



(٨٥١) (٨٧٢)

العدد الرابع
والثلاثون

عدد خاص بوقائع مؤتمر رياض الاطفال المؤسوم
بـ(الاتجاهات المستقبلية لإطفال ما قبل الدراسة)
أثر التكامل بين التغذية والأنشطة الرياضية لدى طفل الروضة

م. م. هدى عبد الرزاق سالم

Huda.AbdulRazzaq@uowasit.edu.iq

م. م. نور صالح علوان الشمري

Nour.Saleh@uowasit.edu.iq

جامعة واسط/كلية التربية الأساسية

المستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر التكامل بين التغذية والأنشطة الرياضية لدى طفل الروضة، ولتحقيق هذا تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، واستخدمت الاستبانة والمقابلة كأدوات لجمع البيانات، وتألفت عينة البحث من (١٤٨) طفلاً من أطفال الرياض بالمدارس الحكومية التابعة لمديرية تربية واسط، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية العنقودية، و (٦) مقابلات وباستخدام البرنامج الإحصائي (Spss) في تحليل البيانات، وأظهرت نتائج الدراسة أن الأداة قد حصلت على متوسط عام بلغ (٢.٩٦) من (٤.٠٠)، وعلى مستوى المجالات؛ حصل محور (ومفهوم التغذية على متوسط (٢.٨٩)، يليه محور وكلاهما بتقدير (مرتفعة) ، بينما يوافقن بدرجة مرتفعة جداً على عمل الأطفال خلال مدة استراحة الأطفال للتغذية بمتوسط (٢.٥٠) كما بينوا الأطفال في المقابلات الشخصية أن التغذية والأنشطة الرياضية التي يمارسها الأطفال في الروضة التي يحضرها ويمارسها الأطفال صحية، وأن هنالك وعي من قبل الاسر في نوع الغذاء والأنشطة الرياضية المقدمة للأطفال. وفي ضوء نتائج الدراسة تم تقديم جملة من التوصيات والمقترحات لإدخال مفهوم التغذية وتنوعها للطفل كمقررات في تأهيل وتدريب الأطفال واسرهم على نوعية التغذية .

الكلمات المفتاحية: التكامل، التغذية، الأنشطة الرياضية ، طفل الروضة.

The Impact of Integrating Nutrition and Sports Activities in Kindergarten
Children

Assis.Lec. Huda AbdulRazzaq Salem

Huda.AbdulRazzaq@uowasit.edu.iq



Assis.Lec.Nour Saleh Alwan Al-shammari

Nour.Saleh@uowasit.edu.iq

Wasit University/College of Basic Education

Abstract

This study aimed to identify the impact of integration between nutrition and sports activities on kindergarten children. To achieve this, the descriptive survey approach was used, and questionnaires and interviews were used as tools for data collection. The research sample consisted of (148) kindergarten children in government schools affiliated with the Wasit Education Directorate. They were selected using a cluster random sampling method, and (6) interviews were conducted. Using the statistical program (SPSS) to analyze the data, the study results showed that the tool obtained an overall average of 2.96 out of 4.00. At the domain level, the axis of (nutrition concept) obtained an average of (2.89), followed by the axis, both of which received a (high) rating. While they agreed to a very high degree that children work during the children's lunch break, with an average of (2.50). The children also indicated in personal interviews that the nutrition and sports activities that children practice in the kindergarten they attend and practice are healthy, and that there is awareness among families about the type of food and sports activities provided to children. In light of the results The study presented a set of recommendations and proposals to introduce the concept of nutrition and its diversity for children as courses in qualifying and training children and their families on the quality of nutrition.

مشكلة البحث :

إن التربية عملية تعليم وتعلم في الوقت نفسه، وبما أن أحوال الحياة العصرية تحتم على كل إنسان أن يتعلم كل يوم، وقد أصبحت التربية والتعليم ضرورة، فهي بمنزلة تلقيح يجعل من الزهور التي تمثلها الاجيال الناشئة ثمرات يانعة تتضج بمرور الزمن. (زابر و عايز، ٢٠٠٠، ١٦)
وأن من أبرز ملامح العصر الذي نعيشه التقدم العلمي الهائل الذي انعكس على التربية بوصفها الأداة الفاعلة في إحداث التغييرات المطلوبة في إعداد الإنسان للحياة ، فالتربية لها الدور الفاعل في تقدم الأمم والشعوب والإسهام في تقدم المجتمع وتحقيق اماله وتطلعاته. (التميمي، ٢٠١٥، ١)



ومن خلال مرحلة التربية، يتبين لنا أن الطفولة بمراحلها المتعددة وخاصة مرحلة الطفولة المبكرة من أهم فترات العمر ، وأهم مرتكزات الحياة الإنسانية ، إذ يقاس تقدم المجتمع ورفقيه بمدى الاهتمام بدراسة الطفولة لأنها تعني الاهتمام بالمستقبل ، وهي مرحلة إعداد الإنسان لمسيرة الحياة، وفيها تحدد مسارات نموه الجسمي والعقلي والوجداني . ففي هذه المرحلة تتكون لدى الطفل طريقة التفكير ، ويحتفظ في ذاكرته بالخبرات التي مر بها ويتعلم اللغة من خلالها . (رنتيسي ، ٢٠٠٤ : ١)

وإن السنوات الأولى من حياة الطفل تعد من أهم المراحل العمرية ، لما لها من أثر في بناء الإنسان وتحديد معالم شخصيته ، وفيها تتجه معظم قدراته واستعداداته نحو الظهور والتناقص والتثبيت (الناشف ، ١٩٨٤ : ٥٨)

وقد توصل بلوم (Bloom) بدراساته المتنوعة للطفولة المبكرة إلى أن السنوات الأولى تكون حاسمة في حياة الطفل ، إذ إنه يتأثر تأثيرا كبيرا بالبيئة المحيطة به ، وأنه يجب الاهتمام بتنمية قدراته العقلية و الإدراكية منذ الولادة، وفي هذه المرحلة تنمو القدرات العقلية والاستعدادات نموا سريعا قياسا إلى المراحل اللاحقة . (مردان ، ١٩٩١ : ١٠٥)

ويبدأ الطفل باستخدام العمليات العقلية المختلفة مثل الانتباه ، والتذكر ، والفهم والإدراك والتمييز والتعميم ، والتخيل ، أما التفكير فيكون حسيا عمليا ليس مجردا . (عريفج ، ١٩٨٧ : ٧٨) ويمتلك الأطفال دوافع ذاتية للتعلم منذ ولادتهم ، لذا فإن تعلم الطفل في سنواته الأولى يكون الأساس القوي في تعلمه المتواصل لبقية فترات حياته ، فالطفل لديه القدرة على اكتساب عملية التغيير في مختلف مجالات سلوكه المعرفي والوجداني والاجتماعي (كونتر، ١٩٦٥ : ٤٥)

