

مقترح بناء معايير التربية الغذائية في كتب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن

جاسر رضوان مكيد العلوان

وزارة التربية والتعليم - المملكة الأردنية الهاشمية

Email: jasser_1975@yahoo.com

Received: 13 Jul. 2017,

Revised: 10 Apr. 2017, Accepted: 20 May 2017

Published online: 1 (January) 2018



مقترح بناء معايير التربية الغذائية في كتب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن

جاسر رضوان مكيد العلوان

وزارة التربية والتعليم - المملكة الأردنية الهاشمية

الملخص

هدفت الدراسة إلى بناء معايير في التربية الغذائية في كتب العلوم الحياتية، لدى طلبة الصف التاسع الأساسي، وتكون أفراد الدراسة من (١٢٠) طالباً وطالبة من الصف التاسع الأساسي من مدرستي شهداء الكرامة الثانوية الشاملة للبنين والكرامة الثانوية الشاملة للبنات، جرى اختيارهم قصدياً، وتوزيعهم عشوائياً على أربع شعب: شعبتين تجريبيتين وشعبتين ضابطتين، ولتحقيق أهداف الدراسة، جرى بناء قائمة معايير التربية الغذائية، وجرى التأكد من صدق أدوات الدراسة وثباتها، وأظهرت نتائج الدراسة تدني نسبة توافر معايير التربية الغذائية في الوحدة الدراسية، ووجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0,05$) في كل من القيم والعادات الغذائية، والوعي الغذائي، والمهارات الغذائية لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وعدم وجود أثر للتفاعل بين الوحدة الدراسية والجنس على مقياس القيم والعادات الغذائية، وعدم وجود أثر للتفاعل بين الوحدة الدراسية والجنس في الوعي الغذائي، واختبار المهارات الغذائية لصالح الإناث اللواتي درسن الوحدة المطورة.

الكلمات المفتاحية: معايير التربية الغذائية، منهاج العلوم الحياتية.



Constructed Suggestion for Nutritional Educational Standards in Biology books among Primary Ninth Grade in Jordan

Jaser Radhwan Makeed AlAlwan

Ministry of Education - Jordan

Abstract

This study aimed to Construct a Nutritional Educational Standard for the ninth basic grade Students. The study was conducted on (120) male and female students selected intentionally who were from the al-karameh Secondary school for girls, and al-karameh shohada school Secondary for boys. Students were randomly distributed into (4) groups: two experimental groups and two control group. To achieve the study objectives a list of nutritional educational standards was developed a scale for the nutritional awareness, a test for nutritional skills. Validity and reliability of these scales were insured. and Developed unit more over these was statically significant in the students and nutritional skills due to the interaction between the unit and gender of students, the performance of female students was better than male students in the experimental group. However, there was no statically significant differences in the students nutritional awareness and (habits and values) due to the interaction between the unit and gender of students.

Keywords: Nutritional Educational Standards, Biology Curriculum.

مقترح بناء معايير التربية الغذائية في كتب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن

جاسر رضوان مكيد العلوان

وزارة التربية والتعليم - المملكة الأردنية الهاشمية

مقدمة

ويُعد نقص الوعي الصحي والوعي الغذائي من أهم العوامل المساعدة للإصابة بالعديد من المشكلات الغذائية والصحية، ومما يزيد من تفاقم هذه المشكلة الكم الهائل من المعلومات الصحية التي يتعرض لها الناس، والكثير من هذه المعلومات مغلوطة أو ناقصة، لذا فإن التخطيط السليم لبرامج التربية الغذائية يُعد من أهم الجوانب لحماية المجتمع من مثل هذه المعلومات المغلوطة (مصيقر، ٢٠٠٠).

تعد التربية بمفهومها الواسع إعداد الإنسان للحياة، ويشكل الغذاء إحدى الركائز الأساسية للحياة، لذا ازداد اهتمام المجتمعات المعاصرة بأبنائها غذائياً، وأصبحت الثقافة الغذائية تحظى باهتمام كبير لدى جميع فئات المجتمع في ظل انتشار العديد من الأمراض المرتبطة بالعادات الغذائية لدى الأفراد.

ومن الأسباب التي أدت إلى التفكير في التربية الغذائية: علاقة الغذاء بالمناعة ضد الأمراض، وارتباط المستوى الغذائي للأفراد بالمستوى الذهني (فخرو، ٢٠٠٣)، لذا يجب أن يعرف الإنسان أنواع الغذاء وينمي قدراته على اختيار الأغذية اللازمة له، حتى يستطيع الاستفادة منها، ويجب أن يتعلم أيضاً طرق إنتاج الأطعمة وحفظها وإعدادها بحيث تكون مستساغة الطعم، مقبولة الرائحة، ولأن فئة الأطفال من أنسب الفئات للتربية الغذائية، يستلزم تشجيعهم على ملاحظة غذائهم اليومي، وتعريفهم بكيفية اختيار الغذاء الصحيح، وبمتابعة هذه الفئة في سنوات الدراسة المختلفة من خلال المناهج الدراسية على أن تتدرج المعلومات لتناسب مراحل العمر المختلفة (صبيح، ٢٠٠٤).

ولعظم أثر التغذية في حياة الإنسان، ذكرها الله سبحانه وتعالى في أكثر من آية من آيات القرآن الكريم؛ منظماً للعادات الغذائية، ومحرمًا للأطعمة الضارة، ومبيحاً للأطعمة الطيبة. قال تعالى: «وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ». صدق الله العظيم (الأعراف: ٣١). وقال تعالى: «حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَلَحْمُ الْخَنزِيرِ وَمَا أِهْلٌ لِّغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّدَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَيْتُمْ» (المائدة: ٣). كما ذكرها رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم في أكثر من حديث، إذ قال: «ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن كان لا بد فاعلاً فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه»، وهذا ما يؤكد أهمية التغذية لصحة الإنسان، لذا فإن الثقافة الغذائية تُعد من الأمور المهمة التي يجب أن تدخل في التكوين المعرفي للإنسان (هارون، ١٩٩٥).

والتربية الغذائية ومن ورائها الوعي الغذائي، قضية فردية واجتماعية مهمة لما لها من انعكاس

وقد اقترحت الدراسة التي قدمها مكتب التربية العربي لدول الخليج (١٩٩٨) في ندوة التربية الصحية والغذائية والبيئية، أهمية تطوير المناهج بصفة عامة، وإضافة الموضوعات المناسبة في مجال التغذية، وبث الوعي الصحي والغذائي بين أفراد المجتمع، والاستمرارية في تحديث المفاهيم المتعلقة بالتربية الغذائية.

وحيث أن المناهج الدراسية تُعد الدعامة الأولى لغرس السلوك الغذائي، فإنه من الضروري أن توفر للمتعلمين المعلومات والمهارات اللازمة للسلوكيات الغذائية الصحيحة، وأن تمدهم بأساليب وممارسات تحقق أهداف التربية الغذائية لديهم (مصيفر، ٢٠٠٠)، فمن خلال المناهج الدراسية يمكن زيادة فاعلية دور المدرسة في تنمية الوعي الغذائي لدى الطلبة، وتغيير عاداتهم الغذائية السيئة، ومحاولة تعديلها نحو الاهتمام بالغذاء المتوازن (الشريف، ٢٠٠٧).

ولأنَّ الغذاء حاجة حياتية أساسية، فإنَّ خبرات تعلم وتعليم الغذاء يجب أن تكون جزءاً تكاملياً للمنهج المدرسي، ومحور الغذاء والتغذية قد يكون متضمناً في أماكن عدة في الكتاب، لذلك يجب أن يساعد برنامج الطفولة المبكرة في وضع الأساس لعادات الصحية الجيدة (عيسى، ٢٠٠٥).

وللمناهج الدراسية لديها مساحات واسعة من الاهتمام بالموضوعات الصحية، مثل: غسل الأيدي قبل تناول الطعام وبعده، وعدم شراء الأطعمة المكشوفة من الباعة المتجولين (مقابلة، ١٩٩٦). لذا يُعد المنهج إحدى الدعائم الهامة في تربية الطلاب تربية صحية، وأنَّ الهدف من هذه التربية هو السلوك الصحي (الأمعري، ١٩٩٩).

وتُعدُّ مناهج العلوم إحدى الركائز الأساسية للتطور العلمي والتكنولوجي، بالإضافة إلى كون مناهج العلوم وسطاً ملائماً لتنمية المهارات المختلفة، فإن طبيعة محتوى مناهج العلوم وطريقة معالجتها للمواضيع يجعل من مناهج العلوم بيئة خصبة للتدريب على المهارات الصحية والغذائية

على صحة الأفراد. حيث أنَّ إلمام الفرد بالمعارف والمعلومات الصحية حول اختيار الطعام، وإعداد الوجبات، والعادات الغذائية السليمة، والعلاقة بين الغذاء وغيره من المتغيرات الأخرى، مثل: الأمراض، ونوع عمل الفرد، وجنسه، وسنه، يسهم في رفع المستوى الصحي للفرد ويعمل على الحد من كثير من المشكلات المتعلقة بالغذاء (عبد الغني، ٢٠٠٥).

وتُعدُّ الأردن من الدول التي تعاني من مشاكل سوء التغذية الناتجة عن نقص العناصر الغذائية، والتي أصبحت من المشاكل العالمية التي يتوجب وضع الحلول المناسبة لها، حيث تبنت وزارة الصحة في الأردن عدة استراتيجيات من أجل المحافظة على صحة الإنسان، وبخاصة فيما يتعلق بمشكلات فقر الدم ونقص فيتامين (أ) وتضخم الغدة الدرقية (مسعد وبرهم، ٢٠٠٧)، فالأمراض الناتجة عن سوء التغذية تنتج عن نقص في كمية الغذاء التي يتناولها الفرد ونوعية الغذاء الذي يتناوله، وعاداته الغذائية غير السليمة التي تُسهم في إحداث أمراض غذائية، ويمكن الوقاية منها إذا أدرك الفرد سبب هذه الأمراض واتبع العادات الغذائية الصحية السليمة (علي، ٢٠٠٨).

وتُعدُّ التربية الغذائية جانباً تطبيقياً من جوانب مناهج العلوم من خلال تعليم الطلبة الأبعاد الغذائية المتعددة وهي: أهمية الغذاء، مكوناته، أنواعه، طرق فساده، أضرار تلوث الطعام وفساده، والتربية الغذائية مهمة لكل فرد من أفراد المجتمع للحفاظ على الصحة العامة باتباعهم السلوكيات الغذائية الرشيدة (Marcus, 2008).

