



كلية التربية  
المجلة التربوية



جامعة سوهاج

## برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم وأثره على تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي

### إعداد

د/ اشرف ابو الوفا عبد الرحيم

استاذ المناهج وتدریس التربية الرياضية  
المساعد بكلية التربية الرياضية  
جامعة سوهاج

د/ هبة عبد المحسن أحمد

استاذ المناهج وطرق تدریس الاقتصاد  
المنزلي المساعد بكلية التربية النوعية  
جامعة سوهاج

– تاريخ قبول النشر: ١٠ نوفمبر ٢٠٢٢ م

تاريخ استلام البحث : ٢٥ أكتوبر ٢٠٢٢ م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2023.

**المخلص:**

يعد استخدام استراتيجيات التدريس المتمايز استجابة للمناداة بفكرة تمايزة التعليم لمواجهة المشكلات الناتجة عن التدريس لمتعلمين يختلفون في خبراتهم وثقافتهم وبيئاتهم واستعداداتهم وقدراتهم واهتماماتهم وميولهم ، وقد تحددت مشكلة البحث في أن هناك ضعف في مستوى المفاهيم المرتبطة بالقوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي ؛ لذا استخدام البحث الحالي المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة لتطبيق برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على التدريس المتمايز، وتضمنت أدوات البحث اختبارًا تحصيليًا في مفاهيم القوام ومقياسًا في الوعي الغذائي (إعداد الباحثان) ؛ وتم تطبيق أدوات البحث قبلًا وبعديًا على مجموعة البحث ، ومن خلال استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة تم التوصل إلى النتائج التالية: أن للبرنامج المقترح أثر كبير في تنمية التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي كما أشار البحث إلى عدة توصيات منها توجيه اهتمام القائمين على العملية التعليمية بأهمية التدريس المتمايز وفقًا لأنماط التعلم في تحقيق أهداف التعلم لجميع المراحل التعليمية.

**الكلمات المفتاحية:** الأنشطة المدرسية ؛ التدريس المتمايز ؛ مفاهيم القوام ؛ الوعي الغذائي .

*A proposed program in school activities based on the entrance of differentiated teaching according to learning styles and its impact on developing the concepts of texture and nutritional awareness among fifth grade students*

By

**Dr.Heba Abd elmohsen Ahmed**

**Dr. Ashraf Abo Elwafa Abed Elrahem**

The use of differentiated instruction strategies is a response to the advocacy of the idea of differentiated education to confront the problems resulting from teaching to learners who differ in their experiences, cultures, environments, preparations, abilities, interests and tendencies. Therefore, the current research used the quasi-experimental one-group approach to apply a proposed program in school activities based on differentiated teaching. The research tools included an achievement test in the concepts of texture and a scale in nutritional awareness (prepared by the researchers); The research tools were applied before and after the research group, and the following **results were reached through the use of appropriate statistical methods:**

The proposed program has an impact on developing the cognitive achievement of the concepts of texture and nutritional awareness among fifth graders of primary school:

**Search recommendations:**

Directing the attention of those in charge of the educational process to the importance of differentiated instruction according to learning styles in achieving learning goals for all educational stages.

**key words:** School activities - differentiated instruction - concepts of texture - nutritional awareness

**مقدمة البحث:**

للنشاط المدرسي مكانة مهمة في النظام التعليمي فهو يعد انعكاساً لرفض المفهوم التقليدي للمنهج ، وجزء لا يتجزأ من البرنامج العام للمؤسسة التعليمية و متمم و متكامل مع العملية التعليمية ، كما يحقق العديد من الأهداف التربوية بكافة مستوياتها و يكسب التلاميذ خبرات متنوعة داخل المدرسة و خارجها .

و يعد النشاط المدرسي الوسيلة التي تستخدمها المدرسة لأداء وظيفتها في إكساب المتعلمين القيم و العادات والاتجاهات الإيجابية التي تعمل على توثيق الصلة و التعاون بين المدرسة و المجتمع .

و تتوفر في الأنشطة المدرسية العديد من المزايا التي تحقق نمو شخصية الطفل نمواً متكاملًا ، كما تتيح له فرصة اشباع احتياجاته النفسية و الاجتماعية و البيولوجية إلى جانب تحقيق الأهداف التعليمية فهي تكسبه المفاهيم و الخبرات المنشودة في بيئة تربوية مثمرة و ممتعة .

ولكي تحقق الأنشطة المدرسية الأهداف المرجوة منها لابد من التخطيط لها بحيث ترتبط بالأهداف المرجوة و باستراتيجيات و طرق التدريس المتبعة و بخصائص و احتياجات التلاميذ و أنماط تعلمهم .

و استراتيجيات التدريس المتمايز تعد استجابة للمناداة بفكرة متميزة للتعليم لمواجهة المشكلات الناتجة عن التدريس لمتعلمين يختلفون في خبراتهم و ثقافتهم و بيناتهم و استعداداتهم و قدراتهم و اهتماماتهم و ميولهم (محمد، ٢٠١٦ ، ٣) ؛ حيث تتيح هذه الاستراتيجية مرونة في تدريس المحتوى التعليمي بطرق متنوعة تلائم الاختلافات الموجودة بين التلاميذ و أنماط تعلمهم و ذكاءاتهم المتعددة (عيد، ٢٠٢٠ ، ٦٠) .

وقد بدأت فكرة التعليم المتمايز تأخذ مكانتها، عندما أعلنت وثيقة حقوق الطفل التي أكدت على أهمية التدريس المتمايز لجميع المتعلمين لكي يتمكنوا من الحصول على تعليم يتناسب مع خصائصهم، و يحقق لهم أقصى درجات النجاح و الانجاز في إطار إمكاناتهم و قدراتهم (كوجك و آخرون، ٢٠٠٨ ، ١٢) ، و يقوم التعليم المتمايز على التكامل بين الاستراتيجيات المختلفة للتعليم من خلال استخدام أكثر من استراتيجية في الموقف التعليمي، و يساعد المتعلمين على تنمية العديد من المهارات ، و تبرز أهمية هذا

النوع من التعليم من خلال تحقيقه لشروط التعلم الفعال، وتنوع الأنشطة التعليمية ، وأنه يسمح للمتعلمين بالتفاعل بطريقة متميزة تقود إلى نواتج تتسم بالتنوع، وتراعي إشباع الميول والاتجاهات لدى المتعلمين (الحليسي، ٢٠١١، ٥٥).

ويؤكد ذلك جانجي (Gangi, 2011. 23) حيث يشير إلى أن مدخل التدريس المتميز يعد بمثابة منظومة تعليمية يتم فيها استخدام مجموعة من الأساليب التدريسية التي تتكامل مع بعضها البعض لتوفير بيئة تعليمية متنوعة لمواجهة الفروق الفردية بين المتعلمين (حركية- عقلية- اجتماعية - وجدانية) وتحقيق العديد من الأهداف التعليمية بكافة المراحل التعليمية .

ويعتبر الاهتمام بصحة التلاميذ وسلامة قوامهم من أهم الأهداف التي تسعى المدرسة إلى تحقيقها حيث يعد القوام الجيد والوعي الغذائي السليم من علامات الصحة الجيدة.

ويرى قابيل (٢٠٠٥، ٢٩٧) إلى أن عادات القوام مثل غيرها من العادات تتكون بالتكرار في السنوات المبكرة من العمر ، وتعتمد على معرفة الفرد بالعادات القوامية الصحيحة ، ووعيه بأهمية القوام وكيفية المحافظة على سلامته .

ويؤثر مدى سلامة القوام ليس فقط على مستوى البدن فقط بل على جميع جوانب شخصية الطفل ، وتشير نتائج العديد من الدراسات (محمد، هريدي ، ٢٠٢١؛ قابيل، وعثمان، ٢٠١٩؛ محمود ، قنصوه ، المليجي ، ٢٠١٥ ؛ نوفل ، ٢٠١١؛ قابيل، ٢٠٠٥؛ الماعزي، ٢٠٠٦) إلى أن القوام الجيد يعتمد على معرفة الفرد للمفاهيم والممارسات القوامية التي تسهم في إكسابه الاتجاهات والعادات القوامية السليمة.

وعلى الجانب الآخر نجد أن هناك علاقة بين شكل القوام ونوع التغذية التي يحصل عليها الجسم (نوري،-٢٠١٩ حسين، وهشام، ٢٠١٧ - عمر، ٢٠١٧ ، نوفل، ٢٠١١) فالنظام الغذائي الصحي واتباع العادات الغذائية الصحية له دوراً كبيراً في تحقيق سلامة القوام وصحة البدن؛ حيث يشير شارون ورواسب ( Ruamsup & Charoen, 2014, 11 ) إلى ارتباط صحة وسلامة الجسم بالغذاء فالإنسان يُعرف من خلال ما يأكله (قل لي ماذا تأكل أقول لك من أنت ) فصحة الجسم تعتمد على ما نأكله كماً وكيفاً بما يناسب المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد.

ويذكر محمد (٢٠٠٠، ٥) أنه يجب على الفرد أن يكون على دراية بالمواد الغذائية وأنواعها ومكوناتها والاحتياجات الجسمية المطلوبة منها ، وأهمية كل نوع للصحة ، وما يترتب على زيادته أو نقصه من مشاكل صحية ، وأين يوجد والاستفادة المثلى منه .

و يشير كل من: وارنيك (Warnick, et al 2019, 76) ، والغتبيي (٢٠٢١، ١٠) إلى أن اشتراك الطلاب في الأنشطة غير الصحية مثل طبيعة التدريب أو سوء التغذية أو التدخين قد يؤثر بشكل كبير على الطلاب في المراحل التالية من حياتهم، وقد يعرضهم إلى العديد من المشكلات المرتبطة بالحالة الصحية.

كما يؤكد براون (Brun, 2000, 21) أن المشاكل الناجمة عن نقص الوعي الغذائي لدى الأفراد تعتبر من المعوقات الأساسية لتحقيق التنمية لأي مجتمع ؛ لأن الموارد البشرية هي الثروة الحقيقية للمجتمع ووجود جيل يتمتع بالصحة والنشاط من مقومات تحقيق التقدم .

ولقد لوحظ في السنوات الأخيرة زيادة الإصابة بأمراض العصر(انحرافات القوام، السمنة المفرطة، النحافة ، أمراض العظام السكر، أمراض القلب، السرطان، هشاشة العظام، ضغط الدم، اضطرابات المعدة وغيرها من الأمراض)، نتيجة لغياب الوعي الغذائي واتباع عادات غذائية غير سليمة .

لذا يعد التنقيف الغذائي أمراً ضرورياً لتلاميذ وطلاب التعليم العام ؛ فلا بد من إكسابهم الحد الأدنى من المعرفة والوعي بالنواحي الغذائية الأساسية والتي تساعدهم على ممارسة أنشطتهم اليومية والتمتع بالصحة الجيدة مما يعود عليهم وعلى مجتمعهم بالنفع (الأشقر، ٢٠١٥، ١٥).

ويؤكد كل من (نافع، وجمعه، ٢٠١٤) ، (الأشقر، ٢٠٠٨) ، (فخرو ، ٢٠٠٦) (عبده، ٢٠٠٣) على أهمية تنمية الوعي الغذائي في السنوات الأولى من حياة الطفل فالممارسات الغذائية في هذه المرحلة تؤثر على عاداته الغذائية في مرحلة البلوغ وما يليها من مراحل ، وهي مرحلة حاسمة لتكوين تفضيلات الطعام وأنماط الأكل ، كما أن اتباع نظام غذائي صحي للأطفال الصغار ضروري للنمو الجسمي السليم ومنع المشاكل الصحية الناتجة عن سوء التغذية.

في ضوء ما سبق سعى البحث الحالي إلى اقتراح برنامج في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز والتعرف على أثره على تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

### مشكلة البحث:

تعد صحة البدن والغذاء من الأمور التي يجب الاهتمام بها في المرحلة الابتدائية فما يكتسبه التلميذ في هذه المرحلة من مفاهيم وعادات وسلوكيات تظل معه لفترات طويلة وتتعرض آثارها على حياته المستقبلية لذا يجب تنمية المفاهيم المتعلقة بصحة القوام والوعي الغذائي لكي تنعكس إيجابياً على صحته.

وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات السابقة إلى أهمية تنمية مفاهيم القوام لدى التلاميذ مثل ، دراسة كل من: حافظ (٢٠٠١م)، و قابيل (٢٠٠٤م)، و مدني (٢٠١٧)، إلا أن هناك دراسات أشارت إلى وجود ضعف في مستوى المفاهيم المرتبطة بالقوام لدى مختلف المراحل السنية مثل دراسة " نوفل " (٢٠١١) ، ودراسة " قابيل ، "عثمان" (٢٠١٩)، محمد و هريدي (٢٠٢١).

وقد لاحظ الباحثان من خلال الزيارة الميدانية لبعض المدارس الابتدائية:

- افتقار معظم تلاميذ هذه المدارس للمفاهيم الصحية المرتبطة بسلامة القوام، والغذاء الصحي فضلاً عن ممارستهم لعادات وأوضاع قواميه خاطئة سواء داخل المدرسة أو خارجها، مثل (المشيئة الصحيحة- الجلسة الصحيحة- الوثب الصحيح - الصعود والهبوط- الدفع والسحب- الملابس المناسبة للقوام- استخدامات الهاتف المحمول) وانعكس ذلك عليهم في وجود انحرافات في القوام وضعف القدرة البدنية.
- اهتمام معظم الأنشطة المدرسية في أغلب الأحيان يكون موجهاً نحو الممارسة العملية للأنشطة البدنية والرياضية من قبل تلاميذهم، دون الاهتمام الكافي بتزويدهم بالمعارف والمفاهيم المتعلقة بالصحة ومفاهيم القوام.
- عدم امتلاك التلاميذ لمهارات الإسعافات الأولية للإصابات الرياضية التي قد يتعرضون لها أثناء الممارسة، وكذلك المهارات المرتبطة بالصحة الشخصية ومفاهيم القوام.

وتبين أيضًا للباحثان من خلال المقابلات الشخصية مع بعض معلمي المرحلة الابتدائية وبعض الأمهات حول سلوكيات وعادات التلاميذ المتعلقة بالتغذية تبين ما يلي :

- تناول كميات كبيرة من مقبلات الأطعمة مثل: الكاتشب، التوابل ، المخللات.
- تناول الطعام في فترات غير منتظمة.
- الإقبال على تناول الأغذية السريعة.
- الإقبال على تناول الحلوى والمشروبات الغذائية.
- عدم الاهتمام بتناول الخضراوات والفاكهة الطازجة.

وعلى الجانب الآخر أشارت نتائج بعض الدراسات الى أهمية تنمية الوعي الغذائي والثقافة الغذائية ودورها في تحسين الحالة القوامية والصحية للتلميذ مثل دراسة نوفل (٢٠١١)، ودراسة: زغلول (٢٠٢٢) وبالرغم من ذلك إلا أن هناك ضعف في مستوى الوعي الغذائي لدى التلاميذ وتؤكد ذلك دراسة كل من: نافع (٢٠١٤)، عبد اللطيف (٢٠١٤)، والأمامي (٢٠١٤) ، العلوان (٢٠١٥) ، نصر الدين (٢٠١٦) .

وللتعرف على مدى امتلاك تلاميذ الصف الخامس الابتدائي لمفاهيم القوام قاما الباحثان بإعداد اختبار مفاهيم القوام ، وتضمن الاختبار أربعة أبعاد (حمل الحقيبة بطريقة صحيحة- الجلسة الصحيحة- الثقافة الغذائية - ارتداء الملابس والأحذية المناسبة) ، وتم تطبيق الاختبار على عينة عشوائية من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي وعددهم (٣٠) تلميذًا، وكانت النتائج كما يتضح من الجدول التالي:

#### جدول (١)

النسب المئوية لامتلاك التلاميذ لبعض مفاهيم القوام في ضوء تطبيق اختبار مفاهيم القوام

النسبة	أبعاد الاختبار	
٥٢%	حمل الحقيبة بطريقة صحيحة	١
٢١%	الجلسة الصحيحة	٢
٢٧%	الثقافة الغذائية	٣
٣٠%	ارتداء الملابس والأحذية المناسبة	٤



يتضح من الجدول السابق ضعف مستوى امتلاك تلاميذ الصف الخامس الابتدائي لمفاهيم القوام مما يدل على حاجة التلاميذ إلى تنمية المفاهيم المرتبطة بالقوام لديهم. في ضوء ما سبق حاول البحث الحالي التعرف على : أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم على تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

### تجديد مشكلة البحث :

لما تم عرضه سابقاً تحددت مشكلة البحث في ضعف مستوى مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

### أهداف البحث :

هدف البحث الحالي إلى التعرف على:

- أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية مفاهيم القوام لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.
- أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

### أسئلة البحث :

حاول البحث الحالي الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- ما التصور المقترح لبرنامج في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي وينمي مفاهيم القوام والوعي الغذائي لديهم؟
- ٢- ما أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم على تنمية مفاهيم القوام لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي ؟
- ٣- ما أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم على تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي؟

**فروض البحث:**

في ضوء مشكلة البحث وما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي :

- ١- يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطي درجات تلاميذ مجموعة البحث في القياسين القبلي و البعدي لإختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام لصالح القياس البعدي.
- ٢- يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطي درجات تلاميذ مجموعة البحث في القياسين القبلي و البعدي لمقياس الوعي الغذائي لصالح القياس البعدي.
- ٣- يوجد فاعلية للبرنامج المقترح القائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي لا تقل عن (١,٢) مقياساً بمعادلة بلاك Blake لمقياس الفاعلية.

