

وجبة الفطور لدى طفل الروضة وعلاقتها بالادراك

أ. د. عامر محمد علي الاميري / أ. م. د. د. ضحى عادل العاني / م. جوري معين علي
جامعة بغداد / كلية التربية للبنات / قسم رياض الاطفال

الفصل الاول

مشكلة البحث

يعد حق حصول الطفل على كمية كافية ومتنوعة وصحية وامنة من العناصر الغذائية في وجبة الفطور هو من اكثر حقوقه اهمية كي يتمكن من اداء نشاطه العقلي والبدني بصورة صحيحة وسليمة (الزهراني , ٢٠٠٧ : ١٧) .

وقد وجد ان اكثر الاطفال الذين لايتناولون وجبة الفطور صباحا يواجهون صعوبة في ممارسة نشاطهم اليومي , فالفطور الغني بالبروتين يساعد على بقاء مستوى السكر بالدم اعلى من مستواه الطبيعي لمدة اربع ساعات تقريبا بعد تناول الوجبة , وهذا يؤكد لنا لما لوجبة الفطور من اهمية بالغة للاطفال , وقد اوضحت الدراسات انه من الصعب على الطفل الحصول على مقراته الغذائية اليومية بدون تناول وجبة الافطار, اذ يصاب الاطفال الذين لايتناولون وجبة الافطار بسرعة الاحساس بالتعب وقلة الرغبة في مواولة النشاطات اليومية ويكون التفاعل الذهني لديهم ضعيفا ويزداد الاجهاد العقلي عندهم (مصيفر, ٢٠٠٢: ٨٦) .

كما وان عدم تناول وجبة الفطور يؤدي الى تاخر نضج الوظائف العقلية وكذلك مشاكل في السلوك, وان ذلك يحدث بسبب انخفاض المأخوذ اليومي لبعض العناصر الغذائية المهمة خلال السنوات الاربع الاولى من عمر الطفل.

اهمية البحث

وتتمتع وجبة الفطور بأهمية خاصة لايمكن اغفالها فحسب , بل يجب وضع الخطط الكفيلة لاستثمارها تغذويا لتحقيق الاهداف المرجوة , خاصة في حالة عزوف نسبة كبيرة من الاطفال عن تناول هذه الوجبة الغذائية المهمة رغم ان فترة الجوع لديهم تمتد لاكثر من (١٢) ساعة ليلا قبل تناول وجبة الافطار وان المدة الزمنية التي يقضيها الطفل في الروضة لاتقل عن (٦) ساعات يوميا لذا تعد وجبة الفطور وجبة رئيسة مهمة اكثر من أية وجبة اخرى لأنها تساعد الطفل على مواولة نشاطه اليومي الحركي والعقلي (عفانة واخرون , ٢٠٠٨: ٢١٤) .

اما بالنسبة للاحساس (Sensation) فهو عملية استقبال للمنبهات التي تقع على احدى الحواس في حين يمثل الادراك (Perception) عملية ترجمة للمحسوسات التي تنتقل الى الدماغ على شكل رسائل ماهيتها نبضات كهربائية تسري عبر الاعصاب الحسية التي تصل ما بين اعضاء الحس والدماغ . وعلى هذا فعملية الاحساس عملية فيزيائية تقوم بها اعضاء الحس , في حين ان الادراك عملية بنائية , بمعنى ان الاشارات الكهربائية الواصلة الى الدماغ تتجمع ويتألف منها مدرك كلي ذو معنى , اي ان الدماغ يترجم الاحساسات التي لامعنى لها الى مدركات ذات معنى .فالادراك

اعقد من الاحساس واكثر من كونه مجرد رد فعل لما ينتقل الى الدماغ من احساسات ، والا فان المنبه الواحد سيعطي باستمرار الادراك نفسه (الرحو، ٢٠٠٥: ١١٨) .

ولكي يعمل العقل بكفاءة فانه يحتاج ايضا الى امداد ثابت من الاوكسجين والكلوكوز فهو لا يخزن الطاقة كبقية اعضاء الجسم الاخرى بل يحصل على الاوكسجين بواسطة التنفس اما السكر(الكلوكوز) فيحصل عليه من الاطعمة الكربوهيدراتية الموجودة في الغذاء . فمن المعروف علميا ان الدم ينقل الكلوكوز الى العقل بمعدل ثابت ومعقول وكلما حصل عقل الطالب على الوقود السليم والطاقة اللازمة امكنه العمل باقصى قوة (مؤسسة الملك بن عبد العزيز، ٢٠١١: ١) .

