

الثقافة الغذائية لدى طالبات قسم علوم الحياة في كلية التربية للبنات ودرجة اكتسابهن للمفاهيم الغذائية

م.د. علي عبدالزهرة جبار الغزالي
كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة

الملخص:

هدف البحث الى معرفة مستوى الثقافة الغذائية لدى طالبات قسم علوم الحياة في كلية التربية للبنات ودرجة اكتسابهن للمفاهيم الغذائية، ولتحقيق اهداف البحث طبق البحث على عينة مكونة من (١٠٠) طالبة من طالبات قسم علوم الحياة المرحلة الرابعة، واخذت العينة بصورة قصدية على اعتبار ان طالبات المرحلة الرابعة قد أكملن جميع المتطلبات من حيث دراسة الموضوعات والمقررات الدراسية واصبحت عندهن حصيله من المعلومات في مجال الاختصاص بما في ذلك الثقافة الغذائية واكتسابهن للمفاهيم الغذائية من خلال ما تم دراسته في هذا القسم من مقررات دراسية وتجارب عملية، واجري البحث في العام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤ م، ولتحقيق ذلك اعد الباحث اداتين للبحث وهما مقياس الثقافة الغذائية المكون من (٣٠) فقرة، موزعة على (٥) مجالات من مجالات الثقافة الغذائية، بواقع (٦) فقرات لكل مجال من المجالات، وامام كل فقرة من فقرات المقياس (٥) بدائل، واختبار اكتساب المفاهيم الغذائية المكون من (٣٠) فقرة اختبارية من نوع الاختيار من متعدد، مع تقديم اربعة بدائل من بينها بديل يمثل الاجابة الصحيحة، مع مراعاة ان تكون المفردات للاختبار مرتبطة بالمفاهيم الغذائية، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً، اظهرت النتائج ان طالبات قسم علوم الحياة يتمتعن بمستوى عالي من الثقافة الغذائية، وكذلك بدرجة عالية من الاكتساب للمفاهيم الغذائية، وبناءً على نتائج البحث قدم الباحث عدداً من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: (الثقافة الغذائية ، درجة الاكتساب ، المفاهيم الغذائية).

Nutritional culture among female students of the Life Sciences Department at the College of Education for Girls and the degree of their acquisition of nutritional concepts.

**Lect.Dr. Ali Abdul Zahra Jabbar Al-Ghazali
Faculty of Education for Girls - University of Kufa**

Abstract:

The aim of the research was to know the level of nutritional culture among female students in the Department of Life Sciences in the College of Education for Girls and the degree of their acquisition of nutritional concepts. To achieve the research objectives, the research was applied to a sample of (100) female students from the Department of Life Sciences, fourth stage. The sample was taken intentionally, considering that the fourth stage students had completed all the requirements in terms of studying the subjects and curricula and had

acquired a wealth of information in the field of specialization, including nutritional culture and their acquisition of nutritional concepts through what was studied in this department of curricula and practical experiments. The research was conducted in the academic year 2023-2024 AD. To achieve this, the researcher prepared two research tools, namely the nutritional culture scale consisting of (30) paragraphs, distributed over (5) areas of nutritional culture, with (6) paragraphs for each area, and in front of each paragraph of the scale there are (5) alternatives, and a test for acquiring nutritional concepts consisting of From (30) multiple choice test paragraphs, with four alternatives provided, one of which represents the correct answer, taking into account that the vocabulary of the test is related to nutritional concepts. After collecting and statistically processing the data, the results showed that female students of the Life Sciences Department enjoy a high level of nutritional culture, as well as a high degree of acquisition of nutritional concepts. Based on the research results, the researcher presented a number of recommendations and suggestions. Keywords: nutritional culture, degree of acquisition, nutritional

مشكلة البحث:

يعد جهل الافراد بالمبادئ الاساسية في التغذية من الاسباب الرئيسة في حدوث الكثير من الامراض وخاصة امراض سوء التغذية، وهذا يعد من التحديات المهمة التي تواجه الكثير من المجتمعات، وذلك لان الغذاء يلعب دوراً هاماً في حياة هذه المجتمعات وفي كافة المراحل العمرية، وهذا ينتج من قلة الوعي بالمعلومات والمعارف التي يمتلكها الافراد في الجانب الغذائي فضلاً عن النقص في الموارد الاقتصادية، ولكي يحافظ الانسان على حياته لابد ان يمتلك ثقافة غذائية ومعرفة بالمفاهيم الغذائية لان ثقافة الفرد بالعناصر الغذائية هي التي تجعل جسم الانسان خالي من امراض التغذية لأنها تمد جسمه بالمغذيات الصحية والهامة للنمو وصيانة الانسجة من التلف وقيامه بالوظائف الحيوية لمقاومة الامراض وانتقال العدوى، فالإنسان يستطيع ان يحافظ على صحته عندما تكون لديه ثقافة غذائية تؤدي الى امتلاكه الوعي الصحي والسلوك الغذائي الذي يعد السبيل الامثل لتلافي الكثير من امراض سوء التغذية.

وقد تبلورت مشكلة البحث الحالي من خلال ملاحظة الباحث اثناء تدريسه في الاقسام العلمية في كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة وخاصة قسم علوم الحياة الى معرفة مدى اهتمام الطالبات بالثقافة والعادات والمفاهيم الغذائية في المواد التي تدرسها الطالبات، وكذلك ملاحظة الباحث التركيز على الجانب الاحيائي المتعلق بالحيوان والنبات والكائنات البدائية في المملكة الحيوانية والنباتية، واهمال جانب مهم لابد للطالبات المتخرجت من هذه الاقسام ان يمتلكنّ ثقافة غذائية ومعرفة واطلاع بالمفاهيم الغذائية الى جانب المفاهيم الاحيائية على اعتبار ان بعد تخرجهن يصبحنّ مدرسات يمارسنّ وظيفتهنّ ويقع عليهنّ مسؤولية ودور كبير وهو تزويد طالباتهنّ بهذه الثقافة التي تعد من الامور المهمة التي تجنب الطالبات وأسرهنّ والمجتمع الذي يعيشنّ فيه الكثير من الامراض وخاصة امراض سوء التغذية.

وان امتلاك الطالبات للثقافة الغذائية له تأثير على حياتهنّ وسلامة تفكيرهنّ وقدرتهنّ على الانتاج وخاصة في مجال التدريس من خلال زيادة توعية الطالبات بالمعلومات والمعارف الاساسية عن القيمة الغذائية واهميتها للجسم

ومدى احتياجهم إلى الغذاء الصحي من أجل صحة جسمهم وقدرتهم على مقاومة الأمراض الناجمة عن سوء التغذية نتيجة انخفاض الوعي الغذائي بأسس التغذية السليمة، ومن خلال ما تقدم تتحدد مشكلة البحث بالتساؤل الآتي:-
ما مستوى الثقافة الغذائية لدى طالبات قسم علوم الحياة في كلية التربية للبنات ودرجة اكتسابهن للمفاهيم الغذائية؟

اهمية البحث:

ان ارتفاع الثقافة الغذائية لدى الطالبات يؤدي الى زيادة الوعي الغذائي والصحي الذي يأتي من خلال توفير المصادر الجيدة للمعارف والمعلومات والتي منها الجامعات والمدارس ووسائل الاعلام ومؤسسات المجتمع المدني والاسرة، فان ما تكتسبه الطالبات من خلال تلك المجالات له دور كبير واساسي في التأثير على معلوماتهن ومعارفهن وسلوكهن في زيادة ثقافتهن الغذائية وقدرتهن على اكتساب المفاهيم الغذائية الضرورية، فعدم وجود مناهج وبرامج توعية غذائية في هذا المجال يعد من اهم الاسباب التي تؤدي الى تدني الثقافة الغذائية لدى الطلبة وخاصة في كليات التربية (عبد وجمعة، ٢٠٢١، ٤٢).

وتعد الثقافة من اهم ما يكتسبه الطلبة في المراحل الدراسية المختلفة وخاصه في المراحل الجامعية والتي من خلالها يتسع اهتمامهم وخبراتهم في المجال التغذوي والصحي، لذلك من الضروري الاهتمام بغرس الثقافة الغذائية لدى طلبة الكليات لما له من دور في المحافظة على صحة الانسان (كريم وصالح، ٢٠١٤، ٣٧).

واصبح التوجيه نحو الثقافة الغذائية من الضرورات الملحة في الوقت الحاضر لغرض توعية الطلبة بالثقافة الغذائية الجيدة، لذلك يجب على العاملين في مجال الثقافة الغذائية وخاصه في الجامعات والكليات ان يعرفوا طلبتهم بالعادات والمعتقدات الخاصة بالثقافة الغذائية السائدة في مجتمعاتهم سواء كانت معتقدات وعادات ايجابية او سلبية، والتخلي عن المعتقدات السلبية وتصحيحها بما يتلاءم مع الثقافات الغذائية الصحيحة والسائدة في المجتمعات المتقدمة (كريم وصالح، ٢٠١٤، ٣٨).

وان التثقيف الغذائي هو الطريق الامثل لتلافي حدوث الكثير من الامراض الناجمة من سوء التغذية من خلال التعرف على اسس التغذية السليمة والصحيحة، وكيفية تحديد الاحتياجات اليومية من العناصر الغذائية المختلفة، بالإضافة الى معرفة مكونات الغذاء ودوره واهمية هذه المكونات للحصول على غذاء صحي آمن، كما ان انتشار الامراض لا يعود الى نقصان او زيادة في الموارد المالية والاقتصادية فقط وانما يعود ايضاً الى انخفاض مستوى الثقافة الغذائية لدى الافراد واكتساب عادات ومعتقدات غذائية غير صحيحة، لذلك على كليات التربية اكساب الطلبة من الذكور والاناث على حدٍ سواء المعارف والمعلومات الصحيحة من خلال تدريس مقررات دراسية تعنى بالثقافة الغذائية واكساب المفاهيم الغذائية، لان الثقافة الغذائية هي مجال من المجالات التربوية التي تحتل مكانة مهمة في الاعداد التربوي للطلاب والطالبات في الاقسام العلمية لأنها تعمل على تحقيق الاهداف المعرفية والصحية ونبذ المعتقدات غير الصحية التي تتعارض مع النمو الطبيعي والصحة الجيدة (نعمه، ٢٠٢١، ٣٨١).

ويرى الباحث ان اهمية البحث تكمن في معرفة مستوى الثقافة الغذائية لدى طالبات قسم علوم الحياة، وبالتالي التعرف على الجوانب الايجابية والعمل على تعزيزها من خلال المقررات الدراسية ذات العلاقة في مجال اختصاصهن، ومعالجة اوجه القصور من خلال نبذ بعض العادات والمعتقدات التي لا تمت للثقافة الغذائية بأي شيء ويمكن توضيح اهمية البحث بالنقاط الاتية:-

- ١- ان الاهتمام بالتربية الغذائية يعد من مهام التربية الحديثة لإعداد جيل يمتلك ثقافة غذائية يستطيع من خلالها تحمل المسؤولية اتجاه نفسه وعائلته ومجتمعه، لتجنب الكثير من امراض سوء التغذية.
- ٢- تزويد طالبات الاقسام العلمية ومنها قسم علوم الحياة بالمفاهيم الغذائية الضرورية والعمل على اكتسابها لحياتهن اليومية والمستقبلية باعتبارهن مدرسات المستقبل فضلاً عن تربية اطفالهن على هذا النوع من الثقافة.
- ٣- العمل على تضمين المقررات الدراسية الخاصة بكليات التربية وخاصة الاقسام العلمية موضوعات تختص بالثقافة الغذائية وكيفية اكتسابها لما لها من دور في التأثير على معلومات ومعارف وسلوك الطلاب والطالبات لزيادة الوعي الغذائي لديهم.

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على:-

- ١- مستوى الثقافة الغذائية لدى طالبات قسم علوم الحياة في كلية التربية للبنات.
- ٢- درجة اكتساب طالبات قسم علوم الحياة للمفاهيم الغذائية.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالحدود الاتية:-

- ١- حدود بشرية: طالبات قسم علوم الحياة/ المرحلة الرابعة.
- ٢- حدود مكانية: كلية التربية للبنات/ جامعة الكوفة.
- ٣- حدود زمانية: العام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤م.