**أهمية البحث:**

- تقديم قائمة بالمفاهيم المرتبطة بالقوام التي ينبغي أن يلم بها تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي قد تفيد معلمي التربية الرياضية ليسترشدو بها في تدريسهم لهؤلاء التلاميذ.
- يأتي هذا البحث استجابة لما ينادى به علماء التربية والدراسات و المؤتمرات من ضرورة مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين لكي يكون للمتعلم دوراً إيجابياً في التعلم ويساهم في بناء واكتشاف المعرفة بنفسه بدلاً من دور المتلقي السلبي.
- يمكن أن يفيد هذا البحث المعلمين بصفه عامه ومعلمات الاقتصاد المنزلي والتربية الرياضية بصفه خاصة في الاستفادة من موضوعات البرنامج المقترح عند تدريسهم لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- يمكن أن يفيد هذا البحث العاملين بمجال التدريس في التدريب على كيفية استخدام مدخل التدريس المتمايز في التعلم بمراحل تعليمية مختلفة.
- يقدم البحث اختباراً في التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام، ومقياساً للوعي الغذائي قد يستفاد بهما في تقويم الطلاب في هذين الجانبين .

**حدود البحث:**

التزم البحث الحالي بالحدود التالية :

- مجموعة من تلاميذ الصف الخامس بإحدى المدارس بمحافظة سوهاج.
- تطبيق تجربة البحث خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢ م.
- اقتصر البحث الحالي على استخدام مدخل التدريس المتميز وفقاً لأنماط التعلم لدى التلاميذ (سمعي - بصري - حركي).

**المواد التعليمية وأدوات البحث:**

- برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتميز. (كتيب التلميذ)
- دليل المعلم لتدريس موضوعات البرنامج المقترح وفقاً لمدخل التدريس المتميز.
- مقياس أنماط التعلم (من إعداد الباحثان)
- اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام (من إعداد الباحثان).
- مقياس الوعي الغذائي (من إعداد الباحثان).

**منهج البحث:**

استخدم البحث الحالي المنهج التجريبي الذي يعتمد على القياس القبلي و البعدي لمجموعة تجريبية واحدة، وذلك لمناسبته لطبيعة وأهداف البحث الحالي.

**مصطلحات البحث:****الأنشطة المدرسية:**

يعرفها البحث الحالي إجرائياً بأنها : مجموعة الخبرات والممارسات التي يمارسها التلميذ أثناء دراسة البرنامج المقترح باستخدام مدخل التدريس المتميز وفقاً لأنماط التعلم تحت إشراف المعلم وتوجيهه لتنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي.

**مدخل التدريس المتميز:**

يعرفه البحث الحالي إجرائياً بأنها : "مدخل تدريسي متمركز حول التلميذ يقوم على تنوع استراتيجيات التدريس بحيث تراعى الميول والقدرات المختلفة للتلاميذ وتتيح استخدام أنشطة وأساليب تدريسية واساليب تقويم تتناسب مع المتعلم ذي النمط البصري في التعلم، وأخرى

لتناسب مع المتعلم ذي النمط السمعي في التعلم ، وأخرى لتناسب مع المتعلم ذي النمط الحركي في التعلم لتحقيق الأهداف التعليمية للبرنامج المقترح بفعالية.

### مفاهيم القوام:

يعرفه البحث الحالي إجرائياً بأنه : " مجموعة من الأفكار والتصورات العقلية التي تتكون لدي تلاميذ الصف الخامس الابتدائي ( عينة البحث ) حول صحة وسلامة القوام والذي يستطيع أن يتذكرة ويفهمه ويمارسه عندما يسمع أو يري شيء يدل عليه بعد دراستهم للبرنامج المقترح باستخدام مدخل التدريس المتمايز.

### الوعي الغذائي:

يعرفه البحث الحالي إجرائياً بأنه : مدى إلمام التلاميذ (عينة البحث) بالقدر المناسب من المفاهيم والحقائق والمعلومات الغذائية التي تكسبهم ممارسات غذائية سليمة وتنمي لديهم اتجاهات إيجابية نحو أهمية الغذاء في الحفاظ على القوام وسلامة الجسم وتؤثر في سلوكهم.

### خطوات البحث :

- الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت: الأنشطة المدرسية- مدخل التدريس المتمايز وأنماط التعلم - مفاهيم القوام- الوعي الغذائي.
- إعداد قائمة بمفاهيم القوام التي تناسب تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، وكذلك استطلاع رأي يتضمن أبعاد الوعي الغذائي اللازمة لتلميذ الصف الخامس الابتدائي، وعرضهما على السادة المختصين في مجالي التربية الرياضية والاقتصاد المنزلي لإبداء الرأي وبيان مدى مناسبتهما.
- إعداد البرنامج المقترح في ضوء مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم ، ثم عرضه على السادة المختصين لتحديد مدى صلاحيته وإجراء التعديلات المشار إليها.
- اعداد دليل المعلم في ضوء مدخل التدريس المتمايز، ثم عرضه على السادة المختصين لتحديد مدى صلاحيته وإجراء التعديلات المشار إليها.
- إعداد أدوات البحث وتتضمن : مقياس أنماط التعلم للتمييز بين أنماط تعلم التلاميذ عينة البحث- اختبار تحصيلي لمفاهيم القوام- مقياس الوعي الغذائي.

- عرض الصورة الأولية للمواد التعليمية وأدوات البحث على السادة المحكمين ، ثم إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمون للوصول للصورة النهائية لها .
- الضبط الإحصائي لأدوات البحث (مقياس أنماط التعلم - اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام - مقياس الوعي الغذائي) لحساب الصدق والثبات.
- اختيار عينة البحث .
- إجراء القياس القبلي لأدوات البحث.
- تدريس البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية باستخدام مدخل التدريس المتميز.
- إجراء القياس البعدي لأدوات البحث .
- تصحيح أدوات البحث ، ورصد الدرجات تمهيداً للمعالجة الإحصائية.
- عرض النتائج وتحليلها.
- تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج البحث.

### الإطار النظري للبحث :

تناول الإطار النظري للبحث المحاور التالية:

أولاً : الأنشطة المدرسية ، ودورها في تحقيق أهداف المرحلة الابتدائية .

يعد الاهتمام النشاط المدرسي انعكاساً للمفهوم الحديث للمنهج ؛ فهو يسهم في تكوين الاتجاهات والاستعدادات والقيم اللازمة لتكوين الشخصية المتكاملة ، كما يحقق اندماج المتعلم وإيجابية في عملية التعلم مما يقلل أثر النسيان وتحسين عملية التذكر . وقد احتلت الأنشطة المدرسية في المنهج الحديث للمرحلة الابتدائية مكاناً بارزاً من خلال ما تقدمه من خبرات تحقق التفاعل بين المنهج المدرسي وحياة التلاميذ ، وهذا يتحقق من خلال الاهتمام بالنواحي المعرفي والوجدانية والاجتماعية والبدنية بالقدر الذي يحقق نجاح المتعلمين في الجوانب التعليمية والحياتية اليومية.

### مفهوم الأنشطة المدرسية :

يعرفها الحايك (٢٠١٨ ، ١٤٠) بأنها كل ما يقوم به المتعلم من جهد بدني وعقلي

داخل المدرسة أو خارجها، ويتم تحت إشراف المدرسة ضمن خطة محددة الأهداف .

ونقل الدخيل (٢٠١٦ ، ١٢٤) عن دائرة المعارف الأمريكية تعريف النشاط بانه: " تلك

البرامج التي تنفذ بإشراف من المدرسة وتوجيهها، والتي تتناول كل ما يتصل بالحياة

المدرسية ، وانشطتها المختلفة والمرتبطة بالمقررات الدراسية، أو الجوانب الاجتماعية والبيئية، أو الأندية ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العلمية والعملية، أو الرياضية، أو الموسيقية، أو المسرحية .

وعرفها اللقاني (١٩٩٦، ٤١) بأنها ذلك الجهد العقلي أو البدني الذي يبذله المتعلم في سبيل إنجاز هدف ما.

يتضح من التعريفات السابقة أن الأنشطة المدرسية تؤدي دورًا كبيرًا في عملية التعليم التي لا تقتصر فقط على التدريس و التحصيل، كما أنها ليست نشاطًا عفويًا إنما أنشطة لها أهداف و خطة محددة، ويمكن تنفيذها داخل أسوار المدرسة وخارجها تحت إشراف وتوجيه المعلم.

#### أهداف الأنشطة المدرسية بالمرحلة الابتدائية :

تعد المرحلة الابتدائية من أهم المراحل التعليمية، لأنها تمثل قاعدة عريضة يكون فيها التعليم اجبارياً لجميع أفراد الشعب فيها ، وهي المرحلة الأساسية في التعليم والتي يبني فيها معارف ومهارات التلاميذ ويداية تنشئتهم وتربيتهم.

ويحدد كل من (محمود ، ٢٠٠٣ ، ٢٤-٢٦)؛ (السبيعي، معيوف ، ٢٠٠٩ ، ١٢٠-١٢١)، (أبو النصر ، ٢٠٠٩ ، ١٣٠-١٣١، رزق، ٢٠١١)، أهداف النشاط المدرسي كما يلي:

- تنشئة المتعلم على الإيمان بالقيم والسلوكيات.
- تعميق روح الانتماء للوطن.
- تهيئة الفرص أمام المتعلمين على التدريب التفكير العلمي وتنمية قدرتهم على التجديد والابتكار.
- صقل شخصية الطالب
- زيادة الخبرة والقدرة على استيعاب المواقف.
- تأكيد مبدأ الممارسة العملية .
- مساعدة الطلاب على فهم المناهج الدراسية.
- الإسهام في النمو الشامل للمتعلم.
- تشجيع الميول الأدبية والعلمية والإبداعية.

- تحقيق العادات السليمة في التعلم.
- زيادة خبرات المتعلم.
- زيادة الاتصال بالبيئة المحلية.
- إثراء المحصول الفكري والطلاقة اللغوية وحب الاستطلاع والاستبصار.
- تنمية وتطوير التعليم من خلال الممارسة.
- تنمية الصداقات وإيجاد صداقات جديدة .

#### تصنيف الأنشطة المدرسية:

هناك تنوعاً في تصنيف الأنشطة المدرسية تبعاً للفلسفة أو النظرة التي يراها الباحثون تجاه الأنشطة المدرسية ؛ فمنهم من تقسيم الأنشطة التعليمية على أساس نوع النشاط الذي سيقوم به المتعلم فمنها أنشطة مباشرة ، وأنشطة غير مباشرة ، ومنهم من قسم الأنشطة التعليمية على أساس مكان النشاط فجعل منها أنشطة تعليمية داخل الحجرة التعليمية وخارجها، كما قسمها آخرون باعتبار حجم المشاركين فيها، وبعضهم يقسم الأنشطة التعليمية حسب الحواس المستخدمة في النشاط فجعل منها أنشطة سمعية ، وبصرية ، واعتمد البعض في تقسيم الأنشطة التعليمية على نوع الهدف المواد تحقيقه فقسموها إلى أنشطة مهارية ، وأخرى معرفية ، ووجدانية (البلادي، ٢٠١٨، ١٠٠؛ صلاح وآخرون، ٢٠٠٧، ٦٥؛ الدوار، ٢٠٠٩، ٦٧-٤٥).

#### دور المعلم في تنفيذ الأنشطة المدرسية:

لتفعيل الدور التربوي الفعال للأنشطة التعليمية على المعلم أن يمتلك مهارات الفاعلية كمهارات التحليل والابداع والافئاع ، والامام بقواعد الأنشطة وأنماط التعلم النشط، كما أن دوره الرئيس يكمن في التخطيط والتنفيذ للأنشطة داخل الصف (رشوان ؛ النجدي ، ٢٠٠٩، ١٢٢-١٣٢) ولكي تحقق الأنشطة التعليمية الأهداف المرجوة منها وفقا للمعايير الحديثة لابد من أن من اتباع من مراعاة عدة معايير عند اختيار وتصميم الأنشطة التعليمية وهي (محمد، ٢٠٠٦، ١٧٣-١٧٤)

- أن يتلاءم النشاط التعليمي، والأهداف المحددة للدرس أو الموضوع.
- أن يتلاءم النشاط التعليمي، والمحتوى الذي يقوم المعلم بالتخطيط لتدريسه.

- أن يتلاءم النشاط التعليمي، والإمكانات المادية والبشرية المتاحة في البيئة المدرسية أو التعليمية.
- أن تكون الأنشطة التعليمية حسب مستويات المتعلمين ، وأن تتماشى مع قدراتهم العقلية والجسمية ، وتوافق ميولهم واتجاهاتهم .
- أن تتنوع الأنشطة التعليمية، وعدم تكرارها في كل المواقف التعليمية ؛ لأن ذلك يقلل من دافعية المتعلمين.
- مراعاة الأنشطة التعليمية الفروق الفردية بين المتعلمين .

### النشاط المدرسي وتدريب مادة الاقتصاد المنزلي :

تحتل الأنشطة المدرسية مكانة هامة في تدريس الاقتصاد المنزلي؛ فالأنشطة المدرسية تحقق إيجابية المتعلم ونشاطه الدائم لإنتاج المعرفة التي تحقق اتزانه الانفعالي وتزيد من ثقته بنفسه وتساعده في حل المشكلات التي تتحدى تفكيره ؛ ودراسة الطالبة لمادة الاقتصاد المنزلي تشبع حاجاتهم ورغباتهم فهي تدمهم بالمفاهيم والحقائق والمهارات التي تناسب احتياجاتها واهتماماتها بدءاً من اختيار شريك الحياة وتكوين الأسرة وتربية الأطفال على أسس تربوية سليمة بالإضافة إلى توفير المعلومات والمهارات التي تساعدها في اختيار نوع الغذاء المناسب المتكامل الذي يحتاجه الجسم في جميع المراحل العمرية ، وأسس اختيار وإعداد الغذاء ، واختيار ما يناسبها من كميات الزي وحسن اختيار الألوان ، وإدارة الوقت والاستفادة من أوقات الفراغ ، كما تتعلم أصول التصرف السليم في المواقف المختلفة (فن الإتيكيت) ؛ وهذه الموضوعات تساعدها على النشاط واليجابية في البحث عن المعرفة ، واستخدام الأنشطة المتنوعة في تنفيذ هذه الموضوعات مما يسهم في تحقيق أهداف الدرس بفعالية كما يشجع على تطبيق ما تعلمته في مواقف حياتية جديدة .

ويشير الوكيل (٢٠١٦ ، ١٦٠) أن النشاط المدرسي في الاقتصاد المنزلي مكماً لتعلم الاقتصاد المنزلي داخل حجرة الدراسة ، حيث أن تعليم مجالاته المختلفة تتمثل في الجانب النظري بجانب التطبيقي وقد لا تتاح الفرصة لكل التلاميذ بتنفيذ الجانب العملي، أما من خلال حصص النشاط المدرسي في الاقتصاد المنزلي فإن تعليم التلاميذ جوانب تطبيقية متعددة أكثر فعالية عما يتم داخل الفصل حيث تتاح الفرص لهم في تنمية قدراتهم ووعيهم المجتمعي من خلال المجالات المختلفة للاقتصاد المنزلي.



### المحور الثاني: تنمية مفاهيم القوام لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

اصبح القوام السليم مطلباً هاماً وضرورياً في ظل الحياه اليومية التي يعيشها الإنسان حيث اصبح اكثر عرضه للإصابة بالأمراض و بالانحرافات القوامية ؛ ولا شك أن القوام السليم يعزز القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم الحيوية ويخفف من الإجهاد البدني علي العضلات والمفاصل والأربطة حيث كثير من الأمراض المرتبطة بأجهزة الجسم العضلية والعصبية والعظمية تنتج من عيوب وانحرافات قواميه وهذا ينعكس سلبا علي ميكانيكيه الجسم وعلي أدائه لمهامه اليومية علاوة علي تأثيره النفسي والاجتماعي والاقتصادي علي الفرد فالقوام له علاقة ايجابية بالعديد من المجالات الحيوية للإنسان منها الصحة والشخصية السوية والنجاح الاجتماعي والنواحي النفسية . (حسانين، وعبدالسلام ، ١٩٩٥ ، ٦-٧)

ويعد القوام السليم من علامات الصحة الجيدة للأفراد ، لذا اهتمت الدول المتقدمة بدراسة القوام بهدف تعديل وتحسين قوام افرادها ، حيث بدأت في نشر الوعي القوامي في مؤسساتها التعليمية المختلفة، ومؤسساتها الانتاجية ، باعتبار قوام الأفراد مظهراً من مظاهر رقى الشعوب التي ينتمون اليها ودليل على نضج ووعي المواطنين نحو صحتهم ، فالقوام له علاقة ايجابية بالعديد من المجالات الحيوية للإنسان والتي منها الصحة (ابو النجا، ٢٠١٥ ، ٧-١٥).

ويشير الخربوطلي (٢٠١١ ، ٢٥) إلي أن القوام يعبر مؤشراً لحالة الأفراد الصحية حيث تتوازن العظام تبعاً لتوازن العضلات التي تؤدي بعملها الصحيح إلي قوام جيد متناسق. ويأتي الاهتمام بالصحة وسلامة القوام في مقدمة قائمة الأهداف التعليمية في مراحل التعليم العام، وأن الاهتمام بالوقاية الصحية للتلاميذ والعناية بقوامهم وإكسابهم الثقافة الصحية والوعي القوامي.

