

**التربية وتنمية الوعي الغذائي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية****بدولة الكويت: دراسة تحليلية في مضمون بعض المقررات الدراسية**

أ.د/ صلاح السيد عبده رمضان\*

**ملخص الدراسة:**

هدفت الدراسة إلى تحديد أبعاد ومعايير الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتقويم مناهج مواد المرحلة الابتدائية في دولة الكويت بالإضافة إلى الكشف عن مدى تناول المناهج لأهداف ومحتوى ودورس تعكس الوعي والتربية الغذائية اللازمة للتلاميذ أهمية الدراسة. وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وذلك من خلال الاطلاع على الأدبيات التربوية والنظرية والفلسفية التي تتناول التربية الصحية والوعي الغذائي الصحي لدى تلاميذ المدارس. وتحقيقاً لأهداف الدراسة، فقد تم توظيف أسلوب تحليل المحتوى في تحليل كتب بعض مواد المرحلة الابتدائية بدولة الكويت. وتعد عينة الدراسة هي مجتمعها، والمتمثلة بكتب العلوم والتربية الإسلامية واللغة العربية واللغة الإنجليزية في المرحلة الابتدائية بدولة الكويت بالجزئين الأول والثاني. وقد تضمنت السياقات المعتادة في الكتب الدراسية أي الأفكار، والأنشطة، والتقويم، والصور، والرسوم. وقد توصلت الدراسة أن من معايير الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتقويم مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الإنجليزية والتربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية (الصف من الأول إلى الخامس كل من البعد المهاري والبعد الوجداني والبعد المعرفي والتي تتمثل في كل من ما يلي: نوعية الغذاء- مكونات الغذاء- اختيار الغذاء المناسب- الاحتياجات الغذائية المناسبة- السلوكيات الغذائية- أمراض سوء التغذية- تلوث الغذاء (أنظر ملحق -١). كما توصلت الدراسة إلى خلو كتابي الصف الثالث والصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت بالجزئين الأول والثاني من أية معلومات أو صور ترتبط بالوعي أو التنمية الغذائية، في حين احتوت باقي الصفوف لعدد من الدروس التي تتعلق بذلك كما في الصفوف الأول والثاني والخامس الابتدائي لكن ضمن عدد محدود جدا من الدروس وليس على مستوى وحدات على عكس ما لوحظ في منهاج اللغة الإنجليزية، وقد بلغ المجموع العام نحو ١.٥٠ ٪ فقط وهي نسبة ضعيفة إذا ما قورنت بعدد صفحات وأهداف كل كتاب من الكتب التي خضعت للتحليل.

**مقدمة**

تعد صحة الأفراد بمجالاتها الجسدية والنفسية والعقلية والاجتماعية أهم أولويات الدول والحكومات والمؤسسات العالمية، وهي كذلك من أهم المؤشرات على التنمية الحقيقية ومقياساً لتطور الدول وارتقائها، كما يعدّها الكثيرون شرطاً للنجاح في جميع قطاعات الحضارة الإنسانية إن الاهتمام بالتربية الواعي والتربية الغذائية يتركز بشكل أساسي على المدرسة نظراً لأن الأطفال في سن الدراسة بالمرحلة الابتدائية يشكلون في معظم بلدان العالم - وبخاصة النامية

\* أستاذ أصول التربية - كلية التربية - جامعة بنها

منها نسبة كبيرة من عدد السكان، كما أن عدداً كبيراً من هؤلاء الأطفال – حسب منظمة الصحة العالمية- مسجلون في التعليم النظامي، ولأن الغالبية العظمى من أطفال المدارس في كثير من البلدان لا تتلقى الرعاية الصحية الكافية

فالتربية الغذائية أو الوعي الغذائي يمكنهما تزويد المتعلم بالمعلومات الغذائية كما يمكن للمتعلم ترجمة تلك المعلومات إلى أنماط سلوكية غذائية سليمة، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الغذاء الصحي واتخاذ القرارات الواعية التي تسهم في رفع المستوى الصحي على مستوى الفرد والمجتمع، مما يؤهله لأن يصبح أداة فاعلية في المجتمع

كما أن الغذاء الجيد من أهم عوامل الصحة، إذ يؤثر مستوى تغذية في الأفراد تأثيراً مباشراً في نموهم بدنياً وعقلياً، كما يؤثر في كفايتهم العملية والذهنية ونشاط أعضائهم جميعها، وقد ثبت علمياً أن نقص أو سوء الغذاء يتسبب في كثير من الأمراض كالضعف العام، وفقدان الشهية، وعدم القدرة على الأداء السليم

ولأن الكتاب أو المنهج المدرسي هو الأداة التي تُعبر عن المنهاج ومحتوياته وفلسفته التربوية، وهو عنصر أساسي في العملية التعليمية، ويرافق المراحل الدراسية بكل مستوياتها، وهو المُعين الذي يستمد منه الطالب المفاهيم والحقائق والمعلومات والأفكار، فمن الضروري أن يتم بناء الكتب المدرسية وإعدادها وتخطيطها لتحقيق الأهداف التي تسعى المناهج لتحقيقها في مجال التربية الغذائية، وتعد المرحلة الابتدائية من أهم المراحل الدراسية التي يمر بها التلميذ وهي تمثل بداية انطلاقته التعليمية، وأن الاهتمام بها يعتبر أداة لتحقيق التنمية المجتمعية والنهوض بالمجتمع وخاصة أن التلاميذ في المرحلة الابتدائية يشكلون نسبة لا يستهان بها من عدد السكان في أي بلد. كما تعد المرحلة الابتدائية اللبنة الأولى في تشكيل شخصية التلميذ، ومن ثم فإن أهمية دور المدرسة تتمثل في تكوين شخصية التلميذ وبلوغ ذروتها، وإحداث التكامل في شخصية التلميذ في جميع الجوانب (الجسمية- العقلية- الوجدانية- الاجتماعية)، فالمدرسة هي محور الرسالة التربوية والركيزة الأهم في نجاح التكامل في جوارب الشخصية، وإذا ما أعد الكتاب المدرسي بشكل جيد ورفيع المستوى على مستوى التربية الغذائية وتنمية الوعي الغذائي لدى التلميذ، فإن سوف يحقق الهدف المنشود منه إذا ما قام على تدراسة مربون يتمتعون بالكفاءة والقدرة والوعي والإخلاص في القيام بدورهم المنوط تجاه تلاميذهم

لذلك فإن الدراسة الحالية تسعى إلى تحليل مضمون محتوى بعض الكتب المدرسية في المرحلة الابتدائية بدولة الكويت من أجل الكشف عن مدى تضمينها للمفاهيم والمعلومات الدالة على تنمية الوعي والتربية الغذائية لدى التلاميذ.

مشكلة الدراسة

أظهرت دراسة حديثة نسبياً في دولة الكويت والتي أجراها فريق مشروع مكافحة السمنة في المدارس، عن أن الظاهرة انتشرت بين طلبة المدارس لتسجل الكويت النسبة الأعلى في نسبة «سمنة الطلبة» بين دول العالم، حيث توطن كثيراً في المدارس وتهدد شريحة واسعة من الطلبة، إذ بلغت نسبة زيادة الوزن في صفوف المرحلة الابتدائية ١٥ في المئة، وفي المتوسط ٤٤ وفي الثانوي ٨٠ في المئة وهي الأعلى عالمياً (التوجيه العام للاقتصاد المنزلي في دولة الكويت، ٢٠١٧).

ونظراً لأهمية المرحلة الابتدائية والتي تعد من أهم المراحل الدراسية؛ لأنها تعد الركيزة التي تركز عليها بقية المراحل التالية، جاءت هذه الدراسة لتقييم مدى تضمين بعض كتب المرحلة

الابتدائية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي للمفاهيم التغذوية التي تعزز الوعي الغذائي لدى التلاميذ في هذه المرحلة المهمة.

#### أهداف الدراسة:

#### يسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- ١- تحديد أبعاد ومعايير الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتقويم مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية (الصف من الأول إلى الخامس).
- ٢- الكشف عن مدى تناول مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية للمرحلة الابتدائية أي من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي بدولة الكويت لأهداف ومحتوى ودورس تعكس الوعي والتربية الغذائية اللازمة للتلاميذ أهمية الدراسة.

#### أهمية الدراسة:

#### تكمن أهمية الدراسة الحالي في الأمور الآتية:

- ١- لقاء الضوء على مفهوم الوعي الصحي الغذائي والتربية الغذائية.
- ٢- تتطرق الدراسة الحالية إلى موضوع يمثل واحداً من أبرز اهتمامات الحكومات والمنظمات الدولية في مختلف أنحاء العالم، حيث التقدم العلمي المتسارع، والثورة التكنولوجية واستخدام منتجات التكنولوجيا والتعامل معها وهو موضوع الصحة والغذاء وأهم المفاهيم التي يتضمنها، لذلك تتركز أهمية هذه الدراسة في توفير أبعاد ومعايير الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتقويم مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية (الصف من الأول إلى الخامس).