تحديد المصطلحات:

• الثقافة الغذائية:

- عرفها (ابو حليلة، ٢٠٠٨) بانها: المام الطلاب والطالبات بمقدار كافي ومناسب من المعرفة العلمية الاساسية للغذاء والتغذية ومكوناتها، ومدى ما يحتاجه الجسم الانساني لها، والاتجاه نحو التغذية السليمة من خلال اتباع انماط السلوك الغذائي الصحي المتعلق بالغذاء والتغذية لمساعدتهم في حل المشكلات اليومية المتعلقة بالغذاء (ابو حليلة، ٢٠٠٨، ٤٠).
- وعرفها (كريم وشفق، ٢٠١٤) بانها: مجموعة من الاساليب السلوكية التي يتبعها الفرد والمتعلقة بالغذاء والتغذية السليمة من اجل تحقيق النمو السليم والمتوازن (كريم وشفق، ٢٠١٤، ٢٩).

- وعرفها (Cassady,2015) بأنها: معرفة للمفاهيم والعمليات التي تتعلق بالغذاء والتغذية الصحية ومن ضمنها الانظمة الغذائية والمرضية والاطعمة الصحية التي تمثل المصادر الرئيسية للمبادئ والتوجيهات والتوصيات الغذائية (Cassady,2015,11).
- ويعرفها الباحث نظرياً بأنها: مجموعة من الخبرات والمعلومات والمعارف والاساليب السلوكية الخاصة بالغذاء والتغذية الصحية والسليمة التي تلم بها الطالبات ويتبعنها لمعرفة غذائهنّ السليم ولغرض حماية انفسهنّ من امراض سوء التغذية والابتعاد عن العادات والمعتقدات والمفاهيم الغذائية غير الصحيحة وتصحيحها من اجل نموهنّ الشامل والمتكامل.
- ويعرفها اجرائياً بأنها: الدرجة التي تحصل عليها طالبة قسم علوم الحياة في المرحلة الرابعة المستجيبة على مقياس الثقافة الغذائية المعد لهذا الغرض.
- **الاكتساب:**
- عرفه (الجبوري، ٢٠١٨) نقلاً عن (قطامي، ١٩٩٨) بأنه: مجموعة من المثيرات التي يمكن للطالب ان يكتسبها من خلال ملاحظتها لمرة واحدة او عدة مرات، ويستعيدها بالصورة نفسها التي اكتسب بها (الجبوري، ٢٠١٨، ٤٢).
- **اكتساب المفاهيم:**
- عرفه (ابراهيم، ٢٠٢٢) بأنه: عملية البحث عن الخصائص وحصر التي تستخدم للتمييز بين الامثلة واللا امثلة في الفئات المختلفة، مع العمل على اجراء تعميم لهذه الفئات في مواقف اخرى (ابراهيم، ٢٠٢٢، ٦٣).
- ويعرفه الباحث اجرائياً: بأنه قدرة الطالبات على الادراك والملاحظة للأشياء والاحداث، ويمكنهنّ استعادة هذه الاشياء والاحداث بالصورة التي لاحظنّ بها ليتم تمييزها وتعميمها من قبلهنّ في مواقف جديدة اخرى.
- ويعرفه اجرائياً بأنه: الدرجة التي تحصل عليها طالبة قسم علوم الحياة في المرحلة الرابعة المستجيبة على اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني

خلفية نظرية ودراسات سابقة

مفهوم الثقافة:

يعد مفهوم الثقافة من المفاهيم الشائعة والتي تعني بمفهومها الشامل على انها تتمثل بكل السمات الفكرية والروحية والعاطفية والمادية التي تميز مجتمع معين او فئة اجتماعية معينة عن غيرها من المجتمعات من حيث الآداب والفنون وطرق الحياة، والحقوق الاساسية للفرد من حيث القيم والتقاليد والعادات وبعض نظم الحياة (السيد واخرون، ٢٠١٦، ١١).

وان الثقافة هي تكوين انساني ونتاج فكري يتكون داخل المجتمع الذي يعيش فيه الانسان ومن ثم ما يكتسبه الانسان بالاعتماد على وجود المجتمع على اعتبار ان المجتمع لا يقوم الا من خلال الثقافة التي تتمثل بالمهارات

والمعارف والمعتقدات والعادات وطرق التفكير وانماط الحياة المختلفة، وبمعنى اخر ان كل ما يكتسبه الانسان من المجتمع وينقله الى اجيال اخرى والتي تميز هذا المجتمع عن غيره من المجتمعات (زريق، ٢٠١٧، ٦).
والتقافة تمثل اسلوب من اساليب الشعور الفكري والسلوك الذي يميز مجموعة من الافراد، ويتوارثونه جيلاً بعد جيل، وترتبط هذه الاساليب مع بعضها البعض بعلاقات تفاعلية لها تأثير متبادل، وكل منها يؤمن بوظيفته الخاصة في اطار الثقافة الكلية (الجوهري، ٢٠١٠، ٨٣).

ويتضح من ذلك ان مفهوم الثقافة هو مفهوم اجتماعي يعكس مدى قدرة الانسان على معرفة المنظومة الاجتماعية التي يعيش فيها من اعراف وتقاليد وعادات وسلوكيات مختلفة، بالإضافة الى انها ارتبطت بالوجود الانساني الملازم للتطور في الحياة الاجتماعية نتيجة لما قدمه الانسان من انتاج وابداع في كل المجالات، ولهذا اصبحت الثقافة المحرك الاساسي لكل الافعال التي يقوم بها الانسان في المجتمع الذي يعيش فيه (العاني، ٢٠١٦، ٨٠).

الغذاء:

يعد الغذاء من العناصر المهمة في حياة الانسان، لذلك فهو يعد المادة الاساسية التي تزود جسمه بالطاقة الضرورية لعملية النمو وعملية الاحتراق والترميم واعادة بناء الخلايا التالفة، وكذلك يدخل في تركيب بعض المركبات المهمة في جسم الانسان مثل الهورمونات والانزيمات والافرازات الخاصة ببعض الغدد، بالإضافة الى التغذية التي تحتوي من التركيب الكيميائي للأطعمة التي يتناولها الانسان، وكيفية هضمه وتمثله، وما تشتمل عليه من التفاعلات الكيميائية والطبيعية الضرورية لعملية البناء وقيام الجسم بوظائفه الفسيولوجية، لذلك فان التغذية الصحيحة هي جزء اساس من انماط الحياة الصحيحة، والتي من خلالها يحصل الفرد على المواد الغذائية اللازمة لحفظ الحياة، وانتاج الطاقة الممكنة للعمليات الحيوية التي تساعده على تعويض الانسجة التالفة (Reda,2004,40).
وان التغذية السليمة هي ان يتناول الفرد كميات من الغذاء تكفي لاحتياجات الجسم من العناصر الغذائية بحيث يستفاد من هذه الاغذية دون حدوث او ظهور اي اضطرابات فسيولوجية في جسمه تؤدي الى سوء التغذية (كريم وشفق، ٢٠٠٣، ٣).

ومن اهم الاسس للنهوض بالتغذية هو حسن اختيار الغذاء، ولذلك فان تعلم العادات الغذائية السليمة والصحية يعد من الاسس التي يمكن من خلالها القضاء على سوء التغذية، فالغذاء يوفر احتياجات الجسم من العناصر الغذائية الاساسية من كربوهيدرات وبروتينات وسكريات ونشويات ودهون وفيتامينات وماء واملاح معدنية، حيث انه لا يوجد غذاء متكامل يوفر كل هذه العناصر فلا بد للفرد من اتباع قواعد رئيسية في اختيار الطعام الذي يتناوله بحيث يكون متوازن ومتنوع وان يكون كافياً يتناسب مع العمر والجنس والنشاط الحيوي والحالة الصحية بحيث يتم تناول الغذاء بأوقات منتظمة (Issac,et al,2019,22).

ويرى الباحث ان الامام بالطرق الحديثة لحفظ الغذاء والابتعاد عن التلوث وعدم الافراط بتناول الغذاء، والابتعاد عن السلوكيات والعادات التي تضر بالإنسان عند استخدام الغذاء، بحيث يكون لدى الانسان وعي تام

بالعادات الغذائية قدر الامكان، كل هذا يؤدي الى ان تتكون لدى الفرد ثقافة غذائية في الاتجاهات الايجابية نحو الغذاء وكذلك في كيفية تناول الغذاء الصحي والسليم، وكيفية اختيار الغذاء الذي يتناسب مع جسمه.

الثقافة الغذائية:

ان الثقافة الغذائية هي مجموعة من المعلومات والسلوكيات والاتجاهات التي ترتبط بالغذاء والتغذية الصحيحة والسليمة والتي يترجمها الانسان الى عدة انماط سلوكية تدفعه الى ان يفكر ماذا يأكل وكيف يختار الطعام الذي يكون متكامل من حيث العناصر الغذائية والذي يعد مناسب لجسمه ويحمي نفسه من امراض سوء التغذية، ويستطيع ان يغير بعض العادات والمعتقدات الخاطئة، ويتمشى مع العادات والمفاهيم الغذائية الحديثة (فاتح وفرح، ٢٠١٧، ١٣).

وان الجهل بالمبادئ الاساسية للثقافة الغذائية يعد سبباً رئيساً في حدوث الكثير من امراض سوء التغذية، لذا يحتاج الانسان الى دراسة مكونات الغذاء والمواد المكونة له، مع التأكيد على القيمة الغذائية للأطعمة وفائدتها للجسم، وكيفية الحصول على الاطعمة ذات القيمة الغذائية العالية، والاستعاضة عن الاطعمة الغالية ببعض الاطعمة البديلة لتكون وجبات غذائية مفيدة لجسم الانسان وقليلة المخاطر (عبد، ٢٠٢٠، ٤٠).

وان الثقافة الغذائية هي احد الافكار التي ساعدت الانسان على انجاز الكثير من التطور الفكري والتقدم العلمي، لان الثقافة الغذائية هي ثقافة تراكمية مستمرة تساعد الانسان على تكوين فكر واسلوب انساني متجدد، لذلك فان ثقافة الانسان الغذائية هي موروث اجتماعي مرتبطة بها عادات غذائية ترسخت في ذهن الفرد لتصبح جزء من شخصيته، فهي زراعة فكر معين تتوارثه الاجيال، وان التنقيف الغذائي لا يتم الا من خلال المحرك الاساسي وهو الانسان الذي يقوم بإعطاء المعلومات والخبرات الخاصة بالغذاء بطريقة سهلة وبسيطة ومناسبة لأفراد المجتمع المتلقي للتنقيف الغذائي (عبدالمجيد واخرون، ٢٠١٥، ٢٠٤).

وان السلوك الغذائي هو الطريق الامثل الذي يتبعه الانسان او المجتمع في تناول الغذاء اليومي، وهناك عدة عوامل تؤثر على السلوك الغذائي ومنها توفر الغذاء ونوع الغذاء والتقاليد والعادات الاجتماعية والحالة الصحية والاجتماعية والاقتصادية بالإضافة الى المناخ، لذلك فان السلوك الغذائي هو من اهم روافد البناء الصحي للفرد، والطريق الآمن للصحة على العكس من السلوك الغذائي غير الصحي الذي يكون له اثر كبير على الصحة في الحاضر والمستقبل (AL-rukban,2009,79).

وترى منظمة الصحة العالمية ان قلة وعي الافراد بالثقافة الغذائية يعد من العوامل التي تساعد على حدوث الامراض المزمنة نتيجة لتناول الاغذية بشكل غير منتظم وعدم امتلاك الانسان معلومات وخبرات عن الغذاء ومصادره ومكوناته، وكل هذا يؤدي اعتلال صحته، فالسلوك الغذائي هو الطريقة التي يتبعها الانسان او المجتمع في تناول غذاءه اليومي (WHO,2018,102).