فالتربية الغذائية تساهم في تحسين الثقافة الصحية والعادات الغذائية لدى الأفراد من خلال البرامج الغذائية المتعددة في نظام تعليمي شامل، يشرف على صياغته مؤلفو المناهج آخذين بعين الاعتبار معايير التربية الغذائية كإطار عام للمناهج، والتكامل الرأسي والأفقي في تصميم الدروس التعليمية (Wisconsin Department, 2009). (of Public Instruction

السمنة والنحافة السمة الطاغية بينهم، بالإضافة إلى أمراض أخرى تصيب عددا منهم، كهشاشة العظام، وتسوس الأسنان، والداء السكري، وأمراض القلب، وغير ذلك من المشكلات الصحية الناتجة عن نقص في الثقافة الغذائية، وهذا ما أكدته نتائج دراسة مشعل والرحاحلة وبطالينة (٢٠١٢) التي أشارت إلى وجود نقص في الثقافة الغذائية بين الطلبة في الأردن، ودراسة تيم وبوادي وسلامه (٢٠٠٨) التي أشارت إلى أن (٣٠٪) من الطلبة الذكور في الأردن و(١٦٪) من الإناث مصابون بزيادة الوزن، ودراسة دراوشة ونعمان (٢٠٠٢) التي أشارت إلى ارتفاع نسبي في كمية الغذاء المستهلك عند أطفال المدارس من عمر (٦-١٢) سنة في الأردن، ووجود العديد من العادات الغذائية السيئة لدى الأطفال الذين يعانون من زيادة الوزن ولعل هذا عائد إلى ضعف مستوى الثقافة الغذائية والصحية لدى هؤلاء الأطفال، والذي قد يكون ناتجا عن قصور في المناهج المدرسية، ومناهج العلوم بشكل خاص، يتمثل في ضعف تركيزها في هذه الجوانب رغم أهميتها القصوى، وهذا ما تدلل عليه بعض الدراسات كدراسة الشرفات (٢٠٠٩) التي أشارت إلى أن نسبة مجال المهارات الغذائية في كتب العلوم ضعيفة جدا، إذ كانت نسبتها (١,٧٢٪) من المهارات الحياتية، ويوصي الشرفات (٢٠٠٩) بضرورة التركيز في المهارات الصحية، والمهارات الغذائية عند إعداد وتأليف مناهج العلوم في الأردن. كذلك أوصت دراسة بني ملحم والوديان (٢٠١٣) بضرورة الاهتمام بشكل أكبر في توجيه الطلبة في الأردن نحو العادات الغذائية الصحية وتعزيزها من خلال المناهج الدراسية.

ونتيجة لذلك تأتي هذه الدراسة لبناء معايير للتربية الغذائية، وقياس درجة تضمناها في كتاب العلوم الحياتية، وتطوير وحدة (جسم الإنسان وصحته) في ضوء تلك المعايير، وقياس أثر هذا التطوير في الثقافة الغذائية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي.

التي يمارسها الطلبة في حياتهم اليومية حتى تؤهلهم لمواجهة التغيرات السريعة في المجتمع (قشطة، ٢٠٠٨).

ومناهج العلوم هي أنسب المناهج لإمداد الطلاب بالعادات السلوكية الصحية السليمة وتنمية اتجاهاتهم الصحية (البركاتي، ٢٠١٣). وتعد كذلك ميدانا هاما لإكساب الطلبة العديد من المهارات الحياتية التي يحتاجها الطلبة في حياتهم اليومية، مثل: مهارة العناية بالجسم، ومهارة العناية بالغذاء الصحي، ومهارة الوقاية من الأمراض (قشطة، ٢٠٠٨).

ولمنهج الأحياء دور أساس في بناء الوعي الغذائي لدى الطلبة، وتجنب الوقوع في أي أخطار غذائية أو الإصابة بأي أمراض مصدرها الغذاء ومكوناته (علي، ٢٠٠٨). وكتب علم الأحياء هي الميدان الأساسي لتنمية التربية الغذائية بحكم طبيعتها موضوعاتها وأهدافها (السوداني، ٢٠٠٥).

إن ما سبق يشير إلى أن مناهج العلوم هي أنسب المناهج لإمداد الطلبة بالعادات السلوكية الصحية الغذائية كونها إحدى أهم نواتج تعلم العلوم، وخاصة في مرحلة المراهقة، غير أنه وبعد اطلاع الباحث على رسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراة والأبحاث المحلية، لم يجد ما يبحث في التربية الغذائية بشكل عام، أو في تطوير المناهج وفق التربية الغذائية بالرغم من أهميته وضرورته الملحة التي ظهرت بعض ملامحها في الصفحات السابقة، وهذا ما دفعه إلى البحث في هذا الموضوع، ومن هذا المنطلق شعر الباحث بهذا البحث ليؤكد أهمية التربية الغذائية وإكساب الطلبة الثقافة الغذائية.

مشكلة الدراسة

يعاني أفراد المجتمع بشكل عام من الأمراض والمشكلات الصحية ذات الصلة المباشرة بالغذاء، وبنظرة خاصة إلى طلبة المدارس الذين يشكلون النسبة الأكبر في تعرضهم لمثل هذه الأمراض، تُعد

حدود الدراسة ومحدداتها

تقتصر الدراسة على:

١- وحدة دراسية من كتاب العلوم الحياتية المقرر من وزارة التربية والتعليم في مدارس المملكة الأردنية الهاشمية على طلبة الصف التاسع الأساسي، وذلك بموجب قرار رقم (٢٠٠٦/٣/٩) تاريخ (٢٠٠٦/٣/٩) بدءاً من العام الدراسي ٢٠٠٦/٢٠٠٧

٢- الأدوات التي جرى تطبيقها في الدراسة، وهي من إعداد الباحث، وأن تعميم نتائج الدراسة سيتحدد بمدى ما توافر لها من صدق وثبات.

٣- عينة من طلبة الصف التاسع الأساسي الذين يدرسون في المدارس التابعة لمديرية التربية والتعليم للواء الشونة الجنوبية في محافظة البلقاء في الفصل الثاني من العام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥

التعريفات الإجرائية

معايير التربية الغذائية

مجموعة من البنود والمواصفات التي تحدد ما يجب أن يتضمنه وما يجب أن تكون عليه موضوعات التربية الغذائية في محتوى كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي، والتي جرى بناؤها، بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة والاطلاع على قوائم معايير التربية الغذائية لبلدان مختلفة من العالم، والتي تتلاءم مع حاجات الطلبة، وتساير الاتجاهات العالمية في مجال تعلم التربية الغذائية وتعليمها، والتي تشمل على: حفظ الأغذية وسلامتها، والعادات الغذائية، والعناصر الغذائية، والأمراض المرتبطة بالغذاء، والغذاء في الإسلام، التي جرى في ضوءها تحليل محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته في مادة العلوم الحياتية لطلبة الصف التاسع الأساسي، وتطويرها.

أسئلة الدراسة

حاولت هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

١- ما معايير التربية الغذائية المقترح توافرها في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن؟

٢- ما مدى تضمن وحدة جسم الإنسان وصحته في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي لمعايير التربية الغذائية في الأردن؟

أهمية الدراسة

تتبع أهمية الدراسة النظرية من الآتي:

١- كونها- على حد علم الباحث - تُعد من الدراسات المحلية القليلة التي تتناول التربية الغذائية في مناهج العلوم الحياتية.

٢- أهمية التربية الغذائية في الحياة اليومية لكل فرد من أفراد المجتمع.

وتتبع أهمية الدراسة التطبيقية من الآتي:

١- قد تسهم نتائجها في تحسين مستوى الثقافة الغذائية (القيم والعادات الغذائية، الوعي الغذائي، المهارات الغذائية) في ضوء معايير التربية الغذائية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي.

٢- قد تضيد نتائجها المشرفين التربويين في توجيه معلمي العلوم الحياتية بخاصة إلى الاهتمام بموضوع التربية الغذائية وما يتصل بها من وعي غذائي وقيم وعادات ومهارات غذائية.

٣- قد تسهم نتائجها في تشجيع الباحثين على القيام بمزيد من الدراسات في مجال التربية الغذائية كونها تقدم لهم خلفية بحثية ربما تكون مناسبة.

٤- أنها تقدم قائمة بمعايير التربية الغذائية التي يمكن استخدامها من قبل باحثين آخرين أو من قبل مطوري المناهج الدراسية.

الإطار النظري

التربية الغذائية

تعددت تعريفات التربية الغذائية، ومنها تعريف السعدوني (٢٠١١: ٨٤) «هي أنشطة اتصالية تهدف إلى تحقيق تغيير كبير في السلوك والعادات الغذائية لتحسين الحالة الغذائية للفرد والمجتمع»، وتعريف صبحي (٢٠٠٤: ١٧) «هي ترجمة الحقائق الصحية في مجال التغذية إلى أنماط سلوكية على مستوى الفرد والمجتمع، وذلك باستعمال الأساليب التربوية لتعليم الفرد كيفية حماية نفسه من أمراض سوء التغذية، وتغيير العادات الخاطئة وتشجيع العادات الغذائية السليمة»، وتعريف مزاهرة (٢٠١٠: ٣٢٥) «هي محاولات متعددة لتشجيع الناس على تعديل طرق حياتهم من النواحي الصحية والغذائية بوسائل أفضل وفي حدود الإمكانيات الموجودة»، وتعريف (مصيقر، ٢٠٠٠) هي عملية مساعدة أفراد المجتمع في الحصول على المعلومات والخبرات اللازمة لهم للقيام بالاختيار المناسب لغذائهم وذلك للمحافظة على صحتهم خلال حياتهم، وتعريف (وحدة المناهج بوزارة التربية والتوجيه الفني العام للعلوم في الكويت، ١٩٩٨) هي العادات والسلوكيات التي تحسن صحة الفرد والمجتمع وتقيه من الأمراض، وتبقيه في لياقة جسمية ونفسية دائمة وتهب له حياة سعيدة مليئة بالهناء والنشاط، وتعريف هاشم (٢٠٠٢: ٧) «هي عملية تربوية تهدف إلى إكساب الطلبة المعارف والمعلومات والمهارات المتعلقة بالغذاء، وتكوين عادات غذائية صحيحة، وتنمية اتجاهات سليمة فيما يخص عملية التغذية والسلوك الغذائي»، وتعريف (السيد، ٢٠٠٥) هي محاولة لنقل المعلومات للأفراد وتعديل سلوكهم وطرق حياتهم الصحية والغذائية بوسائل مختلفة في حدود الإمكانيات الموجودة من خلال إمدادهم بنصائح غذائية، وتعريف مسمح (٢٠٠٩: ١٨) هي «تزويد الفرد بمجموعة من الخبرات التي تشمل (المعارف، والمهارات، والاتجاهات) الغذائية اللازمة لتكوينه وثقافته غذائياً»، وتعريف حسام

الدين (٢٠٠٤: ٦٧) «هي ترجمة المعارف في مجال التغذية إلى سلوك يمارسه الفرد عن طريق استخدام الأساليب التربوية المناسبة لتعليم الفرد كيفية حماية نفسه من أمراض سوء التغذية وتشجيع العادات الغذائية السليمة والتخلص من العادات غير السليمة»، وتعريف تورلاسكون (Torlaskon, 2011) هي عبارة عن مجموعة من الإستراتيجيات التربوية، صُممت لتسهيل: توضيح نظام البدائل الغذائية، والعلاقة بين الممارسات الغذائية والصحة، وتعريف رشدي (١٩٨٦: ١٧) «هي محاولات متعددة لإغراء الناس بتعديل طريقة حياتهم، من زاوية الصحة والتغذية بوسيلة أفضل في حدود الإمكانيات الموجودة أياً كانت هذه الإمكانيات قديمة أو حديثة»، وتعريف علي (٢٠٠٨: ٥٩) «هي مجال من مجالات التربية الوقائية، والتي تشمل أبعاد التربية الغذائية المتعددة، قبل وأثناء وبعد التعامل مع الغذاء، حيث تتناول الجوانب المعرفية والمهارية والوجدانية لطرق التعرف على الغذاء وأساليب اختياره وفقاً لتركيبه الكيميائي وفوائده للجسم، وطرق وتجهيز وطهي الأغذية وحفظها، والتعرف على أساليب فساد الغذاء وتلوثه، ومظاهر سوء التغذية».

أما التربية الغذائية في الإسلام فهي: «هي جملة القواعد والآداب والتوجيهات التربوية الغذائية التي جاء بها الإسلام لضبط وتنمية وتعديل سلوك الإنسان في التعامل مع غذائه، وإكسابه المعلومات والمهارات التي يحتاجونها للوصول به إلى أقصى درجات الوعي بأهمية التغذية الصحيحة في حياته، وضرورة تكوين العادات الغذائية السليمة له» (الزبيدي، ٢٠٠٥: ٩).