إن دراسة الطفولة في العصر الحاضر تشكل حاجة ملحة تتطلب الوقوف على خصائص ومتطلبات هذه المرحلة المهمة من حياة الإنسان ولعل من أهم مظاهر النمو الأساسية التي تنبغي دراستها هو التغذية والأنشطة الرياضية . والمعلم كعنصر من مدخلات النظام التعليمي له دور فاعل في عملية التنشئة وخاصة في رياض الأطفال (Eliassen، 2011) حيث يشكل القدوة التي تؤثر على اكتساب الأطفال للمفاهيم والعادات الغذائية (الليلى، 2007). فالعلاقة بين خصائص معلمة الروضة واكتساب الطفل للخبرات علاقة طردية (سليم وعلي، 2010: 299). ورغم تلك الأهمية لدور المعلم كعامل مؤثر في تنشئة الطفل وخاصة في مجال اكتساب العادات الغذائية السليمة، إلا أن الدراسات في هذا المجال وخاصة مجال فترة الوجبة الغذائية يعد محدودا. وبناء على



ملاحظة الباحثة للأطفال في الروضة كمعلمة، والأطفال في المجتمع المحيط بها وما تجده من سلوكيات الأطفال نحو الغذاء، كل ذلك كان دافعا للباحثة في استطلاع ما أثر التكامل بين التغذية والانشطة الرياضية لدى لطفل الروضة ؟
أهمية البحث .:

إنَّ حياة الأطفال سر من الاسرار وهي ليس أمراً سهلاً وقد اتجه الباحثون في مجال علم النفس الطفولة فقد تركزت محاولاتهم على الوصول إلى الكيفية التي يستطيع الطفل بها استخلاص بنية كامنة من الكلام الذي يصل إلى مسامعه ، والتي تمكنه من بناء جمل كثيرة لا حصر لها ولا عد٠ (الحبر ، ١٩٩١ : ٤٩) . ان الطفولة تشكل البنيان الأول لشخصية الإنسان ومستقبله، فإذا كانت هذه المرحلة غنية بالرعاية والاهتمام، فإنها تهيئ الفرد لحياة متوازنة ومستقرة، تماماً كما تنمو البذرة المزروعة في أرض خصبة، فتنشبت بجذورها في التربة، متجاوزة التحديات، حتى تصير شجرة باسقة الظلال، تسر الناظرين بجمالها وزهوها، أما إذا افتقرت الطفولة إلى الأسس السليمة والدعم اللازم، فإن ذلك قد يؤدي إلى ضعف الشخصية وتشتتها، تماماً كالبنيان الذي يقوم على أساس واهٍ، فلا يلبث أن ينهار. (ابو معال، ٢٠٠٠ ، ٧) وأنَّ الطفل لا ينمو من تلقاء نفسه، بل انه ينمو ويتطور ويرتقي من مرحلة الى اخرى ، بقدر ما تتيح له البيئة الاجتماعية التي يتفتح فيها من عوامل التربية ومقوماتها، وهذا يعني اننا نستطيع بفعل التربية الرشيدة ، أن تؤثر في تشكيل الطفل، وان التعليم يبدأ منذ الصغر، حيث تعد مرحلة الروضة التي تشكل الاطار الرئيس في تربية الأطفال، وان التعليم لا يتضمن جميع النشاطات التي تتطلبه عمليات انماء شخصية الطفل. حيث تؤكد الدراسات التربوية والنفسية ان اللعب وترديد الاناشيد تمثل مقوماً تربوياً حيويًا في تربية الأطفال لأنه مدخل وظيفي لعالم الطفولة، ووسيط تربوي فعال لتكوين شخصيات الأطفال في سنواتهم الأولى، وأن الطفل يقضي معظم وقته في اللعب وترديد الاناشيد التي تثير جل اهتمامه. (الحوالدة، ٢٠٠٧ ، ١٣)

يُعد التكامل بين التغذية السليمة والأنشطة الرياضية عنصراً أساسياً في نمو طفل الروضة بشكل صحي ومتوازن، فالطعام الذي يتناوله الطفل يومياً يؤثر بشكل مباشر على طاقته، نموه العقلي والبدني، وقدرته على التفاعل مع محيطه. وفي الوقت نفسه، تلعب الأنشطة الرياضية دوراً كبيراً في تحسين اللياقة البدنية، وتقوية العضلات، وتعزيز القدرات الحركية والإدراكية لديه. إن الجمع بين التغذية الجيدة والنشاط البدني لا يعزز الصحة الجسدية فحسب، بل يؤثر أيضاً على الحالة النفسية والاجتماعية للطفل، مما يساعده على اكتساب مهارات أساسية مثل التركيز، الانضباط، والتعاون مع



الآخرين. ومن هنا، تبرز أهمية هذا البحث في تسليط الضوء على العلاقة الوثيقة بين التغذية السليمة والرياضة، وكيفية تحقيق التكامل بينهما لضمان نمو صحي وسليم لطفل الروضة. يعد التكامل بين التغذية السليمة والأنشطة الرياضية أحد العوامل الأساسية في دعم النمو المتكامل لطفل الروضة، حيث تؤثر العادات الغذائية الصحية ومستوى النشاط البدني على تطوره الجسدي والعقلي والاجتماعي. فالطعام يمد الطفل بالطاقة والعناصر الغذائية الضرورية للنمو، بينما تسهم الأنشطة الرياضية في تحسين اللياقة البدنية، وتعزيز التناسق الحركي، وتطوير المهارات الإدراكية والانفعالية.، التغذية السليمة هي العملية التي يحصل من خلالها الطفل على جميع العناصر الغذائية الضرورية لضمان نموه الجسدي والعقلي بشكل متوازن. وتعتمد على تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة التي توفر الفيتامينات، والمعادن، والبروتينات، والكربوهيدرات، والدهون الصحية بكميات مناسبة وفقاً لاحتياجات جسم الطفل في مرحلة الروضة. يؤدي اتباع نظام غذائي متوازن إلى تعزيز المناعة، تحسين الوظائف الإدراكية، وزيادة مستوى النشاط البدني، مما يساهم في تكامل الصحة البدنية والعقلية للطفل. كما أن العادات الغذائية الصحية في هذه المرحلة التأسيسية تساهم في ترسيخ أنماط غذائية سليمة تستمر مدى الحياة. العناصر الغذائية الضرورية تساهم في بناء الأنسجة والعضلات وتعزز مناعة الجسم. (العابد، ١١، ٢٠١٤).

تهتم الدول بمرحلة الطفولة ورياض الأطفال فهي الفترة الحاضنة للموارد البشرية المستقبلية، وتعنى بتحقيق النمو الشامل المتكامل للطفل من خلال توفير الظروف الملائمة لهذا النمو. فمرحلة الطفولة مرحلة غراس تتشكل فيها شخصية الطفل ويكتسب المبادئ والقيم المرغوبة. فهي مرحلة فريدة من حياة الإنسان ويعتمد النمو الشامل للطفل (وصحة الجسم والتغذية على الخبرات الأولى للطفل) (ال سعود، ٩، ٢٠١٦) ولما تتميز به فترة الطفولة من النمو البدني الرياضي اهتمت دراسات متعددة بتغذية الطفل وأثرها على النمو في. وتعد فترة التغذية جزءاً لا يتجزأ من النظام التربوي في الطفل. وركزت الدراسات على مواصفاتها ومكوناتها وفوائدها والنشاطات الرياضية المصاحبة لها خبرة تعليمية غنية بالمواقف الاجتماعية والحركية والقيمية والعلمية التي يكتسبها الطفل (العابد، ٢٣، ٢٠١٤)

