



الجامعة الإسلامية - غزة  
عمادة الدراسات العليا  
كلية التربية  
قسم المناهج وطرق تدريس العلوم

أبعاد التنور الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة  
الأساسية العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها

إعداد الطالب

حابس حسن مسمح

إشراف الدكتور

صلاح أحمد الناقعة

قدم هذا البحث استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير  
في المناهج وطرق تدريس العلوم بكلية التربية بالجامعة الإسلامية بغزة

1430 هـ - 2009 م

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا ۗ  
إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ ﴿٨٧﴾ وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَلًا طَيِّبًا ۗ  
وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِءِ مُؤْمِنُونَ﴾ (المائدة، آية: 87-88)

# الإهداء

- إلى الأكرم منا جميعاً شهداء فلسطين وأسراها.
- إلى أمي الجنونة وأبي الغالي .
- إلى أشقائي جاتم وجازم وحسام.
- إلى شقيقتي فاطمة و فدوى و رشا.
- إلى زوجتي العزيزة أم مالك.
- إلى طفلي وقرّة عيني تقى .
- إلى كل من يطلب العلم لينال رضا الله سبحانه وتعالى.
- إليهم أهدي هذا الجهد المتواضع

## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على النبي المصطفى الصادق الوعد الأمين، اللهم لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم، علمنا ما ينفعنا، وانفعنا بما علمتنا، وزدنا علماً يا كريم، أرنا الحق حقاً وارزقنا إتباعه، وأرنا الباطل باطلاً وارزقنا اجتنابه، واحشرنا برحمتك يا ربنا في عبادك الصالحين، أما بعد:

يقول الحق سبحانه وتعالى في كتابه العزيز:

" رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأُدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ". (سورة النمل، آية:19).

أحمده سبحانه وتعالى على جزيل نعمه، وما غمرني به من فضل وتوفيق، إلى أن وفقني لإتمام هذا الجهد المتواضع، أسأل الله أن ينفع به ويكون عوناً لي على طاعته، وأن يجعله في ميزان حسناتنا.

وبهذه المناسبة وبعد شكر الله عز وجل، أتقدم بالشكر الجزيل للجامعة الإسلامية بغزة وعمادة الدراسات العليا وكلية التربية ممثلة بعميدها وأساتذتها وجميع العاملين فيها. وأتوجه بالشكر والتقدير للدكتور/صلاح أحمد الناقه منسق كلية التربية بالجامعة الإسلامية فرع خان يونس بتفضله بالقبول بالإشراف على رسالتي وحسن توجيهها، فظهرت بصمات جهوده جلية على هذه الرسالة فجزاه الله عني خير الجزاء.

كما أتوجه بالشكر لعضوي التحكيم والمناقشة، الدكتور عطا درويش أستاذ المنهاج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية، والدكتور محمود الأستاذ أستاذ المناهج وطرق التدريس بجامعة الأقصى.

وأتوجه بالشكر الجزيل إلى أساتذتي بالجامعة الإسلامية لما بذلوه من جهد وعطاء في التوجيه والإرشاد نحو الأفضل، كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان والتقدير للسادة والسيدات، محكمي ومحكمات أدوات الدراسة لما بذلوه من جهد في تحكيم أدوات الدراسة، كما لا أنسى مدراء ومعلمي المدارس التي قدمت لي المساعدة أثناء تطبيق أدوات الدراسة.

وأخيراً أتقدم بالشكر والعرفان لكل من كان له دور من قريب أو بعيد في إخراج هذا الجهد المتواضع، داعياً المولى عز وجل أن يجعل ذلك في ميزان حسناتهم.

كما أخص بالذكر والدي وإخواني وأخواتي وزوجتي على دعواتهم لي بالتوفيق والذين تحملوا معي العبء وشجعاني على مواصلة هذا العمل.

والله ولي التوفيق والسداد

الباحث/ حابس حسن مسمح

## ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التنور الغذائي بمحتوى كتب العلوم وطلبة الصف التاسع الأساسي، ولتحقيق ذلك تم تحديد مشكلة الدراسة بطرح السؤال الرئيس التالي:

ما مدى تضمن مناهج العلوم للمرحلة الأساسية العليا لأبعاد التنور الغذائي؟ وما مدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها؟  
ويتفرع منه الأسئلة التالية:-

- 1- ما أبعاد التنور الغذائي الواجب توافرها في محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا؟
- 2- ما مدى تضمن محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا لأبعاد التنور الغذائي؟
- 3- ما مدى اكتساب طلبة الصف التاسع الأساسي لأبعاد التنور الغذائي؟
- 4- ما مستوى الاتجاه نحو التغذية السليمة لدى طلبة الصف التاسع الأساسي؟

ولإجابة عن هذه الأسئلة تم صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

- 1- لا يصل مستوى إتقان المعرفة والمهارات الغذائية لدى طلبة الصف التاسع لمستوى (75%).
- 2- لا يصل مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع لمستوى 75%.
- 3- لا توجد فروق في مستوى المعرفة والمهارات الغذائية لدى طلبة الصف التاسع يعزى لعامل الجنس؟
- 4- لا توجد فروق في مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع يعزى لعامل الجنس؟

ومن أجل الإجابة عن أسئلة الدراسة والتحقق من فرضياتها استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، حيث قام بإعداد قائمة بأبعاد التنور الغذائي، كما وأعد اختباراً للتنور الغذائي وقد قام ، بتحكيم هذه الأدوات بعرضها على المحكمين، ثم طبق الاختبار على عينة استطلاعية عددها (30) طالباً من طلبة الصف التاسع الأساسي وذلك لحساب معادلات الصدق والثبات والصعوبة والتميز لهما، كما قام الباحث بالاستعانة بمقياس اتجاه معد مسبقاً لقياس مستوى الاتجاه، وقد اختيرت عينة الدراسة لتشمل (232) طالب وطالبة من طلبة الصف التاسع الأساسي من مدرسة عبدالله أبو ستة الأساسية للبنين ومدرسة أم سلمة الأساسية للبنات ومدرسة جنين الأساسية للبنات وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وطبق اختبار التنور الغذائي على عينة الدراسة في نهاية الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (2008-2009)، ثم تم جمع النتائج وتحليل الاختبار للتأكد

من صحة الفرضيات وقد تم استخدام أساليب إحصائية عديدة لتحليل البيانات منها: النسب المئوية والتكرارات واختبار (t) للعينات المستقلة وكانت النتائج كما يلي:

1- مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي أقل من حد الكفاية المطلوب للمقياس وهو 75% من الدرجة الكلية لمقياس التنور الغذائي.

2- وتبين من نتائج الدراسة أن البعد الأول والمتعلق بـ " المعرفة الغذائية " احتل المرتبة الأولى بوزن نسبي (27.26%) ، تلا ذلك البعد الثالث والمتعلق بـ " إدراك تأثير علم التغذية " احتل المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (20.28%) ، تلا ذلك البعد الثاني والمتعلق بـ " العادات الغذائية " احتل المرتبة الثالثة بوزن نسبي (18.06%) تلا ذلك البعد الخامس والمتعلق بـ " اتخاذ القرارات " بوزن نسبي قدره (15.24%) ، تلا ذلك البعد السادس والمتعلق بـ " الغذاء وأهميته " احتل المرتبة الخامسة بوزن نسبي (10.81%) ، وجاء بالمرتبة السادسة البعد الرابع والمتعلق بقضايا الغذاء " بوزن نسبي مقداره (4.90%) ، وأخيراً جاء بالمرتبة السابعة البعد السابع والمتعلق بـ " الغذاء في الإسلام " بوزن نسبي قدره (3.42%) ، وكانت درجة التنور الغذائي ككل بنسبة (49.37%).

3- أثبتت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي يعزى إلى عامل الجنس (ذكور، إناث)، وكانت لصالح الإناث حيث بلغ متوسط درجات الطلاب (22.09%) ، ومتوسط درجات الطالبات (29.18%) ، بينما بلغ المتوسط العام لدرجات الطلبة يساوي (25.64%).

4- أثبتت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي يعزى إلى عامل الجنس (ذكور، إناث)، وكانت لصالح الإناث حيث بلغ متوسط درجات الطلاب (22.80%) ، ومتوسط درجات الطالبات (23.67%) ، بينما بلغ المتوسط العام لدرجات الطلبة يساوي (23.28%).

وقد تقدم الباحث بعدة توصيات بناءً على نتائج الدراسة والتي قد تساهم في إحداث تنور غذائي لدى الطلبة.

## فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	قرآن كريم
ب	الإهداء
ج	الشكر والتقدير
د	ملخص الدراسة
و	فهرس الموضوعات
ط	قائمة الجداول
ك	قائمة الملاحق
<b>الفصل الأول: خلفية الدراسة</b>	
2	مقدمة الدراسة
6	مشكلة الدراسة
6	فروض الدراسة
6	أهداف الدراسة
7	أهمية الدراسة
7	حدود الدراسة
7	مصطلحات الدراسة
<b>الفصل الثاني: الإطار النظري: التنور الغذائي في الأدب التربوي</b>	
<b>المحور الأول: التنور العلمي والثقافة العلمية</b>	
9	التنور
10	التنور العلمي
10	خصائص التنور العلمي
11	الثقافة العلمية
12	أبعاد الثقافة العلمية
<b>المحور الثاني: : التنور العلمي وعلاقته بالتنور الغذائي</b>	
14	مفهوم التغذية

14	العناصر الغذائية والغذاء المتكامل
17	التنور الغذائي
18	التربية الغذائية
19	أهداف التربية الغذائية
21	مصادر التنور الغذائي
22	صفات الشخص المتنور غذائياً
22	عناصر التنور الغذائي وارتباطها بعناصر التنور العلمي
25	كيف نحقق التنور الغذائي؟
27	أبعاد التنور الغذائي
28	البعد الأول المعرفة الغذائية
28	البعد الثاني العادات الغذائية
31	البعد الثالث تأثير هلم الغذاء علي الطالب
31	البعد الرابع قضايا الغذاء
32	البعد الخامس اتخاذ القرارات الغذائية السليمة
32	البعد السادس اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية
33	البعد السابع الغذاء وأهميته من خلال التراث الإسلامي
33	ضبط جودة الغذاء في الإسلام
<b>الفصل الثالث: الدراسات السابقة</b>	
36	المحور الأول: دراسات تناولت قياس مستوى التنور العلمي والغذائي.
47	المحور الثاني: دراسات تناولت تقويم وتطوير مناهج العلوم الفلسطينية في ضوء عناصر التنور العلمي.
53	التعليق العام على الدراسات السابقة.
<b>الفصل الرابع: إجراءات الدراسة</b>	
57	منهج الدراسة
57	مجتمع الدراسة
58	عينة الدراسة
59	أدوات الدراسة
75	خطوات الدراسة



76	المعالجات الإحصائية المستخدمة في الدراسة
<b>الفصل الخامس: نتائج الدراسة وتفسيرها والتوصيات والمقترحات</b>	
78	الإجابة على السؤال الأول من أسئلة الدراسة
79	الإجابة على السؤال الثاني من أسئلة الدراسة
81	الإجابة على السؤال الثالث من أسئلة الدراسة
86	الإجابة على السؤال الرابع من أسئلة الدراسة
90	توصيات الدراسة
91	مقترحات الدراسة
93	المراجع العربية
98	المراجع الأجنبية
99	الملاحق
132	الملخص باللغة الإنجليزية

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	بيانات الجدول	رقم الجدول
58	توزيع أفراد مجتمع الدراسة (طلاب، طالبات)	1
59	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس	2
61	وحدات كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا (2009)	3
63	جدول يوضح عملية إعادة التحليل	4
67	معاملات الصعوبة لكل فقرة من فقرات الاختبار	5
68	معاملات التمييز لكل فقرة من فقرات الاختبار	6
69	يوضح عدد الفقرات موزعة حسب الأبعاد	7
70	معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات الاختبار والدرجة الكلية له	8
71	عدد الفقرات والتباين والمتوسط ومعامل كودر ريتشاردسون 21	9
72	يوضح عدد الفقرات موزعة حسب الأبعاد	10
72	يبين عدد فقرات الاختبار حسب كل بعد من الأبعاد	11
73	معامل ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية	12
74	معامل الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد المقياس وكذلك المياس ككل قبل التعديل ومعامل الثبات بعد التعديل	13
74	يوضح معاملات الفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك للمقياس ككل	14
79	نتائج تحليل محتوى كتب علوم المرحلة الأساسية العليا في ضوء الأبعاد الرئيسية	15
81	التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد الاختبار	16
83	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الطلاب و المتوسط الافتراضي 75% وقيمة "ت" ومستوى دلالتها	17
85	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الاختبار تعزى لمتغير الجنس، وقيمة (ت) ومستوى دلالتها	18

86	التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد المقياس	19
87	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الطلاب وبين المتوسط الافتراضي 75% وقيمة "ت" ومستوى دلالتها	20
88	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات المقياس تعزى لمتغير الجنس، وقيمة (ت) ومستوى دلالتة	21

## قائمة الملاحق

رقم الصفحة	بيان الملحق	رقم الملحق
100	تسهيل مهمة باحث من الجامعة	1
101	تسهيل مهمة باحث من الوزارة	2
102	تحكيم مقياس التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي	3
106	تحكيم الاختبار التحصيلي الأولي المفترض لقياس التنور الغذائي للصف التاسع الأساسي	4
116	الاختبار في صورته النهائية	5
124	مفتاح الإجابة الصحيحة	6
125	مقياس الاتجاه الأولي	7
128	مقياس الاتجاه النهائي	8
131	قائمة بأسماء السادة المحكمين لأدوات الدراسة	9

# الفصل الأول

## خلفية الدراسة وأهميتها

- ❖ مقدمة الدراسة
- ❖ مشكلة الدراسة
- ❖ فروض الدراسة
- ❖ أهداف الدراسة
- ❖ أهمية الدراسة
- ❖ حدود الدراسة
- ❖ مصطلحات الدراسة

## الفصل الأول

### خلفية الدراسة وأهميتها

#### المقدمة

اتسم العصر الحالي بالتقدم العلمي والتكنولوجي والمعرفي وما ترتب عليه من مستحدثات وتطبيقات تكنولوجية معقدة؛ وما تبعه من انتشار صناعات مختلفة وتحضير للمواد الكيميائية صناعياً مما نتج عنه مشكلات صحية وبيئية وأزمات متعددة، من نقص في السلسلة الغذائية العالمية، إلى المجاعات التي تغزوا معظم دول العالم الثالث نتيجة تحكم بعض المتنفذين في مصير العالم، والحروب التي تدمر مساحات زراعية واسعة حيث أصبح الإنسان يستخدم في حروبه أسلحة غير تقليدية، وعلي أثر ذلك ساءت العلاقة بين الإنسان والطبيعة ذلك نتيجة سوء استخدام تطبيقات العلم.

ولأن العلوم الطبيعية تحتل مكانة هامة في هذا العصر لأنها أساس التقدم في مجالات الطب والهندسة والزراعة والالكترونيات فهي يجب أن تتضبط بالقيم والأخلاق حتى لا يكون التقدم نقمة علي البشر، وحتى يتم استغلال هذه العلوم لخدمة البشر لا لتدمير البشرية كما حدث في استخدام الطاقة النووية في الحرب الكونية الثانية.

وهنا يأتي دور التربية فهي إحدى الأعمدة الأساسية التي تمكن الفرد من تتبع التطورات العلمية والقضايا التي تنتج عنها، لذا فعليها أن تعمل على إعداد جيل يتسلح بأكبر قدر من المعارف والمهارات لمواجهة الحياة، وممارسة دورة بايجابية في خدمة المجتمع، ويقع على التربية العلمية في مختلف مراحل التعليم الجزء الأكبر من هذه المهمة (علم الدين، 2007: 2)

وقد أصاب الخلل جميع مرافق الحياة نتيجة الاستخدام السيئ لتطبيقات العلم ووصل هذا الخلل إلي غذاء الإنسان وطعامه فنتيجة أزمة الغذاء العالمية والنقص في السلسلة الغذائية أخذ الإنسان يفكر في البدائل وكانت هذه البدائل خطيرة علي صحة الإنسان وصحة البيئة ولا تخلو هذه البدائل من الطمع في اكتساب المال ولو جاء علي حساب صحة الإنسان فنجد من يستخدم المواد الكيميائية في تحضير بعض الأغذية مما أثر ذلك مباشرة علي صحة الإنسان وانتشار الأمراض المختلفة وأخطرها مرض السرطان لما تحمله المواد الكيميائية من مواد مسرطنة؛ وهنا يأتي دور التربية بشكل عام والتربية الغذائية علي وجه الخصوص لكي تعمل علي إعداد الفرد عموماً والطالب خصوصاً لكي يكتسب قدراً عالياً من المعارف والمهارات والمعلومات ليستطيع مواجهة هذه الأخطار وأن يكتسب عادات غذائية صحيحة لتجنبه الأمراض الفتاكة علي الرغم من وجود الفوائد.

"ومما يدهش العقل، ويحтар منة لب اللبيب أن هذه الأرزاق على كثرتها لم يحسن الإنسان استخدامها فضلا عن تقصيره في واجب الشكر عليها، لقد أصبح الإنسان اليوم هو مشكلة البيئة الأولى وذلك لأن أنظمتها لم يعد في مقدورها الاستجابة لمطالبه المتزايدة التي فاقت طاقة الاحتمال المحدودة لتلك الأنظمة، وأصبحت البيئة تعاني من جراء النشاطات البشرية المتعددة الجوانب، كما قيدت في نفس الوقت طاقتها وإمكانيتها وأخلت بتوازنها" (العيفي، 2001: 2)

ولأن الغذاء أساس حياة الإنسان ويعتبر من صلب معيشته فهو لا يستغني عنه وإن تركه عده أيام تعرض للوفاة فوجب عليه الاهتمام به وبمصدره وبطريقة الحصول عليه، واكتساب العادات والمهارات الصحيحة لتناول الغذاء وعدم الإفراط فيه، لأن ذلك يؤدي إلي أمراض قد تفتك بحياته مثل مرض السرطان والسكري والمرض العالمي الحديث مرض البدانة وأمراض سوء التغذية وفقر الدم. فكل هذا يحتاج إلي تنور غذائي ويبدأ هذا التنور من المؤسسات التعليمية في المجتمع بداية بالمدارس ومرورا بالجامعات؛ ولأن طلاب الجامعات وتلاميذ المدارس علي وجه الخصوص هم المخزون الاستراتيجي لأي أمة فنجاحهم وتقديمهم يعني مستقبل واعد لهذه الأمة وتخلفهم وتراجعهم يعني مستقبل مظلم. ولذلك وجب النهوض بهم وإعدادهم للمستقبل ليتحملوا الأمانة والمسؤولية و ذلك عن طريق زرع روح المبادرة وحب الوطن وتوعيتهم بواقعهم الاقتصادي والاجتماعي والثقافي ويأتي في هذا توعيتهم أيضا بواقعهم الصحي والغذائي فكما يقال "العقل السليم في الجسم السليم"، وتلاميذ المرحلة الأساسية العليا يمكن أن تغرس فيهم هذه المعاني بطريقة أسرع وأفضل من غيرهم ويمكن تزويدهم بالخبرات اللازمة من اجل تحقيق تنور يحقق من خلاله سلوكا رشيدا وينمو مع نموهم ويزداد نضجا وبذلك يتحقق لنا مواطن رشيد.

"وما نجدة الآن من عادات ومعتقدات سلوكية غير سليمة متعلقة بالغذاء في مجتمعنا الفلسطيني ما هي إلا نتاج غياب هذا النوع من الدراسات وإهمالها أو إسقاطها من قبل الباحثين حيث أن في وقتنا الحاضر يسعى الجميع إلى تحقيق التنور والوعي في عدد كبير من المجالات، فلماذا لا يشمل هذا التنور والوعي الجانب الغذائي المرتبط بحياة الفرد وصحته" (أبو جحجوح، 2008: 5)

"وقد أصبح علم التغذية واحداً من أهم العلوم التي يشترك في دراستها معظم طلبة المدارس وطلبة الجامعات في كليات الزراعة، الصيدلة، الطب، الاقتصاد المنزلي، التربية، التربية المدنية، وأسباب الاهتمام بهذا العلم والحرص على تدريسه في الوقت الحاضر ليس لعلاقته بالعديد من العلوم أو لارتباطه بسلامة النمو أو الحماية من الأمراض فقط، ولكن لعلاقته

المباشرة أيضا بالشفاء من العديد من الأمراض أو زيادة اضطراباتها ومضاعفاتها" (المخللاتي، 1997: 1)

وبعد اطلاع الباحث على المناهج الفلسطينية وخاصة محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا وجد الباحث نقصاً كبيراً في تضمن هذه المناهج تربية غذائية أو تنوراً غذائياً كافياً، وأن هذه المناهج في وضعها الحالي لا تحقق أهداف ومبادئ التربية الغذائية، حيث احتوت بعض الموضوعات الغذائية في كتاب الصف الرابع (المجموعات الغذائية، الغذاء المتوازن، التغذية الصحية) والخامس الأساسي (أغذية الوقاية، العلاج بالنباتات)، وفي كتاب الصف التاسع (المواد الغذائية، بعض المشكلات الصحية للجهاز الهضمي)، وتدرس هذه المواضيع من خلال عدة حصص دراسية فقط لا تفي بالغرض المطلوب لإحداث تنور غذائي.

ومن هذا المنطلق شعر الباحث بأهمية هذا البحث ليؤكد أهمية برامج التربية في المجال الغذائي وإكساب الطلبة مفهوم التنور الغذائي في هذه المرحلة لعظم تأثيرها على الإنسان طوال مراحل حياته، و يعتبر هذا البحث امتداد للدراسات التي تناولت موضوع التنور بشكل عام والتنور الغذائي بشكل خاص حيث كان هناك دراسات محلية متعددة تناولت موضوع التنور الغذائي مثل دراسة، أبو حليلة (2008) التي تحدثت عن أثر برنامج بالوسائط المتعددة يوظف الأحداث المتناقضة في تنمية التنور الغذائي لدى طلبة الصف الخامس الأساسي، ودراسة أبو ججوح (2008) والتي تناولت أثر وحدة دراسية مقترحة في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات المعلمات تخصص التعليم الأساسي بجامعة الأزهر ودراسة علم الدين (2007) التي تناولت مستوى التنور البيولوجي وعلاقته بالاتجاهات العلمية لدى طلبة كليات التربية في الجامعات الفلسطينية بغزة، ودراسة العفيفي (2001) التي تناولت مستوى التنور البيئي لدى تلاميذ الصف السادس الأساسي في محافظة رفح (فلسطين)، ودراسة أبو سلطان (2001) التي تناولت مستوى التنور العلمي لدى طلبة الصف التاسع في محافظة شمال غزة وعلاقته ببعض المتغيرات.

وعلى الصعيد الدولي عقدت عدة مؤتمرات والتي كانت محاورها منصبة على الغذاء والتغذية والتي منها، المؤتمر الإقليمي لمنظمة الأغذية الزراعية، منظمة الصحة العالمية للتوعية بسلامة الأغذية (2002)، (2004)، (2005)، وفي عام (2006) عقد مؤتمر سلامة الأغذية، وفي نفس عام (2006) عقدت القمة الدولية الثامنة حول سلامة الأغذية، كما أقرت منظمة الأمم المتحدة للأغذية والزراعة (الفاو) يوم 16 تشرين الثاني من كل عام يوماً للغذاء العالمي.

وعلى الصعيد العربي عقدت عدة مؤتمرات متعلقة بالغذاء والتغذية والتي منها. المؤتمر الدولي الثاني لعلوم وتكنولوجيا الأغذية في مصر (1996) وآخر عام (1999)، ومؤتمر التغذية



والأمراض المزمنة في البحرين(2005)، ومؤتمر المستجدات لتغذية الطفل في الصحة والمرض بالسعودية عام (2007).

وفي حدود اطلاع الباحث كانت هناك بعض الدراسات الإقليمية مثل: دراسة فوزي عطوة (1995) التي تحدثت عن التنور الغذائي لدى معلمي العلوم الزراعية والاقتصاد المنزلي، ودراسة الأمعري (1999) والتي تناولت مفاهيم التربية الغذائية لدى مدرسات المرحلة الابتدائية في دولة الكويت، ودراسة حسانين(2003) والتي تناولت برنامجاً في الثقافة الغذائية قائماً على أسلوب التكامل وأثره في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة بالشعب الأدبية بكلية التربية بسوهاج، ودراسة حسام الدين(2004) التي تناولت فعالية وحدة مقترحة قائمة على النظرية البنائية لتنمية وعي طالبات المدارس الثانوية التجارية بالتربية الغذائية، ودراسة بوقس(2004) والتي تناولت مواضع النقص في الثقافة الغذائية لدى طالبات كلية التربية للبنات بجدة وعلاقته بتخصصهن، ودراسة فخرو (2005) والتي تحدثت عن المعلومات الغذائية المتضمنة في الكتب للصفوف الثلاثة المتقدمة في المرحلة الابتدائية بدولة قطر.

ويتضح مما سبق عدم وجود دراسات محلية تهتم بمستوى التنور الغذائي بشكل منفرد وبناء عليه يجد الباحث أهمية دراسة موضوع التنور الغذائي في المرحلة الأساسية من التعليم الأساسي الفلسطيني ويأمل الباحث أن يتم الاستفادة من هذه الدراسة في تطوير الوحدات الخاصة بالتغذية في كتب العلوم.

### مشكلة الدراسة:

تحدد مشكله الدراسة في السؤال الرئيس التالي:

ما مدى تضمن مناهج العلوم للمرحلة الأساسية العليا لأبعاد التنور الغذائي؟ وما مدى اكتساب  
طلبة الصف التاسع لها؟

ويتفرع منه الأسئلة التالية:

- 1- ما أبعاد التنور الغذائي الواجب توافرها في محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا؟
- 2- ما مدى تضمن محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا لأبعاد التنور الغذائي؟
- 3- ما مدى اكتساب طلبة الصف التاسع الأساسي لأبعاد التنور الغذائي؟
- 4- ما مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي؟

### فروض الدراسة:

نظراً لأن السؤال الأول والثاني من أسئلة الدراسة ذات طبيعة استقصائية فلن يضع  
الباحث لها فروضاً، ولكن اقتضت الضرورة البحثية التحقق من صحة الفروض التالية للإعانة  
على الإجابة عن السؤالين الثالث والرابع لذا جاءت فروض الدراسة على النحو التالي:

- 1- لا يصل مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع لمستوى (75%).
- 2- لا يصل مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع لمستوى 75%.
- 3- لا توجد فروق في مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع يعزى لعامل الجنس؟
- 4- لا توجد فروق في مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع يعزى لعامل الجنس؟

### أهداف الدراسة:

- 1- التعرف على مدى تضمين مناهج العلوم للمرحلة الأساسية العليا لمضامين المعرفة  
الغذائية.
- 2- التعرف على أبعاد التنور الغذائي التي يمكن تضمينها في مناهج العلوم للمرحلة الأساسية  
العليا.
- 3- التعرف على مدى تضمين كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا للاتجاهات الغذائية.
- 4- تحديد مستوي التنور الغذائي لدي طلبة المرحلة الأساسية العليا.
- 5- التعرف على مدى اكتساب طلبة الصف التاسع لأبعاد التنور الغذائي.

## أهميه الدراسة:

- تكمن أهمية الدراسة في الوقوف على مستوى التنور الغذائي لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا.
- قد تفيد الدراسة طلبة المرحلة الأساسية العليا في زيادة الوعي بأبعاد وأهمية التنور الغذائي وإكسابهم عادات غذائية سليمة.
- قد تفيد الدراسة الحالية معلمي العلوم للمرحلة الأساسية العليا في إكساب الطلبة التنور الغذائي المطلوب.
- يمكن أن يستفيد الموجهين وواضعي المناهج في تطوير الوحدات الدراسية المتضمنة لمواضيع التغذية.

## حدود الدراسة:

- الحد الزمني:** طبقت الدراسة في العام الدراسي الحالي 2009/2008 .
- الحد المكاني:** مدارس قطاع غزة وتحديداً المرحلة الأساسية العليا.
- الحد النوعي:** اقتصرت الدراسة على طلبة المرحلة الأساسية العليا من الصف الرابع وحتى العاشر، وهي الصف الرابع، والصف الخامس، والصف التاسع الأساسي.

## مصطلحات الدراسة:

### التنور الغذائي:

هو اكتساب الطالب قدر معين من المعرفة الغذائية التي تمكنه من إتباع عادات غذائية صحيحة، وتجعله يتخذ قرارات غذائية مناسبة، واكتساب اتجاهات سليمة نحو التغذية ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس التنور الغذائي، والذي أبعادة هي المعرفة الغذائية، والعادات الغذائية، وتأثير علم الغذاء على الطالب، وقضايا الغذاء، واتخاذ القرارات الغذائية السليمة، واكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية، وبعُد الغذاء في الإسلام.

### مناهج العلوم:

هي المناهج التي تطبقها وزارة التربية والتعليم في الأراضي الفلسطينية.

### المرحلة الأساسية العليا:

هي المرحلة الممتدة من الصف الرابع وحتى الصف العاشر .

### الصف التاسع الأساسي:

هو الصف قبل الأخير في المرحلة الأساسية الممتدة من الصف الخامس وحتى العاشر

# الفصل الثاني

## الإطار النظري

❖ المحور الأول : التنور العلمي والثقافة العلمية.

❖ المحور الثاني : التنور العلمي وعلاقته بالتنور الغذائي.

## الفصل الثاني

### التنوير الغذائي في الأدب التربوي

حتى يوصف الإنسان قديما بالمتنور يجب عليه أن يعرف القراءة والكتابة وخاصة قراءه القرآن ويحفظ أحاديث النبي صلي الله عليه وسلم، ولكن مع تقدم العلم والتكنولوجيا أصبح الإنسان المتنور هو الذي لديه اطلاع واسع علي مختلف العلوم في عصره وخاصة علوم الحاسوب حيث أن الشخص الذي لا يجيد استخدام الحاسوب في هذا العصر يطلق عليه صفة (الأمي)، فطالب ومعلم اليوم علي وجه الخصوص، و إنسان اليوم علي وجه العموم يختلف عن الإنسان السابق لان العلوم قد تغيرت أو تطورت ولا يصلح معها معرفه القراءة والكتابة فقط

#### 1:1 التنوير:

قال تعالى "ومن لم يجعل الله له نور فما له نور من نور" (سورة النور، آيه: 40). وفي الأصل اللغوي لكلمة التنوير جاءت الكلمة من الفعل الرباعي (نور) ويقال نور الصباح أي أسفر وظهر نوره، ويقال أيضا استنار الشخص أي أصبح مثقفا، ويأتي الفعل نور لازما ويستخدم متعديا: فيقال نور الله قلبه أي هداه إلي الحق والخير وفي الحالتين السابقتين كان مصدر هذا الفعل هو "تنوير" (أنيس، 1973: 962)، والتنوير وقت إسفار الصباح يقال نور الصباح تنويرا، والتنوير الإنارة (مكرم، 1994: 240) وكما يقال بين الناس بالعامية عند ذهاب أحدهم إلي السوق (إني ذاهب لكي أتتور ) أي استطلع واستوضح الأسعار.

وقد عرف خليل (24:1995) مفهوم التنوير بوجه عام "الطرق والأساليب التي يعبر فيها الإنسان عن فهمه للعالم وعن أدوار كينونته فيه، فهو إذن صور لحياة الفرد تتكامل فيها مكونات اللغة التي يستخدمها مع الأفعال التي يقوم بها والقيم التي يتبناها والمعتقدات التي يؤمن بها والمعارف التي اكتسبها والاتجاهات والهوايات الاجتماعية التي يتميز بها عن غيره من البشر بصفه عامة وعن غيره من أبناء ثقافته بصفه خاصة "

ويعرف عبد السميع (1994: 197) التنوير: "بأنة استيعاب الأسلوب العلمي لإدراك المستحدثات المعاصرة بالفهم والتمييز وفهم العلاقات مما يؤدي إلى النفع وحسن أداء الفرد والجماعة".

ويرى الباحث من خلال التعاريف السابقة أن التنوير " هو عبارة عن فهم للحياة التي يعيشها و يحياها الإنسان بمختلف تفاصيلها فالإنسان يحتاج إلي تنوير دائم حسب زمانه ومكانه الذي يعيش فيه فالمدرس يجب عليه أن يكون متنورا في المادة العلمية التي يدرسها وفي غيرها

وكذلك الطبيب والمهندس، وعليه أن يعرف شيئاً عن كل شيء ولا يكتفي بتخصصه العلمي حتى يوصف بالمتنور".

## 2: المحور الأول: التنور العلمي والثقافة العلمية:

### 2: 1 التنور العلمي:

يعرف (Rubbe&Andrersen ، 1976 :250) التنور العلمي "بأنه قدرة الفرد علي قراءة وفهم المعلومات العلمية العادية وأيضاً المجالات العلمية ومعرفة مقدار معين لدور العلم في المجتمع".

ويعرف سليم (1989 :3) التنور العلمي بأنه المعارف والمهارات والاتجاهات التي تتصل بالمشكلات، والقضايا العلمية، ومهارات التفكير العلمي اللازمة لإعداد الفرد للحياة اليومية.

ويعرف طنابوي (1995 :459) التنور العلمي "بأنه فهم المبادئ والمفاهيم الأساسية ذات الصلة بالمشكلات والقضايا العلمية وطريقة الحصول عليها وتكوين اتجاهات ايجابية تمكن الفرد من تطبيق المعرفة العلمية المناسبة في مواقف الحياة اليومية وإدراك العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع".

ويعرف موسي (1995 :12) التنور العلمي "بأنه تزويد الطلاب بالمعارف والمفاهيم الأساسية ومهارات التفكير العلمي والاتجاهات العلمية المتعلقة بالقضايا الاجتماعية المعاصرة ذات الاهتمام العلمي وكذلك فهم العلاقة المتبادلة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع".

ويعرف فراج (1996 :76) التنور العلمي "بأنه قدر معين من المعرفة العلمية الأساسية في مجال العلوم والاتجاهات العلمية وفهم الطبيعة وتاريخ العلم ودور العلماء وإدراك العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع والفهم والوعي بالقضايا والمشكلات البيئية والغذائية والصحية والسكنية والقضايا البيولوجية المرتبطة بالأخلاق والقدرة علي ممارسة عمليات الاستنقاء ومهارات التفكير العلمي واتخاذ القرارات السليمة بالاعتماد علي مصادر المعلومات الموثوق فيها فيما يواجهه من مواقف ومشكلات حياتيه في بيئته ومجتمعه".

### 2:2 خصائص التنور العلمي:

يذكر (فراج، 1996 :70) عدة خصائص للتنور العلمي :

- صعوبة تحديد المفهوم بشكل مطلق وتحديد مستوياته وتأثيره علي أي مجتمع بالتطورات العالمية المختلفة.

- المؤسسات التربوية والتعليمية ليست المسؤولة الوحيدة عن تحقيقه.

- صعوبة تحقيقه في زمن قصير أو من خلال مقرر واحد أو موضوع واحد.

