

تأثير برنامج حركي في تحقيق الثقافة الغذائية لطفل ما قبل المدرسة

د / شنوف خالد-أستاذ محاضر*ب - جامعة العلوم والتكنولوجيا وهران / khalchenouf@gmail.com

أ / عدة بن علي-أستاذ مساعد*أ - جامعة محمد خيضر بسكرة / addabenali71@gmail.com

أ / شلال مصطفى-أستاذ مساعد*ب - المركز الجامعي تيسمسيلت / chamustdz@gmail.com

ملخص :

يهدف البحث إلى معرفة تأثير برنامج حركي مقترح في تحقيق الثقافة الغذائية عند طفل ما قبل المدرسة ، لأجل هذا المهدف لاحظ الباحثون أن هناك بعض المظاهر السلوكية غير المرغوب فيها تنتشر بين الأطفال في تلك المرحلة ، أدت إلى ظهور مشكلات عديدة تتعلق بالثقافة الغذائية ، كما لوحظ إنتشار بعض أمراض سوء التغذية بين الأطفال في ، فقد أصبح من الضروري الإهتمام بإجراء الدراسات العلمية لتوجيه أنظار المسؤولين التربويين نحو أفضل الطرق والوسائل لإكساب طفل الروضة الثقافة الغذائية السليمة .وعلى هذا الأساس تم طرح التساؤل التالي : إلى أي مدى تم إكساب التربية الغذائية لطفل الروضة ؟ ولإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث وقد إستعان الباحثون بإحدى التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعة واحدة .الباحثون عملوا على أطفال الروضة من (4 : 6) سنوات .

الكلمات المفتاحية : الأنشطة الحركية، الثقافة الغذائية ، الروضة.

program impact in achieving food culture pre-school child

Abstract

The research aims to find out the impact of the animation program proposed in achieving food culture at the pre-school children, to this end, researchers have noted that there are some unwanted behavioral manifestations spread among children at that stage, led to the emergence of many problems related to food culture, as noted the spread of some diseases of malnutrition among children, it has become necessary to conduct scientific studies to direct the attention of the educational officials about the best ways and means of giving the child the kindergarten sound food culture .On this basis, the following question was raised: to what extent were the professionalization of nutritional education kindergarten child? To answer this question, the curriculum has been the use of experimental approach to nature of this research researchers have used in one of the experimental designs, the experimental design one group .researchers worked on the children of kindergarten (4:6) years

Keywords: kinesthetic activities, food culture, the kindergarten

مقدمة

ان العصر الحالي بموج بالكثير من التطورات في شتى مجالات مما يلقي المسؤولية على المجتمعات للإهتمام بإعداد أطفالها إعداداً متكاملأ لمواجهة تلك التحديات ولمواكبة متغيرات القرن الجديد .
ومرحلة ما قبل المدرسة قد احتلت مكانة متميزة في اهتمامات الكثير من دول العالم في الاونة الاخيرة ومنها الجزائر ، ويعد الاهتمام بها من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم الأمم و رقيها ، حيث أصبحت ثروة الشعوب لا تقاس بما تحتويه أراضيها من كنوز طبيعية بل بمدى صقلها لمواهب أبنائها ومساعدتهم علي النمو السليم كي يساهموا في إنشاء الحضارات و رقيها .
وأهم ما يميز هذه المرحلة هو الميل الطبيعي للعب والحركة ، فعن طريق هذا الميل يتعلم الطفل ، وقد فطن علماء التربية الحديثة إلي أهمية اللعب والحركة ووجدوا أنها ميزة من المميزات التي يجب استغلالها والاستفادة منها ، ويمكن تربية الطفل وتنمية قدراته البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية والأخلاقية إذا ما كان في حالة حركة ونشاط محبب إلى نفسه . (الخولي، 1994، ص21-22).
والثقافة الغذائية من أهم ما يمكن إكسابه للطفل في هذه المرحلة والتي يتسع خلالها نطاق اهتماماته وخبراته ولذلك فمن الضروري الاهتمام بغرس الثقافة الغذائية في نفس الطفل بصورة غير مباشرة من خلال القدوة والتشجيع المستمر وتقديم المواقف السلوكية الموجهة ، والجال الغذائي في السنوات الاخيرة قد زاد الإهتمام به على المستوى العالمي والقومي وذلك نظراً لقلة الوعي الغذائي السليم وبالتالي فإن نسبة الأفراد الذين قد يعانون من سوء التغذية ليس بالقليل . (المخللاتي، 1991، ص112).