وتؤدي اوميغا ٣ وهي من الاحماض الدهنية الاساسية دورا في منع بعض الاختلالات منها الاكتئاب وفقدان الذاكرة وخاصة الزهايمر وصعوبة التعلم والتوحد ، وان طبيعة الاحماض الدهنية غير المشبعة المتعددة وخاصة اوميغا ٣ الموجودة في منتجات الحليب تحدد القدرات البصرية او المخية والفكرية ، ويعتبر نقص هذه الاحماض في الغذاء مشكلة ترتبط بكيفية تصحيح العادات الغذائية بحيث يختار المستهلك اغذية غنية باحماض اوميغا ٣ وخاصة زيت اللفت وزيت الجوز وزيت الاسماك (اللهبي، ٢٠٠٩: ٦٢) .

كما ويتاثر ادراك الطفل بالبيئة المحيطة به وبالثقافة المهيمنة عليه وتدل الابحاث الحديثة في علم النفس الاجتماعي ان الفرد جزء من الموقف المحيط به فحياته وادراكه هو تفاعل مستمر بين تكوينه النفسي والعصبي وبين مقومات وعوامل البيئة والثقافة ولا يستطيع الطفل العادي ان يدرك مدى التناظر والتماثل والتشابه القائم بين الاشكال الا فيما بين الخامسة والسادسة من العمر ويعتمد ادراك الحروف الهجائية على هاتين الظاهرتين اي على ادراك التباين والتماثل ولهذا يسهل على الطفل ادراك الحروف المتباينة مثل الالف والميم والمتقاربة مثل الباء والتاء اما بالنسبة لادراك الالوان قبل الرابعة حيث يستطيع الطفل ان يفرق بين الالوان ويستطيع في عامه الثالث ان يقارن بين الاحجام المختلفة الكبيرة والصغيرة والمتوسطة وبين عمر الخامسة والسادسة يستطيع ان يقارن بين المجموعات المتساوية ويدرك بذلك التناظر والتماثل في المجموعات المختلفة (السيد ، ١٩٧٤ : ٥٧-٦٠) .

اهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على :-

- ١- الادراك لدى اطفال الرياض .
- ٢- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الادراك تبعا لمستويات وجبة الفطور (منخفض،متوسط،مرتفع).
- ٣- العلاقة الارتباطية بين وجبة الفطور لدى اطفال الرياض والادراك وفق متغيرات : المرحلة (الروضة،التمهيدية) والجنس (ذكور ،اناث) .

٤- الفروق في العلاقة بين وجبة الفطور لدى طفل الروضة والادراك وفق متغيرات أ - المرحلة (روضة - تمهيدي) ب- الجنس (ذكور - اناث) .

حدود البحث:

يتحدد البحث بـ

- ١- رياض الاطفال الحكومية في بغداد بجانبها الكرخ والرصافة.
- ٢- الاطفال المتواجدين في رياض الاطفال في مدينة بغداد من كلا الجنسين (ذكور واناث) بعمر (روضة وتمهيدي) .
- ٣- العام الدراسي (٢٠١٣-٢٠١٤)

تحديد المصطلحات :

فيما ياتي تعريف بالمصطلحات الاساسية التي وردت في البحث الحالي :-

اولا- وجبة الفطور (Breakfast)

وعرفها كلا من :

١- الطالب والقاسم (١٩٨٨)

الوجبة الاولى التي يتناولها الطفل بعد انقطاع عن تناول الطعام يتراوح بين (٨-٩) ساعات وقد يصبح بحالة غير اعتيادية اذا لم يتناول طعام الفطور وتُعد من اهم وجبات الاطفال التغذوية (الطالب والقاسم ، ١٩٩٧ : ١٢٢-١٢١)

٢- موسى (٢٠١١)

اول وجبة تستقبلها المعدة طوال اليوم حيث تنتقل المواد الغذائية المهضومة الى الكبد وتتحول الى دم يسري في العروق ومنها الى جميع خلايا الجسم ليمد الفرد بالطاقة (موسى ، ٢٠١١ : ١)

التعريف النظري لوجبة الفطور

الوجبة الاساسية والضرورية التي يتناولها الطفل بعد استيقاضه من النوم صباحا ليمد جسمه بالطاقة والعناصر الغذائية التي تساعده على ممارسة نشاطه اليومي بشكل صحي وسليم.