اهمية الثقافة الغذائية:

للثقافة الغذائية اهمية في حياة الافراد يمكن ان نلخصها بالنقاط الاتية:-

- ١- الثقافة الغذائية لها دور اساسي في رفع المستوى الصحي للفرد.
- ٢- تساعد الانسان على اختيار الغذاء المناسب مع مكوناته ومصادره والوعي بالعادات الغذائية الشائعة.
- ٣- تعد الثقافة الغذائية جزءاً من العملية التعليمية التي يتم من خلالها تزويد الطلبة بالمعلومات والمعارف والمهارات وانماط السلوك المتعلقة بالغذاء .
- ٤- تزويد الطلبة بالثقافة الصحية من اجل المحافظة على صحتهم، فهي تمثل جزءاً هاماً من الثقافة العلمية التي تعتبر احد اهداف التربية العلمية الحديثة.
- ٥- الثقافة الغذائية من عناصر التربية البيئية التي تهدف الى تقليل الفجوة بين العلوم المتعلقة بالغذاء وقدره الطلبة على تحقيق مطالبهم الغذائية من خلال اكتساب المهارات المتعلقة بالغذاء التي تؤدي الى تكوين عادات غذائية سليمة تنمي اتجاهات صحيحة ترتبط بالغذاء والتغذية والسلوك الغذائي.
- ٦- الثقافة الغذائية تربية تهدف الى تحقيق النمو الشامل والمتكامل للطلبة في كافة الجوانب بما فيها الجانب الجسدي (عاطف ويحيى، ٢٠١٤، ١٠).

العوامل المؤثرة على الثقافة الغذائية:

تتأثر الثقافة الغذائية بعدة عوامل نذكر منها ما يلي:-

- ١- **العوامل الاقتصادية:** تتحدد العادات الغذائية من خلال العوامل الاقتصادية، فهناك مجتمعات او مناطق يكون المستوى الاقتصادي مسؤول عن كمية ونوعية الغذاء المتناول من قبل الافراد، فالأسرة ذات الدخل المرتفع تستهلك الاغذية الغالية الثمن في حين الاسرة ذات الدخل المنخفض تستهلك الاغذية رخيصة الثمن، حيث ان الحل الشهري للأسرة يؤثر على القدرة الشرائية ويكون المسؤول الاول عن نوع وكمية ونمط الغذاء المستهلك من قبل الفرد، وهذا ينعكس على ثقافة الانسان بغذائه (الصميلي، ٢٠١١، ٣٤).
- ٢- **العوامل الاجتماعية:** تتحدد العوامل الاجتماعية من خلال المعتقدات الدينية والمستوى الثقافي، فالمعتقدات الدينية تؤدي الى اختلاف نوعية الاغذية المتناولة من قبل الافراد، ويتضح ذلك من خلال الاديان، حيث ان لكل ديانة معتقد معين، فهناك ديانات تُحرّم تناول نوع من الاغذية وديانة اخرى تحلل هذا النوع من الاغذية، بالإضافة الى وجود طقوس دينية معينة يقدم فيها وجبات خاصة من الطعام كما هو عند المسلمين كشهر رمضان او الاعياد كعيد الفطر وعيد الاضحى وغيرها (العادلي، ٢٠٠٠، ٢١).

اما المستوى الثقافي فان هناك الكثير من الدراسات التي اجريت اثبتت بان ثقافة ووعي الافراد له علاقة في مستواهم الصحي الغذائي، حيث ان ثقافة الاسرة لها علاقة بنمو افرادها على نحو سليم، وان جهل الاسرة بالمبادئ والاسس الغذائية له علاقة بسوء الغذاء وانتشار الامراض، فالمستوى التعليمي للأفراد يساعد على كيفية اختيار الاغذية

المناسبة والصحية، لذلك فهو يكاد يكون من اقوى المؤشرات الاجتماعية المرتبطة بالاعادات الغذائية (كريم وشفق، ٢٠١٤، ٤٩).

٣- العوامل النفسية: تخضع بعض العادات الغذائية لعوامل نفسية ناتجة عن الضغوطات او المشكلات النفسية او التربية الاسرية، فأحيانا القلق او التوتر او الاكتئاب قد يسبب العزوف عند بعض الافراد عن تناول الاغذية، او بالعكس قد تسبب هذه الضغوطات الاكثار من الاغذية، واحياناً اخرى تقبل الغذاء او رفضه يرتبط بالثواب والعقاب او بشخصية مقدم الغذاء وغيرها من العوامل التي تؤثر على نفسية الفرد في تناوله للغذاء (مجلة البنون، ٢٠٠٨، ١١).

٤- العوامل الفسيولوجية: نتيجة للعمليات الفسيولوجية التي تحدث في جسم الانسان والتي تؤثر على سلوكه، فان التفاعلات الكيميائية تتأثر بمقدار التكامل والتوازن في المركبات الكيميائية مثل الانزيمات والهورمونات والعناصر الغذائية، وهذا يرتبط احياناً بالجنس او المرحلة العمرية للفرد حيث تؤثر على احتياجات وسلوك الافراد، فالشخص المسن يرغب في تناول الاغذية اللينة والسهلة الهضم وذلك لقلة نشاطه الفيزيائي، او ترتبط بحاسة الذوق او الامراض التي تسبب بعض التغيرات الفسيولوجية او الحساسية للأغذية وغيرها من العوامل التي تجبر الشخص على تجنب بعض الاغذية وبالتالي لها تأثير على عاداته الغذائية (كريم وشفق، ٢٠١٤، ٥١).

مجالات الثقافة الغذائية:

اعتمد الباحث بعض مجالات الثقافة الغذائية التي لها علاقة بمتطلبات بحثه ومن هذه المجالات نذكر منها ما

يلي:-

١- الوعي بأنواع الغذاء ومكوناته: تتطلب عملية التغذية وعي الطلبة بأنواع الغذاء وكيفية اختياره ومعرفة ما يحتاجه الجسم، وكذلك معرفة مكونات الغذاء ومصادره واسس التخطيط للوجبات الغذائية المتكاملة والالمام بطرق حفظ الاغذية من التلوث او الفساد، لذلك لا بد ان يلم كل طالب بقدر معين من الثقافة الغذائية التي تساعده على معرفة غذائه المناسب واحتياجه منه في ضوء امكانياته المتاحة، حيث ان لكل نوع من هذه الاغذية له دور وظيفي وحيوي يؤديه للحفاظ على جسم الانسان، ولهذا لا بد من مراعاة التنوع في الاغذية لخلق التوازن والتكامل الغذائي بين عناصر ومكونات الغذاء، وهذا يتطلب من الطالب وافراد اسرته ان يتناولوا الاغذية التي تمدهم بالطاقة وتركهم للأغذية التي تؤدي الى السمنة او تلك التي تؤدي الى سوء التغذية وحدوث بعض الامراض.

٢- الوعي بالاعادات الغذائية وفوائدها: تعد العادات الغذائية قاعدة من قواعد السلوك الجمعي ومعياره، فهي لها فائدة في معرفة افعال الطلبة التي تعودوا عليها نتيجة التكرار المستمر والتعليم والتدريب، لذلك فهي تخبر عن السلوكيات المشتركة بين مجموعة معينة من الطلبة، بمعنى اخر انها جزء من التركيبة الاجتماعية التي تساعدهم على تحقيق ذاتهم باعتبارهم جزء من مجتمع معين، وهذا ناتج من خبرة وتجارب كل طالب مع اسرته وبيئته الاجتماعية والاقتصادية والجغرافية، لذلك فان دراسة هذه العادات يؤدي الى تحصيل الطلبة بمعلومات قد تكون مفيدة لهم من الناحية الفسيولوجية لأنها تؤدي الى تقدير اصابتهم بالمشكلات الصحية والمبادرة لتعديل نظامهم الغذائي، وهنا تظهر اهمية

دراسة ومعرفة العادات الغذائية فهي مرتبطة بالقيم الاجتماعية والبناء الاجتماعي وكذلك تدخلها في كل النواحي الاجتماعية من اجل تنظيمها وضبط حدودها لان استهلاك الغذاء من مظاهر السلوك الثقافي فهو يخضع لقواعد وعادات وتقاليد يقيدها بها الطلبة وافراد اسرهم وبدرجات مختلفة تحدد النواحي الاجتماعية المرتبطة باستهلاك نوع من الغذاء دون الاخر (فاتح وفرح، ١٣، ٢٠١٧، ١٤-١٤).

٣- **الوعي بمخاطر سوء التغذية والامراض الناجمة عنها:** ان مصطلح سوء التغذية يشير الى الاستهلاك غير الكافي او الزائد او غير المتوازن من المكونات والعناصر الغذائية والتي تؤدي الى ظهور بعض من اضطرابات التغذية المختلفة، اي بمعنى عدم الاعتدال في اخذ المكونات الغذائية اما زيادة او نقصان في الوجبات الغذائية، وهذا يؤدي الى ظهور امراض غذائية معينة تنعكس بشكل ملحوظ على الناحية الجسمية والصحية لدى الطلبة او الافراد بشكل عام، فهي تؤدي الى ظهور ضعف عام وعدم القدرة على الدراسة والتركيز والفهم والعمل وتدني مستوى التحصيل المعرفي والدراسي لدى الطلبة بشكل خاص والافراد بشكل عام، لذلك لا بد ان يتكون لدى الطلبة والمعلمين وعي وثقافة عامة عن سوء التغذية والامراض التي تسببها لان النظام الغذائي الذي يتناولونه يؤثر على كيفية التفكير والفهم والتركيز والذاكرة او بطء في التفاعلات الكيميائية وغيرها من الوظائف، ولهذا فان سوء التغذية يرتبط بالعجز المعرفي او العقلي للطلبة او الافراد، لذلك لا بد من اتباع نظام غذائي يومي متوازن نتجنب من خلاله سوء التغذية وبعض الامراض الناجمة عنه (مرياح، ٢٠١٢، ٢٥).

٤- **الوعي بنظافة الاغذية:** يقصد بنظافة الاغذية سلامتها وكيفية اعدادها وتقديمها وتخزينها بطريقة تقلل او تمنع تلوثها او الاصابة بأي نوع من الامراض الناجمة عن طريق الاغذية، وان نظافة الاغذية تندرج تحت مظلة سلامة الاغذية التي تركز بشكل كامل على التعامل الآمن مع الاغذية، ويكون ذلك ضمن الممارسات الشاملة التي تؤكد على ترك اي شيء يمكن ان يلوث الاغذية، لذلك فان نظافة الاغذية ضرورية لإنتاج وبيع الاغذية الآمنة للاستهلاك البشري، فلا بد ان تكون هناك معرفة ودراية وفهم من قبل الطلبة لماهية نظافة الاغذية وسلامتها، حيث تبدأ نظافة الغذاء من نظافة المواد الغذائية وخلوها من جميع الملوثات سواء كانت ملوثات كيميائية او فيزيائية او ميكروبيولوجية، ولا نبالغ اذا قلنا ان نظافة الاغذية هي المفتاح الحقيقي للصحة اذا تمت بشروطها بحيث يكون الغذاء الذي نأكله خالياً من الملوثات التي تسبب الحالات المرضية التي ربما تكون خطرة على حياة الطلبة والافراد بشكل عام (الشهباني، ٢٠٢١، انترنت).

٥- **الوعي بالتربية الغذائية:** ان التربية الغذائية هي عملية تتضمن اكساب الطلبة اتجاهات ومعارف ومهارات وعادات غذائية صحيحة وسليمة، وتعد التربية الغذائية من متطلبات التربية العلمية وجزءاً من العملية التربوية والتي من خلالها يتحقق الوعي الغذائي عن طريق تزويد الطلبة بالمعلومات والمعارف والخبرات التي تتفهم غذائياً، والتي تساعدهم للحد من العادات الغذائية غير الصحية والالمام بالقواعد الغذائية السليمة، لذلك لا بد من تقديم تربية غذائية للطلبة تتضمن موضوعات هامة منها اختيار الاغذية الصحية والتأكد من مصادر الاغذية بكل انواعها، فضلاً عن الالتزام بالإرشادات

الغذائية، ولهذا فان الهدف الشامل للتربية الغذائية هو الوصول بالطلبة واسرهم ومجتمعهم الى حياة اقوى وافضل صحياً، وهذا يتم من خلال تعليم الطلبة كيفية اختيار الاغذية المناسبة وبكميات مناسبة تساعدهم على بناء وسلامة اجسامهم (العنوان، ٢٠١٨، ٤٥-٤٦).