يكون الطفل ثقافته الغذائية من خلال ما يحيطه من مؤثرات وما يمارسه يوميا أو يمارس أمامه. فإذا نشأ في بيئة ليس لديها ثقافة غذائية سليمة سوف تترجم إلى عادات غذائية غير سليمة مما يؤثر سلباً على صحته. ويعد تدريب الطفل على العادات الغذائية الصحيحة من أهم أدوار معلمة رياض



الأطفال (الميري وآخرون، ٢٠١٤، ٢٦) ويتنوع تفاعل المعلمين مع الأطفال أثناء مدة الاستراحة للتغذية (أوسوسكي وزملاؤه، ٢٠١٣، ٤٢٢) وتبين في عدد من الدراسات أن العلاقة بين معرفة المعلمين وممارساتهم كانت منخفضة (أوغادا، ٢٠١٥) ودراسة هوجر (Sepp & Hijer، 2016)، فقد ركزت على الوجبة السليمة لدى الأطفال من حيث عناصرها أو أثر برنامج غذائي محدد لفئات من ذوي الاحتياجات الخاصة، ودراسة (ال غيهب، ٢٠١٩) التي تناولت ممارسات معلمات رياض الأطفال في اكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة ولوحظ قلة الدراسات التي تتناول معرفة أثر التكامل بين التغذية والأنشطة الرياضية لدى طفل الروضة. وبما أن عملية تطوير رياض الأطفال ينبغي أن تشمل جميع مكونات النظام التعليمي لرياض الأطفال، وبناء على الحاجة إلى التعرف على الواقع ومشكلاته ليكون منطلقاً لعمليات التطوير، ولعدم توفر دراسات تشخص واقع التغذية والأنشطة الرياضية التعليمية لطفل الروضة.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على :

. أثر التكامل بين التغذية والأنشطة الرياضية لدى طفل الروضة

من خلال الاجابة على الاسئلة الآتية :

ما التكامل في مفهوم التغذية للطفل ومعلمات رياض الأطفال ؟

ما التكامل للأنشطة الرياضية للطفل و معلمات رياض الأطفال؟

حدود البحث:

تقتصر الدراسة على الحدود الآتية:

١. الحدود الموضوعية : دراسة واقع أطفال رياض الأطفال بين مفهومي الثقافة الغذائية لطفل

الروضة والأنشطة الرياضية .

٢. الحدود البشرية : أطفال رياض الأطفال الحكومية التابعة لمديرية تربية واسط.

٣. الحدود المكانية : الروضات الحكومية لرياض الأطفال التابعة لمديرية تربية واسط.

٤. الحدود الزمانية: تطبيق التجربة في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥ م.

تحديد مصطلحات البحث:

١- التكامل :



تعرفه ال غيهب ٢٠١٩ : هو البرنامج المدروس والمنظم للربط والدمج بين الانماط والعلاقات للنمو والتطور في العناصر الحية .(ال غيهب، ٨٢، ٢٠١٩)
تعرفه الباحثة : هو الربط والدمج الحيوي بين التغذية والانشطة الرياضية التعليمية .
٢-التغذية:

ويعرفها الجوراني والحمراوي ٢٠١١ بأنها "دراسة الغذاء من وجهة المضغ والبلع والهضم والامتصاص والتمثيل داخل الجسم كما تشمل طرد الفضلات خارج الجسم" (الجوراني و الحمراوي ، ٢٠١١، ١٥٣)

وتعرفها الباحثة اجرائيا بأنها: الغذاء المتكامل الذي يشمل جميع العناصر الأساسية التي يحتاجها الطفل في مرحلة النمو وفقا لاحتياجاته، وما تتطلبه من سلوكيات وعادات وقيم صحية متعلقة بالغذاء من التزام بالوقت والكمية والنظافة والتوازن وتقدير النعمة.

يعرفها صبحي، : ٢٠٠٣ بأنه " ترجمة الحقائق الصحية في مجال التغذية إلى أنماط سلوكية على مستوى الفرد والمجتمع وذلك باستخدام الأساليب التربوية لتعليم الفرد كيفية حماية نفسه من الأمراض وسوء التغذية." (صبحي، ٢٠٠٣، ١٧)

وتعرفه الباحثة بأنه النشاطات التي يؤديها من سلوكيات الأطفال لتعليم الأطفال مفاهيم وسلوكيات التغذية السليمة.

٣-الانشطة الرياضية :

بعرفها دليل المعلمة ٢٠١٦ هي "القدرة الحركية والبدنية الجسمية التي يسلكها الأطفال خلال البرنامج اليومي في الروضة، إذ يخطط لها كنشاط تعليمي تعليمي، يقصد منه استفادة الأطفال الصحية والغذائية ومتعة المشاركة الجماعية حول الالعاب التعليمية والممارسات التعليمية السلوكية والجسمية (دليل المعلمة لمنهج التعلم الذاتي لرياض الأطفال، ٢٠١٦، ١٩٥)

وتعرفها الباحثة اجرائيا : الفترة الزمنية المخصصة لأطفال الرياض ممارسة الرياضة والحركات البدنية والجسمية والالعاب اليومية .

٤-رياض الأطفال:

يعرفه يخلف ٢٠١٤ هي "مؤسسة تربوية تقبل الطفل من سن الثالثة حتى الخامسة من العمر، وهي مرحلة تختلف عن المراحل التعليمية الاخرى وهي تساعد الطفل على تهيئته لدخول المرحلة الابتدائية" (يخلف، ٢٠١٤، ١٢)



٥- طفل الروضة:

يعرفه السعيد ٢٠١٣ هو "الطفل في المرحلة العمرية الممتدة من العام الثالث حتى نهاية العام الخامس أو بداية العام السادس" (السعيد، ٢٠١٣، ٩).

- النظريات والدراسات السابقة :

أولاً: التغذية في رياض الأطفال

أن التغذية في هذه المرحلة لا تعني توفير جميع احتياجات الطفل من الطعام بل إنها تغذي ثقافتهم الغذائية أيضاً لذلك يجب على الآباء والعاملين في رياض الأطفال مساعدة الطفل على اكتساب عادات غذائية سليمة. (صادق، ٢٠٠٨، ١٨٣)

وتعد التغذية في هذه المرحلة مهمة جداً حيث النمو السريع ومتطلباته المرتكز على التغذية السليمة. فمن الأسس التي يقوم عليها منهج رياض الأطفال متابعة تغذية الطفل (الحري، ٢٠١٤، ٤٥)، سن الروضة فترة حساسة يبدأ فيها الطفل بتكوين ذوق غذائي معين ومختلف عن من حوله، لذلك لابد من مساعدة الأطفال على اكتساب انماط غذائية صحية (عثمان، ٢٠١٠، ٧٢).

ثانياً: الأنشطة الرياضية في رياض الأطفال:

تعد فترة الأنشطة اليومية في الروضة نشاطاً تربوي إذ يخطط لها كنشاط تعليمي يقصد فيه استفادة الأطفال الصحية والغذائية ومنتعة المشاركة الجماعية حول مائدة واحدة (الجابرية، ٢٠١٠). وهي من الفترات الأساسية والثابتة خلال فترات الجدول اليومي بعد فترة اللعب أو فترة العمل الصباحية، حيث يحضر الأطفال وجبات معدة مسبقاً أو يستغنوا عن ذلك إذا كانت الروضة تقدمها لهم وهو أمر يعتمد على أنظمة وإمكانات الروضة (بحري، ٢٠٠٩، ٩٥) وتعد فترة الأنشطة الرياضية والتغذية فرصة لتعزيز الكثير من المفاهيم وبالدرجة الأولى التغذية السليمة.