التعريف الاجرائي

الدرجة التي يحصل عليها الطفل بعد حساب مستوى الطاقة والعناصر الغذائية في وجبة فطوره التي تناولها صباحا.

ثانيا/ الادراك Perception

وعرفها كلا من :

١- كارول (١٩٨١)

الفهم الذي يعد عملية من العمليات التي يستخدمها الفرد في تسجيل المثيرات في المسجل الحسي ، ويتم عن طريقها ادراك المثيرات والغلق الادراكي للمثيرات ومطابقتها مع اية تمثيلات سابقة مخزنة في الذاكرة (Bar bar ، 1988: 30) .

٢- محجوب (٢٠٠١)

العملية الثانية للمعرفة الانسانية وهو يعطي معنى للمحسوسات او الحوافز المختلفة والاجهزة المختصة في هذه العملية , وان سلامة هذه الاجهزة ودرجة نموها تؤثر في عملية الادراكة (محجوب , ٢٠٠١ : ٤١) .

٣- الزغول (٢٠٠٣)

عملية تحويل الانطباعات الحسية الى تمثيلات عقلية معينة بواسطة تفسيرها واعطائها المعاني الخاصة بها (الزغول , ٢٠٠٣ : ١١١) .

التعريف النظري للدراك

لقد تبنت الباحثة تعريف كارول (١٩٨١) تعريفا نظريا للدراك .

التعريف الاجرائي للدراك: الدرجة التي يحصل عليها طفل الروضة عند اجابته على فقرات اختبار الادراك المعدة لقياس هذا الغرض.

ثالثا : طفل الروضة kindergarten Child

وعرفه كلا من :

١ - الشالجي (١٩٨١)

الطفل الذي يقبل في الروضة العراقية التي تسبق الابتدائية بعد ان يكمل الرابعة من عمره عند مطلع العام الدراسي او من سيكملها في نهاية السنة الميلادية (٣١) كانون الاول والتعليم فيها سنتين :-

أ- السنة الاولى : يداوم فيها الطفل في صف الروضة ويكون للاعمار من (٤ - ٥) سنوات (٤٨ - ٦٠) شهر .

ب- السنة الثانية : يداوم فيها الطفل في الصف التمهيدي ويكون للاعمار (٥ - ٦) سنوات (٦٠ - ٧٢) شهر (الشالجي , ١٩٨١ : ٢٦) .

٢ - وزارة التربية (١٩٨٩):

هم اطفال مرحلة ما قبل المدرسة الابتدائية الذين يكملون الرابعة من عمرهم ولا يتجاوز السادسة من العمر وهم ينقسمون الى مجموعتين في مرحلتين هما مرحلة الروضة ومرحلة التمهيدي وتهدف الروضة الى تمكين الاطفال من النمو السليم وتطور شخصياتهم في جوانبهم الجسمية والعقلية بما فيها النواحي الوجدانية والخلقية وفقا لحاجات وخصائص مجتمعه (وزارة التربية , ١٩٨٩ : ١٢) .

التعريف النظري لطفل الروضة

وقد تبنت الباحثة تعريف الشالجي (١٩٨١) تعريفا نظريا لطفل الروضة

الفصل الثاني

- نظرية كارول Carrollesn Theory ١٩٧٦-١٩٨١ -

ترى هذه النظرية ان الاختبارات العقلية يمكن تفسيرها بواسطة عدد قليل من المكونات الاساسية لتجهيز ومعالجة المعلومات ، وقد فحصت كارول الاختبارات الرئيسية التي استخدمت في الدراسات والبحوث السيكومترية والمعرفية اعتمادا على التحليل المنطقي والاستنتاجي او الحدسي لمهام هذه الاختبارات وقد حددت كارول قائمة بعشرة انواع من المكونات المعرفية المستخدمة في الاستجابة على اسئلة هذه الاختبارات وذلك على النحو التالي :

١ - الموجه او المرشد (Monitor) وهذا المكون او العملية هي تُهيء معرفي او نزعة او ميل محدد يقود او يوجه عمل العمليات الاخرى أثناء اداء المهمة .

٢ - الانتباه (Attention) وهذه العملية تتم عن طريق توقعات الفرد لنمط او عدد المثيرات المطلوبة اي المطلوب اعدادها و تجهيزها خلال اداء المهمة .