1. مشكلة البحث:

لوحظ أن هناك بعض مظاهر سلوكية غير مرغوب فيها تنتشر بين الأطفال في تلك المرحلة ، أدت إلى ظهور مشكلات عديدة تتعلق بالثقافة الغذائية ، كما لوحظ إنتشار أمراض الأنيميا وبعض أمراض سوء التغذية بين الأطفال في منطقة تيارت، فقد أصبح من الضروري الإهتمام بإجراء الدراسات العلمية لتوجيه أنظار المسؤولين التربويين نحو أفضل الطرق والوسائل لإكساب طفل الروضة الثقافة الغذائية السليمة .

2. تساؤلات البحث :

1.2.. إلى أي مدى تم إكساب التربية الغذائية لطفل الروضة ؟

2.2.. إلى أي مدى تم إكساب أسس التغذية الصحية لطفل الروضة ؟

3.2.. إلى أي مدى تم إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة ؟

3. أهداف البحث :

1.3.. ترسيخ الثقافة الغذائية لطفل الروضة من خلال الأنشطة الحركية .

2.3.. التعرف على فاعلية إستخدام برنامج أنشطة حركية في إكساب الثقافة الغذائية لدى طفل الروضة .

3.3.. إعداد برنامج للأنشطة الحركية لإكساب طفل الروضة الثقافة الغذائية .

تصميم مقياس للثقافة الغذائية لطفل الروضة .

4. فرضيات البحث:

1.4. إكساب التربية الغذائية لطفل الروضة

2.4. إكساب أسس التغذية الصحية لطفل الروضة

3.4. إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة ؟

5. أهمية البحث:

إن للمربين تأثيراً قوياً على تغذية و نمو الطفل بصفة عامة سواء أكان هذا التأثير سلبياً أم إيجابياً فيكاد يجمع المربون على أن مدى إفادة الطفل من التحاقه بالروضة يتوقف على شخصية وكفاءة المربي . ولذلك ينبغي أن يقوم بالعمل في دور الحضانه ورياض الأطفال مرتبون مؤهلون تربوياً وعلمياً ولقد قام العديد من الباحثين للتعرف على مدى قيام المربي بالدور المنوط به وقد أسفرت معظم هذه الدراسات عن عدم الرضا عن الدور الذي يقوم به المربي في الروضة بصفة عامة . بالإضافة إلى وجود صعوبات تواجه الروضات . لذلك انطلقت هذه الدراسة للتعرف على الممارسات الغذائية في رياض الأطفال وتأثيرها على النمو الجسمي للأطفال

6. المصطلحات :

1.6. مرحلة الروضة :

تلك المرحلة التي يلتحق فيها الطفل برياض الأطفال ويتراوح عمر الطفل فيها بين (4 - 6) سنوات وتعتبر فترة المرونة والقابلية للتعليم وتطوير المهارات. (القرعان، 2004، ص135).

2.6. الثقافة الغذائية :

جميع المعلومات والمعارف والخبرات والسلوكيات المتعلقة بالتغذية الضرورية للحفاظ على صحة الطفل وسلامة عقله وبدنه ومساعدته على النمو وبناء خلاياه وتحديد لها للاستفادة منها في الحياة اليومية . (الخولي، 1994، 23-24) .

3.6. الأنشطة الحركية :

هي أحد الأنشطة المكونة لمنهاج النشاط في الروضة لتحقيق الخبرة التعليمية المتكاملة التي تنمي لدى الطفل مفاهيمه ومداركه ومهاراته (حركياً ومعرفياً ووجدانياً) . (الخولي، 1994، ص25)

وتهدف الجزائر إلى بناء مجتمع سليم قادر علي اتخاذ القرارات لذا فقد فكرت الدولة في حماية الطفل وتوفير النمو السليم له حتى يكون أطفالنا أفراداً أصحاء جسمياً ناضجين حركياً وإجتماعياً وعقلياً ، والطفل في حاجة أساسية للحركة والتنقل والطفل السليم هو الطفل النشط بطبيعته .

وتؤكد العديد من الدراسات علي أهمية البرامج الحركية في مرحلة الطفولة المبكرة ، حيث يبدأ الطفل في البحث عن نفسه وعن العالم من حوله من خلال الحركة والتجوال لذا ينبغي إعطائه الفرصة والمواقف التي تسمح له بتطوير المهارات المطلوبة والخبرات المختلفة ومعرفة الاتجاهات وأن تتاح له فرصة التحريب والممارسة لكي يكتسب ويتعلم قيم التعامل مع الجماعة . (الفتاح، 2002، ص230).