• الدراسات السابقة:

• **دراسة (كريم وشفق، ٢٠١٤):** وهدفت هذه الدراسة الى قياس مستوى الثقافة الغذائية لدى تلاميذ الصف الاول الابتدائي الملتحقين وغير الملتحقين برياض الاطفال والتعرف على الفروق في الثقافة الغذائية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- اناث)، وكذلك التعرف على الفروق في الثقافة الغذائية تبعاً لمتغير الالتحاق بالرياض (ملتحقون، غير ملتحقون)، وتكونت عينة البحث من (٢٠٠) تلميذاً وتلميذة في الصف الاول الابتدائي موزعين على المدارس الابتدائية بمديرتي تربية الرصافة الاولى والثانية في محافظة بغداد، ولقياس الثقافة الغذائية اعد الباحثان مقياس الثقافة الغذائية، واطهرت النتائج ان مستوى الثقافة الغذائية متدني مقارنة بالوسط الفرضي للمجتمع، ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الذكور والاناث في الثقافة الغذائية، بينما توجد فروق بين التلاميذ الملتحقين وغير الملتحقين برياض الاطفال في الثقافة الغذائية لصالح التلاميذ الملتحقين (كريم وشفق، ٢٠١٤، ٣٣).

• **وتناولت دراسة(العاني، ٢٠١٨):** مستوى الوعي الغذائي الصحي لدى طلبة المرحلة المتوسطة والكشف عن دلالة الفروق في الوعي الغذائي والصحي تبعاً لمتغيرات الجنس والمرحلة الدراسية والتحصيل الدراسي للوالدين ونوع الاسرة والدخل الشهري للأسرة وتسلسل الطالب الولادي، وتكونت عينة البحث من (٧٥٩) طالب وطالبة تم اختيارهم بصورة عشوائية، وتوصلت النتائج الى وجود اختلاف في المتوسط الحسابي عن الوسط الفرضي لمقياس الوعي الغذائي والصحي، وهناك فروق ذات دلالة في مقياس الوعي الغذائي والصحي لدى بعض المتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، وتسلسل الطالب، والدخل الشهري) وكذلك توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الوعي الغذائي والوعي الصحي، ثم اوصى الباحث بعدد من التوصيات والمقترحات (العاني، ٢٠١٨، ١٠).

• **وهدفت دراسة (عبد، ٢٠٢٠):** الى تصميم برنامج مقترح في الثقافة الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لدى طلبة الصف الثاني الاعدادي في حلوان، وتكونت عينة البحث من (٧٠) طالباً وطالبة من طلبة الصف الثاني الاعدادي، وتم تقسيم الطلبة الى مجموعتين تجريبية ومجموعة ضابطة، واعدت الباحثة مقياس للوعي الغذائي، وباستخدام المنهج شبه التجريبي، اظهرت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طالبات المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية، وفي ضوء النتائج قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات اهمها تنمية الوعي الغذائي، وتضمنين موضوعات الغذاء والسلوكيات الغذائية بدرجة اكبر في المناهج الدراسية المختلفة (عبد، ٢٠٢٠، ٣٠).

• **واكدت دراسة (عبد وفاطمة، ٢٠٢١):** على التعرف على الثقافة التغذوية ومستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتكونت عينة البحث من (١٥٠) طالب وطالبة، وذلك بواقع (٥٠) طالب وطالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (مجمع الجادرية)، و (٥٠) طالب وطالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

للبنات (الوزيرية)، و (٥٠) طالب وطالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (جامعة الفراهيدي الاهلية)، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية، واعد الباحثان مقياس الوعي التغذوي والصحي المكون من (٣١) فقرة، واطهرت النتائج الى وجود اختلاف في المتوسط الحسابي للعينة عن الوسط الفرضي للمقياس، حيث كان مستوى الوعي التغذوي والصحي جيد، كما اظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية حسب متغير الجنس لصالح الذكور، وفرق ذات دلالة احصائية حسب متغير المرحلة الدراسية، ثم اوصى الباحثان بعدة توصيات ومقترحات للاهتمام بالوعي التغذوي والصحي لدى الطلبة (عبد وفاطمة، ٢٠٢١، ٣٩).

مناقشة الدراسات السابقة:

من خلال الدراسات السابقة التي تم عرضها والتي اهتمت بالثقافة الغذائية وجد الباحث ان هناك تباين وتنوع في هذه الدراسات، حيث شملت دراسات مختلفة ولكن على حد علم الباحث ان الدراسات السابقة لم تجرى على كليات التربية وانما كانت مقتصرة على كليات الرياضة البدنية وعلوم الرياضة والمدارس الاعدادية والثانوية ورياض الاطفال، كما انها لم تتطرق الى كيفية اكتساب هذه الثقافة الغذائية او اكتساب المفاهيم الغذائية، لذلك يعد هذا البحث من الدراسات التي اجريت في كليات التربية وتم قياس مدى امتلاك الطالبات في كلية التربية للبنات الثقافة الغذائية ودرجة اكتسابهن للمفاهيم الغذائية.

الفصل الثالث

اجراءات البحث

يقوم البحث الحالي على المنهج الوصفي من خلال جمع البيانات ووصفها وتفسيرها والوسائل الاحصائية المعتمدة بذلك، ويعتمد على دراسة الظاهرة ووصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي للظاهرة المدروسة وتوضيح خصائصها بشكل كمي، اي اعطاء الوصف الرقمي الذي يوضح حجم ومقدار الظاهرة (عبيدات وذوقان، ٢٠٠٠، ٢١٩).

مجتمع البحث:

ويتمثل مجتمع البحث بجميع الافراد او الاشخاص او الاشياء الذي يشكلون مشكلة البحث، وهذا يمثل جميع العناصر والموضوعات التي لها علاقة بمشكلة البحث والتي يريد الباحث ان يعمم نتائج بحثه عليها (ابو عواد واخرون، ٢٠١٦، ٢٧١).

ويتكون مجتمع البحث الحالي من جميع طالبات قسم علوم الحياة للعام الدراسي ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤م والبالغ عددهن (٤٠٨) طالبة، بواقع (١٠٦) طالبة للمرحلة الاولى، و (٩٥) طالبة للمرحلة الثانية، و (٧٣) طالبة للمرحلة الثالثة، (١٣٤) طالبة للمرحلة الرابعة.

عينة البحث:

وعينة البحث هي مجموعة جزئية من مجتمع البحث الاصلي، وتكون ممثلة لعناصر مجتمع البحث احسن تمثيل، وعلى ان تعمم نتائجها على مجتمع البحث بأكمله (ابو عواد واخرون، ٢٠١٦، ٢٧١). وتتكون عينة البحث من (١٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الرابعة، حيث اخذ الباحث عينة البحث بصورة قصدية على اعتبار ان طالبات المرحلة الرابعة قد أكملن جميع المتطلبات من حيث دراسة الموضوعات والمقررات الدراسية واصبحت عندهن حصيلة من المعلومات في مجال الاختصاص بما في ذلك الثقافة الغذائية واكتسابهن للمفاهيم الغذائية من خلال ما تم دراسته في هذا القسم من مقررات دراسية وتجارب عملية. وتكونت عينات البحث من الاتي:-

(أ). العينة الاستطلاعية:

وتكون العينة الاستطلاعية من (١٤) طالبة وذلك ولغرض التأكد من وضوح تعليمات وفقرات مقياس الثقافة الغذائية وفقرات اختبار المفاهيم الغذائية وتحديد الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس والاختبار معا. (ب). عينة التحليل الاحصائي:

تعدّ عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من العمليات الأساسية في بناء المقاييس، إذ تستهدف الكشف عن الخصائص السايكومترية التي تعتمد بدرجة كبيرة على خصائص فقراته، فضلاً عن ذلك فإنّ هذا الإجراء ضروري للتمييز بين الأفراد في السمة المقاسة (الإمام وآخرون ١٩٩٠، ١١٤). إذ بلغ عدد عينة التحليل الاحصائي (٢٠) طالبة، للتحقق من الخصائص السايكومترية لمقياس المفاهيم الغذائية واختبار اكتساب المفاهيم الغذائية، وسيتم تناولها لاحقاً. **اداءات البحث:**

ولتحقيق اهداف البحث أعد الباحث أداتين، وهما مقياس الثقافة الغذائية والمكون من (٣٠) فقرة، واختبار اكتساب المفاهيم الغذائية، والمكون من (٣٠) فقرة اختبارية، وتضمنت كل اداة من ادوات البحث تعليمات توضح الاجابة على كل منهما.

اولاً: وصف مقياس الثقافة الغذائية:

يتكون مقياس الثقافة الغذائية من (٣٠) فقرة موزعة على (٥) مجالات من مجالات الثقافة الغذائية، بواقع (٦) فقرات لكل مجال من المجالات، وامام كل فقرة من فقرات المقياس (٥) بدائل وهي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، اطلاقاً)، وتحسب درجة البدائل على التوالي (٥، ٤، ٣، ٢، ١)، حيث تبلغ الدرجة النهائية العليا للمقياس (١٥٠) درجة، واقل درجة (٣٠) درجة، والجدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١)

يوضح توزيع مجالات الثقافة الغذائية على فقرات المقياس

ت	مجالات الثقافة الغذائية	عدد الفقرات لكل مجال
١	الوعي بأنواع الغذاء ومكوناته	٦ - ١
٢	الوعي بالعادات الغذائية وفوائدها	١٢ (أ)
٣	الوعي بمخاطر سوء التغذية والأمراض الناجمة عنها	١٨ - ١٣
٤	الوعي بنظافة الاغذية	٢٤ - ١٩
٥	الوعي بالتربية الغذائية	٣٠ - ٢٥

ثانياً: التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الثقافة الغذائية.

وفيما يأتي إجراءات التحقق من الخصائص السايكومترية:

(أ). القوة التمييزية للفقرات:

تحقق الباحث من توافر شرط القوة التمييزية لفقرات مقياس الثقافة الغذائية ، ويُقصد بالقوة التمييزية للفقرات مدى "قدرة الفقرات على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا من الأفراد بالنسبة للسمة التي تقيسها الفقرة" (Shaw, 1967: 97).

واعتمد الباحث أسلوب المجموعتين الطرفيتين (طريقة المقارنة الطرفية) للتحقق من القدرة التمييزية للفقرات لمقياس الثقافة الغذائية ، وعلى النحو الآتي:

اعتمد نسبة (٢٧%) من المجموعة العليا، و(٢٧%) من المجموعة الدنيا لتمثل المجموعتين الطرفيتين، ولأن عينة التحليل الإحصائي تألفت من (١٠٠) طالبة، لذا فقد كان عدد أفراد المجموعة العليا (٢٧) طالبة، وعدد أفراد المجموعة الدنيا (٢٧) طالبة. وبعد استعمال (T-test) وكانت جميع الفقرات مميزة والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الثقافة الغذائية

المكونات	الفقرات	المجموعة العليا 27		المجموعة الدنيا ٢٧		القيمة التانية المحسوبة	الدلالة عند 0.05
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط		
المكونات الغذاء	١	٠.٨١	٣.٥٤	٠.٨٢	٣.٨٧	٢.٣٦	دالة
	٢	٠.٩٤	٤.٣٢	٠.٨٥	٣.٩٤	٣.٥٤	دالة
	٣	٠.٩٤	٤.٣٢	٠.٧١	٤.٢١	٣.٨٤	دالة
	٤	٠.٢٤	٢.٤٤	١.٦٣	٣.١٥	٢.٧٤	دالة
	٥	١.٦٧	٢.٤٦	٠.٤٥	٣.٦٧	٥.٣٤	دالة
المكونات العادات وفوائدها والغذائية	١	٠.٧٦	٣.٣٢	٠.٩١	٢.٦٤	٣.٢٥	دالة
	٢	٠.٧٢	٤.٣٢	٠.٦٧	٢.١٤	٢.٩٩	دالة
	٣	٠.٦١	٤.٢٣	٠.٧٢	٢.٥٤	٢.٣١	دالة
	٤	٠.٧٣	٣.١٢	٠.٧٦	٢.٦٧	٤.٣٢	دالة
	٥	٠.٨٦	٣.٧٣	٠.٨١	٣.٢١	٣.٣٢	دالة

