

## ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة

حصه عبد اللطيف آل غميب

قسم الطفولة المبكرة || كلية التربية || جامعة الملك سعود || المملكة العربية السعودية

المخلص: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة، ولتحقيق هذا تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وأُستخدِمت الاستبانة والمقابلة كأدوات لجمع البيانات، وتألّفت عينة الدراسة من (148) معلمة من معلمات رياض الأطفال بالمدارس الحكومية التابعة لمكتب الشمال بمدينة الرياض، تم اختيارهن بطريقة العينة العشوائية العنقودية، و (6) مقابلات وباستخدام البرنامج الإحصائي (Spss) في تحليل البيانات، أظهرت نتائج الدراسة أن الأداة قد حصلت على متوسط عام بلغ (2.96 من 4.00)، وعلى مستوى المجالات: حصل محور (مفهوم الثقافة الغذائية على متوسط (2.89)، يليه محور الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة بمتوسط (3.49) وكلاهما بتقدير (مرتفعة)، بينما يوافقن بدرجة مرتفعة جداً على (ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة بمتوسط (2.50) كما بينت المعلمات في المقابلات الشخصية أن الوجبات التي يحضرها الأطفال صحية، وأن هنالك وعي من قبل الأسر في نوع الغذاء المقدم للأطفال. وفي ضوء نتائج الدراسة تم تقديم جملة من التوصيات والمقترحات لإدخال الثقافة الغذائية للطفل كمقررات في تأهيل وتدريب المربيات والمعلمات.

الكلمات المفتاحية: ممارسات، معلمات، رياض الأطفال، الثقافة الغذائية، فترة الوجبة.

### المقدمة

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 (آل سعود، 2016: 9).

ولما تتميز به فترة الطفولة من النمو البدني اهتمت دراسات متعددة بتغذية الأطفال وأثرها على النمو. وتعد فترة الوجبة المدرسية جزءاً لا يتجزأ من النظام المدرسي في رياض الأطفال. وركزت الدراسات على مواصفاتها ومكوناتها وفوائدها والنشاطات المصاحبة لها فهي خبرة تعليمية غنية بالمواقف الاجتماعية والحركية والقيمية والعلمية التي يكتسبها الطفل (العابد، 2014).

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 يعد محدوداً. 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 ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة.

### مشكلة الدراسة:

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 سلبا على صحته. ويعد تدريب الأطفال على العادات الغذائية الصحيحة من أهم أدوار معلمة رياض الأطفال (الأميري وآخرون، 2014: 26) ويتنوع تفاعل المعلمين مع الأطفال أثناء فترة الوجبة (أوسوسكي وزملاؤه، 2013: 422) وتبين في عدد من الدراسات أن العلاقة بين معرفة المعلمين وممارساتهم كانت منخفضة (أوغادا، 2015)، وأن الوعي الغذائي للمتخصصات في رياض الأطفال متوسط (الليلى، 2007). وكون الوجبة المدرسية فرصة للتعلم في رياض الأطفال (سب وهوجر Sepp&Hijer، 2016)، فقد ركزت الدراسات على الوجبة السليمة لدى الأطفال من حيث عناصرها أو أثر برنامج غذائي محدد لفئات من ذوي الاحتياجات الخاصة، ولوحظ قلة الدراسات التي تتناول معرفة المعلمة للتغذية السليمة والثقافة الغذائية، وسلوكها أثناء فترة الوجبة. وبما أن عملية تطوير رياض الأطفال ينبغي أن تشمل جميع مكونات النظام التعليمي لرياض الأطفال، وبناء على الحاجة إلى التعرف على الواقع ومشكلاته ليكون منطلقا لعمليات التطوير، ولعدم توفر دراسات تشخص واقع الممارسات التعليمية لمعلمات رياض الأطفال في منطقة الرياض.

### أسئلة الدراسة:

كما سبق فقد جاءت هذه الدراسة للتعرف على ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة. ويمكن حصر مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

1. ما مفهوم الثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال؟
2. ما ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة؟
3. ما الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة؟

### أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

1. التعرف على مفهوم الثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال.
2. التعرف على ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة.
3. التعرف على الصعوبات التي تواجهها المعلمات أثناء فترة الوجبة.

### أهمية الدراسة (النظرية والتطبيقية):

1. توجيه اهتمام المختصين في وزارة التعليم إلى التعرف على الأولويات في معالجة مشكلات رياض الأطفال المتعلقة بممارسة المعلمات والتخطيط لبرامج تدريبية.
2. توجيه المختصين في تصميم برامج الأطفال إلى الاستفادة من المقترحات التي تخرج بها الدراسة لتطوير الممارسات الغذائية لدى الأطفال وتعزيز دور المعلم.
3. يمكن أن تضيف إلى مجال الأدب التربوي الخاص بمجال الطفولة ومقترحات تفيد المعلمات والمشرفات المختصات برياض الأطفال.
4. يتوقع أن تفيد في تعزيز الثقافة الغذائية للأطفال وأولياء الأمور في مرحلة رياض الأطفال.

#### حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة على الحدود الآتية:

1. الحدود الموضوعية: دراسة واقع ممارسات معلمات رياض الأطفال في إكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة أثناء فترة الوجبة.
2. الحدود البشرية: معلمات رياض الأطفال الحكومية التابعة لمكتب شمال مدينة الرياض.
3. الحدود المكانية: روضات التعليم العام الحكومية لرياض الأطفال لمكتب شمال الرياض ولا يدخل من ضمنها التربية الخاصة أو التعليم الأجنبي أو الأهلي.
4. الحدود الزمانية: تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 1438هـ.

#### مصطلحات الدراسة:

ممارسات المعلمة: التعريف اللغوي: الممارسة مصدر من الفعل "مرس". ومارس الشيء "عالجه وزاوله" (مجمع اللغة العربية، 2004: 863).

ممارسات التغذية: "هي تلك التي يمكن أن تتأثر بالمعارف التغذوية والمواقف المتصلة بالتغذية. وتشمل ممارسات التغذية درجات التنوع الغذائي، حفظ الأغذية، غسل الأيدي قبل الأكل وبعده، وغسل الفواكه والخضروات قبل تناولها" (Nyapera، 2013: 8).

وتعرف الباحثة ممارسات المعلمة بأنها السلوكيات المنظمة أو غير المنظمة التي تقويم بها المعلمة أثناء فترة تناول الأطفال للوجبة المدرسية وما يبني على تلك السلوكيات من مفاهيم معرفية وقناعات لدى المعلمة. التغذية: وتعرف بأنها "دراسة الغذاء من وجهة المضغ والبلع والهضم والامتصاص والتمثيل داخل الجسم كما تشمل طرد الفضلات خارج الجسم" (الجرواني والحمراني، 2011: 153).

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

التثقيف الغذائي: تعرفه (صبيح، 2003: 17) 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".

وتعرفه الباحثة بأنه النشاطات التي تؤدها المعلمة لتعليم الأطفال مفاهيم وسلوكيات التغذية السليمة. فترة الوجبة: هي "الفترة التي يتناول الأطفال وجبة غذائية خلال البرنامج اليومي في الروضة، إذ يخطط لها كمشايط تعليمي تعليمي، يقصد منه استفادة الأطفال الصحية والغذائية وامتعة المشاركة الجماعية حول مائدة واحدة" (دليل المعلمة لمنهج التعلم الذاتي لرياض الأطفال، 2016: 195).

وتعرفها الباحثة: الفترة الزمنية المخصصة لتناول أطفال الروضة وجبة غذائية وغالبا تكون في منتصف البرنامج اليومي.