٣- لفت نظر المسؤولين في وزارة التربية والتعليم بدولة الكويت من مخططين وصناع قرار تبني سياسة تربوية واضحة تجاه تعزيز أو تنمية الوعي الصحي الغذائي في مدارس المرحلة الابتدائية بدولة الكويت عن طريق تصميم المناهج لمعلومات غذائية تنمي الوعي الغذائي لدى التلاميذ.

#### تساؤلات الدراسة

- ١- ما أبعاد ومعايير الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتقويم مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية (الصف من الأول إلى الخامس) ؟
- ٢- هل تحتوي مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي بدولة الكويت أهدافا ومحتوي تعكس الوعي والتربية الغذائية اللازمة للتلاميذ ؟

#### مصطلحات الدراسة

#### تتضح مصطلحات الدراسة كما يلي:-

الدور: الدور في اللغة تأتي بمعنى أحاط علما بالشئ وعرف مهمته بشأنه (الطاهر أحمد الزاوي، ٢٠٠٣، ص ٢٢١).

ويعرف الدور بأنه السلوك الاجتماعي المتوقع أو الاعتيادي الذي يقوم به الفرد أو عدد من الأفراد في المجتمع كدور الأب والأم ونحو ذلك (جواهر محمد الدبوس، ٢٠٠٣، ص ١١٠).  
وإجراءياً يعرف الدور بأنه ما يقوم به الفرد من مهام وواجبات تجاه نفسه وفي علاقته مع الآخرين.

٢- وعي: ورد في معجم مقاييس اللغة كلمة (وعى) بمعنى حفظ القلب الشيء، ووعى الشيء والحديث يعيه وعيا وأوعاه: حفظه وفهمه وقبله، فهو واع، وفلان أوعى من فلان أي أحفظ وأفهم. قال الأزهرى: الوعى الحافظ الكيس الفقيه، ويقال: أوعى جدعه واستوعاه إذا استوعبه (عبد السلام محمد هارون، ٢٠٠١، ص ١٢٤).

أما الباحثة فتعرف الوعى اجرائيا في هذه الدراسة بأنه المعلومات والإجراءات التى تتبعها المدرسة بغرض تنمية العادات الصحية السليمة، حيث أنه يقاس من خلال الدرجة التى حصل عليها التلميذ في أداة الدراسة التى أعدت لهذا الغرض.

٣- الوعى الغذائى: معرفة وفهم المعلومات الخاصة بالغذاء والتغذية الصحيحة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات المفيدة صحيا في الحياة اليومية (محمد خميس أبو نمره، ٢٠١٢، ص ١٩٠).

أما الباحثة فتعرف الوعى الغذائى اجرائيا في هذه الدراسة بأنه عبارة عن ترجمة المعارف والمعلومات والخبرات الصحية إلى أنماط سلوكية لدى التلاميذ.

٤- التربية الغذائية: التربية في اللغة وردت في لسان العرب: ربا الشئ أي زاد وارببته أي نميته (ابن منظور، ص ٦٦٢)

أما اصطلاحا فقد وردت التربية في موسوعة التربية وعلماء النفس بأنها تأثير تجريبه الأجيال الراشدة على الأجيال التي لم تنتضج أو في طريقها للنضج (موريس شريل، ٢٠١٦، ص ٩٦).

وإجرائيا يمكن تعريف التربية الغذائية في الدراسة الحالية بأنها هي الطريقة أو الأسلوب الذي يغيره الراشد في عادات من يصغرونه سنا من حيث نوعية الغذاء وكميته، ويمكن أن تكون الجهة المسؤولة عن هذه التربية إما الأسرة أو المدرسة أو أية مؤسسة اجتماعية أخرى.

٥- تحليل المحتوى: يعرف تحليل المحتوى بأنه الوصف الكمي للمفاهيم الصحية والتغذوية المتضمنة في كتب التربية المهنية للصفوف الأول والثاني والثالث والرابع والخامس الابتدائي بدولة الكويت مقاساً بأدوات التحليل المعدة لهذا الغرض.

### الدراسات السابقة

فيما يلي عدد من الدراسات العربية والأجنبية المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية، وذلك بهدف تحليلها ومعرفة أهدافها وإجراءاتها أهم نتائجها، ومن ثم الاستفادة منها ومقارنتها بنتائج الدراسة الحالية ومدى توافقها واختلافها.

- دراسة مامبا وآخرون (Mamba et al., 2019)

هدفت الدراسة إلى تقييم الممارسات والمعرفة لغذائية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (الصفوف الرابع والخامس والسادس الابتدائية) في عدد (٣) مدارس ابتدائية في جنوب إفريقيا بناء على المناهج والكتب المتضمنة للمعلومات الغذائية، وبلغت عينة الدراسة (٣١٠) تلميذ، أما أداة الدراسة فقد تمثلت في استبانة مصورة ومكونة من أسئلة بسيطو منها (اختيار من متعدد التعرف على صور الاغذية الصحية- تصنيف انواع الطعام المفيد والضار - فوائد الخضراوات والفواكه للجسم).

### وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:-

- ١- لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعي غذائي كافي.
- ٢- يفضل التلاميذ تناول حبوب القمح والخبز في وجبة الإفطار بنسبة ٥٦.٣ %.

٣- عبر نحو ٨٧.٩٪ من التلاميذ عن قدرتهم على إعداد وجبة الفطور الصحي بأنفسهم في كل صباح وبأنهم يستمتعون جدا بذلك.

- دراسة وداد سالم الخزاعلة (٢٠١٨)

هدفت هذه الدراسة معرفة درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتب التربية الإسلامية للمرحلة الأساسية الدنيا في الأردن، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، حيث قامت الباحثة بتصميم أداة لتحليل محتوى كتب التربية الإسلامية للمفاهيم الصحية، وتضمنت خمسة مجالات خاصة بالمفاهيم الصحية، وهي: المفاهيم المتعلقة بالصحة الجسمية، والمفاهيم المتعلقة بالتغذية، والمفاهيم المتعلقة بالأمراض والمشكلات الصحية، والمفاهيم الصحية المتعلقة بالبيئة، والمفاهيم المتعلقة بالصحة العقلية والنفسية، وتم التأكد من صدقها وثباتها. وأظهرت النتائج ما يلي: -

١- أن عدد تكرارات المفاهيم الصحية المتضمنة في الصفوف الثلاثة بلغ (٥٦) تكراراً، وقد جاء في الدرجة الأولى مجال المفاهيم المتعلقة بالصحة الجسمية بنسبة (٤١.٠٧%)، تلاها مجال المفاهيم المتعلقة بالتغذية بنسبة (٢٦.٧٩%)، ثم مجال المفاهيم المتعلقة بالبيئة بنسبة (١٢.٥٠%) وفي الدرجة الرابعة مجال المفاهيم المتعلقة بالأمراض والمشكلات الصحية بنسبة (١٠.٧١%)، وجاء في الدرجة الأخيرة مجال المفاهيم المتعلقة بالصحة العقلية والنفسية بنسبة (٨.٩٣%).

٢- أظهرت النتائج أيضاً أن نسب تكرار مفاهيم القيم الصحية بالصف الأول الأساسي كانت هي الأعلى بين الصفوف الثلاثة بنسبة (٥١.٧٩%) تلاها الصف الثاني الأساسي بنسبة (٣٢.١٤%) ثم الصف الثالث الأساسي بالمركز الأخير بنسبة (١٦.٠٧%)، ان المفهوم الأكثر تكراراً في مجال المفاهيم المتعلقة بالصحة الشخصية هو الموضوع بنسبة مئوية (١٠.٧١%)، وجاء المفهوم الأكثر تكراراً في مجال المفاهيم المتعلقة بالبيئة (الضوضاء وأثرها على صحة الإنسان) بالمرتبة الأولى بنسبة مقدارها (٧.١٤%).

٣- بينت النتائج أن عدد المفاهيم الصحية المتعلقة بمجال التغذية ومجال الأمراض والمشكلات الصحية، ومجال الصحة العقلية والنفسية كان متدنياً وينسب مئوية بين ١.٧٩% - ٣.٥٧%. وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة تم تقديم عدد من التوصيات ذات العلاقة بموضوع الدراسة.