٦	٣.١٥	٠.٧٣	٤.٢٥	٠.٣١	٣.٣٢	دالة
١	٢.٠١	٠.٨٤	٢.٣٤	٠.٦٣	٢.٦٥	دالة
٢	٣.٤٢	٠.٨٣	٢.٣٢	٠.٧٦	٤.١٠	دالة
٣	٢.٦٧	٠.٨٢	٢.٣٧	٠.٢٤٤	٢.٠٨	دالة
٤	٣.١٥	٠.٧٣	٤.٢٥	٠.٣١	٣.٣٢	دالة
٥	٣.١٤	٠.٨٣	٣.٣٩	٠.٨١	٣.٤٠	دالة
٦	٢.١٤	٠.٩٣	٤.٦٥	٠.٦٢	٤.٣٦	دالة
١	٣.٦٥	٠.٨١	٢.٣٤	٠.٣١	٣.٢٥	دالة
٢	٥.٢٤	٠.٥٣	٢.٩٤	٠.٤٢	٤.٥٠	دالة
٣	٣.٧٣	٠.٨٦	٣.٢١	٠.٨١	٢.١٦	دالة
٤	٣.٤٢	٠.٨٣	٣.٦١	٠.٦٣	٢.٣١	دالة
٥	٤.٣٢	٠.٢٤	٢.٣٥	٠.٤٣	٢.٢٠	دالة
٦	٢.٩٧	٠.٦٣	٣.٢٣	٠.٨٦	٣.٥٤	دالة
١	٤.٣٥	٠.٤٣	٤.٣٧	٠.٨٣	٥.٣٤	دالة
٢	٤.٣١	٠.٦٣	٢.٣٤	٠.٣٦	٣.٢٥	دالة
٣	٣.٦٤	٠.١٥	٣.٤٦	٠.٤٨	٣.٤٠	دالة
٤	٤.٨٢	٠.٣٤	٤.٣٧	٠.٨٢	٤.٣٠	دالة
٥	٣.١٤	٠.٤٦	٢.٣٤	٠.٣٤	٥.٣٤	دالة
٦	٣.٥٤	٠.٢٤	٣.٤٥	٠.٤٧	٣.٤٥	دالة

* القيمة التائية الجدولية تساوي (١,٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٩٩).

أ). صدق البناء لمقياس الثقافة الغذائية:

وتمثل في الاجراءات الآتية:

أولاً: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

تشير في ذلك إنستازي (Anastasia, 1988) الى أنه عندما لا يتاح المحك الخارجي فإن أفضل محك داخلي هو الدرجة الكلية للمقياس، بالإضافة الى ذلك فإنه يعتمد هذا الاسلوب لمعرفة فيما إذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس كله أم لا، فهي تمتاز في أنها تقدم لنا مقياساً متجانساً (Anastasia, 1988, 206). لذا قام الباحث بهذا الإجراء لاستخراج مقدار العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس بواسطة معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)، وباستعمال عينة التحليل ذاتها المشار إليها في الفقرة السابقة عينة التحليل الإحصائي، وبالباغة (١٠٠) طالبة، بعد استخدام الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط تساوي (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٩٨)، وقد عدّ المقياس صادقاً بنائياً وفق هذا المؤشر، فاتضح أن جميع الفقرات حققت ارتباطاً ذا دلالة إحصائية والمكون الذي تنتمي اليه، ضمن مستوى (٠.٠٥) الموضح في جدول (٣).

جدول (٣)

قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس			علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس		
ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة	ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة
١	١	٠.٤١	١٨	١٨	٠.٣٢
٢	٢	٠.٤٨	١٩	١٩	٠.٤٥
٣	٣	٠.٦٤	٢٠	٢٠	٤٧.
٤	٤	٠.٥٥	٢١	٢١	٠.٥١
٥	٥	٠.٣٩	٢٢	٢٢	٠.٤١
٦	٦	٠.٥٥	٢٣	٢٣	٠.٤٨
٧	٧	٠.٤٢	٢٤	٢٤	٠.٦٤
٨	٨	٠.٦١	٢٥	٢٥	٠.٥٥
٩	٩	٠.٥٢	٢٦	٢٦	٠.٥٢
١٠	١٠	٠.٥٥	٢٧	٢٧	٠.٥٥
١١	١١	٠.٤٢	٢٨	٢٨	٠.٤٢
١٢	١٢	٠.٤٤	٢٩	٢٩	٠.٤٤
١٣	١٣	٠.٦٢	٣٠	٣٠	٠.٣٩
١٤	١٤	٠.٤٢			
١٥	١٥	٠.٤١			
١٦	١٦	٠.٣٩			
١٧	١٧	٠.٤٦			

*القيمة الجدولية لمعامل الارتباط تساوي (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٩٨).

ثانياً: علاقة درجة الفقرة بدرجة المكون الذي تنتمي إليه:

قام الباحث بهذا الإجراء لاستخراج مقدار العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال في المقياس بواسطة معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient، وباستعمال عينة التحليل ذاتها المشار إليها في الفقرة السابقة عينة التحليل الإحصائي، وباللغة (١٠٠) طالبة، بعد استخدام الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط تساوي (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٩٨)، وقد عدّ المقياس صادقاً بنائياً وفق هذا المؤشر، فاتضح أن جميع الفقرات حققت ارتباطاً ذا دلالة إحصائية والمكون الذي تنتمي إليه، ضمن مستوى (٠.٠٥)، وجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمكون في المقياس

الوعي بأنواع الغذاء ومكوناته			الوعي بالعادات الغذائية وفوائدها			الوعي بمخاطر سوء التغذية والأمراض الناجمة عنها		
ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة	ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة	ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة
١	١	٠.٦١	٧	١	٠.٤٤	١٣	١	٠.٤٦
٢	٢	٠.٤٩	٨	٢	٠.٥٤	١٤	٢	٠.٥٢
٣	٣	٠.٧١	٩	٣	٠.٣٩	١٥	٣	٠.٥٧
٤	٤	٠.٧٣	١٠	٤	٠.٤٤	١٦	٤	٠.٤١
٥	٥	٠.٥٢	١١	٥	٠.٥٨	١٧	٥	٠.٤٩
٦	٦	٠.٥٩	١٢	٦	٠.٣٦	١٨	٦	٠.٣٧
الوعي بنظافة الاغذية			الوعي بالتربية الغذائية					
ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة	ت	رقم الفقرة	قيمة العلاقة			
١٩	١	٠.٦٢	٢٥	١	٠.٣٦			
٢٠	٢	٠.٤٢	٢٦	٢	٠.٤٧			
٢١	٣	٠.٤١	٢٧	٣	٠.٣٩			
٢٢	٤	٠.٣٩	٢٨	٤	٠.٥٥			
٢٣	٥	٠.٤٦	٢٩	٥	٠.٤٢			
٢٤	٦	٠.٥٢	٣٠	٦	٠.٦١			

* القيمة الجدولية لمعامل الارتباط تساوي (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٩٨).

ثالثاً: مصفوفة الارتباطات الداخلية لمكونات المقياس والقيمة الكلية للمقياس:

استخرج الباحث مصفوفة الارتباطات الداخلية بين مجالات الثقافة الغذائية، باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation coefficient) وتبين أن جميع الارتباطات سواء بين المجالات الخمسة أو ارتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً بعد استخدام الاختبار التائي لدلالة الارتباط ومقارنتها بالقيمة التائية جدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٩٨)، وهذا يشير إلى أن المجالات تقيس المفهوم العام للثقافة الغذائية، وعليه تطابق الافتراض النظري مع التحليل التجريبي، وهذا يعد مؤشراً من مؤشرات صدق البناء (فرج، ١٩٨٠، ٣١٥)، وجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

جدول رقم (٥)

يوضح مصفوفة الارتباطات الداخلية لمكون المقياس والقيمة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	الوعي بالتربية الغذائية		الوعي بنظافة الاغذية		الوعي بمخاطر سوء التغذية والامراض الناجمة عنها		الوعي بالعادات الغذائية وفوائدها		الوعي بأنواع الغذاء ومكوناته		المكونات	
	القيمة الثانية	قيمة العلاقة	القيمة الثانية	قيمة العلاقة	القيمة الثانية	قيمة العلاقة	القيمة الثانية	قيمة العلاقة	القيمة الثانية	قيمة العلاقة		
١٦.٠	٠.٦	١٢.٣	٠.٩	١٥.٦	٠.٦	١٧.٣	٠.٦	٢٠.٨	٠.٧	٠.٠	١	الوعي بأنواع الغذاء ومكوناته
١٣.٣	٠.٥	١٢.١	١٤.٣	٢٤.٨	٠.٧	١٣.٠	٠.٥	٠.٠	١	٢٠.٨	٠.٧	الوعي بالعادات الغذائية وفوائدها
١٢.١	٠.٥	١٤.٤	١١.٤	٢٤.٤	٠.٧	٠.٠	١	١٣.٠	٠.٥	١٧.٣	٠.٦	الوعي بمخاطر سوء التغذية والامراض الناجمة عنها
١١.٣	٠.٤	١٢.٦	١٠.٦	٠.٠	١	٢٤.٤	٠.٧	٢٤.٨	٠.٧	١٥.٦	٠.٦١	الوعي بنظافة الاغذية
٠.٩	٠.٣	٠.٠	١	١٢.٦	١٠.٦	١٤.٤	١١.٤	١٢.١	١٤.٣	١٢.٣	٠.٩	الوعي بالتربية الغذائية
٠.٠	١	٠.٩	٠.٣	١١.٣	٠.٤	١٢.١	٠.٥	١٣.٣	٠.٥	١٦.٠	٠.٦	الدرجة الكلية

*القيمة التائية جدولية تساوي (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٩٨).

ثالثاً: الخصائص السيكومترية للمقياس:

١- الصدق الظاهري للمقياس:

ويقصد به سلوك المقياس ومدى ارتباط فقرات المقياس به، ووفقاً لذلك تكون فقرات الاداة ومحتوياتها مطابقة للسمة التي تقيسها، بحيث تكون أكثر صدقاً، ومعنى ذلك قدرة الاداة على ما أعدت لقياسه فعلاً (ابو عواد واخرون، ٢٠١٦، ١٢٥).

ويقاس الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال علوم الحياة وفي مجال التربية وعلم النفس، والبالغ عددهم (١٠) محكمين، للحكم على مدى صلاحية فقرات المقياس. وقد تحقق الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس بصيغته الاولية على المحكمين من ذوي الاختصاص، حيث تمت الموافقة على جميع فقرات الاختبار وبنسبة (٩٣%) بعد ما عمد الباحث على احتسابها من خلال النسبة المئوية.

٢- ثبات المقياس:

يعد الثبات من الخصائص السيكومترية الضرورية والاساسية التي يجب توافرها في المقياس، والمقصود من ثبات المقياس هو مدى دقة المقياس او اتساقه (ابو علام، ٢٠٠٧، ٤٨١). وقد استعمل الباحث طريقة اعادة الاختبار لحساب معامل ثبات المقياس، وذلك من خلال سحب (٣٠) فرد من عينة البحث الأساسية، وبعد مرور اسبوعين تم اعادة اختبار الطالبات بالمقياس مرة اخرى، وقد استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) لحساب معامل الثبات، وقد ظهر معامل الثبات (٨٩.٤)، وهو معامل ثبات عالي بحسب رأي المختصين.

٣- التطبيق النهائي للمقياس:

تم تطبيق مقياس الثقافة الغذائية والمكون من (٣٠) فقرة، بصيغته النهائية على عينة البحث يوم الاربعاء الموافق ٢٤/٤/٢٠٢٤ على طالبات المرحلة الرابعة قسم علوم الحياة، وبعد الانتهاء تم جمع البيانات لغرض تفرغها باستخدام حقيبة العلوم الاجتماعية SPSS.