ثالثاً: التنشيط الغذائي :

التنشيط الغذائي يعني بالتعرف على كل ما يتعلق بالغذاء بما في ذلك العوامل التي تؤدي إلى توافره وتلك التي تساعد على الاستفادة منه وأهميته للصحة، وتعزيز التغذية السليمة يعد التغيير الذي يؤدي إلى تحسين السلوكيات الغذائية (المراسي وعبدالمجيد، ٢٠١٠، ١٢) وتلبية حاجات الطفل مثل الشعور بالاستقلالية أثناء تناول الطعام (سويم وواتسون، ٢٠١٥، ٣٥٨). فالثقافة الغذائية من أهم ما يمكن إكسابه للطفل في هذه المرحلة، والمجال الغذائي في السنوات الخيرة قد زاد الاهتمام به على المستوى العالمي والقومي وذلك نظراً لقلة الوعي والتثقيف الغذائي السليم (معافا ومحرق، ٢٠١٢).



رابعاً: معايير التغذية في مرحلة الطفولة :

إن معلمي الطفولة المبكرة مسؤولون بالتعاون مع الاسر عن ضمان دفع البرنامج بالتطور قدماً، ولضمان الملاءمة يجب أن يمتلك المعلمات قدراً كبيراً من المعرفة والمهارة والتدريب فالأطفال الملتحقون بما قبل المدرسة يتباينون على نحو ملموس فيما يعرفونه وما يستطيعون القيام به (كوبل وسو، ٢٠١١، ٢٣٦) وحددت معايير الجودة للطفولة المبكرة لإدارة التربية في ميتشغن (٢٠١٣) الجوانب التالية" لصحة الطفل في مجال التغذية المعيار التالي: يتناول البرنامج الصحة التغذوية للأطفال. " ويندرج ضمنه عدد من المؤشرات منها (مجلس التربية بولاية ميتشغن، ٢٠١٣، ٩٧)

- تقدم معلومات لإحالة الأطفال إلى الشركاء في مجال الصحة الغذائية لتلبية الاحتياجات الوقائية
- توفير الوقت الكافي لكل طفل لتناول الطعام وممارسة الطفل الرياضة.
- دمج البستنة لبناء مواقف وسلوكيات غذائية صحية.
- توفر الخدمات الغذائية والتثقيف الغذائي الداعمة للوقاية من السمنة والحد منها.
- أما معايير التغذية لرعاية الأطفال في ولاية نورث كارولينا فأبرز ما تضمنته التالي (هيئة نورث كارولينا

لرعاية الطفل، ٢٠١٠، ٣٩)

- التقليل من إضافة الدهون والسكر، ومصادر الصوديوم.
- أن يحصل مقدمو الرعاية التدريب المناسب في مجال التغذية والغذاء.
- يجب أن يكون التثقيف التغذوي للأطفال وآبائهم أحد مكونات برنامج رعاية الأطفال.

الدراسات السابقة :

١ . دراسة (سب وهوجر Sepp & Hoijer، ٢٠١٦) هدفت الدراسة استطلاع خبرات المعلمين المتعلقة بالوجبة المدرسية كأداة للتعليم في النشاطات التعليمية المخطط لها. استخدم المنهج الوصفي وبلغت عينة الدراسة ١٣١ معلم رياض أطفال واستخدم الاستبانة والمقابلة شبه المقننة. وقد بينت نتائج الدراسة أن الوجبة المدرسية فرصة للتعليم في رياض الأطفال. وكشفت نتائج الدراسة تطور اللغة الحسية لدى كل من الأطفال والمعلمين وضعت اللغة الحسية، كما أصبح الأطفال أكثر إيجابية تجاه تذوق الطعام. واكتشف المعلمين إمكانيات جديدة لدمج التخصصات. ومع ذلك، أظهرت النتائج أن هنالك حاجة إلى نظام مفتوح ومعلمين مهتمين واثقين ومنظمة داعمة، لجعل الغذاء أداة مفيدة للتعليم في مرحلة ما قبل المدرسة.



٢ . دراسة (أوجادا Ogada ، ٢٠١٥)هدفت إلى التعرف على العلاقة بين معرفة معلمي الرياض بالتغذية وممارستهم في مقاطعة هوما بي. استخدم المنهج الوصفي وبلغت العينة ١٩٦ معلما. واستخدم الاستبيان والمقابلة والملاحظة لجميع البيانات. وتبين أن العلاقة بين معرفة المعلمين وممارساتهم كانت منخفضة، وأن عدد كبير كان غير قادر على تصنيف الطعام كما وجد أن هنالك علاقة بين التغذية الجيدة والأداء التعليمي للأطفال.

٣ . دراسة (درسيد وزملاؤها Derscheid Al.et ، ٢٠١٤)هدفت إلى تصميم وتقييم أداة لاختبار الكفاية الذاتية للمعلم لفحص ثقته في تلبية احتياجات الأطفال الغذائية والحركية وفحص العلاقة بين الكفاية الذاتية ومعرفة المعلم بالتغذية الصحية وممارسات النشاط الحركي للأطفال. استخدم المنهج الوصفي وبلغت العينة (٢١٤) مختصاً في مجال رياض الأطفال. وقد دلت النتائج على صدق الأداة في تقييم الكفاية الذاتية للمعلمين في الممارسات الغذائية الصحية في رياض الأطفال.

٤ . دراسة (أوسوسكي وزملاؤه Osowsk Al et. ، ٢٠١٣) ، هدفت إلى التعرف على واقع الوجبة المدرسية في رياض الأطفال والبيئة المدرسية مع التركيز على ممارسات المعلمين وتفاعلهم مع الأطفال أثناء الوجبة. استخدم المنهج الوصفي والملاحظة والمقابلة ومجموعات التركيز لجمع البيانات. واختيرت ٣ مدارس رياض أطفال كعينة للدراسة وأظهرت نتائج الدراسة أن للمعلم ثلاثة أدوار: ١. دور اجتماعي: بتحويل موقف الوجبة المدرسية الى مناسبة اجتماعية. ٢. دور المدرس الذي يعلم الأطفال ٣. دور لا يتعلق بتدريس الوجبة فيتتبع تفاعل المعلمين مع الأطفال أثناء الوجبة وفق إطار أسماه الباحث ACTS.

٥ . دراسة (سويزر وزملاؤها Sweitzer Al, et ، ٢٠١٠) هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدخل لزيادة استهلاك الخضار والفواكه من قبل الأطفال. واستخدم المنهج التجريبي للتعرف على أثر برنامج مصمم خصيصاً لتدريب والدي الأطفال (١٣٢) في (٦) دور رعاية وقد تبين ازدياد عدد الوجبات المقدمة فيها الخضار ولا توجد دلالة إحصائية في عدد الوجبات من الفاكهة.