- دراسة عيد اسماعيل أبو غليون (٢٠١٨)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى تضمين كتب التربية الإسلامية المطورة للمرحلة الأساسية في الأردن على مضامين التربية الصحية، وتكونت أداة الدراسة من قائمة تم تطويرها لتمثل مضامين التربية الصحية؛ تكونت من أربعة مجالات وتحتوي (٢٢) مضموناً. وقد تم استخدام أسلوب تحليل المحتوى حيث اتخذت الجملة وشبه الجملة والكلمة وحدة للتحليل، وصولاً إلى البيانات الكمية المتمثلة في التكرارات والنسب المئوية.

وأظهرت النتائج ما يلي:-

١- أن كتب التربية الإسلامية المطورة للمرحلة الأساسية، للصفوف (الرابع والخامس)، لم تركز على من مضامين التربية الصحية بشكل مناسب، وأن ما تناولته لا يمس حاجات الفئة العمرية المستهدفة وخصائصها،

٢- كشفت النتائج أن الكتب لم تراعى في تناولها لمضامين التربية الصحية مبدأ التتابع، ولم تعتمد منهجية واضحة، وإنما نحت منحى تقليديا عشوائيا في تناولها للمضامين مدار البحث.

٣- أن مجال الصحة النفسية ومضامينه قد أحتل المرتبة الأولى وبنسبة مئوية بلغت ٤٦.٧%، تلاه مجال الصحة البيئية، ومضامينه بالمرتبة الثانية وبنسبة مئوية بلغت ٣٧.١%، وجاء بعده مجال الصحة الشخصية ومضامينه بالمرتبة الثالثة وبنسبة مئوية بلغت ١٧.١%، وجاء في المرتبة الأخيرة مجال الصحة الغذائية.

٤- أوصت الدراسة بإعادة النظر في محتوى كتب التربية الإسلامية المطورة للمرحلة الأساسية في الأردن في تضمينها مضامين التربية الصحية، ومدى مراعاتها لمبادئ التكامل والتتابع ومبادئ التعلم الذاتي والبنائي في تناولها.

- دراسة كل من بسمل مرwan الخضري ومحمد ليمان أبو شقير (٢٠١٧)

هدفت الدراسة إلى تقييم موضوعات التغذية بكتب العلوم للمرحلة الأساسية بفلسطين في ضوء متطلبات التنور الغذائي، واتباع الباحثان المنهج الوصفي التحليلي للمحتوى، حيث تكونت عينة الدراسة من كتب العلوم للصف الثالث وحتى الصف التاسع، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان باستخدام بطاقة تحليل المحتوى لقائمة بمتطلبات التنور الغائي بعد الاطلاع على العديد من المعايير التي تضمنت تلك القائمة على ستة متطلبات واشتملت على ٤٠ مؤشرا، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:-

١- أن نسبة توفر موضوعات التربية التغذوية في كتب العلوم للمرحلة الأساسية قد بلغت ٧.٥٠ وهي أقل من مستوى حد الكفاية التي تم تحديده ب ٨٠٪، وأكثر المتطلبات التي تم توفرها هي متطلبات التعريف بالغذاء، ويليها التثقيف الصحي وسلامة الغذاء، ثم التغذية الصحية، والغذاء في العصر الحديث، والتغذية في مراحل العمر المختلفة.

٢- جاءت النسب المئوية على الترتيب (١٠٠، ٦٤، ٥٧، ٣٣، ٢٥، ١١)، وتوفرت المتطلبات العالمية بنسب قليلة في الصف الرابع والخامس، ولم ترد أي وحدات تتناول موضوعات خاصة بالتغذية في كتب العلوم في الصف الثالث.

- دراسة عائشة أحمد فخرو (٢٠١٧).

هدفت الدراسة إلى تحديد المعلومات الغذائية التي تضمنتها الكتب الدراسية للصفوف الثلاثة المتقدمة بالمرحلة الابتدائية. كما هدفت إلى تحديد وترتيب ظهور المعلومات والمشكلات الغذائية، التي لها علاقة بالبيئة القطرية خاصة والدول الأخرى بشكل عام على شكل عنوان رئيس، أو فرعي، أو محتوى الفقرات، أو صور، ورسوم. وقد قامت الباحثة بتحليل تام لمحتوى كتب المواد الدراسية بشقيه الكمي والكيفي كمنهجية في تحليل مضامين الكتب الدراسية، وتم تصميم جدول ترميز اشتمل على المعلومات الغذائية، كما تم التأكد من الصدق والثبات لعملية التحليل.

وكان من أبرز نتائج الدراسة ما يأتي:

- معظم المعلومات الغذائية التي وردت في الكتب الدراسية ظهرت بنسبة منخفضة من الناحية الكمية والكيفية، وبالأخص كتب الصف الخامس إذ كانت تلك المعلومات بنسبة (٨.٧٪)، حيث إن أغلبها ظهر في محتوى الفقرة أو في الرسوم، وليس بشكل عناوين رئيسة أو فرعية. وهذا يدل على عدم معالجتها بشكل متعمق، وعدم التأكيد على مبدأ الاستمرارية والتتابع في محتوى المنهج الدراسي.

- احتلت كتب العلوم المرتبة الأولى بالنسبة لاحتوائها المعلومات الغذائية بنسبة (٥٦.٣٪)، والصف السادس بنسبة (٥٠٪).

- لم تأخذ كتب المرحلة الابتدائية للصفوف الثلاثة المتقدمة في اعتبارها المشكلات الغذائية التي تعاني منها المنطقة، وخلصت الدراسة إلى تقديم مجموعة من المقترحات والتوصيات في ضوء ما أسفرت عنه نتائجها.

### الإطار النظري

#### أولاً: مفهوم الوعي الغذائي وأهميته

ويعرف الوعي الغذائي الصحي بأنه عملية تزويد الفرد بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفته وميوله وسلوكه من حيث صحته وصحة المجتمع الذي يعيش فيه (بشرى فاضل التميمي، ٢٠١٥، ص ٢٧).

كما ويعرف الوعي الغذائي الصحي أيضاً بأنه: "عملية تحفيز الطلبة وإقناعهم لتعلم ممارسة غذائية صحيحة أو عملية ترجمة الحقائق والمفاهيم الغذائية إلى أنماط سلوكية غذائية سليمة تؤدي إلى رفع المستوى الصحي للطلبة بإتباع الأساليب التربوية المتنوعة (علي حسن الأحمدى، ٢٠١٥، ص ١٢).

كما ويعرف الوعي الغذائي الصحي أيضاً بأنه مجموعة المفاهيم والمبادئ والأنظمة والخدمات التي تقدم لتعزيز المعلومات الغذائية لدى الطلبة في السنوات الدراسية وتعزيز صحة المجتمع من خلال المدارس (صالح سعد الأنصاري وزينة صالح الشيبانية، ٢٠١٧، ص ٣٤).

وللغذاء أهمية كبيرة، فهو يساعد على النمو وتجديد خلايا الجسم، ويمد الجسم بالطاقة اللازمة لوظائفه الحيوية المختلفة وحفظ درجة حرارته، كما أنه يقي الجسم من الإصابة بالأمراض المختلفة. والتغذية السليمة لا تعني مجرد إشباع لجوع أو ملء معدة خاوية، أو تناول الكثير من الأطعمة أو تناول الأطعمة غالية الثمن، ولكنها تعني حصول الجسم على كل ما يحتاجه من العناصر الغذائية، وبذلك تتطلب التغذية السليمة اختيار الغذاء المناسب لاحتياجات الجسم ومعرفة مكونات الغذاء ومصادره، وأسس تخطيط الوجبات المتكاملة، والإلمام بطرق حفظ الأطعمة من الفساد أو التلوث، وترشيد استهلاك الغذاء، والوعي بالعادات الغذائية الشائعة، ومحاولة تغيير العادات الضارة منها (زياد الجرجاوي ومحمد الأغا، ٢٠١٥، ص ١٢٠٧).

ومعنى ذلك أن كل فرد من أفراد الأسرة يجب أن يلم يتطلى من الثقافة الغذائية التي تساعده على كيفية اختيار غذائه المناسب لاحتياجات جسمه في ضوء الامكانيات المتاحة بل ويرشد الآخرين

ضمن حيز المجتمع الذي يعيش فيه (Boor Neil, 2017, p. 438)

ويشار إلى أن الوعي الغذائي الصحي هو جزء متكامل من تعليم حجرة الدراسة وليست مادة مستقلة، ويمكن أن تدمج في مواد دراسية كثيرة مثل العلوم والحساب والتاريخ والجغرافيا والتربية الرياضية والاقتصاد المنزلي، وذلك من خلال تزويد المتعلمين بالمعلومات وأنماط السلوك المتعلقة بالغذاء، ويرى البعض أن الوعي الغذائي الصحي مسئولية التربية العلمية وتدريب العلوم بدليل أن كتب العلوم تسمى العلوم والصحة وتهدف إلى تزويد المتعلمين بثقافة صحية، من أجل المحافظة على صحتهم، ومن أهم عناصرها جزءاً أصيلاً من الثقافة الصحية

التي تمثل بدورها جزءاً هاماً من الثقافة العلمية التي تعتبر أحد أهداف التربية العلمية (عبد الله الظاهر ومصطفى علي، ٢٠١٥، ص ٢١).