كما يمثل الاهتمام بسلامة القوام هدفاً رئيسياً ينبغي أن يحظى بالاهتمام في كافة المؤسسات التعليمية باعتباره أحد علامات الصحة الجيدة، ومؤشراً لمدي اهتمام المجتمع بصحة أبنائه إذا أراد أن يرقى ويتقدم علي أيدي مواطنين أصحاء لا تعوقهم الأمراض عن أداء واجبهم في تقدم المجتمع والنهوض به.

ويشير محمد (٢٠٠٧ ، ٢٢) إلي أن القوام السليم هو مفتاح الجمال ولتحقيق ذلك يجب توافر التناسق بين أجزاء الجسم المختلفة، وأنه لا يوجد قوام موحد يمشي علي نمطه

جميع الأفراد، ولكن لكل فرد قوامه، ويجب أن يعتني به وينميه بالغذاء المناسب والراحة والرياضة المقننة والعلاج المناسب في الوقت المناسب حتى يحتفظ بقوامه مثالياً.

### مفهوم القوام :

يعرفه محمود (٢٨،٢٠١٥) بأنه مجموعة الأفكار والتصورات العقلية التي تتكون لدي الاطفال حول صحة وسلامة القوام بحيث يستطيع ان يستحضره عندما يسمع او يري شيء يدل عليه.

ويعرفه حافظ (١٣،٢٠٠١) بأنه المظهر أو الشكل الذي يتخذه الجسم ويحدد بأوضاع المفاصل المختلفة التي يتحكم فيها الجهاز العضلي.

### أهمية القوام .

القوام الجيد يعطي إحساساً بالجمال ويعطي الفرد مظهرًا لائقًا، كما يساعده في أداء حركاته بطريقة منسقة فيها توافق بين أجزاء الجسم المختلفة ، والشخص ذو القوام السليم يتمتع بشخصية محبوبة وقوية بينما قد يشعر ذو القوام المشوه بالاكتئاب والانطواء على نفسه وبالتالي يتحاشى الظهور في المجتمع ويتجنب الانخراط في الأنشطة ، والقوام المعتدل يساعد أجهزة الجسم الحيوية على أداء وظائفها بصورة أفضل ويساعد في أداء جميع الأعمال والأنشطة التي يقوم بها الفرد في حياته اليومية.

ويشير "الشيشثاني" (٢٠٠٥) أن القوام الجيد يعد من الخصائص والسمات التي تعمل لصالح الفرد في كثير من النواحي الوظيفية الفرد ، مما يكسبه ميزة القبول الاجتماعي ، الثقة بالنفس.

كما يذكر نوفل (٢٠١١ ، ٩٨) ، أن السبب الرئيسي لألم اسفل الظهر هو وجود تشوهات وعيوب في القوام، لذلك المحافظة على القوام صحيح يسمح للفرد بالعمل بشكل أفضل وتخفيف الإجهاد على الجسم.

ويشير أبوالنجا (٢٠١٥ ، ١٢٠) إلى أن أهمية القوام تتمثل في :

- اكتساب الصحة الجيدة مما يسهل قيام اجهزة الجسم بوظائفها .
- اكتساب الجسم المظهر الجيد.
- زيادة القدرة على أداء الأعمال دون الشعور بالإجهاد.
- مؤشراً مهماً لصحة وسلامة جسم الانسان.

- تحقيق التوافق العصبي العضلي.
  - حماية الجسم من الانحرافات القوامية.
- مواصفات القوام السليم :
- يرى كل من الجرواني ، والساوي ( ٢٠١٥ ) ، ومحمد (٢٠٠٧) أن مظاهر القوام المعتدل تتمثل في :

- أن يكون هناك اتزان في وضع الرأس بحيث تكون الذقن للداخل والنظر للأمام.
- الكتفان في الوضع الطبيعي بحيث تكون الذراعان بجانب الجسم والكتفان مواجهين للفخذين.
- الصدر مفتوحاً مع حرية في عملية التنفس.
- زاوية الحوض في الوضع الطبيعي دون ميل للأمام أو الخلف من (٥٥-٦٠) درجة.
- ثقل الجسم موزع علي القدمين بالتساوي ومشط القدم في الوضع إماما.
- أن تكون جميع عضلات الجسم في وضعها وليس بها أي توتر أو تصلب.

#### الإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية :

تؤدي بعض الممارسات والسلوكيات الخاطئة إلى حدوث انحراف في القوام والانحراف القوامي هو : تغير في شكل عضو من أعضاء الجسم كلة أو جزء منه وانحرافه عن الشكل الطبيعي المسلم به تشريحياً (ابو النجا ، ٢٠١٥ ، ٢٣) ويشير محمد (٢٠٠٧) إلى أن الانحراف القوامي هو عبارة عن انحراف عضو عن سائر أعضاء الجسم مما ينتج عنه خلل في وظائف أجهزة الجسم وعلاقتها مع بعضها البعض ومن مظاهره عدم حفظ التوازن .

#### أسباب الإنحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية :

يتفق العديد من التربويين مثل : مدني (٢٠١٧) ، عبد الكريم (٢٠١٥) ، والحوفي (٢٠١٣) أن التشوهات القوامية تحدث نتيجة للأسباب التالية :

- ١- البيئة : تعد البيئة من أهم اسباب تشوهات القوام ، لأن الحالة الثقافية والاقتصادية لها دور كبير ومباشر في نشأة الطفل الصحية وقوامة المعتدل .
- ٢- العادات السيئة التي يقوم بها تلاميذ المدارس.

- ٣- الحالة النفسية : تعد من أكثر مشاكل وجود الانحرافات القوامية (الحياء والخجل ، الضغوط النفسية والتي تسبب انحناء الظهر للأمام .
- ٤- الحالات المرضية .
- ٥- نوعية الملابس والأحذية.
- ٦- سوء التغذية.

#### دور المدرسة في تنمية المفاهيم القوامية لتلاميذ المرحلة الابتدائية :

- يتفق كل من ابو النجا (٢٠١٥) عماد الدين (٢٠١٣)، محمد (٢٠٠٧) في أن المدرسة لها دور في الحفاظ على القوام يتمثل في :
- توفير بيئة مدرسية صحية من تهوية ونظافة ومقاعد مناسبة للتلاميذ .
  - العمل على التوعية الصحية للتلاميذ وتشجيعهم على النظافة والعادات السلوكية السليمة في الأكل والمشرب مثل غسل اليدين قبل وبعد الأكل واللعب .
  - عقد ندوات لأولياء الأمور للمحافظة على قوام ابنائهم.
  - بث الوعي القوامي للتلاميذ من خلال المناهج الدراسية وتوعيدهم على العادات السليمة من مشى وجلس وتغذية سليمة.
  - حث التلاميذ على تناول الطعام الصحي ومراقبة وجباتهم المدرسية وتنمية الوعي الغذائي لديهم.
  - معاينة الادراج المدرسية واختيار الادراج المناسبة لسن وطول التلميذ .
  - ملاحظة ملابس وأحذية التلاميذ والتأكد من مناسبتها حتى لا يحدث تشوه بسببها
  - تهيئة الملاعب والادوات التي تجذب التلاميذ للمشاركة في الانشطة المدرسية.
  - الاستعانة بجميع وسائل الايضاح السمعية والبصرية ، التي تشجع التلاميذ وتدفعهم للاهتمام بقوامهم.

#### ثالثاً : تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

يعد الحفاظ على سلامة صحة الفرد عامل هام لبناء المجتمعات وتحقيق التقدم ؛ لذا ينبغي توجيه التلاميذ نحو العادات السليمة التي تحافظ على سلامة وصحة الجسم ومن أهمها التغذية السليمة ؛ فالتغذية الجيدة هي العامل الأساسي في النمو وحفظ الحياة ولها تأثير مباشر على حيوية الفرد واستقراره النفسي وسلامة تفكيره وقدرته على العمل والإنتاج

التي تجنبهم الإصابة بالأمراض و القدرة على ممارسة الأنشطة اليومية دون عناء، ويعد عدم الإلمام بأساسيات التغذية السليمة سبباً رئيسياً في حدوث الكثير من الأمراض نتيجة نقص المعارف والمعلومات اللازمة للتوعية الغذائية ، ويقع على عاتق المدرسة - باعتبارها أحد المؤسسات التربوية الهامة- القيام بتنمية الوعي الغذائي لدى التلاميذ وتجنب السلوكيات والعادات الخاطئة .

و يشير ورنر وبيفانرك ( Werner, Guadagni, & Pivarnik, 2020 ) إلى أن ذلك يتحقق من خلال الأسرة أو من خلال المؤسسة التعليمية أو جماعة الرفاق وتلك هي التي تشكل في معظمها ميل واتجاه الأفراد نحو التغذية السليمة .  
مفهوم الوعي الغذائي:

يعرفه خالد ، ويحي (٢٠٠٣) بأنه: "معرفة إحساس وإدراك الفرد بأهمية الغذاء والتغذية السليمة ، وعلاقتها بالصحة وقدرته على اختيار الأغذية التي تمد الجسم بالمخصصات اليومية من العناصر الغذائية التي تقيه من الأمراض واتباع السلوكيات الغذائية السليمة".  
ويعرفه القدومي، و زايد(٢٠٠٩) بأنه: " معرفة وفهم المعلومات الخاصة بالغذاء والتغذية الصحيحة، والقدرة على تطبيق هذه المعلومات في الحياة اليومية، بصورة مستمرة تكسبها شكل العادة التي توجه قدرات الفرد في تحديد الوجبات المنزلية المتكاملة التي تحافظ على صحته وحيويته وذلك في حدود إمكاناته."

يعرفه البهلول وآخرون (٢٠١٨) مدى إدراك التلاميذ لأهمية الغذاء الصحي واتباعهم للعادة الغذائية السليمة ، وتجنبهم للعادة الغذائية الخاطئة للحصول على التغذية السليمة.  
ويعرف دبابسي وآخرون (٢٠١٩) الوعي الغذائي للاعب الرياضي بأنه " معرفة اللاعب الرياضي بالعادة الغذائية الصحية، عدد الوجبات في اليوم الواحد ومدى الانتظام بها، ومكوناتها المفيدة والضارة ، ومدى مناسبتها للفترة التدريبية".

يتضح من التعريفات السابقة للوعي الغذائي : أنه لكي يكتسب الفرد وعياً غذائياً لا بد من توافر الجانب المعرفي المتمثل في المعلومات والمفاهيم والحقائق المرتبطة بالغذاء، والجانب المهاري والذي يتمثل في ممارسة السلوكيات واتباع العادات الغذائية السليمة ، والجانب الوجداني المتمثل في الاتجاه الإيجابي نحو تناول الغذاء الصحي الذي يحافظ على صحة وحيوية الجسم.

**أهمية تنمية الوعي الغذائي لدى التلاميذ:**

تعتبر التغذية في مرحلة الطفولة من بين أهم العوامل التي تؤثر على معدل النمو الفوري أو قصير الأجل وبناء الجسم والقيام بوظائفه، والتي قد تلعب دورا رئيسيا في الحد من الإصابة بالأمراض (Conesa, 2009).

والتثقيف الغذائي للتلميذ يساهم في تكوين الأنماط الغذائية السليمة لديه والإلمام بالعناصر الغذائية ومكونات الوجبات الغذائية المتوازنة، وتجنب العديد من الأمراض من خلال اتباع نظام غذائي سليم.

و يؤكد فتح الله (٢٠٢١، ٥٤) أن تنمية الوعي الغذائي في تلك المراحل التعليمية الأولى يساهم في:

- دراسة الأنظمة الغذائية بما في ذلك مكونات الأطعمة، وخصائصها والعوامل الواجب مراعاتها عند التخزين أو التداول
  - تعديل سلوكهم ومعتقداتهم الغذائية مما ينعكس على صحتهم ويجنبهم العديد من المشكلات المستقبلية.
  - تزويد المتعلم بالخبرات اللازمة لاختيار الغذاء المناسب وفقاً لاحتياجاته وظروفه .
  - العناية بالصحة مما يساهم في تحسين جودة الحياة.
  - تحديد احتياجات الجسم اليومية من العناصر الغذائية.
- ويشير كل من (Nickolas & Hayes, 2008,76)، وسعيد (٢٠٠٧) إلى أنه لا بد من تنمية الوعي الغذائي منذ الصغر فالأطفال من سن (٢-١١) يجب أن يحققوا النمو البدني والمعرفي الأمثل والوزن الصحي، ويستمتعوا بالطعام مع تقليل إصابتهم بالأمراض الناجمة عن سوء التغذية كالسمنة والنحافة وهشاشة العظام والأنيميا.
- والحاجة لتنمية الوعي الغذائي لدى التلاميذ أصبحت ضرورة ملحة لعدة أسباب (الغزالي، ٢٠١٩، ٩٧):
- أنتشار العديد من السلوكيات والعادات والممارسات الخاطئة بين أفراد المجتمع.
  - المعلومات والمعارف الغذائية غير الدقيقة التي تقدم من خلال وسائل الإعلام.
  - انتشار العديد من الأمراض المرتبطة بسوء التغذية مثل (السكري والسمنة) بين أفراد المجتمع.

**مناهج الاقتصاد المنزلي وتنمية الوعي الغذائي:**

ترى كوجك (٢٠٠٨، ٣٧٣) أن مناهج الاقتصاد المنزلي تهتم بدراسة المتعلم للأسرة واحتياجاتها ومقوماتها على مستوى المنزل والبيئة والمجتمع بقصد النهوض بها إلى حياة عائلية أفضل من خلال تثقيف المتعلمين في مختلف مجالات الاقتصاد المنزلي وخصوصاً في مجال الغذاء والتغذية لتحسين الحالة الصحية والغذائية ونظام التغذية الأسرية لجميع أفراد الشعب.

وتهدف دراسة مادة الاقتصاد المنزلي إلى تنمية الوعي الغذائي للتلاميذ من خلال التثقيف الغذائي واكتساب السلوكيات والعادات الغذائية السليمة وخاصة في المراحل الأولى من التعليم حيث أنها تمثل شريحة عريضة من أفراد المجتمع ، كما أن تعلم السلوكيات الصحيحة في هذه المرحلة العمرية تثبت مع مرور الزمن؛ وهي أنسب المراحل التعليمية لتصحيح المفاهيم والعادات الخاطئة المتكونة لديهم.

ومن الدراسات السابقة التي تناولت الكشف عن أثر دراسة الاقتصاد المنزلي في تنمية الوعي الغذائي ، دراسة بدوي (٢٠١١)، ودراسة أبو زيد (٢٠١٢)، ودراسة أبو زيد (٢٠١٢) ، ودراسة عبد اللطيف (٢٠١٤) ، شعبان ، يوسف (٢٠١٨).

**العلاقة بين الغذاء والقوام:**

هناك علاقة بين شكل القوام ونوع التغذية التي يحصل عليها الجسم فالنظام الغذائي الصحي واتباع العادات الغذائية الصحية له دور كبير في تحقيق سلامة القوام وصحة البدن؛ حيث يشير شارون وروامسب ( Ruamsup & Charoen, 2014, 11 ) إلى ارتباط صحة وسلامة الجسم بالغذاء فالإنسان يُعرف من خلال ما يأكله فصحة الجسم تعتمد على ما نأكله كما وكيفاً بما يناسب المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد.

وتشير نتائج دراسة اورلوسكي و ويكر (Orlowski & Wicker, 2018) ، أن التكوين الجسماني لطلاب والطالبات يتأثر بالثقافة الغذائية وأن لها دور كبير على بعض القياسات والتكوين الجسمي. وعن أهمية معرفة التكوين الجسمي والعادات والاتجاهات السلوكية الغذائية وتشير نتائج دراسة العتيبي (٢٠٢١) إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين السلوك الصحي القوامي والسلوك الصحي الغذائي ، وأوصت الدراسة بضرورة وجود مقرر عام يدرس لجميع الطلاب يدور حول التربية الصحية الغذائية واللياقة البدنية. ودراسة الباز (٢٠١٦) التي

تشير الى أن نوع التغذية يحدد السلوك الصحي الرياضي . ودراسة نوفل (٢٠١١) التي أثبتت أن هناك علاقة بين الثقافة الصحية الغذائية والوعي القومي.

رابعاً: استخدام مدخل التدريس المتمايز في تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

### نشأة التدريس المتمايز:

يعتبر التعليم المتمايز مدخلاً للتدريس يعتمد على توفير الاحتياجات المختلفة للمتعلم وفقاً لقدراته واستعداداته وميوله؛ وذلك لتحقيق فاعلية المتعلم في الموقف التعليمي باعتباره محوراً للعملية التعليمية.

ولا يعتبر التدريس المتمايز مدخلاً حديثاً في التعليم والتعلم ، حيث وجدت كتابات متعلقة بالتعليم لدى القدماء المصريين واليونانيين تدعو إلى الاهتمام الذي يلبي احتياجات المتعلمين (الحليسي، ٢٠١١، ٥٠).

وقد ظهرت فكرة التعلم المتمايز عام (١٩٨٩) عند الإعلان عن وثيقة حقوق الطفل ، ثم في المؤتمر العالمي للتربية المنعقد في جومتيان (١٩٩٠) ، ثم مؤتمر دكار عام (٢٠٠٠) حيث كان من أبرز توصياته ضرورة التنوع في مناهج التدريس لتناسب احتياجات المتعلمين (أبو الحمايل والثعلبي، ، ٢٠١٩ ، ٩٧).

وفي العصر الحديث ومع التقدم العلمي تعددت البحوث التربوية التي أوضحت أهمية وضرورة الإعتماد على التدريس المتمايز، وخاصة مع تطور بحوث الدماغ والنظرية البنائية والذكاءات المتعددة (عمار، ٢٠١٩، ١٦).