ومن التعريفات السابقة للتطور العلمي يري الباحث أن جميع التعريفات اتفقت في أن التنور هو اكتساب الحد الأدنى من المعرفة، وأن التنور العلمي هو عبارة عن أسلوب من أساليب البحث والاستقصاء المعرفي، ومن خلال التنور العلمي يمكن حل المشكلات التي تواجه الفرد في حياته اليومية، وهو عبارة عن فهم مبادئ وقوانين واكتساب اتجاهات.ومن خلال التعريفات تتضح أيضا صعوبة تحديد المفهوم وسيأتي التفصيل للتطور العلمي وعناصره لاحقا.

### 3:2 الثقافة العلمية :

في ضوء ما يشهده العالم من تحول كبير في جميع المجالات الحياتية منذ بداية القرن الماضي ومطلع القرن الحالي من اكتشافات علمية ، واختراق للفضاء الخارجي ووصول العالم إلى حد القرية الصغيرة والتعامل مع الشبكة العنكبوتية (الانترنت) وأصبحت كلمة الأمي تطلق على الأشخاص الذين لا يجيدون استخدام الحاسوب ولعل هذه التحديات والتحديات المستقبلية تجعلها تحت القائمين على العملية التعليمية والتربوية في بلدنا يهتمون بإعداد المواطن (الطالب) المثقف علميا أو المتنور علميا.

والثقافة في مفهومها العام هي "الإلمام الواسع الشامل والعميق بمجالات المعرفة المختلفة، وقديما قيل أن الرجل المثقف هو الذي يعرف شيئا عن كل شيء" (الصادق، 2006: 13) وفي مفهوم الثقافة العملية فقد عرفها الكثير من المهتمين والباحثين حيث أشار سليم وآخرين (1995: 2) إلى عدة تعريفات للثقافة العلمية والتي من أهمها:

"أنها قدر من المعارف والمهارات والاتجاهات التي تتصل بالمشكلات والقضايا العلمية ومهارات التفكير العلمي اللازمة لإعداد الفرد للحياة اليومية التي تواجهه في بيئته ومجتمعه" ويعرفها أيضا " أنها المعرفة والمهارات العقلية اللازمة للعلوم والرياضيات والتكنولوجيا تلك التي يجب أن يحصل عليها كل فرد بعد إتمام الدراسة الابتدائية والثانوية".

ويعرف الخالدي (2001: 35) الثقافة العلمية بأنها "القدر المناسب من المعارف والمهارات والاتجاهات العلمية اللازمة للطالب حتى يستطيع التعامل بذكاء مع ذاته وزملائه والأشياء المحيطة به والأحداث البيئية ومشكلات الحياة اليومية واتخاذ القرارات المناسبة بشأنها. ويعرف النجدي (1995: 7) الثقافة العلمية " مدى إلمام الطالب بقدر مناسب من المعرفة العلمية الوظيفية وفهم طبيعة العلم وفهم البيئة التي يعيشون فيها والإسهام في حل مشكلاتها وقدرتهم على التعامل مع الأجهزة المتداولة في الحياة اليومية بطريقة صحيحة ، وإكسابهم لبعض الاتجاهات الموجبة نحو العلم وتطبيقاته بحيث تمكنهم في المشاركة الفاعلة في حياة المجتمع المعاصر".

وتعرفها الصادق(2006 :10) "مدى إلمام الطالب في الصف العاشر بقدر مناسب من المعرفة العلمية الوظيفية وفهم البيئة المحيطة والتعامل معها واتخاذ القرارات المناسبة بشأن مشكلاته اليومية".

ويعرف فضل(1995 : 6) الثقافة العلمية بأنها "القدر المشترك الأساسي من المعرفة والسلوك الإنساني القابل للتعميم والبقاء والنمو ، بحيث تمكن الفرد من التعامل الذكي مع التحولات الاجتماعية والثقافية واتخاذ القرارات في الحياة اليومية".

ويعرف الوسيمي (1998 : 3) الثقافة العلمية بأنها " قدر من المعارف والمهارات والاتجاهات العلمية اللازمة لإعداد الفرد للحياة اليومية التي تواجهه في بيئته ومجتمعه، والحياة المستقبلية بما فيها من تغيرات وتطورات".

ويعرفها الشهراني (2000 : 57) "بأنها الوعي والإدراك التام لطبيعة عمليات وأهداف العلم وتطبيقاته المختلفة وما يترتب على ذلك من أدراك للحقائق والمفاهيم والقوانين والنظريات العلمية والعلاقة بين العلم والمجتمع والتكنولوجيا وكيفية تأثير كل منة على الآخر ويتطلب ذلك وجود اتجاهات ايجابية نحو العلم".

ويعرف مصالحة (2002 :10) الثقافة العلمية" مدى إلمام الطالب المعاق بصريا بقدر من المعرفة العلمية والمهارات والاتجاهات والقيم العلمية حول قضايا العلم والتكنولوجيا والمجتمع وقضايا التفاعل المشترك فيما بينهما".

ويري الباحث من خلال التعريفات السابقة أن الثقافة العلمية هي قدر مناسب من المعلومات التي تمكن الإنسان من مواكبة التقدم التكنولوجي والعلمي، وذلك في ضوء ما يشهده هذا القرن من أحداث علمية متلاحقة فلا تكاد تسمع عن اختراع هنا ألا ويلحقه اختراع أعظم منة في مكان آخر من الكرة الأرضية مما أدى إلى نقلة نوعيه في تاريخ الحضارة الإنسانية .

#### 4:2 أبعاد الثقافة العلمية :

حدد (show alter ، 1974 ، 123) أبعاد الثقافة العلمية كما يلي :

- فهم طبيعة المعرفة العلمية.
- تطبيق المعرفة العلمية عند التفاعل مع العالم المحيط.
- استخدام عمليات العلم في حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- التفاعل مع الجوانب المتنوعة للكون بطريقة تتسق مع قيم العلم.
- فهم وتقدير المساعي بين العلم والتكنولوجيا وتفاعليهما مع المجتمع.
- تطوير نظرة أكثر ثراء عن الكون من خلال تربيته العلمية.
- تطوير مهارات يدوية ذات صلة بالعلم والتكنولوجيا.



وحددت الجمعية القومية لمدرسي العلوم في الولايات المتحدة الأمريكية (NSTA، 1982، 23) أبعاد الثقافة العلمية فيما يلي :—

- الإمكانات التكنولوجية والمعرفة العلمية ومهارات الاكتشاف.
  - المعرفة التكنولوجية والعلمية.
  - الاتجاهات والقيم العلمية والتكنولوجية.
  - التفاعل بين العلم والمجتمع والتكنولوجيا في محتوى العلوم الذي يعكس النواحي الاجتماعية.
- وحددت الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس في المؤتمر المنعقد عام 1990 أبعاد الثقافة

العلمية كالتالي :

- فهم طبيعة العلم.
- معرفة المفاهيم الأساسية للعلم.
- فهم العلاقة المتبادلة بين العمل والمجتمع والتكنولوجيا.
- تقدير دور العلم والتكنولوجيا في خدمة المجتمع.
- القدرة على استخدام عمليات العلم لحل المشكلات واتخاذ القرارات اليومية.
- فهم الفرد لبيئته.
- الإلمام بأخلاقيات العلم.
- تكوين اتجاهات علمية إيجابية.
- القدرة على التعامل مع الأجهزة العلمية.

ويمكن تحديد العلاقة بين التنور العلمي والثقافة العلمية أن الثقافة العلمية أكثر اتساعاً وشمولاً من مفهوم التنور العلمي، ذلك لأن مفهوم الثقافة متسع بطبيعته، حيث يشير مصطلح الثقافة إلى مستوى متقدم من الخبرات، بنما يشير مصطلح التنور إلى الحد الأدنى من تلك الخبرات.

وقد استفاد الباحث من عرض أبعاد الثقافة العلمية في اشتقاق أبعاد التنور الغذائي.

### 3:المحور الثاني: التنور العلمي وعلاقته بالتنور الغذائي:

أجريت العديد من الدراسات المتعلقة بالتنور العلمي العام والخاص، فمنها من تناول التنور العلمي وأخرى تناولت التنور الخاص كما في التنور الكيميائي، والتنور التقني، والتنور الفيزيائي، والتنور الصحي، ويعتبر التنور الغذائي جزءاً من التنور العلمي.

#### 1:3 مفهوم التغذية

ترى سابا (1995 : 11) أن التغذية هي " مجموع العمليات التي يحصل بها الجسم على المواد اللازمة لنشاطه ونموه وتجديد خلاياه . وتهدف إلى رفع المستوى الصحي للإنسان عن طريق الغذاء ودراسة أثره على النمو والصحة العامة " ويعرف الشاعر وقطاش (2000 : 13) التغذية" بالعلم الذي يبحث العلاقة بين الغذاء والجسم الحي ، ويشمل ذلك تناول الغذاء وهضمه وامتصاصه وتمثيله في الجسم وما ينتج عن ذلك من تحرير للطاقة وعمليات النمو والتكاثر وصيانة الأنسجة و الإنتاج ،كإنتاج الحليب والبيض ،وكذلك التخلص من الفضلات. أي أن علم التغذية يعنى بجميع عمليات الهدم والبناء التي تجرى في جسم الإنسان، مع ربطها بالغذاء المتناول". ويرى الباحث أن التغذية هي العلم الذي يدرس المواد الكيميائية الداخلة في تكوين الطعام وطريقة دخول هذه المواد إلى الجسم وآلية تعامل الجسم معها وباقي العمليات الميكانيكية التي تخص الجسم كالهضم والامتصاص، والتخزين والانتقال، والإخراج.

### 3:2 العناصر الغذائية والغذاء المتكامل:

#### 1:2:3 العناصر الغذائية

عرفت (سابا ، 1995 : 11) العناصر الغذائية بأنها المواد أو المركبات التي يتكون منها الطعام كالبروتينات والكربوهيدرات والدهون والأملاح المعدنية والفيتامينات والماء وسيطا لها. ويعرف يوسف (1994 : 27) العناصر الغذائية هي المواد الغذائية القابلة لأن تبنى الجسم وتفي باحتياجاته الغذائية.

#### العناصر الغذائية وتشمل:

##### 1- الماء:

عنصر غذائي ضروري للجسم وله وظائف حيوية متعددة ويشكل الدعامة الرئيسية لحياة الإنسان وبقائه. والماء يشكل نسبة عالية من تركيب الخلايا والأنسجة الحية، وهو من الناصر الغذائية المنتجة للطاقة على الرغم من أهميته لجميع عمليات تمثيل الغذاء وإنتاج الطاقة، ولذلك كان لا بد من تناوله باستمرار، حيث يحتاج الإنسان البالغ إلى حوالي 3-4 لتر ماء كل يوم.

## 2- السكريات (الكربوهيدرات):

هي مركبات عضوية تتكون من عناصر الكربون والهيدروجين والأكسجين، وهي تنقسم إلى أنواع متعددة نظراً لتوفرها في أنواع كثيرة من الأغذية. وتتبع أهمية السكريات، وخاصة الذائبة منها، من كونها المصدر الرئيسي للطاقة في غذاء الإنسان، والكثير من الحيوانات المجترة.

## 3- الدهون:

هي مركبات عضوية تحتوي على عناصر الكربون والهيدروجين والأكسجين، وتكمن أهميتها في دورها في تزويد الجسم بالطاقة الحرارية التي تبلغ ضعف الطاقة المأخوذة من السكريات. كما تكمن أهمية الدهون في احتوائها على الأحماض الدهنية التي يحتاجها الجسم ولا يستطيع تصنيعها والتي تدخل في بناء الخلايا وتركيبها. وتحتوي الدهون بالإضافة إلى ذلك الفيتامينات الذائبة في الدهون، والتي تقوم بدور عامل في بناء أنسجة الجسم مثل شبكة العين والعظام، وفي المحافظة على نضارة الجلد وتماسكه.

## 4- البروتينات:

هي مركبات عضوية كبيرة تتكون من وحدات بناء نيتروجينية تعرف بـ " الأحماض الأمينية"، وتتميز البروتينات باحتوائها على عنصر النيتروجين الذي يميزها عن الكربوهيدرات والدهون. وللبروتينات دور هام وأساسي في بناء الأنسجة وصيانتها، وفي تجديد التالف منها، كما تستخدم البروتينات في إنتاج الطاقة في حال نقص الكربوهيدرات.

## 5- الفيتامينات:

هي مجموعة من المركبات العضوية المعقدة في تركيبها، ويتطلبها جسم الإنسان بكميات قليلة نسبياً، وهي ضرورية لصيانة نمو الجسم ووقايته من الأمراض. وهي تنقسم إلى مجموعتين كبيرتين: الفيتامينات الذائبة في الماء والفيتامينات الذائبة في الدهون.

## 6- العناصر المعدنية:

تشكل 4% من وزن الإنسان، وتنقسم إلى أملاح يحتاجها الجسم بكميات كبيرة نسبياً وتسمى العناصر الكبرى مثل أملاح الصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم، وأملاح يحتاجها الجسم بكميات صغيرة نسبياً وتسمى العناصر الصغرى مثل أملاح النحاس واليود والمنجنيز. وتلعب

العناصر المعدنية دوراً هاماً في تنشيط التفاعلات الحيوية داخل الجسم وفي تنظيم سوائل الجسم وتنظيم التوازن الحامضي - القاعدي فيه. (صالح، 2003: 129)

ويرى الباحث أن العناصر الغذائية هي المواد الكيميائية المكونة للغذاء وهي مواد ضرورية لبناء جسم الإنسان حيث تحافظ على حياته وتزوده بالطاقة وتصلح أنسجته وهي تحمل المسميات العلمية التالية الكربوهيدرات، والدهون، والبروتينات، والأملاح، والفيتامينات، والماء والذي يعتبر عصب الحياة، وتعتبر العناصر الغذائية جزيئات صغيرة نحصل عليها من الغذاء الذي نتناوله، وهي العناصر التي تحقق الفائدة الفعلية في بناء الجسم والمحافظة على صحته وسلامته في النهاية.

### 3:2:2 الغذاء المتكامل

تعرف (سابا 1995:11) الغذاء المتكامل " الغذاء الذي يحتوي على كميات كافية تكفي احتياجات الجسم من العناصر الغذائية جميعها " وتعرف لجان العمل الصحي (2004 : 2) الغذاء المتكامل بأنه " الغذاء المتنوع والكافي والذي يحتوي على أغذية البناء والطاقة والوقاية، وهو يضمن النمو الجسدي والعقلي السوي " وعرف الشاعر وقطاش (2000 :14-17) الغذاء المتكامل بأنه " الغذاء الصحي الذي يزود الجسم بجميع ما يحتاجه من العناصر الغذائية بحيث لا تحدث أي نواقص فيه، ولا يتحقق ذلك إلا بتنوع الأغذية التي يحتوي كلا منها على مقادير متباينة من هذه العناصر". ووضع الشاعر وقطاش مواصفات للغذاء المتكامل حيث اعتبراً أن الغذاء الكامل هو الغذاء المناسب للأفراد وفق حاجتهم الحقيقية وفي ظروف بيئتهم البيولوجية والاجتماعية والاقتصادية بما يحقق الصحة ويوفر إمكانيات النمو وحتى يكون الغذاء مناسب يجب مراعاة ما يلي:

- أن يوفر الحاجات الغذائية الموصى بها صحياً وفقاً لطبيعة الفرد (طفل، شاب، كهل، حامل، مريض، مريض) فيما يتعلق بالسرعات الحرارية والبروتينات والعناصر المعدنية والفيتامينات.
- أن يحتوي على أطعمة مختلفة متغيرة قدر المستطاع لضمان تغطية الحاجات الغذائية المكتشفة للنمو وتجديد الخلايا وغير المكتشفة فيما يتعلق بالأمراض والوقاية منها.
- أن يكون الطعام خالياً من المواد الضارة أو السامة كذلك الكائنات الحية المسببة للأمراض من بكتيريا وطفيليات.
- أن يكون ذا كميات مناسبة حسب وزن الإنسان وسنه ونوعه وحالته الصحية والمجهود الجسماني الذي يؤديه ومراعاة للبيئة الجغرافية.

- أن يكون مستساغا ومقبولا في مظهره وإعداده.
  - أن يكون متماشيا مع العادات الغذائية للأفراد والجماعات، على أن لا يكون هذا على حساب قيمته الغذائية والبيولوجية.
  - أن يكون سعره مناسباً ومن السهل الحصول عليه.
  - أن يراعى تكامل وجبات الغذاء اليوم كله بعضه البعض بحيث تمد الجسم في مجموعها بالاحتياجات الغذائية الكاملة.
- مما سبق يرى الباحث أن الغذاء المتوازن هو الذي يحتوى على جميع العناصر الغذائية وتكون مناسبة للإنسان من جميع الجوانب البيولوجية، والجوانب الخاصة ببناء جسمه، ويفضل أن يحصل على الوجبة المتوازنة طبيعياً ويتعد قدر الإمكان عن المواد المصنعة لما تحمل من أضرار صحية.

### 3:3 التنور الغذائي:

يعرف أبو حليلة (2008:46) التنور الغذائي بأنه إلمام الطالب بقدر مناسب من المعرفة العلمية الأساسية للغذاء والتغذية ومكوناته ومدى حاجة الجسم الإنساني لها، والاتجاه نحو التغذية السليمة من حيث أنماط السلوك الصحيحة المتعلقة بالغذاء والتغذية لمساعدته في حل مشكلاته اليومية المتعلقة بالغذاء.

وتعرف حساني (2003: 52) التنور الغذائي هو معرفة وإدراك وإحساس الفرد بأهمية الغذاء والتغذية السليمة وبأنه ليس المهم ملئ المعدة بأي طعام للشعور بالشبع، أو قلة وكثرة الطعام، أو رخص وعلو سعر الطعام، وإنما الأهم من ذلك هو قيمة الطعام ومدى احتوائه على العناصر الغذائية الضرورية للجسم، وقدرة الفرد على اختيار طعامه بطريقة سليمة وحفظه من التلوث والتميز بين الطعام السليم والفاقد وعدم الإسراف في الغذاء وإتباع السلوكيات الغذائية السليمة كما وترى حساني أن التنور الغذائي يؤسس على ثلاث جوانب هي الجانب المعرفي، والجانب السلوكي، والجانب الوجداني.

وقد عرفت أبو ججوح (2008: 13) التنور الغذائي معرفة الطالب الجامعي للمعلومات المتعلقة بالغذاء والتغذية الصحية، وتعديل اتجاهاته نحو العادات الغذائية السليمة بما يؤهله لنقل هذه المعلومات والاتجاهات إلى من سيتعامل معهم من تلاميذ مدارس ومحيط.

وتعرف فخرو (2003: 25) التنور الغذائي بأنه تنمية وعى أفراد المجتمع بأهمية التغذية الصحية وتفهم مبادئها الأساسية التي تشكل وحدة متكاملة يتم بدراستها تحقيق الأهداف العامة للتربية الغذائية، ويمكن أن تعطى كمناهج مستقلة ولاسيما في الصفوف المتقدمة من مراحل التعليم، كما يمكن الاسترشاد بها عند محاولة تضمين المناهج الدراسية بعض المفاهيم الغذائية

،ومنها عناصر الغذاء: الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون، الألبان الغذائية، العناصر المعدنية، الفيتامينات، الماء.

ويتبنى الباحث التعريف الإجرائي التالي للتنور الغذائي وهو: إحاطة الطالب بالمعرفة الغذائية والسلوكيات والاتجاهات السليمة نحو اختيار الغذاء الصحي المناسب للشخص قيمة وقدرًا، ومناسب لعمره الزمني وحاجاته ويكون على وعي بأنواع الأطعمة ومكوناتها وقيمتها الغذائية، كما يجب عليه إدراك مبادئ الإسلام وآدابه من آيات قرآنية وأحاديث نبوية في كيفية وكمية الطعام المتناول.

ومن خلال استعراض التعريفات السابقة لمفهوم التنور وتحليل هذه التعريفات سواء التنور العلمي أو البيولوجي، أو التقني، أو البيئي نجد أنها تتفق في المحاور التالية:

- أن التنور عبارة عن الإلمام بمعلومات أساسية في علم ما وهي عبارة عن الحد الأدنى من المعرفة في هذا العلم.

- تحتوي تلك التعريفات علي إكساب الفرد اتجاهات سلوكية.

- تتمحور التعريفات حوله ربط وفهم العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع.

- صعوبة تحديد تعريف المفهوم بشكل واضح وبالتالي هي عبارة عن اجتهادات.

لذلك يرى الباحث أن خصائص التنور العلمي تنطبق علي خصائص التنور الغذائي وذلك للأسباب التالية :

- لم يتم تحديد مفهوم واضح لمصطلح التنور خاصة والتنور الغذائي بشكل عام.

- أن المنهج المدرسي أو المدرسة هي الأساس في اكتساب العادات والاتجاهات الغذائية السليمة وفي نفس الوقت يجب أن تتكامل معها باقي المؤسسات الموجودة في البيئة المحيطة كالأسرة وعاداتها الغذائية والبرامج التلفزيونية ووسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة

- صعوبة اكتساب الطالب تنور غذائي في وقت الحصص المدرسية لأن المقرر المدرسي يحتوي علي عدة مواضيع والتغذية جزء منها، أي أنه لا يمكن تحقيق التنور الغذائي في وقت قصير.

### 4:3 التربية الغذائية:

إن كلمة متنور تعني تحقيق الحد الأدنى من المعرفة في مجال معين وفي هذه الدراسة يعنى الحد الأدنى من المعرفة في مجال الغذاء. أما مدلول التربية الغذائية فيشير إلي تزويد الفرد بمجموعة من الخبرات التي تشمل (المعارف، المهارات، الاتجاهات ) الغذائية اللازمة لتتويره وتنقيفه غذائياً، وأن السبيل الوحيد إلى تنوير الفرد وتنقيفه غذائياً لا يكون إلا من خلال التربية الغذائية وفي ضوء ما سبق سوف يسرد الباحث بعض التعاريف الخاصة بمفهوم التربية الغذائية منها.

عرفت رشدي (1971: 224) التربية الغذائية أنها محاولات متعددة لإغراء الناس بتعديل طريقة حياتهم من زاوية الصحة والتغذية بوسيلة أفضل في حدود إمكانياتهم. كما ويرى (Mcnutt&steinberg) أن التربية الغذائية هي "العملية التي يتم من خلالها تقديم المعلومات المختلفة إلى أفراد المجتمع والتي تتعلق بتحسين عاداتهم الغذائية، كما تساعدهم على تجنب العادات الغذائية السيئة وتؤدي إلى تطوير قدراتهم على الاستخدام الأفضل لمصادر الغذاء وعلى تطبيق المعارف الخاصة بحفظ الأطعمة بشكل جيد" (قنديل والحسين، 1993: 5) كما عرفت تقارير الدول الأعضاء بمكتب التربية العربي لدول الخليج التربية الغذائية بأنها "تلك العادات والسلوكيات المرتبطة بالغذاء والتي من شأنها أن تحسن صحة الفرد والمجتمع وتصونه من الأمراض" (فخرو، 2003: 24)

وترى حسام الدين (2004: 67) أن التربية الغذائية هي ترجمة المعارف في مجال التغذية إلى سلوك يمارسه الفرد عن طريق استخدام الأساليب التربوية المناسبة لتعليم الفرد كيفية حماية نفسه من أمراض نقص وسوء التغذية وتشجيع العادات الغذائية السليمة والتخلص من العادات غير السليمة.

وعليه تعتبر التربية كمفهوم ومصطلح مستقل أكثر شمولاً من مفهوم التنور حيث أن التربية تعمل على إعداد الفرد إعداداً متكاملًا في شتى مناحي حياته النفسية والاجتماعية والوجدانية، وهنا التربية الغذائية تعنى إعداد الطالب إعداداً غذائياً كاملاً بحيث يفهم العملية الغذائية بشكل كامل وبصورة مستمرة، بينما يعتبر مفهوم التنور أقل شمولاً من مفهوم التربية.

ومن خلال التعاريف السابقة للتنور الغذائي والتربية الغذائية يرى الباحث أن التنور الغذائي يشترك مع التربية الغذائية في:

- المعرفة العلمية لمواضيع الغذاء.
- اكتساب المهارة وخاصة مهارة اتخاذ القرار السليم في تناول الطعام السليم.
- الاتجاه نحو التغذية الصحيحة والتفضيل بين طعام وآخر على أساس القيمة الغذائية.

### 3:4:1 أهداف التربية الغذائية:

يرى المهيزع أن من الأهداف المرجو تحقيقها في التربية الغذائية بعد انتهاء الطالب من المرحلة الابتدائية في الصفوف الثلاثة المتقدمة ما يأتي:

- معرفة الطالب لوظائف العناصر الغذائية المختلفة في الجسم.
- إلمام الطالب بالمصادر الغذائية، وتحديد المصادر المهمة من النوعين والفروق بين برووتين المصدرين.

- فهم الطالب الغذاء المتوازن وأهمية ذلك للجسم.
  - التعرف على المجاميع الغذائية من خلال التعرف على مفهوم الهرم الغذائي.
  - إدراك مدى العلاقة بين تلوث الأغذية، والعدوى، والتسمم الغذائي، وسبل الوقاية منها.
  - إدراك الطرائق المختلفة لحفظ الغذاء من الفساد، ولاسيما المستعملة في المنازل.
  - تكوين الاتجاهات الصحية لخلق الدافعية، واتخاذ القرارات لتحسين الممارسات الغذائية.
- (فخرو، 2003:181)

وحددت فخرو (2003: 26) أهداف عامة يرجى تحقيقها من برامج التربية الغذائية لطلبة المدارس وقد أوجزتها فيما يلي :

- نشر العادات الغذائية السليمة بين مجتمع الطلاب وبقية أفراد المجتمع وذلك بدراسة الحالة الغذائية للمجتمع وما تشمله من مشاكل غذائية وإيجاد حلول لها.
- تعليم أساسيات الغذاء والتغذية وتطبيقها في الحياة اليومية.
- تطوير المفاهيم الغذائية للطلبة وإكسابهم مهارات في إنتاج وتخزين وحفظ واختيار وإعداد الغذاء.
- تعريف الطلاب بالمنتجات الغذائية المتوافرة في الأسواق مما يؤدي إلى نمو الوعي الغذائي لديهم وممارسة السلوك الذي يقلل من المخاطر الصحية.
- الاهتمام بالكيف في البرامج الغذائية لتأهيل المدرسين أثناء الخدمة لقصر وقت البرامج المقدمة.
- الاهتمام بوجود رابطة من طلبة المدارس من مهامها الاتصال بالطلاب وتقديم الإرشاد الغذائي لهم وتقويم وجباتهم الغذائية.
- رفع المستوى الصحي وتحفيز النمو والتطور لطلبة المدارس.
- تزويد الطلاب بمعلومات وافية عن القيمة الغذائية للأطعمة المختلفة في البيئة والسائعة الاستخدام.
- تزويد الطلاب بالمعلومات عن مصادر الغذاء المختلفة التي تكون الوجبات الغذائية وعناصر الغذاء التي يحتاجها الجسم.

وترى رشدي (1971: 244) أن أهداف التربية الغذائية تتمثل في:

- بيان العلاقة بين التغذية الجيدة وصحة الجسم.
- بذل الجهد لاستمالة الناس وإقناعهم بفائدة تعلم الأصول العلمية للتغذية.
- مساعدة كل فرد للحصول على حاجاته الغذائية المناسبة لدخلة المادي.
- تعليم الأفراد التغذية في حالات الصحة والمرض.
- تعليم الأفراد طرق إعداد الطعام بصورة تحافظ على عناصره الغذائية.



- تدريب الأفراد على تخطيط الوجبات اليومية المتزنة المتكاملة.
- القضاء على العادات الغذائية الضارة التي تفسد الهضم والامتصاص.
- تعليم الأفراد متابعة نظامهم الغذائي وتقييم وجباتهم اليومية على أساس ما تؤديه من أهداف في تحقيق الحيوية والنشاط .

ويرى الباحث أيضا أن من أهداف التربية الغذائية فهم مكونات الطعام ووظائفه وحاجة الجسم لها في كل الأعمار، وفهم العلاقة المتبادلة والتكاملية بين الجسم والمواد الغذائية وأن يدرك العلاقة المتبادلة بين الغذاء وصحة جسم الإنسان وتطبيق علم التغذية في علاج الناس.

### 3:5 مصادر التنور الغذائي:

- يرى عطوة (1995:127) أن التنور الغذائي يستمد مصادره من عوامل محلية وأخرى عالمية، وإذا كنا نريد تحديد مفهوم التنور العلمي الغذائي وعناصره لكي يكون عاملاً مؤثراً في بناء المناهج فإنه يلزم البحث عنها وتجميعها في عدة مصادر هي:
- التقدم العلمي: في مجال صناعة الغذاء وما سيتبعه من إضافات للثقافة العلمية الغذائية .
  - الاتجاهات العالمية: فإذا كانت هناك قضايا تؤثر في العالم وربما لا تؤثر بنا حتى الآن مثل التفاعلات النووية ودفن النفايات وغيرها لا بد وأن تكون من عناصر إعداد المواطن المتنور.
  - مشاكل المجتمع: وهي الوعي الرئيسي للعناصر الأساسية في الثقافة العلمية الغذائية كالمرض وربطة بمشكلة التغذية الصحية، والتلوث البيئي، وزيادة السكان والثقافة البيئية و الغذائية والصناعية وغيرها-كل هذا ضروري في إعداد الإنسان الصالح.
- يرى العديد من الخبراء والمتخصصون في صناعة الغذاء أن التعليم المدرسي حتى الآن لا يسعى إلى تنمية أبعاد التنور الغذائي بالشكل المطلوب سواء في المناهج المدرسية كمحتوى معرفي أو وجداني أو مهاري وفي مستويات المراحل التعليمية المختلفة من التعليم (أبو حليلة، 2008: 48).
- ويشير (smith & Horner ، 1981 :16-17) إلى أن المدارس لم تتجح حتى الان في تكوين الفرد المتنور علميا رغم تطور العلم والتكنولوجيا واهتمام أجهزة ومؤسسات المجتمع الثقافية بنشر الثقافة والتنور العلمي.

### 6:3 صفات الشخص المتنور غذائيا:

يحدد (سليم، 1989: 11-8) صفات الشخص المتنور غذائيا بـ:

- فهمه طبيعة المعرفة العلمية للغذاء والتغذية وأهميته ومدى حاجة الجسم الإنساني لها.
- فهمه الصلة التي تربط بين العلم وتكنولوجيا الصناعات الغذائية والعلاقة المتبادلة بينهما، والعلاقة التي تربطهما بالمجتمع.
- اكتسابه العادات الغذائية السليمة، والاتجاهات نحو التغذية الصحية من حيث أنماط السلوك الصحيحة المتعلقة بالغذاء والتغذية، والإلمام بمفهوم الوجبة المتوازنة، التي تعتبر من أهم عوامل الحد من مشكلات سوء التغذية حتى في دول العالم المتقدم
- إلمامه بكثير من أمراض سوء التغذية، فمعظم حالات زيادة الوزن والترهل، ترجع أساساً إلى الإفراط في تناول الطعام والاعتماد على أنواع معينة من الأغذية دون غيرها.
- أن نظافة الغذاء ليس في مظهره الخارجي فقط بل في داخله أيضاً، لأن الطفيليات والجراثيم المسببة لأشد الأمراض وأخطرها كائنات صغيرة جدا تعيش داخل جسم المريض وتخرج من إفرازاته وتصيب الإنسان السليم بالمرض إذا تلوث به طعامه أو شرابه.
- أن لديه تنور عام بطبيعة مشكلة الغذاء في العالم وأبعادها المختلفة، وتطور الشعور بضرورة التضامن على الصعيدين الوطني والدولي بشأن الكفاح ضد الجوع والفقر وسوء التغذية.

ويقترح الباحث الصفات التالية للشخص المتنور غذائيا:

- اكتساب الحد الأدنى من عناصر التنور الغذائي.
- يلم بالمعارف والأفكار الخاصة بالغذاء.
- يعي كيفية حصوله على الغذاء من مصادره السليمة.
- لديه اتجاهات علمية ويتابع التطورات الحديثة في علم الغذاء.
- يستطيع التعامل مع البيئة بحكمة وعقلانية.
- الإلمام بأداب الطعام والشراب حسب الدين الإسلامي.

### 7:3 عناصر التنور الغذائي وارتباطها بعناصر التنور العلمي:

نظرا للتداخل بين عناصر التنور العلمي فأنه يصعب تحديد عناصر التنور الغذائي منفردة وبناءً عليه سوف يسرد الباحث عدد من عناصر النور العلمي حسب اجتهاد الباحثين ومن ثم يستخلص عناصر التنور الغذائي.

يرى (سليم، 1989: 26) أن عناصر التنور العلمي الأساسية تتمثل في:

- فهم طبيعة العلم.
- الإلمام بقدر مناسب من المعرفة العلمية.
- إدراك العلاقة بين العلم والتكنولوجيا.
- ويرى ملكاوى والعبد الله، (1996) بأن عناصر التنور العلمي تتمثل في:
  - العلم كجسم من المعرفة.
  - العلم كطريقة من التفكير.
  - العلم كطريقة من البحث.
  - التفاعل بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع.

ويشير (فضل، 1995: 76) إلى أن عناصر التنور العلمي تشمل:

- تحصيل المعرفة العلمية.
  - فهم طبيعة العلم.
  - فهم البيئة كنتيجة لدراسة العلوم.
  - التعامل مع الأجهزة.
  - الاتجاهات الموجبة مع العلم.
- ويرى (show alter، 1984: 111-116) أن عناصر التنور العلمي هي:

- فهم طبيعة العلم .
  - معرفة المفاهيم الأساسية للعلم.
  - استخدام مهارات التفكير العلمي.
  - التفاعل بطريقة متناغمة مع قيم العلم.
  - إدراك العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع.
  - امتلاك ميول علمية.
  - امتلاك مهارات يدوية متصلة بالعلم والتكنولوجيا.
- كما أشار (الغنام، 2000: 88) إلى أن عناصر التنور العلمي للمرحلة الإعدادية تشمل:
- طبيعة العلم .
  - المفاهيم العلمية الرئيسية .
  - العلاقة المتبادلة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع .
  - العلاقة المتبادلة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع والبيئة.
  - مهارات التفكير العلمي.
  - المهارات العلمية التطبيقية.

- الاتجاهات والميول العلمية.

- القيم العلمية.

وفى البيئة الفلسطينية المحلية أشار كلا من الأغا والزعانين (2000:187) إلى عناصر التنور العلمي التي يجب أن تتضمنها المرحلة الابتدائية:

1- المفاهيم العلمية وتشمل: الآلات والأدوات، نشأة الحياة والكائنات الحية، الاختراعات الكبرى، الفضاء والكون، الطقس والمناخ، الصناعات الكيماوية، الإنسان والصحة .

2- العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع: وتشمل التطبيقات العلمية والتكنولوجية المتعلقة بـ:

- استخدام الآلات والأدوات، ومعرفة المهن المرتبطة بها في البيئة الفلسطينية.