٣- الفهم (Apprehension) وهذه العملية تستخدم في فهم وتسجيل المثير واستيعابه في الذاكرة قصيرة المدى .

٤ - التكامل الادراكي (Perceptual Integration) وهذه العملية تستخدم في ادراك المثير او في الاخلاق الادراكي للمثير والمزوجة او الربط بينه وبين ما سبق تمثيله معرفيا في الذاكرة من مثيرات يمكن ربطه بها (الزيات ، ٢٠٠٦ : ٥٩) .

٥ - الترميز (Encoding) وتستخدم هذه العملية في تشكيل تمثيلات ذهنية للمثيرات في عملية التفسير بالنسبة لصفاتها وترابطاتها او المعنى اعتمادا على متطلبات مهمة محددة .

٦ - المقارنة (Comparison) وتستخدم هذه العملية لتحديد فيما اذا كان المثيران متشابهين ، او انهما على الاقل من نفسه الصنف .

٧ - تكوين تمثلي ادماجي (Co-represntation Formation) وتستخدم هذه العملية للوصول الى تمثيل جديد في الذاكرة ، بواسطة ربطه بالتمثيلات الموجودة في الاصل لدى الفرد .

٨ - استرجاع التمثيل المدمج (Co-represntation Retrieval) وتستخدم هذه العملية في ايجاد تمثيل محدد في الذاكرة وربطه مع تمثيل اخر على اساس بعض القواعد من الترابط .

٩ - التحويل (Transformation) وتستخدم هذه العملية لتحويل او تغيير التمثيل الذهني (قطامي، ١٩٩٠ : ٦٣٦) .

١٠ - تنفيذ او اصدار الاستجابة (Response Execution) وتستخدم هذه العملية في معالجة او تجهيز التمثيلات العقلية المعرفية لانتاج او اصدار استجابة صريحة او ضمنية (غير صريحة) .

تؤكد كارول (١٩٨١) على ان هذه المكونات المعرفية قائمة على التصور الحدسي الاستنتاجي وانها على هذا النحو تغطي كافة العمليات العقلية المعرفية التي تستخدم في معالجة

المهام المعرفية المختلفة ، لكنها تبدو مختلفة او متميزة الى الحد الذي يمكن عدّها بأنها تشكل اساساً منطقياً وملائماً لتحليل

عملية تجهيز ومعالجة المعلومات التي تعكس السلوك او الاداء الذكي (الزيات ، ٢٠٠٦ : ٦٠) .

الدراسات السابقة

١ - دراسة (مصيفر ١٩٨١)

(العادات الغذائية في البحرين)

اجريت هذه الدراسة في البحرين واستهدفت ما يأتي :

وصف العلاقات الغذائية المتعلقة ببعض الممارسات الغذائي والمناسبات الاجتماعية في المناطق الحضرية والريفية في البحرين ومحاولة الكشف عن التأثير الصحي والغذائي لهذه العادات واعتمدت الدراسة في التعرف على العادات الغذائية في البحرين على استبانة تم اعدادها من قبل الباحث وقد عمم الاستبيان اذ يشتمل على البيانات الاتية :

١ - بيانات اجتماعية وتشمل حجم الاسرة ، مستوى تعليم ربة الاسرة ، والدخل الشهري ، عمل وعمر ربة الاسرة .

٢ - بيانات غذائية وتشتمل على : نوعية الاطعمة المتناولة في الوجبات اليومية وفي المناسبات الاجتماعية وطرق توزيع وتناول الطعام بين افراد الاسرة وبعض العوامل المؤثرة في تناول الطعام .

وقد طبقت الاداة على عينة اجمالية تكونت من (٣١٠) ربة بيت تمثل (١%) من مجموع الاسر في البحرين ، تم اختبارهم بصورة عشوائية من المناطق الجغرافية بعد تقسيمها احصائياً واختيار قسم احصائي واحد من كل منطقة جغرافية بحيث يتناسب عدد العينات المنتخبة من كل منطقة مع عدد الاسر فيها (التقسيم التناسبي) بنسبة (١%) من كل منطقة جغرافية وتراوحت اعمار العينة بين (٣٠ - ٤٠) عام .

وقد اشارت النتائج الى :

١ - ان عمر ربة الاسرة في المناطق الريفية اقل منها في المناطق الحضرية وقد يرجع ذلك الى عادات الزواج المبكر في الريف .