1.3.6. أهمية الأنشطة الحركية:

أ-تهيئة المواقف التي تشبع حاجه الطفل لتحقيق الذات .

ب- إتاحة المواقف التربوية لتفريغ إنفعالاته المكبوتة للتخلص من التوتر النفسي .

ج-تزيد قدرته علي الملاحظة والإدراك والتصور والتخيل والإبداع والإبتكار وتحليل وتفسير المواقف والقدرة علي إتخاذ القرارات .

د-تساعد برامج التربية الرياضية علي تنمية القيم الاجتماعية كالتعاون والصدق والأمانة والنظام وإنكار الذات وإحترام القانون والتكيف الاجتماعي وتوطيد العلاقات الإنسانية
هـ-تساعد على التقليل من احتمالات حدوث الإصابة .

4.6. مرحلة الطفولة :

هى الفترة التكوينية الحاسمة من حياة الفرد ، وذلك لأنها الفترة التي يتم فيها وضع البذور الأولى للشخصية والتي تتبلور وتظهر ملامحها في مستقبل حياة الفرد ، وهى الفترة التي يكون فيها الطفل فكرة واضحة عن نفسه ، ومفهوماً محدداً لذاته الجسمية والنفسية والاجتماعية بما يساعد على الحياة في المجتمع ، ويمكنه من التكيف السليم مع ذاته .

ولهذه المرحلة أهميتها في التنمية الشاملة والمتكاملة للطفل في المجالات العقلية ، والجسمية ، والحركية ، والانفعالية ، والخلقية ، والدينية والتنشئة الاجتماعية السليمة في ظل قيم المجتمع ، ومبادئه ، وأهدافه وتلبية حاجات النمو ومطالبه الخاصة بهذه المرحلة لتمكين الطفل من أن يحقق ذاته ومساعدته على تكوين الشخصية السوية القادرة على التعامل مع المجتمع . (شاتو، 1995، ص56)

7. الدراسات والبحوث السابقة :

1.7- دراسة ماجدة عقل محمد صابر و فاطمة سعد عبد الفتاح (2002) بعنوان " برنامج تربية حركية لتنمية الوعي الصحى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة " .

تهدف الدراسة إلى تصميم برنامج تربية حركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة وأيضاً للتعرف على تأثير برنامج تربية حركية لتنمية الوعي الصحى على أطفال تلك المرحلة ، وكانت نتائج الدراسة تشير إلى أن برنامج التربية الحركية الذى طبق على المجموعة التجريبية لطفل مرحلة ما قبل المدرسة قد ساهم في تنمية الوعي الصحى وكانت هناك فروق دالة احصائيا بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في محاور الوعي الصحى .

2.7- دراسة Clersida et , all (2002) بعنوان " تحسين الصحة العامة من خلال البرامج الحركية في مرحلة الطفولة المبكرة "

تهدف الدراسة إلى أهمية البرامج الحركية في مساعدة الطفل على تنمية الحركة الأساسية وأسلوب الحياة الصحى أثناء تعلمه للمفاهيم الإدراكية والنفسية والاجتماعية ، كما أورد البحث المفاهيم الخاطئة حول النشاط البدنى المبكر وتنمية المهارات الحركية واصفاً أساليب تيسير النشاط البدنى وموضحاً أن تلك الأنشطة يجب أن تتناسب مع مراحل نمو الطفل كما يجب أن تتضمن وتعزز مجالات أخرى للنمو كما يجب أن تحظى بقدر من التعزيز السياقي المباشر .

3.7- دراسة تورست G Trost et , all (2003) : " النشاط البدنى بين أطفال ما قبل المدرسة من زائدى و غير

زائدى الوزن "

تهدف الدراسة إلى مقارنة مستويات النشاط البدني بين الأطفال زائدي و غير زائدي الوزن في سن 3 - 5 سنوات من الحاضرين في رياض الأطفال . كان الهدف من الدراسة هو تقييم الفروق المرتبطة بزيادة الوزن في المحددات الأبوية المرتبطة للسلوك البدني للطفل ، وقد استخدمت الدراسة أسلوب المسح العرضي ، وقد أظهرت النتائج أن الأولاد زائدي الوزن كانوا أقل نشاطاً بدنياً بشكل دال مقارنة بأقرانهم غير زائدي الوزن أثناء اليوم الدراسي ، وتقرح النتائج أن نسبة كبيرة من الأطفال مفرطى الوزن قد يتعرضون لمزيد من اكتساب الوزن بسبب انخفاض مستوى النشاط البدني أثناء اليوم الدراسي .