هذا في حين أن الوعي الغذائي الصحي تعتبر عنصراً أساسياً من عناصر التربية البيئية التي تهدف إلى تقليل الفجوة بين تعليم العلوم المتعلقة بالتغذية وقدرة المتعلمين على تحقيق مطالبهم الغذائية وذلك عن طريق إكسابهم المعلومات والمهارات المتعلقة بالغذاء وتكوين عادات غذائية صحيحة وتنمية اتجاهات سليمة ترتبط بالتغذية والسلوك الغذائي. فالالاقتصاد المنزلي مثلاً يعتبر علم يختص بدراسة الأسرة واحتياجاتها ومقوماتها على مستوى المنزل والبيئة والمجتمع بقصد النهوض بها إلى حياة عائلية أفضل من خلال تثقيف المتعلمين في مختلف مجالات الاقتصاد المنزلي وخصوصاً في مجال الغذاء والتغذية لتحسين الحالة الصحية والغذائية ونظام التغذية الأسرية بين طبقات الشعب (محمد الطاهر طعيلي، ٢٠١٧، ص ١١١).

تتضح أهمية تنمية الوعي الغذائي لدى الأفراد، ومعرفة كل ما هو جديد عن الغذاء ومتابعة القضايا الجديدة المتعلقة بالغذاء، حتى تتكون لدى الفرد معرفة غذائية سليمة تمكنه من اكتساب عادات وسلوكيات غذائية سليمة، كما تكسبه الاتجاهات والميول الإيجابية نحو قضايا الغذاء. إن الحاجة لتنمية الوعي الغذائي في الوقت الحاضر أصبحت ضرورة ملحة لعدة أسباب من أهمها: (هناك غالب الأعمري، ٢٠١٥، ص ٦٧)

١- انتشار العديد من السلوكيات والعادات الغذائية الخاطئة بين الطلبة داخل المدارس والتي أصبحت واضحة ومرئية لكل شخص  
٢- تضارب المعلومات والمعرفة الغذائية التي تقدمها وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية

٣- انتشار العديد من أمراض السمنة والسكر بين الشباب وهي ناتجة عن تغذية خاطئة. ويشار إلى أن هناك اختلاف بين المربين حول من المسؤول عن تنمية الوعي الغذائي للأفراد، فمنهم من يرى أنها مسؤولية التربية العلمية وتدريب العلوم، ونهم من يرى أنها عنصراً أساسياً من عناصر التربية البيئية، وغالبية المتخصصين يرون أنها مسؤولية الأم كمعلم أول للتربية الغذائية، ويجب إعدادها جيداً لممارسة هذا الدور.

### ثانياً: التربية الغذائية

تعد صحة الإنسان من الأولويات التي اهتمت بها المجتمعات منذ القدم. وقد اهتم بها ديننا الحنيف منذ أربعة عشرة قرناً من الزمان، حيث قال رسولنا ﷺ " نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ" (صحيح البخاري، ص ٢١٩).

وتعرف التربية الغذائية بأنها نوع من أنواع التثقيف أي ثقل ونقل أو اكتساب المعرفة والمهارات والقدرات والسلوك والعادات وتبادل الأفكار والاتجاهات والمعلومات بين الأفراد. فالالتقف الغذائي هو ترجمة الحقائق الصحية في مجال التغذية إلى أنماط سلوكية على مستوى الفرد والمجتمع وذلك باستعمال الأساليب التربوية لتعليم الفرد كيفية حماية نفسه من أمراض نقص وسوء التغذية وتغيير العادات والطقوس الخاطئة وتشجيع العادات الغذائية السليمة وكذلك

تصحيح المفاهيم والعادات الغذائية المستحدثة (Bronner, 2015, p. 285)

والتربية الغذائية مجال فرعي مهم من مجالات التربية، حيث يرى البعض أنها تتبع التربية الصحية، ويرى البعض أنها تتبع التربية البيئية، أو تتبع التربية الوقائية، وأياً كان الأمر فإن التربية الغذائية ظهرت مواكبة لتفشي العديد من الأمراض الناتجة عن نقص أو سوء التغذية،



وقضايا نقص مصادر الغذاء، وسوء توزيع الغذاء، وانتشار المجاعات في الدول الفقيرة، وتلوث الغذاء بالكيمويات المضافة وغيرها من القضايا ذات الصلة، والتربية الغذائية تهدف إلي إكساب الأفراد خبرات ومعلومات ومهارات واتجاهات وسلوكيات غذائية، وتزيد من مستوي وعيهم وتنقيهم غذائياً، كما تهدف إلي تأصيل أنماط السلوك الغذائي الصحيح لدي الأفراد وكشف وتعديل الأنماط الخطأ الشائعة لديهم، وتناول برامج التربية الغذائية موضوعات عديدة من أهمها، أنواع المواد الغذائية وخصائصها وأهميتها للإنسان وآلية هضم الإنسان للغذاء، والوجبات الغذائية المتوازنة وأمراض سوء التغذية وقضايا نقص الغذاء وانتشار المجاعات، وطرق إنتاج وحفظ وتخزين الغذاء، ومصادر الثروات الغذائية، وسبل تنميتها والحفاظ عليها، وتلوث الغذاء وما ينتج عنه من أمراض ... إلى غير ذلك من الموضوعات ذات الصلة، ويتم تنفيذ برامج التربية الغذائية نظامياً عبر المناهج الدراسية، أو غير نظامياً عبر وسائل الإعلام والمؤسسات الاجتماعية والدينية الأخرى كما ورد في برامج التربية الصحية عموماً (حسين عبايس حسين ، علي سهام السيد ، صالح مراد، ٢٠١٦، ص ١٨٤).

وتتبع فلسفة التربية الغذائية من الإيمان بأن الصحة والعافية تؤثر على التعلم والاستمتاع بحياة أفضل، لذا فالهدف من التربية الصحية هو محاولة الموازنة بين السلوك الذي يمنع المرض والسلوك الذي يعزز الصحة والعافية. وهي تساعد الطالب على تطوير السلوك الصحي المبني على نظريات علمية وأفكار ومهارات مرتبطة بالصحة والتي تؤدي إلى تحسين النواحي النفسية والبدنية والاجتماعية والعقلية للطالب الصحية أو التربوية العلاقة الوطيدة بين الصحة والتعلم؛ فلا بد للطالب (لبنى شعبان أبو زيد، ٢٠١٨، ص ١١٩).

ولقد أكدت كل الدراسات سواء الصحية أو التربوية العلاقة الوطيدة بين الصحة والتعليم، فلا بد للتلميذ والتلميذة أن يكونا بصحة جيدة لكي يستطيعا التعلم بشكل جيد. وكذلك المعلم والمعلمة كي يقوموا بهذه الرسالة العظيمة. ولذا كان اهتمام الصحة المدرسية بكافة فئات المجتمع المدرسي بتوفير الرعاية الصحية الشاملة من خلال برامج وقائية في البداية يليها برامج تعزيز الصحة والتي تهدف للرفقي بالوعي الصحي وتطوير معارف واتجاهات وسلوكيات كل أفراد المجتمع المدرسي وأخيراً برامج الخدمات العلاجية وتوفير الدواء. (محسن حامد فراج، ٢٠١٧، ص ٨٣٣).

والتربية الغذائية بشكل عام هي عبارة عن عملية تربوية تعمل على تعليم المجتمع كيفية حماية نفسه من العادات الغذائية الضارة، وتعمل على تزويد الأفراد بالخبرات اللازمة بهدف التأثير في معلوماتهم وممارسة العادات الغذائية الصحية السليمة، حيث أن التربية الغذائية هي جزء هام من التربية العامة (يوسف لازم كماش، ٢٠١٥، ص ٣٣).

وتعرف التربية الغذائية بأنها " مجموعة المفاهيم والمبادئ والأنظمة والخدمات التي تقدم لتعزيز صحة الأفراد غذائياً (أشرف نبيه محمد، ٢٠١٧، ص ٣).

## الإطار العملي للدراسة

### - منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وذلك من خلال الاطلاع على الأدبيات التربوية والنظرية والفلسفية التي تتناول التربية الصحية والوعي الغذائي الصحي لدى تلاميذ المدارس.

وتحقيقاً لأهداف الدراسة ، تم توظيف أسلوب تحليل المحتوى في تحليل كتب بعض مواد المرحلة الابتدائية بدولة الكويت.