٦ . دراسة (هاردي وزملاؤه Hardy et. Al ، ٢٠١٠) تناولت تقييم برنامج علاجي Munch and Move لدعم المختصين في رياض الأطفال لتعزيز الاكل الصحي والنشاط الحركي لدى الأطفال. واستخدم المنهج التجريبي لبيان أثر برنامج التدخل. وبلغت العينة ١٤ مدرسة تجريبية و١٥ مدرسة ضابطة ضمت جميعها ٤٣٠ طفلاً بمتوسط عمر ٤ سنوات في مدينة سيدني. مع خضوع العينة لاختبار قبلي وبعدي وتقييم لكل من: محتويات صندوق التغذية.



٣- منهجية البحث وإجراءاتها:

منهج البحث: انتهجت الدراسة المنهج الوصفي.

مجتمع البحث: يشمل مجتمع البحث معلمات رياض الأطفال في محافظة واسط في المدارس الحكومية التابعة لمديرية تربية واسط، ويبلغ مجتمع البحث (٥٦٣) معلمة رياض أطفال ويبلغ عدد مدارس رياض الأطفال (١٨) روضة .

عينة البحث: تم اختيار العينة بالطريقة العنقودية العشوائية عن طريق اختيار عينة من الروضات، ثم تطبيق البحث على أطفال ومعلمات الروضة بطريقة عشوائية وفقاً للتالي:

- بلغ حجم العينة الاستطلاعية (١٧٠) أطفال ومعلمة رياض أطفال من روضات حكومية في مديرية تربية واسط أي ما يمثل ٣٠% من حجم مجتمع البحث وهي نسبة مقبولة في الدراسات المسحية (yin, 2011, 8).

الاختيار عشوائياً عدد (٩) روضات من (١٨) روضة.

- حجم العينة من المعلمات هو جميع المعلمات في الروضات المختارة.

عينة المقابلات الشخصية: (٦) معلمات بواقع معلمة من كل روضة من الروضات العينة وذلك نظراً لعامل الوقت المحدد لإتمام البحث.

وقد اعتمدت الباحثة على نوعين من العينات هما:

١. عينة استطلاعية: تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (٤٠) معلمة من مفردات مجتمع الدراسة.

٢. عينة البحث: تألفت عينة البحث من (١٤٨) طفل ومعلمة من معلمات رياض الأطفال بالمدارس الحكومية التابعة لمديرية تربية واسط، اختيرت بطريقة العينة العشوائية .

واختارت الباحثة في المرحلة الاولى بأسلوب العينة العشوائية (٩) روضات من إجمالي (١٨) روضة

تابعة لمديرية تربية واسط بما يمثل (٥٠%) من إجمالي رياض الأطفال التابعة لمديرية تربية واسط.

وبعد التطبيق الميداني لأداة البحث حصلت الباحثة على (١٤٨) استبانة صالحة للتحليل الإحصائي

بنسبة (٨٧%) تقريباً من جملة الاستبانات الموزعة، حيث استبعدت الباحثة عدد (٢٢)، من

الاستبانات التي لم تتضمن الإجابة عن عدد كثير من الاسئلة، وبالتالي تألفت عينة البحث من

(١٤٨) طفل و معلمة من معلمات رياض الأطفال .



أدوات البحث :

وقد استخدمت الباحثة الادوات التالية لتحقيقها لأهداف البحث:

- الاستبانة لجمع البيانات من عينة المعلمات وتتضمن ثلاثة محاور رئيسية: مفهوم التنقيف الغذائي، الأنشطة الرياضية والحركية والجسمية لأطفال الرياض، وبنيت الاستبانة وفقاً لمقياس لكرت Likert الرباعي في درجة موافقة الأطفال الرياض والمستجيبات على العبارات لكل محور من محاور البحث. وقد استفادت الباحثة من الدراسات المماثلة في بناء الاستبانة مثل دراسة (الليلى، ٢٠٠٧) ودراسة (Hardy وزملاؤه، ٢٠١٠)

- المقابلة الشخصية وهي مقابلة شبه مقننة هدفت إلى جمع البيانات من المعلمات في الرياض وتفسير بعض البيانات التي تنتج عند تحليل الاستبانات. وكان عدد المقابلات التي تم إجراؤها (٦) مقابلات للأطفال والمعلمات.

تقدير صدق الاستبانة وأسئلة المقابلة

ومن أجل التحقق من صدق أداة البحث (الاستبانة) استخرجت الباحثة مؤشرات الصدق التالية:

١. صدق المحكمين: للتعرف على مدى صدق أدوات البحث في قياس ما وضعت لقياسه قامت الباحثة بعرض أسئلة المقابلة والاستبانة على عدد (٥) من المحكمين المختصين وذوي خبرة في مجالات البحث العلمي، وذلك للحكم على صدقها، وقد اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر من آراء المحكمين معياراً لقبول فقرات الاستبانة وأسئلة المقابلة، وأجرت التعديلات اللازمة في ضوء توصيات هيئة التحكيم، من تعديل بعض الفقرات لتصبح أكثر ملاءمة، حتى أصبحت الأداة في صورتها النهائية، وبذلك اعتبرت الباحثة أن الادوات (الاستبانة وأسئلة المقابلة) صالحة لقياس ما وضعت لأجله، وقد بلغ عدد أسئلة الاستبانة في صورتها النهائية (٦) أسئلة خاصة بالبيانات الأولية، إضافة إلى (٤٩) عبارة موزعة على ثلاثة محاور تُجيب عن أسئلة البحث وتحقق أهدافها.

٢. صدق الاتساق الداخلي للأداة: بعد تحقيق صدق المحكمين لأداة البحث طبقت الباحثة الأداة ميدانياً على العينة الاستطلاعية، للتعرف على مدى الصدق الداخلي للاستبانة فقامت بحساب معامل ارتباط

بيرسون "Correlation" Pearson بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبانة بالدرجة الكلية لمحور الذي تنتمي إليه، ويبين الجدول (١) معاملات الارتباط:

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
-------------	----------------	-------------	----------------



**0.7	7	**0.41	1	عبارات المحور الأول
**0.72	8	**0.43	2	
**0.55	9	**0.60	3	
**0.68	10	**0.60	4	
**0.43	11	**0.68	5	
		**0.46	6	
**0.77	12	**0.62	1	عبارات المحور الثاني
**0.70	13	**0.60	2	
**0.76	14	**0.77	3	
**0.78	15	**0.71	4	
**0.61	16	**0.79	5	
**0.65	17	**0.69	6	
**0.77	18	**0.64	7	
**0.57	19	**0.72	8	
**0.76	20	**0.47	9	
**0.79	21	**0.69	10	
**0.59	22	**0.76	11	

يتضح من الجدول (١) ان قيم معاملات الارتباط الداخلية (الاتساق الداخلي) لكل عبارة من عبارات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور وأن قيم معاملات الارتباط الداخلي لكل عبارة من عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور نفسه؛ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١) وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثاني تتمتع بدرجة صدق جيدة، يمكن التعويل عليها لقياس ما أعدت لقياسه. وأن قيم معاملات الارتباط الداخلي لكل عبارة من عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية للمحور نفسه؛ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١)، فيما عدا العبارة (١١) فمستوى دلالتها عند مستوى (٠.٠٥)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثالث تتمتع بدرجة صدق جيدة، يمكن التعويل عليها لقياس ما أعدت لقياسه.