ثانياً: وصف اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية:

قام الباحث بإعداد اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية وفقاً للخطوات الآتية:-

١- **تحديد الهدف من الاختبار:-** هدف الاختبار الى قياس درجة اكتساب طالبات قسم علوم الحياة (المرحلة الرابعة) للمفاهيم الغذائية.

٢- **تحديد محتوى الاختبار:-** شمل محتوى الاختبار موضوعات عامة من مواد علم الاحياء تم دراستها من قبل طالبات المرحلة الرابعة وفي المراحل السابقة وهي تشمل موضوعات مكونات الغذاء (البروتينات والكربوهيدرات والفيتامينات والسكريات والماء والاملاح المعدنية)، والاغذية بأنواعها وعناصرها والسلاسل الغذائية والاحماض الامينية والنوية وبعض الامراض والملوثات بالإضافة الى بعض مصادر الطاقة.

٣- **تصميم فقرات الاختبار:-** اعد الباحث اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية مؤلف من (٣٠) فقرة اختبارية من نوع الاختيار من متعدد، مع تقديم اربعة بدائل من بينها بديل يمثل الاجابة الصحيحة، مع مراعاة ان تكون المفردات للاختبار مرتبطة بالمفاهيم الغذائية.

٤- **كيفية تصحيح الاختبار:-** قام الباحث بتصحيح الاختبار، وذلك من خلال اعطاء درجة واحدة لكل اجابة صحيحة، وصفرًا للإجابة الخاطئة او المتروكة او التي تحمل اجابتين، وبذلك تكون الدرجة النهائية للاختبار (٣٠) درجة، وقد اعد الباحث مفتاح لتصحيح الاختبار.

٥- **صياغة تعليمات الاختبار:-** قام الباحث بصياغة تعليمات الاختبار بصورة سهلة وواضحة مع اعطاء مثال مجاب عليه كنموذج للإجابة على فقرات الاختبار.

٦- **صدق الاختبار:** - يعد الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس ما وضع لقياسه قياساً دقيقاً ولا يقيس شيء آخر (الزاملي واخرون، ٢٠٠٩، ٢٣٩).

ولتحقيق صدق الاختبار تم اعتماد ما يلي:-

(أ). **الصدق الظاهري للاختبار:** - ويقاس الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال علوم الحياة وفي مجال التربية وعلم النفس، والبالغ عددهم (١٠) محكمين، للحكم على مدى صلاحية فقرات المقياس.

وقد تحقق الصدق الظاهري من خلال عرض الاختبار بصيغته الاولى على المحكمين من ذوي الاختصاص، حيث تمت الموافقة على جميع فقرات الاختبار وبنسبة (٨٩%) بعد ما عمد الباحث على احتسابها من خلال النسبة المئوية.

(ب). **صدق الاتساق الداخلي (صدق البناء):**

ان من الطرق التي يلجأ اليها الباحث لاستخراج صدق الاتساق الداخلي هو ايجاد العلاقة بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للاختبار، على اعتبار ان الدرجة الكلية تعد معياراً لصدق الاختبار، ويتم ذلك بإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية، وتحذف الفقرة عندما يكون معامل ارتباطها بالدرجة الكلية واطناً (الجلبي، ٢٠٠٥، ١٠٣).

وان الوسيلة الاحصائية الملائمة لاستخراج ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية هي معامل ارتباط (بوينت بايسيريال)، وحيث ان الدرجة على الفقرة هي من النوع الثنائي المتقطع (صفر، ١)، وعلى الدرجة الكلية للاختبار التي تمثل متغير مستمر.

وقد تحقق الباحث من هذا الصدق من خلال المؤشرات الآتية:-

- **ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية:** تم حساب معامل الارتباط بين كل عنصر والدرجة الكلية للمقياس وفقاً لمعدلة معامل الارتباط بوينت بايسيريال (Point Biserial) وقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٢٧-٠,٨٠) وعند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠,١٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) تبين ان جميع الفقرات دالة احصائياً وجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
١	٠,٥٨	دالة	١٦	٠,٥٨	دالة

٢	٠.٦٢	دالة	١٧	٠.٣٨	دالة
٣	٠.٢٧	دالة	١٨	٠.٥٢	دالة
٤	٠.٦٢	دالة	١٩	٠.٥٨	دالة
٥	٠.٥٨	دالة	٢٠	٠.٤٣	دالة
٦	٠.٣٥	دالة	٢١	٠.٤٢	دالة
٧	٠.٦٢	دالة	٢٢	٠.٥٥	دالة
٨	٠.٨٠	دالة	٢٣	٠.٤٦	دالة
٩	٠.٦٢	دالة	٢٤	٠.٣٤	دالة
١٠	٠.٨٠	دالة	٢٥	٠.٦٢	دالة
١١	٠.٥٤	دالة	٢٦	٠.٦٢	دالة
١٢	٠.٣٦	دالة	٢٧	٠.٣٧	دالة
١٣	٠.٦٢	دالة	٢٨	٠.٤٨	دالة
١٤	٠.٣٤	دالة	٢٩	٠.٥٤	دالة
١٥	٠.٥٨	دالة	٣٠	٠.٥٨	دالة

• التحليل الاحصائي لفقرات الاختبار:

يعد التحليل الاحصائي لفقرات الاختبار من الخطوات المهمة والاساسية في بناء ادوات القياس لأنها تكشف مدى ارتباط مكونات السمة ببعضها البعض (الحسني، ٢٠١١، ١٣٢).

وبعد تطبيق الاختبار على العينة الاستطلاعية، وتصحيح الاجابات، تم اخذ مجموعتين متطرفتين من الدرجات، فأخذت أعلى (٢٧%) لتمثل المجموعة العليا، وادنى (٢٧%) لتمثل المجموعة الدنيا، على اعتبار ان افضل نسبة للمقارنة بين مجموعتين متطرفتين، وبعد ذلك تم حساب مستوى الصعوبة والتميز وفعالية البدائل وكما يلي:-

١- **صعوبة فقرات الاختبار**:- ويقصد بها مستوى التعقيد الذي يواجهه الطالب في الاجابة الصحيحة على الفقرة الاختبارية، ويحدد مستوى صعوبة الفقرة اجرائياً بالنسبة المئوية للطلبة الذين حققوا الاجابة الصحيحة على تلك الفقرة (الزامي وآخرون، ٢٠٠٩، ٣٦٨).

أن توزيع الدرجات في الاختبارات العقلية بشكل عام يكون مفضلاً كلما اقترب من التوزيع الطبيعي، وفيما يتعلق بصعوبة الفقرات بوصفها العامل الرئيسي المؤثر في هذا التوزيع فإن المعيار التقليدي الذي يؤدي إلى اقتراب الدرجات والتوزيع الطبيعي هو أن تكون مديات الصعوبة واسعة وأن لا تكون هناك فجوات ملحوظة في هذه المديات وأن لا ينحرف متوسط صعوبة الفقرات كثيراً عن (٠.٥٠) وهذا يتفق مع كون الأهداف العامة للاختبارات العقلية هي قياس الفروق الفردية (Anastasi, 1988, P.205-235).

ولأجل حساب معامل صعوبة فقرات الاختبار فقد اتبع الباحث الخطوات الآتية:

١. رُتبت درجات أفراد عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (١٠٠) طالبة من أعلى درجة كلية إلى أقل درجة كلية.

٢. تم اختيار نسبة (٢٧%) من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا، إذ أن كل مجموعة تمثل (٢٧) طالبة.

٣. استخرج عدد الطالبات الذين أجابوا بصورة صحيحة من كلا المجموعتين العليا والدنيا عن كل فقرة من فقرات الاختبار.

٤. تمت إضافة أعداد الطالبات التي نحصل عليها من النقطة السابقة (٣) إلى بعض ومن ثم تمت قسمتها على مجموع أعداد الطالبات في المجموعتين من خلال استخدام معادلة صعوبة الفقرة.

وقد كانت جميع فقرات الاختبار تقع ضمن المدى المفضل لمعاملات الصعوبة للفقرات، وجدول رقم (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)
معاملات صعوبة فقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية

رقم الفقرة	معامل صعوبة الفقرات	رقم الفقرة	معامل صعوبة الفقرات
١	٠.٥٩	١٦	٠.٦٢
٢	٠.٥٢	١٧	٠.٦٥
٣	٠.٦٣	١٨	٠.٥١
٤	٠.٥٠	١٩	٠.٥٩
٥	٠.٦١	٢٠	٠.٥٧
٦	٠.٥٥	٢١	٠.٥٢
٧	٠.٥١	٢٢	٠.٥٥
٨	٠.٥٦	٢٣	٠.٥١
٩	٠.٥٤	٢٤	٠.٥٦
١٠	٠.٦١	٢٥	٠.٥٢
١١	٠.٥٢	٢٦	٠.٦٣
١٢	٠.٥٣	٢٧	٠.٥٥
١٣	٠.٥٨	٢٨	٠.٥١
١٤	٠.٦٣	٢٩	٠.٥٦
١٥	٠.٦٢	٣٠	٠.٥٧

٢- قوة تمييز الفقرات:- ويقصد بها قدرة الفقرة على التمييز بين الطلبة ذوي المستويات العليا والدنيا بالنسبة للسمة التي يقيسها الاختبار (ابو لبد، ٢٠٠٨، ٣٠٧).

واعتمد الباحث أسلوب المجموعتين الطرفيتين (طريقة المقارنة الطرفية) للتحقق من القدرة التمييزية للفقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية وعلى النحو الآتي:

اعتمد نسبة (٢٧%) من المجموعة العليا، و(٢٧%) من المجموعة الدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين، ولأن عينة التحليل الإحصائي تألفت من (١٠٠) طالبة، لذا فقد كان عدد أفراد المجموعة العليا (٢٧) طالبة، وعدد أفراد المجموعة الدنيا (٢٧) طالبة.

وتم حساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات الاختبار وذلك "ب طرح عدد الأفراد الذين أجابوا إجابة صحيحة في المجموعة العليا من عدد الأفراد الذين أجابوا بصورة صحيحة في المجموعة الدنيا، ومن ثم تقسم النتائج على عدد أفراد إحدى المجموعتين والقيمة الناتجة هي معامل تمييز الفقرة".

وفيما يتعلق بمعيار تحديد معامل التمييز للفقرات، فقد أعتد الباحث معيار أيبل ١٩٧٢ (Eble) إذ يقسم (أيبل) الفقرات بحسب قوة التمييز، فالفقرة التي تحصل على قوة تمييزية قدرها (٤٠، ٠) فأكثر تعد فقرة جيدة جدا والفقرة التي تحصل على قوة تمييزية (٣٠، ٠-٣٩، ٠) تعد فقرة جيدة ويفضل تحسينها، أما الفقرة الحاصلة على قوة تمييزية قدرها (٢٠، ٠-٢٩، ٠) تعد فقرات ضعيفة، تحذف أو تخضع للتحسين، والفقرة التي تحصل على قوة تمييزية قدرها (٠، ١٩) فأقل فهي فقرات ضعيفة جدا ويجب حذفها.