ومن خلال استعراض التعريفات السابقة نجد أنها تركز على إكساب الفرد العادات الغذائية الصحية، والمعلومات الغذائية، والمهارات الغذائية، وتنمية الاتجاهات الغذائية السليمة.

ويتبنى الباحث تعريف هاشم (٢٠٠٢) الذي يرى التربية الغذائية عملية تتضمن معارف

الأمراض، وينمي قدراتهم ومهاراتهم التعليمية وتحصيلهم. (ويليم وأنجيلا، Wiliam and Angela, 2010). فالمدرسة هي الأداة الأكثر أهمية وفاعلية لنشر برامج التربية الغذائية، ويمكن دمج تلك البرامج في المقررات الدراسية المختلفة، وإن عملية تعليم التربية الغذائية لا تقتصر على اكتساب معلومات جديدة، بل لا بد من إيجاد الوسائل المناسبة لنقل المعلومات والمهارات التي تم إكسابها للمتعلم داخل المدرسة إلى أسرته ومجتمعه، وذلك لجعل الثقافة الغذائية أكثر قابلية للتطبيق في الحياة اليومية (الأمعري، ١٩٩٩)، ووسائل التربية الغذائية عديدة، ومنها: المحاضرات، ورش العمل، الأفلام، البروشورات، والصحف، والكتيبات والإذاعة والتلفاز. (Gowri, Vasantha, Sivakumar, 2010).

وللحد من العادات الغذائية غير الصحية ينبغي أن تُفعل له مناهج العلوم لكي تخدم الطلبة، وذلك بتضمينها المفاهيم الغذائية السليمة، بحيث تُسهم في مقاومة العادات الغذائية غير الصحية (الحوسني، ٢٠٠٢)، وتغيير العادات الغذائية وتطويرها أمر صعب وقد يواجه معارضة قوية، ومن أجل التوصل إلى نتائج أفضل، فإنه يجب الاهتمام ببرامج التربية الغذائية من مراحل التعليم الأولى في رياض الأطفال وحتى الجامعة (مzahرة، ٢٠١٠). لأن التربية الغذائية تساعد الفرد من الإلمام بالقواعد الغذائية، إذ يتعرف أهمية الغذاء، وكيفية تحسين عاداته الغذائية (حمد الله، ٢٠٠٦).

والتربية الغذائية ببرامجها المتنوعة وتعد الوسيلة الرئيسية لتزويد الطلبة بالمعلومات والعادات الغذائية، واختيار الغذاء المناسب وتناوله بكميات تتناسب مع حجم ونوع النشاط اليومي للأفراد. كايلو (Killo, 2003). ويرى سيلبي مسكي وفارس (Celemuski, Farris, 1996) أن التربية الغذائية التي يتم تقديمها لطلبة المدارس يجب أن تتضمن الموضوعات الآتية:

واتجاهات ومهارات غذائية يُراد إكسابها للأفراد. وأن التربية الغذائية أحد متطلبات التربية العلمية، ومن المجالات التي تهتم بدراستها الطالبات أكثر من الطلاب، لما تتضمنه من موضوعات، مثل: المجموعات الغذائية، والغذاء المتوازن، والأمراض ذات العلاقة بالغذاء (زكي، ٢٠١٢).

وتعد التربية الغذائية جزءاً من العملية التربوية التي يتحقق من خلالها رفع الوعي الغذائي عن طريق تزويد المتعلم بالمعلومات والخبرات بهدف التأثير في معارفه واتجاهاته وسلوكه (الصباغ، ١٩٩٥)، وأن السبيل الوحيد إلى توير الضرد وتثقيفه غذائياً لا يكون إلا من خلال التربية الغذائية (مسح، ٢٠٠٩).

لهذا فإن التربية الغذائية هدف أساسي من أهداف تدريس العلوم، انطلاقاً من ركنية رئيسية تقوم عليها عمليات تطوير التعليم المتعلقة بالتنمية البشرية، والتي تعد دالة للتنمية الشاملة في كافة المجالات، وأمراً حتمياً لبناء جيل واع غذائياً وقادر على اتخاذ القرارات الغذائية المناسبة، وأن التربية الغذائية من أبرز اهتمامات تدريس العلوم في مرحلة الطفولة - مرحلة بناء الجسم بصورة سليمة، جسدياً وعقلياً - ليتمكن الطلبة الوقاية من أمراض سوء التغذية مستقبلاً، مثل: هشاشة العظام، والسمنة، والأنيميا (يحيى وخالد، ٢٠٠٩).

ويعد الجهل بالمبادئ الأساسية في التغذية سبباً رئيسياً في حدوث كثير من أمراض سوء التغذية، والمجتمع الذي يعاني من أمراض سوء التغذية تكون كفاءة أفرادها منخفضة، (يحيى وخالد، ٢٠٠٩).

ولأن المدرسة من المؤسسات التعليمية التي تسعى إلى تحسين ومواكبة الصحة والاهتمام بها، فإن أي تطوير للمدارس بشكل عام، لا بد أن يشمل تطوير الناحية الغذائية والصحية للحماية من

بالعناصر الغذائية (الكربوهيدرات والبروتينات والدهون والفيتامينات والمعادن والماء) وذلك من حيث: مصادرها، وأهميتها، والكميات الموصى بتناولها يوميا.

ولهذا فإن الهدف الشامل للتربية الغذائية الوصول بالفرد ثم الأسرة والمجتمع إلى حياة أفضل وصحة أقوى، ويتم هذا بواسطة تعليم الأفراد كيفية اختيار الأغذية المناسبة وبكميات مناسبة تساعدهم على بناء أجسامهم وسلامتها (مzahرة، ٢٠١٠). ويرى كثير من الباحثين أن من أهداف التربية الغذائية الآتي:

١. رفع المستوى الغذائي للأفراد.
٢. تغيير المفاهيم الخاطئة المتعلقة بالغذاء والتغذية.
٣. تغيير العادات الغذائية الخاطئة.
٤. تعليم الفرد التغذية السليمة في الصحة والمرض.
٥. توضيح العلاقة بين الغذاء والنمو وتمتع الإنسان بالصحة والقدرة على العمل (المراسي وعبدالمجيد، ٢٠١٠).
٦. توفير معلومات غذائية للطلبة.
٧. تعليم الطلبة المهارات الغذائية.
٨. تغيير الاتجاهات غير الصحية (Celemuski, 1996).
٩. توظيف المهارات الحياتية كأسلوب لتحسين اتجاهات الطلبة نحو تنمية وعيهم الغذائي.
١٠. تحسين الجودة الغذائية للوجبات الغذائية المقدمة في المدارس (عبدالمعطي ومرسي، ٢٠١١).
١١. تعليم الطلبة أساسيات الغذاء والتغذية وتطبيقها في الحياة اليومية.
١٢. تزويد الطلبة بمعلومات وافيه عن مصادر الغذاء والقيمة الغذائية للأطعمة (فخرو، ٢٠٠٣).

١. العلاقة بين الحماية الغذائية والصحة.

٢. اختيار الأغذية الصحية.

٣. مصادر العناصر الغذائية وأنواعها.

٤. الإرشادات الغذائية وأهدافها.

والمناهج الدراسية هي وسيلة التربية التي تقوم بتوجيه وتطوير عمليات التعليم والتعلم وتساعد على حل المشكلات الحياتية، وتكوين المعلم الواعي غذائيا.

وتشير فخرو (٢٠٠٦) إلى أن المنهج الدراسي الناجح، يتصف بما يلي:

١. يهتم اهتماماً واضحاً بعرض المعلومات الغذائية وتسلسلها.
 ٢. يعطي فرصة للمعلمين من خلال إدماج المعلومات الغذائية في الدروس ذات العلاقة، مثل: دروس العلوم، والرياضيات، واللغة العربية...، ولكن يجب أن يكون هذا مكملًا وليس بديلاً للتربية الغذائية.
 ٣. يراعي المعلومات الغذائية العادات والقيم والتقاليد السائدة للمجتمع.
- ويوصي عبد المعطي ومرسي (٢٠١١) بإعادة النظر في محتوى الكتب المدرسية، لأنها لا تفي بمتطلبات التربية الغذائية على أن تخطط بأسلوب يفهمه الطلبة وتساير التطورات، وأن تشمل المقررات مواضيع ثقافية تتضمن مفاهيم نظرية عن التربية الغذائية، ومجالاتها المختلفة.
- ويستحسن أن تُدمج التربية الغذائية في المواد الدراسية، وبذلك يتعلم الطالب هذه المادة من أوجه متعددة في الدروس المختلفة التي يتعلمونها سواء من الرياضيات أو اللغة العربية أو الاقتصاد المنزلي أو العلوم (صبحي، ٢٠٠٤)، وهذا ما يؤكد ارنس و سيلنج والس ورث (Ernts, Selling, Ellsworth, 2013) ضرورة دمج المفاهيم الغذائية في المناهج الدراسية، خاصة ما تعلق منها

التحديات، وهذا يتطلب تعليماً متميزاً يهيئ الطلبة والمجتمع للتعامل مع هذه التحديات، والتعليم هو هدف وغاية المواطن الأردني، وحتى يحقق التعليم غاياته لا بد من تكوين خريجين بمواصفات قياسية للإنتاج المتميز بما يتناسب مع حاجات المستوى المحلي والإقليمي (الشوفيين، ٢٠١١).

وظهرت حركة المعايير في ميدان التربية، بعد أن نجحت النماذج القائمة على المعايير في المجالات الأخرى، وتثبتت فعاليتها في تطوير نواتجها لتحسين المنتج التربوي، سواء أكان معلماً أو متعلماً أو كتاباً، ولذا يمكن النظر إلى التربية القائمة على المعايير على أنها حركة إصلاح تربوي معاصر، ولاسيما منذ أواخر التسعينيات، إذ أخذت الكثير من الولايات الأمريكية في نشر واعتماد عدد من المعايير للمواد الدراسية المختلفة (ضاهر، ٢٠١٢).

وتعد الولايات المتحدة الأمريكية واحدة من الدول التي اهتمت بشكل واضح بحركة المعايير في التعليم، واتخاذها حركة إصلاح للنظام التعليمي الأمريكي، ففي عام ١٩٨٢، نشر التقرير الأمريكي أمة في خطر A nation at Risk، والذي كشف عن أبعاد مؤشرات الخطر، ومنها: أن هناك انحداراً مستمراً في مستوى التحصيل في علامات الطلبة ممن هم في سن السابعة عشرة في العلوم، وأوصى التقرير بخطة منهجية من الروضة وحتى الثاني عشر (KG-12)، ففي الصفوف من التاسع وحتى الثاني عشر (٩-١٢): يجب أن تقدم مادة الأحياء في محتوى وسياق بيئي- اجتماعي، وأن تتضمن الموضوعات الرئيسة كالصحة، والتغذية، والبيئة (زيتون، ٢٠١٠).

والأردن كغيرها من الدول، أدركت أهمية التطوير في عملية التعليم، وبدأت أولى مراحل التطوير التربوي في عام (١٩٨٨ / ١٩٨٩م) على إثر انعقاد المؤتمر الأول للتطوير التربوي عام (١٩٨٧)، وكان من أبرز التوصيات للمؤتمر، في مجال المناهج والكتب الدراسية، الاستمرارية في

١٢. تعليم الفرد كيفية الاستفادة من المواد الغذائية المختلفة الموجودة في متناول يده، وبذلك يستطيع استخلاص أكبر فائدة ممكنة منها.

١٤. مساعدة الفرد على الحصول على احتياجاته الغذائية باستخدام بدائل الأطعمة.