- مجتمع الدراسة: تعد عينة الدراسة هي مجتمعها، والمتمثلة بكتب العلوم والتربية الإسلامية واللغة العربية واللغة الإنجليزية في المرحلة الابتدائية بدولة الكويت بالجزئين الأول والثاني. وقد تضمنت السياقات المعتادة في الكتب الدراسية أي الأفكار، والأنشطة، والتقويم، والصور، والرسوم.

### - الدراسة الاستطلاعية

تم إعداد استطلاع رأي معلمي وموجهي مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية حول أبعاد الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية (الصفوف الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) وذلك وفق الخطوات التالية:-

١- الهدف من إعداد استطلاع الرأي : استهدف إعداد استطلاع الراي التعرف على وجهة نظر وآراء معلمي وموجهي مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية حول أبعاد الوعي والتربية الغذائية المرتبطة بمناهج هذه المواد

٢- محتوى استطلاع الرأي : احتوي استطلاع الرأي على الجوانب التالية:

أ- المفاهيم والمعلومات الغذائية اللازم تناولها في مناهج العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية بالمرحلة الابتدائية.

ب- الأنشطة والعادات والسلوكيات الغذائية اللازم تناولها في مناهج المواد المذكورة.

ج- القيم والاتجاهات المناسبة اللازم تناولها مناهج المواد المذكورة.

د- طرق التدريس المناسبة لمعلمي المواد المذكورة في المرحلة الابتدائية في إطار التربية الغذائية.

٣- ضبط استطلاع الرأي : تم عرض استطلاع الرأي على عدد من المحكمين حيث تم تعديل ما أشاروا إليه من تعديلات إذ تم تعديل صياغة بعض الأسئلة، وإضافة أسئلة وإلغاء بعض الصياغات من الأسئلة، وأخذ استطلاع ال رأي صورته النهائية للتطبيق

٤- تطبيق استطلاع الرأي : تم تطبيق استطلاع الراي على مجموعة معلمي وموجهي مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية حول أبعاد الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية كما هو موضح في الجدول التالي:-

جدول (١) تطبيق استطلاع الرأي على مجموعة من الخبراء والمتخصصين ومعلمي مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية حول أبعاد الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية في دولة الكويت

م	مجموعة التطبيق	مكان التطبيق	
		مدرسة ابتدائية (معلم)	منطقة تعليمية (موجه فني)
١	العلوم	٩	٣
٢	اللغة العربية	١٢	٥
٣	اللغة الإنجليزية	١٠	٥
٤	التربية الإسلامية	٧	٣
	المجموع	٣٨	١٦

ويوضح الجدول السابق إن استطلاع الراي تم تطبيقه على عدد (٥٥) معلم وموجه فني للوقوف على محاور وإبعاد الوعي والتربية الغذائية المرتبطة بمناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية حول أبعاد الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

٥- نتائج تطبيق استطلاع الراي: أسفرت عملية تطبيق استطلاع الراي عن تحديد بعض أبعاد الوعي والتربية الغذائية المرتبطة بمناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية

### - بناء قائمة معايير التربية الغذائية

تم بناء قائمة معايير التربية الغذائية في إطار إطلاع الباحثة على الإطار النظري والدراسات الاسبقية الواردة في الدراسة الحالية وذلك وفق الخطوات التالية:-

١- تحديد الهدف من القائمة : تم تحديد أهداف القائمة في تقويم ومحتوي مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية حول أبعاد الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

٢- مصادر اشتقاق القائمة

أ- أهداف مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية في مجال الوعي والتربية الغذائية.

ب- نتائج تطبيق استطلاع الراي على معلمي وموجهي المواد المذكورة.

ج- الاطلاع على معايير التربية الغذائية المرتبطة بمناهج المواد المذكورة بناء على خبرات الدول الأجنبية في مجال الوعي والتربية الغذائية (أنظر الفصل المتعلق بخبرات الدول الأجنبية).

٣- الصورة الأولية للقائمة : شملت الصورة الأولية عدد (٨) أبعاد رئيسية تضمنت ما يلي:-

البعد الأول : نوعية الغذاء وتضمن (١٢) بنود

البعد الثاني : مكونات الغذاء وتضمن (٧) بنود.

البعد الثالث : اختيار وتجهيز الأطعمة وتضمن (٨) بنود.

البعد الرابع : الاحتياجات الغذائية المناسبة وتضمن (٥) بنود.

البعد الخامس : السلوكيات الغذائية وتضمن (٩) بنود.

البعد السادس : أمراض سوء التغذية وتضمن (٦) بنود.

البعد السابع : تلوث الغذاء وتضمن (٧) بنود.

البعد الثامن: الإسعافات الأولية وتضمن (٥) بنود (تم حذفه من قبل المحكمين لعدم ارتباطه بموضوع الوعي والتربية الغذائية).

٤- الضبط العلمي لقائمة المعايير : تم تقنين وضبط القائمة وذلك بحساب كل من ما يلي:-

أ- الصدق: قدر صدق القائمة بالاعتماد على الصدق البنائي لمحتوي القائمة من الناحية العلمية والفنية، حيث عرضت القائمة في صورتها الأولية على مجموعة من الخبراء والمحكمين بقسم المناهج وطرق تدريس بجامعة الكويت (كلية التربية) بالإضافة إلى عدد من أعضاء هيئة التدريس في كلية العلوم الصحية بجامعة الكويت وذلك للتأكد من أهداف القائمة ومراجعة أبعادها وبنودها، حيث أسفرت هذه الخطوة عن تعديل الأبعاد الرئيسية من ثمانية إلى ستة أبعاد سبعة أبعاد أي حذف البعد الثامن لعدم ارتباطه بالوعي الغذائي لدى التلاميذ .

ب- الثبات: تم حساب الثبات بطريقة ثبات الفئات وذلك عن طريق تحليل عينة تمثل عدد (٤) موضوعات في كل كتاب من المواد المذكورة (من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي) ثم أعيد التحليل مرة أخرى بعد ثلاثة أسابيع، حيث تطابقت نتائج التحليل في المرتين، وبحساب قيم معاملات الثبات تبين إن معامل ثبات أداة التحليل على كتب العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية (٠.٨٢) وهي قيمة مرتفعة تشير إلى ارتفاع ثبات أداة التحليل.

٥- الصورة النهائية لقائمة المعايير: بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها الخبراء والمحكمين والمتخصصين أصبحت قائمة المعايير تشمل (٧) أبعاد رئيسية وعدد (٥٤) بنداً فرعياً كما هو موضح في الجدول التالي:-

### جدول (٢)

الصورة النهائية لقائمة معايير الوعي والتربية الغذائية لمناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية للمرحلة الابتدائية في دولة الكويت

م	البعد وعنوانه	عدد البنود
١	البعد الأول : نوعية الغذاء	١٢
٢	البعد الثاني : مكونات الغذاء	٧
٣	البعد الثالث : اختيار وتجهيز الأطعمة	٨
٤	البعد الرابع : الاحتياجات الغذائية المناسبة	٥
٥	البعد الخامس : السلوكيات الغذائية	٩
٦	البعد السادس : أمراض سوء التغذية	٦
٧	البعد السابع : تلوث الغذاء	٧
المجموع		٥٤

ويبين الجدول التالي أبعاد قائمة معايير الوعي والتربية الغذائية وبنود وجوانب التعلم الثلاثة لكل بعد:

جدول (٣) أبعاد وبنود قائمة معايير الوعي والتربية الغذائية لمناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية للمرحلة الابتدائية في دولة الكويت.