- الاختراعات الكبرى واستخداماتها مثل السيارات، الهاتف، المدفأة، الثلاجة، آلة التصوير، الجوال، الكمبيوتر، الآلة الحاسبة، السخانات الشمسية

- فوائد وأضرار كل من: المد والجزر، الكسوف والخسوف، الزلازل

- معرفة بعض الأجهزة المستخدمة في الأرصاد الجوية كالهيجوميتر و الانيمومتر.

- معرفة فوائد واستخدامات الصابون والذهب والنسيج والألياف والأدوية .

3- مهارات التفكير العلمي: ومن هذه العمليات (الملاحظة، التصنيف، استخدام الأجهزة والأدوات، القياس، استخدام الأرقام، التفسير، التنبؤ، التجريب، الاستنتاج، الاستدلال، استخدام العلاقات الزمانية والمكانية )

4- الاتجاهات العلمية الايجابية: والتي منها ( تقدير العلم والعلماء، نبذ الخرافات، حب الاستطلاع، الأمانة العلمية، التروي في إصدار الأحكام ، التفتح الذهني )

ويرى أبو حليلة (2008: 53-54) أن هناك الكثير من التقاطعات بين عناصر التنور العلمي والتي تتفق في المحاور التالية:

- الإلمام بقدر مناسب من المعرفة العلمية.

- امتلاك مهارات التفكير العلمي.

- إدراك العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع.

- اكتساب اتجاهات علمية إيجابية.

ويرى أبو حليلة (2008،53) أيضا أن هنالك اختلاف في تضمين التنور العلمي للعناصر التالية:

- الالتزام بأخلاقيات العلم.

- امتلاك ميول علمية.

- امتلاك مهارات يدوية.

- إدراك العلاقة بين العلم والمجتمع.
- تقدير دور العلم في خدمة المجتمع.
- ويرى أبو حليمة (2008،54) أن عناصر التنور الغذائي تشمل:
- الإلمام بقدر مناسب من المعرفة العلمية.
- اكتساب الاتجاهات العلمية الايجابية.
- اكتساب مهارات نحو الغذاء والتغذية السليمة.

### ومما سبق يرى الباحث أن عناصر التنور الغذائي تتمثل فيما يلي:

- فهم طبيعة علم الغذاء.
- معرفة مكونات الغذاء الأساسية .
- اختيار الغذاء بناء على تفكير سليم .
- فهم العلاقة المتبادلة بين الغذاء والعلم وتأثير كلا منهما على الآخر.
- إدراك تأثير علم الغذاء على المجتمع والفرد.
- الابتعاد عما حرمه الإسلام من الأغذية.
- اكتساب اتجاهات ومهارات علمية صحيحة نحو الغذاء .

### 8:3 كيف نحقق التنور الغذائي؟:

للجواب على هذا السؤال سوف يستعرض الباحث مجموعة من آراء المختصين في هذا المجال.

يؤكد حنا(1993 : 126-127) أن الإعلام من أبرز الأجهزة التي تيسر نشر التنور الغذائي وتحقق التربية الغذائية بين ربوات البيوت وأفراد الأسر والمسؤولين عن التغذية سواء الفردية أم الجماعية في الأسر وبعض المؤسسات وذلك لأنه يغطي قطاعات عريضة من أفراد المجتمع ويأخذ نصيباً ملموساً من الوقت اليومي لكل فرد"

كما يرى الأمعري (1999: 66) أن العوامل السائدة في المجتمع تؤثر على تكوين ونوعية ومفاهيم التربية الغذائية لدى الأطفال في مراحل مبكرة حيث وجد أن العائلة لم يعد لها التأثير الوحيد على الأطفال حيث يؤثر الوسط الإعلامي والدعاية بدرجة كبيرة على السلوك الغذائي للأطفال.

بينما يرى رويحة (1980: 87) " أن لبرامج الإرشاد الغذائي أهمية خاصة في العصر الذي نعيشه والذي تغيرت فيه أساليب الحياة سواء في العمل أو السكن فازداد التلوث البيئي كما ازداد استخدام الناس لوسائل المواصلات اليومية في مقابل تقليل عادة المشي واهتم الناس

بالماديات مما قلل من فترات الاسترخاء البدني أو العصبي لديهم كما تزايد استخدام العقاقير المنشطة والمهدئة وكلها مظاهر ضارة للمدنية الحديثة ولها آثارها الواضحة التي تنعكس سلبا على صحة الإنسان ."

في حين تعتبر علوية أن برامج الإرشاد الغذائي الوسيلة الرئيسية لإكساب المعلومات الغذائية والسلوك الغذائي السليم لأفراد المجتمع وتعد برامج الإرشاد الغذائي جزءا من برامج التربية الصحية وتتحقق أهداف هذه البرامج من خلال وسائل متعددة من بينها المقررات التي تقدم للطلاب في مراحل التعليم المختلفة والتي تتعلق بموضوعات ذات علاقة بالغذاء والصحة وممارسة العادات الغذائية السليمة ( قنديل والحسين، 1993 : 4 )

كما أشارت الرابطة الأمريكية للغذاء بدور كلا من المجتمع والمدرسة في أهمية تزويد الطلبة بالثقافة الغذائية وتعتبر المدرسة هي المعبر الأكثر أهمية وفاعلية لنشر برامج التربية الغذائية حيث يمكن دمج تلك البرامج في المقررات الدراسية المختلفة وكما أوصت منظمة اليونسكو بذلك ( فخر، 2003 : 25 ).

وترى فخر أن هناك عدة وسائل يمكن استخدامها لنشر التربية الغذائية وهي كالتالي:

- الكتيبات الثقافية.
- الملصقات.
- الإذاعة المسموعة.
- الإذاعة المرئية ( التلفزيون ).
- أسلوب الاتصال الشخصي أو المواجهة.

مما تم استعراضه سابقا يقترح الباحث وسائل أخرى لتحقيق التنور الغذائي:

- المسجد:** حيث تلقى فيه الدروس والخطب والندوات وبالتالي يجب على من يلقي المواعظ أن يشير إلى آداب الإسلام في الطعام والشراب.
  - الأسرة:** بما تمثله من رمزية بالنسبة للأبناء.
  - الأصدقاء:** حيث أن هؤلاء الأصدقاء يتجمعون من أسر مختلفة ولكل أسرة عادة غذائية معينة.
  - العادات المجتمعية:** حيث لكل مجتمع عادات غذائية تختلف عن بعضها البعض.
  - الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى:** يحدث زيادة في الثقافة عامة ومنها الثقافة الغذائية.
  - الندوات والمؤتمرات العلمية:** حيث يتم فيها نشر كل ما هو جديد في عالم الصحة والغذاء.
- لذلك يرى الباحث أن عملية اكتساب وتحقيق التنور الغذائي هي عملية متكاملة بحيث تشترك فيها كافة المؤسسات الموجودة في المجتمع سواء كانت مؤسسات رسمية كالمدارس ورياض الأطفال أو الجامعات أو مؤسسات مستقلة أو مؤسسات أهلية أو منظمات عالمية مؤثرة

في المجتمع المحلى ولا ننسى أهمية وسائل الإعلام بمختلف أنواعها المرئية والمسموعة والمقروءة في تحقيق التنور الغذائي حيث تفرّد وسائل الإعلام في برامجها اليومية مساحة خاصة لربات البيوت في صناعة وتحضير الأكلات المختلفة فكل ما ذكر مسؤل عن تحقيق تنور غذائي مناسب في المجتمع والمجتمع الفلسطيني على وجه الخصوص.

### 9:3 أبعاد التنور الغذائي :

- ترى أبو ججوح (2008: 51) أن التنور الغذائي يتضمن الأبعاد التالية:
- التعرف على الغذاء وأثره على الإنسان والعلاقة المعقدة والتداخل بين طبيعة الغذاء وحياة الإنسان.
- التعرف على المشكلات الغذائية من حيث أسبابها وآثارها والعمل على إيجاد الحلول لها.
- التدريب على مهارة التفكير السليم في اتخاذ القرارات المناسبة لحل المشكلات الغذائية في ضوء ما يتوفر من معلومات ومعارف وحقائق عن الغذاء.
- التنور الغذائي يعد المستوى الأول لتكوين الاتجاهات التي تحدد سلوك الفرد نحو التعامل مع الغذاء.
- المحافظة على الغذاء بترشيد استهلاكه وطرق إعدادة التي تحافظ على قيمته الغذائية.
- تحسين نوعية الحياة وذلك عن طريق تربية النشء تربية غذائية سليمة، لتنمية القيم والاتجاهات حتى يكون سلوكهم سليم في عاداتهم الغذائية.

### ويتبنى الباحث الأبعاد التالية للتنور الغذائي:

- المعرفة الغذائية وتشمل التعرف على أنواع الأغذية والعناصر الغذائية والتداوى بالأعشاب.
- العادات الغذائية وتم تقسيمها من قبل الباحث إلى عادات غذائية صحيحة وعادات غذائية خاطئة.
- تأثير علم الغذاء (التغذية) على الطالب ويشمل هذا البعد الأمراض وعلاجها.
- قضايا الغذاء ويشمل هذا البعد الأغذية تأثير الأغذية المصنعة، الطب والغذاء.
- اتخاذ القرارات الغذائية السليمة ويشمل هذا البعد الغذاء المتوازن ، التنوع الغذائي ، الرقابة الصحية المستمرة.
- اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية ويشمل هذا البعد الاتجاه نحو التغذية السليمة، وتعزيز المفاهيم الصحيحة حول العادات الغذائية.
- نظرة الإسلام إلى الغذاء ويشمل هذا البعد الغذاء في القرآن والغذاء في السنة.
- سيتطرق الباحث لكل بعد من أبعاد التنور الغذائي بشيء من التفصيل.

### 3:9:1 المعرفة الغذائية

إن المعرفة بشكل عام هي الخبرة والمهارات التي يمكن للفرد أن يكتسبها من خلال الخبرة في مجال معين أو التعليم بشكل عام وقد تكون هذه المعرفة عملية أو نظرية، ويعتبر الكثير من الفلاسفة أن العقل هو أداة للمعرفة، أما المعرفة في مجال هذا البحث فيقصد بها الباحث اكتساب الخبرة والمهارة في التعرف على أنواع الأغذية (أغذية الطاقة- أغذية البناء- وأغذية الوقاية) كذلك التعرف على العناصر الغذائية الأساسية (كربوهيدرات- الأملاح- الدهون- الفيتامينات- البروتينات) والتي تعتبر مكونات ومركبات لأنواع الأغذية السابقة الذكر فالكربوهيدرات والدهون هي أغذية طاقة وتوجد في الكثير من الأغذية مثل، الحبوب، والخبز، والأرز والمعكرونه، والبطاطا، والكعك، والمربي، والعسل، والزيوت.

والبروتينات هي أغذية بناء وهي مسئولة عن تكوين الخلايا والأنسجة وإصلاح التلف منها ومصادر البروتينات حيواني مثل اللحم، والأسماك، والبيض، والألبان ونباتي مثل البقوليات، و الحبوب. وتعتبر الفيتامينات أغذية وقاية وهي موجودة في الخضروات مثل الخيار، والطماطم والخس، والكرنب، وتوجد الفيتامينات أيضا في الفواكه مثل التفاح، والعنب، والبرتقال.

ويشمل أيضا التعرف علي الطب البديل والتداوي بالأعشاب، والتعرف علي المادة الفعالة طبيياً، ويطلع علي إسهامات العلماء العرب في مجال علم النبات وذلك من خلال دراسته في المرحلة الأساسية العليا من التعليم الفلسطيني.

### 3:9:2 العادات الغذائية

قسم الباحث هذا البعد إلى عادات غذائية خاطئة مثل تناول الطعام بكثرة، والإكثار من تناول الوجبات الغذائية السريعة، وتناول الأغذية المقلية بكثرة، الإكثار من تناول المشروبات الغازية، وتناول أغذية غنية بالدهون، وتناول الأغذية المملحة، وعدم ممارسة الرياضة، وعادات غذائية صحيحة مثل تجنب المشروبات المتلجة، والمشروبات شديدة السخونة، وتجنب تناول طعام دسم عند الاستيقاظ من النوم أو عند النوم ، وعدم الإسراف في تناول الطعام.

ويذكر الزعبوط(2002: 10) بعض العادات الغذائية الخاطئة والتي يتم ممارستها في

مجتمعنا الفلسطيني:

#### 1- المرطبات

تتلخص أضرار هذه المرطبات على النحو التالي:

- البرودة الزائدة تضعف الجهاز التنفسي العلوي مما يعطي فرصة للبكتيريا الضارة الموجودة في هذه المرطبات أيضا لإحداث المرض كالتهاب اللوزتين المتكرر والجهاز التنفسي العلوي والقصبه الهوائية.



-احتواء هذه المرطبات على كميات كبيرة من الصبغات والنكهات الصناعية والمواد الحافظة التي تزيد من خطر الإصابة بالسرطان .

-احتواء هذه المرطبات على كميات كبيرة من السعرات الحرارية التي تضعف الشهية وتؤدي إلي أمراض سوء التغذية عند الأطفال والسمنة عند الكبار .

-المشروبات الغازية تساعد في ظهور مرض هشاشة العظام خاصة عند النساء الحوامل .

## 2- السكاكر والحلويات

وتشمل هذه السكاكر مصاصات الأطفال،الشكولاتة والعلكة ،والمربيات والحلويات العادية فهي تحتوى على السكر بالإضافة إلى مواد حافظة وأصبغ ضارة ،فالسكر يسبب تسوس الأسنان والبدانة وفقدان شهية

## 3- الدهون والزيوت

الدهون مثل الدهون الحيوانية والزيوت النباتية المهدرجة والإكثار منها يؤدي إلى :

- السمنة وزيادة النسيج الدهني في الجسم يؤدي إلى قابلية الإصابة بكثير من الأمراض مثل السكري وارتفاع ضغط الدم وأمراض تصلب الشرايين .
- قد يعمل النسيج الدهني عمل الغدد الصماء فيؤدي إلى إفراز هرمون الاستروجين خاصة بعد سن اليأس عند النساء مما يزيد خطورة الإصابة بسرطان الثدي والرحم

## 4- الأطعمة الناعمة الخالية من الألياف

- وتشمل جميع أنواع الحلويات الشرقية والكعك والبيتزا وأنواع الخبز الإفرنجي و المعجنات .
- كما أن النخالة التي تحتوي على الألياف، وبعض الفيتامينات التي كانت تضاف إلي الدقيق اندثرت الآن ،ونلخص فوائد الألياف في الطعام فيما يلي:
- تقلل الإصابة بمرض سرطان القولون والبواسير والإمساك.
- تقلل الإصابة بحصوات المرارة.
- تقلل من الإصابة بأمراض القلب والشرايين.
- تقلل الإصابة بأمراض السكري.
- أكل الأطعمة التي تحتوي على ألياف كثيرة يخفف من أكل الدهون والسكريات مما يمنع السمنة.

## 5- الأطعمة المملحة والمشهية

مثل الطراشى ،الفلفل الأحمر ،التوابل و الشبس،و هذه الأطعمة تقوى الشهية لتناول المزيد من الطعام دون الحاجة لذلك ،وتزيد من مخاطر التهابات المعدة و الإثنى عشر ، والإصابة بحصوة المسالك البولية كما أنها تحتوى على مواد حافظة وأصباغ ضارة للجسم.

## 6- الشاي

الشاي المغلي مدر للبول ومنبه للجهاز العصبي ويزيد من القلق والتبول اللاإرادي عند الأطفال أثناء النوم ، كما يحتوى على حامض التنيك الذي يمنع امتصاص الحديد مما يزيد من مخاطر أنيميا نقص الحديد خاصة عند الأطفال والنساء الحوامل.

وبناء على العادات الغذائية الخاطئة السالفة الذكر يقدم الزعبوط (2002: 13) مجموعة من الإرشادات الغذائية:

- استعمال العصائر الطبيعية كالبرتقال والكر فوت والجوافة الخ وهي موجودة بكثرة في موسمها وتحتوي على كثير من الفيتامينات إضافة إلي قلة السعرات الحرارية مقارنة بالعصائر المصنوعة والفيتامينات بشكل عام خاصة a, e, c تساعد علي التخلص من المركبات العضوية داخل الجسم التي قد تسبب الإصابة بالسرطان .

- التخفيف من استعمال المتلجات والمرطبات وبدلاً من هذا كله الحرص على تناول كوبين من اللبن يوميا أو بدائله من الجبن واللبنه واللبن الرايب لأن ذلك يساعد على نمو الأطفال ويعمل على منع هشاشة العظام عند الكبار .

- حجب الأطفال عن شراء السكاكر والحلويات وان كان لا محال يُحث الطفل علي تناول الحاجيات المملحة قبل الأكل وتناول الحاجيات حلوة المذاق بعد الأكل ولكن بكميات قليلة قدر الإمكان.

- التخلص من زيت القلي بعد استعماله يوميا وذلك لمنع تكوين المركبات العضوية المسببة للسرطان.

- التقليل من كمية الدهون خاصة الحيوانية والنباتية المهدرجة عند الأكل.

- حافظ على الوزن المثالي عن طريق ممارسة الألعاب الرياضية (المشي لمدة نصف ساعة يوميا علي الأقل ) وتناول الأطعمة قليلة الطاقة وغنية بالألياف والفيتامينات مثل سلطة الخضار يوميا.

- الإكثار من أكل الفواكه الطازجة بقشورها والبقول والخضروات الطازجة والدقيق الأسمر بدون تنخيل وأعلم أن الأكل الخشن يسهل الهضم وأن الأكل الناعم يعسره.

- التقليل بقدر الإمكان من الأطعمة المملحة والتوابل.

- التقليل من شرب الشاي المغلي خصوصاً خلال وبعد تناول وجبة الغذاء مباشرة ويفضل منع الأطفال والنساء الحوامل قدر الإمكان عن تناوله حتى لا يكونوا عرضة لفقر الدم.
- التخلص من عادة الأكل مابين الوجبات الرئيسية خاصة المكسرات والمسليات بشكل عام لأنها تحتوي علي نسبة عالية من السعرات الحرارية التي تسبب الزيادة في الوزن.
- اعتماد طريقة السلق في أعداد الطعام والتخلص من عادة القلي.

### 3:9:3 تأثير علم الغذاء (التغذية) على الطالب

تم تقسيم هذا البعد إلي محورين المحور الأول تناول الحديد عن خطورة الأمراض التي من الممكن أن يسببها تناول الغذاء بصورة خاطئة، وتناول المحور الثاني كيفية العلاج من الأمراض (العلاج بالوقاية، العلاج بالطبيعة، والعلاج المصنع) ويشمل المحور الأول الأمراض التالية: السمنة، مرض السكري، مرض تسوس الأسنان، مرض تصلب الشرايين

### 4:9:3 قضايا الغذاء

تم تقسيم هذا البعد إلي محورين المحور الأول تناول الحديد عن الأغذية المصنعة والتي تشمل الإكثار من تناول المواد الغذائية المعلبة، المواد المضاف إليها مواد حافظة، والمواد الغذائية المصبوغة ، بينما تناول المحور الثاني علاقة الطب بالغذاء ويشمل استخدام الأعشاب في الطب الشعبي والمادة الفعالة في النباتات.

### 1- الأغذية المصنعة

وتشمل الإكثار من تناول المواد الغذائية المعلبة، المواد المضاف إليها مواد حافظة، والمواد الغذائية المصبوغة والتي يجب عدم الاعتماد عليها وذلك للأسباب التالية:

- لأن طرق حفظ الغذاء تتم باستخدام المواد الكيماوية والمضادات الحيوية، تضاف هذه المواد الكيماوية بغرض القضاء على البكتيريا الضارة و التي تفرز سموماً تكون سبباً في تلوث الغذاء و بالتالي حدوث التسمم الغذائي

- أيضاً تضاف بعض الملونات الغذائية و مواد التحلية و المواد المنكهة بغرض جعل الغذاء أكثر استساغة و جذبا و ذا طعم مقبول .

- مما سبق يتضح لنا أن الاستمرارية في تناول المعلبات و الأغذية المحفوظة التي تباع في معظم مراكز التسوق. بالتأكيد لها آثار جانبية تكون ضارة بالصحة للكبار و الأطفال- أيضاً الاعتماد على تناول المعلبات فترة طويلة وعلى المدى البعيد ممكن أن تحدث منه آثار ضارة للكلى و ينتج عنها الفشل الكلوي و الذي أصبح منتشراً بين أفراد المجتمع و في مختلف الدول .

## 2- علاقة الطب بالغذاء

ويشمل استخدام الأعشاب في الطب الشعبي والمادة الفعالة في النباتات، حيث يعتبر التداوي بالأعشاب من الظواهر العريقة، وكان الأطباء العرب القدماء يؤمنون بأنه لا يوجد مرض لا يمكن علاجه بالنباتات، وقد تدرجت معرفة هذا النوع من التداوي من سلالة إلى أخرى حتى كونت ما يسمى بالطب الشعبي في العالم العربي، ولقد اشتهر العرب في تطوير التداوي بالأعشاب خلال العصور الوسطى، وانتشرت أبحاث ومخطوطات مبنية على قواعد قوية إبان العصر الذهبي للطب الإسلامي.

### 3:9:5 اتخاذ القرارات الغذائية السليمة

يهدف هذا البعد إلى التعرف على مهارة الطلبة في اتخاذ القرارات الغذائية السليمة حيث اشتمل هذا البعد على معرفة الغذاء المتوازن القادر على تلبية احتياجات الجسم المختلفة من بناء وترميم وطاقة ومقاومة للأمراض، والذي يحتوي على جميع العناصر الغذائية الأساسية لضمان استمرار الحياة بشكل سليم؛ والرقابة الصحية المستمرة على الغذاء سواء من الطالب، أو من الأسرة، أو من المدرسة لها أثر كبير في الحفاظ على سلامة الإنسان، وحمائته من الأمراض المعدية والخطيرة التي يمكن انتقالها عن طريق الأغذية الملوثة التي تشكل واسطة غير مباشرة لنقل هذه الأمراض.

### 3:9:6 اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية

يشتمل هذا البعد على محورين؛ محور الاتجاه نحو التغذية السليمة ويحتوى على (الاهتمام بنظافة الطعام، الاتجاه نحو تناول أغذية طبيعية، الابتعاد عن الأغذية المصنعة، إكساب العادات الغذائية السليمة)، ومحور تعزيز المفاهيم الصحيحة حول العادات الغذائية ويحتوى على (الاهتمام ببرامج التوعية الغذائية لطلبة المدارس، دور المدرسين والآباء ولأمهات كقدوة للأبناء، متابعة عملية التنقيف الغذائي مجتمعياً من خلال وسائل الإعلام، إكساب الطالب بعض الاتجاهات السليمة نحو الغذاء كغسل اليدين قبل تناول الطعام وبعده، وقراءة تاريخ إنتاج وانهاء المنتج).

### 3:9:7 الغذاء وأهميته من خلال التراث الإسلامي

اهتم ديننا الحنيف بالزراعة واعتبرها المصدر الأول للغذاء فشجع الرسول صلى الله عليه وسلم على الزراعة حيث قال عليه الصلاة والسلام " لا يغرَس المسلم غرسا ولا يزرع زرعاً يأكل منه إنسان ولا دابة ولا شيء إلا كانت له صدقة " رواه جابر بن عبد الله .  
وقال عليه السلام أيضا ( إذا قامت الساعة وبيد أحدكم فسيلة فإن استطاع ألا يقوم حتى يغرسها فليفعل " روه أحمد عن أنس بن مالك.

والآيات التي تشير إلى موضوع الغذاء وأهميته كثيرة، وهي تحت المؤمن على أكل الطيب من الرزق والتلذذ بالطيبات والابتعاد عما حرمة الله عز وجل { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ } (سورة البقرة، آية:172)، وقال تعالى { وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ } (سورة المائدة، آية:88).

وقد ربط الإسلام أي عمل يقوم به الإنسان المسلم بغاية عظمى وهي تحقيق العبودية لله عز وجل { قُلْ إِنْ صَلَّاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ } (سورة الأنعام، آية:162).  
{ وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينٌ الْقِيَمَةِ } (سورة البينة، آية:5).

والغذاء شأنه شأن أي مفردة في حياة الإنسان المسلم فهو يتغذى بهدف التقوي على طاعة الله عز وجل وأداء ما عليه من واجبات كت تحقيق العبودية لله عز وجل وأعمار الأرض وفق ما أمره الله ، وهذا ما فهم معناه السلف الصالح حيث قال احدهم " إني لأحتسب لله أكلتي وشربتي كما أحتسب نومتي و قومتي " وبالتالي الغذاء في عقيدتهم هو وسيلة وليس غاية في ذاتها يجتهد من أجله.

وانطلاقاً من حديث النبي صلى الله عليه وسلم " لا ضرر ولا ضرار " وجب على الإنسان المسلم أن يعتني ويهتم بطعامه والحرص على تجنب الأغذية الضارة التي تسبب المشاكل الصحية والأمراض للجسم .

### 9:10 ضبط جودة الغذاء في الإسلام

يعد الغذاء من أكثر المواد عرضة للفساد، نظراً لما يحتويه من الرطوبة والعناصر الغذائية اللازمة لنمو الأحياء الدقيقة، وذلك في حال عدم تخزينه في ظروف جيدة .  
وقد احتوت بعض آيات القرآن الكريم إشارات ضمنية إلى مشكلة فساد الغذاء واحتمال تغير صفاته من لون أو طعم. فقد ورد في سورة البقرة في الآية (259) في معرض قصة صاحب القرية المهجورة {فَانظُرْ إِلَى طَعَامِكَ وَشَرَابِكَ لَمْ يَتَسَنَّهْ} ، وفي قوله تعالى : {مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وُعدَ الْمُتَّقُونَ فِيهَا أَنْهَارٌ مِنْ مَاءٍ غَيْرِ آسِنٍ وَأَنْهَارٌ مِنْ لَبَنٍ لَمْ يَتَغَيَّرْ طَعْمُهُ وَأَنْهَارٌ مِنْ خَمْرٍ لَذَّةٍ

لِلشَّارِبِينَ وَأَنْهَارٌ مِنْ عَسَلٍ مُصَفًّى وَلَهُمْ فِيهَا مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ وَمَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ كَمَنْ هُوَ خَالِدٌ فِي  
النَّارِ وَسُقُوا مَاءً حَمِيمًا فَقَطَّعَ أَمْعَاءَهُمْ} (سورة محمد، آية:15) . فأسن الماء وتغير طعم اللبن  
كلها مؤشرات على فساد الغذاء.

أما السنة النبوية ، فقد حفلت بالأدلة على ضرورة الحفاظ على سلامة الغذاء وجودته ومنع غشه  
والتغريب به ، فقد ورد عنه صلى الله عليه وسلم أنه مر ذات يوم على رجل يبيع طعاما، فوضع  
صلى الله عليه وسلم كفه الشريف أسفل منه فوجده ميلولا فسأل البائع عن ذلك فقال: أصابته  
السماء (أي المطر) ، فقال صلى الله عليه وسلم : " من غشنا فليس منا " رواه مسلم وابن ماجه  
والدرامي

وفي سيرة الخلفاء الراشدين ، كان في قصة صاحبة اللبن التي أرادت أن تخلطه بالماء خير دليل  
على حرص المسلمين آنذاك على عدم الغش، إذ كافأ أمير المؤمنين عمر بن الخطاب رضي الله  
عنه ابنة صاحبة اللبن على رفضها الغش بأن زوجها من أحد أبنائه ، وكان أن خرج من نسلهما  
خامس الخلفاء الراشدين عمر بن عبد العزيز رضي الله عنه. (موقع التغذية الالكتروني)<sup>1</sup>  
يتضح من هذا المحور أن الاهتمام بموضوع الغذاء في الإسلام ضعيفا ولم يتم الإشارة إليه  
بصورة كافية ولهذا وجاء هذا البعد في المرتبة السادسة من بين الأبعاد المقترحة.

---

<sup>1</sup> www.tagzia.com/forum

# الفصل الثالث

## الدراسات السابقة

❖ المحور الأول: الدراسات التي تناولت التنور العلمي والتنور الغذائي.

❖ المحور الثاني: الدراسات التي اهتمت بتطوير محتوى كتب العلوم الفلسطينية.

❖ تعقيب على الدراسات السابقة.

## الفصل الثالث

### الدراسات السابقة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي بغزة، ويتناول هذا الفصل الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة، لذلك قام الباحث بالإطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة في هذا المجال، والاستفادة منها في إعداد الأدوات وتطبيقها على عينة الدراسة، ومن ثم التعليق على محاور الدراسة، وقد قام الباحث بعرض الدراسات حسب التاريخ من الحديث إلى القديم، وتسهيلاً للإفادة من هذه الدراسات، قام الباحث بتصنيفها إلى محورين رئيسيين.

#### أولاً: الدراسات التي تناولت التنور العلمي والتنور الغذائي

##### 1.دراسة ججوح (2008):

هدفت هذه الدراسة إلى قياس اثر وحدة دراسية مقترحة باستخدام الوسائط المتعددة في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات المعلمات تخصص التعليم الأساسي بكلية التربية بجامعة الأزهر بغزة، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدمت الباحثة المنهج البنائي والمنهج التجريبي، حيث تكونت عينة الدراسة من (62) طالبة من تخصص التعليم الأساسي حيث تم تقسيمها عشوائياً إلى مجموعتين: الأولى تجريبية تكونت من (32) طالبة، والثانية ضابطة تكونت من (30) طالبة. كما استخدمت الباحثة أربع أدوات هي:المقابلة الشخصية، وحدة دراسية، اختبار تحصيلي للمفاهيم الغذائية، مقياس اتجاهات، وتم تطبيق هذه الأدوات بعد التأكد من صدق اختبارها وثباتها بالطرق الإحصائية المناسبة. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الغذائي يرجع إلى عامل الجنس، والوحدة المقترحة.

##### 2.دراسة أبو حليلة(2008):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اثر استخدام برنامج بالوسائط المتعددة يوظف الأحداث المتناقضة في تنمية التنور الغذائي لدى طلاب الصف الخامس الأساسي في مادة العلوم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي،وقد توزعت عينة الدراسة التي تكونت من (83) طالبا من مدرسة ذكور غزة الجديدة الابتدائية(ج) إلى مجموعتين(ضابطة وتجريبية) وقام الباحث ببناء برنامج بالوسائط المتعددة يوظف إستراتيجية الأحداث المتناقضة في تدريس المجموعة التجريبية بينما استخدم الطريقة العادية في تدريس المجموعة الضابطة وذلك في الفصل الدراسي الثاني



من العام (2007-2008م)، ولقد قام الباحث ببناء اختبار المعرفة الغذائية المكون من (50) فقرة، ومقياس الاتجاه نحو التغذية السليمة، وخلصت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تعزى إلى برنامج الوسائط المتعددة الذي يوظف إستراتيجية الأحداث المتناقضة في المعرفة الغذائية والاتجاه نحو التغذية السليمة لصالح المجموعة التجريبية.

### 3. دراسة علم الدين (2007):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التنور البيولوجي وعلاقته بالاتجاهات العلمية لدى طالبات كليات التربية في الجامعات الفلسطينية بغزة، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وقامت بإعداد قائمة بمتطلبات التنور البيولوجي ومقياسا للاتجاهات العلمية، وكانت عينة الدراسة (278) طالبا وطالبة من طالبات الجامعات الفلسطينية تم اختيارها بطريقة عشوائية، حيث دلت النتائج إلى تدني مستوى التنور البيولوجي لدى طلبة كليات التربية عن حد الكفاية المطلوبة وهو (75%)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أنه توجد فروق في مستوى التنور البيولوجي طبقا لمتغير الجنس تعزى لصالح الإناث وكذلك طبقا لمتغير الجامعة تعزى لصالح الجامعة الإسلامية، وكذلك طبقا لمتغير التخصص تعزى لصالح طلبة العلوم.

### 4. دراسة فخرو (2006)

هدفت الدراسة إلي تحديد المعلومات الغذائية التي تتضمنها الكتب الدراسية للصفوف الثلاثة المتقدمة بالمرحلة الابتدائية كما هدفت الدراسة إلي تحديد وترتيب ظهور المعلومات والمشكلات الغذائية التي لها علاقة بالبيئة القطرية خاصة والدول الأخرى بشكل عام اعتمدت الباحثة علي المنهج الوصفي التحليلي ، وقد قامت الباحثة بتحليل تام لمحتوي كتب المواد الدراسية بشقيه الكمي والكيفي كمنهجية في تحليل مضامين الكتب الدراسية ، وتم تصميم جدول ترميز اشتمل علي المعلومات الغذائية ، كما تم التأكد من الصدق والثبات لعملية التحليل . وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الباحثة : معظم المعلومات الغذائية التي وردت في الكتب الدراسية ظهرت بنسبة منخفضة من الناحية الكمية والكيفية وبالأخص كتب الصف الخامس إذا كانت تلك المعلومات بنسبة (8,7%) حيث أن أغلبها ظهر في محتوى الفقرة أو الرسوم وليس بشكل عناوين رئيسة أو فرعية .. احتلت كتب العلوم المرتبة الأولى بالنسبة لاحتوائها المعلومات الغذائية بنسبة (56.3%) والصف السادس بنسبة (50%) لم تأخذ كتب المرحلة الابتدائية للصفوف الثلاثة المتقدمة في اعتبارها المشكلات الغذائية التي تعاني منها المنطقة .

## 5. دراسة الشهراني (2004):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الثقافة العلمية لدى طلاب المستويين الأول والرابع من التخصصات العلمية (كيمياء- فيزياء-أحياء) بكلية التربية بأبها في المملكة العربية السعودية ودور برنامج الإعداد في تنميته، اتبع الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (276) طالباً، منهم (149) طالباً في المستوى الأول و (127) طالباً في المستوى الرابع واستخدم الباحث أداتان للدراسة مقياس للثقافة العلمية، ومقياس للاتجاهات نحو العلوم، وقد حدد الباحث 80% من الدرجة الكلية كحد الكفاية للمقياس وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني مستوى الثقافة العلمية لطلاب المستوى الأول والرابع عن حد الكفاية، كما أنه توجد فروق دالة إحصائية بين مستوى الثقافة العلمية والاتجاهات نحو العلوم لدى طلاب المستوى الأول والمستوى الرابع في التخصصات العلمية لصالح المستوى الرابع.

## 6. دراسة سالم (2004)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة التنور البيئي لدى الطلاب المعلمين بكليات التعليم الصناعي . وتكونت عينة الدراسة من طلاب وطالبات الفرقة الرابعة بكلية التعليم الصناعي بالقاهرة واستخدم الباحث الأساليب الإحصائية اختبار (ت) ، تحليل التباين الأحادي . وتوصل الباحث إلى أن مستوي التنور البيئي لدى الطلاب المعلمين أدنى من حد الكفاية بفروق ذات دلالة إحصائية. يوصي الباحث إلى ضرورة التأكيد على أبعاد التنور البيئي ومستوياته في برامج إعداد معلمي التعليم الصناعي قبل الخدمة، وتضمن معلومات المفاهيم البيئية في برامج الإعداد في التخصصات المختلفة لكليات التعليم الصناعي ، إدخال مقرر في العلوم البيئية والتربية البيئية ضمن مقررات كليات التعليم الصناعي .