١٥. إرشاد الفرد إلى الطرق التي يستطيع بواسطتها تقييم حالته الصحية والغذائية (صباحي، ٢٠٠٤).

١٦. فهم مكونات الطعام، ووظائفه وحاجة الجسم إليه (مسمح، ٢٠٠٩).

ويشير أولسن وموتس (Olson and moats, 2013) إلى أن استخدام معايير التربية الغذائية في المناهج الدراسية، قد يحقق الفوائد الآتية:

١. تحسين تأثير التربية الغذائية على طلبة المدارس.

٢. تأسيس إطار مستقبلي للجهود والشراكات التعاونية لتحسين التربية الغذائية.

٣. مساعدة الكليات والجامعات في تطوير المواد الدراسية في التغذية، وكجزء من شهادة المعلم، مما يساعد ذلك المعلم في المستقبل دمج التربية الغذائية في المواد الدراسية في الغرف الصفية.

لذا يرى الباحث أنه ينبغي الاهتمام بموضوعات التغذية، والغذاء المتوازن، والالتزام بأوقات منتظمة لتناول الغذاء، والسبيل الأمثل إلى ذلك يكون من خلال المناهج الدراسية، مما يحتم ذلك أن يكون للمناهج الدور الفاعل في التربية الغذائية، وذلك بتعلم أهمية تناول وجبة الإفطار، وتغادي الوجبات السريعة غير الصحية، وتعلم العادات الغذائية الصحية.

حركة المعايير وتطوير المناهج

يتصف العصر الحالي بعصر التطورات التكنولوجية، والمعرفية، وأساليب التفكير، إذ تواجه الدول النامية والأردن بشكل خاص عدداً من

تطوير المناهج والكتب الدراسية (مرعي والحيلة، ٢٠١٤).

وتطوير التعليم بشكل عام والمناهج بشكل خاص، مسألة لا تخضع لزمن محدد، كما أنه ليست هناك بدايات ونهايات لعملية التطوير؛ فالتربية مرتبطة بطبيعة المجتمع، والمجتمعات نفسها لا تبقى على حالها في زمن متغير، لذا ينبغي أن تعكس المناهج الدراسية جميع التغيرات التي تطرأ على المجتمع (صلاح والرشيدي والعنيزي وسلامه، ٢٠٠٧). ولتطوير المنهج أثر كبير على جوانب الحياة بكافة أشكالها، ومنها الصحية، بحيث يسهم ذلك في بناء وإعداد إنسان المستقبل ورجل الغد (الوكيل، ٢٠٠٨).

وإذا نظرنا إلى المعرفة كأساس من أسس بناء المنهج، نجد أنها تتسم بالتطوير والتجديد في عصر الانفجار المعرفي والمعلوماتي، ويتحتم هذا الانفجار المعرفي والمعلوماتي، وجوب تطوير المنهج بشكل يقوم على الاختيار والانتقاء من المعرفة والمعلومات بما يناسب طبيعة العصر والمتعلم (سعادة وإبراهيم، ٢٠٠١).

ومن دواعي تطوير النظام التعليمي بشكل عام، والمناهج الدراسية بشكل خاص، وفق المعايير، تحقيق تعليم ذي نوعية جيدة، ومواجهة التحديات التي تواجه المناهج الدراسية، لذا أصبح من الضروري إعداد معايير للمناهج الدراسية.

ومن الأهداف التي يُرجى تحقيقها في المناهج الدراسية، تطوير معايير التربية الصحية، وتضمينها في المناهج الدراسية (المجالي، ٢٠٠٣)، وكان من أهم هذه المعايير، والتي نشرت في أمريكا، معايير التربية الغذائية في ولاية وسكونسن (Wisconsin Department of Public Instruction، 2009)، والتي تضمنت التغذية للنمو والطاقة، وسلامة الأغذية، ومهارات التفكير الناقد والتفكير العلمي، وتعزيز السلوكيات الصحية، وتصنيف الأغذية.

ويؤكد علي (٢٠٠٨) على أهمية قائمة معايير التربية الغذائية في مناهج العلوم لما لها من انعكاسات على صحة الفرد والمجتمع، حيث أن تعرف الفرد لكيفية اختيار الأغذية المناسبة، والسلوكيات الغذائية الصحية للتعامل مع الغذاء والأمراض ذات العلاقة بالغذاء تساهم في التأثير على الصحة العامة للفرد، وتضمنت قائمة معايير التربية الغذائية الأبعاد الآتية:

١. نوعية وأهمية ومكونات الأغذية كيميائياً.
٢. اختيار وتجهيز وطهي وتخزين الأغذية.
٣. تحديد الاحتياجات الغذائية ومواعيد تناول الوجبات.
٤. السلوكيات والعادات الغذائية الوقائية.
٥. تلوث وفساد الغذاء وأمراض سوء التغذية.
٦. إسعاف الحالات المصابة غذائياً.

وأشار (Horen, 2007) إلى أن أعداد الأطفال في ولاية أريزونا الأمريكية ممن هم في سن (٦-١٧) لديهم وزن زائد، ويعانون من السكري، وارتفاع ضغط الدم، ومقاومة هذه الأمراض عمدت إدارة التعليم في أريزونا (Arizona department of education) إلى إعداد معايير غذائية يتم مراعاتها عند بناء المناهج الدراسية لمواجهة هذه الأمراض. أما مجالات المعلومات الغذائية المتضمنة في الكتب الدراسية، فهي كما يلي:

١. العناصر الغذائية ووظائفها، كما في: أمراض نقص العناصر الغذائية، ومصادر البروتينات بنوعها النباتي والحيواني.
٢. الغذاء المتوازن وأهميته، والمجموعات الغذائية (الهرم الغذائي).
٣. تلوث الأغذية والتسمم الغذائي وسبل الوقاية منها، وحفظ الأغذية من الفساد (الحفظ المنزلي).
٤. المشكلات الغذائية، مثل: فقر الدم (الأنيميا)،

بدائل الأطعمة، والغذاء المتوازن، والحمية الغذائية.

٤. المحور الرابع: العادات الغذائية: ويشمل العادات الغذائية الصحية، وغير الصحية.

٥. المحور الخامس: الأمراض: ويشمل الأمراض ذات العلاقة بالغذاء.

٦. المحور السادس: الغذاء في الإسلام: ويشمل الغذاء في القرآن الكريم، والسنة النبوية الشريفة.

وتُعد المعايير الأكاديمية أساس بناء النظام التعليمي، وهذه المعايير هي مؤشرات تساهم في بناء قاعدة معرفية كبيرة للمتعلم، وأساس لتطوير المنهج، ومن هنا تأتي أهمية المعايير في وضع مناهج متطورة تسير التغيرات العالمية الغذائية، وتعمل على تكوين متعلم يمتلك القيم والعادات والمهارات الغذائية والوعي الغذائي.

ثانياً: الدراسات السابقة ذات الصلة سيتم عرض الدراسات السابقة ذات الصلة بالمفاهيم والمتغيرات الأساسية كالآتي:

الدراسات ذات الصلة بمدى تضمن كتب العلوم لمعايير ومفاهيم التربية الغذائية

أجرى السوداني (٢٠٠٥) دراسة هدفت إلى دراسة مفاهيم التربية الغذائية في كتب علم الأحياء للمرحلة الثانوية، واتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي في ضوء معايير التربية الغذائية المؤلفة من ست مجالات، وتكونت عينة الدراسة من كتب علم الأحياء للمرحلة الثانوية في العراق للعام الدراسي ٢٠٠٤/٢٠٠٥، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن كتاب الصف الثالث هو الأكثر اهتماماً بالتربية الغذائية وبنسبة (٤٩,٢٥%) وأوصى بوضع خطة لتضمين مفاهيم التربية الغذائية في محتوى كتب علم الأحياء.

أجرت فخرو (٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى تحديد المعلومات الغذائية التي تضمنتها الكتب الدراسية

والسمنة، وتسوس الأسنان، والعادات الغذائية الخاطئة، وانخفاض معدل النمو، وداء السكر (فخرو، ٢٠٠٦).

وفي مناهج العلوم تحديداً، فإن مجالات التربية الغذائية، هي: المعرفة الغذائية، والعادات الغذائية، والأمراض ذات العلاقة بالغذاء، وقضايا الغذاء (الأغذية المصنعة)، واتخاذ القرارات الغذائية السليمة، والاتجاهات العلمية الغذائية، والغذاء في الإسلام (مسمح، ٢٠٠٩).

واتفق شنيف (٢٠٠٩) والسوداني والمسعودي (٢٠١١) على أن مفاهيم التربية الغذائية في مناهج العلوم تضم المجالات الآتية:

- مجال عناصر الغذاء (عضوية، غير عضوية).
- مجال مصادر الغذاء (الكربوهيدرات، والبروتينات، والدهون، والماء، والفيتامينات، والأملاح المعدنية).
- مجال أهمية الغذاء (الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الماء، الفيتامينات، الأملاح المعدنية).
- مجال الأمراض (الناتجة عن الغذاء، والتي تنتقل بواسطة الغذاء، والتي يلعب الغذاء دوراً في السيطرة عليها).

- مجال تغذية الطفل.
- مجال الفرائض والمعتقدات والعادات.

وقد أمكن للباحث الاستنتاج أن محاور التربية الغذائية المرتبطة بمنهاج العلوم الحياتية واللازمة لطلبة الصف التاسع الأساسي تتمثل في الآتي:

١. المحور الأول: العناصر الغذائية ووظائفها: ويشمل المعرفة الغذائية، والعناصر الغذائية العضوية وغير العضوية.
٢. المحور الثاني: حفظ الأغذية وسلامتها: ويشمل حفظ الأغذية، وسلامة الأغذية.
٣. المحور الثالث: المجموعات الغذائية: ويشمل

ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع الأساسي، وتكون مجتمع الدراسة من محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا (من الصف الرابع حتى الصف العاشر) في فلسطين وطلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس محافظة خان يونس، حيث اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي وأعد قائمة بأبعاد التنور الغذائي واختباراً للتنور الغذائي وأهم نتائج الدراسة: أن البعد المتعلق بالمعرفة الغذائية احتل المرتبة الأولى. وأن درجة التنور الغذائي ككل بنسبة (٤٩, ٣٧٪) وأن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين مستوى التنور الغذائي يعزى إلى عامل الجنس لصالح الإناث، وتوصي الدراسة ببناء برنامج مشترك بين المدرسة والبيت وذلك لمتابعة العادات الغذائية الخاطئة وإعادة تصويبها، وتضمن محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا المفاهيم الأساسية اللازمة لتحقيق التنور الغذائي.

٢- الدراسات التي تناولت التعرف إلى الوعي الغذائي، التنور الغذائي، العادات الغذائية أجرى فتدليل والحصين (١٩٩٣) دراسة هدفت إلى التعرف على الوعي الغذائي لدى طالبات المرحلة الجامعية في كليات البنات في المملكة العربية السعودية، وتكونت عينة الدراسة من طالبات الجامعات في التخصص العلمي والأدبي من العام الدراسي (١٩٩٢/١٩٩١م) في جامعة الرياض بالسعودية، واتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت أداة الدراسة من اختبار تحصيلي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الوعي الغذائي لطالبات التخصص الأدبي كان ضعيفا.