م	الأبعاد الرئيسية لقائمة المعايير	الجانب المعرفي	الجانب المهاري	الجانب الوجداني	المجموع	%
١	البعد الأول : نوعية الغذاء	٥	٥	٢	١٢	٢٢.٢
٢	البعد الثاني : مكونات الغذاء	٤	٢	١	٧	١٢.٩
٣	البعد الثالث : اختيار وتجهيز الأطعمة	٥	٢	١	٨	١٤.٨
٤	البعد الرابع : الاحتياجات الغذائية المناسبة	٣	١	١	٥	٩.٢
٥	البعد الخامس : السلوكيات الغذائية	٣	٥	١	٩	١٦.٦
٦	البعد السادس : أمراض سوء التغذية	٢	٢	٢	٦	١١.١
٧	البعد السابع : تلوث الغذاء	٣	٣	١	٧	١٢.٩
المجموع		٢٥	٢٠	٩	٥٤	-
النسبة المئوية %		٤٦.٣٠	٣٧.٠٤	١٦.٦٧	-	١٠٠

يوضح الجدول السابق إن معايير الوعي والتربية الغذائية تناولت أبعاد رئيسة سبعة تضمنت (٥٤) بنداً فرعياً، حيث تراوحت بنود الجانب المعرفي للأبعاد مجتمعة (٢٥) بنوداً بنسبة (٤٦.٣٠٪) وبنود الجانب المهاري (٢٠) بنوداً بنسبة (٣٧.٠٤٪)، بينما كانت بنود الجانب الوجداني (٩) بنود بنسبة (١٦.٦٧٪) فقط. وبذلك تكون الباحثة قد أجابت عن أحد تساؤلات الدراسة والذي نص علي : ما معايير الوعي والتربية الغذائية اللازمة لتقويم مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية في المرحلة الابتدائية (الصف من الأول إلى الخامس)؟

- تحليل أهداف ومحتوى مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي بدولة الكويت للإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة البحث، قام الباحث بتحليل أهداف ومحتوى مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية وذلك لتحديد كل من: مدى تناول أو تضمين أهداف ومحتوى المواد المذكورة أبعاد الوعي والتربية الغذائية المحددة سابقاً (يوجد-لا يوجد) وتحديد شكل تناول أو التضمن (صريح-ضمني) وتحديد مستوي تناول أو التضمن (موجز- مفصل) ، وذلك وفقاً للخطوات التالية:-

١- إعداد أداة تحليل الأهداف والمحتوي: تم إعداد أداة تحليل أهداف ومحتوى مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي ممثلة في أبعاد وبنود القائمة المعيارية للوعي والتربية الغذائية السابق إعدادها.

٢- تحديد الهدف من عملية التحليل: هدفت عملية التحليل إلى تقويم أهداف ومحتوى مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي في إطار قائمة معايير الوعي والتربية الغذائية لتحديد كل من: مدى وشكل ومستوى تناول وتضمن مناهج المواد المذكورة هذه المعايير ورصد تكرارها لوضع تصور مقترح لأهداف ومحتوى مناهج المواد المذكورة

٣- تحديد عينة التحليل: اختيرت عينة التحليل بطريقة مقصودة من مناهج المواد المذكورة

٤- تحديد فئات التحليل: تم تحديد الأبعاد الرئيسة والبنود الفرعية لقائمة معايير الوعي والتربية الغذائية كفئات للتحليل

٥- تحديد وحدة التحليل: تم تحديد وحدة الفقرة كوحدة للتحليل باعتبارها انسب وأفضل الوحدات تحقيقاً لهدف البحث.

٦- تحديد نظام التحليل: تم اختيار نظام الفقرة- المحور الذي تدور حوله فقرات الأهداف والمحتوي.

٧- ضوابط التحليل: روعيت الضوابط الآتية أثناء عملية التحليل

أ- تحليل أهداف ومحتوى مناهج المواد المذكورة في إطار قائمة المعايير، والتعريف الإجرائي لكل بعد.

ب- شمل التحليل جميع أهداف وموضوعات كتب المواد المذكورة (عينة التحليل) والعناوين الرئيسة والفرعية والصور والأنشطة والواجبات والملخصات القصيرة والأسئلة التقويمية لكل وحدة

ج- استخدمت جداول (استمارات) لرصد النتائج وتكرار كل وحدة تحليل وفئة لكل منهج على وحدة

٨- التأكد من موضوعية تحليل الأهداف والمحتوي وضبطها : حيث قامت الباحثة بإجراء تحليل أهداف ومحتوي المواد المذكورة.  
نتائج تحليل أهداف ومحتوي مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي بدولة الكويت.  
للإجابة عن أحد أسئلة الدراسة الذي نص على ما يلي: هل تحتوي مناهج مواد العلوم واللغة العربية واللغة الانجليزية والتربية الإسلامية من الصف الأول إلى الصف الخامس الابتدائي بدولة الكويت أهدافا ومحتوي أبعاد الوعي والتربية الغذائية اللازمة للتلاميذ ؟ ، حيث أسفرت نتائج عملية تحليل الأهداف والمحتوي ضوء تناول أبعاد الوعي والتربية الغذائية عن النتائج التالية:-

أ- نتائج التحليل العام للأهداف والمحتوى

يتضح نتائج التحليل العام للأهداف والمحتوي من خلال الجداول الأربعة التالية:-

- العلوم

جدول (٤)

نتائج التحليل العام لأهداف ومحتوي مناهج مادة العلوم (الصفوف الأول- الثاني-

الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت فيما يتعلق بالوعي والتربية

الغذائية (شامل الفصلين الأول والثاني)

م	منهج العلوم	عدد صفحات الكتاب الفعلية	عدد أهداف الكتاب الرئيسية (الكفايات)	موضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل الكتاب	عدد صفحات موضوعات الوعي والتربية الغذائية	النسبة المئوية
١	الصف الأول الابتدائي	١٩٠	١٨	وحدة واحدة في الجزء الأول: صلاحية المواد الغذائية (ما الذي أستطيع أن أكله؟)	٤ صفحات ص ص ٤٩-٥٢	٪ ٢.١٠
٢	الصف الثاني الابتدائي	١٩٠	١٨	يوجد فقط دلالات من هنا وهناك عن بعض الأطعمة الصحية كالقواكه والخضراوات والأسماك) وذلك في الجزء الأول فقط	-	-
٣	الصف الثالث الابتدائي	١٨٤	١٨	وحدة واحدة : تعرف وتصنيف الأطعمة الصحية وغير الصحية	٦ صفحات ص ص ٥٥-٦٤	٪٣.٢٦
٤	الصف الرابع الابتدائي	٢٨٤	٢١	وحدة واحدة: كيف نعتني بصحتنا	١ صفحة فقط ص ١٨ (عنوان فرعي: الغذاء الصحي)	٪ ٠.٣٦
٥	الصف الخامس الابتدائي	٢٩٨	٢١	وحدة واحدة : مالذي يساعد جسمك على أداء وظائفه (الجهاز الهضمي)	٥ صفحات ص ص ٥٢-٥٧	٪١,٦٧
	المجموع العام	١١٤٦	٩٦		١٦	٪١,٤٧

يلاحظ من خلال الجدول السابق بأن المجموع العام لموضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل منهاج مادة العلوم (الصفوف الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت بلغ ١.٤٧ ٪ ، وهي نسبة قليلة جدا إذا ما قرونت مع عدد صفحات كتب مادة العلوم بشكل عام لجميع المراحل الابتدائية. كما لوحظ بأن كتاب الصف الثاني بجزأيه الأول والثاني لا يحتويان عن أية موضوعات تتضمن الوعي والتربية الغذائية فلما استفسرت الباحثة بعدد من آراء معلمي وموجهي مادة العلوم أفادوا بأن سبب ذلك هو تناوله في الصف الاول الابتدائي ولا يوجد داعي لتكراره مرة أخرى في الصف الثاني!.

- اللغة العربية

مجلة كلية التربية النوعية للدراسات التربوية والنوعية العدد (١٣) أغسطس ٢٠٢٠

جدول (٥) نتائج التحليل العام لأهداف ومحتوي منهاج مادة اللغة العربية (الصفوف الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت فيما يتعلق بالوعي والتربية الغذائية (شامل الفصلين الأول والثاني)

م	منهج اللغة العربية	عدد صفحات الكتاب الفعلية	عدد أهداف الكتاب	موضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل الكتاب	عدد صفحات موضوعات الوعي والتربية الغذائية	النسبة المئوية
١	الصف الأول الابتدائي	٢٧٥	٣٤	يوجد فقط دلالات من هنا وهناك عن بعض الأطعمة الصحية كالفواكه والخضراوات والأسماك والعسل) في الجزأين الأول والثاني.	-	-
٢	الصف الثاني الابتدائي	٣٩١	٣٤	عدد ١ درس: مرض الخضراوات في الجزء الثاني - يوجد فقط دلالات من هنا وهناك عن بعض الأطعمة الصحية كالحليب والبيض والقمح والبرتقال في الجزء الأول	عدد ٦ صفحات ص ص ١٤٤ - ١٤٦	٠.٧٦
٣	الصف الثالث الابتدائي	٣٢٨	٢٣	درس واحد بعنوان : العسل: الشراب المفيد في الجزء الأول	٣ صفحات ص ٢١ - ٢٣	٠.٩١ %
٤	الصف الرابع الابتدائي	٤٢٠	٣٤	يكاد يخلو الكتاب بجرأيه الأول والثاني من أية صور أو معلومات تتعلق بالوعي والتربية الغذائية	-	-
٥	الصف الخامس الابتدائي	٢٦٥	٤٠	يكاد يخلو الكتاب بجرأيه الأول والثاني من أية صور أو معلومات تتعلق بالوعي والتربية الغذائية	-	-
المجموع العام		١٦٧٩	١٦٥		٩	٠.٨٣ %



من خلال اطلاع الباحثة على محتويات وموضوعات كتابي الصف الرابع والخامس للغة العربية لاحظت عدم وجود أية معلومات أو على الأقل صور تعبر عن الوعي والتربية الغذائية، كما خلت الأهداف التعليمية في الكتابين بالجزئين الأول والثاني عن ذلك أيضا. وبالاطلاع على النتائج الواردة في الجدول أعلاه يتبين بأن المجموع العام لموضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل منهاج مادة اللغة العربية باستثناء منهجي الرابع والخامس بلغ أقل من ١٪ (٠,٨٣) فقط وهي نسبة ضئيلة جدا إذا ما قورنت بعدد صفحات وأهداف جميع كتب المرحلة الابتدائية في دولة الكويت.