## 7. دراسة حسام الدين (2004)

هدفت هذه الدراسة إلى تنمية وعي طالبات المدارس الثانوية التجارية بالتربية الغذائية من خلال وحدة دراسية مقترحة قائمة على النظرية البنائية، وقد اقتصرَت الدراسة على عينة من طالبات الصف الثاني الثانوي التجاري بمدرسة سرس اللين الثانوية التجارية نظام الثلاث سنوات وتكونت أدوات الدراسة من اختبار تحصيلي ، ومقياس للاتجاهات نحو بعض القضايا المتعلقة بالغذاء ، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث منهج بنائي - تجريبي ، وقد استخدم المتوسطات والانحرافات المعيارية في معالجته الإحصائية للنتائج، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 لصالح التطبيق البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 لصالح طالبات المجموعة التجريبية.

## 8. دراسة بوقس ( 2004 )

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مواضع النقص في الثقافة الغذائية وعلاقته بالتخصص في جدة، وقد اقتصرت عينة الدراسة على مجموعات من طالبات الفرقة الثالثة الأقسام الأدبية بكلية التربية للبنات بجدة تخصص: ( دراسات إسلامية، لغة عربية، تاريخ، جغرافيا، لغة انجليزية) وتكونت أدوات الدراسة من اختبار في الثقافة الغذائية، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي، وقد استخدم الباحث معاملات التمييز والصعوبة والمتوسطات الحسابية في معالجته الإحصائية للنتائج، وأشارت نتائج الدراسة إلى اهتمام طالبات القسم الأدبي بسلامة صحتهم وحفظها من الأمراض مما قد يدفعهن للاطلاع والتعرف عليها وعلى مسبباتها، انصراف الطالبات للدراسة والتركيز - كل في تخصصه - قد يبعدهن عن تثقيف أنفسهن سواء عن طريق وسائل الاتصال المختلفة كالكتب والمجلات المتخصصة وبرامج الإذاعة والتلفاز، تساوى عينة الدراسة في مستوى الثقافة الغذائية، وعدم تأثير مستوى الثقافة الغذائية، بمجال دراسة الطالبة.

## 9. دراسة حسانين (2003)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة اثر برنامج في الثقافة الغذائية قائم على أسلوب التكامل في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة بالشعب الأدبية بكلية التربية بسوهاج، وقد اقتصرت عينة الدراسة على 120 طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائيا من احد السكاثن بالفرقة الرابعة من كل شعبة من الشعب الأدبية (الجغرافيا- اللغة العربية- اللغة الانجليزية- اللغة الفرنسية) بكلية التربية بسوهاج، وتكونت أدوات الدراسة من: اختبار التحصيل المعرفي في مستويات التذكر والفهم والتطبيق، مقياس الوعي الغذائي بجوانبه الثلاثة المعرفي والسلوكي والوجداني، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي في إعداد البرنامج وأدوات البحث والمنهج التجريبي لدراسة أثر المتغير المستقل (البرنامج)، وقد استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والتباين وقيم t والانحراف المعياري في معالجته الإحصائية للنتائج، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود قصور في المعلومات المرتبطة بالغذاء والتغذية السليمة والوعي الغذائي لدى أفراد عينة البحث من الجنسين وقد اختلف هذا مع توقعات الباحثة من أن الطالبات لديهن حصيلة معرفية ووعي غذائي أفضل من الطلبة، وإلى فاعلية البرنامج المعد في تنمية التحصيل المعرفي في الوعي الغذائي لدى أفراد عينة البحث وفاعلية البرنامج في تنمية التحصيل المعرفي في الوعي الغذائي لدى أفراد عينة البحث وأنه لا يوجد اختلاف في مستوى التحصيل الدراسي والوعي الغذائي بين الطلبة والطالبات بعد دراسة البرنامج.

## 10. دراسة عبد الخالق (2003)

هدفت هذه الدراسة إلى تقديم برنامج إرشادي لتنمية الوعي الغذائي لدى الأمهات وأثره في خفض بعض الاضطرابات النفسية لدي أطفالهن من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وقد اقتصر عينة الدراسة على عدد من أمهات التلاميذ في المرحلة الابتدائية في المرحلة العمرية من 8-11 عام، وتكونت أدوات الدراسة من: 1- مقياس ممارسات السلوك الغذائي 2- بطارية مقاييس الاضطرابات النفسية للأطفال 3- برنامج تنمية الوعي الغذائي وهو برنامج سلوكي معرفي، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج التجريبي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هذا البرنامج يقدم بعض الجوانب المعرفية حول الأسلوب الغذائي، ونوعيه الأظعمة، وتأثير الطعام والسلوك والممارسات الغذائية على الحالة الصحية العامة والتي بدورها ترتبط بالحالة النفسية والعقلية، والبرنامج بجوانبه المختلفة وان كان موجها للأمهات ممن لديهن أطفال في المرحلة الابتدائية إلا أنه يصلح بشكل عام لكل الأفراد سواء أكانوا أمهات أو آباء أو مراهقين أو شباب..... الخ

## 11. دراسة جاد (2003)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر اختلاف نوع خريطة المفاهيم وأسلوب تقديمها على تحصيل طالبات كلية التربية تخصص اقتصاد منزلي لموضوع العناصر الغذائية بجامعة حلوان، وقد اقتصرت الدراسة على طالبات الاقتصاد المنزلي بكلية التربية عشوائياً بطريقة المجموعات المتكاملة وتكونت العينة من (36) طالبة، وتكونت أدوات الدراسة من اختبار تحصيلي موضوعي، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج التجريبي، وقد استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الثنائي الاتجاه في معالجته الإحصائية للنتائج، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن نوع خريطة المفاهيم كمتغير يؤثر في التحصيل كما تدل على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين متوسطات درجات الكسب الفعلي في الاختبار التحصيلي للطالبات في المستويات الثلاث لمتغير نوع خريطة المفاهيم بصرف النظر عن أسلوب تقديمها

## 12. دراسة المحتسب (2002)

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف ما إذا كان تحصيل طالبات الصف التاسع الأساسي لمتطلبات التنور العلمي يتأثر باختلاف مداخل التعليم، وقد تكونت عينة الدراسة من (150) طالبة موزعات على أربع شعب، تم تعليمهن وحدة الثروات الطبيعية المتضمنة في مناهج العلوم، بحيث درست شعبتان منها بالطريقة الاعتيادية، وشعبتان أخريان بتوجيه (sts) مع الاستعانة بوحدة إثرائية حول الثروة المائية في فلسطين، عرضت ونوقشت بتوجه بحثي

إجرائي، وطبقت لأغراض الدراسة استنبانه وجهات نظر حول العلوم \_التكنولوجيا\_ المجتمع لقياس متطلبات التنور العلمي لدي الطالبات في مجالات : فهم طبيعة العلم والمعرفة العلمية فهم اجتماعية العلم ، اتخاذ القرار ، الاتجاهات نحو تدريس العلوم ونحو ممارسة مهنة مرتبطة بالعلوم ، حل مشكلات وقد حلت البيانات بحساب النسبة المئوية للمستجيبات لكل بديل من بدائل فقرات الإستبانه ومقارنة النسب للمجموعتين باستخدام مربع كاي. وأظهرت نتائج الدراسة تفوق التعليم بتوجيهه (sts) في اكتساب متطلبات التنور العلمي في جوانب الفهم الملائم لطبيعة كل من الطريقة العلمية والتكنولوجيا، العلاقة بين العلم والتكنولوجيا، التأثير الايجابي للعلوم والتكنولوجيا في تحسين حياة المجتمع، وتأثير المجتمع على التطور التكنولوجي لتوجيهه لمصلحة البشرية، تأثير سلوك العلماء بالاتجاهات العلمية التي يطلونها، الاعتماد بالمسؤولية الاجتماعية ودور المعرفة في اتخاذ القرار نحو اتجاهات إيجابية نحو العلوم، ومهارات حل المشكلة.

### 13. دراسة الموجي (2002)

هدفت الدراسة إلي دراسة فاعلية مناهج العلوم بمدارس التعليم الثانوي الصناعي في تنمية التنور العلمي لدي الطلاب .اختارت الباحثة عينة عشوائية من طلاب الصف الأول والثالث الثانوي الصناعي من العام الدراسي (2001/2000) الصناعي .واستخدمت قائمة تحليل محتوى مناهج العلوم بمرحلة التعليم الثانوي الصناعي في ضوء أبعاد التنور العلمي ،ومقياس التنور العلمي بمختلف مكوناته من عناصر معرفية واتجاهات علمية ومهارات تفكير علمي .واستخدمت الباحثة اختبار (ت)، وتحليل التباين الثنائي الاتجاه.

كما توصلت النتائج إلى أن مناهج العلوم بالمرحلة الثانوية الصناعية، نظام الثلاث سنوات لا تنمي التنور العلمي بالدرجة الكافية.

### 14. دراسة أبو سلطان (2001)

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى التنور العلمي لدى طلبة الصف التاسع في محافظة شمال غزة، حيث بلغت عينة الدراسة (217) طالب موزعين على خمس شعب، و(196) طالبة موزعين على أربع شعب تم اختيارهم بطريقة عشوائية عنقودية من طلبة الصف التاسع بمدارس وكالة الغوث للاجئين. وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني مستوى التنور العلمي لدى الطلبة حيث بلغ المتوسط النسبي للطلبة حوالي (49.3%).

### 15.دراسة بخش (2001)

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التنور العلمي لدى عينة من طلاب التعليم قبل الجامعي بالمملكة السعودية، تكونت عينة الدراسة من جماعة من طلاب التعليم الجامعي في مختلف التخصصات العلمية والأدبية بلغ عددهم (200) طالب وطالبة وتم اختيار عينة عشوائية واستخدمت الباحثة مقياس التنور العلمي. وتبرر الباحثة أهمية التنور العلمي في عالم اليوم كأحد أهم أهداف تعليم العلوم ليس فقط في المملكة، ولكن على مستوى العالم، وذلك منذ مرحلة ما قبل المدرسة، وحتى التعليم الجامعي وبرنامج تعليم الكبار، وفي سبيل ذلك عالجت الباحثة أهداف التنور العلمي، وأهم الكتابات الرائدة في هذا الشأن مع الاهتمام بالخبرة الأمريكية في جهود إصلاح تعليم العلوم، اعتماداً على مدخل التنور العلمي، وقد وصفت أهم الأهداف والمعايير التي تحكم التنور للمواطنين، وكذلك مستوي التنور العلمي. وقد عرض البحث لاستخدام التنور العلمي مدخلا لإصلاح التعليم في المملكة، مع توضيح ذلك من منظور توفير تربية علمية للجميع. وأوصت الدراسة بضرورة تضمين مناهج الشعب الأدبية مقررات في التنور، والثقافة العلمية.

### 16.دراسة العفيفي (2001)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوي التنور البيئي لدى تلاميذ الصف السادس الأساسي بمحافظة رفح وعلاقتها مع المتغيرات وكانت عينة الدراسة (400) تلميذا وتلميذة من مدارس وكالة الغوث والمدارس الحكومية بواقع (10%) من أفراد المجتمع الأصلي. وتوصلت الدراسة إلى أن متوسط درجات الطلبة (65%) والذي جاء أقل من المعيار الموضوع للدراسة (80%) مما يشير إلى تدنى مستوى التنور البيئي لدى عينة من الدراسة عن المعيار المقبول وأثبتت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين مستوى طلبة مدارس وكالة الغوث والمدارس الحكومية على مقياس التنور البيئي لصالح مدارس وكالة الغوث. وبناءً على ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج تقدم الباحث بمجموعة من التوصيات للقائمين بمسؤولية التنور البيئي لتحقيق مستوى أعلى من الوعي والتنور البيئي لطلبة المدارس يكونوا على مستوى أعلى في المستقبل.

### 17.دراسة جاسم (2000)

هدفت الدراسة إلى دراسة التنور البيئي لدى معلمي العلوم بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت. واقتصرت الدراسة على عينة عشوائية من معلمي ومعلمات العلوم بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت. تكونت عينة البحث من (144) معلماً ومعلمة للعلوم بالمرحلة المتوسطة. حيث قام الباحث بإعداد مقياس التنور البيئي تكون من (60) مفردة تشمل علي المكونات السابقة

الإشارة إليها. وقد توصل الباحث إلى عدة نتائج من أهمها تدني المستوى العام للتنور البيئي لدى معلمي العلوم، كما أنه لا توجد فروق بين المعلمين راجعة للمنطقة التعليمية، كما اتضح من الدراسة أن عامل الخبرة في تدريس العلوم له اثر في تنمية مستوي التنور البيئي لدي المعلمين . وأشارت النتائج إلى العوامل التي يمكن من خلالها التنبؤ بالمستوى العام للتنور البيئي لدى معلمي العلوم، (الجنس ، سنوات الخبرة ) .

### 18.دراسة ( Karen Brown ،2000 )

هدفت الدراسة إلى تحديد الحاجات الأساسية للتنور الغذائي الفعال للأطفال ،وأهمية دراسة العادات الغذائية والسلوكية في فترة المراهقة ،وكذلك إلى التفاعل بين الأطفال في فترة المراهقة من حيث الأفضلية الغذائية لهم والوعي الغذائي في سلوكياتهم ،داخل البيئات الثلاث (البيت والمدرسة والمجتمع ) .وتوصل الباحث إلى نتائج أولية أهمها :النظر إلى دور كل من البيت والمدرسة والتفاعل الاجتماعي (ووضع مبادئ للتنور الغذائي خلال فترة المراهقة التي يمر بها الطفل .حيث لاحظ الباحث أن التنور الغذائي الفعال انعكس على الأفضلية الغذائية المرتبطة بالبيئات الثلاث ،غالبا ما يكون غذائهم من الوجبات السريعة وبالتالي فان العادات الغذائية لكثير من الأطفال الفقراء لوحظت وجباتهم متوازنة من الناحية الغذائية.

### 19.دراسة عبد المجيد (1999)

هدفت الدراسة التعرف علي مستوى التنور الكيميائي لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة القاهرة ،واعتمد الباحث المنهج الوصفي ،كما أعد الباحث مقياسا للتنور الكيميائي مكون من (100)فقرة وموزع على ثلاثة أبعاد للتنور الكيميائي وتم تطبيقه على عينة بلغ عددها (200) طالبا وطالبة ،واستخدم الباحث اختبار (ت) والنسب المئوية لمعالجة البيانات إحصائيا وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :انخفاض مستوى التنور الكيميائي لدي أفراد العينة حيث لم يصل أيا منهم إلي حد الكفاية في المقياس المستخدم (70%) .يقفل متوسط درجات الطلبة في كل بعد من أبعاد التنور الكيميائي عن حد الكفاية وهو (70%) .

### 20.دراسة عطوة (1995)

هدفت الدراسة إلى التعرف علي مستوى التنور العلمي الغذائي لدى الطلاب المعلمين بكليات التربية (الشعبة الزراعية) وكليات الاقتصاد المنزلي (الشعبة التربوية ) كمؤشر لمستوى طلاب تلك الكليات وعلى مستوى التنور العلمي الغذائي لديهم .استخدم الباحث المنهج الوصفي .وتوصل الباحث إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب

المعلمين بكليات التربية (الشعبة الزراعية) ومتوسط درجات الطلاب المعلمين بكليات الاقتصاد المنزلي (الشعبة التربوية) ترجع إلى نوع برنامج الإعداد في كل من الكليتين. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب المعلمين بكليات التربية (الشعبة الزراعية) وكلية الاقتصاد المنزلي (الشعبة التربوية) ترجع إلى التخصص الأكاديمي " يوصي الباحث بتقديم مجموعة من المقترحات ترتبط وتؤثر في موضوع الغذاء والتغذية وذلك من مجالات :- (تطوير برامج إعداد المعلم -الأنشطة التعليمية وأسلوب ممارستها -التقويم والمتابعة).

## 21.دراسة البغدادي (1995)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات التنور في ضوء أشكال الوعي الحياتي لدى خريجي المدرسة الثانوية في محافظات شمال الصعيد، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي في دراسته وتكونت أداة الدراسة من مقياس أشكال الوعي الحياتي (التنور)، تم تطبيقه على عينة مكونة من (1749) طالبا وطالبة من خريجي الثانوية العامة، و(2166) طالبا وطالبة من خريجي الثانوية الفنية، وقد استخدم الباحث اختبار (t-test) لمعالجة بيانات الدراسة إحصائيا وتوصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض مستويات الطلبة على إشكال الوعي الحياتي لدى خريجي المدارس الثانوية في محافظات شمال الصعيد حيث لم تصل إلى (25%) الذي يقل عن حد الكفاية المحدد وهو (75%).

## 22.دراسة طنأوي (1995)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى التنور الفيزيائي لدى خريجي المدارس الثانوية العامة بمحافظة دمياط بمصر حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وتكونت أداة الدراسة من استبيان حول أهمية المفاهيم الأساسية للتنور الفيزيائي، كما استخدمت الباحثة مقياساً للتنور الفيزيائي تكون من (97) بندا تم تطبيقه في نهاية العام الدراسي (95/94) على عينة مكونة من (215) طالبا وطالبة من طلبة الثانوية العامة حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية . وبعد جمع البيانات تم تحليلها إحصائيا باستخدام اختبار (t-test)، والنسبة المئوية وتوصلت الدراسة إلى :انخفاض مستوى التنور الفيزيائي لدى خريجي المدارس الثانوية العامة حيث بلغت نسبة متوسط درجات الطلبة حوالي (41.9%) وهي تقل عن حد الكفاية (75%) وتوصلت الباحثة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنور الفيزيائي تعزى إلى عامل الجنس.



### 23.دراسة بخارى(1995)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى انتشار الوعي الغذائي والصحي بين عينة من طالبات كلية التربية للبنات بجدة، وقد اقتصرت عينة الدراسة على مجموعة من طالبات الفرع العلمي وطالبات من الفرع الأدبي بكلية التربية للبنات، وتكونت أدوات الدراسة من اختبار تحصيلي، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي، وقد استخدم الباحث المتوسطات الحسابية في معالجته الإحصائية للنتائج، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن خريجات الثانوية للفرع العلمي والأدبي على مستوى لا بأس به من إدراك مفاهيم الغذاء الصحي، تفوقت الأقسام الأدبية على الأقسام العلمية في معرفة أهمية التربية الغذائية.

### 24.دراسة عطيو والنجدي (1995):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات الثقافة العلمية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، وكانت عينة الدراسة (315) طالبا من طلاب المستوى الرابع بشعبة التعليم الابتدائي في كليات التربية بجامعة حلوان، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم مقياسا للثقافة العلمية مكون من خمسة أبعاد واشتمل على (110) فقرات، وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني مستوى الثقافة العلمية لدى عينة الدراسة عن حد الكفاية المحدد بالدراسة وهو 75%، كما أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثقافة العلمية تعزى لصالح التخصص العلمي.

### 25.دراسة حنا(1993)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الغذائي الحالي لبعض السيدات المتعلقات والأميات باعتبارهن ربوات البيوت ببعض أسس التغذية الصحية، واقتصرت عينة الدراسة على 185 سيدة متعلمة من العاملات ببعض المؤسسات والشركات والمؤسسات الحكومية في محافظة الدقهلية و185 سيدة أمية من قرى محافظة الدقهلية و216 فردا من الحاصلين على مؤهلات عليا ومتوسطة من مدن وقرى محافظة الدقهلية و55 من الصحفيين والمسؤولين عن تقديم وإعداد بعض البرامج في الإذاعة والتلفزيون والعاملين بهما، وتكونت أدوات الدراسة من استبيان يوجه إلى عينة السيدات المتعلقات لمعرفة الوعي الغذائي لهن نحو بعض أساسيات التغذية الصحية، واستمارة مقابلة توجه للسيدات الأميات لمعرفة الوعي الغذائي لهن نحو بعض أساسيات التغذية الصحية واستبيان يتعلق بمعرفة توجهات أجهزة الإعلام في تحقيق التربية الغذائية لأفراد المجتمع وجه إلى كل من عينة أفراد المجتمع وعينة من المختصين بالإعلام، والتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي المسحي، وقد استخدم الباحث

معادلة النسبة واختبار حسن المطابقة(كا2) في معالجته الإحصائية للنتائج.وقد أشارت نتائج هذه الدراسة إلى مراعاة السيدات المتعلمات في بعض الأحيان الدقة في اختيار أصناف الغذاء التي باندماجها يتحقق الغذاء المتكامل للصحة، وإلى عدم وجود وعي غذائي كاف بمعظم أسس التغذية الصحية لربات البيوت(المتعلمات والأميات)، وأن السيدات الأميات بحاجة أكثر إلى الوعي الغذائي السليم من المتعلمات.

## 26.دراسة قنديل والحصين(1993)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الوعي الغذائي لدى طالبات المرحلة الجامعية في كليات البنات في المملكة العربية السعودية، واقتصرت هذه الدراسة على عينة من 100 طالبة اختيرت بصورة عشوائية من بين مجموع الطالبات في الأقسام والسنوات الدراسية المختلفة في كليتي التربية والآداب بالرياض، وتكونت أدوات الدراسة من اختبار لقياس الوعي الغذائي، ولتطبيق هذه الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي، وقد استخدم الباحث اختبار t والتكرارات والنسب المئوية في معالجته الإحصائية للنتائج، وقد أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن هناك انخفاضاً شديداً في مستوى الوعي الغذائي للطالبات في نهاية تعليمهن الجامعي بصفة عامة، وأن طالبات كلية التربية المتخصصة في العلوم كن أفضل في الوعي الغذائي، كما أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الفترتين الأولى والرابعة فيما يتعلق بالنمو في الوعي الغذائي نتيجة الدراسة بالمرحلة الجامعية.

## 27.دراسة شعير (1992)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التنور الصحي لدى الطلاب المعلمين بشعبة التعلم الابتدائي في كلية التربية بجامعة المنصورة وقد شملت الدراسة تخصصات مختلفة وهي (اللغة العربية، والمواد الاجتماعية، والرياضيات) واتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وقد بلغت عينة الدراسة (147) طالبا وطالبة (105) طالبات (42) طالبا، وأعد الباحث اختبار لقياس التنور الصحي تكون من (70) فقرة توزعت على ست مجالات للتنور الصحي، واستخدم الباحث أساليب إحصائية لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها عند تطبيق الاختبار وهي تحليل التباين الأحادي واختبار (ت) وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : تدني مستوى التنور الصحي سواء في المقياس الكلي أو في كل بعد من الأبعاد الستة لدى الطلاب المعلمين عن حد الكفاية المحدد في الدراسة وهو (85%) حيث بلغت النسبة المئوية لمتوسط درجات الطلبة (59،5%). لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على المقياس الكلي للتنور الصحي ترجع إلي اثر

التخصص الأكاديمي. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية علي المقياس الكلي للتطور الصحي ترجع إلي اثر الجنس .

## 28.دراسة فراج (1992)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التطور العلمي لدى معلمي العلوم وعلاقته بالتحصيل الدراسي والتفكير العلمي لدى طلبة المرحلة الإعدادية في مصر عن طريق إعداد مقياس للتطور العلمي في ضوء عشرة أبعاد للتطور العلمي ، وطبقه في نهاية العام الدراسي (1992م) على عينة من معلمي العلوم للمرحلة الإعدادية بلغ عددهم (101) معلما وتوصلت النتائج إلى: انخفاض المستوى العام لأفراد عينة المعلمين في التطور العلمي. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التطور العلمي التي يمكن إرجاعها إلى مستوى التحصيل الدراسي.

**المحور الثاني: الدراسات التي اهتمت بتطوير محتوى كتب العلوم الفلسطينية .**

## 1. دراسة شحيير(2007)

هدفت الدراسة إلى تقويم محتوى مقرر العلوم للصف العاشر الأساسي في ضوء المعايير الإسلامية، واعتمد الباحث في الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم ثلاث أدوات وهي قائمة المعايير الإسلامية لمحتوى منهاج العلوم، واستبانة المعايير الإسلامية لمحتوى منهاج العلوم والموجهة لمعلمي العلوم، وقائمة تحليل المحتوى وفقا للمعايير الإسلامية، وتكونت عينة الدراسة من (100) معلم ومعلمة من معلمي ومعلمات العلوم للصف العاشر الأساسي في قطاع غزة جرى اختيارهم بالطريقة العشوائية من المدارس الحكومية في قطاع غزة، كما تم اختيار محتوى كتاب العلوم للصف العاشر بجزأيه لعملية التحليل، وأسفرت نتائج الدراسة عن بناء قائمة للمعايير الإسلامية الواجب توافرها في محتوى منهاج العلوم، وبلغت النسبة العامة لوجهة نظر معلمي العلوم في توافر المعايير الإسلامية في محتوى منهاج العلوم للصف العاشر الأساسي 53% وهي نسبة غير مرضية، وبلغت نسبة توافر المعايير الإسلامية 44.6% وهي نسبة متدنية.

## 2. دراسة أبو عودة (2006):

هدفت هذه الدراسة إلى تقويم المحتوى العلمي لمنهاج الثقافة التقنية المقرر على طلبة الصف العاشر في ظل أبعاد التطور التقني، حيث قام الباحث بوضع قائمة بأبعاد التطور التقني مكونة

من (11) بندا رئيسيا، وحلل الباحث المحتوى العلمي لمنهاج الثقافة العلمية في ضوء أبعاد التنوير التقني، وصمم الباحث اختبارا للتنوير التقني وكانت عينة الدراسة (330) طالب وطالبة، وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني مستوى التنوير التقني لدى الطلبة عن حد الكفاية وهو (75%)، كما أنه لا توجد فروق في مستوى التنوير التقني تعزى إلى عامل الجنس، وأن هناك فروقا تعزى إلى عامل التخصص.

### 3.دراسة أبو معيلق(2006)

هدفت الدراسة إلى تحديد مفاهيم التربية الوقائية التي ينبغي تضمينها في منهاج العلوم للصف السادس الأساسي وقياس مدى اكتساب الطلبة لها، وللإجابة على أسئلة الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وقامت الباحثة ببناء أداة تحليل محتوى لمنهاج العلوم للصف السادس وكذلك تم أعداد اختبار مفاهيم التربية الوقائية الواجب توافرها لدى طلبة الصف السادس الأساسي، واختيرت عينة الدراسة لتشمل (345) طالبا وطالبة (123ذكور، 222 إناث) تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طلبة الصف السادس الأساسي من المدارس الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم في المحافظة الوسطى، وكانت نتائج الدراسة تحديد قائمة تضم (37) مفهوما وقائيا تم تحديدها، كما أشارت الدراسة إلى تدني مفاهيم التربية الوقائية في محتوى منهاج العلوم للصف السادس الأساسي حيث حصلت المفاهيم البيئية على (3.6%) ،ويقل مستوى اكتساب الطلبة لمفاهيم التربية الوقائية عن المستوى 75% ، وأشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اكتساب مفاهيم التربية الوقائية بين الطلاب الطالبات.

### 4. دراسة الصادق (2006) :

هدفت هذه الدراسة إلى تحليل محتوى العلوم للصف العاشر وفقا لمعايير الثقافة العلمية ومعرفة مدى اكتساب الطلبة لها، وقد اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لتحليل محتوى كتاب العلوم للصف العاشر بجزأيه، كما أنها حددت عينة الدراسة وهي مكونة من 12 شعبة دراسية موزعة على 4 مدارس حكومية من غزة تم اختيارها عشوائيا، واشتملت أدوات الدراسة على أداة تحليل المحتوى تشمل 4 أبعاد رئيسية وأيضا اختبار لقياس مدى اكتساب الطلبة للثقافة العلمية، وأشارت نتائج الدراسة إلى ضعف تناول محتوى منهاج العلوم للصف العاشر للثقافة العلمية، وتدني في مستوى الثقافة العلمية لدى الطلبة.

## 5.دراسة شبير(2003):

هدفت الدراسة الحالية إلى التقويم الأنشطة العملية في مادة العلوم للصف السادس الأساسي في محافظة غزة، ولتحقيق أهداف الدراسة اتبع النهج الوصفي التحليلي ، وقامت الباحثة بإعداد أداة لتحليل الأنشطة العلمية بكتاب العلوم للصف السادس الأساسي في ضوء المعايير التي ينبغي مراعاتها في الأنشطة العملية . كما تم إعداد بطاقة مقابلة لمعرفة واقع تنفيذ الأنشطة العملية في المدارس الأساسية الدنيا التابعة لوزارة التربية والتعليم ووكالة الغوث الدولية . وبلغت عينة الدراسة (95) معلما ومعلمة من معلمي العلوم للصف السادس الأساسي ، اختيروا بطريقة طبقية عشوائية ، وتم استخدام النسب المئوية للإجابة على السؤال الثاني والثالث ، واستخدم اختبار (ت) للإجابة على السؤال الرابع، وأظهرت نتائج الدراسة أن من المعايير التي ينبغي مراعاتها في الأنشطة العلمية: عنوان النشاط - أهداف - قائمة المواد والأدوات - الخطوات الإجرائية - تصميم الجدول - تفسير الجدول - الصور والرسوم - الأسئلة - أسئلة توسيع المفهوم .

بلغت المعايير التي ينبغي توافرها في الأنشطة العملية في كتاب العلوم للصف السادس في الجزء الأول بنسبة 50%، وفي الوحدة الثانية 50.84%، والوحدة الثالثة 54.5%، والوحدة الرابعة 45.2%، والوحدة الخامسة 41%، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تنفيذ الأنشطة العملية في المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم ووكالة الغوث الدولية.

## 6. دراسة العبد (2002):

هدفت هذه الدراسة إلى تطوير محتوى منهج البيولوجي للثانوية العامة في ضوء كل من متطلبات التخصص والثقافة العلمية، وقد كانت أدوات الدراسة هي اختبار تحصيلي للثقافة العلمية البيولوجية وقد طبقت الدراسة على (110) من طلبة الثانوية العامة، وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية الأنشطة المكونة في تنمية الثقافة العلمية.

## 7. دراسة الأغا والزعانين (2000):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى توافر بعض عناصر التتور العلمي في كتب العلوم في المرحلة الابتدائية، حيث كانت عينة الدراسة محتوى كتب العلوم الستة في المرحلة الابتدائية وأشارت نتائج الدراسة إلى أن محتوى كتب العلوم للمرحلة الابتدائية تركز على المعرفة العلمية البحثية بنسبة (55.7%)، وتركز على العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع بنسبة (17.6%)،

ونسبة المحتوى الذي يعالج عمليات العلم هو (15.3%)، ونسبة المحتوى الذي يشير إلى الاتجاهات العلمية هو (11.4%) وهي نسبة متدنية.

#### 8. دراسة الغنام (2000):

هدفت هذه الدراسة إلى تحليل محتوى مناهج العلوم بالمرحلتين الابتدائية والإعدادية بجمهورية مصر العربية في ضوء أبعاد التنور العلمي، وأتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي حيث استخدم أداة تحليل المحتوى الخاصة بأبعاد التنور العلمي لتحليل محتوى مناهج العلوم للصفوف من الرابع وحتى الثالث الإعدادي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن نسبة تضمين المفاهيم العلمية الرئيسة في محتوى العلوم بالمرحلتين الابتدائية والإعدادية هي 73.1% في حين نسبة تضمينها للقضايا ذات الصلة بالعلاقة التبادلية بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع 61.8% والقضايا ذات الصلة بالعلاقة التبادلية بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع والبيئة 58.2%، أي أن الاهتمام الأكبر في محتوى مناهج العلوم بمرحلة التعليم الإلزامي ينصب على المعرفة العلمية يليه الاهتمام بقضايا العلم والتكنولوجيا ثم قضايا البيئة.

#### 9. دراسة اللولو (1997)

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر إثراء مناهج العلوم بمهارات تفكير علمي على تحصيل الطلبة، ولاختبار فرضيات الدراسة تم إعداد المادة الإثرائية بعد تحليل المحتوى الدراسي وتحديد الثغرات فيه، وبعد التعرف على نسبة تركيزه على مهارات التفكير العلمي، وذلك لسد هذه الفجوات، ثم اختيرت عينة الدراسة من مدرستين بمعسكر البريج، حيث تم اختيار أربعة فصول دراسية عدد طلبتها (167 طالبا وطالبة) من الصف السابع الأساسي، فصلان دراسيان من كل مدرسة أحدهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة.

وكانت نتائج الدراسة تشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة المجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في مستوى التحصيل وكما توجد فروق دالة إحصائية لصالح تحصيل كل من مرتفعي التحصيل ومتدني التحصيل في المجموعة الضابطة وهذه الفروق تعزى إلى إثراء مناهج العلوم بمهارات تفكير علمي، كما أوضحت وجود فروق دالة إحصائية بين تحصيل الطلاب والطالبات في المجموعة التجريبية لصالح الطالبات وهذه الفروق تعزى إلى الجنس.

#### 10. دراسة محمد (1997):

هدفت هذه الدراسة إلى بناء وحدة مقترحة حول العناية بالجسم ودراسة إكساب الطلبة في مصر لمتطلبات الثقافة الصحية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وأعدت الباحثة

وحدة مقترحة حول الثقافة الصحية في ضوء المشكلات الصحية المعاصرة والمشروعات العالمية لمناهج وطرق تدريس العلوم، طبقت الباحثة الوحدة وأدوات الدراسة على عينة من طالبات الثاني الإعدادي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

### 11. دراسة فراج (1996):

هدفت هذه الدراسة إلى إجراء تقييم شامل لمناهج العلوم بالتعليم العام في ضوء متطلبات التتور العلمي وتحديد مستويات التتور العلمي لدى طلاب المرحلتين الثانوية والإعدادية في مصر. واستهدف التقييم الأهداف والمحتوى واستخدم الباحث طريقة التحليل المسحي الكمي والتطبيق الميداني لتحليل المناهج وتقويمها. لذلك أعد الباحث اختباراً للتتور العلمي، تم تطبيقه على طلاب المرحلة الثانوية والإعدادية وأشارت نتائج الدراسة إلى ضعف استيعاب كتب العلوم للمفاهيم والمواضيع المرتبطة بعناصر التتور العلمي، كما أشارت إلى تدني مستوى التتور العلمي لدى عينة الدراسة عن حد الكفاية المحدد للدراسة وهو 75%، حيث بلغ متوسط درجات طلاب الإعدادية 35%، بينما طلاب الثانوية 42%.

### 12. دراسة موسى (1995):

هدفت هذه الدراسة إلى وضع وحدة مقترحة في الطاقة للصف الثاني الإعدادي لتحقيق أهداف التتور العلمي، وقد استخدمت الدراسة عدة أدوات وهي اختبار تحصيلي دراسي واختبار مهارات عمليات العلم ومقياس للاتجاهات نحو بعض القضايا المرتبطة بموضوع الطاقة، وقد كانت عينة الدراسة مجموعة عشوائية من طلبة الصف الثاني الإعدادي (231) طالبا وطالبة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى عدة نتائج أهمها أن الوحدة المقترحة كانت أفضل من الوحدة التقليدية في تحقيق أهداف التتور العلمي.