المعلمة: هي "معلمة الأطفال في مرحلة رياض الأطفال من سن 3-6 سنوات، والمنوط بها رعاية الطفل وتربيته والإشراف على تعلمه في الروضة وهي مؤهلة من إحدى الكليات التي تمنح تخصص رياض الأطفال". (النجاحي ونصار، 2012: 270).

وتعرفها الباحثة بأنها: القائمة على تربية وتعليم أطفال الروضة فتلبي حاجاتهم وتنمي مهاراتهم من خلال تزويدهم بالخبرات اللازمة بما يتناسب مع خصائص نموهم.

رياض الأطفال: هي "مؤسسة تربية تقبل الأطفال من سن الثالثة حتى الخامسة من العمر، وهي مرحلة تختلف عن المراحل التعليمية الأخرى وهي تساعد الطفل على تهيئته لدخول المرحلة الابتدائية" (يخلف، 2014: 12).

طفل الروضة: هو "الطفل في المرحلة العمرية الممتدة من العام الثالث حتى نهاية العام الخامس أو بداية العام السادس" (السعيد، 2013: 9 عن بهادر، . 1996: 32)

## 2- الإطار النظري 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 الأطفال على اكتساب عادات غذائية سليمة. (صادق، 2008: 183)

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 (الحريري، 2014: 45).

سن الروضة فترة حساسة يبدأ فيها الطفل بتكوين ذوق غذائي معين ومختلف عن من حوله، لذلك لا بد من مساعدة الأطفال على اكتساب انماط غذائية صحية (عثمان، 2010: 72).

### ثانياً: فترة الوجبة في رياض الأطفال:

تعد فترة الوجبة في الروضة نشاط تربوي إذ يخطط لها كمنشآت تعليمي يقصد فيه استفادة الأطفال الصحية والغذائية ومتعة المشاركة الجماعية حول مائدة واحدة (الجابرية، 2010).

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، 2009: 95). وتعد فترة الوجبة فرصة لتعزيز الكثير من المفاهيم وبالدرجة الأولى التغذية السليمة.

### ثالثاً: التثقيف الغذائي

التثقيف الغذائي يعني بالتعرف على كل ما يتعلق بالغذاء بما في ذلك العوامل التي تؤدي الى توافره وتلك التي تساعد على الاستفادة منه وأهميته للصحة، وتعزيز التغذية السليمة يعد التغيير الذي يؤدي إلى تحسين السلوكيات الغذائية (المراسي وعبدالمجيد، 2010: 12). وتلبية حاجات الطفل مثل الشعور بالاستقلالية أثناء تناول الطعام (سويم وواتسون، 2015: 358)

فالثقافة الغذائية من أهم ما يمكن إكسابه للطفل في هذه المرحلة، والمجال الغذائي في السنوات الأخيرة قد زاد الاهتمام به على المستوى العالمي والقومي وذلك نظراً لقلّة الوعي والتثقيف الغذائي السليم (معايا ومحرق، 2012).

#### رابعاً: معايير التغذية في مرحلة الطفولة

إن معلمي الطفولة المبكرة مسؤولون بالتعاون مع الأسر عن ضمان دفع البرنامج بالتطور قدماً، ولضمان الملاءمة يجب أن يمتلك المعلمون قدراً كبيراً من المعرفة والمهارة والتدريب فالأطفال الملتحقون بما قبل المدرسة يتباينون على نحو ملموس فيما يعرفونه وما يستطيعون القيام به (كوبل وسو، 2011: 236). وحددت معايير الجودة للطفولة المبكرة لإدارة التربية في ميتشغن (2013) الجوانب التالية " لصحة الطفل في مجال التغذية المعيار التالي: يتناول البرنامج الصحة التغذوية للأطفال. " ويندرج ضمنه عدد من المؤشرات منها (مجلس التربية بولاية ميتشغن، 2013: 97):

- تقدم معلومات لإحالة الأطفال إلى الشركاء في مجال الصحة الغذائية لتلبية الاحتياجات الوقائية والأساسية.
  - توفير الوقت الكافي لكل طفل لتناول الطعام.
  - 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، 2010: 39):
- " التقليل من إضافة الدهون والسكر، ومصادر الصوديوم.
  - أن يحصل مقدمو الرعاية التدريب المناسب في مجال التغذية والغذاء.
  - يجب أن يكون التثقيف التغذوي للأطفال وأبائهم أحد مكونات برنامج رعاية الأطفال".

#### خامساً: دور معلمة رياض الأطفال

بشكل عام تقوم معلمة رياض الأطفال بأدوار عديدة وتؤدي مهاماً كثيرة تتطلب مهارات مختلفة فهي مسؤولة عن كل ما يتعلمه الطفل إلى جانب مهمة توجيهية حول نمو كل طفل من أطفالها في مرحلة حساسة من حياتهم، وتبدأ هذه المرحلة بالتخطيط وتستمر بالتنفيذ وتنتهي بالتقويم والمراجعة كما أن للمعلمة دوراً رئيساً في تطوير العملية التربوية لأنها على تماس دائم مع الأطفال (الخالدي، 2008: 117).

ولا يتوقف تأثير معلمة الروضة على الأطفال من خلال مهاراتها، وإنما أيضاً على اتجاهاتها وقيمها وميولها الشخصية والتي تنعكس على سلوكها (الناشف، 15: 2010) فلقد بينت عدة دراسات أن سلوك المعلمة يؤثر على قوي وفعال في الجو الاجتماعي والانفعالي للصف (بدير، 2011: 184).

ويعد غرس المبادئ وعادات التربية الصحيحة بما يساعدهم على المحافظة على أجسامهم من الأمراض باختيار الغذاء المناسب لهم (بطرس، 2011: 204) من الأدوار المهمة.

فأثناء فترة الوجبة تحرص المعلمة على القيام بدورها في:

- جمع معلومات عن غذاء الطفل من والدته، والتعرف على ما يحب والاستفسار عن الأطعمة الممنوعة أو التي يتحسس منها (الغذامي، 2013: 34).
- تنظيم البيئة الصفية الخاصة بالوجبة مسبقاً.
- الجلوس مع الأطفال ومشاركتهم الأكل.
- ملاحظة سلوك الأطفال وجمع معلومات عن غذاءهم.
- مساعده الأطفال على تقبل أنواع الأطعمة الجديدة.

وهناك عوامل مهمة تتبعها المعلمة لإكساب الأطفال السلوك الغذائي الصحي السليم، وهي:

- فهم الموقف الذي يمارس فيه الطفل السلوك الغذائي السليم.
- التدريب على السلوك الغذائي السليم المناسب لقدرات الطفل (الجمال، 2004: 32).
- تعرف احتياجات الأطفال الصحية (المركز الوطني للقياس والتقويم في التعليم العالي، 2014: 20).
- اشراك الأطفال في مشاريع طبخ بسيطة ومغذية وتوضيح المفاهيم العلمية المدركة (وزارة التعليم، شركة تطوير للخدمات التعليمية، الجمعية الوطنية لتعليم الأطفال الصغار، 2015: 119).

