسلامة لدى طفل الروضة، دراسات الطفولة، المجلد ١٦، العدد ٤٦، ٢٠١٠

٤١. وزارة التربية والتعليم: **الكتاب المرجعي للحقيبة التعليمية للتثقيف البيئي والصحي**، القاهرة - مركز تطوير المناهج والمواد التعليمية، ١٩٩٩

٤٢. عطية، ولاء محمد : فاعلية برنامج قصصي لتعديل بعض جوانب السلوك الغذائي لدى طفل الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة، ٢٠٠٩

ب. المراجع الأجنبية:

- Darity, W. A.: **International Encyclopedia of The Social Sciences**, Vol. 2, U.S.A – Macmillan Reference, 2008, 2ed Edition
- Dorothy, v.,panel, B.,school food service (U.S,A the Avi publishing company ,Tnc,1981.
- Fisherm,B , J oyful Learning in kindergarten , Revised Edition, New york, Heinemann, 1998.
- Fredric,P : Saudi Medical Journal , Food and Nutrition ,2(1),1981.
- Kellie Marie O'Connell: **Impact of HEROs (Healthy Eating to Reduce Obesity Through Schools) Study on Healthy Food Choices and Obesity among Middle School Students in Guilford Country Schools**, The University of North Carolina at Greensboro, 2005
- King,M: Nutition for Developing countries , **Great BritainmSpottiswoode Ballantyne Ltd:1980.**
- Maxine ,E,Sumati,R :Human nutrition principles and applications in India (New Delhi ,prenice – **Hall of India private limited** ,1973.
- McArthur,L : College Studenta and Awarness of food safety EricNO:EJ 762654., 2007.
- Paulus,D.,Saint-Remy,A and Jeanjean,M :Dietary habits during adolescence resultsof the Belgian AdoluxStudy, **EurJ.,Clin,Nutr.**, 55(2),130-136, 2001.
- Piperakis, S., Sotiriou, A., Georgiou, E. & Zafiropoulou, M.: Understanding Nutrition: A Study of Greek Primary School Children Dietary Habits,

-
- Before and After Classroom Nutrition Intervention, **Journal of Science Education and Technology**, Vol. 13, No.1, 2004
- Pirouznia, M.: The Influence of Nutrition Knowledge of Eating Behavior – the role of grade level, **Nutrition & Food Science**, vol.31, issue 2, 2001
- Ruamsup, J. & Charoen, A.: Knowledge, Awareness and Practice about food and nutrition of adolescence in Muang District, **Prachinburi Province**, Faculty of Economic Home Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon, 2014
- Sammuelson,G : " Dietary Habits and nutritional status in adolescents over Europe an overview of current studies in the nordie countries ",**Eur J .Clin Nut** .,54 (1),21-28,2000.
- Schlitz, M. M.: Worldview Transformation and the Development of social Consciousness, **Journal of Consciousness Studies**,Vol.17, No.7-8, 2010
- Scott, J.: **Conceptualizing The Social World, Principles of Sociological Analysis**, New York – Cambridge University Press, 2011
- Shier,N.,Torabl,M.: Nutrition science and application. Second Education ,The health education Mono graph series, **Eric No** :ED 418934,1997.
- Vaneechoutte, M.: **Experience, Awareness and Consciousness: Suggestion for Definitions as offered by an Evolutionary Approach Foundations of Science**, Vol.5, Netherlands – Kluwer Academic Publishers, 2000
- William P. Banks: **Encyclopedia of Consciousness**, Vol. 1, London – Academic Press, 2009