### 13. دراسة فضل (1995):

هدفت هذه الدراسة إلى تحليل محتوى كتاب الكيمياء للمرحلة الثانوية من منظور الثقافة العلمية، وقد استخدم الباحث أداة لتحليل المحتوى وكانت عينة الدراسة هي كتاب الكيمياء في المرحلة الثانوية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن كتاب الكيمياء يركز على العلم كجسم للمعرفة بنسبة 74% وهذه النسبة تختلف باختلاف الموضوعات المتداولة.

#### 14. دراسة فودة (1992):

هدفت هذه الدراسة إلى تطوير منهاج الثقافة العلمية لدى طالبات الأقسام الأدبية بجدة، واستخدمت الدراسة عينتين من طالبات كلية التربية من الفرقة الرابعة، حيث كانت العينة الأولى (150) طالبة والعينة الثانية (90) طالبة، وأشارت نتائج الدراسة إلى اتفاق المجموعتان على أهمية القضايا والموضوعات المتصلة بثقافة المجتمع وبالحياة الشخصية والموضوعات الطريفية والغريبة، واختلفت المجموعتان على بعض الموضوعات والقضايا التي ترتبط بمراحل العمر المختلفة.

#### 15. دراسة حسن (1987):

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد مدى تضمين مناهج العلوم المتكاملة بالمرحلة الإعدادية لمفاهيم الثقافة البيولوجية والكشف عن مدى اكتساب الطلبة لها، واستخدم الباحث منهج التحليل الكمي وأعد الباحث قائمة بمفاهيم الثقافة البيولوجية وحل محتوى كتب العلوم بالمرحلة الإعدادية، كما أعد اختبار آخر لمفاهيم الثقافة البيولوجية وكانت عينة الدراسة من طلبة الصف السابع والتاسع، وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني نسبة احتواء كتب العلوم على مفاهيم الثقافة البيولوجية بحيث كانت 38%، وأن هذه المناهج لا تساعد على نمو مفاهيم الثقافة البيولوجية لدى الطلبة.

#### 16. دراسة السايح (1987):

هدفت هذه الدراسة إلى تطوير منهج علم الأحياء بالمدرسة الثانوية في ضوء متطلبات الثقافة البيولوجية، لذلك أعد الباحث قائمة بمتطلبات الثقافة البيولوجية، كما أعد اختباراً يقيس تلك المتطلبات واختباراً لقياس التفكير العلمي والاتجاه نحو بعض القضايا البيولوجية، وطبق تلك الأدوات على عينة من طلاب وطالبات الصف التاسع الأساسي والصف الأول الثانوي والثالث الثانوي وأشارت نتائج الدراسة إلى تدني مستوى طلبة الثانوية العامة في مفاهيم الثقافة البيولوجية، وإلى عدم فعالية منهاج الأحياء في تنمية التفكير العلمي وتكوين اتجاهات إيجابية نحو القضايا البيولوجية.



## التعليق العام على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة تبين أن هناك اهتماما واضحا على الصعيد العربي والصعيد المحلي في تناول موضوعات التنور العلمي عموما والتنور الغذائي والتربية الغذائية على وجه الخصوص، اتفقت جميع الدراسات على أهمية التنور عند الطلبة واستخدمت المنهج الوصف التحليلي وهدفت معظم الدراسات إلى تحديد مستوى التنور لدى الطلبة كما في دراسة (علم الدين، 2007) دراسة ، ودراسة (الشهراني، 2004) ودراسة (الشرقاوي، 2003)، ودراسة (أبو سلطان، 2001)، ودراسة (العفيفي، 2001)، ودراسة (أحمد، 1999)، ودراسة (عبدالمجيد، 1999)، ودراسة (الرافعي، 1997)، ودراسة (مهران، 1996)، ودراسة (عطوة، 1995)، ودراسة (عطيو والنجدي، 1995)، ودراسة (الطناوي، 1995)، ودراسة (البغدادي، 1995)، ودراسة (شعير، 1993)، ودراسة (فراج، 1992).

كما وهدفت بعض الدراسات إلى التعرف على مدى توافر عناصر التنور العلمي في كتب العلوم كدراسة (صبري ومحمد، 2004)، ودراسة (الأغا والزعانين، 2000) ودراسة (الغنام، 2000)، كما وهدفت دراسات أخرى إلى تنمية عناصر التنور العلمي كما في دراسة (السنوسي، 2003)، ودراسة (عبد الوهاب، 1996).

- حددت بعض الدراسات حد الكفاية 75% ومنها دراسة (علم الدين، 2007) ودراسة (الشهراني، 2004)، ودراسة (زيدان وآخرون، 2004) ودراسة (الرافعي، 1997)، ودراسة (عطوة، 1995)، ودراسة (عطيو والنجدي، 1995)، ودراسة (البغدادي، 1995) وأخرى اعتبرته 80% مثل دراسة (العفيفي، 2001) وبعضها اعتبرته 85% مثل دراسة (شعير، 1993)، وأما دراسة (عبد المجيد، 1999) اعتبرت حد الكفاية 70% بينما دراسة (أحمد، 1999) فقد اعتبرته 50%.

- استخدمت معظم الدراسات الاختبار من نوع الاختيار من متعدد كأداة لقياس مستوى التنور كما في دراسة (علم الدين، 2007)، ودراسة (شبارة، 1992)، ودراسة (صابر، 1991) أما دراسة (صبري ومحمد، 2004) استخدمت أداة لتحليل مناهج العلوم والتكنولوجيا.

واتفقت معظم نتائج الدراسات السابقة على تدني مستوى التنور العلمي لدى عينة الدراسة كما في دراسة (علم الدين، 2007) والتي تناولت التنور البيولوجي، ودراسة (أبو اللين، 2005) التي تناولت مستوى الوعي البيئي، ودراسة (الشهراني، 2004) والتي تناولت الثقافة العلمية، ودراسة (زيدان وآخرون، 2004) والتي تناولت مستوى الثقافة البيولوجية، ودراسة (الشرقاوي، 2003) والتي تناولت التنور في مستحدثات تكنولوجيا التعليم، ودراسة (أبو سلطان، 2001) والتي تناولت التنور العلمي، ودراسة (أحمد، 1999) التي تناولت مستوى التنور التكنولوجي، ودراسة (عبد المجيد، 1999) والتي تناولت التنور الكيميائي، ودراسة (الرافعي، 1997) والتي تناولت التنور البيئي، ودراسة (عطوة، 1995) والتي تناولت التنور العلمي الغذائي، ودراسة (عطيو

والنجدي،1995) والتي تناولت مستويات الثقافة العلمية، ودراسة (الطناوي،1995) والتي تناولت التنور الغذائي، ودراسة (البغدادي،1995) والتي تناولت التنور في ضوء أشكال الوعي الحياتي، ودراسة (عطيو،1995) التي تناولت مستويات الثقافة العلمية، ودراسة (شعير،1993) والتي تناولت التنور الصحي، ودراسة (فراج،1992) والتي تناولت التنور العلمي، ودراسة (شبارة،1992) التي تناولت مستوى التنور العلمي البيولوجي، ودراسة (صابر،1991) التي تناولت التنور التربوي، ودراسة (خليل وآخرون،1990) والتي تناولت المستوى العام للتنور العلمي.

- أما بخصوص التنور الغذائي (الثقافة الغذائية) فقد اتفقت كل من دراسة حنا(1993)، ودراسة قنديل والحصين(1993)، ودراسة بخاري(2005)، ودراسة عطوة(1995) ودراسة حسانيين(2003)، ودراسة عبد الخالق(2003)، ودراسة فخرو(2003) في التعرف على مستوى الوعي الغذائي وذلك باستخدام جميع الدراسات السابقة للمنهج الوصفي.

وقد اتفقت دراسات كلا من جاد(2003)، ودراسة حسانيين(2003)، ودراسة عبد الخالق(2003) في استخدامها للمنهج التجريبي واتفقت هذه الدراسات في التجريب القبلي و البعدي لأدوات الدراسة، اختلفت الدراسات السابقة في هذا المحور في عينة الدراسة .

#### **اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في:**

- وقد اتفقت هذه الدراسة مع بعض الدراسات في حد الإتيان للتنور حيث افترضت الدراسة الحالية أن حد الإتيان 75%، كما في دراسة علم الدين(2007) ، والشهراني(2004)، ودراسة (زيدان وآخرون،2004) ودراسة (الرافعي،1997)، ودراسة (عطوة،1995)، ودراسة (عطيو والنجدي،1995)، ودراسة (البغدادي،1995) كما اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات في اتفاقها على تدنى مستوى التنور الغذائي و استخدامها المنهج الوصفي التحليلي .

#### **اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:**

- واختلفت هذه الدراسة عن الدراسات الأخرى في مجتمع الدراسة حيث استهدفت الدراسة الحالية المرحلة الأساسية العليا وهي المرحلة الممتدة من الصف الرابع وحتى الصف التاسع الأساسي حسب ما هو معمول به في الأراضي الفلسطينية.

#### **وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في:**

- أفادت دراسات هذا المحور وعلى وجه الخصوص الدراسات التي تتعلق بالثقافة الغذائية في الدراسة الحالية في تحديد مشكلة الدراسة بمتغيراتها، وتحديد الأسئلة الفرعية والأهداف والفرضيات، واعتبرت من مراجع ومصادر هذه الدراسة حيث استفاد الباحث منها في وضع الإطار النظري للدراسة الحالية، وأعداد أدوات الدراسة.

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة التي اهتمت بتطوير محتوى كتب العلوم الفلسطينية أشارت معظم الدراسات التي تناولت تقويم أو تطوير مناهج العلوم بشكل عام في ضوء أبعاد التنور العلمي بأنواعه المختلفة إلى عدم فعالية مناهج العلوم في تنمية التنور العلمي لدى الطلبة، حيث أن هذه المناهج لا تعالج المفاهيم والقضايا المرتبطة بالتنور العلمي بالشكل المطلوب، لذلك كان هناك دراسات استهدفت تحليل أو تقويم أو تطوير تلك المناهج، ومن الدراسات التي تناولت تحليل تلك المناهج دراسة (الصادق، 2006) والتي تناولت تحليل محتوى العلوم وفقاً لمعايير الثقافة العلمية، ودراسة (الغنام، 2000) والتي تناولت تحليل مناهج العلوم في ضوء أبعاد التنور العلمي، ودراسة (فضل، 1995) التي تناولت تحليل كتاب الكيمياء من منظور الثقافة العلمية، ومن الدراسات التي تناولت تقويم تلك المناهج ودراسة (أبو عودة، 2006) والتي تناولت تقويم الثقافة التقنية في ضوء أبعاد التنور التقني، بينما اهتمت بعض هذه الدراسات ببناء وحدات مقترحة أو برنامج لمعالجة هذا القصور، ودراسة (محمد، 1997)، ودراسة (موسى، 1995)، وبعضها اهتمت بتنمية بعض عناصر التنور العلمي كما في دراسة (عبد الوهاب، 1996)، وهناك دراسات اهتمت بتطوير هذه المناهج كما في دراسة (العبد، 2002)، ودراسة (فودة، 1990)، ودراسة (السايع، 1987)، وهناك دراسات تناولت مدى تناول هذه المناهج لعناصر التنور العلمي كما في دراسة (صبري ومحمد، 2004)، ودراسة (الأغا والزعائن، 2000)، ودراسة (حسن، 1987).

أما بالنسبة لعينة الدراسة فمنها ما كان على المرحلة الإعدادية كدراسة (الغنام، 2000)، وبعضها كان على المرحلة الابتدائية كدراسة (الأغا والزعائن، 2000)، وأخرى تناولت المرحلة الثانوية كدراسة (طنطاوي، 1990).

استخدمت معظم الدراسات السابقة المنهج الوصفي التحليلي كما في دراسة (الصادق، 2006)، ودراسة (أبو عودة، 2006)، ودراسة (محمد، 1997)، اتفقت معظم الدراسات على تدني مستوى التنور في مجالات العلوم، وهنا يتفق الباحث مع ما جاء من الدراسات السابقة في التأكيد على أهمية التنور لدى الطلبة، كما واتفق الباحث مع الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي التحليلي باستخدام أداة تحليل المحتوى في ضوء أبعاد التنور الغذائي واستخدام الاختبار من الاختيار من متعدد.

# الفصل الرابع

## إجراءات الدراسة

- ❖ منهج الدراسة
- ❖ مجتمع الدراسة
- ❖ عينة الدراسة
- ❖ أدوات الدراسة
- ❖ خطوات الدراسة
- ❖ الأساليب الإحصائية

## الفصل الرابع إجراءات الدراسة

### أولاً: منهج الدراسة

إستخدم الباحث في هذه الدراسة منهج تحليل المحتوى والمنهج الوصفي المقارن: وتعرف فخرو(2006: 186) منهج تحليل المحتوى"هو أسلوب بحثي يستهدف وصف المحتوى الظاهري للمادة التعليمية وصفا موضوعيا منتظما كليا وفق معايير محددة مسبقاً". وباستخدام تحليل المحتوى يمكن التعرف على المفاهيم والمشكلات الغذائية المتضمنة في كتب العلوم.

وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة لتحليل محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا، وذلك لاستخراج قائمة بأبعاد التنور الغذائي المتضمنة في وحدات التغذية. يعرف الأغا(1997: 41) المنهج الوصفي التحليلي"المنهج الذي يتناول دراسة أحداث وظواهر وممارسات كائنة، وموجودة ومتاحة للدراسة والقياس كما هي، دون تدخل الباحث في مجرياتها، ويستطيع الباحث أن يتفاعل معها فيصفها ويحلها".

### ثانياً: مجتمع الدراسة: ويتكون من:

- محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا(من الصف الرابع حتى الصف العاشر) في فلسطين.
- طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس محافظة خانيونس من الذكور والإناث في المدارس الحكومية، خلال العام الدراسي(2008-2009 م ) و يبلغ عددهم (2480) طالبا وطالبة في (22) مدرسة، و يبلغ متوسط أعمار الطلبة فيها حوالي (15) سنة و يتراوح عدد الطلبة في الشعبة الدراسية (36) شعبة للطلاب و (33) شعبة للطالبات والجدول رقم (1) يبين مجتمع الدراسة ممثلين في (69) شعبة.

جدول ( 1 )

توزيع أفراد مجتمع الدراسة (طلاب، طالبات)

م	المدرسة	عدد شعب الصف التاسع	عدد طلاب الصف التاسع
1	جرار القدوة الأولى الثانوية للبنين	2	64
2	عمار بن ياسر الثانوية للبنين	3	95
3	المعري الأساسية للبنين	2	53
4	كامل الأغا الأساسية للبنين	1	42
5	القرارة الأساسية للبنين	3	117
6	عبدالله صيام الأساسية للبنين	3	91
7	عبدالله أبو ستة الأساسية للبنين	7	235
8	عيسان الجديدة الأساسية للبنين	2	57
9	رأس الناظورة الأساسية للبنين	3	115
10	احمد بن عبد العزيز الأساسية (ب) للبنين	4	152
11	طارق بن زياد الأساسية للبنين	3	106
12	الشهيد محمد الدرة الأساسية للبنين	3	126
	مجموع الطلاب	36	1253
1	عيلبون الثانوية للبنات.	4	159
2	أحلام الحرازين الثانوية للبنات.	3	104
3	ابن النفيس الأساسية للبنات	1	31
4	شهداء خان ويونس الأساسية للبنات	2	88
5	حيفا الأساسية (أ) للبنات	4	154
6	ابن خلدون الأساسية (أ) للبنات	4	139
7	ابن خلدون الأساسية (ب) للبنات	4	123
8	دالية الكرمل الأساسية للبنات	6	230
9	أم سلمة الأساسية للبنات	2	80
10	جنين الأساسية للبنات	3	119
	مجموع الطالبات	33	1227
	مجموع الطلاب و الطالبات	69	2480

ثالثاً: عينة الدراسة

- تم اختيار كتب الصف الرابع الجزء الأول وحدة الأغذية وأنواعها، والخامس الجزء الثاني وحدة التداوي بالنبات، والتاسع الجزء الأول وحدة أجهزة جسم الإنسان، وذلك لتضمنها موضوعات التغذية، حيث لا توجد هذه الموضوعات في باقي المراحل.

- حيث أن جميع مناطق محافظة خان يونس متقاربة ثقافياً واقتصادياً واجتماعياً فإن البيئة التعليمية لطلبة المحافظة متجانسة إلى حد كبير ولضمان أكبر تجانس بين أفراد عينة الدراسة

فقد تم اختيار عينة الدراسة من المدارس بالطريقة العشوائية البسيطة حيث وقع الاختيار على المدارس التالية (عبدالله أبو ستة الأساسية للبنين، وأم سلمة الأساسية للبنات، وجنين الأساسية للبنات) حيث تم اختيار ثلاث شعب دراسية من مدرسة عبدالله أبو ستة الأساسية للبنين، وشعبتين من مدرسة أم سلمة الأساسية للبنات، وشعبة من مدرسة جنين الأساسية للبنات بالطريقة العشوائية البسيطة.

ويعرف المنيزل وغرابيه (20:2005) العينة العشوائية البسيطة: Simple Random Sample بأنها العينة التي اختيرت بطريقة يكون لكل عنصر وفرد في المجتمع نفس فرصة الاختيار. واشتملت عينة الدراسة على (232) طالبا وطالبة من طلبة الصف التاسع الأساسي بمحافظة خانيونس للعام الدراسي (2008-2009):

#### جدول رقم ( 2 )

بوضوح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

العدد	المدرسة
115	عبد الله أبو ستة الأساسية للبنين
80	أم سلمة الأساسية للبنات
35	جنين الأساسية للبنات
230	المجموع

#### رابعاً: أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية قام الباحث ببناء الأدوات البحثية التالية:

أولاً : أداة تحليل المحتوى العلمي لمحتوى كتب العلوم.

ثانياً: اختبار لقياس التنور الغذائي.

ثالثاً: استبانة لقياس الاتجاه نحو التغذية.

أولاً أداة تحليل محتوى لكتب العلوم (قائمة التحليل):

وقد قام الباحث ببناء هذه الأداة متبع الخطوات التالية:

1. إعداد قائمة بأبعاد التنور الغذائي الواجب توافرها في محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا:

لقد مرت إعداد قائمة بأبعاد التنور الغذائي التي ينبغي توافرها في محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا، بالمراحل التالية:

أ- الصورة الأولية للقائمة

من خلال البحث الذي قام به الباحث والاطلاع على مجموعة من الكتب والمجلات العلمية والمشروعات العربية والعالمية في مجال الغذاء وكذلك الاطلاع على الاتجاهات العالمية لمعايير الغذاء، والدراسات السابقة في هذا المجال، تكونت القائمة في صورتها الأولية من (7) أبعاد رئيسة ينبثق منها (56) بنداً فرعياً، وكانت مصاغة في صورة أداءات متوقعة (عبارات سلوكية) يمكن قياسها وتحديدها.

### ب- ضبط القائمة

بعد إعداد القائمة في صورة استطلاع رأي تم عرضها على مجموعة من المحكمين والمختصين في تدريس العلوم وفي المناهج وطرق التدريس وبعض من موجهي ومدرسي العلوم للمرحلة الأساسية العليا لتحديد أهمية تضمين هذه البنود الرئيسة والفرعية في منهج العلوم للمرحلة الأساسية العليا لحذف البنود غير المناسبة وإضافة ما يرويه مناسباً منها، وذلك من خلال عبارات (بدرجة كبيرة جداً-بدرجة كبيرة- بدرجة متوسطة- بدرجة قليلة-بدرجة قليلة جداً)، وملحق (1) يوضح هذه القضايا والموضوعات التي تضمنها استطلاع الرأي.

### ج- الصورة النهائية للقائمة

بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها المحكمون تم وضع القائمة في صورتها النهائية الموضحة في ملحق (3)، حيث أشار المحكمون بأن القائمة مناسبة وأدخلوا بعض التعديلات على بعض البنود، وأضافوا بعض البنود فأصبحت القائمة تتكون من (7) بنود رئيسة وهي:

- 1-المعرفة الغذائية.
  - 2-العادات الغذائية.
  - 3-تأثير علم التغذية على الطالب.
  - 4- قضايا الغذاء.
  - 5-اتخاذ القرارات الغذائية السليمة.
  - 6-اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية.
  - 7-الغذاء في الإسلام.
- هذا وتكونت القائمة من (56) بنداً فرعياً.

### 2- الهدف من التحليل:

الهدف من التحليل في هذه الدراسة تحديد مدى تناول محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا لأبعاد التنور الغذائي والتي تم تضمينها في القائمة التي تم إعدادها سابقاً. لما كان الهدف الأساسي للدراسة التعرف على مدى تناول محتوى كتب العلوم لأبعاد التنور الغذائي، فقد قام الباحث بتحليل محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا في ضوء الأبعاد التي تم توصل إليها لتحديد أبعاد التنور الغذائي المتضمنة في المنهاج، ويقصد بمفهوم تحليل



المحتوى: هو التعرف إلى العناصر الأساسية التي تتكون منها المادة العلمية التي يتم تحليلها. (الهويدي، 2005: 57)

ويعرف طعيمة (7:1987) تحليل المحتوى بأنه أحد أساليب البحث العلمي التي تهدف إلى الوصف الموضوعي والمنظم والكمي للمضمون الظاهر لمادة من مواد الاتصال. وفي هذه الدراسة يقصد به الأسلوب المستخدم للوصف الكمي والمنظم والموضوعي لمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا في ضوء أبعاد التتور الغذائي السبعة:

- 1- المعرفة الغذائية.
  - 2- العادات الغذائية.
  - 3- تأثير علم التغذية على الطالب.
  - 4- قضايا الغذاء.
  - 5- اتخاذ القرارات الغذائية السليمة.
  - 6- اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية.
  - 7- الغذاء في الإسلام.
- وقد قام الباحث بتحليل المحتوى وفقاً للخطوات التالية:

### جدول رقم (3)

#### وحدات كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا (2009)

عدد الصفحات	اسم الوحدة	الوحدة
12	الأغذية وأنواعها	الوحدة الأولى (الصف الرابع الأساسي ج 1)
31	التداوي بالنباتات	الوحدة السادسة (الصف الخامس الأساسي ج 2)
5	أجهزة جسم الإنسان (الدرس الخاص بالغذاء)	الوحدة الثانية (الصف التاسع الأساسي ج 1)

#### 2- عينة التحليل:

قام الباحث بالاطلاع على كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا من الصف الرابع إلى الصف العاشر الأساسي، ومن خلال لعملية الاطلاع تبين أن الصف الرابع والخامس والتاسع الأساسي هي التي تحتوى على وحدات غذائية في المرحلة الأساسية العليا و جدول (3) يوضح ذلك.

#### 3- وحدة التحليل

تم اتخاذ الصفحة كوحدة لتحليل المحتوى وتحديد الأبعاد المتوافرة في كل صفحة.

#### 4- فئة التحليل:

هي تلك العناصر التي يتم تحليل كتب علوم المرحلة الأساسية العليا على أساسها، وقد وضع الباحث أمام فئات التحليل مقياساً مدرجاً يحدد مدى تناول موضوعات الكتاب للبنود الرئيسية والفرعية لأبعاد التنور الغذائي.

#### 5- تحديد وحدة التسجيل:

هي أصغر جزء في المحتوى ويختاره الباحث للعد والقياس ، ويعتبر ظهوره أو غيابه أو تكراره دلالة معينة في رسم نتائج التحليل مثل الكلمة أو الجملة أو الفقرة، والفقرة هي العبارات المترابطة المعنى التي قد تمتد إلى صفحة، وفي هذه الدراسة تم اعتماد الصفحة كوحدة للتسجيل.

#### 6- ضوابط عملية التحليل:

ل للوصول إلى تحليل دقيق للعبارات والفئات المستهدفة من التحليل، كان لا بد من وضع ضوابط لعملية التحليل لنحصل على نسبة ثبات عالية للتحليل ومن هذه الضوابط ما يلي:

- تم التحليل في ضوء أبعاد التنور الغذائي .
- يشمل التحليل محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا.
- يشمل التحليل الأشكال والرسومات والأسئلة والتجارب العملية.
- يشمل التحليل الأنشطة والهوامش والأسئلة التكوينية والختامية.

#### 7- صدق أداة التحليل:

يعرف الأغا(1997:60) صدق أداة التحليل بمدى تحقيق الأداة للغرض الذي أعدت من أجله، فنتقيس ما وضعت لقياسه ويعتمد مدى تمثيل بنود المقياس تمثيلاً سليماً للمجال الذي يراد قياسه".

وقد تم الكشف عن صدق الأداة بالاعتماد على صدق المحكمين، فقد عرضت الأداة على مجموعة من المحكمين المختصين في تدريس مادة العلوم، والمناهج وطرق التدريس وبعض موجهي ومعلمي العلوم كما هو موضح في ملحق (3) وذلك لإبداء آرائهم في إمكانية تحليل محتوى كتب العلوم والتعرف على مدى توافر أبعاد التنور الغذائي في المنهاج باستخدام هذه الأداة ، وقد أشار المحكمون إلى صلاحية الأداة للاستخدام في عملية التحليل من حيث البنود والمقياس مع إضافة وحذف بعض التعديلات على القائمة وقد تم إجراء التعديلات التي أشار إليها المحكمون لتستوفي أداة التحليل شرط الصدق.

## 8- ثبات أداة التحليل:

يعرف عدس (1997:284) ثبات أداة التحليل بأن تعطي الأداة نفس النتائج إذا ما أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة.

لذلك قام الباحث بإعادة عملية التحليل بعد ثلاثة أسابيع من التحليل الأول، وجدول (4) يوضح عملية التحليل التي قام بها الباحث:

### جدول (4)

نقاط الاتفاق والاختلاف في نتائج التحليل لمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا

التحليل	الغذائية	المعرفية	الغذائية	العلمية	التغذية	تأثير علم	فضايا الغذاء	القرارات	التجاهات	الأسباب	الغذاء في	المجموع
الأول	31	2	4	11	4	4	1	2	55			
الثاني	29	1	5	7	3	1	1	47				
نقاط الاتفاق	29	1	4	7	3	1	1	46				
نقاط الاختلاف	2	1	1	4	1	1	0	10				

وباستخدام نقاط الاتفاق والمجموع الكلي للفئات تم استخدام معادلة هولستي (Holsti) الواردة في الضبيان (1998:181) لحساب ثبات الأداة كما يلي:

$$\text{معامل الثبات} = \frac{2 (\text{مجموع المتفق عليها})}{(\text{مجموع الفئات الكلي})}$$

$$\text{معامل} \quad \text{فكان} \quad \text{معامل الثبات} = \frac{2 (46)}{(47+55)} = 0.9$$

الثبات (0.9) وهو معامل ثبات عال مما يدل على ثبات التحليل ويطمئن الباحث لاستخدام أداة

تحليل المحتوى، حيث أكدت بعض المراجع على أن نسبة الاتفاق المقبولة هي 70% فما فوق. (النجدي، 1986:44)

وبذلك تكون أداة التحليل المستخدمة في هذه الدراسة في صورتها النهائية وصالحة للتطبيق كما في ملحق(3).

ثانياً: بناء الاختبار التحصيلي :

### 1- الهدف من الاختبار:

يهدف الاختبار إلى التعرف على مدى اكتساب طلبة الصف التاسع لأبعاد التنور الغذائي

### 2- محتوى الاختبار التحصيلي:

وهو اختبار موضوعي من نوع الاختيار من متعدد

### 3- صياغة فقرات الاختبار:

وقد صيغت بنود الاختبار بحيث كانت:

- تراعي الدقة العلمية واللغوية.

- محددة وواضحة وخالية من الغموض.

- ممثلة للمحتوى والأهداف المرجو قياسها.

- مناسبة لمستوى الطلاب.

تمت مراعاة القواعد التالية أثناء كتابة فقرات الاختبار:

- تتكون كل فقرة من جزئين: المقدمة وهي تطرح المشكلة في السؤال، وقائمة من الأبدال عددها أربعة من بينها بديل واحد صحيح فقط.

- تقع الفقرة بأكملها (السؤال وأبداله) في صفحة واحدة مرتبة عمودياً كي يراها الطالب دفعة واحدة ويتمكن من المقارنة بينها دون أن يحرك بصره بين الصفحات.

- تم تغيير موقع الإجابة الصحيحة بين الأبدال بأسلوب عشوائي.

- تم وضع العناصر المشتركة في الأبدال في مقدمة الفقرة.

- الأبدال الأربعة متوازنة من حيث الطول ودرجة التعقيد ونوعية الإجابات إلى حد ما.

- تم ترتيب فقرات الاختبار من الأسهل إلى الأصعب.

بعد الانتهاء من كتابة فقرات الاختبار وإجاباتها المحتملة، قام الباحث بمراجعتها في ضوء ما يلي:

- شكل الفقرات: راعى الباحث في عرض الفقرات أن تكون ذات شكل ثابت ضماناً لتركيز

انتباه الطالب وبناء عليه فقد أشار الباحث إلى مقدمة الفقرة بالأرقام (1)، (2)، (3)، (4)، ...

الخ، أما الإجابات المحتملة فقد أشار إليها بالحروف (أ)، (ب)، (ج)، (د).

- محتوى الفقرات: راعى الباحث عند إعداد محتوى الفقرات أن تكون صحيحة علمياً ولغوياً.

#### 4- وضع تعليمات الاختبار:

بعد تحديد عدد الفقرات وصياغتها قام الباحث بوضع تعليمات الاختبار التي تهدف إلى شرح فكرة الإجابة على الاختبار في أبسط صورة ممكنة وقد راعى الباحث عند وضع تعليمات الاختبار ما يلي:

- تعليمات خاصة بوصف الاختبار وهي: عدد الفقرات وعدد الأبدال وعدد الصفحات.
- تعليمات خاصة بالإجابة عن جميع الأسئلة ووضع البديل الصحيح في المكان المناسب.

#### 5- الصورة الأولية للاختبار:

في ضوء ما سبق تم إعداد اختبار بعد الاطلاع على الدراسات والأبحاث التي تناولت بناء مقاييس للتنور العلمي، حيث اشتمل في صورته الأولية على (52) فقرة، لكل فقرة أربعة أبدال، واحدة منها فقط صحيحة، وبعد كتابة فقرات الاختبار تم عرضهما على لجنة من المحكمين ملحق (4) وذلك لاستطلاع آرائهم حول مدى صلاحية كل من:

- عدد بنود الاختبار.
  - مدى تمثيل فقرات الاختبار للأهداف المراد قياسها.
  - مدى تغطية فقرات الاختبار لمحتوى الوحدة.
  - مدى صحة فقرات الاختبار لغوياً.
  - مدى دقة صياغة الأبدال لكل فقرة من فقرات الاختبار.
  - مدى مناسبة فقرات الاختبار لمستوى الطلاب.
- وقد أشار المحكمون إلى مناسبة الفقرات لموضوع الدراسة وتم الإبقاء على الاختبار كما هو من دون تغيير.

#### 6- تجريب الاختبار:

بعد إعداد الاختبار بصورته الأولية طبق الباحث الاختبار على عينة استطلاعية قوامها (30) طالباً من طلبة الصف التاسع الأساسي، خارج عينة الدراسة وقد أجريت التجربة الاستطلاعية للاختبار بهدف:

- 1- التأكد من صدق الاختبار وثباته.
- 2- تحديد الزمن الذي تستغرقه إجابة الاختبار عند تطبيقه على عينة البحث الأساسية.
- 3- حساب معاملات السهولة و التمييز للاختبار التنور الغذائي.

#### 1- تصحيح أسئلة الاختبار:

بعد أن قام طلبة العينة الاستطلاعية بالإجابة عن أسئلة الاختبار، قام الباحث بتصحيح الاختبار حيث حددت درجة واحدة لكل فقرة، بذلك تكون الدرجة التي حصل عليها الطلاب

محصورة بين ( 0 - 52 ) درجة، وبالإضافة إلى ذلك تم حساب عدد تكرارات للإجابات الخاطئة كل فقرة من فقرات الاختبار.

#### 8- تحديد زمن الاختبار:

تم حساب زمن تأدية الطلبة للاختبار عن طريق متوسط الحسابي لزمن تقديم طلبة العينة الاستطلاعية فكان زمن متوسط المدة الزمنية التي استغرقها أفراد العينة الاستطلاعية يساوي تقريباً (45) دقيقة، وهو زمن تطبيق الاختبار. وذلك بتطبيق المعادلة التالية:  
(مسلم، 1998:140)

#### 9- معامل الصعوبة ومعامل التمييز:

بعد أن تم تطبيق الاختبار التحصيلي على طلبة العينة الاستطلاعية تم تحليل نتائج إجابات الطلبة على أسئلة الاختبار التحصيلي، وذلك بهدف التعرف على:  
- معامل صعوبة كل سؤال من أسئلة الاختبار.  
- معامل التمييز لكل سؤال من أسئلة الاختبار.  
وقد تم ترتيب درجات الطلبة تنازلياً بحسب علاماتهم في الاختبار التحصيلي، وأخذ (27%) من عدد الطلبة.  $( 30 \times \%27 ) = 8$  طلاب كمجموعة عليا، وكذلك 8 طلاب في المجموعة الدنيا.

#### أ- معامل الصعوبة :

ويقصد به " نسبة الطلبة الذين أجابوا إجابة خطأ عن الفقرة ويقصد به : " النسبة المئوية

$$\text{زمن إجابة الاختبار} = \frac{\text{زمن إجابة الطالب الأول} + \text{زمن إجابة الطالب الأخير}}{2}$$

للراشدين في الاختبار " وتحسب بالمعادلة التالية (الزيود وعليان، 1998:170):

$$\text{معامل الصعوبة} = \frac{\text{مجموع الذين أجابوا خطأً صحيحة من المجموعتين}}{\text{عدد الذين حاولوا الإجابة من المجموعتين}} \times 100$$

وبتطبيق المعادلة السابقة تم حساب معامل الصعوبة لكل فقرة من فقرات الاختبار، والجدول (5) يوضح معامل الصعوبة لكل فقرة من فقرات الاختبار.

جدول (5)

معاملات الصعوبة لكل فقرة من فقرات الاختبار

معاملات الصعوبة	م	معاملات الصعوبة	م	معاملات الصعوبة	م
0.69	35	0.50	18	0.63	1
0.69	36	0.50	19	0.63	2
0.69	37	0.50	20	0.50	3
0.63	38	0.63	21	0.63	4
0.63	39	0.44	22	0.63	5
0.44	40	0.63	23	0.63	6
0.56	41	0.56	24	0.50	7
0.69	42	0.56	25	0.63	8
0.63	43	0.44	26	0.63	9
0.63	44	0.63	27	0.50	10
0.63	45	0.50	28	0.69	11
0.63	46	0.38	29	0.44	12
0.63	47	0.63	30	0.50	13
0.63	48	0.50	31	0.50	14
0.50	49	0.56	32	0.38	15
0.69	50	0.69	33	0.44	16
0.69	51	0.56	34	0.31	17
0.63	52				

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الصعوبة قد تراوحت بين (0.69-0.31) بمتوسط كلي بلغ (0.58) وعليه فإن جميع الفقرات مقبولة حيث كانت في الحد المعقول من الصعوبة حسبما أقره المختصون في القياس والتقويم وهو يقع ما بين (0.8-0.2)

ب- معامل التمييز :

ويقصد به: " قدرة الاختبار على التمييز بين الطلبة الممتازين والطلبة الضعاف ".  
تم حساب معامل التمييز حسب المعادلة التالية (الزيود وعليان، 1998: 171):

$$\text{معامل التمييز} = \frac{\text{عدد الإجابات الصحيحة في المجموعة العليا} - \text{عدد الإجابات الصحيحة في المجموعة الدنيا}}{\text{عدد أفراد إحدى المجموعتين}} \times 100$$

وبتطبيق المعادلة السابقة تم حساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات الاختبار، والجدول (6) يوضح معامل التمييز لكل فقرة من فقرات الاختبار.