#### الدراسات السابقة

#### الدراسات العربية:

1. دراسة الأميري والعاني ومهدي (2014) هدفت إلى التعرف على أثر برنامج التصحيح الزائد في تعديل بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى الأطفال المصابين بسوء التغذية وأثر وجبة الطفل على الإدراك وعلاقتها بالجنس والمرحلة. واستخدم المنهج التجريبي واختبارات مقننة لقياس الإدراك والانتباه والذاكرة وبلغت العينة 30 طفلاً من رياض الأطفال في مدينة بغداد، وتبين أن الأطفال يتناولون الأطعمة المغذية أكثر من الأطعمة غير المغذية للمجموعة التجريبية الخاضعة لبرنامج التصحيح. وتبين أنه لا يوجد فرق بين المراحل في تناول وجبات ذات قيمة غذائية عالية. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تناول وجبة قيمة غذائية عالية.
2. دراسة معافا ومحرق (2012) هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدخل غذائي في رياض الأطفال على إكسابهم الثقافة الغذائية والأنشطة الحركية. واستخدم المنهج التجريبي وكانت العينة (25) طفلاً حيث طبقت مجموعة من القصص لتحقيق أهداف البرنامج. تبين أن البرنامج المقترح للأنشطة الحركية تؤثر إيجابياً في تنمية الثقافة الغذائية.
3. دراسة الليلي (2007) هدفت إلى التعرف على الوعي الغذائي والممارسات الغذائية عند معلمات رياض الأطفال على النمو الجسدي للأطفال بجدة. واستخدم المنهج الوصفي وطبقت الاستبانة على عينة بلغت 300 معلمة و200 طفل. وتبين أن (62%) من المعلمات وعمهن الغذائي متوسط، (11.7%) الوعي لديهن ضعيف. وأن الوعي الغذائي مرتفع بين الفئة العمرية (40-49) سنة كما وجدت علاقة إحصائية بين الوعي الغذائي وفئات العمر. وتبين وجود علاقة عكسية بين المستوى التعليمي والوعي الغذائي. وكان الوعي الغذائي للمتخصصات في رياض الأطفال متوسط، كما تبين عدم وجود علاقة إحصائية بين الوعي الغذائي والدورات التي حصلت عليها المعلمة ولا توجد علاقة بين الوعي الغذائي والحالة الاجتماعية للمعلمة.

#### الدراسات الأجنبية

1. دراسة (سب وهوجر، 2016 Sepp & Hoijer) هدفت الدراسة استطلاع خبرات المعلمين المتعلقة بالوجبة المدرسية كأداة للتعليم في النشاطات التعليمية المخطط لها. استخدم المنهج الوصفي وبلغت عينة الدراسة 131 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 إمكانات جديدة

- دمج 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.
2. دراسة (أوجادا، 2015) (Ogada, 2015) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين معرفة معلمي الرياض بالتغذية وممارستهم في مقاطعة هوما بي. استخدم المنهج الوصفي وبلغت العينة 196 معلماً. واستخدم الاستبيان والمقابلة والملاحظة لجميع البيانات. وتبين أن العلاقة بين معرفة المعلمين وممارستهم كانت منخفضة، وأن عدد كبير كان غير قادر على تصنيف الطعام كما وجد أن هنالك علاقة بين التغذية الجيدة والأداء التعليمي للأطفال.
3. دراسة (درسيلد وزملاؤها، 2014) (Derscheid et. Al, 2014) هدفت إلى تصميم وتقنين 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 214 مختصاً في مجال رياض الأطفال. وقد دلت النتائج على صدق الأداة في تقييم الكفاية الذاتية للمعلمين في الممارسات الغذائية الصحية في رياض الأطفال.
4. دراسة (أوسوسكي وزملاؤه، 2013) (Osowski, 2013) 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 3 مدارس رياض أطفال كعينة للدراسة وأظهرت نتائج الدراسة أن للمعلم ثلاثة أدوار: 1. دور اجتماعي: بتحويل موقف الوجبة المدرسية إلى مناسبة اجتماعية. 2. دور المدرس الذي يعلم الأطفال 3. دور لا يتعلق بتدريس الوجبة فيتنوع تفاعل المعلمين مع الأطفال أثناء الوجبة وفق إطار أسماه الباحث ACTS.
5. دراسة (سويتزر وزملاؤها، 2010) (Sweitzer et. Al, 2010) هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدخل لزيادة استهلاك الخضار والفاكهة من قبل الأطفال. واستخدم المنهج التجريبي للتعرف على أثر برنامج مصمم خصيصاً لتدريب والدي الأطفال (132) في (6) دور رعاية وقد تبين ازدياد عدد الوجبات المقدمة فيها الخضار ولا توجد دلالة إحصائية في عدد الوجبات من الفاكهة.
6. دراسة (هاردي وزملاؤه، 2010) (Hardy et. Al, 2010) تناولت تقييم برنامج علاجي Munch and Move لدعم المختصين في رياض الأطفال لتعزيز الأكل الصحي والنشاط الحركي لدى الأطفال. واستخدم المنهج التجريبي لبيان أثر برنامج التدخل. وبلغت العينة 14 مدرسة تجريبية و15 مدرسة ضابطة ضمت جميعها 430 طفلاً بمتوسط عمر 4.4 في مدينة سيدني. مع خضوع العينة لاختبار قبلي وبعدي وتقييم لكل من: محتويات صندوق طعام الطفل، الحركات الأساسية للأطفال، ممارسات واتجاهات العاملين وسياسات المدرسة. والمعلومات المتعلقة بالنشاط الحركي والتغذية الصحية. وكشفت الدراسة أن برنامج التدخل حسن من أنماط السلوك المتعلقة بالوزن كما أن كفايات سياسات التغذية تحتاج إلى وقت أطول في التنفيذ لتحديد أثرها.
7. دراسة (درسيلد وزملاؤها، 2010) (Derscheid et al, 2010) هدفت إلى التعرف على آراء ومقترحات المعلمين والموظفين في رياض الأطفال حول التغذية والنشاط الحركي للأطفال في سن ما قبل المدرسة. واستخدمت المنهج الوصفي والاستبانة ومجموعات التركيز لجمع بيانات الدراسة. بلغت العينة 360 معلماً وعاملاً في رياض الأطفال. وقد بينت الدراسة وجود اختلاف في آراء العاملين حول الغذاء والممارسات الحركية كما اقترح المعلمون والعاملون أدوار للمعلم واستراتيجيات تتعلق بالتغذية والنشاط الحركي تضمنت: روتين تناول الطعام، قوائم الطعام، التخطيط لوقت النشاط البدني. واقترحت الاستراتيجيات مثل: نشر القوائم الأسبوعية وخطط الدروس، العمل مع اختصاصي تغذية للتوصل إلى أفكار يمكن تطبيقها.

### التعليق على الدراسات السابقة

- أغلب الدراسات السابقة ركزت إما على استطلاع الثقافة الغذائية في رياض الأطفال مثل (دراسة الليلي، 2007؛ درشيلد وزملاؤها Derscheid et. Al, 2010، أوسوسكي وزملاؤه Osowski, 2013، ، أوجادا، 2015، Ogada). أو دراسات هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدخل غذائي مثل دراسة (معافا ومحرق 2012؛ الأميري وزملاؤه، 2015؛ هاردي وزملاؤه، Hardy et. Al, 2010) وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات التي تستطلع واقع الممارسات في التغذية لرياض الأطفال.
- أستخدم المنهج الوصفي في معظم الدراسات، وبعضها استخدم المنهج التجريبي مثل (سب وهوجر Sepp & Hoijer (2016) سويتزر وزملاؤها، Sweitzer et al, 2010 ؛ هاردي وزملاؤه، Hardy et al, 2010) كما أن معظمها استخدم الاستبيان، الملاحظة، المقابلة كأدوات لجمع البيانات. وقد استخدمت الدراسة الحالية الاستبيان، والمقابلة لجمع البيانات.
- تناولت قلة من الدراسات السابقة ممارسات المعلمين أثناء فترة الوجبة، والدراسة الحالية تشترك مع الدراسات التي تستطلع ممارسات المعلمين أثناء فترة الوجبة.
- كشفت الدراسات الاستطلاعية المشكلات والصعوبات في مجال تغذية الأطفال. وتتفق الدراسة الحالية مع تلك الدراسات وتختلف عنها في أنها اختصت في المملكة العربية السعودية وتحديدًا مدينة الرياض.