أجرت الشريف (٢٠٠٧) دراسة هدفت تعرف إلى مدى توافر الغذائي لدى طالبات المرحلة الثانوية، وتصميم برنامج في التربية الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لدى طالبات، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت أداة الدراسة من استبانة الوعي الغذائي، وطبقت على عينة

للفصول الثلاثة المتقدمة في المرحلة الابتدائية بدولة قطر، وتحديد ترتيب ظهور المعلومات والمشكلات الغذائية، واتبعت الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وشملت عينة الدراسة جميع الكتب الدراسية التي يدرسها التلاميذ في قطر في الصفوف الثلاثة الأولى، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن معظم المعلومات الغذائية التي وردت في الكتب الدراسية ظهرت بنسبة منخفضة، وبالأخص كتب الصف الخامس. واحتلت كتب العلوم المرتبة الأولى بالنسبة إلى احتوائها على المعلومات الغذائية.

أجرى علي (٢٠٠٨) دراسة هدفت إلى تقييم منهج الكيمياء بالمرحلة الثانوية في ضوء معايير التربية الغذائية، واتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من منهج الكيمياء للمرحلة الثانوية، ومن أهم نتائج الدراسة أن إجمالي بنود التربية الغذائية التي تحققت في المنهجين (٩٠) بندا وبنسبة (١٩,٧٣٪) وهي نسبة ضعيفة بمعنى أن مناهج الكيمياء لم تتعرض لبنود وأبعاد التربية الغذائية إلا بشكل طفيف. وأن إجمالي بنود التربية الغذائية التي لم تتحقق (٣٦٥) وبنسبة (٨٠,٢٦٪) وهذا يشير إلى أن أهداف ومحتوى مناهج الكيمياء بالمرحلة الثانوية لم تهتم بأبعاد التربية الغذائية اللازمة لطلاب هذه المرحلة.

أجرى شنيف (٢٠٠٩) دراسة هدفت إلى التعرف إلى مدى تضمن مفاهيم التربية الغذائية في كتب العلوم للمرحلة الابتدائية من الصف الأول وحتى السادس، واتبع الباحث المنهج التحليلي، وكان من أهم النتائج أن كتب العلوم مجتمعة حصلت على (١٤٤) تكرار حيث حصل كتاب العلوم للصف الخامس الابتدائي على أعلى نسبة (٢٩,٨٦٪) بينما حصل كتاب العلوم للصف السادس على أقل نسبة (١٠,٤١٪).

أجرى مسمح (٢٠٠٩) دراسة هدفت إلى تعرف مستوى التنور الغذائي بمحتوى كتب العلوم

جامعة السلطان قابوس، وطبق عليها استبانة قياس الوعي الغذائي، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الغذائي العام لدى أفراد العينة كان منخفضاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (٥٩%)، إضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوعي الغذائي لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات الجامعة، والجنس، والمستوى الدراسي، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً المعدل التراكمي ولصالح المعدل الأعلى.

أجرى بني ملحم والوديان (٢٠١٢) دراسة هدفت إلى تعرف العادات والسلوكيات الغذائية اليومية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، وتحديد الفروق في العادات والسلوكيات الغذائية تبعاً لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٧٩) طالباً وطالبة من كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، واستخدم الباحثان استبانة لقياس العادات والسلوكيات الغذائية لدى الطلبة. وأظهرت نتائج الدراسة درجة عالية في التزام الطلبة بالعادات والسلوكيات الصحية الغذائية، في حين لم تشر النتائج إلى وجود فروق في العادات والسلوكيات تبعاً لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي.

بعد استعراض الدراسات السابقة، يتبين أن هناك اهتماماً واضحاً على الصعيد العربي والعالمي في التربية الغذائية، حيث تنوعت أهدافها، من التعرف: إلى أثر التربية الغذائية على الوعي الغذائي والعادات الغذائية، إلى أثر البرامج على التنور الغذائي والعادات الغذائية والمهارات الحياتية، ودراسات أخرى كشفت عن الوعي الغذائي، العادات الغذائية، التنور الغذائي، النقص في الثقافة الغذائية، وأخرى هدفت إلى التعرف إلى مفاهيم التربية الغذائية، المعلومات الغذائية، المهارات الغذائية، وتقويم منهج الكيمياء في ضوء معايير التربية الغذائية. وكذلك تنوع المنهج المستخدم، شبه التجريبي (تصميم

عشوائية ممثلة من طالبات الصف الثاني الثانوي بمكة المكرمة والبالغ عددهن (٤٧٩)، واستخدمت الباحثة الاستبانة كأداة الدراسة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوعي الغذائي منخفض من حيث العادات الغذائية، ومرتفع من حيث الميول الغذائية، ومرتفع بالمعلومات الغذائية.

أجرى محجوب (٢٠٠٨) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى التنور الغذائي في أبعاد المعرفة والاتجاهات الغذائية لدى طلاب جامعة سوهاج وعلاقته ببعض المتغيرات (الجنس، الكلية، السنة الدراسية)، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت أدوات الدراسة من اختبار التنور الغذائي، وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني مستوى التنور الغذائي لطلبة الجامعة، وتفوق الطالبات على الطلاب في مستوى التنور الغذائي.

أجرت المهجة (٢٠٠٩) دراسة هدفت إلى التعرف إلى العادات الغذائية لدى طلبة كلية التربية، واختيرت عينة عشوائية، واتبع الباحث المنهج الوصفي المسحي، وتم بناء مقياس للعادات الغذائية، ومن أهم نتائج الدراسة ضعف الطلبة عموماً في امتلاكهم للعادات الغذائية، وتفوق الطلاب على الطالبات.

أجرى القدومي وزايد (٢٠٠٩) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وجامعة السلطان قابوس، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الوعي الغذائي تبعاً لمتغيرات الجامعة، الجنس، المستوى الدراسي، والمعدل التراكمي لدى الطلبة، وتكون مجتمع الدراسة من طلبة تخصص التربية الرياضية من جامعة النجاح وأجريت الدراسة على عينة اختيرت بالطريقة التطبيقية العشوائية واتبع الباحثان المنهج الوصفي المسحي ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٠٧) طالباً وطالبة وذلك بواقع (١٠٥) من جامعة النجاح الوطنية و(١٠٢) من

(القيم والعادات الغذائية، المهارات الغذائية، الوعي الغذائي).

منهجية الدراسة

- المنهج الوصفي التحليلي في اشتقاق قائمة معايير التربية الغذائية وتطوير (الوحدة الدراسية - جسم الإنسان وصحته) وفق هذه المعايير.

أفراد الدراسة

تكون أفراد الدراسة من (١٢٠) طالباً وطالبة منهم (٤٩) طالبة هنُّ طالبات شعبيتين من الصف التاسع الأساسي في مدرسة الكرامة الثانوية الشاملة للبنات، و(٧١) طالبا هم طلاب شعبيتين من الصف التاسع الأساسي في مدرسة شهداء الكرامة الثانوية الشاملة للبنين في مديرية التربية والتعليم للواء الشونة الجنوبية في الفصل الثاني من العام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥، وجرى اختيار المدرستين قسدياً لقربهما من مكان عمل الباحث، ولإبداء الهيئتين الإدارية والتدريسية في المدرستين تعاونهما، وجرى تعيين الشعب الأربع عشوائياً في مجموعتين: تجريبية وضابطة، كما في الجدول (١).

الجدول (١)

توزيع أفراد الدراسة حسب المدرسة والمجموعة والجنس

المجموع	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	الجنس	المدرسة
٧١	٣٦	٣٥	ذكر	شهداء الكرامة الثانوية للبنين
٤٩	٢٠	٢٩	أنثى	الكرامة الثانوية للبنات
١٢٠	٥٦	٦٤		المجموع

الغذائية المقترح تضمينها في الوحدة الدراسية من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي، وقد استخدمت قائمة معايير التربية الغذائية هذه في تحليل محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته، وتطويرها، وتقويم تعلم الطلبة فيها، واختيار الأنشطة التعليمية التعليمية في ضوءها، واختيار استراتيجيات تدريسها، وجرى بناء قائمة معايير التربية الغذائية وفقاً للخطوات الآتية:

المجموعتين قبلي بعدي، وتصميم المجموعة الواحدة قبلي بعدي، إلى الوصفي التحليلي، إلى تحليل المحتوى، وتوعدت عينة الدراسة.

وتم الاستعانة بنتائج وتوصيات عدد من الدراسات لبلورة مشكلة الدراسة، كما في نتائج دراسة مشعل والرحاحلة وبطايينة (٢٠١٢)، ودراسة تيم وبوادي وسلامه (٢٠٠٨)، ودراسة دراوشة ونعمان (٢٠٠٢)، ودراسة الشرفات (٢٠٠٩)، وتوصيات دراسة الشرفات (٢٠٠٩)، ودراسة بني ملحوم والوديان (٢٠١٢)، وتم الرجوع إلى أصول الدراسات السابقة في إثراء المادة العلمية للدراسة الحالية، وفي بناء وتطوير أدوات الدراسة، وفي حدود علم الباحث لا توجد دراسات محلية تناولت التطوير في ضوء معايير التربية الغذائية محلياً، وتتفق هذه الدراسة مع الدراسات السابقة من حيث اهتمامها الرئيسي بالتربية الغذائية، ولكنها اختلفت عن غيرها من الدراسات في بناء معايير للتربية الغذائية، وقياس أثر التربية الغذائية في الثقافة الغذائية بأبعادها

أدوات الدراسة

قائمة معايير التربية الغذائية:

وهي قائمة تتضمن ستة محاور، هي: العناصر الغذائية ووظائفها، وحفظ الأغذية وسلامتها، والبدائل الغذائية، والعادات الغذائية، والأمراض ذات العلاقة بالغذاء، والغذاء في الإسلام، إذ تضمن كل محور عدداً من المجالات، وكل مجال تضمن عدداً من المؤشرات أو المعايير في التربية

1. تحديد الهدف من القائمة: التَّعرُّف إلى درجة تضمن معايير التربية الغذائية في الوحدة الدراسية: جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية الصف التاسع الأساسي، وفق أسلوب تحليل المحتوى، ثم تطويرها وفق تلك المعايير، ومساعدة الطلبة في تحسين الثقافة الغذائية (القيم والعادات الغذائية، والوعي الغذائي، والمهارات الغذائية).
2. توجيه سؤال مفتوح إلى مجموعة من المختصين طلب من كل منهم وضع قائمة مقترحة بمعايير التربية الغذائية الواجب توافرها في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي.
3. الاطلاع على الدراسات السابقة والأدب التربوي المتخصص في مجال التربية الغذائية، والإفادة منها في بناء قائمة معايير التربية الغذائية، كدراسة علي (2008)، ودراسة فخرو (2006)، ودراسة مسمح (2009)، ودراسة شنيف (2009)، ودراسة السوداني والمسعودي (2011)، ومعايير التربية الغذائية في ولاية وسكونسون الأمريكية (Wisconsin's Model Academic Standards for Nutrition Education, 2009)، ومعايير التربية الصحية في ولاية كاليفورنيا في المدارس العامة ((Health Education Content Standards for California Public Schools, 2008).
4. كتابة قائمة بمعايير التربية الغذائية بصورتها الأولية.
5. للتحقق من صدق قائمة معايير التربية الغذائية، جرى اتِّباع الآتي:
- بناء قائمة المعايير في التربية الغذائية، في ضوء الغرض المحدد لها، وعلى غرار ما جاء في الدراسات المماثلة التي تم الاطلاع عليها ومراجعتها، حيث جرى تصنيف وتوزيع قائمة المعايير في ستة محاور رئيسية، والمجالات المرتبطة بكل محور، والمعايير المرتبطة بكل مجال.
- جرى تدقيق القائمة وتفتيحها من قبل الباحث والمشرف على الأطروحة قبل اعتمادها بصورتها الأولية.
- عرضت القائمة على لجنة من المحكمين، وطلب من كل محكم إبداء رأيه في مدى انتماء المعيار إلى المجال المحدد، ومدى ملاءمة المعيار للمحور المحدد، والاقتراح بحذف المعايير المتداخلة وغير المناسبة، ومدى ملاءمة المعيار لهدف الدراسة، والدقة العلمية، وسلامة الصياغة اللغوية، وقد جرى الأخذ بملاحظات واقتراحات وتعديلات السادة المحكمين لتخرج القائمة بصورتها النهائية مكونة من ستة محاور رئيسية، ولكل محور عدد من المجالات، ولكل مجال عدد من المعايير.
- تحليل محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي:
- تطلب إجراء هذه الدراسة في إحدى مراحلها تحليل محتوى وحدة « جسم الإنسان وصحته» من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن، والحصول منه على استنتاجات كمية وبطريقة موضوعية، وفقاً للأسلوب العلمي في تحليل المحتوى، وذلك من أجل التعرف إلى مدى توافر معايير التربية الغذائية في الوحدة الدراسية، حيث جرى مراعاة ما يلي في تحليل الوحدة الدراسية:
- قراءة المحتوى التعليمي للوحدة قراءة استكشافية فاحصة ومتأنية.
- تحديد الهدف من عملية تحليل المحتوى، وهو التعرف إلى واقع التربية الغذائية في الوحدة الدراسية (جسم الإنسان وصحته) من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي.
- تحديد عينة التحليل: هي وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية المقرر على طلبة الصف التاسع الأساسي في الأردن بكل ما تتضمنه من فقرات وأنشطة وأسئلة وغيرها.