جدول (6)  
معاملات التمييز لكل فقرة من فقرات الاختبار

م	م	م	م	م	م
معاملات التمييز	م	معاملات التمييز	م	معاملات التمييز	م
0.63	35	0.75	18	0.50	1
0.38	36	0.75	19	0.50	2
0.38	37	0.50	20	0.50	3
0.50	38	0.50	21	0.75	4
0.75	39	0.38	22	0.50	5
0.63	40	0.50	23	0.50	6
0.63	41	0.63	24	0.75	7
0.63	42	0.38	25	0.50	8
0.50	43	0.63	26	0.50	9
0.75	44	0.75	27	0.50	10
0.50	45	0.75	28	0.38	11
0.50	46	0.50	29	0.63	12
0.50	47	0.75	30	0.75	13
0.50	48	0.75	31	0.75	14
0.75	49	0.63	32	0.75	15
0.63	50	0.38	33	0.63	16
0.63	51	0.63	34	0.38	17
0.75	52				

يتضح من الجدول السابق أن معاملات التمييز لفقرات الاختبار قد تراوحت بين (0.38-0.75) بمتوسط بلغ (0.58)، وعليه تم قبول جميع فقرات الاختبار، حيث كانت في الحد المعقول من التمييز حسبما أقره المختصون في القياس والتقويم، والذي يساوي تقريبا 30% فما فوق .

#### 10- صدق الاختبار: Test Validity

يعرف عبيدات (1988: 15) صدق الاختبار بأنه: "قدرة الاختبار على قياس ما وضع لقياسه"، وقد استخدم الباحث طريقتين للتأكد من صدق الاختبار:

##### أ- صدق المحكمين:

يقصد به " أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه أي أن الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس ما وضع لقياسه. وقد تحقق الباحث من صدق الاختبار عن طريق عرض الاختبار في صورته الأولية على أساتذة جامعيين من المتخصصين في المناهج وطرق تدريس العلوم ومتخصصين ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة، وعلى مجموعة من مشرفي ومدرسي مادة العلوم ملحق (4) حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة



فقرات الاختبار، ومدى انتماء الفقرات إلى كل بعد من أبعاد التنور الغذائي، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، وفي ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وتعديل بعضها الآخر ليصبح عدد الفقرات (52) فقرة موزعة كما بالجدول (7).

جدول (7)  
يوضح عدد الفقرات موزعة حسب الأبعاد

الفقرات	عدد الفقرات	البعد
17-يناير	17	المعرفة الغذائية
26-18	9	العادات الغذائية
35-27	9	إدراك تأثير علم التغذية على الطالب
37-36	2	قضايا الغذاء
45-38	8	اتخاذ القرارات السليمة
50-46	5	الاتجاهات
52-51	2	الغذاء وأهميته
	52	المجموع

#### ب- صدق الاتساق الداخلي: Internal Consistency Validity

يُعرف أبو لبدة (1982: 72) صدق الاتساق الداخلي بأنه: "التجانس في أداء الفرد من فقرة لأخرى، أي اشتراك جميع فقرات الاختبار في قياس خاصية معينة في الفرد". وقد جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للاختبار بتطبيق الاختبار على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالبا، من خارج أفراد عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة من فقرات الاختبار والدرجة الكلية للاختبار الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وجدول (8) يوضح ذلك:

### جدول (8)

معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات الاختبار والدرجة الكلية له

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.452	دالة عند 0.01	27	0.786	دالة عند 0.01
2	0.384	دالة عند 0.05	28	0.674	دالة عند 0.01
3	0.440	دالة عند 0.05	29	0.484	دالة عند 0.01
4	0.691	دالة عند 0.01	30	0.589	دالة عند 0.01
5	0.413	دالة عند 0.05	31	0.526	دالة عند 0.01
6	0.407	دالة عند 0.05	32	0.568	دالة عند 0.01
7	0.638	دالة عند 0.01	33	0.390	دالة عند 0.05
8	0.418	دالة عند 0.05	34	0.512	دالة عند 0.01
9	0.403	دالة عند 0.05	35	0.488	دالة عند 0.01
10	0.409	دالة عند 0.05	36	0.398	دالة عند 0.05
11	0.390	دالة عند 0.05	37	0.459	دالة عند 0.05
12	0.567	دالة عند 0.01	38	0.446	دالة عند 0.05
13	0.627	دالة عند 0.01	39	0.597	دالة عند 0.01
14	0.594	دالة عند 0.01	40	0.456	دالة عند 0.05
15	0.542	دالة عند 0.01	41	0.369	دالة عند 0.05
16	0.579	دالة عند 0.01	42	0.480	دالة عند 0.01
17	0.379	دالة عند 0.05	43	0.363	دالة عند 0.05
18	0.679	دالة عند 0.01	44	0.597	دالة عند 0.01
19	0.633	دالة عند 0.01	45	0.442	دالة عند 0.05
20	0.373	دالة عند 0.05	46	0.440	دالة عند 0.05
21	0.367	دالة عند 0.05	47	0.477	دالة عند 0.01
22	0.387	دالة عند 0.05	48	0.375	دالة عند 0.05
23	0.376	دالة عند 0.01	49	0.664	دالة عند 0.01
24	0.607	دالة عند 0.01	50	0.655	دالة عند 0.01
25	0.370	دالة عند 0.05	51	0.491	دالة عند 0.01
26	0.606	دالة عند 0.01	52	0.722	دالة عند 0.01

يتضح من الجدول السابق أن جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للاختبار ارتباطاً ذو دلالة إحصائية، وهذا يؤكد أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

### 11- ثبات الاختبار: Test Reliability

يقصد بثبات الاختبار بأنه: "مدى الاتساق في علامة الفرد، إذا أخذ الاختبار عدة مرات في نفس الظروف". (عودة و ملكاوي: 1992، 194)

تم تقدير ثبات الاختبار على أفراد العينة الاستطلاعية وذلك باستخدام ثلاثة طرق هي طريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ ومعامل كودر ريتشاردسون 21.

## أ- طريقة التجزئة النصفية : Split Half Method

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول لكل فقرات الاختبار وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون فاتضح أن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قبل التعديل (0.823) وأن معامل الثبات بعد التعديل (0.903) وهذا يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية جداً من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

## ب- طريقة كودر-ريتشاردسون 21 : Richardson and Kuder

استخدم الباحث طريقة ثالثة من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات الاختبار، حيث حصل على قيمة معامل كودر ريتشاردسون 21 للدرجة الكلية للاختبار ككل طبقاً للمعادلة التالية وجدول (9) يوضح ذلك:

$$R_{21} = 1 - \frac{m(k-m)}{2c}$$

حيث أن : م : المتوسط  
ك : عدد الفقرات  
ع2 : التباين  
وتتميز هذه المعادلة بالسهولة والسرعة في حسابها حيث أنها لا تحتاج إلى معرفة تباين الفقرات. (أبو علام، 1998:427)

### الجدول (9)

عدد الفقرات والتباين والمتوسط ومعامل كودر ريتشاردسون 21

معامل كودر ريتشاردسون 21	م	ع2	ك	المجموع
0.942	30.967	164.999	52	

يتضح من الجدول السابق أن معامل كودر ريتشاردسون 21 للاختبار ككل كانت (0.942) وهي قيمة عالية تطمئن الباحث إلى تطبيق الاختبار على عينة الدراسة. وبذلك تأكد الباحث من صدق و ثبات الاختبار التحصيلي ، و أصبح الاختبار في صورته النهائية مكوناً من (52) فقرة . انظر ملحق رقم ( 4 )

## 12- الصورة النهائية للاختبار

أصبح الاختبار في صورته النهائية (52) فقرة، ولكل فقرة درجة واحدة بذلك تصبح الدرجة النهائية للاختبار (52) درجة، كما في ملحق رقم (4)، وملحق (5) يوضح مفتاح إجابة اختبار التنور الغذائي، والجدول التالي (10) يوضح توزيع أسئلة الاختبار على أبعاد التنور الغذائي.

جدول (10)  
يوضح عدد الفقرات موزعة حسب الأبعاد

النسبة المئوية	توزيع الأسئلة	عدد الفقرات	البعد
32.60%	17	17	المعرفة الغذائية
17.30%	26-18	9	العادات الغذائية
17.30%	35-27	9	إدراك تأثير علم التغذية على الطالب
3.80%	37-36	2	قضايا الغذاء
15.30%	45-38	8	اتخاذ القرارات السليمة
9.60%	50-46	5	الاتجاهات
3.80%	52-51	2	الغذاء وأهميته
100%		52	المجموع

### ثالثاً: استبانته قياس الاتجاه نحو التغذية:

تم الاستعانة بالاستبانته الخاصة بالباحث أبو حليمة (2008) وذلك لموافقته لموضوع الدراسة الحالية، وتم إعادة تحكيمها وعرضها على المحكمين لإضافة أو تعديل بعض الفقرات التي لا تتناسب الدراسة، وحساب معامل الاتساق الداخلي.

يتكون المقياس في صورته النهائية من (34) فقرة موزعة على أربع أبعاد، حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج خماسي (موافق بشدة، موافق، لا أدري، غير موافق، غير موافق بشدة) لتحديد اتجاه الطلاب نحو التثور الغذائي وبذلك تنحصر درجات أفراد عينة الدراسة ما بين (34، 170) درجة والملحق رقم (8) يبين المقياس في صورته النهائية والجدول رقم (11) يوضح توزيع الفقرات على أبعاد المقياس:

جدول (11)

يبين عدد فقرات الاختبار حسب كل بعد من الأبعاد

عدد الفقرات	البعد
10	الاتجاه نحو العادات الغذائية
8	الاتجاه نحو أهمية الغذاء
8	الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة
8	الاتجاه نحو موضوعات التغذية
34	المجموع

صدق المقياس:

أولاً: صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة جامعيين من المتخصصين في المناهج وطرق التدريس وأصول التربية يعملون في الجامعات الفلسطينية

في محافظات غزة، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس لموضوع الدراسة

### ثانياً: صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بالتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالب، من خارج أفراد عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) حيث اتضح أن جميع فقرات الاختبار دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01 ، 0.05) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي، مما يطمئن الباحث إلى تطبيقه على عينة الدراسة.

### الجدول ( 12 )

معاملات ارتباط كل بعد من ابعاد المقياس مع الدرجة الكلية

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو العادات الغذائية	0.786	دالة عند 0.01
الاتجاه نحو أهمية الغذاء	0.533	دالة عند 0.01
الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة	0.478	دالة عند 0.01
الاتجاه نحو موضوعات التغذية	0.564	دالة عند 0.01

يتضح من الجدول السابق أن جميع الأبعاد ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يؤكد أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

### ثبات المقياس:

تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية وذلك باستخدام طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ.

### 1- طريقة التجزئة النصفية:

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك درجة النصف الثاني وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول والجدول (13) يوضح المقياس:

### الجدول (13)

يوضح معاملات الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد المقياس وكذلك المقياس ككل قبل التعديل ومعامل الثبات بعد التعديل

الأبعاد	عدد الفقرات	الارتباط قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
الاتجاه نحو العادات الغذائية	10	0.590	0.742
الاتجاه نحو أهمية الغذاء	8	0.711	0.831
الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة	8	0.725	0.840
الاتجاه نحو موضوعات التغذية	8	0.908	0.952
المجموع	34	0.691	0.817

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للدرجة الكلية قبل التعديل (0.550) وأن معامل الثبات الكلي بعد التعديل (0.709) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

### 2- طريقة ألفا كرونباخ:

استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك للمقياس ككل والجدول (14) يوضح ذلك:

### الجدول (14)

يوضح معاملات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك للمقياس ككل

المجال	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
الاتجاه نحو العادات الغذائية	10	0.823
الاتجاه نحو أهمية الغذاء	8	0.752
الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة	8	0.650
الاتجاه نحو موضوعات التغذية	8	0.955
المجموع	34	0.835

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ألفا كرونباخ جميعها فوق (0.710) وأن معامل الثبات الكلي (0.840) وهذا يدل على أن المقياس تتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

## خامساً: خطوات الدراسة:

اتبع الباحث عدد من الإجراءات لتنفيذ الدراسة، وتمثلت هذه الإجراءات في المراحل الآتية:  
المرحلة الأولى:

- إعداد الإطار النظري للدراسة من خلال الإطلاع على الأدب التربوي المتمثل في كتب تدريس العلوم، وغيرها.
- استعراض الدراسات السابقة التي أجريت في ميدان استراتيجيات تدريس العلوم والدراسات التي تناولت التنور العلمي، والإفادة منها في بعض جوانب الدراسة الحالية.

## المرحلة الثانية:

- إعداد قائمة بأبعاد التنور الغذائي وذلك من خلال مراجعة البحوث التي تناولت إعداد أداة تحليل المحتوى، ثم تم عرض القائمة المقترحة على بعض المدرسين والموجهين وأساتذة الجامعات في صورة استطلاع رأي، حيث تم وضع خمسة بدائل للاستجابة أمام كل متطلب (بدرجة كبيرة جداً - بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة قليلة - بدرجة قليلة جداً) وطلب منهم وضع علامة (√) أمام درجة الأهمية التي تعبر عن كل بعد، وملحق (6) يوضح عدد المجموعة التي عرض عليهم الاستبيان وتخصص كل منهم، وقد تم تحديد الأبعاد الرئيسة والقضايا المتفرعة عن كل بعد.

- تحليل محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا وفقاً لأبعاد التنور الغذائي وتم التأكد من ثبات التحليل بالاتساق عبر الزمن، حيث قام الباحث بتحليل المحتوى مرة أخرى بعد ثلاثة أسابيع وبلغ معامل الثبات الكلي (88%) وهذا يدل على أن القائمة ثابتة.

- إعداد اختبار التنور الغذائي من خلال:

الإطلاع على الدراسات والبحوث التي قامت ببناء اختبارات التنور العلمي، تم إعداد الاختبار ثم تم عرضه على مجموعة من المختصين وأساتذة المادة، وتم الإقرار بأنه مناسب، حيث تم إضافة وتعديل وحذف بعض الأسئلة وبذلك أصبحت الأداة صادقة بناءً على صدق المحكمين وقد تم تطبيقه على عينة استطلاعية عددها (30) طالب بعد أخذ الإذن من وزارة التربية والتعليم ملحق (2) للتأكد من صدقه وثباته وكذلك لحساب معاملات السهولة والتمييز للاختبار وتحديد الزمن المناسب للاختبار.

بعد ذلك تم تطبيق اختبار التنور الغذائي في الفصل الدراسي الثاني من العام (2008-2009) على أفراد العينة والبالغ عددها (230) طالب وطالبة وقد تم تصحيح الاختبار ورصد درجاته على الحاسوب لإجراء المعالجة الإحصائية اللازمة من خلال برنامج الرزم الإحصائية (SPSS).

ثم تم رصد النتائج وتفسيرها وتحليلها، وكتابة التوصيات والمقترحات في هذا المجال.  
- الاستعانة بمقياس اتجاه (استبانة) تم أعدادها مسبقاً لذات الغرض

### سادساً: المعالجة الإحصائية

اعتمد الباحث في دراسته على مجموعة المعالجات الإحصائية عبر البرنامج الإحصائي (SPSS) كما يلي:

- 1- التكرارات المتوسطات والنسب المئوية
- 2- معامل الارتباط بيرسون.
- 3- معامل ألفا كرونباخ.
- 4- معامل سبيرمان براون.
- 5- اختبار T.test independent sample
- 6- اختبار (t) لعينة واحدة t .test one sample



# الفصل الخامس

## نتائج الدراسة ومناقشتها

❖ مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول وتفسيرها.

❖ مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني وتفسيرها.

❖ مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث وتفسيرها.

❖ مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع وتفسيرها.

❖ توصيات الدراسة.

❖ مقترحات الدراسة.

## الفصل الخامس

### نتائج الدراسة

يعرض هذا الفصل أهم النتائج التي تم توصل إليها الباحث بناء على المعالجات الإحصائية التي أجريت على ما تم جمعه وتحليله من بيانات من خلال الاختبار التحصيلي للصف التاسع الاساسي.

الإجابة على السؤال الأول من أسئلة الدراسة وهو: ما أبعاد التنور الغذائي الواجب توافرها في محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا؟ "

تمت الإجابة عن هذا السؤال بعد الإطلاع على الأدب التربوي في مجال العلوم، والدراسات السابقة، والأخذ بأراء الخبراء في هذا المجال عن طريق اجراء استطلاع رأي حول تلك الأبعاد الواجب توافرها، ملحق(3) وقد احتوت قائمة التنور الغذائي في صيغتها النهائية على(7) أبعاد رئيسة (56) بنداً فرعياً كما هو موضح في ملحق(3).  
والأبعاد الخمسة الرئيسة للتنور الغذائي هي:

- 1- المعرفة الغذائية.
- 2- العادات الغذائية.
- 3- تأثير علم الغذاء على الطالب.
- 4- قضايا الغذاء.
- 5- اتخاذ القرارات الغذائية السليمة.
- 6- اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية.
- 7- الغذاء في الإسلام.

وقد وجد الباحث أن نتيجة هذه الدراسة تتفق مع معظم الدراسات السابقة في تحديد أبعاد التنور الغذائي مثل دراسة (أبو جججوح،2008)، ودراسة(أبو حليلة،2008) ( ودراسة (علم الدين،2007).

الإجابة عن السؤال الثاني وهو:

" ما مدى تضمن محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا لأبعاد التنوير الغذائي؟"

بعد الانتهاء من بناء قائمة بأبعاد التنوير الغذائي، تم في ضوءها تحليل المحتوى العلمي لمحتوى كتب العلوم المقررة على طلبة الصف التاسع الاساسى في فلسطين لعام (2008-2009) للحكم على مدى توافر أبعاد التنوير الغذائي في هذا المحتوى وقد كشفت عملية التحليل عن النتائج التالية:

أولاً: فيما يتعلق بالابعاد الرئيسية للتنوير الغذائي:

نتائج تحليل المحتوى العلمي للمرحلة الأساسية العليا في ضوء البنود الرئيسية لأبعاد التنوير الغذائي من حيث عدد المرات التي تناولها المنهاج، كما في جدول(15).

#### جدول(15)

نتائج تحليل محتوى كتب علوم المرحلة الأساسية العليا في ضوء الأبعاد الرئيسية

النسبة	التكرار	الصفوف						فئات التحليل	
		التاسع/الوحدة(2)		الخامس/الوحدة(6)		الرابع/الوحدة(1)			
		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار		
%56.3	31	%12.7	7	%32.7	18	%10.9	6	المعرفة الغذائية	الابعاد الرئيسية
%3.6	2	%1.8	1	-	-	%1.8	1	العادات الغذائية	
%7.2	4	%7.2	4	-	-	-	-	تأثير علم الغذاء	
%20	11	-	-	%20	11	-	-	قضايا الغذاء	
%7.2	4	-	-	-	-	%7.2	4	القرارات الغذائية	
%3.6	2	-	-	-	-	%3.6	2	الاتجاهات الغذائية.	
%1.8	1	%1.8	1	-	-	-	-	الغذاء في الإسلام.	
%100	55		13		29		13	المجموع	

يتضح من الجدول (15) أن المحتوى كتب العلوم المقرر على الصف التاسع الأساسي تناول جميع البنود الرئيسية ولكن بنسب متفاوتة ، ولكن التركيز الأكبر كان على الجانب المعرفي بنسبة 56.3%

أى أن نسبة المعرفة العلمية التي أسفرت عنها عملية التحليل لمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا مرتفعة بالمقارنة مع الأبعاد الأخرى وهذا يعزى إلى التضخم المعرفي في المناهج الحالية الحديثة لمواكبة كل ما هو جديد ومستحدث لذا حاول واضعي المناهج مواكبة التقدم العلمي والتكنولوجي، وهذا ما أربك الطالب والمعلم وأدى إلى عدم كفاية وقت المدرسة لهذه المناهج.

ونتيجة لهذا التركيز على الجانب المعرفي فقد حدث عدم موازنة مع الأبعاد الأخرى وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة (الأغا والزعائين، 2000)، ودراسة (الغنام، 2000)، ودراسة (عبد الوهاب، 1996)، ودراسة (فضل، 1995)، ، ودراسة (النمر، 1991)، في أن محتوى مناهج العلوم لا يعكس القيمة النفعية للعلم، أى أن الاهتمام الأكبر ينصب على المعرفة العلمية باعتبارها الطريق لتحقيق أهداف المنهاج وفلسفته.

الإجابة عن السؤال الثالث وهو:

" ما مستوى اكتساب طلبة الصف التاسع الأساسي لإبعاد التنور الغذائي "؟

وللإجابة على هذا السؤال قام الباحث باختبار الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى: لا يرتقي مستوى إتقان أبعاد التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي لمستوى 75%.

لذلك استخدم الباحث التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، حيث أوضحت نتائج السؤال البحثي أن هناك تدني في مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي والجدول (16) يوضح ذلك:

#### الجدول (16)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد الاختبار (ن = 232)

م	الأبعاد	المتوسط	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	الترتيب
1	المعرفة الغذائية	7.000	2.630	27.26	1
2	العادات الغذائية	4.638	1.927	18.06	3
3	تأثير علم التغذية	5.207	2.070	20.28	2
4	قضايا الغذاء	1.259	0.728	4.90	6
5	اتخاذ القرارات	3.914	1.928	15.24	4
6	الاتجاهات	2.776	1.560	10.81	5
7	الغذاء وأهميته	0.879	0.686	3.42	7
	المجموع	25.672	11.397	49.37	

يتضح من الجدول السابق أن البعد الاول والمتعلق بـ " المعرفة الغذائية " احتل المرتبة الأولى بوزن نسبي (27.26%) ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن محتوى كتب العلوم تناول القضايا المطروحة في هذا البعد بإسهاب وتفصيل، حيث أحتوى منهاج العلوم للصف الرابع على المفاهيم التي تناولت أغذية الطاقة وأغذية البناء، وأغذية الوقاية وتحدث منهاج العلوم للصف الخامس على فصل التداوى بالنباتات والأعشاب، وصناعة الأدوية، ووجود المادة الفعالة طبيياً في النباتات، كما أحتوى منهاج العلوم للصف التاسع على العناصر الغذائية من كربوهيدرات، وأملاح، وفيتامينات، وبروتينات، لهذا كانت نسبة هذا البعد مرتفعة وكانت إجابات الطلبة عن هذا البعد جيدة.

تلا ذلك البعد الثالث والمتعلق بـ " إدراك تأثير علم التغذية " احتل المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (20.28 %) ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن هذه القضايا قد تناولها محتوى كتاب العلوم للصف التاسع بشكل جيد، وقد طبق الاختبار على طلبة الصف التاسع لهذا كانت لديهم خلفية جيدة عن القضايا المطروحة في هذا البعد.

تلا ذلك البعد الثاني والمتعلق بـ " العادات الغذائية " احتل المرتبة الثالثة بوزن نسبي (18.06%) ويفسر الباحث هذه النتيجة أن من عادات المجتمع الفلسطيني والأسر الفلسطينية أنها تكثر من تناول الوجبات السريعة وخاصة وجبة (الفلافل)، والوجبات المقلية لسرعة تحضيرها ورخص ثمنها وبالتالي انعكست هذه العادات على الطلبة أثناء الإجابة عن أسئلة الاختبار.

وجاء بالمرتبة الرابعة البعد الخامس والمتعلق بـ " اتخاذ القرارات " بوزن نسبي قدره (15.24%)، ويعزى الباحث هذه النتيجة إلى ضعف الاهتمام بالقضايا المذكورة فهي نادرة الوجود في المحتوى العلمي باستثناء الإشارة في كتاب الصف الرابع الى الوجبة الغذائية المتوازنة والهرم الغذائي لذلك جاءت النتيجة متدنية.

تلا ذلك البعد السادس والمتعلق بـ " الغذاء وأهميته " احتل المرتبة الخامسة بوزن نسبي (10.81%) ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى دور المدرسين أثناء شرح الدروس المتعلقة بالغذاء حيث أشار غالبية المدرسين أثناء تحكيمهم للقائمة والاختبار إلى أنهم يشيرون إلى هذه الموضوعات خلال الشرح للطلاب.

وجاء بالمرتبة السادسة البعد الرابع والمتعلق بقضايا الغذاء " بالمرتبة السادسة بوزن نسبي مقداره (4.90%) ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن المجتمع الفلسطيني يتناول المعلبات بشكل كبير ، وهي متوفرة في الأسواق والمحلات التجارية وزاد عددها بعد الحرب الأخيرة على غزة حيث كانت توزع على طلاب المدارس بشكل كبير ولان الاختبار طبق بعد الحرب اعتبر الطلبة أن تناول المعلبات امرأ صحيا وطبيعيًا، كما أن هناك عادات غذائية خاطئة في مجتمعنا الفلسطيني مثل تناول المرطبات والمثلجات بكثرة ، والمواد التي تحتوى على الصبغات والمواد الحافظة.

وأخيراً جاء بالمرتبة السابعة البعد السابع والمتعلق بـ " الغذاء في الإسلام " بوزن نسبي قدره (3.42%)، ويفسر الباحث التدنى في هذا المستوى الى تغييب الاداب الاسالمية في هذا الموضوع عن المنهاج وكانت درجة التتور الغذائي ككل بنسبة (49.37%).

كما قام الباحث بتحليل البيانات إحصائياً، وإيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة في كل بعد من أبعاد التتور، وكذلك في الاختبار ككل، واستخدام اختبار (t) لعينة واحدة t .test one sample و الجدول (17) يوضح ذلك:

جدول (17)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الطلاب و المتوسط الافتراضي 75% وقيمة "ت" ومستوى دلالتها

الأبعاد	العدد	المتوسط	المتوسط الافتراضي	الفرق في المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة
المعرفة الغذائية	17	7.000	12.75	5.750	2.630	33.299	0.000
العادات الغذائية	9	4.638	6.75	2.112	1.927	16.696	0.000
إدراك	9	5.207	6.75	1.543	2.070	11.353	0.000
قضايا الغذاء	2	1.259	1.5	0.241	0.728	5.049	0.000
اتخاذ القرارات	8	3.914	6	2.086	1.928	16.485	0.000
الاتجاهات	5	2.776	3.75	0.974	1.560	9.510	0.000
الغذاء وأهميته	2	0.879	1.5	0.621	0.686	13.787	0.000
الدرجة الكلية	52	25.672	39	13.328	8.397	24.174	0.000

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة  $(0.05 \geq \alpha)$  في الدرجة الكلية للاختبار. أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الطلاب وبين المتوسط الافتراضي ولقد كانت الفروق لصالح المتوسط الافتراضي ، وهذا يعني أن مستوى اكتساب الطلاب للتتور الغذائي أقل من (75%) التي تمثل المتوسط الافتراضي.

و يفسر الباحث عدم وصول الطلبة إلى حد الإتقان المفترض 75% يعود إلى عدة أمور منها:  
- ضعف الموضوعات الغذائية المقررة على الطلبة، وذلك لضخامة المنهج المقرر وتعدد الموضوعات الرئيسية داخل المحتوى نفسه، مما يؤدي إلى عدم تركيز الطلبة ومحاولة المدرس إنهاء المقرر الدراسي في الوقت المناسب، وعد توظيف الطلبة للمعلومة في حياتهم اليومية ، وعدم اهتمام المسؤولين بمواضيع الغذاء وغياب برامج التوعية من قبل الوزارة كبرامج التوعية الموجودة في مدارس الوكالة، وأن برامج المدارس تفتقر للتوعية الصحية، كما أنه لا يوجد تكامل بين البيت والمدرسة وعدم اهتمام الأسرة بمتابعة التوعية الغذائية ، وكبر حجم العائلة الفلسطينية وهذا يرتبط بالوضع المادي للأسرة ، فإذا كانت الأسرة من ذو الدخل المرتفع سوف يكون هناك اهتمام أكثر بنوعية الغذاء وكميته والعكس صحيح ، وثقافة الأم الغذائية والتي تنعكس على جميع أفراد الأسرة، كما ونشير هنا إلى العادات المجتمعية الخاطئة. أضف إلي ذلك

عدم الاهتمام بالتوعية الغذائية من خلال الأنشطة المرافقة، ، كما أن هناك خلل في الوسائل العامة (الوسائل الإعلامية المقروءة، والمسموعة، والمرئية) حيث تمارس هذه الوسائل دوراً سلبياً في كثير من الأحيان، وغياب المتخصصين في التغذية من أقسام الصحة المدرسية في مديريات التربية والتعليم، كما يعزى هذا التدني حسب تفسير الباحث إلى ضعف التنسيق بين جهات الاختصاص المختلفة وخاصة وزارات الصحة، والزراعة، والتموين ونقص الرقابة على المنتج المحلي والمستورد، كما أن القدرة الاستيعابية للطلبة متدنية بشكل عام، وضعف الاتجاه نحو الموضوع نفسه، .

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسات كل من: (علم الدين، 2007)، والتي تناولت قياس مستوى التنور البيولوجي ، حيث لم تصل النتائج إلى حد الكفاية المفترض 75%، كما اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (أبو سلطان، 2001)، والتي تناولت التنور العلمي، حيث بلغ المتوسط النسبي للطلبة حوالي (49.3%)، ودراسة (العفيفي، 2001) والتي تناولت قياس مستوى التنور البيئي لدى تلاميذ الصف السادس، ودراسة (عبد المجيد، 1999) والتي تناولت قياس التنور الكيميائي، ودراسة (عطوة، 1995) والتي تناولت التنور العلمي الغذائي، ودراسة (عطيوي والنجدي، 1995) التي تناولت مستويات الثقافة العلمية ، ودراسة (البغدادي، 1995) والتي تناولت التنور في ضوء أشكال الوعي الحياتي ودراسة، ودراسة (شعير، 1993) والتي تناولت التنور الصحي، ودراسة (فراج، 1992) والتي تناولت التنور العلمي، ودراسة (طناوي، 1995) والتي تناولت قياس مستوى التنور الفيزيائي لدى خريجي المدارس الثانوية بمحافظة دمياط بمصر، حيث بلغ نسبة متوسط درجات الطلبة حوالي (41.9%)، ولم تصل النتائج إلى حد الكفاية المفترض 75%

**الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \geq 0.05)$  في مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي تعزى لمتغير الجنس ( ذكر، أنثى)؟**  
للتحقق من صحة الفرضية قام الباحث بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة في كل بعد من أبعاد التنور، وكذلك في الاختبار ككل، واستخدم اختبار (t) لعينتين مستقلتين t.test independent sample والجدول (18) يوضح ذلك:



جدول (18)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الاختبار تعزى لمتغير الجنس، وقيمة (ت) ومستوى دلالاته

البيان	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة
المعرفة الغذائية	ذكر	115	6.296	2.347	4.186	0.000
	أنثى	117	7.692	2.718		
العادات الغذائية	ذكر	115	3.930	1.834	5.942	0.000
	أنثى	117	5.333	1.762		
إدراك	ذكر	115	4.678	2.254	3.978	0.000
	أنثى	117	5.726	1.730		
قضايا الغذاء	ذكر	115	1.000	0.725	5.720	0.000
	أنثى	117	1.513	0.638		
اتخاذ القرارات	ذكر	115	3.409	2.085	4.089	0.000
	أنثى	117	4.410	1.620		
الاتجاهات	ذكر	115	2.017	1.370	8.365	0.000
	أنثى	117	3.521	1.368		
الغذاء وأهميته	ذكر	115	0.765	0.692	2.542	0.000
	أنثى	117	0.991	0.663		
الدرجة الكلية	ذكر	115	22.096	7.634	7.084	0.000
	أنثى	117	29.188	7.616		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (  $\alpha \leq 0.01$  ) في جميع الأبعاد وفي الدرجة الكلية . أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيها بين الذكور والإناث، ولقد كانت الفروق لصالح الإناث. ويعود ذلك حسب اعتقاد الباحث إلي اهتمام الإناث بمواضيع الغذاء أكثر من الذكور.

الإجابة عن السؤال الرابع:

"ما مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي؟"

للإجابة على هذا السؤال قام الباحث باختبار الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى: لا يرتقي مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي لمستوى الإتقان 75%.

للتحقق من صحة الفرضية استخدام الباحث التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، والجدول (34) لكل بعد من أبعاد التتور الغذائي يوضح ذلك:

ولإجمال النتائج قام الباحث بحساب التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية والترتيب لكل بعد من أبعاد المقياس وجدول (19) يوضح ذلك:

#### الجدول (19)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد المقياس (ن = 232)

الأبعاد	عدد الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب
الاتجاه نحو العادات الغذائية	10	2.7207	5.567	29.59	1
الاتجاه نحو أهمية الغذاء	8	2.2526	4.664	24.50	3
الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة	8	1.8953	4.982	20.61	4
الاتجاه نحو موضوعات التغذية	8	2.3254	5.783	25.29	2
المجموع	34	9.1940	14.347	27.04	

حيث أوضحت نتائج السؤال البحثي أن هناك تدني في الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي يتضح من الجدول السابق أن البعد الأول والمتعلق بـ "الاتجاه نحو العادات الغذائية" احتل المرتبة الأولى بوزن نسبي (29.59%)، تلا ذلك البعد الرابع والمتعلق بـ "الاتجاه نحو موضوعات التغذية" احتل المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (25.29%)، تلا ذلك البعد الثاني والمتعلق بـ "الاتجاه نحو أهمية الغذاء" احتل المرتبة الثالثة بوزن نسبي (24.50%) تلا ذلك البعد الثالث والمتعلق بـ "الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة" احتل المرتبة الرابعة بوزن نسبي (20.61%) وكان الاتجاه نحو التتور الغذائي ككل بنسبة (27.04%).