### 3- منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة: انتهجت الدراسة المنهج الوصفي.

مجتمع الدراسة: يشمل مجتمع الدراسة معلمات رياض الأطفال في مدينة الرياض في المدارس الحكومية شمال مدينة الرياض، ويبلغ مجتمع البحث (563) معلمة رياض أطفال ويبلغ عدد مدارس رياض الأطفال (18) روضة (وزارة التعليم، 2016).

عينة الدراسة: تم اختيار العينة بالطريقة العنقودية العشوائية عن طريق اختيار عينة من الروضات، ثم تطبيق البحث على معلمات الروضة بطريقة عشوائية وفقا للتالي:

■ بلغ حجم العينة الاستطلاعية (170) معلمة رياض أطفال من روضات حكومية في شمال مدينة الرياض أي ما يمثل 30% من حجم مجتمع الدراسة وهي نسبة مقبولة في الدراسات المسحية (yin, 2011: 8). وذلك وفقا للإجراء التالي:

- حجم المجتمع (563) معلمة رياض أطفال  
- متوسط عدد المعلمات في كل روضة = مجتمع البحث ÷ عدد رياض الأطفال =  $563 \div 18 = 31.27$  معلمة في كل روضة.

- عدد رياض الأطفال المختارة =  $170 \div 5.11 = 33.11$  روضة

- يتم الاختيار عشوائياً عدد (9) روضات من (18) روضة.

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

■ عينة المقابلات الشخصية: (6) معلمات بواقع معلمة من كل روضة من الروضات العينة وذلك نظرا لعامل الوقت المحدد لإتمام البحث.



وقد اعتمدت الباحثة على نوعين من العينات هما:

1. عينة استطلاعية: تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (40) معلمة من مفردات مجتمع الدراسة.
2. عينة أساسية: تألفت عينة البحث الأساسية من (148) معلمة من معلمات رياض الأطفال بالمدارس الحكومية التابعة لمكتب الشمال بمدينة الرياض، اختيرت بطريقة العينة العشوائية العنقودية. واختارت الباحثة في المرحلة الأولى بأسلوب العينة العشوائية (9) روضات من إجمالي (18) روضة تابعة لمكتب الشمال في منطقة الرياض بما يمثل (50%) من إجمالي رياض الأطفال التابعة لمكتب الشمال. وبعد التطبيق الميداني لأداة الدراسة حصلت الباحثة على (148) استبانة صالحة للتحليل الإحصائي بنسبة (87%) تقريباً من جملة الاستبانات الموزعة، حيث استبعدت الباحثة عدد (22)، من الاستبانات التي لم تتضمن الإجابة عن عدد كثير من الأسئلة، وبالتالي تألفت عينة الدراسة من (148) معلمة من معلمات رياض الأطفال بالمدارس الحكومية التابعة لمكتب الشمال بمدينة الرياض.

#### أدوات الدراسة:

وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية لتحقيقها لأهداف الدراسة:

- الاستبانة لجمع البيانات من عينة المعلمات وتتضمن ثلاثة محاور رئيسية: مفهوم التثقيف الغذائي، ممارسات معلمات رياض الأطفال، الصعوبات التي تواجهها معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة. وبنيت الاستبانة وفقاً لمقياس لكرت الرباعي في درجة موافقة المستجيبات على العبارات لكل محور من محاور البحث. وقد استفادت الباحثة من الدراسات المماثلة في بناء الاستبانة مثل دراسة (الليلي، 2007) ودراسة (Hardy وزملاؤه، 2010).
- المقابلة الشخصية وهي مقابلة شبه مقننة هدفت إلى جمع البيانات من المعلمات وتفسير بعض البيانات التي تنتج عند تحليل الاستبانات. وكان عدد المقابلات التي تم إجراؤها (6) مقابلات.

#### تقدير صدق الاستبانة وأسئلة المقابلة

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

1. صدق المحكمين: للتعرف على مدى صدق أدوات الدراسة في قياس ما وضعت لقياسه قامت الباحثة بعرض أسئلة المقابلة والاستبانة على عدد (5) من المحكمين المختصين وذوي خبرة في مجالات البحث العلمي، وذلك للحكم على صدقها، وقد اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (80%) 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 الأدوات (الاستبانة وأسئلة المقابلة) صالحة لقياس ما وضعت لأجله، وقد بلغ عدد أسئلة الاستبانة في صورتها النهائية (6) أسئلة خاصة بالبيانات الأولية، إضافة إلى (49) عبارة موزعة على ثلاثة محاور تُجيب عن أسئلة الدراسة وتحقق أهدافها.
2. صدق الاتساق الداخلي للأداة: بعد تحقيق صدق المحكمين لأداة الدراسة طبقت الباحثة الأداة ميدانياً على العينة الاستطلاعية، للتعرف على مدى الصدق الداخلي للاستبانة فقامت بحساب معامل ارتباط بيرسون " Pearson Correlation " بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبانة بالدرجة الكلية لمحور الذي تنتمي إليه، وبين الجدول رقم (1) معاملات الارتباط.

جدول (1): معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات المحور (الأول، الثاني، الثالث) بالدرجة الكلية للمحور نفسه (ن=40)

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	
**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	
**0.57	9	**0.67	1	عبارات المحور الثالث
**0.66	10	**0.77	2	
*0.39	11	**0.59	3	
**0.75	12	**4.67	4	
**0.64	13	**0.60	5	
**0.75	14	**0.71	6	
**0.75	15	**0.71	7	
**0.59	16	**0.64	8	

جميع العبارات دالة عند مستوى (0.01). عدا العبارة 11 في المحور الثالث دالة عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (1) أن قيم معاملات الارتباط الداخلية (الاتساق الداخلي) لكل عبارة من عبارات المحور الأول والدرجة الكلية للمحور نفسه؛ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01). وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الأول تتمتع بدرجة صدق جيدة، يمكن التعويل عليها لقياس ما أعدت لقياسه.

وأن قيم معاملات الارتباط الداخلي لكل عبارة من عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور نفسه؛ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثاني تتمتع بدرجة صدق جيدة، يمكن التعويل عليها لقياس ما أُعدت لقياسه.

وأن قيم معاملات الارتباط الداخلي لكل عبارة من عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية للمحور نفسه؛ دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، فيما عدا العبارة رقم (11) فمستوى دلالتها عند مستوى (0.05)، وهذا ما يؤكد أن عبارات المحور الثالث تتمتع بدرجة صدق جيدة، يمكن التعويل عليها لقياس ما أُعدت 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 رقم (2):

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

معامل ثبات ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	مجاور الاستبانة
0.751	11	مفهوم الثقافة الغذائية عند معلمات رياض الأطفال
0.943	22	ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة
0.905	16	الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة
0.925	49	الثبات العام لأداة الدراسة

يتضح من الجدول رقم (2) أن قيم معامل ألفا كرونباخ لمحاور الدراسة انحصرت بين (0.751 – 0.943) وهي معاملات ثبات مقبولة، وأن معامل ثبات إجمالي الاستبانة بلغ (0.925)، 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 (0.75) فأكثر.

وطبقت المقابلة الشخصية على (6) معلمات حيث سجلت المقابلة بعد موافقتهن على ذلك، ثم فرغت كتابيا وحللت ورتبت الإجابات وفقا لتكرارها.

#### أساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي جمعت، تم ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي عن طريق برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS Statistical Package For Social Sciences)، وقد استخدم مقياس ليكرت ذو التدرج الرباعي، كما هو موضح بالجدول رقم (3):

جدول (3) يوضح طريقة تصحيح مقياس ليكرت ذو التدرج الرباعي

التدرج	الدرجة المقابلة	الفئة المقابلة	مستوى درجة الموافقة
أرفض بشدة	1	1 إلى أقل من 1.75	منخفضة جداً
أرفض	2	1.75 إلى أقل من 2.50	منخفضة
أوافق	3	2.50 إلى أقل من 3.25	مرتفعة
أوافق بشدة	4	3.25 إلى 4.00	مرتفعة جداً

كما تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة الدراسة والموجودة في هذا البرنامج، وفيما يلي مجموعة الأساليب الإحصائية التي قامت الباحثة باستخدامها:

1. النسب المئوية والتكرارات.

2. المتوسطات الحسابية.
3. الانحراف المعياري.
4. اختبار ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات فقرات الاستبانة.
5. معامل ارتباط بيرسون لقياس صدق فقرات الاستبانة.

#### 4- عرض ومناقشة النتائج

##### 1. نتائج الاستبانة

الإجابة عن السؤال الأول: ما مفهوم الثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال؟  
للإجابة عن هذا السؤال أستخدم حساب التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري، والترتيب لإجابات مفردات عينة الدراسة، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:  
جدول (4) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب لإجابات مفردات عينة الدراسة حيال العبارات المتعلقة بمفهوم الثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال

رقم العبارة	العبارات	تكرار		درجة الموافقة		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
		نسبة	أوافق بشدة	أوافق	أرفض بشدة				
2	يمكن تعزيز الثقافة الغذائية أثناء فترة الوجبة	ك	101	43	4	3.65	0.53	1	أوافق بشدة
		%	68.2	29.1	2.7				
6	تعتبر الاحتياجات الغذائية اليومية للطفل جزء من مفهوم الثقافة الغذائية	ك	74	72	2	3.48	0.53	2	أوافق بشدة
		%	50	48.6	1.4				
7	معرفة كيفية إعداد الطعام هو جزء من مفهوم الثقافة الغذائية	ك	57	87	4	3.35	0.53	3	أوافق بشدة
		%	38.5	58.8	2.7				
8	يعتبر التعامل مع النفايات الغذائية جزء من الثقافة الغذائية	ك	61	80	6	3.35	0.59	4	أوافق بشدة
		%	41.2	54.1	4.1				
5	يعد تقييم الغذاء وقابليته للهضم جزء من مفهوم الثقافة الغذائية	ك	52	93	2	3.33	0.51	5	أوافق بشدة
		%	35.1	62.8	2				
4	يشمل مفهوم الثقافة الغذائية طرق حفظ الأكل	ك	38	85	16	3.02	0.78	6	أوافق
		%	25.7	57.4	10.8				
1	يقصد بالثقافة الغذائية كل ما يمكن أكله	ك	21	74	31	2.63	0.90	7	أوافق
		%	14.2	50	20.9				
3	تقتصر الثقافة الغذائية على ذكر فوائد الطعام	ك	18	44	78	2.48	0.79	8	أرفض
		%	12.2	29.7	52.7				

رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض بشدة				
9	تعتبر الثقافة الغذائية مفهوم أكبر من مستوى إدراك وفهم أطفال الروضة	ك	20	34	73	2.35	0.89	9	أرفض
		%	13.5	23	49.3				
10	الأغذية غير المألوفة غير صحية	ك	9	20	97	2.10	0.72	10	أرفض
		%	6.1	13.5	65.5				
11	يعتبر طعام الغذاء أهم من محتواه	ك	8	20	90	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 (4) يتضح ما يلي:

- أن استجابات مفردات عينة الدراسة حيال العبارات المتعلقة بمفهوم الثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال جاءت بدرجة موافقة (مرتفعة)، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام لاستجاباتهم (2.89 من 4.00) وهذا المتوسط يقع في الفئة الثالثة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تبدأ من (2.50 إلى أقل من 3.25)، وهي الفئة التي تشير إلى درجة موافقة (مرتفعة) على أداة الدراسة.
- تراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات محور مفهوم الثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال ما بين (2.04 - 3.65) درجة من أصل (4) درجات وهي متوسطات تقع في الفئات الثانية والثالثة والرابعة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تشير إلى درجات موافقة (منخفضة/ مرتفعة/ مرتفعة جداً) بالنسبة لأداة الدراسة.

الإجابة عن السؤال الثاني: ما ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة؟

استخدم حساب التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري، والترتيب لإجابات مفردات عينة الدراسة، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (5) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب لإجابات مفردات عينة الدراسة حيال العبارات المتعلقة بممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة

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

رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة				درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض بشدة	المتوسط الحسابي	
7	أولي عناية خاصة للأطفال الذين يعانون مشكلات صحية تتعلق بالغذاء (حساسية، سكري، .....)	ك	102	45	1	4	3.68
		%	68.9	30.4	0.7	4	
16	أشجع الطفل على تقويم وجبته الغذائية	ك	96	51	1	5	3.64
		%	64.9	34.5	0.7	-	
5	أبين للأطفال كيفية التعامل مع النفايات الغذائية (والفائض من الطعام)	ك	93	55	-	6	3.62
		%	62.8	37.2	-	-	
18	أشرك الطفل في مهام تنظيمية لفترة الوجبة (الترتيب، تقديم الطعام، التنظيف، .....)	ك	93	55	-	-	3.62
		%	62.8	37.2	-	-	
3	أشرح للأطفال مفهوم ومكونات الغذاء الصحي	ك	92	55	1	7	3.61
		%	62.2	37.2	0.7	-	
19	استبعد الأطعمة غير الصحية من وجبة الطفل	ك	89	55	4	-	3.57
		%	60.1	37.2	2.7	-	
21	أشرك الأهل في تعزيز الثقافة الغذائية للطفل	ك	83	64	1	-	3.55
		%	56.1	43.2	0.7	-	
12	أتفقد وأقيم وجبة الأطفال التي يحضرونها في المنزل	ك	77	70	1	10	3.51
		%	52	47.3	0.7	-	
14	أرشد ذوي الطفل إلى مواصفات الوجبة الصحية للطفل واحتياجاته	ك	79	66	3	-	3.51
		%	53.4	44.6	2	-	
8	أشرح للأطفال كيف يتعاملون مع أقرانهم الذين لديهم مشكلات تتعلق بالغذاء	ك	76	70	2	12	3.50
		%	51.4	47.3	1.4	-	
20	أوفر وجبة بديلة للأطفال الذين لم يحضروا وجبتهم أو الذين تحتاج أسرهم إلى دعم مادي	ك	72	70	6	-	3.44
		%	48.6	47.3	4.1	-	

رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض بشدة				
22	أطلعت على دليل المعلمة المتضمن دور المعلمة في فترة الوجبة	ك	70	71	7	3.42	0.58	14	أوافق بشدة
		%	47.3	48	4.7				
4	أشرح للأطفال المشكلات الغذائية	ك	66	78	4	3.41	0.55	15	أوافق بشدة
		%	44.6	52.7	2.7				
11	أتواصل مع ذوي الطفل لأتعرّف على احتياجاته الغذائية والمشكلات التي يعاني منها	ك	63	82	3	3.40	0.53	16	أوافق بشدة
		%	42.5	55.4	2				
17	أبلغ الإدارة عن المشكلات الغذائية للطفل	ك	59	83	6	3.35	0.56	17	أوافق بشدة
		%	39.9	56.1	4.1				
10	أقيم سلوك الأطفال أثناء الوجبة وفقاً لمعايير خاصة بذلك	ك	55	80	13	3.28	0.62	18	أوافق بشدة
		%	37.2	54.1	8.8				
13	أعد خطة علاجية للطفل لتعزيز ثقافته الغذائية	ك	51	80	17	3.22	0.64	19	أوافق
		%	34.5	54.1	11.5				
2	أتناول وجبتي دائماً مع الأطفال	ك	55	74	17	3.22	0.70	20	أوافق
		%	37.2	50	11.5				
9	أدون أسماء الأطفال الذين لم يتناولوا وجبتهم	ك	41	78	28	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 الدراسة حيال العبارات المتعلقة بممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة جاءت بدرجة موافقة (مرتفعة جداً)، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام لاستجاباتهم (3.49 من 4.00) وهذا المتوسط يقع في الفئة الرابعة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تبدأ من (3.25 إلى 4.00)، وهي الفئة التي تشير إلى درجة موافقة (مرتفعة جداً) على أداة الدراسة.
- تراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات محور ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة ما بين (3.07 - 3.79) درجة من أصل (4) درجات وهي متوسطات في الفئتين الثالثة والرابعة من المقياس المتدرج الرباعي واللذان تشير إلى درجات موافقة (مرتفعة / مرتفعة جداً) على التوالي بالنسبة لأداة الدراسة.
- أن هناك شبه توافق في آراء مفردات عينة الدراسة حول ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة.

عرض النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث: ما الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة؟

للإجابة عن هذا السؤال، أستخدم حساب التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري، والرتب لإجابات مفردات عينة الدراسة على المحور المتعلق بالصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (6) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لإجابات مفردات عينة الدراسة حيال العبارات المتعلقة بالصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة

رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض بشدة				
11	لا توفر الروضة وجبات صحية بديلة	ك	32	73	36	2.87	0.80	1	أوافق
		%	21.6	49.3	24.3				
16	نعاني من قلة البرامج التدريبية الخاصة بالثقافة الغذائية	ك	27	73	40	2.80	0.80	2	أوافق
		%	18.2	49.3	27				
13	تفتقر وزارة التعليم لسياسات واضحة تجاه وجبة الطفل	ك	27	73	39	2.79	0.81	3	أوافق
		%	18.2	49.3	26.4				
4	يحضر الأطفال أغذية مخالفة لإرشادات الوجبة الصحية (بانته، غير صحية، .....	ك	14	87	42	2.75	0.66	4	أوافق
		%	9.5	58.8	29.1				
3	أجد صعوبة في إقناع الأطفال بتناول الوجبة كاملة	ك	16	76	48	2.67	0.74	5	أوافق
		%	10.8	51.4	32.4				
12	أجد صعوبة في تعاون الأسر في تعزيز الثقافة الغذائية لدى الأطفال	ك	20	65	53	2.64	0.80	6	أوافق
		%	13.5	43.9	35.8				
1	أواجه صعوبة في إكساب الطفل ثقافة غذائية جيدة	ك	18	56	66	2.56	0.78	7	أوافق
		%	12.2	37.8	44.6				
15	ينقص الروضة توفر أدلة لمعلمات رياض الأطفال خاصة بالتغذية وإجراءاتها	ك	13	52	73	2.45	0.75	8	أرفض
		%	8.8	35.1	49.3				
5	تنوع الوجبات التي يحضرها الأطفال مما يربك المتابعة أثناء الوجبة	ك	11	56	69	2.44	0.75	9	أرفض
		%	7.4	37.8	46.6				
6	يرفض الأطفال تناول الغذاء الصحي	ك	9	51	78	2.39	0.71	10	أرفض
		%	6.1	34.5	52.7				



رقم العبارة	العبارات	تكرار نسبة	درجة الموافقة				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الموافقة
			أوافق بشدة	أوافق	أرفض	أرفض بشدة				
2	أجد صعوبة في متابعة تناول الأطفال للوجبة وتوجيه سلوكهم في أن واحد	ك	13	41	86	8	2.39	0.73	11	أرفض
		%	8.8	27.7	58.1	5.4				
14	تفتقر مهام عمل المعلمة الخاصة بفترة الوجبة إلى التحديد	ك	10	48	75	15	2.35	0.76	12	أرفض
		%	6.8	32.4	50.7	10.1				
8	يحتاج الأطفال مزيد من الوقت لإكمال الوجبة	ك	16	31	85	16	2.31	0.81	13	أرفض
		%	10.8	20.9	57.4	10.8				
7	يحد عامل الوقت من أدائي أثناء فترة الوجبة	ك	10	33	90	15	2.25	0.73	14	أرفض
		%	6.8	22.3	60.8	10.1				
9	يعتبر مكان الوجبة غير مهيأ وغير مناسب لتناول الأطفال للوجبة	ك	13	35	77	23	2.25	0.83	15	أرفض
		%	8.8	23.6	52	15.5				
10	تفتقر الروضة للتخطيط المسبق لفترة الوجبة	ك	7	22	92	27	2.06	0.72	16	أرفض
		%	4.7	14.9	62.2	18.2				
المتوسط الحسابي العام = 2.50 الانحراف المعياري = 0.49										

من خلال تحليل نتائج الجدول (6) يتضح ما يلي:

- أن استجابات مفردات عينة الدراسة حيال العبارات المتعلقة بالصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة جاءت بدرجة موافقة (مرتفعة)، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام لاستجاباتهم (2.50) من 4.00) وهذا المتوسط يقع في الفئة الثالثة من المقياس المتدرج الرباعي والتي تبدأ من (2.50 إلى 4.00)، وهي الفئة التي تشير إلى درجة موافقة (مرتفعة) على أداة الدراسة.
- تراوحت المتوسطات الحسابية لعبارات محور الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة ما بين (2.06 - 2.87) درجة من أصل (4) درجات وهي متوسطات في الفئتين الثانية والثالثة واللذان تشير إلى درجات موافقة (متوسطة / مرتفعة) على التوالي بالنسبة لأداة الدراسة.
- أن هناك تباين في آراء مفردات عينة الدراسة حول الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة

## ثانياً: نتائج المقابلة الشخصية

ركزت المقابلة الشخصية على التعرف الثقافة الغذائية وممارسات المعلمات أثناء فترة الوجبة والصعوبات التي تواجه المعلمة، وقد تمت المقابلات الشخصية بعد انتهاء الباحثة من تطبيق الاستبانة. وقد دلت نتائج المقابلة الشخصية على التالي (مع ملاحظة أن عدد العينة 6):