4.7- دراسة Nicola J Spurrier et , all (2008) بعنوان : "العلاقة بين بيئة المنزل والنشاط البدني والنسق الغذائي رياض الأطفال "

تهدف الدراسة إلى فحص العلاقة بين سمات بيئة المنزل و النشاط البدني والنسق الغذائي لأطفال رياض الأطفال حيث تمت الزيارة لمنزلهم مع الحصول على المعلومات بالملاحظة المباشرة والمقابلات الشخصية مع الآباء فيما يتعلق بالسمات البدنية و التغذوية لبيئة المنزل ، وقد تم قياس النشاط البدني للطفل والسلوك غير الصحي والنسق الغذائي باستخدام استبيانات رأى أولياء الأمور المعيارية ، وقد ارتبط انخفاض معدل استهلاك الخضر والفاكهة مع تذكير الطفل بضرورة تناول الطعام و تقديم حوافز تغذية له لتناول الوجبة الأساسية ، كما ارتبط ارتفاع استهلاك الأطعمة غير الأساسية بمنح الطفل مكملات غذائية و تقديم حوافز لتناول الوجبة الأساسية .

5.7- دراسة Weker H; et , all (2008) بعنوان : " الاعتبارات العامة والقياس لتغذية رياض الأطفال "

تهدف الدراسة إلى قياس تغذية أطفال ما قبل المدرسة ، وكانت نتائج الدراسة تشير إلى أن أغلب هؤلاء الأطفال يستهلكون بشكل منتظم الوجبات الأساسية : الإفطار والغداء والعشاء ، لوحظ وجود عادة تناول وجبات خفيفة بين الوجبات في 91٪ من الأطفال ، كما أظهرت الدراسة أن النظم الغذائية للأطفال إحتوت على المنتجات التي تعتبر مصدراً للأحماض الدهنية غير المفصلة (رقائق البطاطس والحلوى والبسكويت والسمن المهدرج) وكذلك السكريات المفرطة (الطوفي والمصاصة واللبن ، كما أكدت الدراسة على ضرورة التوزيع الدائم للعناصر الأساسية للتغذية بين أطفال رياض الأطفال . وتتفق هذه الدراسات مع الدراسة الحالية على التأكيد على أهمية الثقافة الغذائية لطفل ما قبل المدرسة وأهمية العناصر الغذائية اللازمة للنمو والبناء الجسمي .

8. منهج البحث والإجراءات الميدانية :

1.8. منهج البحث :

إستخدم الباحثان المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث وقد إستعانا بإحدى التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعة واحدة .

2.8. مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع هذا البحث أطفال الروضة من (4 - 6) سنوات . والبالغ عددهم (25) خمسة وعشرون طفلاً وطفلة وذلك من اجمالي مجتمع العينة البالغ عددها (60) ستون طفلاً وطفلة وذلك بنسبة مئوية قدرها 41.66٪ من اجمالي مجتمع البحث ، بالإضافة إلى (20) عشرون طفلاً وطفلة وذلك بنسبة مئوية قدرها 33.33٪ تم تطبيق الدراسات الإستطلاعية عليهم وتم استبعاد (15) خمسة عشرة طفلاً

9. مرحلة الإعداد للتجربة وتتضمن :

1.9. إعداد وسائل جمع البيانات وتمثلت في :

1.1.9. - مقياس الثقافة الغذائية للأطفال .

2.1.9. - استمارة مقابلة معلمات رياض الأطفال للتعرف على مدى أهميه الدراسة .

3.1.9. - استمارة استطلاع معلمات الروضة لاختيار القصص والأنشطة الحركية المقدمة للأطفال الروضة .

4.1.9. - استمارة إستبيان لتحديد أهم محاور الثقافة الغذائية لطفل الروضة .

5.1.9. - الأنشطة التعليمية الحركية .

2.9. إعداد مواد المعالجة التجريبية وتمثلت في :

1.2.9. محتوى برنامج الأنشطة الحركية لإكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة وتنقسم إلى :

أ - الجزء التمهيدي ويشتمل على ألعاب للإحماء .

ب- الجزء الأساسي (البرنامج) ويشتمل على الأنشطة الحركية .

ج- الجزء الختامي ويشتمل على أنشطة وألعاب غنائية .