كما قام الباحث بتحليل البيانات إحصائياً، وإيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة في كل بعد من أبعاد التتور، وكذلك في الاستبانة ككل، واستخدام اختبار (t) لعينة واحدة t. test one sample والجدول (20) يوضح ذلك:

جدول ( 20 )

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات الطلاب وبين المتوسط الافتراضي 75% وقيمة "ت" ومستوى دلالتها

الأبعاد	العدد	المتوسط	المتوسط الافتراضي	الفرق في المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة
الاتجاه نحو العادات الغذائية	10	2.7207	37.5	10.293	5.567	28.164	0.000
الاتجاه نحو أهمية الغذاء	8	2.2526	30	7.474	4.664	24.407	0.000
الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة	8	1.8953	30	11.047	4.982	33.773	0.000
الاتجاه نحو موضوعات التغذية	8	2.3254	30	6.746	5.783	17.766	0.000
الدرجة الكلية	34	9.1940	127.5	35.560	14.347	37.752	0.000

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في جميع الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس. أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الطلاب وبين المتوسط الافتراضي ولقد كانت الفروق لصالح المتوسط الافتراضي ، وهذا يعني أن اتجاه الطلاب نحو التنوع الغذائي أقل من (75%) التي تمثل المتوسط الافتراضي.

## الفرضية الثانية:

" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \geq 0.05)$  في مستوى الاتجاه نحو التغذية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي تعزى لمتغير الجنس ( ذكر، أنثى)".  
وللتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار (ت) لمعرفة الفروق تبعاً لمتغير الجنس، وجدول (21) يوضح ذلك:

جدول (21)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات المقياس تعزى لمتغير الجنس، وقيمة (ت) ومستوى دلالاته

البيان	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو العادات الغذائية	ذكر	115	2.7296	5.965	0.240	0.810	غير دالة إحصائياً
	أنثى	117	2.7120	5.170			
الاتجاه نحو أهمية الغذاء	ذكر	115	2.2130	4.362	1.282	0.201	غير دالة إحصائياً
	أنثى	117	2.2915	4.932			
الاتجاه نحو الأطعمة المصنعة والطازجة	ذكر	115	1.7504	4.786	4.575	0.000	دالة إحصائياً عند 0.01
	أنثى	117	2.0376	4.776			
الاتجاه نحو موضوعات التغذية	ذكر	115	2.2191	5.798	2.817	0.005	دالة إحصائياً عند 0.01
	أنثى	117	2.4299	5.599			
الدرجة الكلية	ذكر	115	8.9122	13.331	3.017	0.003	دالة إحصائياً عند 0.01
	أنثى	117	9.4709	14.821			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة  $(\alpha \leq 0.01)$  في البعد الأول والثاني أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيها بين الذكور والإناث.

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة  $(\alpha \leq 0.01)$  في البعد الثالث والرابع وفي الدرجة الكلية . أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيها بين الذكور والإناث، ولقد كانت الفروق لصالح الإناث.

ويفسر الباحث وجود فروق في مستوى المعرفة والاتجاه لصالح الإناث بناء على ورشة عمل قام بها ومجموعة من معلمي العلوم إلى:

- التنقيف في مدارس الإناث في هذا المجال أكثر منة في مدارس الذكور، ووجود مادة التدبير المنزلي لدى الإناث.
  - ارتباط الأنثى بوالدها في المنزل والتي تتعامل مع أنواع الغذاء المختلفة.
  - تأهيل الأنثى لنفسها لتكون ربة بيت (عادات مجتمعية)
  - متابعة الإناث لبرامج التغذية في وسائل الأعلام المختلفة (المقروءة، والمسموعة، والمرئية)
  - التركيب الفسيولوجي والنفسي للإناث يختلف عن الذكور.
  - الإناث أكثر حرصاً من الذكور على انتقاء نوع الغذاء.
  - ميل الإناث للحفاظ على رشاقة الجسم والوزن المثالي وبالتالي الاهتمام بالغذاء كما ونوعاً.
  - اختلاف الاهتمامات من قبل الجنسين.
  - عامل الوقت لدى الجنسين حيث أن وقت الفراغ لدى الإناث أكثر منه لدى الذكور
- وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسات كل من: (ججوج، 2008) والتي هدفت إلى قياس اثر وحدة دراسية مقترحة باستخدام الوسائط المتعددة في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات المعلمات، وتوصلت إلى وجود فروق في مستوى الوعي الغذائي يرجع إلى عامل الجنس، ودراسة علم الدين (2007)، والتي أشارت إلى فروق في مستوى التنور البيولوجي تعزى لصالح الإناث،.
- واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (حسانين، 2003)، والتي أشارت إلى عدم وجود اختلاف في مستوى التحصيل الدراسي والوعي الغذائي بين الطلاب والطالبات كما اختلفت مع دراسة (طناوى، 1995) حيث أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنور الفيزيائي تعزى لعامل الجنس.

## توصيات الدراسة:

### في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بالتوصيات الآتية:

- 1- يوصى الباحث القائمين على المنهاج الفلسطيني، بتخصيص مساحه أوسع من الجدول الدراسي ليمح للوفاء بمتطلبات الموضوعات الغذائية، وذلك في ضوء تبنى مستوى التنور الغذائي.
- 2- يوصي الباحث بإعداد برنامج مشترك بين المدرسة والبيت وذلك لمتابعة العادات الغذائية الخاطئة وإعادة تصويبها.
- 3- تضمين محتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا المفاهيم الأساسية اللازمة لتحقيق التنور الغذائي بأبعاده المختلفة والاهتمام بإدخال موضوعات تركز على الجانب المهارى في اتخاذ القرار السليم لاختيار الطعام المناسب
- 4- يوصي الباحث القائمين على المنهاج الفلسطيني للمرحلة الأساسية العليا العمل على زيادة الرسوم الإيضاحية التي تصاحب نصوص الغذاء .
- 5- التركيز على إبراز جوانب العلاقة بين العلم والتكنولوجيا والمجتمع في محتوى كتب العلوم لما في ذلك من أهمية لإدراك الطلاب لأهمية العلوم في حياتهم ومجتمعهم.
- 6- تنظيم مسابقات علمية بين طلبة القسم العلمي حول أبعاد التنور الغذائي وتشجيع المتفوقين منهم وحفزهم على الاستمرار في تحصيل المعرفة العلمية.
- 7- عقد ورش عمل لمعلمي العلوم وذلك لاطلاعهم على الجديد في مجال الغذاء والصحة .
- 8- يوصي الباحث العاملين في مجال الصحة والغذاء بالتنسيق المشترك وخاصة مع وسائل الإعلام لنشر التنور الغذائي .
- 9- العمل على نشر التنور الغذائي بين أفراد المجتمع من خلال وسائل الإعلام والمؤسسات المهمة بهذا الموضوع.

## مقترحات الدراسة:

إن أي دراسة يجب أن تثير مشكلات بحثية في مجالها لفتح آفاق جديدة للباحثين لطرق جوانب بحثية مكملة للدراسة الحالية ، لذا فإن الباحث في ضوء نتائج الدراسة وتوصياتها يقترح إجراء الدراسات والبحوث الآتية:

- 1- دراسة مستوى التنور الغذائي للمراحل التعليمية المختلفة حسب المنهاج الفلسطيني.
- 2-دراسة آراء المعلمين، والمعلمات، والموجهين ،و الموجهات حول مدى ملاءمة الموضوعات الغذائية المتضمنة بالكتب المدرسية في نشر التنور الغذائي.
- 3- إعداد برنامج تدريبي لمعلمي العلوم يهدف إلى تحقيق التنور الغذائي لديهم، ومعالجة مفاهيم التنور الغذائي أثناء تدريس مادة العلوم.
- 4- فعالية مناهج العلوم للمراحل التعليمية المختلفة في تحقيق و إكساب الطلبة لأبعاد التنور الغذائي.
- 5- دراسة لقياس أثر الأنشطة اللاصفية في تحقيق التنور الغذائي.
- 6-دراسة توضح أثر البرامج الإعلامية والتلفزيونية بوجه خاص في تحقيق التنور الغذائي.

# قائمة المراجع

المراجع العربية ❖

المراجع الأجنبية ❖



# المراجع العربية

## ﴿ القرآن الكريم ﴾

1. ابن القيم الجوزية، شمس الدين محمد بن أبي بكر (1957): الطب النبوي، ط1، القاهرة: دار إحياء الكتب العربي.
2. الأغا، إحسان والأستاذ، محمود (2002): تصميم البحث التربوي، ط4، غزة: مطبعة الرنتيسي
3. الأغا، إحسان والزعانين، جمال (2000): مدى توافر بعض عناصر التنور العلمي في كتب العلوم للمرحلة الابتدائية، المؤتمر العلمي الرابع التربوية العلمية للجميع، مجلد1: جامعة عين شمس
4. الأمعري، هناء (1999): مفاهيم التربية الغذائية لدى مدرسات المرحلة الابتدائية في دولة الكويت. المجلة التربوية، 14 (53)، 59-101: جامعة الكويت
5. البغدادي، محمد رضا (1995): مستويات التنور في ضوء أشكال الوعي الحياتي لدى خريجي المدرسة الثانوية في محافظات شمال الصعيد، المؤتمر العلمي السابع للجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، التعليم الثانوي وتحديات القرن الحادي والعشرين، مجلد1، القاهرة من 7-10 أغسطس.
6. الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس (1990): مستويات التنور لدى الطلاب المعلمين في مصر، دراسة مسحية، المؤتمر العلمي الثاني للجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، الإسكندرية، 15-18 يوليو.
7. الحفيظ، عماد (2006): أساسيات الكيمياء الحيوية، ط1، عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع
8. الخالدي، موسى (2003): الثقافة العلمية ومناهج العلوم، مجلة رؤى التربوية، عدد 12، غزة: مركز القطان.
9. الزعبوط، بكر (2002): محاضرات في علم التغذية، أوراق بحثية غير منشورة
10. الزبيد، فهمي وعليان، هشام (1998): مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي
11. السايح، السيد (1987): تطوير منهج علم الأحياء بالمرحلة الثانوية العامة في ضوء متطلبات الثقافة البيولوجية، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة عين شمس.
12. الشاعر، عبد المجيد وقطاش، رشدي (2000): التغذية والصحة، ط1، عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
13. الشهراني، عامر (2004): مستوى الثقافة العلمية لدى طلاب المستويين الأول والرابع من التخصصات العلمية بكلية التربية بأبها ودور برنامج الإعداد في تنميته، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد (61)، الرياض.
14. الصادق، منى (2006): تحليل محتوى منهاج العلوم للصف العاشر وفقا لمعايير الثقافة العلمية ومدى

- اكتساب الطلبة لها، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.
15. العبد، محمد (2002): تطوير محتوى منهج البيولوجي للثانوية العامة في ضوء كل من متطلبات التخصص الأكاديمي بالجامعة والثقافة العلمية، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الإسكندرية.
16. العفيفي، محمد (2001): مستوى التنور البيئي لتلاميذ السادس الأساسي في محافظة رفح فلسطين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الإسلامية.
17. الغنام، محرز (2000): دراسة تحليلية لمحتوى مناهج العلوم بالمرحلتين الابتدائية والإعدادية في ضوء أبعاد التنور العلمي، المؤتمر العلمي الرابع التربوية العلمية للجميع، (31 يوليو-3 أغسطس)، المجلد الأول.
18. اللولو، فتحية (2004): تقويم مناهج العلوم الفلسطينية للمرحلة العليا من التعليم الأساسي في المستحدثات العلمية والمعاصرة، المؤتمر التربوي الأول للتربية في فلسطين ومتغيرات العصر، الجزء الأول.
19. المحتسب، سمية (2002): فاعلية تعليم العلوم القائم على توجة العلوم-التكنولوجيا-المجتمع في اكتساب طالبات الصف التاسع الأساسي متطلبات التنور العلمي، المجلد (5) العدد (3)
20. المخلاتي، جلال (1986): التغذية وصحة الإنسان، القاهرة: دار الفكر العربي.
21. المظفر، سامي (1999): أساسيات الكيمياء الحياتية، ط2، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
22. المنيزل، عبدالله و غرايبه، عايش (2005): الإحصاء التربوي "تطبيقات باستخدام الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية"، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
23. المهيزع، إبراهيم (1998): التربية الغذائية في مناهج التعليم العام في دول مجلس التعاون الخليجي، دراسة تمهيدية، ورقة عمل قدمت في ندوة التربية الصحية والغذائية والبيئية في التعليم العام بدول الخليج العربي. ابريل، الدوحة، قطر.
24. الموجي، أماني (2002): فاعلية مناهج العلوم بمدارس التعليم الثانوي الصناعي في تنمية التنور العلمي لدى الطلاب، مجلة التربية العلمية للجمعية المصرية للتربية العلمية، المجلد (5)، العدد (2).
25. النوى، الدمشقي، أبي زكريا يحيى بن شرف (1986): رياض الصالحين، ط4، بيروت: مؤسسة الرسالة
26. الوسيمي، عماد الدين (2000): فاعلية محتوى مناهج العلوم بالمرحلة الثانوية بالسعودية في تنمية مفاهيم الطلاب المتصلة بقضايا العلم والتكنولوجيا والمجتمع وكذا تنمية اتجاهاتهم نحو العلم والتكنولوجيا، التربية العلمية، مجلد 3، عدد 1.

27. أبو ججوح، ريم (2009): أثر وحدة دراسية مقترحة في تنمية الوعي الغذائي لدى الطالبات الملمات تخصص التعليم الأساسي بجامعة الأزهر، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية بجامعة الأزهر بغزة .
28. أبو حليلة، جهاد (2008): أثر برنامج بالوسائط المتعددة يوظف الأحداث المتناقضة في تنمية التنور الغذائي لدى طلاب الصف الخامس الأساسي في مادة العلوم، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة.
29. أبو سلطان، عبد النبي (2001): مستوى التنور العلمي لدى طلبة الصف التاسع في محافظة شمال غزة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
30. أبو عودة، محمد (2006): تقويم المحتوى العلمي لمنهاج الثقافة التقنية المقرر على طلبة الصف العاشر في ظل أبعاد التنور التقني، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
31. أبو لبد، سبع (1982): مبادئ القياس النفسي والتقويم التربوي، ط3، الجامعة الأردنية، عمان.
32. أبو معلا، أحمد عياش (2006): مستوى التنور المدني لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظات غزة ،رسالة ماجستير(غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
33. أبو معيلق، سهى (2006): مدى تضمن محتوى منهاج العلوم لطلبة الصف السادس لبعض مفاهيم التربية الوقائية واكتسابهم لها في مدارس قطاع غزة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
34. أنيس، إبراهيم وآخرون(1973): المعجم الوسيط- معجم اللغة العربية، ط2 ، الجزء الثاني.
35. إسماعيل، مجدي (2000): فعالية وحدة دراسية مقترحة في التربية الصحية للوقاية من الإيدز والأمراض المنقولة جنسيا لتلاميذ الصف الثالث الإعدادي ، مجلة التربية العلمية ، مجلد (3)، عدد(1)
36. بخاري، أمال (1995): مدى انتشار الوعي الغذائي الصحي بين عينة من طالبات كلية التربية للبنات بجدة ، كلية التربية بجدة.
37. بخش، هالة (2001): مستوى التنور العلمي لدى عينة من طلاب التعليم قبل الجامعي بالمملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية جامعة أم القرى بمكة المكرمة، المجلد (5)، العدد(1).
38. بوقس، نجاه (2004): مواضع النقص في الثقافة الغذائية لدى كلية التربية للبنات بجدة وعلاقته بتخصصهن، مجلة التربية العلمية ، مجلد (7)، العدد(3).
39. جاد، عزة (2003): أثر اختلاف نوع خريطة المفاهيم وأسلوب تقديمها على تحصيل طالبات كلية التربية" تخصص اقتصاد منزلي" لموضوع العناصر الغذائية، مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس(عدد 90).
40. جاسم، صالح (2000) : التنور البيئي لدى معلمي العلوم بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت، كلية التربية، جامعة الكويت.

41. حسام الدين، ليلي (2004): فعالية تدريس وحدة مقترحة قائمة على النظرية البنائية لتنمية وعي طالبات المدارس الثانوية التجارية بالتربية الغذائية، مجلة التربية العلمية، مجلد(7)، عدد(3).
42. حسانين، بدرية (2003): برنامج في الثقافة الغذائية قائم على أسلوب التكامل وأثره في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائي لدى طلاب الفرقة الرابعة بالشعب الأدبية بكلية التربية بسوهاج، مجلة التربية العلمية ، المجلد (6)، العدد(1).
43. حنا، تودرى (1993): التوجهات الإعلامية في تحقيق التربية الغذائية، مجلة الدراسات التربوية، المجلد(8)، العدد(57).
44. خليل، أحمد وآخرون (1990): التنور العلمي لدى معلمي العلوم المؤتمر العلمي الثاني للجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، إعداد المعلم التراكمات والتحديات، الإسكندرية من 5-13 يوليو.
45. رشدي، عصمت (1971): التربية الغذائية، الهيئة العامة للكتب ولأجهزة، القاهرة.
46. زيتون، كمال (2002): تدريس العلوم للفهم، رؤية بنائية، القاهرة: عالم الكتب.
47. زيتون، عايش (2004): أساليب تدريس العلوم، الطبعة الأولى، عمان : دار الشروق للنشر والتوزيع.
48. سابا، نرجس (1995): الطهي علم وفن ،ط5، دار المعارف: مصر.
49. سالم، صلاح الدين (2004): التنور البيئي لدى الطلاب المعلمين بكليات التعليم الصناعي ، مجلة التربية العلمية، المجلد (7)، العدد(2).
50. سليم، محمد صابر (1989): التنور العلمي حقيقة تفرض نفسها على خبراء المناهج، دراسات في المناهج وطرق التدريس، عدد5، ص 1-11.
51. شبير، حفصة (2003): تقويم الأنشطة العملية في مادة العلوم للصف السادس، رسالة ماجستير غير منشورة غزة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
52. شحبير، سعيد (2007): تقويم محتوى مقرر العلوم للصف العاشر الأساسي في ضوء المعايير الإسلامية، الجامعة الإسلامية، غزة.
53. صالح، عبد الحي محمود(2003): الصحة العامة بين البعدين الاجتماعي والثقافي، دار المعرفة الجامعية
54. صبري، ماهر وأبو الفتوح، محمد (2004): التنور التكنولوجي وتحديث التعليم، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
55. طعيمه، رشدي (1987): تحليل المحتوى في العلوم الإنسانية: مفهومه.أسسه .استخداماته، القاهرة: دار الفكر العربي.
56. طنأوي، عفت (1995): مستوى التنور الفيزيائي لدى خريجي المدارس الثانوية العامة، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد19 الجزء الثاني.
57. عبد الخالق، شادية (2003): برنامج إرشادي لتنمية الوعي الغذائي وأثره في خفض بعض

- الاضطرابات النفسية لدى أطفالهن من تلاميذ المرحلة الابتدائية ، جامعة عين شمس.
58. عبد المجيد، ممدوح (2004): مدى تناول محتوى منهج العلوم بالمرحلة الإعدادية لأبعاد العلم وعملياته وفهم الطلاب لها، مجلة التربية العلمية، المجلد السابع.
59. عطوة، فوزي محمد (1995): التنور العلمي الغذائي لدى معلمي العلوم الزراعية والاقتصاد المنزلي قبل الخدمة، مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس، مجلد(1)، عدد(3).
60. عطيو، محمد نجيب والنجدي، أحمد عبد الرحمن (1995): مستويات الثقافة العلمية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، مجلد2، عدد19.
61. عفانة، عزو (1997): الإحصاء التربوي والإحصاء الاستدلالي، ط1، مكتبة اليازجي، غزة، فلسطين.
62. علم الدين، أمل(2007): مستوى التنور البيولوجي وعلاقته بالاتجاهات العلمية لدى طلبة كلية التربية في الجامعات الفلسطينية بغزة، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
63. علي، محمد السيد (2003): التربية العلمية وتدريب العلوم، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
64. فخرو، عائشة (2006): المعلومات الغذائية المتضمنة في الكتب الدراسية للصفوف الثلاثة المتقدمة في المرحلة الابتدائية بدولة قطر ، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (7)، العدد(1).
65. فراج، محسن (1996): تقويم مناهج العلوم بالتعليم العام في ضوء متطلبات التنور العلمي، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة عين شمس.
66. فراج، محسن (1992): علاقة مستوى التنور العلمي لمعلم العلوم بالتحصيل الدراسي والتفكير العلمي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة عين شمس.
67. فضل، نبيل (1995): تحليل محتوى كتاب الكيمياء للمرحلة الثانوية من منظور الثقافة العلمية، المؤتمر العلمي السابع للجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، التعليم الثانوي وتحديات القرن الحادي والعشرين، المجلد الثاني، القاهرة 7-10 أغسطس.
68. قنديل، يس والحصين، عبدا لله (1993): الوعي الغذائي لدى طالبات كليات البنات بمدينة الرياض مستواه ومصادره وعلاقته ببعض المتغيرات ن دراسات في المناهج وطرق التدريس .
69. لجان العمل الصحي (2004): الغذاء المتوازن ،القدس ،مؤسسة إنقاذ الطفل.
70. مسلم، فاطمة (1998): فاعلية استخدام مدخل تحليل القيم في تدريس الجغرافيا على تنمية بعض القيم البيئية الاجتماعية لدى طلاب الصف الأول الثانوي، مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس، عدد22، كلية التربية، جامعة عين شمس.
71. مصالحة، عبد الهادي (2004): برنامج مقترح في التربية الصحية للمعاقين بصريا في المرحلة الأساسية في ضوء احتياجاتهم، رسالة دكتوراه(غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الأقصى بغزة.

## المراجع الأجنبية

1. American Association for the Advancement of Science (AAAS) (1989) **Science for All Americans**, Project(2061),Report on literacy Goals in Science ,Mathematics and technology, D.C. Publication ,Washigton.
2. Biological Science Curriculum study (BSCS)(1988):**Advances in Genetic Technology** ,Lexington ,MASS D.C. Heath.
3. Cataldo C. B. et al, 1989:**Nutrition and Diet Therapy: principle and Practice**, 2th Edition West publishing Company.
4. Hinman, Richard.L(1999):**Scientific Literacy Revisited Phidelta Kappan**,V81,N3,NOV
5. Katch. F.I and McArdle, 1992, **Introduction to Nutrition , Exercise, And health** , Lea and Febiger, Phaladel Phia/London
6. Kamen. Betty and Fraly E.L ynn (2000).**Nutrition in Nursing: the New Approach** . New CANAAN, KEATS PUBL ISHING,ING
7. McArthur, Laura H.and Others (2007): **College Studenta and Awareness of Food Safety**. ERIC NO : EJ 762654
8. Robinson, Corinne H and Others (2003). **Normal and Therapeutic nutrition** .New York. Macmillan Publishing Company.
9. Rubba, p.A& Andersen, H.O(1978) :**Development of an Instrument to Asses Secondary School Students Understanding of the Nature of Scientific Knowledge** , Science Education . Vol (62). No(4) ,Pp (444-458).
10. Showalter, M(1984):**Dimension of Scientific /Technological liteancy**, Proceeding of International Symposium on word Trends in Science and Technology Education (P111-116)
11. Smolin, lori A& Mary B. Grosvenor Pp(1997). **Nutrition Science and Application**.Second Education , New York : Saunders College publishing.
12. whitney E. N. et al,1990: **Understanding Nutrition**, West Publishing Company , New York

الملاحق

ملحق رقم (1)  
كتاب تسهيل مهمة باحث من الجامعة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



الجامعة الإسلامية - غزة  
The Islamic University - Gaza

هاتف داخلي: 1150

عمادة الدراسات العليا

الرقم...ج...ع/35/Ref

التاريخ...2009/05/05...Date

الأخ الدكتور/ وكيل وزارة التربية والتعليم العالي  
حفظه الله،  
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

**الموضوع/ تسهيل مهمة طالب ماجستير**

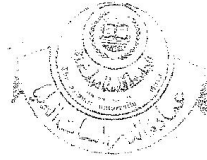
تهديكم عمادة الدراسات العليا أعطر تحياتها، وترجو من سيادتكم التكرم بتسهيل مهمة الطالب/ حابس حسن عوض مسموح برقم جامعي 2007/0065 المسجل في برنامج الماجستير بكلية التربية تخصص مناهج وطرق تدريس-العلوم، وذلك بهدف تطبيق الاختبار الخاص بدراسته والحصول على المعلومات التي تساعد في إعدادها والمعونة بـ:

أبعاد التنور الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية  
العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها

والله ولي التوفيق،،،

عميد الدراسات العليا

د. زياد إبراهيم مقداد





ملحق رقم (2)  
كتاب تسهيل مهمة باحث من الوزارة

Palestinian National Authority  
Ministry of Education & Higher Education  
Deputy Minister Office



السلطة الوطنية الفلسطينية  
وزارة التربية والتعليم العالي  
مكتب الوكيل المساعد للشئون التعليمية

الإدارة العامة للتخطيط التربوي  
الرقم: وت/م/ مذكرة داخلية ( ١٠٥٣ )  
التاريخ: 2009 / 5 / 6 م

السيد/ مدير التربية والتعليم - خان يونس المحترم،،،  
تحية طيبة وبعد،،،

الموضوع: تسهيل مهمة بحث في الماجستير

يقوم الطالب: **حاجس حسن عوض مسهم**، والمسجل لدرجة الماجستير في الجامعة الإسلامية، كلية التربية/ تخصص مناهج وطرق تدريس - العلوم، بعمل بحث بعنوان: "أبعاد التنوير الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها"

يرجى من سيادتكم التكرم بمساعدة الطالب بتطبيق أداة الدراسة وهي اختبار على عينة من طلاب المدارس الحكومية، للمرحلة الأساسية للصف التاسع في محافظة خان يونس، وذلك حسب الأصول.

مع وافر الاحترام

د. زياد ثابت

وكيل الوزارة المساعد للشئون التعليمية



السادة مدير المدارس  
المعلمين  
السادة مدير التعليم  
السادة مدير التعليم  
السادة مدير التعليم  
السادة مدير التعليم

أ. منحت قاسم

سنة ٢٠٠٩  
مخالي السيد/ وزير التربية والتعليم العالي  
مخاترة السيد/ وكيل وزارة التربية والتعليم العالي  
مخاترة السيد/ وكيل الوزارة المساعد للشئون الإدارية والتطوير

### ملحق (3)

بسم الله الرحمن الرحيم

## تحكيم مقياس التنور الغذائي

**السيد الدكتور/ .....** **حفظه الله**

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته...

**الموضوع/ تحكيم مقياس أبعاد التنور الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها**

يقوم الباحث بدراسة علمية بعنوان " أبعاد التنور الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها " وذلك للحصول على درجة الماجستير من الجامعة الإسلامية بغزة ؛ ولقد قام الباحث بإعداد أبعاد و اختبار التنور الغذائي والذي من المفترض أن يمتلكه طلبة المرحلة الأساسية العليا

الباحث يتشرف بأخذ رأيكم في الاطلاع على متطلبات التنور الغذائي ليتم التحكيم في ضوءها على فقرات المقياس ومن ثم إبداء رأيكم وملاحظتكم في الأمور التالية:-

- 1- مدى ملائمة البنود الاختيارية والبدائل لمتطلبات التنور الغذائي
- 2- مدى ملائمة البنود الاختيارية والبدائل لمستوى طلبة للصف التاسع الأساسي
- 3- سلامة البنود الإختبارية لغويًا.
- 4- ملائمة البدائل في كل بند من حيث الترتيب والتمويه في الانتماء للفقرة

والله من وراء القصد

الباحث/

حابس حسن مسمح

## القضايا والموضوعات المقترحة لكل بعد من أبعاد التنور الغذائي

القضايا الفرعية	القضايا الرئيسية	البعد	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- توجد مفاهيم كافية عن أغذية الطاقة في المنهاج</li> <li>- تعتقد أن المفاهيم التي تتناول أغذية البناء كافية</li> <li>- تجد أن أغذية الوقاية تم التطرق إليها بشكل مناسب</li> </ul>	أنواع الأغذية	المعرفة الغذائية	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- كربوهيدرات</li> <li>- الأملاح</li> <li>- دهون</li> <li>- فيتامينات</li> <li>- بروتينات</li> <li>- ماء</li> </ul>	وجود المواد الغذائية التالية		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- التداوي بالنباتات والأعشاب</li> <li>- التوابل والبهارات</li> <li>- وجود المادة الفعالة طبيا في النباتات</li> <li>- صناعة الأدوية النباتية</li> <li>- إسهامات العلماء العرب في علم النبات</li> </ul>	التداوي بالنباتات		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تناول كمية كافية من النشا والألياف</li> <li>- تناول عصائر طبيعية</li> <li>- تناول حليب ومنتجاته</li> <li>- تجنب أكل طعام دسم عند الاستيقاظ من النوم أو عند النوم</li> </ul>	عادات غذائية صحية		العادات الغذائية
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تناول الطعام بكثرة</li> <li>- تناول الوجبات الغذائية السريعة</li> <li>- تناول الأغذية المقلية</li> <li>- تناول المشروبات الغازية</li> </ul>	عادات غذائية خاطئة		

- تناول أغذية غنية بالدهون الحيوانية	خطورة الأمراض الغذائية	تأثير علم التغذية على الطالب (العلاقة المتبادلة بين الغذاء والطالب)
- الإكثار من تناول المواد المملحة		
- السمنة		
- مرض السكري و أنواعه		
- مرض القرحة		
- مرض تسوس الأسنان		
- مرض ضغط الدم		
- مرض تصلب الشرايين		
- مرض هشاشة العظام		
- الوقاية	علاج الأمراض	العلاقة (العلاقة)
- العلاج بالغذاء		
- العلاج المصنع		
- العلاج بالرياضة		
- تناول المعلبات	الأغذية المصنعة	قضايا الغذاء
- اثر تناول المواد الغذائية المضاف إليها مواد حافظة		
- تأثير المواد الغذائية المصبوغة وأثرها على الصحة		
- المشروبات الغازية	الغذاء المتوازن	اتخاذ القرارات الغذائية السليمة
- الوجبة الغذائية المتوازنة		
- الهرم الغذائي (حسب أنواع الغذاء)	الرقابة الصحية المستمرة	الاجتهادات العلمية الغذائية
- العناية بالغذاء الصحي		
- المحافظة على صحة جسم الإنسان		
- الرقابة على مقصف المدرسة		
- الوجبات الغذائية المناسبة		
- النظام الغذائي (اتخاذ برنامج غذائي مناسب)		
- الاهتمام بنظافة الطعام	الاتجاه نحو التغذية السليمة	الاجتهادات العلمية الغذائية
- الاتجاه نحو تناول أغذية طبيعية		
- الابتعاد عن الأغذية المصنعة قدر الإمكان		

- إكساب العادات الغذائية السليمة (الصحيحة)		
- الاهتمام ببرامج التوعية الغذائية لطلبة المدارس	تعزيز المفاهيم الصحيحة حول العادات الغذائية	
- دور المدرسين والآباء والأمهات كقدوة للأبناء		
- متابعة عملية التنقيف الغذائي مجتمعياً من خلال وسائل الإعلام		
- إكساب الطالب بعض الاتجاهات السليمة نحو الغذاء (كغسل اليدين قبل الطعام وبعده - قراءة تاريخ إنتاج وانتهاء المنتج)		
المنهاج متضمن للتوجيهات القرآنية حول الغذاء	الغذاء في القرآن	الغذاء وأهميته من خلال التراث الإسلامي
المنهاج متضمن للتوجيهات النبوية حول الغذاء	الغذاء في السنة	

#### ملحق رقم (4)

### تحكيم اختبار التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي

السيد الدكتور / الأستاذ : ..... حفظه الله ورعاه.

**الموضوع:** تحكيم اختبار التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي يتشرف الباحث بالنتفضل من سيادتكم بتحكيم هذا الاختبار لقياس مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي بمدارس قطاع غزة والذي يعد أداة رسالة الماجستير المسجلة بعنوان: "أبعاد التنور الغذائي المتضمنة بمحتوى كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا ومدى اكتساب طلبة الصف التاسع لها"

ويتطلب ذلك تطبيق اختبار من متعدد للتعرف علي مستوى التنور الغذائي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في ظل أبعاد التنور الغذائي التي تم وضعها .

لهذا الغرض قام الباحث بإعداد اختبار من متعدد لمعرفة مدى اكتساب طلبة الصف التاسع لأبعاد التنور الغذائي، وقد صمم هذا الاختبار بحيث يشتمل على أبعاد التنور الغذائي التالية:

- 1- المعرفة الغذائية.
- 2- العادات الغذائية.
- 3- تأثير علم التغذية على الطالب.
- 4- قضايا الغذاء.
- 5- اتخاذ القرارات الغذائية السليمة.
- 6- اكتساب الاتجاهات العلمية الغذائية الايجابية.
- 7- الغذاء في الإسلام.

لذا يرجو الباحث من سيادتكم التكرم بالإطلاع على أبعاد التنور الغذائي ليتم في ضوءها تحكيم اختبار التنور الغذائي ومن ثم إبداء رأيكم وملاحظاتكم.

شاكراً لكم حسن تعاونكم وداعياً للمولى عز وجل أن يجعله في ميزان حسناتكم

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير ...

الباحث/ حماد حسن مسيح

## الاختبار التحصيلي الأولي المفترض لإبعاد التنور الغذائي

أخي / أختي الطالب/ة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .....

أرجو من حضرتكم بتعبئة البيانات التالية ومن ثم اقرأ/ئي تعليمات الاختبار قبل البدء في الإجابة عن الأسئلة

المدرس.....ة:

الصف:.....

الشعبة:.....