### مفهوم التدريس المتمايز :

تعددت مسميات التدريس المتمايز ومن بينها: التعليم المتمايز- تنوع التدريس- التدريس المتمايز- والتعليم المتباين ؛ وبالرغم من اختلاف المسميات إلا أنها اتفقت جميعاً على مبدأ مراعاة احتياجات وميول التلاميذ والفروق الفردية بينهم.

وتعرفه " كوجك" وآخرون (٢٠٠٨) انه: التعرف على احتياجات المتعلمين المختلفة ومعلوماتهم السابقة واستعداداتهم للتعلم ومستواهم اللغوي ، وميولهم وأنماط تعلمهم المفضلة ، ثم الاستجابة لذلك في عملية التدريس.



وعرفه رايز وآخرون (Rays et al , 2013) بأنه: مجموعة من الاستراتيجيات التي تساعد المعلمين على مقابلة كل تلميذ أينما كان عند دخول قاعة الدراسة ودفعه للأمام -بقدر المستطاع- في المسار التعليمي.

وأما الطوالة (٢٠١٤) فيعرفه بأنه: " تعليم يهدف الى رفع مستوى جميع التلاميذ ، وليس فقط الذين يواجهون مشاكل في التحصيل ، وإنما تقديم بيئة تعليمية مناسبة لجميع التلاميذ تهدف إلى زيادة إمكانات وقدرات الطالب.

كما يعرفه البدارين (٢٠٢١) بأنه : استراتيجية تعليمية حديثة تهدف إلى خلق بيئة تعليمية مناسبة لجميع الطلبة ، تلبي احتياجاتهم وقد ارتهم واهتماماتهم بطرق مختلفة ، ويمكن أن يأخذ التعليم المتمايز أشكالاً وأساليب تعليمية مختلفة مثل التدريس وفق الذكاءات المتعددة والتدريس وفق أنماط المتعلمين والتعلم التعاوني.

ويعرّف شواهين (٢٠٢٠) مدخل التعلّم المتمايز بأنه: تعليم يهدف إلى التعرف على اختلافات، وتنوع الخلفيات المعرفية للطلبة ، ومدى استعدادهم للتعلم بمختلف إدراكاتهم، سواء كانت ذات نمط بصري، أو سمعي، أو حركي ، وذلك بغرض رفع مستوى جميع الطلاب، ومساعدتهم على اختلاف مستوياتهم.

يتضح من التعريفات السابقة للتعليم المتمايز ما يلي:

- يهدف إلى مساعدة جميع التلاميذ لتلبية احتياجاتهم ومراعاة استعداداتهم وقدراتهم.
- يركز على فهم إمكانات واستعدادات التلاميذ ويجعلها نقطة الانطلاق لتحقيق أهداف التعلم.
- يسعى إلى الوصول إلى مخرجات تعليمية ونواتج واحدة باستخدام أساليب وأدوات متنوعة.

#### أهمية التدريس المتمايز :

يستند مدخل التدريس المتمايز على مبدأ التعليم حق للجميع ، مراعيًا جميع الانماط المختلفة للمتعلمين ( السمعي - البصري - المنطقي - الاجتماعي - الحسي ) ، ويحقق ذلك في ضوء مراعاة وأشباع الميول والاستعدادات المختلفة للتلاميذ ، وفي هذا الصدد يؤكد كلاً من : محمد (٢٠١٤) ، و منصور (٢٠١٣) ان التدريس المتمايز يعمل على:

- تحسين مستوى الأداء المهاري لدى جميع المتعلمين.

- يراعى خصائص المتعلم وخبراته السابقة.
  - يزيد من امكانات المتعلم وخبراته.
  - يوفر الوصول إلى النجاح الفوري لتحقيق أهداف التعلم.
  - يسهم في اختيار المتعلم للنمط والاسلوب المناسب له عند التعلم.
  - يمكن التلاميذ من التفاعل بطريقة متميزة تقودهم الى استجابات متنوعة.
  - يشجع على ممارسة النشاط حيث أن التعلم الفعال يتم من خلال الممارسة.
- ويرى محمد (٢٠١٤) أن اساس هذه الاستراتيجية قائم على ان جميع المتعلمين بغض النظر عن قدراتهم ومستوى أدائهم أو خبراتهم السابقة ، وهو يفترض أن الصف الدراسي يحتوى على متعلمين مختلفين في (البيئة المنزلية- الخبرات السابقة- المتطلبات الدراسية- طرق إدارات العالم المحيط).

وينفق كل من خطاب (٢٠١٨ ، ٢٢٠)، ودرويش (٢٠١٥ ، ١٢٢) ، ومحمد (٢٠١٤) ، (١٢٠) أن مدخل التعليم المتميز يحقق الأهداف التالية :

- إعداد التلميذ الذي يستطيع القيام بمهام حياتية واقعية .
- تحقيق أقصى درجة من التعلم لجميع التلاميذ مراعيًا قدراتهم واستعداداتهم.
- مساعدة المتعلمين على فهم واستخدام التقويم بشكل أكثر فعالية.
- يضيف استراتيجيات متنوعة وحديثة للمعلمين لمساعدتهم في التدريس.
- يقدم للمعلم، والمتعلم ، وأولياء الأمور والمديرين نظامًا تعليميًا شاملاً أكثر فعالية في تحقيق أهداف التعلم.
- رفع المستوى التعليمي لجميع التلاميذ.
- تحقيق شروط التعلم الفعال.
- تشجيع التلميذ على فهم تفضيلات التعلم الخاصة بهم.

**أهم الافتراضات التي تستند عليها فلسفة التدريس المتميز:**

- يشير عطية (٢٠٠٩) ان مدخل التدريس المتميز يستند الى الافتراضات التالية :
- أن التلاميذ يختلفون عن بعضهم البعض في المعرفة السابقة والخصائص والميول والقدرات والمواهب والاتجاهات والأساليب التي يتعلمون بها ، ودرجة استجاباتهم للتعليم.

- عدم قدرة التلاميذ على تحقيق مستوى التعلم المطلوب بطريقة تدريس واحدة.
- عدم وجود طريقة تدريس موحدة تناسب جميع التلاميذ.
- أن التدريس المتمايز يوفر بيئة تعلم ملائمة لجميع التلاميذ وبذلك يمكن لكل متعلم من بلوغ الأهداف المطلوبة بالطريقة والأدوات التي تلائمها.
- ان التدريس المتمايز نظام تعليمي يهدف الى تحقيق مخرجات تعليمية واحدة بإجراءات وعمليات وأدوات مختلفة.

#### الأسس التربوية لاستخدام مدخل التدريس المتمايز :

يستند التدريس المتمايز إلى الأسس التربوية التالية (كوجك، ٢٠٠٨، ٣٦-٣٨):

- المعلم ميسر لعملية التعلم.
  - العملية التعليمية محورها المتعلم.
  - التركيز والتفاصيل والأفكار الفرعية لموضوع التعلم لا على علي الأفكار والمفاهيم الكبيرة .
  - يهدف التدريس إلى مساعدة المتعلم علي الاستيعاب وتكوين المعنى لديه بحيث يحقق المتعلم التوظيف الأمثل للمعرفة في مواقف متعددة.
  - لا يهدف التدريس الفعال إلى صب معلومات غير مترابطة وغير مرتبطة بواقع الحياة المعيشية للتلميذ ثم استدعائها في الامتحان كدليل علي التعلم .
  - اكتشاف احتياجات الطلبة وتعرف قدراتهم وميولهم وأنماط تعلمهم يتم عن طريق التقييم الشامل والمستمر .
  - يتكامل تلاميذ الفصل الدراسي كأنهم في مجتمع واحد ويتعاملون مع بعضهم البعض تبعاً للعمل المطلوب انجازه .
  - من أهم أسس التعليم المتمايز المشاركة الفعالة والإيجابية للمتعلم ، وعلي المتعلمين معرفة قدراتهم وأنماط تعلمهم والمشاركة في تحقيق الأهداف ثم تقييم إنجازاتهم ومدى تحقيقهم للأهداف المنشودة .
- وترى الباحثة أن هناك عدة مبررات لاستخدام التدريس المتمايز في تدريس محتوى مادة الاقتصاد المنزلي ، و تنفيذ الأنشطة المصاحبة للموضوعات وهي :

- طبيعة مادة الاقتصاد المنزلي وما تتضمنه من موضوعات تضم قضايا ومشكلات حياتية وتتعلق باهتمامات واحتياجات التلاميذ الشخصية لذا ينبغي استخدام المدخل التدريسي المناسب لاستيعاب هذه الموضوعات بالطريقة التي تناسب التلاميذ.
- يتكامل مدخل التعلم المتمايز مع التعلم القائم على الأنشطة و المشروع و التجريب والاكتشاف، والتي تعد من الأساليب التدريسية الهامة في تدريس موضوعات الاقتصاد المنزلي .
- يتيح مدخل التدريس المتمايز التفاعل الإيجابي بين التلاميذ وبعضهم البعض من ناحية ، وبينهم وبين المعلم من ناحية أخرى مما يزيد من ثقة التلميذ بنفسه وتحقيق زيادة الدافعية والإنجاز مما يؤدي إلى تحقيق نواتج التعلم بفاعلية.
- إشباع ميول وحاجات التلاميذ مما يكسبهم اتجاه إيجابي نحو مادة الاقتصاد المنزلي.

#### الاستراتيجيات التدريسية لمدخل التدريس المتمايز :

هناك عدة استراتيجيات متنوعة تتناسب مع مدخل التدريس المتمايز مثل:

- استراتيجية عقود التعلم .
- استراتيجية الأنشطة الثابتة .
- استراتيجية تعدد الإجابات الصحيحة
- استراتيجية حل المشكلات .
- استراتيجية دراسة الحالة .
- استراتيجية فكر ، زوج ، شارك .
- المحطات .
- استراتيجية التفضيلات الأربعة .
- حقائب التعلم .
- استراتيجية التكعيب .
- استراتيجية المجموعات المرنة .
- استراتيجية الأنشطة المتدرجة

وقد اقتصر البحث الحالي على استخدام الاستراتيجيات التالية في التخطيط لإعداد موضوعات البرنامج المقترح : استراتيجية التكعيب- الأنشطة المتدرجة وفقاً لأنماط التعلم- قل لي شيئاً- مناقشة المؤلف.

#### دور المتعلم في التدريس المتميز للأنشطة المدرسية :

يشير كوجك وآخرون (٢٠٠٨) أن هناك العديد من الأدوار التي يجب على المتعلم القيام بها في التدريس المتميز تتمثل في:

- فهم ما يدور في الفصل وأهدافه.
- ايجابية مشاركة التلاميذ و عليهم التزامات يجب القيام بها .
- أن يتقبل المتعلمين فكرة اختلاف المهام والأنشطة التي يقدمها المعلم لبعض منهم
- أن يعتاد التلميذ فكرة كثرة وتنوع عمليات التقويم وأساليبه.
- الثقة بالنفس وبقدراتهم على تحقيق ما يطلب منهم من مهام ، وقبول التحدي وبذل الجهد للارتقاء بمستواهم .

#### دور المعلم في التدريس المتميز:

كما تحدد " كوجك وآخرون " (٢٠٠٨) المهام التي يجب على المعلم القيام بها في

التدريس المتميز و تتمثل في:

- التعرف على قدرات وميول وانماط تعلم التلاميذ ، ويعد لذلك الأدوار المناسبة أو ما يتوفر منها.
- التركيز على الأفكار الأساسية.
- التخطيط لتنوع التدريس وعلية شرح النظرية للتلاميذ واولياء الأمور.
- ينتبه المعلم للفروق الفردية بين التلاميذ.
- يعدل المعلم المحتوى والعملية والنواتج.
- يتعاون المعلم والتلاميذ في التعلم.
- يوازن المعلم بين المعايير الفردية والجماعية .
- يعمل المعلم والتلاميذ معاً بشكل مرن.

**أشكال التدريس المتمايز:**

يشير كل من عبيدات ، وابوالسميد" (٢٠٠٧) أن التدريس المتمايز يتخذ أشكال متعددة أهمها:

- التدريس وفقاً لنظرية الذكاءات المتعددة.
- التدريس وفقاً لأنماط التعلم.
- التعلم التعاوني.

وقد تبني الباحثان في الدراسة الحالية التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم ، حيث يشير العيلة (٢٠١٢) الى ان تشخيص أنماط التعلم يمكن المعلم من معرفة الطرق المفضلة لدى التلاميذ والتي يستقبلون من خلالها المعلومات ، فمنهم من يفضل النمط البصري ، ومنهم من يفضل النمط السمعي ، وبعضهم الآخر يفضل النمط الحركي ، وبذلك تعد عملية تشخيص أنماط التعلم من الأمور المهمة لقياس أنماط التعلم والكشف عن تمثيلات الطلاب المفضلة .

**خطوات التدريس المتمايز:**

يتفق كل من : (سليمان، ٢٠١٧، ٨٢-٨٣)، (خطاب، ٢٠١٨، ٨٧-٩٨)، (عمار، ٢٠١٩، ٢٤-٢٥) على أن التدريس المتمايز يتم وفقاً للخطوات التالية:

- ١- التقويم القبلي : لتحديد الخبرات المعرفية السابقة وقدرات وميول واستعدادات التلاميذ ومن ثم أسلوب التعلم المناسب لهم ، وهذه الخطوة هامة للتخطيط للأنشطة التي تناسب أسلوب التعلم (بصري - سمعي - حركي) .
- ٢- تصنيف التلاميذ إلى مجموعات في ضوء نواتج التعلم القبلي.
- ٣- تحديد أهداف التعلم ثم التخطيط للمهام والأنشطة التي تحقق أهداف التعلم وفقاً لأسلوب التعلم المناسب لكل مجموعة.
- ٤- تحديد مصادر التعلم والوسائل التعليمية المناسبة لجميع المجموعات.
- ٥- اختيار استراتيجية التدريس المناسبة لكل مجموعة من المجموعات.
- ٦- توجيه كل مجموعة لممارسة الأنشطة المحددة لها.
- ٧- التقويم.

**إعداد المواد التعليمية وأدوات البحث**

يتناول هذا الجزء من البحث الإجراءات والخطوات التي اتبعت لإعداد البرنامج المقترح ودليل المعلم ، بالإضافة إلى خطوات تصميم وإعداد مقياس أنماط التعلم ، واختبار مفاهيم القوام ومقاييس الوعي الغذائي .  
وفيما يلي عرض لهذه الإجراءات:  
أولاً: المواد التعليمية.

**١ - إعداد قائمة المفاهيم الخاصة بالقوام:**

• لإعداد قائمة المفاهيم الخاصة بالقوام والتي يمكن تنميتها لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي قام الباحثان بالاطلاع على العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة كل من "عبدة (٢٠٠٣) "قابيل (٢٠٠٥)" العويب ، الصمد (٢٠٠٧) " حافظ (٢٠١١) ، نوفل (٢٠١١) ، محمود (٢٠١٥) ، الباز (٢٠١٦)، قابيل ، عثمان (٢٠١٩) تم إتباع الخطوات التالية:  
- مرحلة اشتقاق المفاهيم الخاصة بالقوام :

اشتقت المفاهيم الخاصة بالقوام من خلال الرجوع إلى المصادر التالية :

- الأهداف العامة لتدريس التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية.
- الدراسات والبحوث السابقة والمراجع المرتبطة والمتخصصة التي تناولت المفاهيم الخاصة بمفاهيم القوام.
- دراسة خصائص نمو المرحلة السنية قيد البحث واحتياجاتهم ( الصف الخامس الابتدائي).
- استطلاع آراء الخبراء في مجال تدريس التربية الرياضية.
- تصنيف المفاهيم الخاصة بالقوام :

تم تصنيف مفاهيم القوام التي تم التوصل إليها من خلال الخطوات السابقة إلى: مفاهيم تتعلق بالقوام وأهميته ، الانحرافات القوامية ، أنماط الجسم وعلاقتها بالقوام، الأمان والسلامة عند ممارسة الأنشطة البدنية ، الاسعافات الأولية، العادات والأوضاع القوامية الصحيحة، مفاهيم خاصة بالحركة والتربية الحركية، مفاهيم خاصة بمخاطر التعامل مع اجهزة المحمول. ويتبعهم مفاهيم فرعية ، وضعت في صورة أولية تمهيداً لعرضها على مجموعة من المحكمين.

- استطلاع آراء السادة المحكمين:

عرضت قائمة المفاهيم على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس ببعض كليات التربية الرياضية، وبعض موجهي ومعلمي التربية الرياضية بمحافظة سوهاج لإبداء الرأي حول أهمية ومناسبة المفاهيم المرتبطة بمفاهيم القوام المتضمنة بالقائمة المبدئية التي تم التوصل إليها ومفاهيمها الفرعية ، لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي، وقام الباحثان بإجراء ما أشار إليه السادة المحكمون وبذلك أصبحت قائمة المفاهيم في صورتها النهائية . مرفق (٢).

٣- اعداد البرنامج المقترح في الأنشطة المدرسية والقائم على مدخل التعلم المتمايز.

تم إعداد البرنامج وفقاً للخطوات التالية :

أ- فلسفة البرنامج :

يعد برنامج الأنشطة المدرسية القائم على مدخل التدريس المتمايز وينمي مفاهيم القوام والوعي الغذائي هو المحور الرئيسي الذي يدور حوله البحث الحالي.