٢ - ارتفاع نسبة ربات البيوت ذوات التعليم والدخل المنخفض وخاصة في المناطق الريفية .

٣ - ان الحبوب ومنتجاتها تحتل مركز الصدارة في ميزانية الاسرة المخصصة للغذاء يليها اللحوم والبيض والسمك والفواكه والمكسرات ومنتجات الالبان والخضروات وبقية الاطعمة .

٤ - ان الغالبية من الاسر في البحرين تأكل الطعام مجتمعين مع بعضهم البعض على مائدة واحدة .

٥ - ان معظم الافراد في البحرين يتناولون الغذاء بايديهم ويفضلون الجلوس على الارض عند تناول الغذاء ويكون ذلك عادة في المطبخ .

٦ - ان الزوجة هي الشخص القائم بالطبخ في المنزل سواء في المناطق الحضرية او الريفية .

٧ - تؤثر الحماة بشكل او باخر في تحديد نوعية الطعام المقدم في المنزل وان غالبية الاسر تستعمل المعلبات.

٨ - ان معظم ربات البيوت يعتقدون بان اسعار المواد الغذائية تؤثر على استهلاك الطعام سواء في النوعية او الكمية (مصيفر ، ١٩٨١ : ٢٢-٣٨) .

٢-دراسة (عكاشة ١٩٩٠)

(العادات الغذائية عند اطفال مدينة صنعاء)

اجريت الدراسة على عينة من اطفال مدينة صنعاء ، اشارت الى ان جميع الاطفال يفضلون تناول الاطعمة بين الوجبات الرئيسية وان معظمها توفر كميات كبيرة من الطاقة الحرارية ولا توفر المغذيات الرئيسية وان اكثر الاغذية تتاولا من قبل الاطفال هي المشروبات الغازية وبعض انواع العصير المعلب والبطاطس المقلية والذرة المنتفخة وهذه الاغذية لاتوفر للاطفال العناصر الغذائية الضرورية لبناء اجسامهم ولا تعوض عن تناول وجبة الافطار في المنزل وقد تؤدي الى فقدان الطفل الشهية مما يجعله لا يتناول الوجبات الرئيسية بشكل منتظم (Klemn,et al , 2002) .

٣ - (بوقس، ٢٠٠٤)

(مواضع النقص في الثقافة الغذائية لدى طالبات كلية التربية للبنات بجده وعلاقته بتخصصهن) .

يهدف البحث الى :

١ - تحديد مستوى معرفة طالبات كلية التربية للبنات بجده بالثقافة الغذائية بصورة عامة .

٢ - تحديد مواضع النقص في معرفة طالبات كلية التربية للبنات بجده بالثقافة الغذائية بصورة خاصة

٣ - التعرف على العلاقة بين مستوى الثقافة الغذائية لدى الطالبات ومجال دراستهن (تخصصهن).

وتكونت عينة البحث من مجموع طالبات الغرفة الثالثة ادبي (جميع التخصصات) بالطريقة القصدية . واستخدمت الباحثة لتحقيق اهدافها اختبار يدور حول البنود الاربعة التي تشتمل على موضوعات حول (مجموعة الغذاء الاساسية ومصادرها ، مجموعة مصادر الفيتامينات ، مجموعة الامراض الناتجة من نقص الاملاح المعدنية والفيتامينات ، مجموعة العادات الغذائية) .

اما نتائج البحث فكانت :

١ - اهتمام الطالبات بالبند الثالث الخاص بموضوع (مجموعة الامراض الناتجة عن نقص الاملاح المعدنية والفيتامينات) والبند الرابع الخاص بموضوع (مجموعة العادات الغذائية) .

٢ - عدم اهتمام الطالبات بالبند الاول الخاص بموضوع (مجموعة الغذاء الاساسية ومصادرها) وعدم اهتمامهن بالبند الثاني الخاص بموضوع (مصادر مصادر الفيتامينات)

٣ - عدم اهتمام الطالبات بالبند الاول والثاني يرجع الى عدم المام الطالبات بهذين البندين الثالث والرابع .

٤ - تساوي عينة الدراسة في مستوى الثقافة الغذائية وعدم تأثر مستوى الثقافة الغذائية بمجال دراسة الطالبة (بوقس ، ٢٠٠٤ : ١-٣) .