ثانياً: تقدير ثبات الاستبانة: بأن تعطي أداة جمع البيانات نفس النتائج إذا أعيد استخدامها مرة أخرى تحت ظروف مماثلة. وقد تم حساب ثبات الاستبانة بالتطبيق على باستخدام معامل ألفا كرونباخ،

كما هو موضح في الجدول: (٢)



جدول (2) يوضح قيم معامل ألفا كرونباخ لأداة الدراسة (ن = 40)

محاور الاستبانة	عدد الفقرات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
مفهوم التكامل للتغذية للطفل و معلمات رياض الطفل	11	0.751
مفهوم التكامل للأنشطة الرياضية للطفل ومعلمات رياض الأطفال	22	0.943
الثبات العام لأداة البحث	٣٣	0.925

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معامل ألفا كرونباخ لمحاور الدراسة انحصرت بين (٠.٧٥١) - (٠.٩٤٣) وهي معاملات ثبات مقبولة، وأن معامل ثبات إجمالي الاستبانة بلغ (٠.٩٢٥)، الأمر الذي يشير إلى ثبات النتائج التي يمكن أن تسفر عنها أداة الدراسة عند تطبيقها، حيث تشير الدراسات إلى أن معامل الثبات يعد عالٍ إذ بلغ (٠.٧٥) فأكثر. وطُبقت المقابلة الشخصية على (٦) معلمات حيث سجلت المقابلة بعد موافقتهن على ذلك، ثم فرغت كتابيا وحللت ورتبت الإجابات وفقا لتكرارها.

٤- عرض ومناقشة النتائج :

١. نتائج الاستبانة

ما التكامل في مفهوم التغذية للطفل ومعلمات رياض الأطفال ؟
للإجابة عن هذا السؤال استخدم حساب التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحراف

المعياري، والرتب لإجابات مفردات عينة البحث، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (4) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لإجابات مفردات عينة البحث حيال العبارات

المتعلقة بهدف البحث الاول

رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة				الانحراف المعياري	الرتب	درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض	أرفض بشدة			
2	يمكن تعزيز التغذية أثناء الدوام	ك	101	43	4	-	3.65	1	أوافق بشدة
		%	68.2	29.1	2.7	-			
	تعتبر الاحتياجات الغذائية	ك	74	72	2	-			أوافق



بشدة	2	0.53	3.48	-	1.4	48.6	50	%	اليومية للطفل جزء من مفهوم التغذية الصحية	6
أوافق	3	0.53	3.35	-	4	87	57	ك	معرفة كيفية إعداد الطعام هو جزء من مفهوم التغذية السليمة	7
بشدة				-	2.7	58.8	38.5	%		
أوافق	4	0.59	3.35	1	6	80	61	ك	يعتبر التعامل مع التغيرات الغذائية جزء من التغذية	8
بشدة				0.7	4.1	54.1	41.2	%		
أوافق	5	0.51	3.33	-	2	93	52	ك	بعد تقييم الغذاء وقابليته للهضم جزء من مفهوم التغذية	5
بشدة				-	2	62.8	35.1	%		
أوافق	6	0.78	3.02	9	16	85	38	ك	يشمل مفهوم التغذية طرق حفظ الطعام	4
بشدة				6.1	10.8	57.4	25.7	%		
أوافق	7	0.90	2.63	22	31	74	21	ك	يقصد بالتغذية كل ما يمكن أكله	1
بشدة				14.9	20.9	50	14.2	%		
أرفض	8	0.79	2.48	8	78	44	18	ك	تقتصر التغذية على ذكر فوائد الطعام	3
بشدة				5.4	52.7	29.7	12.2	%		

رقم العبارة	العبارة	تكرار	نسبة	أوافق	أوافق بشدة	أرفض	أرفض بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
9	تعتبر التغذية مفهوم أكبر من مستوى إدراك وفهم أطفال الروضة	ك	20	34	73	21	14.2	2.35	0.89	9	أرفض
		%	13.5	23	49.3						
10	الأغذية غير المألوفة غير صحية	ك	9	20	97	22	14.9	2.10	0.72	10	أرفض
		%	6.1	13.5	65.5						
11	يعتبر طعم الغذاء أهم من محتواه	ك	8	20	90	30	20.3	2.04	0.75	11	أرفض
		%	5.4	13.5	60.8						
المتوسط الحسابي العام = 2.89 الانحراف المعياري = 0.34											



من خلال تحليل نتائج الجدول (٤) يتضح ما يلي:

- أن استجابات مفردات عينة البحث حيال العبارات المتعلقة بمفهوم التغذية للطفل و معلومات رياض الأطفال جاءت بدرجة موافقة (مرتفعة)، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام لاستجاباتهم (٢.٨٩ من ٤.٠٠) وهذا المتوسط يقع في الفئة الثالثة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تبدأ من (٢.٥٠ إلى أقل من ٣.٢٥) وهي الفئة التي تشير إلى درجة موافقة (مرتفعة) على أداة الدراسة.
- تراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات محور بمفهوم التغذية للطفل و معلومات رياض الأطفال ما بين (٢.٠٤-٣.٦٥ درجة من أصل (٤) درجات وهي متوسطات تقع في الفئات الثانية والثالثة والرابعة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تشير إلى درجات (موافقة /منخفضة/ مرتفعة/ مرتفعة جداً) بالنسبة لأداة البحث.

الإجابة عن السؤال الثاني: ما التكامل للأنشطة الرياضية للطفل و معلومات رياض الأطفال؟
استخدم حساب التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري، والرتب لإجابات مفردات عينة البحث، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (5) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لإجابات مفردات عينة البحث حيال العبارات المتعلقة للأنشطة الرياضية للطفل و معلومات رياض الأطفال

رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض	أرفض بشدة				
1	أبادر بتطبيق قوانين التغذية فأصبح نموذج للأطفال	ك	117	31	-	1	3.79	0.41	1	أوافق بشدة
		%	79.1	20.9	-					
15	أعزز سلوك الطفل الإيجابي في التغذية	ك	106	42	-	2	3.71	0.45	2	أوافق بشدة
		%	71.6	28.4	-					
6	أنبه الأطفال إلى أهمية إتمام الوجبة الغذائية	ك	105	43	-	3	3.70	0.45	3	أوافق بشدة
		%	70.9	29.1	-					



رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	أوافق بشدة	أوافق	أرفض	أرفض بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
7	أولي عناية خاصة للأطفال الذين يعانون مشكلات رياضية	ك	102	45	1	4	3.68	0.48	4	أوافق بشدة
		%	68.9	30.4	0.7					
16	أشجع الطفل على تقويم الأنشطة الرياضية لديه	ك	96	51	1	5	3.64	0.50	5	أوافق بشدة
		%	64.9	34.5	0.7	-				
5	أوضح للأطفال كيفية التعامل مع الألعاب الرياضية والأنشطة	ك	93	55	-	6	3.62	0.48	6	أوافق بشدة
		%	62.8	37.2	-					
18	أشرك الطفل في مهام تنظيمية رياضية وكشفية لرفع العلم	ك	93	55	-	-	3.62	0.48	6 مكرر	أوافق بشدة
		%	62.8	37.2	-	-				
3	أشرح للأطفال مفهوم ومكونات الجسم السليم	ك	92	55	1	7	3.61	0.50	7	أوافق بشدة
		%	62.2	37.2	0.7					
19	استبعد الأنشطة الرياضية الصعبة التطبيق	ك	89	55	4	-	3.57	0.55	8	أوافق بشدة
		%	60.1	37.2	2.7	-				
21	أشرك الأهل في تعزيز الثقافة الرياضية للطفل	ك	83	64	1	-	3.55	0.51	9	أوافق بشدة
		%	56.1	43.2	0.7	-				
12	أتفقد وأقيم أنشطة الأطفال التي يحضرونها في المنزل من الألعاب	ك	77	70	1	10	3.51	0.51	10	أوافق بشدة
		%	52	47.3	0.7					
14	أرشد ذوي الطفل إلى مواصفات الأنشطة الرياضية للطفل واحتياجاته	ك	79	66	3	-	3.51	0.54	11	أوافق بشدة
		%	53.4	44.6	2	-				
8	أشرح للأطفال كيف يتعاملون مع أقرانهم الذين معهم في الأنشطة	ك	76	70	2	12	3.50	0.53	12	أوافق بشدة
		%	51.4	47.3	1.4					



أوافق بشدة	13	0.57	3.44	-	6	70	72	ك	أوفر جو نشط للأطفال الذين لم يحضروا دروس الرياضة	20
				-	4.1	47.3	48.6	%		

رقم العبارة	العبارات	نسبة	أوافق بشدة	أوافق	أرفض	أرفض بشدة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
22	أطلعت على دليل المعلمة المتضمن دور المعلمة في مشاركة الأطفال لأنشطتهم	ك	70	71	7	-	3.42	0.58	14	أوافق بشدة
		%	47.3	48	4.7	-				
4	أشرح للأطفال المشكلات الجسمية	ك	66	78	4	15	3.41	0.55	15	أوافق بشدة
		%	44.6	52.7	2.7					
11	أتواصل مع ذوي الطفل لأتعرّف على احتياجاته البدنية والمشكلات التي يعاني منها	ك	63	82	3	16	3.40	0.53	16	أوافق بشدة
		%	42.5	55.4	2					
17	أبلغ الإدارة عن المشكلات البدنية والجسمية للطفل	ك	59	83	6	-	3.35	0.56	17	أوافق بشدة
		%	39.9	56.1	4.1	-				
10	أقيم سلوك الأطفال أثناء الأنشطة الرياضية وفق المعايير الخاصة بذلك	ك	55	80	13	18	3.28	0.62	18	أوافق بشدة
		%	37.2	54.1	8.8					
13	أعد خطة علاجية للطفل لتعزيز ثقافته الرياضية	ك	51	80	17	19	3.22	0.64	19	أوافق
		%	34.5	54.1	11.5					
2	أشارك دائماً مع الأطفال في اللعب	ك	55	74	17	20	3.22	0.70	20	أوافق
		%	37.2	50	11.5					
9	أدون أسماء الأطفال الذين يشاركون في الأنشطة	ك	41	78	28	21	3.07	0.70	21	أوافق
		%	72.7	52.7	18.9					
المتوسط الحسابي العام = 3.49 الانحراف المعياري = 0.33										

من خلال تحليل نتائج الجدول (5) يتضح ما يلي:



- أن استجابات مفردات عينة البحث حيال العبارات المتعلقة للأنشطة الرياضية للطفل و معلمات رياض الأطفال جاءت بدرجة موافقة (مرتفعة جداً)، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام لاستجاباتهم (٤٩.٣ من ٤٠.٠٠) وهذا المتوسط يقع في الفئة الرابعة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تبدأ من (٢٥.٣ الى ٤٠.٠٠) وهي الفئة التي تشير إلى درجة موافقة (مرتفعة جداً) على أداة البحث .

- تراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات محور للأنشطة الرياضية للطفل و معلمات رياض الأطفال ما بين ٣.٠٧ الى ٣.٧٩ (درجة من أصل (٤) درجات وهي متوسطات في الفئتين الثالثة والرابعة من المقياس المتدرج الرباعي واللذان تشيران إلى درجات موافقة (مرتفعة / مرتفعة جداً) على التوالي بالنسبة لأداة البحث.

- أن هناك شبه توافق في آراء مفردات عينة البحث حول الأنشطة الرياضية للطفل و معلمات رياض الأطفال.

خلاصة بأهم نتائج البحث

أهم النتائج المتعلقة بالإجابة عن أسئلة البحث

١. مفردات عينة البحث يوافقن بدرجة مرتفعة على مفهوم التغذية، حيث بلغ متوسط الموافقة نحو الدرجة الكلية (٨٩.٢ من ٤٠.٠٠) وتتمثل أهم مفاهيم الثقافة الغذائية من وجهة الأطفال ومعلمات رياض الأطفال في الترتيب:

- يمكن تعزيز مفهوم التغذية .
 - تعتبر الاحتياجات الغذائية اليومية للطفل جزء من مفهوم التغذية.
 - معرفة كيفية إعداد الطعام هو جزء من مفهوم التغذية.
 - ٢. مفردات عينة البحث يوافقن بدرجة مرتفعة جداً على الأنشطة الرياضية للطفل و معلمات رياض الأطفال، حيث بلغ متوسط الموافقة نحو الدرجة الكلية (٤٩.٣ من ٤٠.٠٠) وتتمثل أهم الأنشطة الرياضية للطفل و معلمات رياض الأطفال من وجهة الأطفال ومعلمات رياض الأطفال في الترتيب:
 - أبادر بتطبيق قوانين التغذية فأصبح نموذجاً للأطفال.
 - أعزز سلوك الطفل الإيجابي في التغذية.
 - أنبه الأطفال إلى أهمية إتمام الوجبة الغذائية.
- وقد اتفقت هذه النتائج مع كل من الدراسات السابقة في عدد من النقاط أبرزها:



- برامج التدخل الغذائي لها أثر إيجابي على الأطفال (معافا ومحرق، ٢٠١٢؛ الميري وزملاؤه، ٢٠١٥؛ هاردي، ٢٠١٠، Hardy, et. al وزملاؤه)
- العلاقة بين معرفة المعلمين بالتغذية وممارساتهم منخفضة (أوجادا Ogada، 2015) - أن الوعي الغذائي للمتخصصات في رياض الأطفال متوسط (الليلى، ٢٠٠٧)
- أن الوجبة المدرسية فرصة للتعليم في رياض الأطفال (سب وهوجر Hijer Sepp&، 2016).
- اختلاف في آراء العاملين حول الغذاء والممارسات الحركية (درشيد وزملاؤها al et. Derscheid، 2010).

توصيات البحث:

- تحضير وتقديم التغذية لطفل الروضة من خلال توفير مطبخ تحضير ومسؤولة تغذية.
- عقد دورات تدريبية وندوات وورش عمل لمعلمات رياض الأطفال في مجال الثقافة الغذائية، وتشجيع المعلمات على الالتحاق بها.
- توفير ميزانية مخصصة لتنفيذ بعض الأنشطة الرياضية التي تدعم إكساب طفل الروضة الحركات الجسمية والبدنية .
- مقترحات بدراسات مستقبلية
- إجراء دراسة حول الاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال في مجال تغذية الطفولة .
- إجراء دراسة حول دور الأنشطة اللاصفية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية في رياض الأطفال.