وقد بلغت النسبة المئوية للاتفاق بين المحللين (٩٦٪) وهي تدل على درجة عالية من الثبات في التحليل، وبذلك يطمئن الباحث لاستخدام الأداة في تحليل محتوى الوحدة التعليمية.

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

«ما معايير التربية الغذائية المقترح توافرها في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن؟»

للإجابة عن هذا السؤال جرى مراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة التي تناولت معايير التربية الغذائية في المكتبات ومراكز إبداع الرسائل الجامعية في الجامعات وقواعد البيانات العالمية (EBSCO, ERIC)، وتوجيه سؤال مفتوح إلى مجموعة من المختصين، حيث تم التوصل إلى قائمة معايير التربية الغذائية التي يجب تضمينها في وحدة: جسم الإنسان وصحته في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن، حيث أمكن توزيعها في ستة محاور، وهي:

المحور الأول: العناصر الغذائية، ويشمل على ثلاثة مجالات فرعية هي:

المجال الأول: المعرفة الغذائية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:

- المفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالتغذية، مثل: الغذاء، والعناصر الغذائية، وعلم التغذية.
- العناصر الغذائية المنتجة للطاقة، مثل: الكربوهيدرات، والبروتينات، والدهون.
- العوامل المحددة للاحتياجات الغذائية لجسم الإنسان، مثل: النشاط البدني، ووزن الجسم، والعمر، والجنس، والحالة الصحية، وطبيعة العمل.

المجال الثاني: العناصر الغذائية العضوية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:

- العناصر الغذائية العضوية، مثل: الكربوهيدرات والبروتينات والدهون.

- تحديد فئات التحليل: وهي معايير التربية الغذائية التي ينبغي تضمينها في الوحدة الدراسية، إذ جرى تحليل المحتوى في ضوء قائمة معايير التربية الغذائية التي جرى بناؤها مسبقاً، حيث وضع أمام فئات التحليل تدريجاً بمستويين: يتناول/ لا يتناول، يتحدد به مدى تناول موضوعات الوحدة الدراسية لمعايير التربية الغذائية، وذلك وفق استمارة التحليل التي جرت عملية التحليل باستخدامها والتي تتكون من مصفوفة (جدول) بعدها الأفقي معايير التربية الغذائية، وبعدها الرأسية وحدة التحليل وهي أرقام الفقرات في وحدة جسم الإنسان وصحته في كتاب العلوم الحياتية.

- تحديد وحدة التحليل، إذ اعتمدت الفقرة في تحليل المحتوى.

- اعتماد التكرار وحدة للعد في التحليل.

- رصد نتائج تحليل المحتوى واستخلاص الاستنتاجات المطلوبة.

وقد جرى التأكد من ثبات التحليل، بتكليف أحد الزملاء وهو حاصل على بكالوريوس في الكيمياء ودرجة الدكتوراه في المناهج والتدريس والذي تولى إجراء تحليل وحدة جسم الإنسان وصحته، وجرى الاتفاق على آلية التحليل، حيث حلل محتوى الوحدة الدراسية بشكل منفرد، وبعد ذلك قام الباحث بتحليل الوحدة الدراسية نفسها، ثم قام الباحث بحساب تكرار الفئات المتفق عليها وغير المتفق عليها بين المحللين ثم حساب نسبة الاتفاق بين تحليله وتحليل المحلل الآخر باستخدام معادلة هولستي، وهي:

$$\text{معامل الثبات} = \frac{2(\text{مجموع المتفق عليها})}{100} \times 100\%$$

$$(\text{مجموع الوحدات الكلي})$$

$$= \frac{2(72)}{100} \times 100\%$$

$$(77 + 73)$$

$$= 96\%$$

- تتضمن الوحدة الآتي:
- معلومات توضح المقصود بالمفاهيم الآتية: فساد الأغذية، وتلف الأغذية، والتلوث الغذائي.
 - المصادر المحتملة لتلوث الأغذية.
 - معلومات تبين أهم الصفات الحسية لفساد الأغذية.
 - المحور الثالث: المجموعات الغذائية، ويشتمل على مجالين:**
 - المجال الأول: بدائل الأطعمة، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:**
 - معلومات توضح المجموعات الغذائية، وأمثلة على كل مجموعة، والحصص الغذائية لكل مجموعة.
 - المجال الثاني: الغذاء المتوازن، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:**
 - المقصود بالغذاء المتوازن.
 - إرشادات عامة للتخطيط الغذائي الصحي.
 - أمثلة لتخطيط وجبات غذائية.
 - معلومات توضح العوامل المؤثرة في التخطيط الغذائي.
 - المحور الرابع: العادات الغذائية، وتشتمل على مجالين:**
 - المجال الأول: العادات الغذائية الصحية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:**
 - المعلومات التي تتعلق بالعوامل المؤثرة في العادات الغذائية.
 - بعض العادات الغذائية الصحية، مثل: تناول كمية كافية من الألياف، وتناول الحليب ومشتقاته، تجنب الأكل المسخن أكثر من مرة لتلافي فقدان قيمتها الغذائية، وتنظيف اليدين قبل وبعد الطعام، ومضغ الطعام جيداً بالفم، والحرص على تناول وجبة الإفطار صباح كل يوم، وممارسة التمارين الرياضية المنتظمة.
 - معلومات عن الكربوهيدرات من حيث مصادرها الغذائية مثل: (الحبوب، والبطاطا، والرز، والعنب، والتمر).
 - معلومات عن أهمية الكربوهيدرات.
 - معلومات عن تركيب الكربوهيدرات.
 - معلومات عن مصادر الدهون من حيث مصادرها الحيوانية (الحليب ومشتقاته، واللحوم) والنباتية (الزيوت، واللوز، والسمسم).
 - معلومات عن تركيب الدهون.
 - معلومات عن أهمية الدهون.
 - معلومات عن مصادر البروتينات.
 - معلومات عن أهمية البروتينات.
 - معلومات عن الكميات الموصى بتناولها من الكربوهيدرات والبروتينات والدهون.
 - معلومات عن أهمية الفيتامينات.
 - معلومات عن مصادر الفيتامينات.
 - أمثلة عن العناصر الغذائية غير العضوية (الفيتامينات، والأملاح، والمعادن).
 - المجال الثالث: العناصر الغذائية غير العضوية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:**
 - معلومات عن الأملاح المعدنية من حيث أهميتها.
 - معلومات عن مصادر الأملاح المعدنية.
 - المحور الثاني: حفظ الأغذية وسلامتها، ويشتمل على مجالين:**
 - المجال الأول: حفظ الأغذية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:**
 - معلومات تتعلق بطرق حفظ الأغذية، مثل: التعقيم، والتبريد، والتخليل، والتجميد.
 - مفهوم المواد المضافة للأغذية.
 - المجال الثاني: سلامة الأغذية، إذ ينبغي أن**

المجال الأول: الغذاء في القرآن الكريم، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:

التوجيهات القرآنية حول الغذاء.

المجال الثاني: الغذاء في السنة النبوية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:

التوجيهات النبوية حول الغذاء.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

«ما مدى تضمن وحدة جسم الإنسان وصحته في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي لمعايير التربية الغذائية في الأردن؟»

للإجابة عن هذا السؤال جرى تحليل محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي وفق منهجية تحليل المحتوى، وفي ضوء قائمة معايير التربية الغذائية الواجب تضمينها في هذه الوحدة الدراسية التي تم التوصل إليها، إذ جرى حساب التكرارات والنسب المئوية لمعايير التربية الغذائية الواردة في الوحدة، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول (٢).

جدول رقم (٢)

نتائج تحليل المحتوى لمدى توافر معايير التربية الغذائية في وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي

النسبة المئوية %	التكرار	معايير التربية الغذائية	التسلسل
٦٨,٠٦	٤٩	العناصر الغذائية ووظائفها	١
٠,٠٠	٠	حفظ الأغذية وسلامتها	٢
٦,٩٤	٥	المجموعات الغذائية	٣
١٣,٨٩	١٠	العادات الغذائية	٤
٩,٧٢	٧	الأمراض ذات العلاقة بالغذاء	٥
١,٣٩	١	الغذاء في الإسلام	٦
١٠٠	٧٢	المجموع	

المجال الثاني: العادات الغذائية غير الصحية، إذ ينبغي أن تتضمن الوحدة الآتي:

التحذير من بعض العادات الغذائية غير الصحية، مثل: تناول الطعام بكثرة، وشرب الماء بكثرة مع تناول الطعام، والإكثار من تناول الوجبات الغذائية السريعة، والإكثار من تناول الأغذية المقلية، والإكثار من تناول المواد المملحة والأغذية الغنية بالدهون الحيوانية، والحركات العنيفة بعد تناول الطعام.

المحور الخامس: الأمراض ذات العلاقة بالغذاء، ويشتمل على مجال واحد:

معلومات عن الأسباب الغذائية لكل من السمنة، وتسوس الأسنان، وضغط الدم، وداء السكري، وهشاشة العظام، وقرحة المعدة.

معلومات عن طرق الوقاية من السمنة، وتسوس الأسنان، وضغط الدم، وداء السكري، وهشاشة العظام، وقرحة المعدة غذائياً.

المحور السادس: الغذاء في الإسلام، ويشتمل على مجالين:

مجموع تكرارات معايير التربية الغذائية $\times 100$
عدد الوحدات التحليلية في الوحدة الدراسية
 $= \frac{72}{100} \times 100 = 72$ (وهي نسبة ضعيفة).

كما يشير الجدول (٣) إلى النتائج التفصيلية لتحليل محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي بتحديد مدى توافر مجالات معايير التربية الغذائية لكل محور من المحاور.