الفصل الثالث:-

اولا : مجتمع البحث :-

يتكون مجتمع البحث من اطفال رياض الاطفال (روضة وتمهيدي) في الرياض الحكومية في مدينة بغداد للعام الدراسي (٢٠١٣-٢٠١٤) والبالغ عددهم (٤٦٩٣٣) طفل وطفلة موزعين على (١٦٦) روضة حكومية في المديريات العامة لتربية بغداد الست

ثانيا- عينة البحث:

لصعوبة دراسة جميع أفراد مجتمع البحث لذلك يكون من المناسب اختيار عينة ممثلة لهذا المجتمع، لذلك أرادت الباحثة اختيار عينة مكونة من (٤٢٠) طفل وطفلة وهي تمثل (١%) تقريبا من أطفال الرياض المتواجدين في مدينة بغداد للفئة العمرية من (٤-٦) سنوات ، وقد وجد أن حجم العينة يعد حجما مناسباً جدا موازنة بحجم عينات الدراسات السابقة ، حيث تم اختيار هذه العينة بالأسلوب العشوائي الطبقي وفق الخطوات التالية:

أختيرت (١٢) روضة من رياض الأطفال من المديريات العامة للتربية في بغداد (الرصافة الأولى والثانية والثالثة والكرخ الأولى والثانية والثالثة) بواقع (٢, ٣, ١, ٢, ٢) روضة على التوالي وذلك بحسب عدد الرياض في كل مديرية من هذه المديريات الستة ، ثم أختيرت عينة من الأطفال البالغ عددهم (٣٥) طفل وطفلة في كل روضة بالطريقة العشوائية الطبقيّة حيث روعي في اختيار العينة أن تكون من الفئة العمرية (٤-٦) سنوات، والجدول (١) يوضح ذلك :

الجدول (١) توزيع عينة البحث الاساسية بحسب المديريات العامة للتربية في بغداد

المجموع	تمهيدي		روضة		اسم المنطقة	اسم الروضة	عدد الرياض	المديريات
	اناث	ذكور	اناث	ذكور				
٣٥	٨	٨	٩	١٠	البيت العربي	شارع المغرب	٢	الرصافة الاولى
٣٥	٨	٨	٩	١٠	البراعم	القاهرة		
٣٥	٨	٨	٩	١٠	الحكمة	الكرادة	٣	الرصافة الثانية
٣٥	٨	٨	٩	١٠	الهديل	الكرادة		
٣٥	٨	٨	٩	١٠	البهجة	الكرادة		
٣٥	٨	٨	٩	١٠	جنان	مدينة الصدر	١	الرصافة الثالثة
٣٥	٨	٨	٩	١٠	الورود	الحارثية	٢	الكرخ الاولى
٣٥	٨	٨	٩	١٠	الكرامة	المنصور		
٣٥	٩	٨	٩	٩	الاريج	حي العامل	٢	الكرخ

٣٥	٨	٩	٩	٩	البراعم	البياع		الثانية
٣٥	٩	٨	٩	٩	الراية	الحرية	٢	الكرخ الثالثة
٣٥	٨	٩	٩	٩	الربيع	الحرية		
٤٢٠	٩٨	٩٨	١٠٨	١١٦	١٢	١٢	١٢	المجموع

ثالثاً- أدوات البحث :

أ - طرق حساب العناصر الغذائية والطاقة في وجبة فطور اطفال الرياض من اجل حساب الطاقة (سعة حرارية) المتوفرة في العناصر الغذائية (الكربوهيدرات ،الدهون والبروتين) الموجودة في وجبة الفطور لاطفال الرياض بعمر (٤-٦) سنوات اعتمدت الباحثة الطرق الاتية :

مختبرات معهد بحوث التغذية / وزارة الصحة :

تم الاستعانة بمختبرات معهد بحوث التغذية / وزارة الصحة لاجل قيام الباحثة بالتحليل المختبري لعينات تتكون منها وجبة الفطور التي يتناولها اطفال الرياض , وتقدير العناصر الغذائية المنتجة للطاقة (كربوهيدرات ,دهون والبروتين) وحساب الطاقة.

ثم استعمال جداول تحليل الاغذية التي حسبت عليها محتويات الاغذية من العناصر الغذائية (لكل ١٠٠ غم غذاء) , مثل (جداول منظمة الاغذية والزراعة F.A.O) لتحويل كميات الاطعمة المستهلكة الى طاقة وعناصر غذائية, وذلك بأستعمال التحليل الكيميائي للعينات الممثلة للغذاء ومقارنتها بجداول تحليل الاغذية (منظمة الصحة العالمية ، ٢٠٠٢ : ٧٣٩-٧٥٧) , (والزهيري ، ٢٠٠٠ : ٥٦٤-٥٩٨).