وقد قرر الباحث الإبقاء على الفقرة وعدها مميزة إذا حصلت على معامل تمييز قدره (٣٠، ٠) فأكثر، وقد اظهرت الفقرات (جيدة جدا) من حيث قوتها التمييزية من (٤٠، ٠ - فأكثر)، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

يوضح معاملات تمييز فقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية

رقم الفقرة	معامل التمييز	مقبولة بالنسبة للمعيار	رقم الفقرة	معامل التمييز	مقبولة بالنسبة للمعيار
١	٠,٦٥	مميزة	١٦	٠,٥٢	مقبولة
٢	٠,٥٧	مميزة	١٧	٠,٥٥	مقبولة
٣	٠,٥٦	مميزة	١٨	٠,٥٧	مقبولة
٤	٠,٦٢	مميزة	١٩	٠,٥٠	مقبولة
٥	٠,٤٥	مميزة	٢٠	٠,٤٤	مقبولة
٦	٠,٤٢	مميزة	٢١	٠,٤٢	مقبولة
٧	٠,٤٤	مميزة	٢٢	٠,٥٦	مقبولة
٨	٠,٤٢	مميزة	٢٣	٠,٦٢	مقبولة
٩	٠,٥٥	مميزة	٢٤	٠,٤٥	مقبولة
١٠	٠,٥٧	مميزة	٢٥	٠,٥٠	مقبولة
١١	٠,٥٢	مميزة	٢٦	٠,٤٤	مقبولة
١٢	٠,٦٢	مميزة	٢٧	٠,٤٢	مقبولة
١٣	٠,٤٨	مميزة	٢٨	٠,٥٦	مقبولة
١٤	٠,٥٧	مميزة	٢٩	٠,٥٦	مقبولة
١٥	٠,٥٩	مميزة	٣٠	٠,٦٢	مقبولة

٣- **فعالية البدائل:** - ويقصد بفاعلية البديل الخطأ (المموه) بمعنى قدرته على جذب انتباه الطلبة ذوي المستوى الأدنى لاختياره كبديل يمثل الاجابة الصحيحة، اما البديل الذي لا يختاره ايأ من طلبة الفئة العليا او الدنيا فهو يمثل بديل غير فعال، ونستنتج من ذلك ان البديل الفاعل او المشتت او المموه عن الاجابة الصحيحة هو الذي يكون مشتتاً جذاباً مغرياً، حيث يبدو للطلبة الضعفاء وكأنه اجابة صحيحة بحيث يختاره اكثرهم (الزاملي واخرون، ٢٠٠٩، ٣٧٩).

ولفحص إجابات الطلبة على كل بديل من بدائل الفقرة، تم استخراج فعالية كل بديل من البدائل الخاطئة ولكل فقرة من فقرات الاختبار، وقد تبين ان جميع بدائل إجابات الفقرات فعالة وتتنطبق عليها الشروط في (فعالية البدائل) وجدول رقم (٩) يوضح ذلك .

جدول (٩)

يوضح معامل فعالية البدائل الخاطئة (المموهات) لفقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية

رقم الفقرة	معامل فعالية البدائل الخاطئة (المموهات)			رقم الفقرة	معامل فعالية البدائل الخاطئة (المموهات)		
١	ب-٠.٠٥	ج-٠.٠٣	د-٠.٠٢	١٦	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٢	د-٠.٠٥
٢	أ-٠.٠٣	ج-٠.٠٦	د-٠.٠١	١٧	أ-٠.٠٤	ج-٠.٠٢	د-٠.٠٤
٣	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٢	د-٠.٠٥	١٨	أ-٠.٠١	ج-٠.٠٤	د-٠.٠٥
٤	أ-٠.٠٥	ب-٠.٠٥	د-٠.٠٠	١٩	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٣	ج-٠.٠٤
٥	أ-٠.٠٢	ب-٠.٠٢	ج-٠.٠٦	٢٠	أ-٠.٠٤	ب-٠.٠٢	ج-٠.٠٤
٦	ب-٠.٠٣	ج-٠.٠٢	د-٠.٠٥	٢١	ب-٠.٠٣	ج-٠.٠٥	د-٠.٠٢
٧	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٢	د-٠.٠٥	٢٢	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٣	د-٠.٠٥
٨	أ-٠.٠٥	ب-٠.٠٥	د-٠.٠٦	٢٣	أ-٠.٠٥	ب-٠.٠٤	د-٠.٠٦
٩	أ-٠.٠١	ج-٠.٠٤	د-٠.٠٥	٢٤	أ-٠.٠١	ج-٠.٠٤	د-٠.٠٢
١٠	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٣	ج-٠.٠٤	٢٥	أ-٠.٠٤	ب-٠.٠٢	ج-٠.٠٤
١١	أ-٠.٠٤	ب-٠.٠٢	ج-٠.٠٤	٢٦	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٢	ج-٠.٠٢
١٢	أ-٠.٠٢	ب-٠.٠١	د-٠.٠٢	٢٧	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٢	د-٠.٠٥
١٣	أ-٠.٠٥	ب-٠.٠٥	د-٠.٠٦	٢٨	أ-٠.٠٥	ب-٠.٠٥	د-٠.٠٥
١٤	أ-٠.٠١	ج-٠.٠٤	د-٠.٠٥	٢٩	أ-٠.٠٣	ب-٠.٠٤	د-٠.٠٣
١٥	أ-٠.٠١	ج-٠.٠٤	د-٠.٠٥	٣٠	أ-٠.٠٥	ب-٠.٠٣	د-٠.٠٦

٢- ثبات الاختبار:

ويقصد به ان الاختبار يعطي نفس النتائج اذا ما اعيد تطبيقه على نفس الطلبة وفي نفس الظروف (العزاوي، ٢٠٠٨، ٩٧).

طريقة إعادة الاختبار:

يسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة بمعامل الاستقرار الخارجي الذي يتطلب إعادة تطبيق الاختبار على عينة الثبات نفسها بعد مرور مدة زمنية لا قصيرة ولا طويلة ومن ثم حساب معامل ارتباط درجات التطبيقين الأول والثاني (علام، ٢٠٠٠، ١٤٦).

ومن اجل استخراج ثبات الاختبار بهذه الطريقة تم تطبيق اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية على عينة قوامها (٢٠) طالبة وتم اختيارهم بشكل عشوائي من عينة التطبيق النهائية ومن ثم أعيد تطبيق نفس الاختبار على نفس

المجموعة بعد مرور (١٥) يوم من التطبيق الاول، وحيث يشير (الظاهر واخرون، ١٩٩٩) الى ان المدة بين الاختبارين يجب ان تتراوح ما بين (١٠-٢٠) يوماً (الظاهر واخرون، ١٩٩٩: ١٤٢).

وتم ايجاد العلاقة بين درجات التطبيقين باستخدام معادلة (كيودر- ريتشاردسون 20) وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠,٨٦)، وقد أعدت هذه القيمة مؤشراً على استقرار استجابات الأفراد على اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية عبر الزمن، وتعد هذه القيمة مقبولة ويمكن الركون إليها، ولذلك اشار (العيسوي ١٩٨٥) أن معامل الارتباط بين التطبيقين لأي اختبار إذا كان أعلى من (٠,٧٠)، فإن ذلك يعد مؤشراً جيداً على ثبات ذلك الاختبار (عيسوي، ١٩٨٥: ٩٦). وبذلك يعد الاختبار صالحاً للتطبيق بصورته النهائية.

• التطبيق النهائي للاختبار:

قام الباحث بتطبيق اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية على طالبات المرحلة الرابعة قسم علوم الحياة في يوم الاربعاء الموافق ٢٩/٤/٢٠٢٤، وبعد تطبيق الاختبار تم جمع البيانات وتصحيحها وتفرغها باستخدام الوسائل الاحصائية.

• الوسائل الاحصائية:

- ١- النسبة المئوية لاستخراج نسبة استجابات آراء المحكمين حول صلاحية فقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية.
- ٢- معادلة القوة التمييزية لحساب تمييز فقرات الاختبار.
- ٣- الاختبار التائي لعينة واحدة.
- ٤- معادلة فعالية البدائل الخاطئة، لإيجاد فعالية البدائل غير الصحيحة لفقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية.
- ٥- معادلة معامل الصعوبة لحساب صعوبة فقرات الاختبار.
- ٦- معامل ارتباط (بوينت بايسيريال) لحساب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للاختبار.
- ٧- معادلة (كيودر ريتشاردسون 20) لحساب معامل ثبات الاختبار.
- ٨- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الثقافة الغذائية لدى طالبات المرحلة الغذائية قسم علوم الحياة.
- ٩- معادلة (بيرسون) لحساب الثبات بطريقة اعادة الاختبار لفقرات مقياس الثقافة الغذائية.
- ١٠- تم استخراج القوة التمييزية لفقرات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية عن طريق حساب عدد الافراد الذي اجابوا اجابة صحيحة في المجموعة العليا ناقصاً عدد الافراد الذي اجابوا اجابة صحيحة في المجموعة مقسوماً على نصف المجموعتين (معادلة جونسون).

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها وتفسيرها ومناقشتها بناءً على بيانات البحث وأهدافه.

الهدف الاول: مستوى الثقافة الغذائية لدى طالبات قسم علوم الحياة في كلية التربية للبنات.

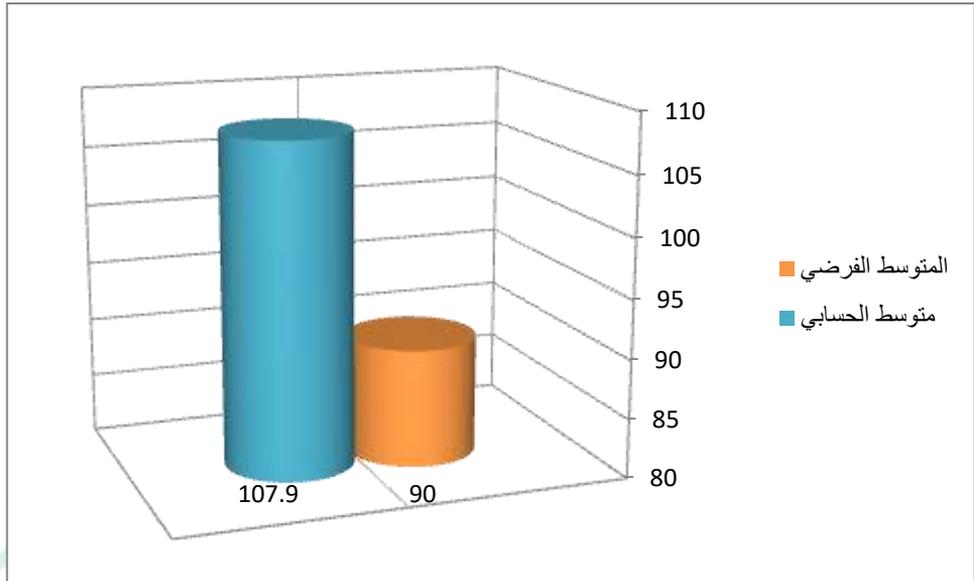
ولتحقيق هذا الهدف طبق مقياس الثقافة الغذائية على أفراد العينة، وأشارت النتائج إلى أن متوسط درجات افراد العينة على مقياس الثقافة الغذائية بلغ (١٠٧,٩) درجة، وبانحراف معياري مقداره (١٣,٦٤) درجة، وعند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الحسابي للمجتمع (الفرضي) للمقياس البالغ (٩٠) درجة، ويلاحظ أن المتوسط الحسابي للعينة اعلى من المتوسط الفرضي، كما في الشكل رقم (١)، وعند اختبار الفروق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، ودرجة الحرية (٩٩) تبين انه دال معنويا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح متوسط العينة، والجدول رقم (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

يوضح الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات مقياس الثقافة الغذائية لدى أفراد العينة والمتوسط الفرضي

للمقياس

العينة	متوسط افراد العينة	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة ٠.٠٥
				المحسوبة	الجدولية		
١٠٠	١٠٧,٩	١٣,٦٤	٩٠	١٣,١٦	١,٩٨	٩٩	دال



شكل رقم (١)

يوضح المقارنة بين الوسط الحسابي والفرضي لقياس درجات أفراد عينة البحث على مقياس الثقافة الغذائية لدى أفراد العينة

ومن خلال جدول رقم (١٠) والشكل (١) يتضح ان الطالبات يتمتعن بمستوى دال احصائيا في الثقافة الغذائية ويعزى الباحث ذلك الى فاعلية المقررات الدراسية خلال المراحل الدراسية التي تم دراستها في مؤسسة الاعداد كانت لها الدور الفاعل في رفع مستوى الثقافة الغذائية لدى الطالبات، بالإضافة الى ان المعلومات المعطاة والخاصة بالثقافة الغذائية كانت سهلة الفهم ويمكن استخدامها في الحياة اليومية وتشجع الطالبات على الاستزادة منها ادى الى امتلاك الطالبات تتقيف غذائي ناجح وفعال.

الهدف الثاني: درجة اكتساب طالبات قسم علوم الحياة للمفاهيم الغذائية.