جدول (٦)

نتائج التحليل العام لأهداف ومحتوي منهاج مادة اللغة الانجليزية (الصفوف الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت فيما يتعلق بالوعي والتربية الغذائية (شامل الفصلين الأول والثاني)

م	منهج اللغة الإنجليزية	عدد صفحات الكتاب الفعلية	عدد أهداف الكتاب	موضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل الكتاب	عدد صفحات موضوعات الوعي والتربية الغذائية	النسبة المئوية
١	الصف الأول الابتدائي	٦٠	٣٢	الوحدة الخامسة: My Food	عدد ٦ صفحات ص ص ٤٨-٥٣	١٠٪
٢	الصف الثاني الابتدائي	٦٠	٣٢	الوحدة الخامسة: At the restaurant	عدد ٦ صفحات ص ص ٥٥-٥٠	١٠٪
٣	الصف الثالث الابتدائي	٩٤	٣٢	الوحدة الثامنة: Let's be fit and healthy	عدد ٨ صفحات ص ص ٥٥-٦٢	٨.٥١٪
٤	الصف الرابع الابتدائي	٩٠	٣٢	درس واحد Eat healthy Food ص ٢٦ درس واحد Food Pyramid - درس Honey ص ٤٤	عدد ٣ صفحة فقط	٣.٣٣٪
٥	الصف الخامس الابتدائي	٧٤	٣٢	درس واحد: You should eat healthy food to have healthy teeth ص ٣٢	عدد ١ صفحة فقط	١.٣٥٪
المجموع العام		٣٧٨	١٦٠		٢٤	٦.٦١٪

سجل منهاج اللغة الإنجليزية أعلى نسبة مئوية من بين كل المناهج التي خضعت للتحليل، حيث بلغ المجموع العام لموضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل منهاج مادة اللغة الإنجليزية

(الصفوف الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت نحو ٦.٦١ ٪. إلا أنها تبقى نسبة قليلة إلى حد بالقياس مع عدد صفحات وأهداف كل كتاب من الصف الأول الابتدائي إلى الصف الخامس الابتدائي.

جدول (٧)

نتائج التحليل العام لأهداف ومحتوي منهاج مادة التربية الإسلامية (الصفوف الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت فيما يتعلق بالوعي والتربية الغذائية (شامل الفصلين الأول والثاني)

م	منهج التربية الإسلامية	عدد صفحات الكتاب الفعلية	عدد أهداف الكتاب	موضوعات الوعي والتربية الغذائية داخل الكتاب	عدد صفحات موضوعات الوعي والتربية الغذائية	النسبة المئوية
١	الصف الأول الابتدائي	٢٣٨	١٨	الدرس السادس (الجزء الثاني): تأديبي في مأكلي ومشربي، ص ١٢٤	عدد ٨ صفحات ص ص ١٢٤-١٣١	٪٣.٣٦
٢	الصف الثاني الابتدائي	٢٣٨	١٨	الدرس الثاني من الوحدة الرابعة (الجزء الثاني) أشكر الله على نعمه العظيمة، ص ١٠٢	عدد الصفحات ٨ ص ص ١٠٩-١٠٢	٪٣.٣٦
٣	الصف الثالث الابتدائي	٣٦٠	١٨	يخلو الكتاب بجزأيه الأول والثاني من أية صور أو معلومات تتعلق بالوعي والتربية الغذائية	-	-
٤	الصف الرابع الابتدائي	٣٦٨	١٨	يخلو الكتاب بجزأيه الأول والثاني من أية صور أو معلومات تتعلق بالوعي والتربية الغذائية	-	-
٥	الصف الخامس الابتدائي	٣٦٨	١٨	الدرس الثالث من الوحدة الثانية " لكل داء دواء" (الجزء الأول) ص ٤٦	عدد ٣ صفحات ص ص ٤٦-٤٨	٪٠.٨١
	المجموع العام	١٥٧٢	٩٠		١٩	٪١,٥٠

يتضح جليا خلو كتابي الصف الثالث والصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت بالجزئين الأول والثاني من أية معلومات أو صور ترتبط بالوعي أو التنمية الغذائية، في حين احتوت باقي الصفوف لعدد من الدروس التي تتعلق بذلك كما في الصفوف الأول والثاني والخامس الابتدائي لكن ضمن عدد محدود جدا من الدروس وليس على مستوى وحدات على عكس ما لوحظ في منهاج اللغة الإنجليزية، وقد بلغ المجموع العام نحو ١.٥٠٪ فقط وهي نسبة ضعيفة إذا ما قورنت بعدد صفحات وأهداف كل كتاب من الكتب التي خضعت للتحليل. وتشير كل النتائج الواردة في الجداول السابقة بأن أغلب الأهداف والمحتوي لا يهتمان أبدا بالتربية الغذائية والوعي الغذائي لدى التلاميذ نتيجة قلة عدد الصفحات والأنشطة والصور والتمارين المتعلقة بذلك.

#### جدول (٨)

فقرات أهداف ومحتوي مواد العلوم واللغة العربية واللغة الإنجليزية والتربية الإسلامية للصفوف (الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت فيما يتعلق بالوعي والتربية الغذائية (شامل الفصلين الأول والثاني)

م	المادة	الصف	عدد فقرات المنهج	عدد فقرات الوعي / التربية الغذائية	٪ لفقرات الوعي / التربية الغذائية
١	العلوم	الأول	٨١٦	٩	١,١٠
		الثاني	٨١٨	-	-
		الثالث	٩١٦	١٤	١,٥٢
		الرابع	٩٢٥	٤	٠,٤٣
		الخامس	٩٣٢	١١	١,١٨
٢	اللغة العربية	الأول	٩٣٣	-	٠
		الثاني	٩٤١	١٣	١,٣٨
		الثالث	١٠٣٠	٧	٠,٦٨
		الرابع	١٠٣٦	-	-
		الخامس	١٠٤١	-	-
٣	اللغة الانجليزية	الأول	٢٢١	١٢	٥,٤٣
		الثاني	٢٢٣	١٢	٥,٣٨
		الثالث	٣١٢	١٦	٥,١٢
		الرابع	٤٣١	٦	١,٣٩
		الخامس	٤٥٥	٤	٠,٨٧
٤	التربية الإسلامية	الأول	٧٨٠	١٦	٢,٠٤
		الثاني	٧٨٣	١٦	٢,٠٤
		الثالث	٩٢٠	-	-
		الرابع	١٠١٣	-	-
		الخامس	١٠١٧	٧	٠,٦٨
المجموع			١٥٥٤٣	١٤٧	٠,٩٤

يتبين من الجدول السابق أن عدد فقرات الوعي / التربية الغذائية تراوحت ما بين (٤ - ١٦) فقرة للمناهج الدراسية التي خضعت للتحليل ، وبلغ المجموع العام لهذه الفقرات ١٤٧ فقرة أي بنسبة ٠,٩٤ ٪ من مجموع فقرات كل منهج وهي نسبة ضعيفة جدا تبين عدم اهتمام هذه المناهج للوعي والتربية الغذائية.

- نتائج تحليل أهداف ومحتوي منهج العلوم في المرحلة الابتدائية بدولة الكويت يوضح الجدول التالي الفقرات التي انطبقت عليها أبعاد التربية الغذائية والبنود التي حققت التربية الغذائية والبنود التي لم تتحقق.