2.2.9. مراحل تصميم برنامج الأنشطة الحركية المقترح لإكساب الثقافة الغذائية :

تصميم برنامج الأنشطة الحركية للأطفال قيد البحث في ضوء خصائص النمو للمرحلة السنية وذلك بالرجوع للكتب والمراجع العلمية والدراسات السابقة ، وقد توصلنا إلى ما يلي :

1.2.2.9. - هدف البرنامج :

يهدف هذا البرنامج إلى تنمية بعض من الثقافة الغذائية لطفل الروضة ، وذلك من خلال وضع الطفل في مواقف حركية مستمدة من البيئة المحيطة به .

2.2.2.9. - الغرض من البرنامج :

يعمل البرنامج على إكساب الأطفال مجموعة من الثقافة الغذائية وهي التربية الغذائية ، ومكونات الغذاء واسس التغذية الصحية .

3.2.2.9. - أسس وضع البرنامج :

- أن يحقق البرنامج الهدف المنشود .

- أن تناسب الأنشطة الحركية خصائص النمو لهذه المرحلة .

- أن تتسم الأنشطة الحركية بالتشويق والإثارة والجاذبية .

- أن تسهم الأنشطة الحركية في تنمية الثقافة الغذائية عند الأطفال .

4.2.2.9. - محتوى البرنامج :

من خلال الإطلاع على بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة قام الباحثان بإختيار مجموعة من القصص المناسبة للأطفال الروضة وتمثلت في (5) قصص ، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال الطفولة للتأكد من مدى مناسبتها لطفل الروضة وإتفق المحكمون على (3) قصص .

5.2.2.9. - عرض البرنامج على السادة الخبراء :

تم عرض البرنامج على السادة الخبراء وقام الباحثان بعمل التعديلات التي أشاروا إليها .

6.2.2.9. - التقسيم الزمني للبرنامج : استغرق زمن تطبيق البرنامج ثلاث أسابيع ، بواقع وحدة تعليمية أسبوعياً ، تم

تجزئتها (3) مرات أسبوعياً للمجموعة التجريبية بالبرنامج المقترح .

10. إجراءات تجربة الدراسة (برنامج الأنشطة الحركية لإكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة)**1.10. التجربة الاستطلاعية :**

بعد الوصول الى الصورة النهائية للبرنامج المقترح قام الباحثان بإجراء التجربة الإستطلاعية على (20) عشرون طفلاً وطفلة وذلك بهدف التعرف على :

- مدى إستجابة عينة البحث للبرنامج المقترح .
 - مدى ملائمة أسلوب وعرض البرنامج بالنسبة للأطفال .
 - مدى مناسبة الأدوات والإمكانات المستخدمة في تطبيق البرنامج .
 - مدى مناسبة الأنشطة الحركية لمستوى الأطفال وقدراتهم .
 - الصعوبات التي تعترض تطبيق تجربة البحث على الأطفال .
 - مناسبة الزمن لتطبيق البرنامج .
- وقد أسفرت نتائج هذه التجربة عن مناسبة البرنامج المقترح لطفل الروضة

11. الوسائل الإحصائية :

استعمل الباحثون النسبة المئوية في تحليل النتائج.

12. خطوات إجراء تجربة الدراسة الأساسية**أ . القياس القبلي**

قام الباحثان بإجراء القياس القبلي بتطبيق مقياس الثقافة الغذائية على عينة البحث ومقداره (25) طفلاً وطفلة كما هو موضح من الجدول رقم (1) تم قياس المستوى المعرفي للأطفال من خلال مقياس الثقافة الغذائية قيد البحث لتكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والاهمية النسبية للجانب الإيجابي لآراء عينة البحث في مقياس الثقافة الغذائية لطفل الروضة (القياس القبلي)

م	المحور	التساؤلات ؟	أوافق		لا أوافق		الاهمية النسبية % للجانب الإيجابي
			ك	%	ك	%	
1	الأول	تحب شرب اللبن واكل الخضروات والفواكة	5	20	20	80	20
2		تفضل شراء الكولا و الشيبسي والبونبون	21	84	4	16	21
3		تحب شراء الأكل الجاهز المعد خارج المنزل	17	68	8	32	17
4		تحب الإفطار قبل الذهاب إلى المدرسة	10	40	15	60	10
5		تحب شراء الحلويات في الوان ورائحة	22	88	3	12	22
1	الثاني	تحب تغسل ايديك قبل الاكل وبعدة	7	28	18	72	7
2		تفضل غسل الخضروات والفاكهة قبل تناولها	10	40	15	60	10
3		تحب تناول الأطعمة المكشوفة	20	80	5	20	20
4		تفضل شراء الأطعمة من الباعة الجائلين	17	68	8	32	17
5		تأكل الطعام الذي يسقط منك على الأرض	9	36	16	64	9
1	الثالث	تفضل الجلوس بمفردك أثناء تناولك الطعام	6	24	19	76	6
2		تحب تناول الطعام امام التلفيزيون	21	84	4	16	21
3		تحب أن تلعب أثناء تناولك الطعام	16	64	9	36	16
4		تقوم بذكر اسم الله والدعاء عند بداية تناولك للطعام	3	12	22	88	3
5		تحب تمسك الملعقة باليد اليسرى عند الأكل	14	56	11	44	14
1	الرابع	توجد الفيتامينات في الحلوى والمياة الغازية	22	88	3	12	22
2		يوجد الكالسيوم في الحوم	10	40	15	60	10
3		الوجبة الغذائية الكاملة تحتوى بروتينات وفيتامينات ونشويات	4	16	21	84	4