ب- الأهداف العامة للبرنامج:

هدف البرنامج إلى تنمية بعض مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

ج- محتوى البرنامج:

لتحديد محتوى البرنامج قاما الباحثان بالاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت (مفاهيم القوام- الوعي الغذائي) لتحديد قائمة مبدئية بمفاهيم القوام والحقائق والمبادئ والمعلومات المرتبطة بالوعي الغذائي وفقاً لأهداف الصف الخامس الابتدائي في مقرري التربية الرياضية والاقتصاد المنزلي( كما في كتيب التلميذ مرفق ٣).

إعداد قائمة بالموضوعات التي تنمي الوعي الغذائي لدى تلميذات الصف الخامس الابتدائي :

تم تحديد الموضوعات التي تنمي الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي

بالرجوع إلى:

- الأهداف العامة لتدريس الاقتصاد المنزلي في المرحلة الابتدائية.

- الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الوعي الغذائي وعلاقة التغذية بسلامة القوام.

- دراسة خصائص واحتياجات المرحلة الابتدائية



- استطلاع آراء الخبراء في مجال تدريس الاقتصاد المنزلي.

تضمن البرنامج وحدتين دراسيتين كما يلي:

في ضوء ما سبق تضمن البرنامج وحدتين دراسيتين كما يلي:

- الوحدة الأولى (صحتي وسلامة القوام): وتضمنت الموضوعات التالية:

١- مفهوم القوام وأهميته .

٢- الانحرافات القوامية والتمرينات العلاجية المناسبة.

٣- اللياقة البدنية والتمرينات التي تنميها.

٤- الأمان والسلامة عند ممارسة الأنشطة المدرسية.

٥- الإسعافات الأولية.

٦- بعض العادات والأوضاع القوامية الصحيحة .

٧- مخاطر واضرار التعامل مع الهاتف المحمول.

- الوحدة الثانية (صحتي في غذائي): وتضمنت الموضوعات التالية:

١- الهرم الغذائي.

٢- سوء التغذية.

٣- العادات الغذائية.

٤- طعامك يحدد قوامك

٥- التخطيط الغذائي.

الأهداف الإجرائية للبرنامج:

تضمن كل موضوع مجموعة من الأهداف الإجرائية تنوعت بين أهداف معرفية ومهارية

ووجدانية.

التخطيط للدرس:

تضمنت خطة كل درس العناصر التالية:

١- عنوان الدرس: وتم تحديد عنوان لكل درس بدقة.

٢- أهداف الدرس: وهي مصاغة في عبارات إجرائية سلوكية محددة.

٣- خطوات السير في الدرس: وتضمنت الخطوات التالية:

## أ- التمهيد للدرس.

ب- إجراءات التعلم (وفقاً لمدخل التدريس المتمايز): حيث تضمنت إجراءات كل درس مجموعة من الأنشطة التعليمية والاستراتيجيات التدريسية الملائمة لخصائص كل فئة من فئات التلاميذ ، والتي تم تصنيفها حسب أنماط التعلم (سمعي - بصري - حركي) وهي كما يلي:

- أنشطة تعليمية واستراتيجيات خاصة بالمتعلم ذي النمط السمعي: الحوار والمناقشة- المواد المسموعة والأناشيد- الندوات- السرد القصصي - الألغاز - حل المشكلات.
- أنشطة تعليمية واستراتيجيات خاصة بالمتعلم ذي النمط البصري: العروض المصورة- الصور التوضيحية- المخططات- الأنماط البصرية- الفيديوهات والأفلام التعليمية.
- أنشطة تعليمية واستراتيجيات خاصة بالمتعلم ذي النمط الحركي: الألعاب التعليمية- لعب الأدوار- المسابقات- الأنشطة اليدوية كالرسم- والمحطات التعليمية.
- ج- التقويم: تنوعت أساليب التقويم التكوينية المستخدمة في كل درس بجانب التقويم القبلي. صدق محتوى البرنامج :

بعد إعداد البرنامج بصورته الأولية تم عرضه على بعض السادة المحكمين مرفق (٤) ثم قاما الباحثان بعد ذلك بإجراء التعديلات المطلوبة وأصبح في صورته النهائية. الخطة الزمنية لتدريس البرنامج:

قام الباحثان بوضع الوحدات التعليمية قيد البحث بواقع درسين اسبوعياً ( درس حول مفاهيم القوام ، ودرس حول المفاهيم المرتبطة بالوعي الغذائي ) طبقاً لمدخل التدريس المتمايز على مدار يومين أسبوعياً لمجموعة البحث وزمن الدرس (٤٥ دقيقة ) ، وذلك خلال الفترة ١٠/١٦ الى ١١/١٩ في الفصل الدراسي الأول للعام ٢٠٢١/٢٠٢٢ م .  
وبذلك تمت الإجابة عن السؤال الأول من أسئلة البحث وهو:

ما التصور المقترح لبرنامج في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، وينمي مفاهيم القوام والوعي الغذائي لديهم ؟

**٣- دليل المعلم (القائم بالتدريس):**

تم إعداد دليل المعلم في البرنامج المقترح عن تنمية المفاهيم الخاصة بمفاهيم القوام، والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي واشتمل هذا الدليل على:

- المقدمة
- أهمية الدليل.
- الأهداف العامة لتدريس البرنامج.
- الأهداف الإجرائية لتدريس وحدات البرنامج.
- نبذة مختصرة عن مدخل التدريس المتمايز.
- الوسائل التعليمية المستخدمة.
- الأنشطة التعليمية .
- أساليب التقويم المستخدمة.
- الخطوات الإجرائية لتدريس البرنامج وفقاً لمدخل التدريس المتمايز. وتضمنت خطة كل درس ما يلي:

الأهداف - الوسائل التعليمية- التمهيدي- إجراءات تنفيذ الدرس (وفقاً لمدخل التدريس المتمايز) - أساليب التقويم.

ضبط دليل المعلم والتأكد من صلاحيته:

بعد إعداد دليل المعلم بصورته المبدئية، تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين، ضمت بعض المتخصصين في المناهج وطرق التدريس (تربية رياضية واقتصاد منزلي)، وذلك بهدف معرفة آرائهم وملاحظاتهم حول :

أ- مدى كفاية محتويات دليل المعلم من حيث الأهداف والأنشطة والوسائل التعليمية المقترحة داخل كل درس من دروس الوحدات التي يتضمنها البرنامج المقترح (مفاهيم القوام/ الوعي الغذائي).

ب- مدى مناسبة الدليل لمدخل التدريس المتمايز

وقد اتفق السادة المحكمون على صحة وسلامة دليل المعلم وكفايته لموضوعات البرنامج

المقترح . مرفق (٤)

**أدوات البحث:****١ - مقياس تشخيص أنماط التعلم:**

تم إعداد مقياس تشخيص أنماط التعلم وفقاً للخطوات التالية:

( أ ) الهدف من المقياس: هدف المقياس إلى التعرف على أنماط تعلم تلاميذ الصف الخامس الابتدائي (عينة البحث) وتقسيمهم إلى ثلاث فئات: تلاميذ ذو تعلم سمعي- تلاميذ ذو تعلم بصري- تلاميذ ذو تعلم حركي.

(ب) صياغة عبارات المقياس: تم صياغة بعد الاطلاع على بعض مقاييس تشخيص أنماط التعلم العربية والأجنبية ، و الأدبيات والمؤلفات في مجالي طرق التدريس وعلم النفس التي تناولت مقياس أنماط التعلم مثل دراسة: ابوعوف (٢٠٢٠)، الشهري (٢٠١٨)، المحمدي (٢٠١٧) عبد الرحيم (٢٠١٥)، العيلة (٢٠١٢) ، ((Effendi (2017))، (Alumran , 2008)، مرفق (٥)

**(ج) الضبط الإحصائي للمقياس:**

من خلال التحقق من:

- صدق المقياس : للتحقق من صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين في مجالي طرق التدريس وعلم النفس بهدف تحديد ما يروونه مناسباً من تعديلات وإبداء الرأي من حيث: السلامة اللغوية والدقة العلمية- مدى انتماء كل بند للمحور الذي يقيسه - مدى اتفاق كل عبارة من عبارات المقياس للتعريف الإجرائي لكل نمط.

وتم إجراء ما أشار إليه المحكمين من مقترحات ، وقد تراوحت نسبة الاتفاق لبند للمقياس بين ٨٥% - ٩٠%.

- ثبات المقياس: تم حساب الثبات باستخدام معادلة الفا كرو نباخ على عينة الدراسة الاستطلاعية ( ٣٤ ) تلميذاً وكان كما يلي :

## جدول (٢)

## قيم معاملات الثبات لمقياس تشخيص أنماط التعلم

م	أنماط التعلم	معامل الفا كرونباخ
١	النمط السمعي	٠,٩٠
٢	النمط البصري	٠,٨٧
٣	النمط الحركي	٠,٨٠
٤	القيمة الكلية للمقياس	٠,٨٥

يتضح من جدول (٢) تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- زمن المقياس: تم حساب زمن تطبيق المقياس عن طريق حساب متوسط الأزمنة التي استغرقها جميع تلاميذ الدراسة الاستطلاعية وهو (٣٥) دقيقة.

مما سبق أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق في صورته النهائية ، وتضمن المقياس (٣٦) عبارة أي (١٢ عبارة) لكل نمط تعلم وأمام كل عبارة ثلاث استجابات (موافق - محايد - غير موافق) ويطلب من التلميذ وضع علامة (✓) أمام العبارة التي تتفق ورأيه ، ويمكن الحكم على التلميذ بأنه ذو نمط تعلم ما من خلال حصوله على أعلى درجة بين الأنماط الثلاثة. مرفق (٥)

## ٣- مقياس الوعي الغذائي.

تحديد هدف المقياس:

هدف المقياس إلى التعرف على مستوى الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

وصف المقياس:

تم صياغة عبارات المقياس في ضوء أهداف و محتوى البرنامج المقترح ، وبعد الاطلاع على الدراسات والأدبيات السابقة التي تناولت الوعي الغذائي مثل دراسة: " نوفل (٢٠١١)، نافع (٢٠١٤)، "تصر الدين" (٢٠١٦) ، "عبد المنعم" (٢٠٢٠)، وتكون المقياس من (٢٨) عبارة توزعت على ثلاثة محاور كما يلي:

المحور الأول (العادات الغذائية): (١٠) عبارات

المحور الثاني (الغذاء وسلامة الجسم): (١٠) عبارات

## المحور الثالث (الغذاء وسلامة القوام): (٨) عبارات

تصحيح المقياس:

تدرجت الاستجابة على عبارات المقياس كما يلي (أوافق - محايد - غير موافق) ، وتوزعت الدرجات على الاختيارات الثلاثة كالتالي (٣-٢-١)، وذلك بالنسبة للعبارات الموجبة أما بالنسبة للعبارات السالبة فدرجاتها على الترتيب (١-٢-٣) ، بعد الانتهاء من إعداد المقياس بصورته الأولية تم عرضه على السادة المختصين لإبداء الرأي في مدى صلاحيته، وقد أشار السادة المتخصصون إلى بعض التعديلات وتم إجرائها .

التجربة الاستطلاعية للمقياس:

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بهدف حساب الصدق والثبات .

صدق المقياس:

أ- صدق المحكمين:

تم عرض المقياس على مجموعة من السادة المتخصصين ، واتفقوا على صلاحية المقياس ومناسبته لما وضع لقياسه مع إجراء بعض التعديلات المشار إليها سابقاً وتم استبعاد العبارات ، وقد بلغت نسبة الاتفاق حول عبارات المقياس ٨٠%.

ب- صدق الاتساق الداخلي:

عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة ودرجة المحور الذي تنتمي إليه ، واتضح من النتائج أن جميع عبارات المقياس دالة إحصائياً مما يدل على صدق المقياس، ويتضح ذلك من الجدول التالي:

جدول (٣)

معامل الارتباط بين درجة محاور مقياس الوعي الغذائي

المحور	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الأول	٠,٧٧	٠,٠١
الثاني	٠,٨١	٠,٠١
الثالث	٠,٧٩	٠,٠١
المقياس ككل	٠,٧٩	٠,٠١

ثبات المقياس:

تم استخدام معامل ألفا كرو نباخ Alpha Cronbach لحساب ثبات المقياس وتراوحت قيمة معامل ألفا بين (٧٧, - ٨١, ) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة ثبات عالية كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (٤)

قيمة معامل ألفا كرو نباخ لمحاور مقياس الوعي الغذائي

المحور	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
الأول	٠,٧٤	دال احصانيا
الثاني	٠,٧٦	دال احصانيا
الثالث	٠,٨٧	دال احصانيا
المقياس ككل	٠,٧٩	دال احصانيا

يتضح مما سبق صلاحية مقياس الوعي الغذائي لتقييم عينة البحث الحالي مرفق (٦).  
 زمن تطبيق المقياس:

تم حساب زمن تطبيق المقياس من خلال التجربة الاستطلاعية للبحث وتم تحديد زمن تطبيق المقياس بحساب متوسط الزمن الذي استغرقه التلاميذ بعد إلقاء التعليمات عليهم، ووجد أن الزمن المستغرق هو (٣٠) دقيقة .

### ٣- اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام:

لإعداد اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام اتبع الباحثان الخطوات التالية:

الهدف من الاختبار:

هدف الاختبار إلى قياس التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام المتضمنة في البرنامج المقترح.  
 الصورة المبدئية للاختبار:

تم وضع أسئلة الاختبار وفقاً لثلاثة مستويات للأهداف المعرفية هي : التذكر والفهم والتطبيق ، وقد تضمن الاختبار (٤٥) مفردة ، وروعي عند صياغتها الأسس العامة لصياغة الاختبار التحصيلي ، واشتمل على الأنواع التالية:

## تحديد نوع أسئلة الاختبار:

تضمن الاختبار (٤٥) سؤالاً جاءت في ثلاثة أنواع من الأسئلة هي:

- أ- أسئلة التكميل ب- أسئلة الصواب والخطأ ج- أسئلة الاختيار من متعدد.  
ويوضح جدول (٥) توزيع مفردات الاختبار على مستوى التذكر والفهم والتطبيق.

جدول (٥)

مستويات الاختبار التحصيلي للبرنامج المقترح

م	المستويات المعرفية	عدد العبارات
١	التذكر	١٣
٢	الفهم	١٦
٣	التطبيق	١٦
	الإجمالي	٤٥ عبارة

## وضع تعليمات الاختبار:

حرص الباحثان على أن تكون تعليمات الاختبار واضحة وتضمنت الهدف من الاختبار، وتعريف التلاميذ بكيفية الإجابة مع التوضيح بمثال.

عرض الصورة الأولية للاختبار على السادة المحكمين:

بعد إعداد الاختبار في صورته المبدئية تم عرضه على السادة المحكمين ، وقد اتفقت آراءهم على وضوح تعليمات الاختبار وصحة صياغة مفرداته واتساقها مع مدخل التدريس المتميز. مرفق (٧)

طريقة تصحيح الاختبار ووضع الدرجات لكل مفردة:

تم تحديد درجة واحدة لكل مفردة (سؤال) من مفردات الاختبار في حالة الإجابة الصحيحة، لتكون الدرجة الكلية للاختبار (٤٠ درجة).

التجربة الاستطلاعية للاختبار التحصيلي :

تم تطبيق الاختبار على مجموعة استطلاعية بلغ عددها (٢٥) تلميذاً من مجتمع البحث غير تلاميذ عينة البحث الأصلية يوم الأحد ١٠/١٠/٢٠٢١ م وإعادة التطبيق يوم الأربعاء ١٣/١٠/٢٠٢١ م وذلك بهدف:



## أ- تحديد زمن الاختبار:

تم تحديد الزمن اللازم للاختبار التحصيلي عن طريق حساب متوسط الزمن الذي استغرقه جميع التلاميذ في الإجابة عن الأسئلة، والذي حُدِّدَ بـ ( ٦٠ دقيقة) تقريباً.

## ب- حساب ثبات الاختبار:

اعتمد الباحث في حساب معامل ثبات الاختبار التحصيلي على أسلوب التطبيق واعاده التطبيق ، ويبين جدول (٦) هذه النتائج.

## جدول (٦)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في اختبار التحصيل المعرفي (ن = ٢٥)

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
دال	*٠,٩٥٣	١,٧٦	٦,٥٦	٢,٠٤	٦,٤٨	درجة	التذكر
دال	*٠,٨١٧	٠,٩٦	٥,٢٤	٠,٩٣	٥,٠٤	درجة	الفهم
دال	*٠,٨٩١	٠,٧١	٨,٥٢	٠,٧٠	٨,٤٠	درجة	التطبيق
دال	*٠,٩٥٥	١,٩٧	٢٠,٣٢	٢,٤٠	١٩,٩٢	درجة	اختبار التحصيل المعرفي ككل

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠,٥٨٤

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التطبيق الأول والثاني في اختبار التحصيل المعرفي حيث كان معامل الثبات ذو دلالة عالية بلغت قيمته ما بين (٠,٨١٧ - ٠,٩٥٥) مما يدل على ثبات اختبار التحصيل المعرفي قيد الدراسة.

صدق الاختبار: تم التأكد من صدق الاختبار عن طريق :

- الصدق المنطقي (المحتوى) :

يعد الاختبار التحصيلي المصمم صادقاً منطقياً إذا كانت أسئلة الاختبار تقيس تحصيل التلاميذ للمعلومات التي احتوي عليها البرنامج (مفاهيم القوام) وللتأكد من ذلك تم عرض الاختبار على مجموعه من الأساتذة المتخصصين (المحكمين) لاستطلاع رأيهم في: مرفق (٧).