- إجراء دراسة حول أثر الغذاء والرياضة في بناء شخصية الأطفال .

المراجع العربية:

١. آل سعود، الجوهرة فهد. (٢٠١٦) الدليل العملي لصحة الطفل. مكتب التربية لدول الخليج. الرياض
٢. الميري، عامر؛ العاني، ضحى؛ مهدي، هبة. (٢٠١٤) أثر التصحيح الزائد في تعديل بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى الأطفال المصابين بسوء التغذية. مجلة البحوث التربوية والنفسية. ع ٤٣ ص ٢٦. بغداد
٣. بحري، منى يونس (٢٠٠٩) المهارات العلمية لمربيات الحضانه. دار صفاء للنشر والتوزيع. ط(١) عمان.
٤. بدير، كريمان محمد. (٢٠١١) مشكلات طفل الروضة وأساليب معالجتها. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. ط(٢) عمان
٥. بطرس، حافظ بطرس. (٢٠١١) تنمية المفاهيم والمهارات العلمية لطفال ما قبل المدرسة. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. ط(٥) عمان



٦. الجابرية، نجمة ناصر سالم (٢٠١٠) الوجبة الغذائية وعلاقتها بالطفل: في رياض الأطفال. مجلة التطوير التربوي: سلطنة عمان. س ٩ ص ٥٨٤
٧. الجرواني، هالة إبراهيم؛ الحمراوي، سولاف أبو الفتح. (٢٠١١) مشكلات البيئة التعليمية للطفل . الاسرة المدرسة التغذية والتلوث. دار المعرفة الجامعية.
٨. الجمال، رضا مسعد (٢٠٠٤) برنامج لتنمية الوعي الغذائي الصحي الطفل الحضانة وعلاقته بقدرتهم على الانتباه والتركيز. مجلة الطفولة والتنمية ع ١٤ ص ٤
٩. الحريري، رافدة (٢٠١٤) تربية طفل ما قبل المدرسة. دار المناهج للنشر والتوزيع. ط(١) عمان. - الخالدي، مريم (٢٠٠٨) مدخل إلى رياض الأطفال. دار الصفاء للنشر والتوزيع. ط(١) عمان .
١٠. السعيد، رواد (٢٠١٣) فاعلية أنشطة أثرية في إكساب طفل الروضة مفاهيم السلام. رسالة ماجستير.
١١. جامعة أم القرى . قسم المناهج وطرق التدريس.
١٢. سليم، أمل؛ علي، رحاب (٢٠١٠) خصائص معلمة الروضة وعلاقتها باكتساب الطفل للخبرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية. ع ٣١ ص ٣٠٣-٢٦٢ قسم رياض الأطفال كلية التربية جامعة بغداد
١٣. سويم، تيري جو؛ واتسون، ليندا (٢٠١٥) الرضع والفطم المنهج والتدريس. بلقيس إسماعيل داغستاني. مترجم. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
١٤. صادق، منى (٢٠٠٨) مفاهيم حديثة في تغذية الطفل. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. عمان
١٥. صبحي، عفاف. (٢٠٠٣) التربية الغذائية والصحية. القاهرة: مجموعة النيل العربية.
١٦. العابد، العيادي ضوء المبروك (٢٠١٤) شروط التغذية السليمة للأم والطفل. عالم التربية. مصر. س ١٥ ع ٤٦
١٧. عثمان، علي عبد الوهاب (٢٠١٠) طرق التعليم في الطفولة المبكرة. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. عمان (١ ط)
١٨. الغدامي، أبرار (٢٠١٣) مدى توافر كفايات تدريس المنهج المطور لدى المعلمات في رياض الأطفال الاهلية. رسالة ماجستير. جامعة الملك سعود. قسم المناهج وطرق التدريس
١٩. كويل، كارول؛ بريدكامب، سو (٢٠١١) الممارسة الملائمة تطوريا في برامج الطفولة المبكرة. مكتب التربية لدول الخليج. الرياض. ط (٣)
٢٠. الليلي، رويدا خضر سعيد (٢٠٠٧) أثر الوعي والممارسات الغذائية لعينة من معلمات رياض الأطفال بجدة على النمو الجسمي للأطفال. رسالة ماجستير جامعة الملك عبدالعزيز كلية الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية
٢١. مجمع اللغة العربية. (٢٠٠٤) معجم الوسيط. مكتبة الشروق الدولية. ط(٤) القاهرة.
٢٢. المراسي، سونيا صالح؛ عبدالمجيد، أشرف عبدالعزيز (٢٠١٠) التثقيف الغذائي. دار الفكر ناشرون وموزعون. ط(١) عمان
٢٣. المركز الوطني للقياس والتقويم في التعليم العالي. (٢٠١٤) معايير معلمات رياض الأطفال، مشروع المعايير المهنية للمعلمين وأدوات التقويم.



٢٤. معافا، فاطمة محمد؛ محرق، عائشة (٢٠١٢) تأثير برنامج للأنشطة الحركية على اكتساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة. بحث مقدم للمؤتمر العلمي الثالث بالمملكة العربية السعودية. . .

٢٥. الناشف، هدى محمود (٢٠١٠) معلمة الروضة. دار الفكر ناشرون وموزعون. ط(٣) عمان

٢٦. النجاشي، فوزية محمود . نصار، حنان محمد (٢٠١٢) برنامج تدريبي لتنمية الايثار لدى معلمة الروضة. مجلة كلية التربية. جامعة طنطا. ع٤٥ ص. ٢٧٠ مصر

٢٧. وزارة التعليم (٢٠١٥) البطاقات الاحصائية لعام ١٤٣٧ هـ . اجمالي الاعداد في المدارس التابعة للإدارة العامة بمنطقة الرياض تم الاسترداد من

٢٨. <http://www.moe.gov.sa/ar/Pages/StatisticalInformation.aspx> للتعليم

٢٩. وزارة التعليم. (٢٠١٦) منهج التعلم الذاتي لرياض الطفل. دليل المعلمة لمنهج التعلم الذاتي لرياض الأطفال.

٣٠. وزارة التعليم، شركة تطوير للخدمات التعليمية، الجمعية الوطنية لتعليم الطفل الصغار. (٢٠١٥) معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية. ١١ ع، مجلة الاكاديمية للدراسات الإنسانية.

٣١. يخلف، رفيقة. (٢٠١٤) دور رياض الطفل في النمو الاجتماعي. ص. ١٢ الجزائر

ثانياً/ المراجع الأجنبية:

32.Derscheid ،L. E. ،et al. (2014). "Teachers' Self-Efficacy and Knowledge of Healthy Nutrition and Physical Activity Practices for Preschoolers: Instrument Development and Validation. " Journal of Research in Childhood Education 28 (2): 261-276.

33.Derscheid ،L. E. ،Umoren ،J. ،Kim ،S. Y. ،Henry ،B. W. ،& Zittel ،L. L. (2010). Early childhood teachers' and staff members' perceptions of nutrition and physical activity practices for preschoolers. Journal of Research in Childhood Education ،24 (3) ،248-265.

34.Eliassen ،E. (2011). The Impact of Teachers and Fami. lies on Young Children's Eating Behaviors. Young Children ،March: NAEYC.