36	9	64	16	36	9	تحب شرب الماء كثيرا أثناء اليوم		4
64	16	36	9	64	16	يوجد فيتامين B في البرتقال		5
32	8	68	17	32	8	تحب تناول الوجبات الخفيفة المغذية (زبادي - عصير - فاكهة ...) بين الوجبات الأساسية	الخامس	1
84	21	16	4	84	21	تحب الطعام المطهو جيدا		2
28	7	72	18	28	7	تضع الطعام المتبقى منك بعد تناولك لة في الثلاجة		3
88	22	12	3	88	22	تحب تشرب المياه الغازية اثناء تناول الطعام		4
24	6	76	19	24	6	تحب ان تمضغ الطعام جيدا		5

ب . إجراء التجربة البحثية :

قام الباحثان عقب انتهاء القياس القبلي بتطبيق برنامج الانشطة الحركية على عينة البحث.

ج . القياس البعدي :

قام الباحثان بعد انتهاء المدة المحددة لتطبيق برنامج الانشطة الحركية على عينة البحث الأساسية تم إجراء القياسي البعدي .

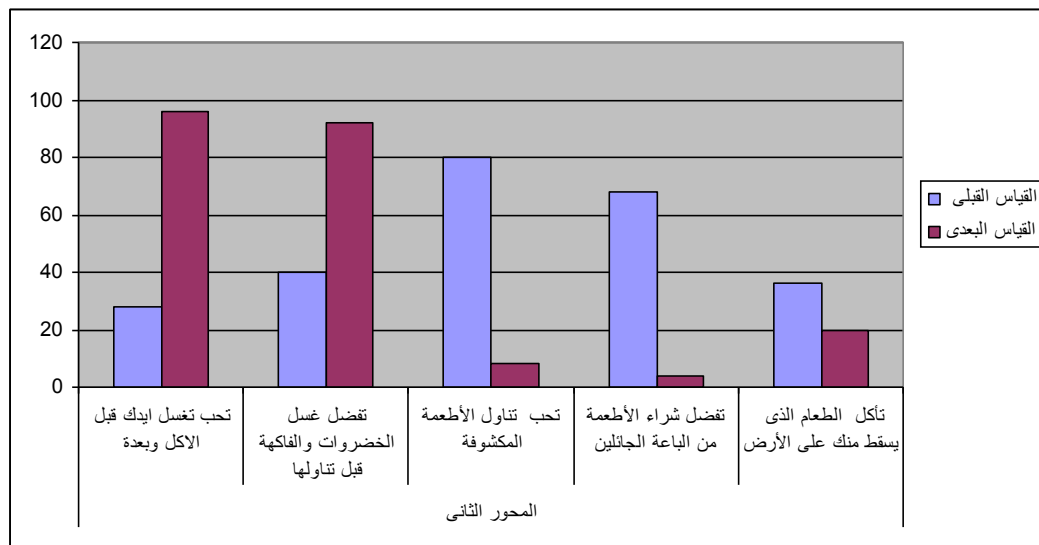
13. عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

تكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والاهمية النسبية للجانب الإيجابي لآراء عينة البحث