#### جدول (٩)

الفقرات التي انطبقت عليها أبعاد الوعي / التربية الغذائية والبنود التي تحققت والتي لم تحقق الوعي / التربية الغذائية في مواد العلوم واللغة العربية واللغة الإنجليزية والتربية الإسلامية للصفوف (الأول- الثاني- الثالث- الرابع- الخامس) الابتدائي بدولة الكويت

م	أبعاد الوعي والتربية الغذائية	عدد الفقرات	النسبة المئوية ٪	تحقق		لم يتحقق	
				عدد البنود	٪	عدد البنود	٪
١	نوعية وأهمية الغذاء	٢٣	٠,١٤	٥	٤١,٦	٧	٥٨,٤
٢	مكونات الغذاء	١٢	٠,٠٧	٣	٤٢,٨	٤	٥٧,٢
٣	اختيار وتجهيز الأطعمة	٣	٠,٠١	٢	٢٥,٠	٦	٧٥,٠
٤	الاحتياجات الغذائية المناسبة	١٠	٠,٠٦	١	٢٠,٠	٤	٨٠,٠
٥	السلوكيات الغذائية	١١	٠,٠٧	٣	٣٣,٣	٦	٦٦,٧
٦	أمراض سوء التغذية	٤	٠,٠٢	٢	٣٣,٣	٤	٦٦,٧
٧	تلوث الغذاء	١	٠,٠٠	٢	٢٨,٥	٥	٧١,٥
المجموع		٦٤	٠,٣٧	٢١	٣١,٦	٣٣	٦٥,٤

يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول السابق بأن أغلب أبعاد الوعي والتربية الغذائية لم تتحقق حيث تراوحت نسب عدد تحقيق ذلك ما بين (٦٦,٧ - ٨,٠ ٪) وهي نسب مرتفعة إذا ما قورنت مع النسب المقابلة لها والتي تراوحت ما بين (٢٠,٠ - ٤٢,٨ ٪) وهي نسب ضعيفة بعض الشيء. وقد سجل بعد الاحتياجات الغذائية المناسبة أقل نسبة تحقيق (٢٠,٠ ٪) وأعلى نسبة عدم تحقيق في ذات الوقت.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من وداد سالم الخزاعلة (٢٠١٨)، ودراسة بسملة مروان الخضري ومحمد سليمان أبو شقير (٢٠١٧)، ودراسة ليلي سفاري وآخرون Leila Savari et al., (2018)، بالإضافة إلى دراسة نوال صالح (٢٠١٥).

إلا أنها لا تتفق مع دراسة مامبا وآخرون (Mamba et al., 2019) والتي توصلت إلى تحقيق الوعي الغذائي لدى التلاميذ بعد تضمين مناهج المرحلة الابتدائية بالمعلومات الغذائية اللازمة التوصيات والمقترحات بناء على نتائج الدراسة، فإن الباحثة توصي بما يلي:  
أن تتضمن مناهج المرحلة الابتدائية في دولة الكويت مفاهيم وصور وتمارين ودروس وأنشطة تعزز التربية والوعي الغذائي لدى التلاميذ على أن تراعي كل من (نوعية الغذاء- مكونات الغذاء- اختيار الغذاء المناسب- الاحتياجات الغذائية المناسبة- السلوكيات الغذائية- أمراض سوء التغذية- تلوث الغذاء) والتي تتضمنها أداة الدراسة الحالية.  
إجراء دراسة تقييمية من أجل التعرف مدى وعي معلمي المرحلة الابتدائية بضرورة تنمية التربية والوعي الغذائي لدى التلاميذ.  
إجراء دراسات مقارنة مع مناهج الدول المتقدمة في مجال التربية والوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

## المراجع

### المراجع العربية

- ابن منظور، لسان العرب، الجزء الأول، باب حرف التاء.  
أشرف نبيه محمد (٢٠١٧). برنامج تنقيفي غذائي صحي وأثره على تحسين الوعي الغذائي لذوي الإعاقة الذهنية، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة أسبوط - كلية التربية الرياضية، المجلد الثاني، العدد الرابع والأربعون، عدد شهر مارس، ص ١-٥٠.  
بسملة مروان الخضري ومحمد سليمان أبو شقير (٢٠١٧). تقويم موضوعات التغذية بكتب العلوم للمرحلة الأساسية في ضوء متطلبات التنوير الغذائي، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد السادس والعشرين، العدد الرابع، عدد شهر يوليو، ص ٤٠٤-٤٣١.  
بشرى فاضل التميمي (٢٠١٥). الوعي الصحي الملبسي بأعراض الأمراض المرتبطة بالملابس، مجلة كلية التربية للبنات، كلية التربية جامعة بغداد، المجلد الخامس والعشرون، العدد الأول، عدد شهر مايو، ص ٢١-٤٣.  
حسين عبايس حسين علي سهام السيد صالح مراد (٢٠١٦). تقويم مناهج الكيمياء في ضوء معايير التربية الغذائية الصحية بالمرحلة الثانوية العامة، المجلة المصرية للتربية العلمية، المجلد التاسع عشر، العدد الثالث، عدد شهر مايو، ص ١٧٧-٢١٢.  
زياد الجرجاوي ومحمد الأغا (٢٠١٥). واقع تطبيق التربية الصحية في مدارس التعليم الحكومي بمدينة غزة، مجلة سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد الأول، العدد الأول، عدد شهر مارس، ص ١٢٠٥-١٢٢٥.  
صالح سعد الأنصاري وزينة صالح الشيبانية (٢٠١٧). المدخل إلى الصحة المدرسية، رسالة التربية لسلطنة عمان، المجلد الأول، العدد الحادي عشر، عدد شهر يناير، ص ٣٣-٤٩.  
عائشة محمد فخر (٢٠١٧). المعلومات الغذائية المتضمنة في الكتب الدراسية للصفوف الثلاثة المتقدمة في المرحلة الابتدائية بدولة قطر، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد السابع، العدد الأول، ص ١٧٧-٢٠١.  
عبد الله الظاهر ومصطفى علي (٢٠١٥). الصحة النفسية المدرسية، الرياض: دار الزهراء.

- علي حسن الأحمدى (٢٠١٥). مستوى الوعي الصحي لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوي الطبيعي وعلاقته باتجاهاتهم الصحية في المدينة المنورة (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- عيد اسماعيل أبو غليون (٢٠١٨). مضامين التربية الصحية في كتب التربية الإسلامية المطورة للمرحلة الأساسية في الأردن، مجلة العلوم التربوية النفسية، المجلد الثاني، العدد الأول، عدد شهر نوفمبر، ص ص ٦٤-٧٧.
- لبنى شعبان أبو زيد (٢٠١٨). فاعلية برنامج مقترح في التربية الغذائية لطالبات رياض الأطفال بجامعة الطائف على تنمية الوعي الغذائي لديهن، مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية، رابطة التربويين العرب، المجلد الأول، العدد التاسع، عدد شهر يناير، ص ص ١١٥-١٣٣.
- محسن حامد فراج (٢٠١٧). تنمية الوعي الوقائي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بالمملكة العربية السعودية، ورقة عمل منشورة في المؤتمر العلمي الثالث - مناهج العلوم للقرن الحادي والعشرين رؤية مستقبلية، الجمعية المصرية للتربية العلمية، الإسماعيلية، ٢-٤ يوليو، ص ص ٨٣١-٨٦٢.
- محمد الطاهر طبعلي (٢٠١٧). التربية الصحية بالمدرسة الجزائرية: كتب الجيل الثاني من التعليم الابتدائي أنموذجاً، مجلة دراسات في علم نفس الصحة، المجلد الأول، العدد الثاني، عدد شهر مارس، ص ص ١٠٨-١٢٥.
- موريس شريل (٢٠١٦). موسوعة التربية وعلماء النفس، بيروت: دار الكتب العلمية.
- نوال صالحه (٢٠١٥). مستوى جودة موضوعات علم الأحياء بكتب العلوم المرحلة التعليم الأساسية في ضوء المعايير العالمية (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، كلية التربية.
- هناء غالب الأمعري (٢٠١٥). مفاهيم التربية الغذائية لدى مدرسات المرحلة الابتدائية في دولة الكويت، الكويت: مجلس النشر العلمي.
- وداد سالم الخزاعلة (٢٠١٨). درجة تضمين المفاهيم الصحية في كتب التربية الإسلامية للمرحلة الأساسية الدنيا في الأردن (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة آل البيت، كلية العلوم التربوية.
- يوسف لازم كماش (٢٠١٥). الصحة والتربية الصحية: الصحة المدرسية والرياضية، عمان: دار الخليج للنشر والتوزيع.
- المراجع الأجنبية
- Boot NEil (2017). Implementation of school health promotion: consequences for professional assistance, Health Education, Vol.112, No.(5), pp. 436-447.
- Bronner, Y. L. (2015). The effectiveness of Nutritions and implications for nutrition education policy, programs, Columbia University, Journal of Nutrition Education, Vol. 27, No. 6, pp. 284-418.
- Leila Savari et al. (2018). Analysis of the third-grade curriculum for health subjects: Application of Health Education Curriculum Analysis

- Tool, Journal of Multidisciplinary Healthcare, Vol. 11, No. (1), pp. 205-210.
- Mamba, N. et al. (2019). Nutrition knowledge , attitudes and practices of primary schools children in Tshwane Meropole, South Africa, African Journal of Primary Heakth Care and Family Medicine, Vol. 11, No. (1), pp. 1846-1860.