لتحقيق هذا الهدف طبق اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية على أفراد العينة، وأشارت النتائج إلى أن متوسط درجات افراد العينة على اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية بلغ (١٦,٣٧) درجة، وبانحراف معياري مقداره (٣,٢٣) درجة، وعند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الحسابي للمجتمع (الفرضي) للمقياس البالغ (٧,٥) درجة، ويلاحظ أن المتوسط الحسابي للعينة اعلى من المتوسط الفرضي، كما موضح في الشكل رقم (٢)، وعند اختبار الفروق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، ودرجة الحرية (٩٩) تبين انه دال معنويا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح متوسط العينة والجدول (١١) يوضح ذلك .

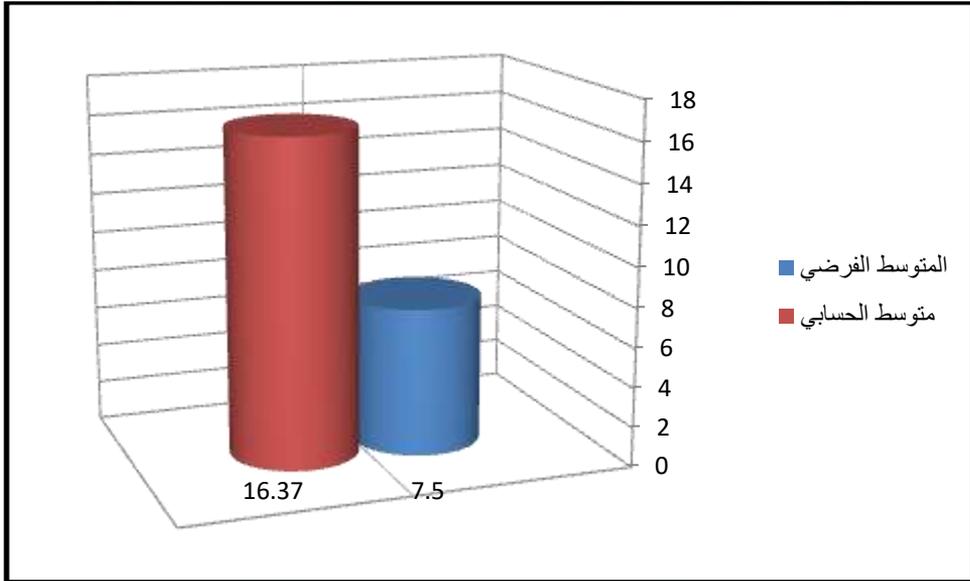
جدول (١١)

يوضح الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية لدى أفراد العينة والمتوسط الفرضي للاختبار

العينة	متوسط افراد العينة	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية		
١٠٠	١٦,٣٧	٣,٢٣	٧,٥	٢٧,٧١	١,٩٨	٩٩	دال

شكل (٢)

المقارنة بين الوسط الحسابي والفرضي لقياس درجات أفراد عينة البحث على اختبار اكتساب المفاهيم الغذائية لدى افراد العينة



ومن خلال جدول (١١) والشكل (٢) يتضح ان الطالبات يتمتعن بمستوى دال احصائيا في اكتساب المفاهيم الغذائية ويعزى الباحث ذلك الى المناهج الدراسية في المراحل الدراسية المختلفة كانت تتضمن موضوعات وبشكل متسلسل تساعد الطالبات على اكتساب المفاهيم الغذائية، وكذلك وما يرتبط بهذه الموضوعات من أنشطة وتجارب عملية وتكرار الاختبارات التي تركز على كيفية اكتساب المفاهيم الغذائية لدى الطالبات، كان لها الدور الاكبر في اكتساب الطالبات للمفاهيم الغذائية.

• الاستنتاجات:

لقد توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:-

- ١- ان طالبات المرحلة الرابعة في قسم علوم الحياة يتمتعن بمستوى عالي من الثقافة الغذائية.
- ٢- تتمتع عينة البحث بدرجة عالية من الاكتساب للمفاهيم الغذائية.

• التوصيات:

من خلال نتائج البحث يوصي الباحث بالتوصيات الآتية:-

- ١- ضرورة الاهتمام بالثقافة الغذائية في المراحل الدراسية كافة لتكون مكملة لبعضها البعض.
- ٢- تحديث المناهج الدراسية واثرائها بالمفاهيم الغذائية الحديثة والجديدة لتكون مترابطة بين الجانبين النظري والعملية.
- ٣- اهمية اعداد برامج غذائية من خلال التقنيات التكنولوجية والمنصات التعليمية ومواقع التواصل الاجتماعي لتتوير الطلبة والمتعلمين واولياء الامور بالثقافة الغذائية ودورها الفاعل في صحة الانسان.
- ٤- القيام بندوات ومحاضرات واجراء الدراسات التي تساعد على نشر الثقافة الغذائية بين الطلبة.
- ٥- توعية الطلبة وتزويدهم بمبادئ التغذية الصحية وعناصر الغذاء الصحي للوقاية من الامراض المختلفة الناجمة عن سوء التغذية.
- ٦- اهمية ادخال مادة الثقافة الغذائية كأحد المناهج الدراسية في المراحل المختلفة.

• المقترحات:

يقترح الباحث المقترحات الآتية:-

- ١- اجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية توضح العلاقة بين الثقافة الغذائية ومستوى التحصيل الدراسي والعلمي لأولياء امور الطلبة.
- ٢- اعداد برامج تنمي الثقافة الغذائية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٣- الاستفادة من نتائج البحوث والدراسات لتطوير وتحديث المقررات الدراسية للاهتمام بالثقافة الغذائية والوعي الغذائي.
- ٤- اجراء دراسات لمجتمعات مختلفة من غير الطلبة.
- ٥- الاستمرار بإجراء هكذا دراسات بين فترة واخرى لما لها من اهمية في غرس الثقافة الغذائية في نفوس الطلبة واسرهم لوقاية المجتمعات من الامراض وسوء التغذية.

المصادر:

١. عبدالهادي، مها صاحب، وفاطمة فائق جمعة (٢٠٢١): الثقافة التغذوية ومستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلة التربية الرياضية، مجلد (٣٣)، العدد (٢).
٢. كريم، ليلي يوسف، وشفق محمد صالح (٢٠١٤): الثقافة الغذائية لدى تلاميذ الصف الاول الابتدائي الملتحقين وغير الملتحقين برياض الاطفال، مجلة نسق، العدد (٣)، التربية الاساسية، الجامعة المستنصرية.
٣. نعمه، سري عبيد (٢٠٢١): الصناعات الغذائية وعلاقتها بالوعي الغذائي لطالبات قسم الاسرية والمهن الفنية، مجلة نسق، العدد (٣٠)، كلية التربية الاساسية، الجامعة المستنصرية.
٤. خالد، زينب عاطف، ويحيى سعيد حامد (٢٠١٤): فعالية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي الغذائي والصحي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية: <http://kenanaonline.com>
٥. ابو حليلة، جهاد (٢٠٠٨): اثر برنامج بالأوساط المتعددة يوظف الاحداث المتناقضة في تنمية الثقافة والوعي الغذائي لدى طلاب الصف الخامس الاساسي في مادة العلوم، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.
٦. الجبوري، فلاح صالح حسين (٢٠١٨): اكتساب المفهوم النحوي بأسلوب التلخيص اسسه وبرامجه، دار البازوري العلمية. [books<books.google.iq](http://books.google.iq)
٧. ابراهيم، عطيات محمد يس (٢٠٢٢): فعالية استخدام نموذج نيدهام البنائي في اكتساب المفاهيم العلمية وتنمية الاتجاه نحو العمل الجماعي لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي، مجلة كلية التربية ببنها، العدد (١٣٢)، المجلد (٣).
٨. الصميلي، حلا عبدالواحد نجم (٢٠١١): الاختبارات الغذائية لطفل الروضة وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.
٩. العادلي، فينوس عبدالامير حسن (٢٠٠٠): الهدر الغذائي لدى الاسرة العراقية وعلاقته ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.
١٠. مجلة البنون (٢٠٠٨): اطفالنا والغذاء السليم، العدد (٧)، بدعم من منظمة اليونيسف.
١١. مرياح، فاطمة الزهراء (٢٠١٢): سوء التغذية لدى المتمدرس وعلاقته بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، الجزائر.
١٢. الشهباني، ليبي (٢٠٢١): النظافة وسلامة الغذاء توأمان لا ينفصلان www.daily-me.com
١٣. العلوان، جاسر رضوان مكيد (٢٠١٨): مقترح بناء معايير التربية الغذائية في كتب العلوم الحياتية للصف التاسع الاساسي في الاردن، وزارة التربية والتعليم، المملكة الاردنية الهاشمية <http://journals.uob.edu.bh>
١٤. العاني، اسراء احمد عبدالستار (٢٠١٨): الوعي الغذائي والصحي لدى طلبة المرحلة المتوسطة وعلاقته ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.

١٥. السيد، عزمي طه واخرون (٢٠١٦): الثقافة الاسلامية- مفهومها- مصادرها- خصائصها- مجالاتها، الطبعة الرابعة، مطبعة جامعة القدس المفتوحة، عمان، الاردن.
١٦. زريق، برهان (٢٠١٧): مخاطر الغزو الثقافي، الطبعة الاولى، وزارة الثقافة والاعلام السورية، دمشق، سوريا.
١٧. فاتح، قزقوز، وفراح مالك (٢٠١٧): الثقافة الغذائية وعلاقتها بالحالة البدنية اثناء حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة أكلي محند أولحاج- البويرة، معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية، الجزائر.
١٨. عبده، عبير حسين عبدالمنعم (٢٠٢٠): تصميم برنامج مقترح في الثقافة الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الثاني الاعدادي، اطروحة دكتوراه، كلية التربية، جامعة حلوان، مصر.
١٩. عبدالمجيد، نهال محمد (٢٠١٥): الثقافة الغذائية، الطبعة الاولى، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، عمان الاردن.
٢٠. الجوهري، محمد محمود (٢٠١٠): علم اجتماع التنمية، الطبعة الاولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٢١. العاني، عماد عبد (٢٠١٦): سوسيولوجية الثقافة، الطبعة الثالثة، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت، لبنان.
٢٢. عبيدات وذوقان (٢٠٠٣): البحث العلمي: مفهومه- ادواته- اساليبه، دار اسامة للنشر، الطبعة الثانية، الرياض، السعودية.
٢٣. ابو عواد واخرون (٢٠١٦): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٢٤. الزالمي، علي عبد جاسم واخرون (٢٠٠٩): مفاهيم وتطبيقات في التقويم والقياس التربوي، مكتبة الفلاح، الكويت.
٢٥. الجلبي، سوسن شاكر (٢٠٠٥): اساليب الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، الطبعة الاولى، علاء الدين للطباعة، دمشق، سوريا.
٢٦. الحسني، ارجوان خالد حسين (٢٠١١): فاعلية التدريس باستراتيجية التعلم المتمركز حول المشكلة في تحصيل وتنمية عمليات العلم لدى طالبات الصف الثاني المتوسط في مادة علم الاحياء، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية، جامعة القادسية.
٢٧. ابو لبد، سبيع محمد (٢٠٠٨): مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي، الطبعة الاولى، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٢٨. الهاشمي، علي ربيع (٢٠١٣): الانشطة الصفية- والمفاهيم العلمية، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٢٩. العزاوي، رحيم يونس كرو (٢٠٠٨): المناهج وطرائق التدريس، الطبعة الاولى، دار دجلة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

المصادر الاجنبية:

1. Reda, E. **A program to develop awareness of healthy food for nursery children and its relationship to their ability to pay attention and focus.** Childhood and Development, No (14), 2004,13-54.
2. Isaac, A, Batarsa,s, and Azabm R, dacha esh,F, and mahmo: **school Health Education Guide.** Jordan: Jordanian Ministry of Health, (2019).
3. WORLD Health or ganization (WHO)- **Food safety and Disease trans ferried by food,** from the site www.WHO.int/media.center,2018,102p.
4. AL- Rukban, **Obesity, disease and medicine.** Saudi Arabia: King Abdul-Aziz city for science and technology, 2009, 226 p.
5. Cassidy, L.M. (2015). **The effects of nutrition knowledge on food Label use.** Are view of the Literature. Appetite.
6. Anastasia. (1988): **Psychological Testing,** 6th Ed., New York: Macmillan Publishing Company.