الفئة :  طالب  طالبة

### تعليمات الاختبار

- 1- يهدف هذا الاختبار لقياس التنور الغذائي
- 2- إقرأ السؤال بعناية قبل الإجابة
- 3- يتكون الاختبار من 52 فقرة من الاختيار من متعدد
- 4- كل سؤال يتكون من أربعة بدائل أ،ب،ج،د
- 5- ضع دائرة حول البديل الصحيح ؛ غير مسموح اختيار أكثر من بديل
- 6- مثال: تناول احد الأطفال حلوى مكشوفة من البائع أمام المدرسة يتوقع إصابته بـ

أ- المغص	ب- القيء
ج- الإسهال	د- جميع ما ذكر صحيح

7- هذا الاختبار وضع لأجل الدراسة فقط وليس له علاقة بدرجات الطالب في المدرسة

شكرا على حسن تعاونكم

الباحث/

حابس حسن مسمح

1) أغذية تساعد في بناء أنسجة الجسم لينمو بشكل سليم هي أغذية:

- أ- الوقاية  
ب- البناء  
ج- الوقاية والبناء  
د- الطاقة

2) واحدة من الأغذية التالية تحمي الجسم من العديد من الأمراض :

- أ- الطاقة  
ب- البناء  
ج- الوقاية  
د- الدهون

3) المواد السكرية والنشوية تعتبر من أغذية :

- أ- البناء  
ب- الطاقة  
ج- الوقاية  
د- البناء والوقاية

4) يعطى كل 1جم من الدهون طاقة للجسم بمقدار:

- أ- 1 سعر حراري  
ب- 5 سعرات حرارية  
ج- 9 سعرات حرارية  
د- 15 سعر حراري

5) من أنواع الكربوهيدرات جميع ما يلي عدا :

- أ- أحادية الأكسيد  
ب- ثنائية السكر  
ج- عديدة السكر  
د- السليلوز

6) تشكل البروتينات من جسم الإنسان حوالي :

- أ- 10%  
ب- 15%  
ج- 20%  
د- 25%

7) مصادر فيتامين (أ) جميع ما يلي عدا واحدة :

- أ- البرتقال  
ب- المشمش  
ج- الفول  
د- الجزر

8) الثوم والجزر والملفوف تعتبر مصادر أملاح:

- أ- الحديد  
ب- الكالسيوم  
ج- الفسفور  
د- اليود



9) يشكل الماء من جسم الإنسان ما نسبته :

- أ- 50%  
ب- 65%  
ج- 70%  
د- 75%

10) توجه إليك احد أصدقائك متسائلا عن عدد الفيتامينات التي عرفها العلماء فبماذا ستجيبه :

- أ- 10  
ب- 13  
ج- 20  
د- 23

11) أول من كتب فى علم الأدوية هو عالم الكيمياء العربي المسلم:

- أ- ابن الهيثم  
ب- جابر ابن حيان  
ج- الخوارزمي  
د- الفارابي

12) توجه إليك زميلك يسألك عن علاج لاحتقان الحلق وتنشيط الدورة الدموية فأنتك ترشده إلى تناول:

- أ- الفلفل الأسود  
ب- الشومر  
ج- الهال  
د- الزنجبيل

13) درست موضوع العلاج بالنباتات والمادة الفعالة حسب دراستك لهذا الموضوع فان المادة الفعالة للميرمية توجد في:

- أ- الساق  
ب- البذور  
ج- الأوراق  
د- الأزهار

14) يعتبر من التوابل المنشطة للجهاز الهضمي:

- أ- القرفة  
ب- الشومر  
ج- الزعتر  
د- الكمون

15) توجد المادة الفعالة للبابونج في:

- أ- الأزهار  
ب- الأوراق  
ج- القشور  
د- الساق

16) تعاني من وجود القشرة في شعرك للتخلص منها تستخدم نقيع:

- أ- البقدونس  
ب- البابونج  
ج- المرمية  
د- الزعتر

17) أصيب صديقك احمد بحروق فى احد أنحاء جسمه لمعالجة هذه الحروق فانك تنصحه باستخدام:

- أ- التفاح  
ب- الكافور  
ج- البابونج  
د- الزعتر

18) ينصح بالتقليل من تناول الوجبات السريعة والسبب جميع ما يلي عدا واحدة :

- أ- أنها غير طازجة  
ب- تحتوى كميات كبيرة من الدهون  
ج- تحتوى كميات كبيرة من السكر والملح  
د- تحتوى على فيتامينات

19) أي المركبات التالية يضاف إلى غالبية الأطعمة وينصح بعدم الإفراط في تناوله:

- أ- السكر  
ب- ملح الطعام  
ج- أكسيد الماغنسيوم  
د- النشا

20) تعتبر ذات قيمة غذائية عالية ومفيدة للجسم :

- أ- العصائر الطبيعية  
ب- المشروبات الغازية  
ج- المنبهات  
د- العصائر المصنعة

21) من الوجبات الغذائية كاملة البروتين:

- أ- الأغذية المعلبة  
ب- المواد التي تحتوى على دهون  
ج- اللحوم  
د- فاصوليا مع رز

22) للحصول على عنصر الكالسيوم فان أفضل مصدر له يتمثل:-

- أ- البيض  
ب- الحليب ومنتجاته  
ج- البقول  
د- الخضروات

23) من العادات الغذائية الخاطئة:-

- أ- عدم تناول وجبة الإفطار  
ب- تناول عصائر طبيعية  
ج- اقلل من تناول المشروبات الغازية  
د- تناول الأطعمة المجففة

24) من الأغذية التي ينصح بالتقليل من تناولها:-

- أ- الأغذية المشوية  
ب- الأغذية المقلية  
ج- الأغذية المسلوقة  
د- الأغذية المطبوخة

25) الإكثار من تناول المشروبات الغازية يسبب :

- أ- العشى الليلي  
ب- نقص الوزن  
ج- هشاشة العظام  
د- السمنة

26) ينصح بعدم الإفراط في تناول الدهون وذلك لأنها :-

- أ- تخفف الوزن  
ب- تشفي من الأمراض  
ج- تسبب امراض تصلب الشرايين  
د- سهلة الهضم

27) تناول احد الأطفال حلوى مكشوفة من البائع أمام المدرسة يتوقع إصابته بـ :

- أ- المغص  
ب- القيء  
ج- الإسهال  
د- جميع ما سبق

28) مرض سوء التغذية يؤدي بالطفل إلى:

- أ- فقر الدم  
ب- الكساح  
ج- ضعف الرؤية  
د- تشقق الجلد

29) الملح الذي يسبب نقصه مرض الكساح هو:

- أ- الكالسيوم  
ب- الحديد  
ج- اليود  
د- الماغنسيوم

30) المرض الناتج عن فقدان الكثير من الماء :

- أ- الإمساك  
ب- الإسهال  
ج- الجلطة  
د- التبول الا إرادي

31) من المشاكل الصحية الناتجة عن التغذية الغير سليمة :

- أ- السمنة  
ب- القرحة  
ج- تسوس الأسنان  
د- جميع ما سبق

32) محمود يتناول حلويات بكثرة ودائما يطلب المزيد تتوقع أن يصاب :

- أ- تسوس الأسنان  
ب- فقر الدم  
ج- هشاشة العظام  
د - الأمراض الصدرية

33) مرض السكري ينتج من :

- أ- تناول السكر بكمية كبيرة  
ب- نقص هرمون الأنسولين  
ج- وقف فاعلية هرمون الأنسولين  
د- ب+ج

34) أصبت بأمراض البرد والزكام والنزلات الصدرية فماذا ستتناول من الأطعمة :

- أ- اللحوم  
ب- السكريات  
ج- الحمضيات  
د- الدهون

35) ذهبت إلى السوق ترغب في شراء مواد غذائية تحتوى ألياف فانك ستختار :

- أ- الخضروات  
ب- الدهون  
ج- العصائر  
د- المشروبات الصناعية

36) يفضل التقليل من تناول المواد الغذائية المحفوظة (المعلبات) لكي أكون أقل عرضه لاحتمال الإصابة بمرض :

- أ- السرطان  
ب- الجفاف  
ج- الجوع  
د- الكساح

37) من العادات الغذائية الخاطئة:

- أ- الإفراط في تناول الحلويات  
ب- الإفراط في تناول المخللات  
ج- تناول مواد غذائية مصبوغة  
د- جميع ما سبق صحيح

38) إذا كنت تعاني من الإمساك (صعوبة التبرز) يفضل الإكثار من:

- أ- النشويات  
ب- السكريات  
ج- البروتينات  
د- الخضروات

39) أي الأغذية التالية تحمي من فقر الدم :

- أ- البطاطا والحلاوة والمربي  
ب- اللحوم والبيض والحليب  
ج- الافوكادو والجوافة والزبدة  
د- الحمص والفول والعدس

40) ينصح الذين يسافرون في البحار لفترة طويلة وحتى لا تتساقط أسنانهم بتناول:

- أ - أغذية تحتوي فيتامين (ب)  
ب- أغذية تحتوي فيتامين (ج)  
ج- أغذية تحتوي فيتامين (أ)  
د- أغذية تحتوي فيتامين (د)

41) الوجبة المتوازنة تحتوي علي :

- أ- خضار طازجة  
ب- لحوم و بطاطا  
ج- ماء وقطعة حلوي صغيرة  
د- جميع ما سبق

42) ينصح بتناول ما يلي بكثرة عدا واحدة :

- أ- الخضروات  
ب- الفواكه  
ج- الشاي  
د- العصائر الطازجة

43) يفضل تناول الطعام :-

ب- مشوي

أ- مقلي

د- نيئ

ج- مسلوق

44) أيًا من الوجبات التالية تختارها لفظورك :

ب- خبز+معكرونة+بطاطا

أ- أرز+ لحم خروف+عصير

د- خبز+مربى+شاي

ج- خبز+مربى+بييض مسلوق

45) لكي يكون الغذاء صحي يجب أن يتوفر فيه ما يلي :

ب- ان يكون نظيفا

أ- أن يكون متوازن

د- جميع ما سبق

ج- أن يكون مناسب للشخص من حيث النوع والكمية

46) من خلال دراستك لمواضيع التغذية تكون لديك اتجاه نحو فهم:

ب- كيفية تعامل الجسم مع الغذاء

أ- مكونات الطعام

د- جميع ما سبق

ج- علاقة علم التغذية بصحة الإنسان وعلاج الأمراض

47) لإزالة ما يعلق بالخضار والفاكهة من المبيدات والأتربة نقوم بـ:

ب- مسحها باليد

أ- غسلها بالماء جيدا

د- أكلها مباشر

ج- مسحها بقطعة قماش

48) نصحك مدرس العلوم بعدم تناول الشاي بكثرة والسبب في ذلك أن الشاي يعمل على:

ب- تكسير الحديد

أ- بناء الحديد

د- هضم الحديد

ج- امتصاص الحديد

49) من خلال متابعتك للبرامج المدرسية والتلفزيونية في مجال التغذية تكون لدى اتجاه نحو

لاهتمام:

ب- بكمية الطعام المتناولة

أ- بنوعية الطعام

د- جميع ما سبق

ج- بنظافة الطعام

50) من خلال دراستي لمواضيع التغذية في كتب العلوم تعلمت جميع ما يلي عدا واحدة:

- أ- غسل اليدين قبل وبعد تناول الطعام      ب- قراءة تاريخ وانتهاء المنتج  
ج- أتناول أغذية طبيعية      د- أتناول أغذية مصنعة

51) يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم (ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه ، بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فثلاث لطمعه، وثلاث لشرابه، وثلاث لنفسه) هذا الحديث يشير إلى ما يتعلق بصحة وسلامة الجهاز:

- أ- الهضمي      ب- التنفسي  
ج- الدوري      د- جميع ما سبق

52) ما استفاد من سورة يوسف في القرآن جميع ما يلي عدا واحدة:

- أ- الأمن الغذائي      ب- أهمية الإنتاج الزراعي  
ج- أهمية المنتجات الصناعية      د- حفظ الغذاء من الفساد

## ملحق رقم(5)

### الاختبار التحصيلي النهائي لقياس التنور الغذائي

1) أغذية تساعد في بناء أنسجة الجسم لينمو بشكل سليم هي أغذية:

- أ- الوقاية  
ب- البناء  
ج-الوقاية والبناء  
د- الطاقة

2) واحدة من الأغذية التالية تحمي الجسم من العديد من الأمراض :

- أ- الطاقة  
ب- البناء  
ج- الوقاية  
د- الدهون

3) المواد السكرية والنشوية تعتبر من أغذية :

- أ- البناء  
ب- الطاقة  
ج- الوقاية  
د- البناء والوقاية

4) يعطى كل 1جم من الدهون طاقة للجسم بمقدار:

- أ- 1 سعر حراري  
ب- 5 سعرات حرارية  
ج- 9 سعرات حرارية  
د- 15 سعر حراري

5) من أنواع الكربوهيدرات جميع ما يلي عدا :

- أ- أحادية الأوكسيد  
ب-ثنائية السكر  
ج- عديدة السكر  
د- السليلوز

6) تشكل البروتينات من جسم الإنسان حوالي :

- أ- 10%  
ب-15%  
ج- 20%  
د- 25%

7) مصادر فيتامين (أ) جميع ما يلي عدا واحدة :

- أ- البرتقال  
ب- المشمش  
ج-الفاول  
د- الجزر



8) الثوم والجزر والملفوف تعتبر مصادر أملاح:

- أ- الحديد  
ب- الكالسيوم  
ج- الفسفور  
د- اليود

9) يشكل الماء من جسم الإنسان ما نسبته :

- أ- 50%  
ب- 65%  
ج- 70%  
د- 75%

10) توجه إليك احد أصدقائك متسائلا عن عدد الفيتامينات التي عرفها العلماء فبماذا ستجيبه :

- أ- 10  
ب- 13  
ج- 20  
د- 23

11) أول من كتب في علم الأدوية هو عالم الكيمياء العربي المسلم:

- أ- ابن الهيثم  
ب- جابر ابن حيان  
ج- الخوارزمي  
د- الفارابي

12) توجه إليك زميلك يسألك عن علاج لاحتقان الحلق وتنشيط الدورة الدموية فأنتك ترشده إلى تناول:

- أ- الفلفل الأسود  
ب- الشومر  
ج- الهال  
د- الزنجبيل

13) درست موضوع العلاج بالنباتات والمادة الفعالة حسب دراستك لهذا الموضوع فان المادة الفعالة للميرمية توجد في:

- أ- الساق  
ب- البذور  
ج- الأوراق  
د- الأزهار

14 ( يعتبر من التوابل المنشطة للجهاز الهضمي:

- أ- القرفة  
ب- الشومر  
ج- الزعتر  
د- الكمون

15 ( توجد المادة الفعالة للبابونج في:

- أ- الأزهار  
ب- الأوراق  
ج- القشور  
د- الساق

16 ( تعاني من وجود القشرة في شعرك للتخلص منها تستخدم نقيع:

- أ- البقدونس  
ب- البابونج  
ج- المرمية  
د - الزعتر

17 ( أصيب صديقك احمد بحروق في احد أنحاء جسمه لمعالجة هذه الحروق فانك تنصحه

باستخدام:

- أ- النفاخ  
ب- الكافور  
ج- البابونج  
د- الزعتر

18 ( ينصح بالتقليل من تناول الوجبات السريعة والسبب جميع ما يلي عدا واحدة :

- أ- أنها غير طازجة  
ب- تحتوى كميات كبيرة من الدهون  
ج - تحتوى كميات كبيرة من السكر والملح  
د- تحتوى على فيتامينات

19 ( أي المركبات التالية يضاف إلى غالبية الأطعمة وينصح بعدم الإفراط في تناوله:

- أ- السكر  
ب- ملح الطعام  
ج- أكسيد الماغنسيوم  
د- النشا

20 ( تعتبر ذات قيمة غذائية عالية ومفيدة للجسم :

- أ- العصائر الطبيعية  
ب- المشروبات الغازية  
ج- المنبهات  
د- العصائر المصنعة

21) من الوجبات الغذائية كاملة البروتين:

- أ- الأغذية المعلبة  
ب- المواد التي تحتوى على دهون  
ج- اللحوم  
د- فاصوليا مع رز
- 22) للحصول على عنصر الكالسيوم فان أفضل مصدر له يتمثل:-  
أ- البيض  
ب- الحليب ومنتجاته  
ج- البقول  
د- الخضروات

23) من العادات الغذائية الخاطئة:-

- أ- عدم تناول وجبة الإفطار  
ب- تناول عصائر طبيعية  
ج- اقلل من تناول المشروبات الغازية  
د- تناول الأطعمة المجففة

24) من الأغذية التي ينصح بالتقليل من تناولها:-

- أ- الأغذية المشوية  
ب- الأغذية المقلية  
ج- الأغذية المسلوقة  
د- الأغذية المطبوخة

25) الإكثار من تناول المشروبات الغازية يسبب :

- أ- العشى الليلي  
ب- نقص الوزن  
ج- هشاشة العظام  
د- السمنة

26) ينصح بعدم الإفراط في تناول الدهون وذلك لأنها :-

- أ- تخفف الوزن  
ب- تشفي من الأمراض  
ج- تسبب امراض تصلب الشرايين  
د- سهلة الهضم

27) تناول احد الأطفال حلوى مكشوفة من البائع أمام المدرسة يتوقع اصابته بـ :

- أ- المغص  
ب- القيئ  
ج- الإسهال  
د- جميع ما سبق

28) مرض سوء التغذية يؤدي بالطفل إلى:

- أ- فقر الدم  
ب- الكساح  
ج- ضعف الرؤية  
د- تشقق الجلد

29) الملح الذي يسبب نقصه مرض الكساح هو:

- أ- الكالسيوم  
ب- الحديد  
ج- اليود  
د- الماغنسيوم

30) المرض الناتج عن فقدان الكثير من الماء :

- أ- الإمساك  
ب- الإسهال  
ج- الجلطة  
د- التبول الا إرادي

31) من المشاكل الصحية الناتجة عن التغذية الغير سليمة :

- أ- السمنة  
ب- القرحة  
ج- تسوس الأسنان  
د- جميع ما سبق

32) محمود يتناول حلويات بكثرة ودائما يطلب المزيد تتوقع أن يصاب :

- أ- تسوس الأسنان  
ب- فقر الدم  
ج- هشاشة العظام  
د - الأمراض الصدرية

33) مرض السكري ينتج من :

- أ- تناول السكر بكمية كبيرة  
ب- نقص هرمون الأنسولين  
ج- وقف فاعلية هرمون الأنسولين  
د- ب+ج

34) أصبت بأمراض البرد والزكام والنزلات الصدرية فماذا ستتناول من الأطعمة :

- أ- اللحوم  
ب- السكريات  
ج- الحمضيات  
د- الدهون

35) ذهبت إلى السوق ترغب في شراء مواد غذائية تحتوي ألياف فانك ستختار :

- أ- الخضروات  
ب- الدهون  
ج- العصائر  
د- المشروبات الصناعية

36) يفضل التقليل من تناول المواد الغذائية المحفوظة (المعلبات) لكي أكون أقل عرضه لاحتمال الإصابة بمرض :

- أ- السرطان  
ب- الجفاف  
ج- الجوع  
د- الكساح

37) من العادات الغذائية الخاطئة:

- أ- الإفراط في تناول الحلويات  
ب- الإفراط في تناول المخللات  
ج- تناول مواد غذائية مصبوغة  
د- جميع ما سبق صحيح

38) إذا كنت تعاني من الإمساك (صعوبة التبرز) يفضل الإكثار من:

- أ- النشويات  
ب- السكريات  
ج- البروتينات  
د- الخضروات

39) أي الأغذية التالية تحمي من فقر الدم :

- أ- البطاطا والحلاوة والمربي  
ب- اللحوم والبيض والحليب  
ج- الافوكادو والجوافة والزبدة  
د- الحمص والفاصوليا والعدس

40) ينصح الذين يسافرون في البحار لفترة طويلة وحتى لا تتساقط أسنانهم بتناول:

- أ- أغذية تحتوي فيتامين (ب)  
ب- أغذية تحتوي فيتامين (ج)  
ج- أغذية تحتوي فيتامين (أ)  
د- أغذية تحتوي فيتامين (د)

41) الوجبة المتوازنة تحتوي علي :

- أ- خضار طازجة  
ب- لحوم و بطاطا  
ج- ماء وقطعة حلوي صغيرة  
د- جميع ما سبق

42) ينصح بتناول ما يلي بكثرة عدا واحدة :

- أ- الخضروات  
ب- الفواكه  
ج- الشاي  
د- العصائر الطازجة

43) يفضل تناول الطعام :-

- أ- مقلي  
ب- مشوي  
ج- مسلوق  
د- نيئ

44) أيًا من الوجبات التالية تختارها لفطورك :

- أ- أرز+ لحم خروف+عصير  
ب- خبز+معكرونة+ بطاطا  
ج- خبز+مربى+بيض مسلوق  
د- خبز+مربى+شاي

45) لكي يكون الغذاء صحي يجب أن يتوفر فيه ما يلي :

- أ- أن يكون متوازن  
ب- أن يكون نظيفا  
ج- أن يكون مناسب للشخص من حيث النوع والكمية  
د- جميع ما سبق

46) من خلال دراستك لمواضيع التغذية تكون لديك اتجاه نحو فهم:

- أ- مكونات الطعام  
ب- كيفية تعامل الجسم مع الغذاء  
ج- علاقة علم التغذية بصحة الإنسان وعلاج الأمراض  
د- جميع ما سبق

47) لإزالة ما يعلق بالخضار والفاكهة من المبيدات والأتربة نقوم بـ:

- أ- غسلها بالماء جيدا  
ب- مسحها باليد  
ج- مسحها بقطعة قماش  
د- أكلها مباشر

48) نصحك مدرس العلوم بعدم تناول الشاي بكثرة والسبب في ذلك أن الشاي يعمل على:

أ- بناء الحديد	ب- تكسير الحديد
ج- امتصاص الحديد	د- هضم الحديد

49) من خلال متابعتك للبرامج المدرسية والتلفزيونية في مجال التغذية تكون لدى اتجاه نحو الاهتمام:

أ- بنوعية الطعام	ب- بكمية الطعام المتناولة
ج- بنظافة الطعام	د- جميع ما سبق

50) من خلال دراستي لمواضيع التغذية في كتب العلوم تعلمت جميع ما يلي عدا واحدة:

أ- غسل اليدين قبل وبعد تناول الطعام	ب- قراءة تاريخ وانتهاء المنتج
ج- أتناول أغذية طبيعية	د- أتناول أغذية مصنعة

51) يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم (ما ملأ آدمى وعاء شراً من بطنه ، بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فان كان لا محالة فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه) هذا الحديث يشير إلى ما يتعلق بصحة وسلامة الجهاز:

أ- الهضمي	ب- التنفسي
ج- الدوري	د- جميع ما سبق

52) ما يستفاد من سورة يوسف في القرآن جميع ما يلي عدا واحدة:

أ- الأمن الغذائي	ب- أهمية الإنتاج الزراعي
ج- أهمية المنتجات الصناعية	د- حفظ الغذاء من الفساد

ملحق رقم (6)  
مفتاح الإجابة

د	51	د	41	د	31	د	21	ب	11	ج	1
ج	52	ج	42	أ	32	ب	22	د	12	ج	2
		ج	43	د	33	أ	23	ج	13	ب	3
		ج	44	ج	34	ب	24	ب	14	ج	4
		د	45	أ	35	ج	25	أ	15	د	5
		د	46	أ	36	ج	26	أ	16	ج	6
		أ	47	د	37	د	27	ب	17	ج	7
		ج	48	د	38	أ	28	د	18	د	8
		د	49	د	39	أ	29	ب	19	ج	9
		د	50	ب	40	ب	30	أ	20	ب	10



ملحق رقم(7)  
مقياس الاتجاه الأولى

تعليمات الاختبار

- 1- يهدف هذا الاستبيان قياس التنور الغذائي
- 2- اقرأ الفقرات بعناية لكافة الأبعاد الرئيسية ثم ضع إشارة (√) بما يناسب
- 3- انظر أعلى الصفحة يوجد تدرج على النحو التالي(غير موافق بشدة، غير موافق، لا ادري، موافق، موافق بشدة)
- 4- هذه الفقرات تعبر عن وجهة نظرك يعنى ما تراه مناسب لك/ي تضع إشارة بحسب ما تشعر/ي بأنة مناسب لرأيك/ي

الدرجة					الفقرة	م	البعد
	موافق بشدة	موافق	لا أدري	غير موافق بشدة			
					أحرص على تناول وجبة الإفطار قبل الذهاب إلى المدرسة.	1	الاتجاه نحو العادات الغذائية
					أرغب بتناول الحلوة بكثرة.	2	
					أحب تناول الوجبات الغذائية السريعة(الساندوشات) مع أصدقائي.	3	
					أحرص علي غسل يدي قبل الطعام وبعده.	4	
					أحب تناول المشروبات الغازية بعد تناول كل وجبة غذاء.	5	
					أحب ممارسة الرياضة بعد تناولي وجبة الغذاء.	6	
					أحب تناول الأطعمة الملونة بأصباغ مختلفة.	7	
					أفضل تناول الأطعمة المحتوية علي التوابل والبهارات.	8	
					أفضل عدم تناول الغذاء المحتوي علي البصل والثوم.	9	

				أرغب في تناول عصير الليمون والبرتقال في الشتاء.	10	
				أحب تناول الحمضيات لحمايتي من أمراض البرد والزكام.	11	الاتجاه نحو أهمية الغذاء
				أفضل عدم تناول الثوم لرائحته وطعمه الكريه.	12	
				أحب تناول الحليب ليساعدني في بناء جسم صحي سليم	13	
				أحب تناول الخس والبقدونس لحمايتي من مرض الإسقربوط	14	
				أعتقد أن تناول الجزر غير مفيد لتقوية الإبصار	15	
				اعتقد أن التوابل والبهارات غير مفيدة لصحتي	16	
				أحب تناول اليانسون ليهدئ أعصابي	17	
				أفضل عدم تناول الفلفل علي الطعام	18	
				أري بأن تناول الوجبة الغذائية المتوازنة تبني جسم و عقل سليم	19	
				أحرص عند شرائي المعلبات قراءة تاريخ الصلاحية	20	
				أحب تناول أطعمة المعلبات بكثرة	21	
				أحب تناول اللحوم الطازجة	22	
				أحرص علي التقليل من تناول الأغذية المصنعة	23	
				أفضل وضع الأطعمة الزائدة في الثلاجة لفترة طويلة وتناولها	24	
				أفضل تناول الفواكه المجففة عن الفواكه الطازجة	25	
				أفضل الغذاء الطازج عن الغذاء المصنع	26	

				أري أن تناول الأغذية المصنعة مفيدة	27
				أري بأن الطعام المصنع يفقد جزء من قيمته الغذائية	28
				أحب تناول الألبان المصنعة عن الألبان الطازجة	29
				أري بأن موضوعات التغذية ساعدتني على تحسين ممارستي الغذائية	30
				أعتقد أن موضوعات التغذية تحتوي على كم كبير من المعلومات	31
				أعتقد أن موضوعات التغذية غير مرتبطة بحياتي العملية	32
				أري بأن موضوعات التغذية غير كافية وبحاجة للمزيد	33
				أحب موضوعات التغذية لأنها أكسبتني عادات غذائية سليمة	34
				أشعر بأن موضوعات التغذية مشوقة ومتنوعة	35
				أشعر بالملل في موضوعات التغذية لقلّة احتوائها الأنشطة	36
				أري بأن موضوعات التغذية لم تضيف جديد لمعلوماتي	37
				أري بان موضوعات التغذية ساعدتني على معرفة فوائد الغذاء	38
				أحب مادة العلوم العامة لاحتوائها علي موضوعات في التغذية	39

**ملحق رقم(8)**  
**المقياس الاتجاه النهائي**

تعليمات الاختبار

- 5- يهدف هذا الاستبيان قياس التنور الغذائي
- 6- اقرأ الفقرات بعناية لكافة الأبعاد الرئيسية ثم ضع إشارة (√) بما يناسب
- 7- انظر أعلى الصفحة يوجد تدرج على النحو التالي(غير موافق بشدة، غير موافق، لا ادري، موافق، موافق بشدة)
- 8- هذه الفقرات تعبر عن وجهة نظرك يعنى ما تراه مناسب لك/ي تضع إشارة بحسب ما تشعري/ي بأنة مناسب لرأيك/ي

م	الفقرة	الدرجة				
		موافق بشدة	موافق	لا ادري	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أتناول وجبة الإفطار قبل الذهاب إلى المدرسة.					
2	تتناول الحلوى بكثرة.					
3	أحب تناول الوجبات الغذائية السريعة(الساندوشات) مع أصدقائي.					
4	أحرص على غسل يدي قبل الطعام وبعده.					
5	أتناول المشروبات الغازية بعد تناول كل وجبة غذاء.					
6	أحب ممارسة الرياضة بعد تناولي وجبة الغذاء.					
7	أتناول الأطعمة الملونة بأصباغ مختلفة.					
8	أتناول الأطعمة المحتوية علي التوابل والبهارات.					

					9 أفضل عدم تناول الغذاء المحتوي علي البصل والثوم.
					10 أرغب في تناول عصير الليمون والبرتقال في الشتاء.
					11 أتناول الحمضيات لحمايتي من أمراض البرد والزكام.
					12 أفضل عدم تناول الثوم لرائحته وطعمه الكريه.
					13 أحب تناول الحليب ليساعدني في بناء جسم صحي سليم
					14 تناول الجزر غير مفيد لتقوية الإبصار
					15 التوابل والبهارات غير مفيدة لصحتي
					16 أحب تناول اليانسون ليهدئ أعصابي
					17 أتناول الفلفل علي الطعام
					18 أري بأن تناول الوجبة الغذائية المتوازنة تبني جسم وعقل سليم
					19 عند شرائي المعلبات أقرأ تاريخ الصلاحية
					20 أتناول اللحوم الطازجة
					21 التقليل من تناول الأغذية المصنعة
					22 وضع الأطعمة الزائدة في الثلاجة لفترة طويلة وتناولها
					23 أفضل تناول الفواكه المجففة عن الفواكه الطازجة
					24 أفضل الغذاء الطازج عن الغذاء المصنع
					25 أري بأن الطعام المصنع يفقد جزء من قيمته الغذائية
					26 أتناول الألبان المصنعة عن الألبان الطازجة
					27 موضوعات التغذية ساعدتني على تحسين ممارستي الغذائية

					أعتقد أن موضوعات التغذية تحتوي على كم كبير من المعلومات	28
					أعتقد أن موضوعات التغذية غير مرتبطة بحياتي العملية	29
					أحب موضوعات التغذية لأنها اكسبتني عادات غذائية سليمة	30
					موضوعات التغذية مشوقة ومتنوعة	31
					أشعر بالملل في موضوعات التغذية لقلة احتوائها الأنشطة	32
					أري بأن موضوعات التغذية لم تضيف جديد لمعلوماتي	33
					أحب مادة العلوم العامة لاحتوائها علي موضوعات في التغذية	34

ملحق رقم (9)

قائمة بأسماء السادة المحكمين لأدوات الدراسة

الوظيفة	الدرجة العلمية	مكان العمل	الاسم	رقم
مدرس	أستاذ دكتور	الجامعة الإسلامية بغزة	أ.د.عزو عفانة	1.
مدرس	أستاذ دكتور	الجامعة الإسلامية بغزة	أ.د.أحمد ثابت	2.
مدرس	أستاذ دكتور	الجامعة الإسلامية بغزة	أ.د.بكر الزعبوط	3.
مدرس	أستاذ مشارك	الجامعة الإسلامية بغزة	د.فتحية اللولو	4.
مدرس	أستاذ مشارك	جامعة الأزهر	د.عطا درويش	5.
وكيل وزارة التربية والتعليم سابقا	أستاذ مشارك	جامعة القدس المفتوحة	د.عبدالله عبد المنعم	6.
مشرف أحياء خانيونس	بكالوريوس أحياء	مديرية التربية والتعليم خان يونس	أ. فريد قديح	7.
مشرف أحياء رفح	ماجستير إدارة تربوية	مديرية التربية والتعليم رفح	أ.أنزيه يونس	8.
مدرس علوم	بكالوريوس تربية- أحياء	مدرسة ذكور أحمد عبدالعزيز (أ) للبنين	أ.خالد أبو موسي	9.
مدرس علوم	بكالوريوس كيمياء	ذكور بني سهيلا الإعدادية(ب)	أ.فريد أحمد	10.
مدرس علوم	بكالوريوس أحياء	ذكور بني سهيلا الإعدادية(أ)	أ. ماهر العويطي	11.
مدرس علوم	علوم	مدرسة عمار بن ياسر الثانوية للبنين	أ. عوض أبو دقة	12.
مدرس علوم	بكالوريوس فيزياء	مدرسة رأس الناظورة الأساسية للبنين	أ. حسام الخطيب	13.
مدرس علوم	بكالوريوس كيمياء	مدرسة عمار بن ياسر الأساسية للبنين	أ. علاء الفرا	14.
مدرس علوم	بكالوريوس أحياء	مدرسة معن الابتدائية	أ. مريم حمدان المصري	15.

## ABSTRACT

This study aims at identifying the level of the alimentary literacy among the ninth grade students and science textbook's content.

The problem was stated in the following major question:

To what extent does the science syllabus of the upper primary stage contain the dimensions of the alimentary enlightenment? To what extent do the students of the ninth grade acquire it?

### **Sub-questions were derived from the main question:-**

- 1 - What are the dimensions of the alimentary enlightenment that should be available in the content of science textbooks for upper primary stage?
- 2 – To what extent does the content of science textbooks for upper primary stage contain alimentary enlightenment?
- 3 - To what extent do the ninth grade students acquire the alimentary enlightenment?
- 4 - What is the trend's level of the ninth grade students Statute towards a proper alimentary?

### **To answer these questions the researcher has formulated the following hypotheses:**

- 1 – Alimentary knowledge and skills mastery's level among the ninth grade students don't reach the level of (75%).
- 2 - Trend towards alimentary among ninth grade students doesn't reach the level of (75%).
- 3 - There are no significant differences in the alimentary knowledge and skills mastery's level due to gender among the ninth grade students?
- 4 - There are no significant differences due to gender in the level of the trend towards alimentary among ninth grade students?

For answering the questions of the study, the researcher adopted the descriptive analytical approach. Where, he prepared a list of the dimensions of the alimentary enlightenment and validated it. A test was conducted on a pilot study of (30) male and female students to measure the validity, stability and difficulty. The researcher used a designed trend model to measure the trend's level which was conducted on a sample of (231) male and female students from the ninth grade from Abdulla Abu Sita Primary boys school, Umm Salama Primary Girls school who were randomly selected. Alimentary enlightenment test was conducted on the sample of the study at the second semester (2008/2009). Data were collected and test



was analyzed to ensure the hypotheses where percentages, repetitions and T – test for independent samples were used and showed the following results:-

1- The level of the alimentary enlightenment among the ninth grade students is below the required basic competence for the measurement of (75%) from the total marks on the scale of the alimentary enlightenment.

2 - The results of the study, the first dimension and on the "knowledge of food," ranked first with a percentage weight of (27.26%), followed by the third dimension and on the ""understanding the influence of alimentary science", ranked second with a percentage weight of (20.28%), followed by the second dimension and on the "eating habits" ranked third in with a percentage weight of (18.06%), followed by a fifth dimension and on the "decision-making" with a percentage weight of (15.24%), followed by the sixth dimension and on the "food and the importance" ranked fifth with a percentage weight of (10.81%), and was ranked sixth and the fourth dimension on " alimentary issues" with a percentage weight of (4.90%), and finally came at seventh dimension of the seventh and on the "food in Islam," a relative weight of (3.42%), and the degree of enlightenment diet as a whole by (49.37%).

3 - The study proved that there were significant differences between the level of alimentary enlightenment among the ninth grade students due to the factor of gender (male & female), the significance was in favor of females with average grades(29.18%) while the males got (22.09%). While the overall average grades of students equal to (25.64%)

4 - The study proved that there were significant differences in the level of the trend towards alimentary among the ninth grade students due to the factor of gender (male & female), the significance was in favor of females with average grades (23.67%), while the males got (22.80%). While the overall average grades of students equal to (23.28%)

The researcher suggested several recommendations based on the results of the study, which may contribute to the alimentary enlightenment among the students

**The Islamic University – Gaza**  
**Faculty of Education – High Studies**  
**Curriculum and Science Teaching Methods**



***Diminutions of the Alimentary Enlightenment Included in the  
Upper Primary Science Textbook Content and the Extent of  
Acquisition among the Ninth Grade Students***

Presented by  
***Habes Hasan Awad Mesmeh***

Supervised by  
***. Dr. Salah Ahmed Al-Naqa***

**A Thesis Presented to the College of Education The Islamic  
University In Partial Fulfillment of Requirements for the Master  
Degree in Curriculum and Science Teaching Methods**

2009-1430