جدول رقم (٣)

النتائج التفصيلية لتحليل محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي ومدى توافر معايير التربية الغذائية

التسلسل	المحور	المجال	التكرار	النسبة المئوية لتكرار المحور %
١	العناصر الغذائية ووظائفها	المعرفة الغذائية	٤	٦٨,٠٦
		العناصر الغذائية العضوية	٢٠	
		العناصر الغذائية غير العضوية	١٥	
٢	حفظ الأغذية وسلامتها	حفظ الأغذية	٠	٠,٠٠
		سلامة الأغذية	٠	
٣	المجموعات الغذائية	البدايل الغذائية	٢	٦,٩٤
		الغذاء المتوازن	١	
		الحمية الغذائية	٢	
٤	العادات الغذائية	العادات الغذائية الصحية	٩	١٣,٨٩
		العادات الغذائية غير الصحية	١	
٥	الأمراض ذات العلاقة بالغذاء	الأمراض ذات العلاقة بالغذاء	٧	٩,٧٢
٦	الغذاء في الإسلام	الغذاء في القرآن الكريم	١	١,٣٩
		الغذاء في السنة النبوية	٠	
	المجموع		٧٢	١٠٠

التربية الغذائية الواردة في وحدة جسم الإنسان وصحته، وبلغ مجموع تكراراته (٤٩) تكراراً، إذ احتل المجال الثاني من هذا المحور: العناصر

يتبين من الجدول (٢) أنَّ النسبة المئوية لدى توافر معايير التربية الغذائية في وحدة جسم الإنسان وصحته من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي تراوحت ما بين (٠,٠٠) و(٦٨,٠٦٪)، وبلغت نسبة توافر معايير التربية الغذائية الكلية في وحدة جسم الإنسان وصحته في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي (٤٨٪)، إذ جرى حسابها كما يلي:

نسبة توافر معايير التربية الغذائية =

ويتبين من الجدول (٣) أنَّ محور العناصر الغذائية ووظائفها قد حاز على أعلى نسبة مئوية، وبلغت (٦٨,٠٦٪) من المجموع الكلي لمعايير

الأغذية، والعادات الغذائية الخاطئة، وما ينتج عنها من أمراض سوء التغذية، لذا فهم بحاجة إلى مثل هذه المعايير في الكتب الدراسية لمواجهة هذه المشكلات الغذائية.

وقد تسهم هذه المعايير في مواكبة تغيرات العصر لاسيما التغيرات والتطورات في مجال الغذاء، فالثقافة الغذائية الخاطئة، والتي من أهم نتائجها: ارتفاع معدلات السمنة بين طلبة المدارس، وتسوس الأسنان، وفقر الدم وغيرها من الأمراض ذات العلاقة بالغذاء، وكذلك الإسراف في الطعام، وحالات التسمم الغذائي، وفساد الأغذية بسبب نقص الوعي الغذائي لدى الطلبة، كل هذا؛ بدوره يساعد الطلبة في الشعور بأن التربية الغذائية مفيدة وذات قيمة في حياة الفرد والمجتمع، وأن هذه المعايير تسهم في تكوين المواطن المثقف غذائياً، وبالتالي المواطن السليم.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مدى تضمن وحدة جسم الإنسان وصحته في كتاب العلوم الحياتية لمعايير التربية الغذائية في الأردن؟

تشير نتائج الإجابة عن هذا السؤال إلى ضعف وقصور واضح في اهتمام الوحدة الدراسية الواردة في الكتاب المدرسي بمعايير التربية الغذائية، إذ بلغت نسبة توافر معايير التربية الغذائية في هذه الوحدة الدراسية (٤٨٪)، وهذا القصور والضعف في الوحدة الدراسية لا يساعد على تنمية الثقافة الغذائية لدى الطلبة؛ من قيم وعادات غذائية، ومهارات غذائية، ووعي غذائي.

ونلاحظ أن نسبة توافر محاور معايير التربية الغذائية في الوحدة الدراسية تراوحت بين (٠,٠٠ إلى ٦٨,٠٦٪) ويُعزى ذلك إلى أن عملية تأليف المناهج الدراسية لا تعتمد على معايير محددة بقدر ما تعتمد على محاور رئيسية، بحيث يترك للمؤلف الحرية في كيفية تناول الموضوع.

ويتضح من نتائج السؤال أيضاً، أن محور (حفظ الأغذية وسلامتها) والذي يشتمل على

الغذائية العضوية على أعلى تكراراً وبلغ (٢٠) تكرار، يليه المجال الثالث: العناصر الغذائية غير العضوية، وبلغ (١٥) تكراراً، يليه المجال الأول: المعرفة الغذائية وبلغ (٤) تكرارات.

أما محور: حفظ الأغذية وسلامتها، فحصل على أقل نسبة مئوية (٠,٠٠٪) ولم يحظ بأي توافر ذي أهمية في محتوى وحدة جسم الإنسان وصحته.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما معايير التربية الغذائية الواجب توافرها في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن؟

تمثلت النتائج المتعلقة بهذا السؤال في اشتقاق قائمة معايير التربية الغذائية المقترح تضمينها في الوحدة الدراسية (جسم الإنسان وصحته) من كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي في الأردن، إذ بلغ عدد المحاور التي تم التوصل إليها (٦)، وعدد المجالات (١٣)، وعدد المعايير (٢٨)، ويُعزى هذا الكم من المحاور والمجالات والمعايير للتربية الغذائية إلى انتشار الأطعمة الملونة والمهزمنة والأطعمة السريعة، وأنواع الشيبس المختلفة، إضافة إلى ظهور أمراض ذات علاقة بالغذاء. إذ أنه من الضروري وجود هذه المعايير في كتاب العلوم الحياتية للصف التاسع الأساسي، في وقت يشهد الطلبة فرصة اكتساب معارف غذائية متكاملة (القيم والعادات الغذائية، والمهارات الغذائية، والوعي الغذائي). وهذا ما يساعدهم في تكوين المفاهيم والحقائق المتعلقة بموضوع التربية الغذائية، فنتحسن فيهمم الغذائية، ويراعون الآداب الإسلامية في التعامل مع الغذاء، وينمو لديهم اتجاه إيجابي ومرعوب فيه نحو العادات الغذائية الصحية، ويزداد وعيهم بالمهارات الغذائية وأهمية الغذاء.

وأن الطلبة في هذه المرحلة العمرية في مقتبل مرحلة البلوغ، والتي تعد مرحلة تهيئة وتنشئة وتشكيل وإعداد لما بعدها من مرحلة الشباب، ليكون مثقفاً غذائياً، وأنهم وعبر وسائل الإعلام المختلفة يشاهدون المشكلات الغذائية، مثل: فساد

المعلومات الغذائية التي وردت في الكتب الدراسية ظهرت بنسبة منخفضة، ودراسة علي (٢٠٠٨) التي أشارت إلى أن إجمالي بنود التربية الغذائية التي تحققت في منهج الكيمياء ظهرت بنسبة ضعيفة، ودراسة مسمح (٢٠٠٩) التي أشارت إلى أن أبعاد التثوير الغذائي في كتاب العلوم للصف التاسع كانت ضعيفة، ودراسة السوداني (٢٠٠٥) التي أشارت إلى ضعف احتواء كتب الأحياء للمرحلة الثانوية على مفاهيم التربية الغذائية.

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، فإنها توصي بما يأتي:

١- تضمين محتوى كتاب العلوم للصف التاسع الأساسي لمعايير التربية الغذائية لتحقيق الثقافة الغذائية بمجالاتها المختلفة.

المقترحات

كما أنها تقترح الآتي:

أما محو العادات الغذائية فقد حظي بعشرة تكرارات فقط، وبنسبة (٧, ١٣٪)، وهذا قصور واضح في تضمين الوحدة الدراسية للعادات الغذائية، وهذا ما يتفق مع دراسة دراوشة ونعمان (٢٠٠٢)، التي أشارت إلى وجود العديد من العادات الغذائية الخاطئة لدى الطلبة.

١. الاهتمام بإعداد المعلمين، خاصة معلمي العلوم قبل الخدمة. وذلك بدراسة مسابقات التربية الغذائية، وأثناء الخدمة، وذلك بعقد ورشات أو تنظيم برامج مقترحة تقوم على مناقشة قضايا الغذاء.

٢. تطوير منهاج العلوم في ضوء معايير التربية الصحية وقياس فاعليته في مهارات اتخاذ القرار والتفكير التنبؤي.

٣. تحليل محتوى منهاج العلوم للمرحلة الأساسية في ضوء معايير التربية الغذائية التي جرى إعدادها.

مجالين، هما: (حفظ الأغذية، وسلامة الأغذية)، لم يحظ بأي أهمية في الوحدة الدراسية في الكتاب المقرر، وقد يعود ذلك إلى أن طبيعة موضوعات الوحدة الدراسية في الواردة في الكتاب المدرسي لا مجال فيها للحديث عن حفظ الأغذية وسلامتها، أو أن هذه الموضوعات أعلى من مستوى طلبة الصف التاسع الأساسي وتم تضمينها في المرحلة الثانوية، لأن توزيع الطلبة على مساقات التعليم الأكاديمي المهني، والتي منها التعليم الزراعي، والتعليم الفندقية، والاقتصاد المنزلي، يأتي بعد الصف العاشر الأساسي، والذي يأتي بعد الصف التاسع الأساسي، وأن جميع التخصصات المهنية السابقة تركز في التصنيع الغذائي، والتي منها حفظ الأغذية وسلامتها.

ثم إن محور (الغذاء في الإسلام) والذي يشتمل على مجالين، هما: (الغذاء في القرآن الكريم، والغذاء في السنة النبوية الشريفة)، حظي بتكرار واحد فقط لصالح مجال الغذاء في القرآن الكريم، ويُعزى ذلك إلى أن مناهج التربية الإسلامية قد تغطي هذا المحور، بما يتضمنه من إرشادات مستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة في التعامل مع الغذاء، أو بسبب عدم إشراك متخصصين بالتربية الإسلامية في تأليف كتب العلوم الحياتية، حتى يتسنى لهم تعزيز المحتوى التعليمي بالقيم الإسلامية الغذائية، أو أن محتوى هذا المحور أدنى من مستوى طلبة الصف التاسع الأساسي وجرى تضمينه في المرحلة الأساسية الدنيا.

أما محو العادات الغذائية فقد حظي بعشرة تكرارات فقط، وبنسبة (٧, ١٣٪)، وهذا قصور واضح في تضمين الوحدة الدراسية للعادات الغذائية، وهذا ما يتفق مع دراسة دراوشة ونعمان (٢٠٠٢)، التي أشارت إلى وجود العديد من العادات الغذائية الخاطئة لدى الطلبة.

وتتفق نتيجة هذا السؤال بشكل عام مع دراسة فخرو (٢٠٠٦) التي أشارت إلى أن معظم

المراجع

المراجع باللغة العربية

القرآن الكريم.

الحوسني، هاجر. (٢٠٠٣). العادات الغذائية الخاطئة وتأثيرها على صحة المواطن الخليجي. مجلة صحة الخليج، المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة لدول مجلس التعاون الخليجي. ١١(٦٥): ٣٠-٣٧.

رشدي، عصمت. (١٩٨٦). التربية الغذائية. القاهرة: مكتبة عين شمس.

الزبيدي، تركي بن أحمد. (٢٠٠٥). التربية الغذائية في الإسلام وتطبيقاتها التربوية في الأسرة والمدرسة. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.

زكي، حنان مصطفى. (٢٠١٢). برنامج مقترح في التربية الغذائية لتعليم التفكير وأثره على التحصيل المعرفي وتنمية بعض مهارات التفكير المعرفي ومهارات اتخاذ القرار لدى طالبات شعبة الطفولة بكلية التربية بسوهاج. المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، مصر، ٣٢(١): ٩٠-٩١.

زيتون، عايش محمود. (٢٠١٠). الاتجاهات العالمية المعاصرة في مناهج العلوم وتدريسها. عمان: دار الشروق.