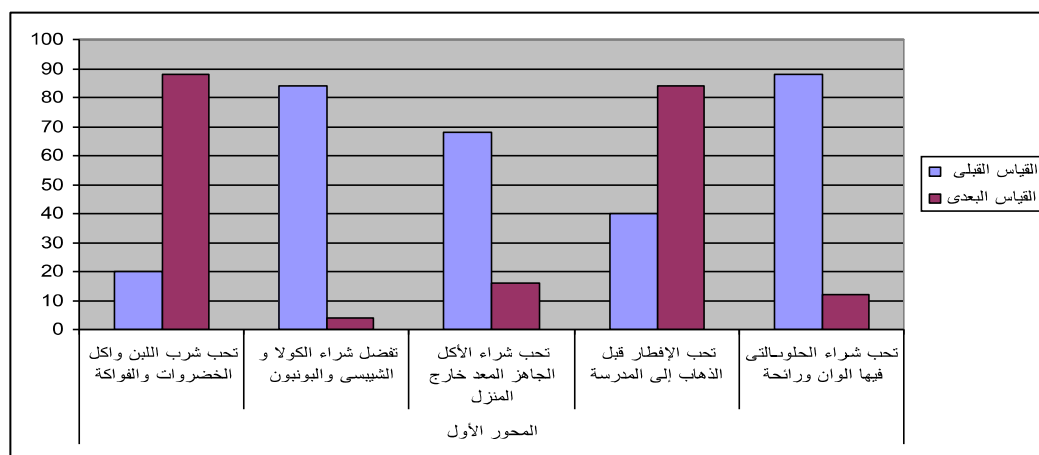
في مقياس الثقافة الغذائية لطفل الروضة (القياس البعدي)

م	المحور	التساؤلات ؟	أوافق		لا أوافق		الوزن النسبي	الاهمية النسبية % للجانب الإيجابي
			ك	%	ك	%		
1	الأول	تحب شرب اللبن واكل الخضروات والفاكهة	22	88	3	12	22	88
2		تفضل شراء الكولا و الشيبسي والبونبون	1	4	24	96	1	4
3		تحب شراء الأكل الجاهز المعد خارج المنزل	4	16	21	84	4	16
4		تحب الإفطار قبل الذهاب إلى المدرسة	21	84	4	16	21	84
5		تحب شراء الحلويات فيها الوان ورائحة	3	12	22	88	3	12
1	الثاني	تحب تغسل ايديك قبل الاكل وبعده	24	96	1	4	24	96
2		تفضل غسل الخضروات والفاكهة قبل تناولها	23	92	2	8	23	92
3		تحب تناول الأطعمة المكشوفة	2	8	23	92	2	8
4		تفضل شراء الأطعمة من الباعة الجائلين	1	4	24	96	1	4
5		تأكل الطعام الذي يسقط منك على الأرض	5	20	20	80	5	20
1	الثالث	تفضل الجلوس بمفردك اثناء تناولك الطعام	6	24	19	76	6	24
2		تحب تناول الطعام امام التليفزيون	7	28	18	72	7	28
3		تحب أن تلعب اثناء تناولك الطعام	3	12	22	88	3	12
4		تقوم بذكر اسم الله والدعاء عند بداية تناولك للطعام	25	100	-	-	25	100
5		تحب تمسك المعلقة باليد اليسرى عند الأكل	2	8	23	92	2	8
1	الرابع	توجد الفيتامينات في الحلوى والمياه الغازية	3	12	22	88	3	12
2		يوجد الكالسيوم في اللحوم	4	16	21	84	4	16
3		الوجبة الغذائية الكاملة تحتوي بروتينات وفيتامينات ونشويات	23	92	2	8	23	92
4		تحب شرب الماء كثيرا أثناء اليوم	23	92	2	8	23	92
5		يوجد فيتامين B في البرتقال	5	20	20	80	5	20
1	الخامس	تحب تناول الوجبات الخفيفة المغذية (زبادي - عصير - فاكهة ...) بين الوجبات الأساسية	21	84	4	16	21	84
2		تحب الطعام المطهو جيدا	22	88	3	12	22	88
3		تضع الطعام المتبقى منك بعد تناولك لة في الثلاجة	21	84	4	16	21	84
4		تحب تشرب المياه الغازية اثناء تناول الطعام	4	16	21	84	4	16
5		تحب ان تمضغ الطعام جيدا	23	92	2	8	23	92

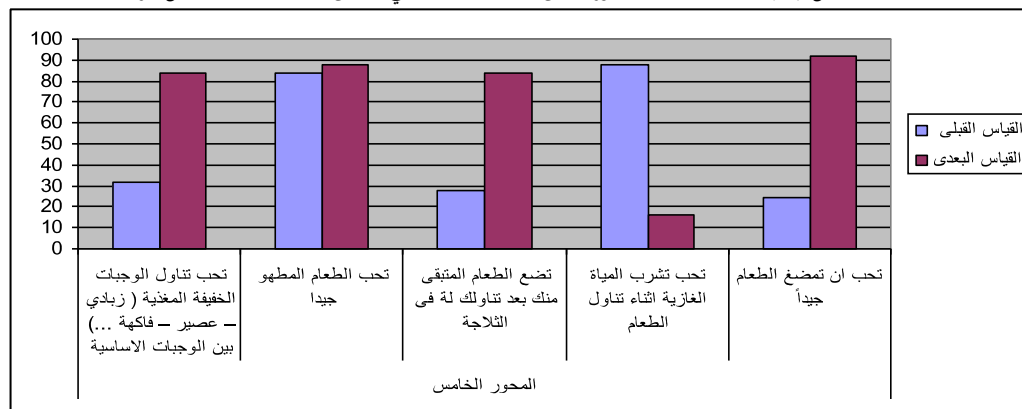
شكل (1) الاهمية النسبية لمحور التربية الغذائية في مقياس الثقافة الغذائية لطفل الروضة