- تهتم المعلمات أثناء فترة الوجبة بمتابعة الأطفال والاطلاع على نوع الوجبة التي يحضرونها. وبينت المعلمات أن الوجبات الغذائية تركزت- حسب ترتيب- على الشطائر (83%) والفواكه (50%) والخضار (33%) والحليب (33%) والبيض (33%).
- أشارت (83%) من المعلمات أن لدى الأمهات وعي فيما يجب أن تتضمنه وجبة الطفل.
- بينت 66% (ن=6) من المعلمات عينة المقابلة أن مصادر الثقافة الغذائية لهم هو ما تلقينه أثناء الدراسة الجامعية ويأتي الاطلاع والقراءة في المرتبة الثانية.
- تقيم المعلمة معرفة الطفل الغذائية من خلال الحوار مع الطفل 50%، "حرص الام" 33%، الوجبة التي يحضرها الطفل 16%.
- كشفت المقابلة الشخصية أن المعلمات العينة يستخدمن مواد تعليمية متنوعة لإكساب الأطفال الثقافة الغذائية مثل: مواد حسية كإحضار طعام حقيقي 50%، والفيديو التعليمي 33%، تطبيق عملي مثل تحضير وجبة طعام 33%، وسائل أخرى.
- تبين أن المهارات الغذائية التي تقدم للطفل وتسهم في ممارستهم الجيدة كانت كالتالي: مهارة إعداد وجبة غذائية 50%.
- ذكرت المعلمات أن التحديات التي تواجه التثقيف الغذائي للطفل كانت: صعوبة تقبل الطفل لبعض الأطعمة 50%، احضار بعض الأطفال وجبة غير صحية 33%، عدم اهتمام الأسرة بوجبة الطفل 16%، كما أشارت إحدى المعلمات الى عدم وجود أي تحديات.
- تعتقد 66% (ن=6) من عينة المقابلة الشخصية أن المنهج يعزز الثقافة الغذائية على حين أشارت 33% منهن أنه يعززها إلى حد ما.
- وبينت 33% المعلمات العينة أن، حدة الغذاء في المنهج بحاجة إلى التطوير وأن تتضمن مفاهيم أكثر عن الغذاء كما تحتاج لوقت أطول لتدريسها. وأضافت معلمة (16%) بأهمية إضافة قراءة بطاقة الغذاء، على حين بينت معلمة أخرى أن الإضافة للمنهج متوقفة على نوع القصور من منظور المعلمة.
- أجمعت المعلمات على أن الروضات تقدم مشروعات تخص التغذية مثل يوم الغذاء (50%) اليوم المفتوح بعد انتهاء وحدة الغذاء (66%)، يوم خاص بتعزيز الصحة (13%)
- أشارت 83% من المعلمات أن لدى الأطفال اتجاهات إيجابية تجاه النشاطات المتعلقة بالأغذية فهم يتسمون بالحماس ويبدون سعادة ويتنافسون في احضار الطعام المفيد وملتزمين بذلك.
- بينت المعلمات أن من الطرق المتبعة في اشراك وتحسين الثقافة الغذائية للأطفال وأسرههم: الاستفسار عن الأطعمة التي يفضلها الطفل، تنفيذ دورات تثقيفية للأهل، الالتزام بتطبيق الأنظمة الخاصة بالوجبة الغذائية، وأشارت 66% منهن إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماع مع أسر الأطفال.

## خلاصة بأهم نتائج الدراسة وتوصياتها

### أهم النتائج المتعلقة بالإجابة عن أسئلة الدراسة

1. مفردات عينة الدراسة يوافقن بدرجة مرتفعة على مفهوم الثقافة الغذائية، حيث بلغ متوسط الموافقة نحو الدرجة الكلية (2.89 من 4.00)، وتتمثل أهم مفاهيم الثقافة الغذائية من وجهة نظرهن في الترتيب:
  - يمكن تعزيز الثقافة الغذائية أثناء فترة الوجبة.
  - تعتبر الاحتياجات الغذائية اليومية للطفل جزء من مفهوم الثقافة الغذائية.
  - معرفة كيفية إعداد الطعام هو جزء من مفهوم الثقافة الغذائية.
2. مفردات عينة الدراسة يوافقن بدرجة مرتفعة جداً على ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة، حيث بلغ متوسط الموافقة نحو الدرجة الكلية (3.49 من 4.00)، وتتمثل أهم ممارسات معلمات رياض الأطفال خلال فترة الوجبة من وجهة نظرهن في الترتيب:
  - أبادر بتطبيق قوانين الوجبة فأكون نموذجاً للأطفال.
  - أعزز سلوك الطفل الإيجابي في التغذية.
  - أنبه الأطفال إلى أهمية إتمام الوجبة.
3. مفردات عينة الدراسة يوافقن بدرجة مرتفعة على الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة، حيث بلغ متوسط الموافقة نحو الدرجة الكلية (2.50 من 4.00)، وتتمثل أبرز الصعوبات التي تواجه معلمات رياض الأطفال أثناء فترة الوجبة من وجهة نظرهن في الترتيب:
  - لا توفر الروضة وجبات صحية بديلة.
  - نعاني من قلة البرامج التدريبية الخاصة بالثقافة الغذائية.
  - تفتقر وزارة التعليم لسياسات واضحة تجاه وجبة الطفل.وقد اتفقت هذه النتائج مع كل من الدراسات السابقة في عدد من النقاط أبرزها:
  - برامج التدخل الغذائي لها أثر إيجابي على الأطفال (معافا ومحرق، 2012؛ الأميري وزملاؤه، 2015؛ هاردي وزملاؤه Hardy، et. al، 2010).
  - العلاقة بين معرفة المعلمين بالتغذية وممارساتهم منخفضة (أوجادا Ogada، 2015).
  - أن الوعي الغذائي للمتخصصات في رياض الأطفال متوسط (الليلى، 2007).
  - أن الوجبة المدرسية فرصة للتعليم في رياض الأطفال (سب وهوجر Sepp & Hijer، 2016).
  - اختلاف في آراء العاملين حول الغذاء والممارسات الحركية (درشيلد وزملاؤها Derscheid et. al، 2010).

### توصيات الدراسة:

- تحضير وتقديم وجبة الطفل في الروضة من خلال توفير مطبخ تحضير ومسئولة تغذية.
- عقد دورات تدريبية وندوات وورش عمل لمعلمات رياض الأطفال في مجال الثقافة الغذائية، وتشجيع المعلمات على الالتحاق بها.
- توفير وزارة التعليم أدلة لمعلمات رياض الأطفال تختص بتغذية الطفل وإجراءاتها.
- توفير ميزانية مخصصة لتنفيذ بعض الأنشطة التي تدعم إكساب طفل الروضة الثقافة الغذائية.

### مقترحات بدراسات مستقبلية

- إجراء دراسة حول الاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال في مجال تغذية الطفل.
- إجراء دراسة حول دور الأنشطة اللاصفية في نشر الثقافة الغذائية في رياض الأطفال.
- إجراء دراسة حول إمكانية تحضير وتقديم الوجبات اليومية في رياض الأطفال.