سعادة، جودة. وإبراهيم، عبدالله. (٢٠٠١). تنظيمات المناهج وتخطيطها وتطويرها. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

السعدوني، جملات خميس. (٢٠١١). مدى تضمن كتب التربية الإسلامية للمرحلة الأساسية العليا لمفاهيم التربية الصحية في ضوء التصور الإسلامي. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

السوداني، عبدالكريم. (٢٠٠٥). دراسة مفاهيم التربية الغذائية في كتب علم الحياة للمرحلة الثانوية. مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، جامعة القادسية، العراق، ٤(٢): ٧-٢٣.

الأمعري، هناء غالب. (١٩٩٩). مفاهيم التربية الغذائية لدى مدرسات المرحلة الابتدائية في دولة الكويت (دراسة ميدانية). المجلة التربوية، الكويت، ١٤(٥٣): ٥٦-١٠٠.

البركاتي، وليد صالح. (٢٠١٢). درجة تضمين مفاهيم التربية الصحية في كتب العلوم المطورة للمرحلة المتوسطة في ضوء مفاهيم التربية الصحية العالمية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

بني ملح، محمد بدوي والوديان، حسن محمود. (٢٠١٣). العادات والسلوكيات الغذائية اليومية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك. مؤته للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، الأردن، ٢٨(٦): ١٧٩-٢٠٠.

تيم، ريماء وبوادي، هبة وسلامة، مها. (٢٠٠٨). النمط الغذائي والنشاط البدني لعينة من طلبة الجامعة في الأردن. المجلة الأردنية للعلوم الثقافية، ٤(١): ٥٢-٦٤.

حسام الدين، ليلى. (٢٠٠٤). فعالية تدريس وحدة مقترحة قائمة على النظرية البنائية لتنمية وعي طالبات المدارس الثانوية التجارية بالتربية الغذائية. مجلة التربية العلمية، الجمعية المصرية للتربية العلمية بكلية التربية، جامعة عين شمس، مصر، ٧(٣): ٦٦٠-٧١١.

حمد الله، حيد مسير. (٢٠٠٦). التربية الغذائية للأم وعلاقتها بمظاهر نمو الأطفال. مجلة كلية التربية الأساسية، كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، العراق، ٤٩(٤): ٣٠٩-٣٤٦.

- السوداني، عبداللكريم. والمسعودي، عباس. (٢٠١١). دراسة تحليلية لكتب علم الأحياء للمرحلة المتوسطة في ضوء المهارات الحياتية. مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، العراق، ١٠ (٣-٤): ١١٧-١٢١.
- السيد، محمد أبو طور. (٢٠٠٥). التغذية وتخطيط الوجبات وقوائم الطعام. القاهرة: بستان المعرفة.
- الشرفات، مقبل سالم. (٢٠٠٩). مدى احتواء كتب العلوم للصفوف الأساسية الدنيا على المهارات الحياتية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة آل البيت، المفرق، الأردن.
- الشريف، بيضاء محمد. (٢٠٠٧). برنامج مقترح في التربية الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لطالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة. السعودية.
- شنيف، مازن ثامر. (٢٠٠٩). دراسة مفاهيم التربية الغذائية في كتب العلوم للمرحلة الابتدائية. مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، العراق، ١٢ (١): ٢٣٥-٢٤٩.
- الشوفيين، علي نائل. (٢٠١١). تطوير كتاب الجغرافيا للصف العاشر في ضوء معايير التربية الاقتصادية وأثره في تنمية الوعي الاقتصادي لدى طلبة الصف واتجاهاتهم نحو التربية الاقتصادية. أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة اليرموك، أربد، الأردن.
- الصباغ، حمدي. (١٩٩٥). الوعي الغذائي لدى طلاب كلية المعلمين بالمدينة المنورة. مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية- جامعة المنوفية، مصر، ١١ (١): ٢٩-٦٠.
- صبيح، عفاف حسن. (٢٠٠٤). التربية الغذائية والصحية. القاهرة: مجموعة النيل العربية.
- صلاح، سمير والرشيدي، سعد. والعنيزي، يوسف. وسلامه، عبدالرحيم. (٢٠٠٧). المناهج الدراسية. عمان: دار حنين للنشر والتوزيع.
- ضاهر، دينا صابر. (٢٠١٢). أثر تطوير وحدة الإلكترونيات بمبحث التكنولوجيا في ضوء المعايير العالمية في تنمية المهارات الإلكترونية لدى طالبات الصف العاشر الأساسي بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية، غزة.
- عبد الغني، عبير محمود. (٢٠٠٥). برنامج تدريبي مقترح في التربية الغذائية لمعلمات الاقتصاد المنزلي أثناء الخدمة. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
- عبد المعطي، أحمد ومرسي، عمر. (٢٠١١). تصور مقترح لتنفيذ دور التعليم ما قبل الجامعي في تدعيم مقومات التربية الغذائية لدى طلابه. الثقافة والتنمية، مصر، ١١ (٤٥): ١٨٠-٢٢٣.
- عيسى، إيفال. (٢٠٠٥). منهج التعليم في الطفولة المبكرة ومكوناته. غزة: دار الكتاب الجامعي.
- فخرو، ع. (٢٠٠٣). دراسة مقارنة لمستوى الوعي الغذائي لدى الطالبات المعلمات تخصص الاقتصاد المنزلي بكلية التربية- جامعة قطر- والتخصصات الأخرى في ضوء بعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية، قطر، (٤): ١٩-٥٧.
- فخرو، عائشة أحمد. (٢٠٠٦). المعلومات الغذائية المتضمنة في الكتب الدراسية للصفوف الثلاثة المتقدمة في المرحلة الابتدائية بدولة قطر. مجلة العلوم التربوية النفسية، البحرين، ٧ (١)، ١٧٧-٢٠١.
- القُدومي، عبدالناصر وزايد، كاشف. (٢٠٠٩). (مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وجامعة السلطان قابوس). المؤتمر العلمي الفلسطيني

- الإنسان. عمان: دارقنديل للنشر والتوزيع.
- مسعد، حنان وبرهم، وحيد. (٢٠٠٧). الدليل الإرشادي للترصد التغذوي للعاملين في مجال الرعاية الصحية الأولية. عمان: وزارة الصحة.
- سمح، حابس. (٢٠٠٩). أبعاد التنور الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- مشعل، میناس والرحاحلة، احمد وبطايئه، معاذ. (٢٠١٢). الحصيلا المعرفية للثقافة التغذوية ومستوى اللياقة الهوائية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية. دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، ٣٩(٢): ٢٨٠-٢٩٣.
- مصيقر، عبدالرحمن. (٢٠٠٠). أسس التثقيف الغذائي: برنامج البحوث البيئية الحيوية. دراسات في التثقيف الصحي والغذائي، مركز البحرين للدراسات والبحوث، البحرين: ١-٧٨.
- مقابلة، نصر يوسف. (١٩٩٦). العادات غير الصحية لدى الأطفال الأردنيين من وجهة نظر أمهاتهم وعلاقتها ببعض المتغيرات. المجلة العربية للتربية، تونس، ١٦(٢): ١٢٤-١٦٤.
- مكتب التربية العربي لدول الخليج. (١٩٩٨). التربية الصحية والغذائية في مناهج العلوم العمانية. ورقة عمل قدمت في ندوة التربية الصحية والغذائية والبيئية في مراحل التعليم العام بدول الخليج العربي. (٢١-٢٣ نيسان)، الدوحة، قطر.
- المهجة، نبال عباس. (٢٠٠٩). العادات الغذائية لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية. مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، جامعة القادسية، العراق، ١٢(٢): ٢٩١-٣٠٩.
- الرياضي الأول بعنوان: نحو استراتيجية تكاملية للنهوض بالرياضة الفلسطينية، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين: (٢٩-٣٠ نيسان ٢٠٠٩): ص١٩.
- قشطة، أحمد عودة. (٢٠٠٨). أثر توظيف استراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية المفاهيم العلمية والمهارات الحياتية بالعلوم أدى طلبة الصف الخامس الأساسي بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- قنديل، يس والحصين، عبد الله. (١٩٩٣). الوعي الغذائي لدى طالبات كلية البنات بمدينة الرياض، مستواه ومصادره وعلاقته ببعض المتغيرات. دراسات في المناهج وطرق التدريس، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر، (١٩): ١-١٩.
- المجالي، سامي مشهور. (٢٠٠٣). وزارة التربية والتعليم في الأردن في المرحلتين ما قبل التطوير التربوي (١٩٥٥-١٩٨٧) وما بعده. وزارة التربية والتعليم: الأردن.
- محجوب، علي كريم. (٢٠٠٨). التنور الغذائي لدى طلاب جامعة سوهاج وعلاقته ببعض المتغيرات. المؤتمر العلمي العربي الثالث- التعليم وقضايا المجتمع المعاصر ٢٠-٢١ نيسان، المجلد الثاني: ٥٧٦-٦٢٧.
- المراسي، سونيا وعبدالمجيد، أشرف. (٢٠١٠). التثقيف الغذائي. عمان: دار الفكر.
- مرعي، توفيق والحيلة، محمد. (٢٠١٤). المناهج التربوية الحديثة: مفاهيمها- عناصرها- أسسها- عملياتها. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- مزاهرة، أيمن سليمان. (٢٠١٠). أساسيات تغذية

- Celemuski, C. & Farris, E. (1996). Nutrition Education In Public Elementary And Secondary Schools. National Centre For Education Statistics. Us. Department Of Education.
- Ernts, J., Selling, A., Ellsworth, D. (2013). Integrating Concepts About Food, Nutrition And Physical Activity In To Middle School Curriculum, Community Voices For Health, American University.
- Gowri, B, Vasantha, K. & Sivakumar, M (2010). A study About The Impact Of Nutrition And Awareness Of Food Safety Among Women SHG Members. Munich Personal Repec Archive. Tamil Nada. India, Paper No, 22382, Posted 29, P: 1- 16.
- Horen, T. (2007). The Arizona nutrition standards. Arizona department of education.
- Killo, A. (2003). "Does Nutrition Education Impact Calcium Intake And Bone Mineral Density In Children's?". Ms Degree, Texas Women's University Denton, Texas.
- Marcus, S, A. (2008). The Hungry Brain, The Nutrition Cognition Connection. Corwin Press.
- Olson, S. And Moats, S. (2013). Nutrition Education In The K-12 Curriculum: The Role Of National Standards. The National Academy Of Science.
- Wisconsin Department of Public Instruction. (2009). Wisconsin's Model Academic Standards for Nutrition Education. Madison, Wisconsin, USA.
- هارون، رفيق. (١٩٩٥). المعلومات الغذائية لدى خريجي الجامعات الرياضيين وغير الرياضيين. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، مصر، العدد ٢٣: ١٢٧-١٣٦.
- هاشم، روضة. (٢٠٠٣). واقع التربية الغذائية لدى طالبات جامعة أم القرى من منظور إسلامي. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- وحدة المناهج بوزارة التربية والتوجيه الفني العام للعلوم في الكويت. (١٩٩٨). مفاهيم التربية الصحية والغذائية والبيئية في مناهج العلوم بدولة الكويت. مجلة كلية التربية، الكويت، ٨، (٢٦): ٤١-٢٨.
- الوكيل، حلمي أحمد. (٢٠٠٨). تطوير المنهج: أسبابه، أسسه، أساليبه، خطواته، معوقاته. القاهرة: دار الفكر العربي: القاهرة.
- يحيى، سعيد وخالد، زينب. (٢٠٠٩). فعالية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي الغذائي والصحي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية، جامعة بنها- مصر، ١٩ (٧٨): ٨٢-٤٤.
- ثانياً: المراجع الأجنبية
- Californiastate board of education (2008). Health Education Content Standards for California Public Schools Kindergarten Through Grade Twelve. California, USA.