- صلاحية مفردات الاختبار لقياس الجوانب المعرفية الخاصة بالبرنامج ( وحدة المفاهيم المتعلقة بالقوام/ مفاهيم الوعي الغذائي)
  - مدي الاتساق بين الاختبار ومحتوي البرنامج.
  - مدي صلاحية مفردات الاختبار للمفاهيم المتعلقة بالقوام.
  - وضوح الأسئلة وسلامة صياغتها اللفظية.
  - مدي ملائمة التقدير الكمي للدرجات ووضوح تعليمات الاختبار ودقتها.
  - وقد أبدى بعض السادة المحكمين آراءهم وملاحظاتهم من أهمها :
  - إعادة الصياغة اللغوية لبعض بنود الاختبار ليناسب التلاميذ.
  - تعديل بعض بدائل بنود الاختبار نظراً لعدم وضوحها.
  - استبعاد بعض المفردات .
- وتم الأخذ بجميع الملاحظات وأجريت التعديلات اللازمة في ضوء تلك الآراء .
- وقد قاما الباحثان بإجراء ما أشار إليه المحكمون ، وأصبح الاختبار بوضعه الحالي صادقاً ويتكون من (٤٠) مفردة بحيث أصبح صالحاً للتطبيق على العينة الاستطلاعية لحساب معاملات السهولة والصعوبة والتمييز لأسئلة الاختبار ، وكذلك حساب معامل الثبات والزمن المناسب للإجابة عن أسئلة الاختبار.

## جدول (٧)

## معاملات الصدق الإحصائي للاختبار التحصيلي

الصدق الإحصائي	مستويات الاختبار التحصيلي
٠,٩٦	التذكر
٠,٩٥	الفهم
٠,٩٤	التطبيق
٠,٩٥	اختبار التحصيل المعرفي ككل

يتضح من جدول (٧) أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الصدق، وهذا يؤكد ما اتفق عليه السادة الخبراء المحكمون.

يتضح من جدول (٧) أن قيمة معامل الصدق الذاتي لمستويات لاختبار التحصيلي تراوح ما بين (٠,٩٤ - ٠,٩٦) وهذا يعنى أن الاختبار التحصيلي يتمتع بدرجة عالية من الصدق، وهذا يتفق مع ما أكد عليه المحكمون.

حساب معامل الصعوبة والسهولة والتمييز لأسئلة الاختبار:

بعد تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية بلغ عددها (٢٥) تلميذاً، و تم حساب معاملات السهولة والصعوبة لأسئلة الاختبار كالتالي:

معامل السهولة: تراوحت معاملات السهولة لمفردات الاختبار بين (٠,٣٤ - ٠,٦٨) وهي نسبة مقبولة .

معامل الصعوبة: تراوحت معاملات الصعوبة لمفردات الاختبار بين (٠,٣٤ - ٠,٧١) وهي نسبة مقبولة.

معامل التمييز: ونقصد به : قياس مدي قدرة الاختبار على التمييز بين التلاميذ مرتفعي التحصيل، والتلاميذ منخفضي التحصيل تم ايجاد معامل القوة التمييزية للبنود الاختبار، وكانت قوة تمييزها اعلى من (٠,٢٦) وهي نسبة مقبولة.  
الصورة النهائية للاختبار:

بعد حساب معامل الصدق والثبات لاختبار، وكذلك معاملة الصعوبة والسهولة والتمييزية أصبح الاختبار في صورته النهائية يشتمل على (٤٠) مفردة، والدرجة العظمى (٤٠) درجة، وزمن الإجابة (٦٠) دقيقة ، وبذلك أصبح الاختبار صالحًا للتطبيق على عينة البحث. مرفق (٧)

تنفيذ تجربة البحث.

الهدف من تجربة البحث:

التعرف على أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

الإعداد لتجربة البحث:

أ- اختيار مجموعة البحث: تم تحديد عينة البحث من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي بمدرسة باحثة البادية، وتكونت من (٣٥) تلميذاً، وذلك بعد الحصول على الموافقات الإدارية من الجهات المختصة.

ب- تم تطبيق مقياس تشخيص أنماط التعلم لتقسيم عينة البحث إلى ثلاث مجموعات طبقاً لأسلوب التعلم المفضل لديهم (سمعي- بصري- حركي).

ج- تطبيق الأدوات قبلياً (اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام، ومقياس الوعي الغذائي).

قام الباحثان بإجراء القياس القبلي لمجموعة البحث في الاختبار التحصيلي ومقياس الوعي الغذائي لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي (مجموعة البحث) خلال يومي ٢٠٢١/١٠/١٧ م ويوم ٢٠٢١/١٠/١٨ م.

د- تدريس الوحدات التعليمية (البرنامج المقترح) باستخدام استراتيجيات التدريس المتميز، قام الباحثان بتنفيذ التجربة عقب انتهاء القياس القبلي وذلك خلال الفترة من يوم الأحد الموافق ١٩ / ١٠ / ٢٠٢١ م إلى يوم الخميس الموافق ٢٥ / ١١ / ٢٠٢١ م.

هـ - التطبيق البعدي لأدوات البحث،

قام الباحثان بإجراء القياس البعدي عقب الانتهاء من تنفيذ التجربة لمجموعة البحث في الاختبار التحصيلي ومقياس الوعي الغذائي لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي وذلك خلال الفترة من الأحد الموافق ٢٨ / ١١ / ٢٠٢١ م إلى الاثنين الموافق ٢٩ / ١١ / ٢٠٢١ م وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياس القبلي.

باستخدام اختبار "ت" لحساب الدلالة الإحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في التطبيقين القبلي والبعدي كانت النتائج كما يلي:

**عرض نتائج البحث ومناقشتها**

أولاً : الإجابة عن السؤال الأول :

قد نص السؤال الأول للبحث على:

١- ما التصور المقترح لبرنامج في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس

المتمايز وفقاً لأنماط التعلم لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي ؟

تمت الإجابة هذا السؤال في الجزء الخاص بإعداد المواد التعليمية حيث تم بناء

البرنامج المقترح في الأنشطة المدرسية والقائم على مدخل التدريس المتمايز ثم عرضه

على السادة المختصين مرفق (٢) وإجراء التعديلات التي أشاروا إليها.

ثانياً : الإجابة عن السؤال الثاني واختبار صحة الفرض الأول :

ما أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً

لأنماط التعلم على تنمية مفاهيم القوام لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي؟

وللإجابة على هذا السؤال تم اختبار صحة الفرض الأول وقد نص على :

يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطي درجات تلاميذ مجموعة

البحث في القياسين القبلي و البعدي لاختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام لصالح القياس

البعدي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض اتبع الباحثان ما يلي:

- حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات تلاميذ مجموعة البحث في

القياسين القبلي والبعدي لاختبار مفاهيم القوام عند مستويات (التذكر - الفهم - التطبيق)

وللاختبار ككل.

- استخدام البرنامجين الإحصائيين ( SPSS ، Excel ) في المقارنة بين متوسطي درجات

مجموعة البحث في القياسين القبلي والبعدي.

- استخدام اختبار T- test لمعرفة اتجاه الفروق بين متوسطات درجات تلاميذ مجموعة البحث

ودالاتها الإحصائية للاختبار التحصيلي لمفاهيم القوام.

والجدول التالي يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات تلاميذ مجموعة البحث في

القياسين القبلي والبعدي لاختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام المتضمنة في البرنامج

المقترح.

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام. ن = (٣٥)

مستوى الدلالة	نسبة التحسن %	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	مستوى التحصيل المعرفي
				ع ±	س	ع ±	س		
دال	٩٠,٢٢%	١٦,٥	٤,٧١	٠,٦٤	١٢,٠٦	١,٤٩	٦,٣٤	الدرجة	التذكر
دال	١٣,٢٠%	٢٠,٢٨	٤,٢٩	٠,٦٨٣	١٠,٠٦	٠,٩١٠	٩,٧٧	الدرجة	الفهم
دال	٨٤,٩٠%	٣٦,٠٦	٥,٦٩	٠,٦٠٨	١٤,٥٧	٠,٧١٨	٧,٨٨	الدرجة	التطبيق
دال	٥٥,١٢%	٣٩,٦١	١٤,٦٩	٠,٩٩	٣٧,٢٣	١,٩	٢٤	الدرجة	الإختبار ككل

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٢)

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لتلاميذ مجموعة البحث في مستويات الاختبار التحصيلي لمفاهيم القوام (تذكر - فهم - تطبيق) وفي الاختبار ككل، لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (١٦,٥ : ٣٩,٦١) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت (٢,٠٦).

وهذا يؤكد أن دراسة التلاميذ (مجموعة البحث) للبرنامج المقترح باستخدام مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم أدت إلى تحسن التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام لديهم .

#### وبذلك تم قبول الفرض الأول .

وهذا يعني أن دراسة التلاميذ عينة البحث للبرنامج المقترح في الأنشطة المدرسية والقائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم ساهم في تنمية التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام المتضمنة في البرنامج المقترح.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من : محمد (٢٠١٦) ، يوسف (٢٠١٧) ،

البهلول (٢٠١٨) ، عيد (٢٠٢٠) ، والتي أكدت فاعلية مدخل التدريس المتمايز في تنمية المفاهيم وتحسين جوانب التحصيل المعرفي .

**تفسير النتائج المتعلقة بالفرض الأول من فروض البحث :**

أوضحت نتائج اختبار صحة الفرض الأول من فروض البحث الحالي ارتفاع استجابات عينة البحث في القياس البعدي لاختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام المتضمنة بالبرنامج ، أي بعد دراسة البرنامج المقترح .

ف نجد أن المتوسط الحسابي القبلي في اختبار التحصيل المعرفي بلغ (٦,٣٤) في مستوى التذكر وهو أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والذي بلغ (١٢,٠٦) ، كما بلغ (٩,٧٧) في مستوى الفهم وهي أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والذي بلغ (١٠,٠٦) ، كما بلغ (٧,٨٨) في مستوى التطبيق وهو أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والذي بلغ (١٤,٥٧) ، كما بلغ (٢٤) في الاختبار التحصيلي ككل وهو أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والذي بلغ (٣٧,٢٣) .

وكذلك قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (١٦,٥ - ٣٩,٦١) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية التي بلغت (٢,٠٢)

وايضا ما وضحة جدول (٨) من نسبة تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح القياس البعدي في اختبار التحصيل المعرفي حيث تراوحت نسبة التحسن ما بين (١٣,٢٠% ، ٩٠,٢٢%) حيث بلغت نسبة التحسن في مستوى التذكر (٩٠,٢٢%) ، وفي مستوى الفهم بلغت نسبة التحسن (١٣,٢٠%) ، وفي مستوى التطبيق بلغت نسبة التحسن (٨٤,٩٠%) ، اما في الاختبار التحصيلي ككل بلغت نسبة التحسن (٥٥,١٢%)

وهي نسب تظهر مدى تحسن طلاب مجموعة البحث في القياس البعدي لإختبار التحصيل

المعرفي نتيجة استخدام استراتيجية التدريس المتمايز على مستوى مفاهيم القوام.

ويمكن إرجاع ذلك إلى طبيعة البرنامج المقترح حيث أن :

- تضمين البرنامج المقترح بكتيب التلميذ وفر مجموعة متنوعة من مصادر التعلم كالصور التي تعبر عن القوام المعتدل والأنماط المختلفة للجسم والتشوهات القوامية بالإضافة إلى مقاطع الفيديو التي تجذب انتباه التلاميذ بالإضافة إلى أداء التمرينات الحركية التي يؤديها التلاميذ في جو من الحرية والمرح أدى إلى تحسن استجابات التلاميذ في اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام.

- عرض موضوعات انحراف القوام والعيوب الجسمية والعادات السليمة بطريقة مشوقة للتلاميذ وتجذب انتباههم أدى إلى إدراكهم لمدى خطورة الإنحرافات القوامية ، ومن ثم الاهتمام بمتابعة أنشطة البرنامج بشغف وإيجابية مما أدى إلى تحسن استجاباتهم في اختبار التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام.

- التخطيط لأداء أنشطة البرنامج في شكل مجموعات تعاونية يشعر التلاميذ بالثقة في النفس والتفاعل الإيجابي مع أفراد المجموعة ساهم في تنوع الخبرات التعليمية وتيسير وتبسيط الجوانب المعرفية وزيادة الاستيعاب.

- استخدام استراتيجيات التدريس المتمايز في تدريس موضوعات البرنامج المقترح ساهم في عرض المعارف والمفاهيم في شكل أنشطة متنوعة تناسب أنماط التعلم المفضلة لدى التلاميذ (بصري - سمعي - حركي) ساعد في تحقيق إيجابية التلميذ أثناء التعلم، وذلك للمشاركة الفعالة في الأنشطة التي تتناسب مع ميوله وقدراته واستعداداته مما ساعد على الاحتفاظ بالمادة العلمية وسهولة استيعابها وبالتالي تحسين التحصيل المعرفي للمفاهيم المتضمنة بالبرنامج.

ثالثاً: الإجابة عن السؤال الثالث واختبار صحة الفرض الثاني :

ينص السؤال الثاني من اسئلة البحث على :

ما أثر برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية قائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية الوعي الغذائي لدى لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي؟

وللإجابة على هذا السؤال تم اختبار صحة الفرض الثاني والذي ينص على :

يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطي درجات تلاميذ مجموعة

البحث في القياسين القبلي و البعدي لمقياس الوعي الغذائي لصالح القياس البعدي.

وللإجابة على هذا السؤال والتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان بحساب قيمة "ت"

لدلالة الفروق بين متوسطي درجات عينة البحث في مقياس الوعي الغذائي قبل وبعد

تطبيق البرنامج المقترح وكانت النتائج كما يلي:



## جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق ونسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في مقياس الوعي الغذائي في البرنامج. ن = (٣٥)

المحاور	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن %	مستوى الدلالة
	ع ±	س	ع ±	س				
الأول العادات الغذائية	١,٠١	٩,٠٩	٠,٧٤	٩,٠٩	٣,٨٣	١٦,٣٩	٧٢,٨١%	دال
الثاني الغذاء وسلامة الجسم	١,١٠	٨,٩٤	٠,٨٤	٨,٩٤	٤,٢٢	١٦,٤٩	٨٩,٨١%	دال
الثالث الغذاء وسلامة القوام	١,١٠٩	٧,٢٠	٠,٧٥٩	٧,٢٠	٣,٨٦	١٥,٠٤	١١٥,٦%	دال
المحاور ككل	٢,٠٥	٢٥,٢٣	١,٥٧	٢٥,٢٣	١١,٩٤	٢٣,٠٩	٨٩,٥٦%	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٢,٠٢)

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في محاور المقياس الثلاثة (العادات الغذائية - الغذاء وسلامة الجسم - الغذاء وسلامة القوام) وفي المقياس ككل، لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (١٥,٠٤ : ٢٣,٠٩) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت (٢,٠٦).

وهذا يؤكد أن دراسة التلاميذ (مجموعة البحث) للبرنامج المقترح باستخدام مدخل التدريس المتميز أدى إلى تحسن استجاباتهم في مقياس الوعي الغذائي. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: "يوسف (٢٠١٧)، البهلول، عباس، الهلالي (٢٠١٨)، الغزالي، عبدالصبور، شعراوي (٢٠١٩)، "الديب، لاشين، عميرة (٢٠٢٢)، التي توصلت نتائجها إلى: فاعلية مدخل التدريس المتميز وأساليب التدريس الحديثة في تنمية الوعي الغذائي لدى التلاميذ في مختلف المراحل التعليمية.

**تفسير النتائج المتعلقة بالفرض الثاني من فروض البحث :**

أوضحت نتائج اختبار صحة الفرض الثاني من فروض البحث الحالي ارتفاع استجابات عينة البحث في القياس البعدي لمقياس الوعي الغذائي المتضمنة بالبرنامج ، أي بعد دراسة البرنامج المقترح .

فوجد أن المتوسط الحسابي القبلي في مقياس الوعي الغذائي بلغ (٥,٢٦) في محور العادات الغذائية وهي أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والتي بلغت (٩,٠٩) ، كما بلغت (٤,٧١) في محور الغذاء وسلامة الجسم وهي أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والتي بلغت (٨,٩٤) ، كما بلغ (٣,٣٤) في محور الغذاء وسلامة القوام وهي أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والتي بلغت (٧,٢٠) ، كما بلغ (١٣,٣١) في مقياس الوعي الغذائي ككل وهي أقل من المتوسط الحسابي في القياس البعدي والتي بلغت (٢٥,٢٣) . وكذلك قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (١٥,٠٤ - ٢٣,٠٩) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية التي بلغت (٢,٠٢)

وايضا ما وضحة جدول (٩) من نسبة تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث لصالح القياس البعدي في مقياس الوعي الغذائي حيث تراوحت نسبة التحسن ما بين (٧٢,٨١% ، ١١٥,٦%) حيث بلغت نسبة التحسن في محور الحاجات الغذائية (٧٢,٨١%) ، وفي محور الغذاء وسلامة الجسم بلغت نسبة التحسن (٨٩,٨١%) ، وفي محور الغذاء وسلامة القوام بلغت نسبة التحسن (١١٥,٦%) ، اما في مقياس الوعي الغذائي ككل بلغت نسبة التحسن (٨٩,٥٦%) .