### المراجع العربية:

- آل سعود، الجوهرة فهد (2016). الدليل العملي لصحة الطفل. مكتب التربية لدول الخليج. الرياض
- الأميري، عامر؛ العاني، ضحى؛ مهدي، هبة (2014). أثر التصحيح الزائد في تعديل بعض العادات الغذائية غير السليمة لدى الأطفال المصابين بسوء التغذية. مجلة البحوث التربوية والنفسية. ع 43 ص 26. بغداد
- بحري، منى يونس (2009). المهارات العلمية لمربيات الحضانه. دار صفاء للنشر والتوزيع. (ط1) عمان.
- بدير، كريم محمد (2011). مشكلات طفل الروضة وأساليب معالجتها. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. (ط2) عمان
- بطرس، حافظ بطرس (2011). تنمية المفاهيم والمهارات العلمية لأطفال ما قبل المدرسة. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. (ط5) عمان
- بهادر، سعدية (1996). المرجع في برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة. مطبعة المدني. (ط1). القاهرة
- الجابرية، نجمة ناصر سالم (2010). الوجبة الغذائية وعلاقتها بالطفل: في رياض الأطفال. مجلة التطوير التربوي: سلطنة عمان. س 9 ع 58
- الجرواني، هالة إبراهيم؛ الحمراوي، سولاف أبو الفتح (2011). مشكلات البيئة التعليمية للطفل (الاسرة المدرسة التغذية التلوث). دار المعرفة الجامعية.
- الجمال، رضا مسعد (2004). برنامج لتنمية الوعي الغذائي الصحي الأطفال الحضانه وعلاقته بقدرتهم على الانتباه والتركيز. مجلة الطفولة والتنمية ع 14 مج 4.
- الحبري، رافدة (2014). تربية طفل ما قبل المدرسة. دار المناهج للنشر والتوزيع. (ط1) عمان.
- الخالدي، مريم (2008). مدخل إلى رياض الأطفال. دار الصفاء للنشر والتوزيع. (ط1) عمان .
- السعيد، رواد (2013). فاعلية أنشطة إثرائية في إكساب طفل الروضة مفاهيم السلام. رسالة ماجستير. جامعة أم القرى . قسم المناهج وطرق التدريس.
- سليم، أمل؛ علي، رحاب (2010). خصائص معلمة الروضة وعلاقتها باكتساب الطفل للخبرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية. ع 31. ص 262-303. قسم رياض الأطفال كلية التربية جامعة بغداد
- سويم، تيري جو؛ واتسون، ليندا (2015). الرضع والفطم المنهج والتدريس. بلقيس إسماعيل داغستاني. مترجم. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
- صادق، منى (2008). مفاهيم حديثة في تغذية الأطفال. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. (ط). عمان
- صبحي، عفاف. (2003). التربية الغذائية والصحية. القاهرة: مجموعة النيل العربية.
- العابد، العيادي ضوء المبروك (2014). شروط التغذية السليمة للأم والطفل. عالم التربية. مصر. س 15 ع 46
- عثمان، علي عبد الوهاب (2010). طرق التعليم في الطفولة المبكرة. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. عمان (ط1)

- الغدامي، أبرار (2013). مدى توافر كفايات تدريس المنهج المطور لدى المعلمات في رياض الأطفال الاهلية. رسالة ماجستير. جامعة الملك سعود. قسم المناهج وطرق التدريس
- كويل، كارول؛ بريدكامب، سو (2011). الممارسة الملائمة تطوريا في برامج الطفولة المبكرة. مكتب التربية لدول الخليج. الرياض. ط (3)
- الليلي، رويدا خضر سعيد (2007). أثر الوعي والممارسات الغذائية لعينة من معلمات رياض الأطفال بجدة على النمو الجسدي للأطفال. رسالة ماجستير جامعة الملك عبدالعزيز كلية الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية
- مجمع اللغة العربية. (2004). معجم الوسيط. مكتبة الشروق الدولية. (ط4) القاهرة.
- المراسي، سونيا صالح؛ عبدالمجيد، أشرف عبدالعزيز (2010). التثقيف الغذائي. دار الفكر ناشرون وموزعون. (ط1) عمان
- المركز الوطني للقياس والتقويم في التعليم العالي. (2014) معايير معلمات رياض الأطفال، مشروع المعايير المهنية للمعلمين وأدوات التقويم.
- معافا، فاطمة محمد؛ محرق، عائشة (2012). تأثير برنامج للأنشطة الحركية على اكتساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة. بحث مقدم للمؤتمر العلمي الثالث بالملكة العربية السعودية. . .
- الناشف، هدى محمود (2010). معلمة الروضة. دار الفكر ناشرون وموزعون. (ط3) عمان
- النجاشي، فوزية محمود . نصار، حنان محمد (2012). برنامج تدريبي لتنمية الايثار لدى معلمة الروضة. مجلة كلية التربية. جامعة طنطا. ع45 ص270. مصر
- وزارة التعليم (2015) البطاقات الاحصائية لعام 1437هـ. اجمالي الاعداد في المدارس التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقة الرياض. تم الاسترداد من <http://www.moe.gov.sa/ar/Pages/StatisticalInformation.aspx>
- وزارة التعليم. (2016) منهج التعلم الذاتي لرياض الأطفال. دليل المعلمة لمنهج التعلم الذاتي لرياض الأطفال.
- وزارة التعليم، شركة تطوير للخدمات التعليمية، الجمعية الوطنية لتعليم الأطفال الصغار. (2015). معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية.
- يخلف، رفيقة (2014). دور رياض الأطفال في النمو الاجتماعي. مجلة الأكاديمية للدراسات الانسانية. ع11 ص12. الجزائر

#### ثانياً/ المراجع الأجنبية:

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

- Hardy ،L. L. ،et al. (2010). "Munch and Move: evaluation of a preschool healthy eating and movement skill program." International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 7 (1): 80.
- Michigan State Board of Education ،Lansing ،MI. (2013). Early Childhood Standards of Quality for Prekindergarten Retrieved March 12 ،2013 ،from [https://www.michigan.gov/documents/mde/ECSQ\\_OK\\_Approved\\_422339\\_7.pdf](https://www.michigan.gov/documents/mde/ECSQ_OK_Approved_422339_7.pdf)
- North carolina enhanced nutrition standards for child care final report to the general assembly. (2010). North carolina public health. Retrieved from [https://ncchildcare.ncdhhs.gov/Portals/0/documents/pdf/C/child\\_nutrition\\_study.pdf](https://ncchildcare.ncdhhs.gov/Portals/0/documents/pdf/C/child_nutrition_study.pdf)
- Nyapera ،V. (2013). Nutrition knowledge ،attitudes and practices of children from Isinya and Nkoile primary schools in Kajiado district ،Kenya (Doctoral dissertation).
- Ogada. Donnet Anyango. (2015). Nutritional Knowledge and Practices of PreSchool Teachers in Homa Bay County ،Kenya. International Journal of Recent Research in Social Sciences and Humanities (IJRSSH) Vol. 2 ،Issue 2 ،pp: (1-13)
- Osowski ،C. P. ،et al. (2013). "Teachers' interaction with children in the school meal situation: The example of pedagogic meals in Sweden. " Journal of Nutrition Education and Behavior 45 (5): 420-427.
- Sepp ،H. ،& Höijer ،K. (2016). Food as a tool for learning in everyday activities at preschool—an exploratory study from Sweden. Food & Nutrition Research ،60.
- Sweitzer ،S. J. ،Briley ،M. E. ،Roberts-Gray ،C. ،Hoelscher ،D. M. ،Harrist ،R. B. ،Staskel ،D. M. ،& Almansour ،F. D. (2010). Lunch is in the bag: increasing fruits ،vegetables ،and whole grains in sack lunches of preschool-aged children. Journal of the American Dietetic Association ،110 (7) ،1058-1064.
- Yin ،R. K. (2011). Applications of case study research. Sage.

## Practices of Kindergarten Teachers in Achieving the nutritional knowledge of Kindergarten Children During the meal time

**Abstract:** The study aimed to identify the practice of kindergarten teachers in providing nutritional knowledge of the kindergarten child during the meal time. To achieve this, a descriptive method was used. The questionnaire was used as data collection tool. The sample consisted of (148) In the analysis of the data, the results of the study showed that the tool obtained an average of (2.96 from 4.00) and at the field level Axis (concept of nutritional knowledge (2.89 of 4.00), followed by the difficulty of kindergarten teachers during the meal time, at an average (3.49 of 4.00), both of which are rated (high), while very high on (kindergarten teacher practices during the meal time at an average of (2.50 of 4.00) The teachers also showed that the meals attended by the children are healthy and that there is awareness among the families about the type of food provided to the children.

**Keywords:** Kindergarten, nutritional knowledge, meal time.