شكل (2) الاهمية النسبية لمحور نظافة الغذاء في مقياس الثقافة الغذائية لطفل الروضة



شكل (3) الاهمية النسبية لمحور أسس التغذية الصحية في مقياس الثقافة الغذائية لطفل الروضة



يتضح من جدول رقم (1) ، (2) وأشكال أرقام (1) ، (2) ، (3) ، التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية للجانب الإيجابي لأراء عينة البحث في مقياس الثقافة الغذائية لطفل الروضة في القياس البعدي لمحاور الثقافة الغذائية (التربية الغذائية ، مكونات الغذاء ، أسس التغذية الصحية) ويعزو الباحثون النتيجة إلى أن عينة الدراسة التي استخدمت الأنشطة الحركية

في شكل قصص حركية قد حققت نسبه تقدم في إكتساب أطفال الروضة الثقافة الغذائية قيد البحث بالمقارنة بالقياس القبلي ، وهذا التغير يرجع إلى أن الأنشطة الحركية الملازمة للموقف أدت إلى إكتساب الثقافة الغذائية عند الطفل وتثبيتها بشكل جيد من خلال ربط الحركة التمثيلية بالثقافة التي اكتسبها ، وهذا ما أكدته الدراسة الحالية في إكتساب أطفال الروضة للثقافة الغذائية قيد البحث على أهمية القصة الحركية لما لديها من القدرة علي جذب الانتباه والتشويق وإثارة الخيال لذا يمكنها أن تكون عنصرا فعالا في النمو .

14. الاستنتاجات والتوصيات:

1.14. الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث وفي ضوء المنهج المستخدم والإجراءات التي اتخذها الباحثون وما تم تحقيقه من الإجابة على التساؤلات أمكن التوصل إلى الإستخلاصات التالية :

البرنامج المقترح للأنشطة الحركية المستخدمة في الدراسة تؤثر تأثيراً إيجابياً وفعالاً في تنمية الثقافة الغذائية (التربية الغذائية ، مكونات الغذاء ، أسس التغذية الصحية) قيد البحث لدى أطفال الروضة .

2.14. التوصيات :

1. ضرورة الاهتمام بوضع برامج للثقافة الغذائية تبدأ بمرحلة رياض الأطفال حتى نهاية المرحلة الثانوية .
2. ضرورة الاهتمام باستخدام الحركة لأطفال الروضة لإكسابهم نواحي ثقافية ومعرفية وتربوية كطريقة جذابة وشيقة يستطيع الأطفال التعلم من خلالها .
3. ضرورة تدريب وتأهيل معلمات رياض الأطفال على طرق غرس وإكساب الثقافة الغذائية للنشء في مرحلة الروضة .

المراجع

1. احمد خليل القرعان ، (2004) : " الطفولة المبكرة " ، ط 1 ، عمان ، دار الإسراء للنشر .
2. أسامة كامل راتب ، أمين الخولي ، (1994) : " التربية الحركية للطفل " ، ط 3 ، القاهرة ، دار الفكر .
3. جلال الدين المخلائتي ، (1991) : " التغذية و صحة الانسان " ، طبعة 2 ، الرياض ، دار النشرو التوزيع .
4. روث م. بيرد ، جان بياجيه ج (1997) : " سيكولوجية نمو الأطفال " ، ترجمة فيولا فارس البلاوي ، القاهرة مكتبة الانجلو المصرية .
5. جان شاتو (1995): لعب الأطفال في كتاب علم نفس الطفل " ، ترجمة حافظ جمال ، مراجعة سعيد ديبسي دمشق، مطبعة ، دمشق .
6. ماجدة عقل محمد صابر ، فاطمة سعد عبد الفتاح (2002): " برنامج تربية حركية لتنمية الوعي الصحي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسه " ، انتاج علمي ، القاهرة، دار الفكر .