وهي نسب تظهر مدى تحسن طلاب مجموعة البحث في القياس البعدي لمقياس الوعي الغذائي نتيجة استخدام استراتيجية التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم على مستوى الوعي الغذائي

ويمكن إرجاع ذلك إلى طبيعة البرنامج المقترح حيث أن :

- استخدام استراتيجيات التدريس المتمايز ساعد في توفير مناخ يناسب حاجات التلاميذ ، وأنماط تعلمهم اتاح فرص التعلم المناسبة للجميع لتحقيق نواتج التعلم أدى إلى تنمية الوعي الغذائي لديهم .

- استخدام استراتيجيات متعددة في التدريس (التكبيب- الأنشطة المتدرجة وفقاً لأنماط التعلم- قل لي شيئاً- أسأل المؤلف) ساعد في مقابلة احتياجات المتعلمين وزيادة تفاعلهم الإيجابي في التعلم مما حقق تنمية وعيهم غذائياً.
  - تنوع الأنشطة السمعية والبصرية والحركية ساهم في تحقيق أهداف التعلم بنجاح .
  - أداء أنشطة البرنامج بشكل جماعي تعاوني ساعد على زيادة استيعاب التلميذ للمعارف والمدرجات والخبرات التفاعلية مع مجموعات العمل التي تؤدي إلى تنمية الوعي لديهم .
  - ممارسة التلميذ للعديد من الأنشطة المتنوعة المتضمنة التي ترتبط بخبراتهم الواقعية واهتماماتهم الشخصية ساعدة على تحقيق أهداف البرنامج والتدريب على الاعتماد على أنفسهم في ممارسة الأنشطة تحت اشراف المعلم وتوجيهه مما أدى إلى تفعيل الممارسة الذاتية للتلميذ التي تحقق الثقة بالنفس والتفاعل الإيجابي مما يساهم في تنمية وعي التلاميذ غذائياً.
  - يعد العمل الجماعي التعاوني تغذية راجعه مستمرة تعزز قدرات التلاميذ وترسخ من الممارسات الصحيحة التي تسهم في إكساب الطالبات وعياً غذائياً .
  - استخدام وسائل تعليمية ومصادر تعلم متنوعة مناسبة لموضوعات البرنامج المقترح وتجذب انتباه الطالبة للاندماج في التعلم وتحسن من التذكر والفهم والإدراك الذي يعد أساساً لتكوين الوعي لدى التلاميذ.
- رابعاً: اختبار صحة الفرض الثالث والذي ينص على :
- يوجد فاعلية للبرنامج المقترح القائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لا تقل عن (١,٢) مقاسة بمعادلة بلاك Black لقياس الفاعلية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.
- تم قياس فاعلية البرنامج المقترح بنسبة الكسب المعدل باستخدام معادلة بليك *Blacke*، والذي يشير الى أنه إذا كانت نسبة الكسب المعدل تقع بين الصفر والواحد الصحيح (صفر-١) فإنه يمكن القول بعدم الفاعلية ، أما إذا زادت نسبة الكسب عن الواحد الصحيح ولم تتعد (١,٢) فهذا يعنى أن نسبة الكسب المعدل بلغت الحد الأدنى من الفاعلية، وهذا يدل على أن التدريس باستخدام البرنامج المقترح حقق فاعليه مقبولة، ولكن اذا زادت نسبة الكسب المعدل عن (١,٢)،

فهذا يعنى أن نسبة الكسب وصلت إلى الحد الأقصى للفاعلية، وهذا يدل على ان استخدام التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم ساهم في تنمية التحصيل المعرفي والوعي الغذائي لدى التلاميذ مجموعة البحث . ويوضح جدول (١٠) ، (١١) ذلك .

١ - قياس فعالية البرنامج المقترح في تنمية مفاهيم القوام لدى التلاميذ مجموعة البحث:

جدول (١٠)

دلالة الكسب المعدل لمجموعة البحث في اختبار التحصيل المعرفي

البيانات التطبيقية	العينة (ن)	المتوسط (م)	النهاية العظمى (د)	نسبة الكسب المعدل	دلالة الكسب المعدل
التطبيق القبلي	٣٥	٢٤	٤٠	١,٩	ذات دلالة إحصائية
التطبيق البعدي		٣٧,٢٣			

يتضح من جدول (١٠) ، أن نسبة الكسب المعدل بلغت (١,٩) ، وهى أكبر من (١,٢) ، مما يدل على أن البرنامج المقترح له أثر كبير (فاعلية) في تنمية التحصيل المعرفي لمفاهيم القوام لدي عينة البحث.

٢ - قياس فعالية البرنامج المقترح في مقياس الوعي الغذائي لدى التلاميذ مجموعة البحث:

جدول (١١)

نسبة الكسب المعدل لعينة البحث في مقياس الوعي الغذائي

البيانات التطبيقية	العينة (ن)	المتوسط (م)	النهاية العظمى (د)	نسبة الكسب المعدل	دلالة الكسب المعدل
التطبيق القبلي	٣٥	١٣,٣١	٣٠	١,٣	ذات دلالة إحصائية
التطبيق البعدي	٥	٢٥,٢٣			

يتضح من جدول (١١) ، أن نسبة الكسب المعدل بلغت (١,٣) ، وهى أكبر من (١,٢) ، مما يدل على أن البرنامج المقترح له أثر كبير (فاعلية) في تنمية الوعي الغذائي لدي التلاميذ عينة البحث.

وهذا يعني أن دراسة التلاميذ عينة البحث للبرنامج المقترح في الأنشطة المدرسية والقائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم ساهم في تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لديهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من: البهلول (٢٠١٨)، الحليسي (٢٠١١)، خطاب (٢٠١٨)، درويش (٢٠١٥)، عيد (٢٠٢٠) التي أكدت فعالية استراتيجيات التدريس المتمايز في تنمية التحصيل المعرفي و الثقافة الغذائية وغيرها من الجوانب التعليمية المختلفة.

حيث يرى الباحثان أن التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم ساهم في الوصول بالمتعلم من خلال البرنامج الى أقصى درجات النمو والنجاح من خلال الأنشطة المتنوعة من حيث تنوع انماط تقديمها ، بجانب توفير بيئة تعلم ملائمة لجميع التلاميذ ، وبذلك أمكن لكل متعلم من بلوغ الأهداف المطلوبة بالطريقة والأدوات التي تلائمها، وبرزت فاعلية هذا النوع من التعليم من خلال تحقيقه لشروط التعلم الفعال، وتنوع الأنشطة التعليمية، واتاحة الفرص التربوية للمتعلمين بالتفاعل بطريقة متميزة تقود إلى نواتج تتسم بالتنوع، وتراعي إشباع الميول والاتجاهات لدى المتعلمين بشكل فعال.

مما سبق أمكن التحقق من صحة الفرض الثالث من فروض البحث وقبوله، فقد ثبت أنه : يوجد فاعلية للبرنامج المقترح القائم على مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية مفاهيم القوام والوعي الغذائي لا تقل عن (١,٢) مقاسة بمعادلة بلاك Black لقياس الفاعلية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

### الاستنتاجات:

- في ضوء أهداف البحث ، وفي حدود عينة البحث ، ومن واقع البيانات والنتائج التي توصل اليها الباحثان ، ومن خلال المعالجات الإحصائية للبيانات استنتج الباحثان ما يلي :
- التأثير القوي لبرنامج الأنشطة المدرسية باستخدام مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية مفاهيم القوام لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.
- التأثير القوي لبرنامج الأنشطة المدرسية باستخدام مدخل التدريس المتمايز وفقاً لأنماط التعلم في تنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

- أن توفير أنشطة تعليمية وفقاً لأنماط التعلم (حسية - بصرية - حركية) للتلاميذ ساهم بشكل إيجابي في مشاركة التلاميذ وتحسن أدائهم من خلال البرنامج المقترح.
- أن استخدام أساليب تدريسية مثل (استراتيجية التكعيب - الأنشطة المتدرجة وفقاً لأنماط التعلم - قل لي شيئاً - مناقشة المؤلف) بجانب استراتيجية التدريس المتميز ساهم بشكل إيجابي في تحقيق نواتج التعلم المختلفة لدى التلاميذ مجموعة البحث.

### التوصيات :

في ضوء استنتاجات البحث واستناداً الى البيانات والنتائج التي توصل اليها الباحثان يوصيا بالآتي :

- توجيه اهتمام القائمين على العملية التعليمية بأهمية التدريس المتميز وفقاً لأنماط التعلم في تحقيق أهداف التعلم.
- عقد ورش عمل لمعلمي التربية الرياضية والاقتصاد المنزلي للتدريب على استخدام استراتيجيات التدريس المتميز في تنفيذ الأنشطة التعليمية .
- توفير المناخ التعليمي المناسب الذي يحقق أسس ومزايا التدريس المتميز عن طريق الاهتمام بالتخطيط للمواقف والأنشطة التعليمية التي تتضمن ممارسات التدريس المتميز.
- توجيه اهتمام القائمين على العملية التعليمية لأهمية توعية المتعلمين في جميع المراحل التعليمية بأهمية المحافظة على القوام وتنمية الوعي الغذائي والعلاقة بينهما.
- التأكيد على أهمية الجانب المعرفي والصحي والذائي في برامج التربية الرياضية المدرسية، والاقتصاد المنزلي وضرورة تنمية المفاهيم المرتبطة بها أثناء ممارسة النشاط المدرسي لدى تلاميذ المدارس بصفة عامة، وتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بصفة خاصة.

### بحوث مقترحة :

- في ضوء نتائج البحث يقترح الباحثان ما يلي :
- دراسة فاعلية استخدام برنامج الأنشطة المدرسية باستخدام مدخل التدريس المتميز في تنمية التفكير الإيجابي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

- دراسة فاعلية استخدام برنامج الأنشطة المدرسية باستخدام مدخل التدريس المتمايز في تنمية المهارات الحياتية والفاعلية الذاتية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.
- استخدام مدخل التدريس المتمايز في تدريس الاقتصاد المنزلي ودراسة أثره على تنمية مهارات القرن الواحد والعشرين لدى الطالبات.
- الكفايات اللازمة لمعلمات الاقتصاد المنزلي في ضوء مدخل التدريس المتمايز (تصور مقترح).
- الكفايات اللازمة لمعلمي التربية الرياضية في ضوء مدخل التدريس المتمايز (تصور مقترح).
- دراسة فاعلية استخدام برنامج مقترح في التربية الرياضية باستخدام مدخل التدريس المتمايز في تنمية المهارات الآدائية والفاعلية الذاتية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

## المراجع

- ١- أبو النجا، عصام جمال (٢٠١٥): القوام في التربية الرياضية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر .
- ٢- أبو الحمائل، أحمد عبد المجيد علي، والثعلبي، علي عبد الله علي (٢٠١٩) : فاعلية استراتيجية التعليم المتمايز في تدريس العلوم لتنمية التحصيل ومهارات عمليات العلم الأساسية لدى طلاب الصف السادس الابتدائي بمحافظة جدة ، كلية التربية ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ،
- ٣- أبو النصر ، مدحت (٢٠٠٩): إدارة الأنشطة والخدمات الطلابية، القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع
- ٤- أبو زيد، لمياء شعبان أحمد (٢٠١٢): برنامج مقترح لتصويب التصورات الخاطئة لبعض مفاهيم الاقتصاد المنزلي وفقا للمدخل البنائي الواقعي وتعديل اتجاهات طالبات شعبة التعليم الابتدائي بكلية التربية بسوهاج نحوه ، مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس بكلية التربية جامعة عين شمس، العدد (٩٠) - نوفمبر ٢٠٠٣، ص ١٧٧-٢٢٢.
- ٥- أبو عوف، طلعت محمد (٢٠٢٠): توجهات أهداف الإنجاز وعلاقتها بأنماط التعلم وفق نموذج فيلدر- سيفرمان لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية بسوهاج، المجلة التربوية، كلية التربية بسوهاج، ٧١ (٢٠)، ٢٣١-٤٣٤.
- ٦- الباز، نور الدين محمد ابراهيم (٢٠١٦): تأثير برنامج تثقيفي صحي باستخدام التعلم المدمج على السلوك الصحي (رياضي- غذائي) لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالريف والحضر: دراسة مقارنة ، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية .
- ٧- البدارين ، أحمد مفلح (٢٠٢١): أثر استراتيجية التعليم المتمايز في تنمية مهارتي القراءة والكتابة لدى طلبة الصف الثالث الابتدائي في مقرر اللغة العربية في الأردن ، المجلة العربية للنشر العلمي ، ٢(٢٧) ، ٦٥٥-٦٣٦ .
- ٨- البلادي، ماجدة عودة (٢٠١٨): فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي بمدينة الرياض مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث بغزة، ٢(١٠)، ٩١-١١٧.
- ٩- البهلول، شيماء عبده و عباس، هناء عبده و علي، الهلالي (٢٠١٨): فعالية استراتيجية التعليم المتمايز في تنمية التحصيل والوعي الغذائي الصحي في الاقتصاد المنزلي لدى تلميذات المرحلة الاعدادية ، مجلة كلية التربية، جامعة بنها ، أكتوبر، ٢٩ (١١٦)، ٣٢٤-٣٥٤.
- ١٠- الجرواني ،هالة ابراهيم ، الصاوي ، هشام محمد(٢٠١٥) : تربية القوام لطفل ما قبل المدرسة ، القاهرة ، المكتب الجامعي الحديث.
- ١١- الحايك، صادق خالد (٢٠١٨) : مناهج واستراتيجيات معاصرة في تدريس التربية الرياضية ، المملكة الاردنية الهاشمية ، دائرة المملكة الوطنية.



- ١٢- الخربطلي ، صفاء الدين (٢٠١١) : اللياقة القوامية والتدليك، مذكرات غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ٢٠١١م.
- ١٣- الشهري، ظافر (٢٠١٨): أنماط التعلم المفضلة وفق نموذج (vark) لدى مرحلة الثانوية بمحافظة النماص ، وعلاقتها ببعض المتغيرات ، المجلة التربوية الدولية المتخصصة، (٨)، ٩٨-١١٩.
- ١٤- الأشقر ، سماح فاروق (٢٠١٥) : برنامج مقترح في ضوء التعلم المدمج لتنمية الوعي الغذائي للطالبة المعلمة بكلية البنات، الجمعية المصرية للتربية العلمية ، ١٨(٥)، ١-٥٣.
- ١٥- الأشقر، رنان (٢٠٠٨): مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي بمدينة غزة، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة الأقصى.
- ١٦- الإمامي، يسام سعد (٢٠١٤): دور المناهج الدراسية في تنمية الوعي الغذائي لدى طلبة مرحلة الأساسي بالأردن. رسالة دكتوراه غري منشورة. جامعة أم درمان ، السودان.
- ١٧- الشيباني، أحمد موسى (٢٠٠٥): القوام والتمرينات العلاجية، دار ورود للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن.
- ١٨- الحليسي، معيض بن حسن (٢٠١١): أثر استخدام التعليم المتمايز على التحصيل الدراسي في مقرر اللغة الإنجليزية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى.
- ١٩- الحوفي، ليلى محمود (٢٠١٣): اللياقة القوامية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية.
- ٢٠- الداور، عمر عبد العزيز: (٢٠٠٩) مدى تفعيل النشاطات التعليمية المتضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط ،دراسة ماجستير ،كلية العلوم الاجتماعية ،جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، الرياض.
- ٢١- الدخيل ،محمد عبد الرحمن ( ٢٠١٦): النشاط المدرسي وعلاقة المدرسة بالمجتمع، الرياض: دار الخريجي.
- ٢٢- الديب، راندا مصطفى، لاشين، مرفت عبدالوهاب، و عميرة، حمدي عز العرب(٢٠٢٢) : برنامج إرشادي لتنمية الوعي الغذائي لدى أمهات أطفال الروضة قائم على بعض مواقع التواصل الاجتماعي، مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية، ع٦ ، ص١٠٢٨
- ٢٣- السبيعي، معيوف (٢٠٠٩): الكشف عن الموهوبين في الأنشطة المدرسية ، عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- ٢٤- الطاولة ، عبدالله بن محمد (٢٠١٤) : التدريس المتمايز ، نشرة تربوية، مدارس الأكاديمية الأهلية، وزارة التربية والتعليم.
- ٢٥- العتيبي، عبد العظيم بن سعود (٢٠٢١): قياس مدى السلوك الصحي الرياضي لطلاب وطالبات جامعة القصيم ، المجلة الدولية للعلوم النفسية والرياضية، ع (٩)، ٨-٣٨.

- ٢٦- **العنوان، جاسر رضوان (٢٠١٥):** بناء معايير في التربية الغذائية وتطور وحدة دراسية في ضوءها في العلوم الحياتية وقياس أثرها في الثقافة الغذائية لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في الأردن. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.
- ٢٧- **العويب، صالح وعبد الصمد، عبد الستار (٢٠٠٧):** قيم الثقافة البدنية لدى الشباب الجامعي بجامعة السابع من ابريل، مجلة كلية التربية البدنية والرياضية ، عدد ٦.
- ٢٨- **العيلة، هبة عبد الحميد(٢٠١٢):** أثر برنامج مقترح قائم على انماط التعلم لتنمية مهارات التفكير الرياضي لدى طالبات الصف الرابع الأساسي بمحافظات غزة ، رسالة ماجستير ، جامعة الأزهر، غزة.
- ٢٩- **الغزالي، فوزية محمد مرسى، ريهام جاد الرب عبدالصبور، زينب شلابي شعراوي، و رجاء أحمد صديق.(٢٠١٩):** "فاعلية برنامج مقترح في تنمية الوعي الغذائي المعرفي لطالبات كلية التربية النوعية ، جامعة المنيا"، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية ع ٢٤٥ .
- ٣٠- **القُدومي، عبد الناصر؛ زايد، الكاشف (٢٠٠٩) :** مستوى الوعي الغذائي لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح وجامعة السلطان قابوس. Available at: <https://hdl.handle.net/20.500.11888/>
- ٣١- **اللقاتي ، أحمد حسين (١٩٩٦):** المنهج ( الأسس- المكونات- التنظيمات) دار عالم الكتب، القاهرة .
- ٣٢- **الماعزي ، ابراهيم الصالحين (٢٠٠٦):** أثر التمرينات العلاجية على تحذب الضهر وبعض المتغيرات الوظيفية للبنين بأعمار (١٠-١١) سنة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية، جامعة السابع من أبريل.
- ٣٣- **المحمدي، عفاف سالم (٢٠١٧):** السيطرة الدماغية وعلاقتها بأنماط التعلم واختيار التخصص والمستوى الدراسي لدى طالبات الجامعات. المجلة الدولية للأبحاث التربوية - الإمارات. ٤١ (١) ، ١٣٣ - ١٦٢ .
- ٣٤- **الوكيل، فاطمة محمود محمد أحمد (٢٠١٦) :** فعالية برنامج قائم على الأنشطة المدرسية المرتبطة بالاقتصاد المنزلي في ضوء مدخل القضايا المعاصرة لتنمية الوعي المجتمعي واتجاهات التلميذات نحو العمل التطوعي، جامعة عين شمس، كلية التربية ، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة ، مجلة القراءة والمعرفة ، يوليو ع١٧٧.
- ٣٥- **بدوى ، سناء شاكر احمد (٢٠١١) :** فعالية برنامج مقترح في الاقتصاد المنزلي لتنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بشمال سيناء، رسالة ماجستير ، جامعة قناة السويس ، كلية التربية بالعرش.
- ٣٦- **حافظ ، شعبان حلمي (٢٠٠١) :** برنامج مقترح في التمرينات البدنية وأثره على تحقيق بعض أهداف النشاط اللاصفي لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة سوهاج ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة سوهاج.
- ٣٧- **حافظ ، شعبان حلمي (٢٠١١) :** فاعلية وحدة مقترحة في التربية الرياضية على تنمية المفاهيم القوامية والمهارات الحياتية لدى بعض تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. مجلة علوم وفنون التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.

- ٣٨- حسانين ، محمد صبحي ، راغب ، محمد عبدالسلام(٢٠٠٣) : القوام السليم للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة .
- ٣٩- حسين ، عسلي؛ وهشام ، لوح (٢٠١٧): القوام والتوازن والتحليل الحركي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، معهد التربية الصحية والبدنية، وهران.
- ٤٠- خالد ، زينب عاطف مصطفى و يحيى ، سعيد حامد محمد (٢٠٠٨) : فعالية برنامج كمبيوتر في الثقافة الغذائية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي الغذائي والصحي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، مجلد ١٩ ، عدد ٧٨ ، ص ص ٤٤-٨٢.
- ٤١- خطاب، أحمد على (٢٠١٨): أثر استخدام مدخل التدريس المتميز في تدريس الرياضيات على تنمية مهارات التفكير المتشعب والمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة تربويات الرياضيات، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات عدد(٢١)، يناير، ٩٨-١١٠.
- ٤٢- دبابسى ، جلال كنعان فهمى و نعييرات ، قيس محمود و الأطرش ، محمود حسنى (٢٠١٩): مفهوم الذات البدنية وعلاقتها بالوعي الصحي والغذائي لدى منتسبي مراكز اللياقة البدنية في محافظة نابلس ، رسالة ماجستير ، جامعة النجاح الوطنية .
- ٤٣- درويش، دعاء محمد محمود (٢٠١٥): برنامج قائم على استراتيجيات التدريس المتميز لتنمية مهارات التعلم المنظم ذاتياً والدافعية للإنجاز لدى الطالبات المعلمات شعبة الجغرافيا، مجلة دراسات عربية في التربية، وعلم النفس، (٥٧)، يناير .
- ٤٤- رشوان، أحمد محمد، وعادل النجدي، ( ٢٠٠٩): فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم النشط في تنمية المهارات الحياتية لدى الدارسات بمدارس الفصل الواحد، المؤتمر العلمي العربي الرابع، التعليم وتحديات المستقبل، مصر .
- ٤٥- رزق، حنان عبد الحليم (٢٠١١): الأنشطة الطلابية وتنمية قيم الانتماء لدى طلاب جامعة المنصورة ، مجلة مستقبل الجامعة العربية ، جامعة عين شمس كلية التربية، ٦٨(١٨)، ٦٥.
- ٤٦- زغلول ، أحمد سمير (٢٠٢٠): تأثير برنامج إرشادي علي مستوى الوعي الصحي لدي الممارسين للنشاط الرياضي أثناء جائحة كورونا (كوفيد-١٩)، ٩٠، (٣)، سبتمبر ، ٦١١-٦٤٥.
- ٤٧- محمد، إقبال رسمي (٢٠٠٧) : القوام والعناية بأجسامنا "الانحرافات القوامية وعلاجها"، دار الفجر للنشر والتوزيع .
- ٤٨- سليمان ، احمد محمد عبدالرحمن (٢٠٢٠) : تأثير برنامج للثقافة القوامية وأثره على المعارف القوامية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، مجلد ٣٣ ، عدد ٢ ، يناير .
- ٤٩- سعيد، ايفيلين (٢٠٠٧): تغذية الفئات العمرية، القاهرة، النيل العربية للنشر

- ٥٠- شعبان ، فاطمة عاشور ويوسف ، فائزة على (٢٠١٨): فاعلية استخدام الأنشطة القصصية الحسية والإلكترونية في اكساب الثقافة الغذائية لطفل الروضة ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المركز القومي للبحوث غزة ، فلسطين ، عدد ١٠ ، مجلد ٢
- ٥١- شواهين، خير سليمان (٢٠٢٠): التعليم المتميز و تصميم المناهج المدرسية ، متاح في: <https://www.noor-book.com/book/review/517080>
- ٥٢- صلاح ، يونس سمير وآخرون(٢٠٠٧): مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق ، مكتبة الفلاح، الكويت .
- ٥٣- عبد الرحيم، حميدة إبراهيم (٢٠١٥): درجة تفضيل أنماط التعلم لدى طلبة جامعة الجوف بالسعودية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٦(١)، ٢٩٣-٣١٩.
- ٥٤- عبد الكريم، محمود عبد الحليم (٢٠١٥): منظومة الرياضة الدراسية "البنية والسياسات والمناهج والبرامج الدراسية"، القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٥٥- عبداللطيف، سحر برعي(٢٠١٤) : فاعلية برنامج مقترح في الاقتصاد المنزلي قائم علي بعض استراتيجيات التعلم النشط في تنمية الوعي الغذائي وبعض المهارات الحياتية لدى تلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، رسالة دكتوراه ،كلية التربية، جامعة المنيا.
- ٥٦- عبد المنعم، عبير حسين (٢٠٢٠): تصميم برنامج مقترح في الثقافة الغذائية لتنمية الوعي الغذائي لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، ٣٠-٦٠.
- ٥٧- عبده، ياسين (٢٠٠٣): برنامج مقترح لتنمية المفاهيم الصحية لدى طلبة الصف السادس الأساسي بمدينة غزة، رسالة ماجستير ، كلية التربية، الجامعة الإسلامية ، غزة.
- ٥٨- عبيدات ، ذوقان ، ابوالسميد ، سهيلة (٢٠٠٧) : استراتيجيات التدريس، عمان ،الاردن ، دار الفكر العربي.
- ٥٩- عطية، محسن على (٢٠٠٩): المناهج الحديثة وطرائق التدريس، الاردن ، دار المناهج للنشر والتوزيع.
- ٦٠- عماد الدين ، ايهاب محمد (٢٠١٣) : الانحرافات القوامية الشائعة ، الاسكندرية ، دار الوفاء.
- ٦١- عمار، سلوى محمد (٢٠١٩): فاعلية استخدام مدخل التدريس المتميز في تدريس التاريخ على تنمية مهارات التفكير الجانبي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، (١١٦)، سبتمبر، ١٦-١٣٤.
- ٦٢- عمر، نجلاء محمد (٢٠١٧): اسباب حدوث التشوهات القوامية لدى بعض طالبات المرحلة الثانوية بمحلة أم درمان، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية والبدنية، جامعة أم درمان.
- ٦٣- عيد، أحمد جلال (٢٠٢٠): استخدام استراتيجية التعليم المتميز في الدراسات الاجتماعية في تنمية التحصيل الدراسي والتفكير الناقد لدى التلاميذ المكفوفين بالصف السادس الابتدائي، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة طنطا.

- ٦٤- فتح الله، أميرة محمد زكي (٢٠٢١) : وحدة مقترحة في كيمياء الغذاء لتنمية بعض المفاهيم العلمية والوعي الغذائي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، المجلة التربوية، ٨٩، ١٠٥-١٥٠.
- ٦٥- فخرو ، عائشة أحمد (٢٠٠٦): المعلومات الغذائية المتضمنة في الكتب الدراسية للصفوف الثلاثة الأولى في المرحلة الابتدائية بدولة قطر، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٧ (١)، ٥٦-٧٨.
- ٦٦- قابيل ، ابراهيم البرعي (٢٠٠٥): أثر تدريس وحدة مقترحة عن سلامة القوام في تنمية المفاهيم والوعي القومي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ،مجلة كلية التربية، جامعة طنطا - كلية التربية، ع (٣٤)، ٢٩٦ - ٣٤٩.
- ٦٧- قابيل، إبراهيم البرعي (٢٠٠٤): وحدة مقترحة عن الأمان والسلامة في الأنشطة الرياضية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة أسبوط لعلوم وفنون الرياضة، الجزء الثالث، العدد (١٨)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، مارس.
- ٦٨- قابيل ، ابراهيم البرعي ؛ عثمان، محمود علي (٢٠١٩): تأثير وحدة تعليمية مقترحة لتنمية الوعي القوامي في علاج بعض الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، يوليو، ع (٣)، ١٦٠-١٨٠.
- ٦٩- كوجك، كوثر والسيد، ماجدة فرماوي ، عليّة ، خضر و صلاح ، عياد و أحمد ، فايد (٢٠٠٨) تنويع التدريس في الفصل دليل المعلم لتحسين طرق التعليم والتعلم في مدارس الوطن العربي، مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية، بيروت.
- ٧٠- محمد، إقبال رسمي (٢٠٠٧): القوام والعناية بأجسامنا " الانحرافات القوامية وعلاجها"، دار الفجر للنشر والتوزيع.
- ٧١- محمد، السيد (٢٠٠٠): الغذاء والصحة، القاهرة : دار المعارف.
- ٧٢- محمد، صفاء محمد علي (٢٠١٤): برنامج تدريبي قائم على نموذج مقترح للدرس وأثره على تنمية مهارات التفاعل اللفظي والتفكير الجانبي والولاء المهني لطلاب الدبلوم العامة شعبة الدراسات الاجتماعية بكلية التربية بالوادي الجديد، المجلة التربوية للدراسات الاجتماعية، الجمعية المصرية للدراسات الاجتماعية، (٣٠)، ديسمبر.
- ٧٣- محمد، عبد الرحيم دفع السيد (٢٠٠٦م): المناهج من منظور عام ومعاصر، الرياض، مكتبة الرشد.
- ٧٤- محمد، نعيمة بنت عبد الله (٢٠١٦): فاعلية استخدام التعليم المتميز في تنمية التحصيل والتفكير التاريخي في مادة الدراسات الاجتماعية لدى طالبات الصف السابع الاساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة السلطان قابوس.
- ٧٥- محمد، عبد الله ؛ هريدي ، إمام (٢٠٢١) : تأثير برنامج ألعاب صغيرة باستخدام التعلم بالنمذجة لإكساب بعض المفاهيم والممارسات القوامية لتلاميذ مدارس التربية الفكرية، ٥٦ (٢)، مارس، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسبوط.
- ٧٦- محمد، مصطفى السايح(٢٠١٤): رؤية متجددة-.  
[https://mannenmeningen.com/2014/04/blog-post\\_599x5y1l893as4.html](https://mannenmeningen.com/2014/04/blog-post_599x5y1l893as4.html)

- ٧٧- محمود، أميرة محروس ؛ قصوه كامل عبد المجيد، المليجي، ريهام رفعت (٢٠١٥) : أثر استخدام برنامج تربية حركية مقترح قائم على التعلم بالنمذجة لإكساب بعض المفاهيم والممارسات القوامية لطفل الروضة، المؤتمر العلمي الثالث لشباب الباحثين، كلية التربية، جامعة أسيوط، ٤٥٧-٤٨٣.
- ٧٨- محمود ، أميرة محروس (٢٠١٥): أثر استخدام برنامج تربية حركية مقترح قائم على التعلم بالنمذجة لإكساب بعض المفاهيم والممارسات القوامية لطفل الروضة، مؤتمر شباب الباحثين ، كلية التربية ، جامعة أسيوط.
- ٧٩- محمود ، حمدي شاكر(٢٠٠٣): النشاط المدرسي : ماهيته- أهميته- وظائفه- مجالاته- ومعايير إدارته وتخطيطه- وتنفيذه- وتقييمه ، حائل: دار الأندلس للنشر والتوزيع.
- ٨٠- مدني، عبدالرحمن عبدالباسط، سليمان، الاء بكري محمد، إبراهيم، محمد فاروق، شواف، عادل حسني السيد (٢٠١٧): دليل إرشادي للباقة القوامية لتلاميذ مرحلة التعليم الإعدادي، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع ، ٤٥، (١) ١٣٨-٢٣٥.
- ٨١- منصور، امينة (٢٠١٣): أهمية التعليم المتمايز في العملية التعليمية ، جريدة الرأي ، عدد ٢.
- ٨٢- نافع، مها محمد ، جمعه ، فاطمه فائق(٢٠١٤): دور إلام في تنمية الوعي الغذائي لدى أبناء الأسرة وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة كلية التربية للبنات ، ٢٥(٤)، ١٠١٣-١٠٢٧.
- ٨٣- نافع، مها محمد: (٢٠١٤): دور الام في تنمية الوعي الغذائي لدى أبناء الأسرة وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة كلية البنات، جامعة بغداد، العراق.
- ٨٤- نصر الدين، جابر(٢٠١٦): الوعي الصحي الغذائي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط : دراسة ميدانية بولاية باتنة، مجلة أنسنه للبحوث والدراسات، جامعة زياف عاشور بالجفة، الجزائر .
- ٨٥- نوري، سعيد علي (٢٠١٩): الصفات الجسمية وعلاقتها بالأنشطة الرياضية الحركية للطفل ، Available at <https://www.researchgate.net/publication/331653573>
- ٨٦- نوفل، أسماء ظاهر (٢٠١١): دراسة تقويمية للوعي القوامي وعلاقته بالثقافة الصحية والغذائية لطالبات جامعات الدلتا، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ٨٧- يوسف، هالة الشحات عطية (٢٠١٧): برنامج قائم على استراتيجيات التعليم المتمايز في تدريس التاريخ لتنمية المفاهيم التاريخية ومهارات التفكير الإبداعي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، عدد ٨٧ ، يناير .

88- Alumran, J. (2008). Learning styles in relation to gender, field of study, and academic achievement for Bahraini University students. Individual Differences Research, 6(4), 303-316 .

89- Effendi, Z. (2017). The Role of Locus Control and Learning Styles in the Development of the Blended Learning Model at PSU. International Journal Of GEOMATE, 13(37). doi: 10.21660/2017.37.tvet025.

- 90- Braun, B. (2000):** Nutrition Education the Link between the Well Being of Individuals Families and the Nation, Nutrition, Health and Safety, ERIC NO. 613509 .
- 91- Berruezo, G Gomez Galleg,C. ,Perez -Conesa, D. , Cava, B. , Periago M. J. , Rose--17-(2009):**Berruezo, G Compost's functionless ,La lecher matema Informal Global
- 92- Gangi Suzanna (2011) :** Differentiated Instruction Using Multiple Intelligences in the Elementary School Classroom ‘A Case Study, Published Ph., D thesis, University of Wisconsin-Stout.
- 93- Rays, I. Defray, S. Rots. I.& Alterman, A. (2013).** Differentiated instruction in teacher education . A case study of congruent teaching . Teachers and Teaching : theory and practice ,19:1,93-107 .
- 94- Ruamsup, J. & Charoen, A. (2014):** Knowledge, Awareness and Practice about Food and Nutrition of Adolescence in Muang District, Prachinburi Province, Faculty of Home Economics Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon .
- 95- Orłowski, J., & Wicker, P. (2018):** Putting a price tag on healthy behavior: The monetary value of sports participation to individuals. Applied Research in Quality of Life, 13(2), 479-499.
- 96- Warnock, J. L., P formatter, A., Champion, K., Galluzzi, T., & Spring, B. (2019):** Perceptions of health behaviors and mobile health applications in an academically elite college population to inform a targeted health promotion program. International journal of behavioral medicine, 26(2), 165-174.
- 97- Werner, E. N., Guadagni, A. J., & Pivarnik, J. M. (2020)** Assessment of nutrition knowledge in division I college athletes. Journal of American College Health, 1-8.
- 98- Nicklaus, T. A., & Hayes, D. (2008).** Position of the American Dietetic Association: nutrition guidance for healthy children ages 2 to 11years. Journal of the American Dietetic Association, 108(6), 1038-1047 .