وأشارت منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٢ ، ٦٤٤-٦٤٥) الى انه بالامكان تحليل قياسات الاستهلاك الغذائي باتباع الخطوات الاتية :

- ١- تحويل الكميات المختلفة من الأطعمة المختلفة الى أوزان بالغم .
- ٢- استعمال جداول تحليل الأغذية التي حسبت عليها القيمة الغذائية للاطعمة على اساس الطعام كما يشتري , مثل (جداول منظمة الأغذية والزراعة للشرق الادنى ١٩٨٣) .
- ٣- تحويل كميات الاطعمة المستهلكة الى طاقة وعناصر غذائية , ويتم ذلك بأستعمال جداول تحليل الاغذية , وتقرن بالتحليل الكيميائي لعينات ممثلة للغذاء ويستخدم التحليل الكيميائي في الابحاث الدقيقة فقط .

وقد قامت الباحثة بجمع مواد غذائية من وجبة الفطور (Break Fast) التي يتناولها الاطفال بعمر (٤-٦) سنوات كعينة ممثلة لمجتمع رياض الأطفال , والمكونة من (٤٢٠) طفل وطفلة , تمثل (١%) (تقريباً من مجتمع اطفال محافظة بغداد للفئة العمرية (٤-٦) سنوات .

اجريت عليها الاختبارات في مختبرات مركز بحوث التغذية / وزارة الصحة في بغداد واقتصرت على العناصر الغذائية المنتجة للطاقة (الكربوهيدرات, الشحوم, البروتينات) .
ولغرض حساب الطاقة الكلية لكل مادة غذائية تم الاتي :

١ - تقدير نسبة البروتين :

استخدام جهاز مايكر و كدال لتقدير النتروجين الكلي لجميع العينات قيد البحث حسب الطريقة المقررة في (AACC) (١٩٩٨) والمرقمة ٤٦-١١.

٢ - تقدير الدهن :

قدر الدهن اعتماداً على الطريقة المذكورة في (AACC) (١٩٩٨) .

٣ - تقدير الكربوهيدرات :

قدرت نسبة الكربوهيدرات المئوية عن طريق حساب الفرق بين المكونات كما ذكرها (Pearson ١٩٧٦) .

٤ - تقدير السعرات الحرارية :

تم حساب كمية السعرات الحرارية التي تجهزها كل عينة قيد الدراسة حسب الطريقة التي أوردتها (Baskaran, et al, 1999) باتباع القانون الآتي :

((السعرات الحرارية = كمية الكربوهيدرات × ٤ + كمية الدهن × ٩ + كمية البروتين × ٤)) وكما موضح في الجدول (١) .

وفي ضوء اراء خبراء التغذية ملحق (١) تم تحديد ثلاث مستويات لوجبة الفطور لان وجبة الفطور تمثل ثلث احتياجات الفرد من الغذاء يوميا (عفانة واخرون، ٢٠٠٨: ٢٢٤) لذا تم تقسيم السعرات الحرارية (١٨٠٠) على (٣) ومن ثم تقسيم الوجبة الى ثلاث مستويات وهي :-

١ - وجبة الافطار ذات المستوى الغذائي العالي للطفل اذا تراوحت قيمتها الغذائية بين (٦٠٠-٣٠١)غم.

٢ - وجبة الافطار ذات المستوى الغذائي المتوسط للطفل اذا تراوحت قيمتها الغذائية بين (٣٠٠-١٥١)غم

٣ - وجبة الافطار ذات المستوى الغذائي المنخفض للطفل اذا تراوحت قيمتها الغذائية بين (صفر-١٥٠)غم وقد قامت الباحثة بعد استخدام نتائج حساب الطاقة من العناصر الغذائية جدول (٢) بمقارنة هذه النتائج مع جداول الكميات الموجودة على الجداول العالمية.

الجدول (٢) حساب الطاقة من العناصر الغذائية الثلاث (الكربوهيدرات ، الدهون ، البروتين)

ت	الغذاء (غم)	الكربوهيدرات (غم) × ٤	الدهون (غم) × ٩	البروتين (غم) × ٤	الطاقة (السعرة الحرارية)
١	الحبوب ومنتجاته				
١-١	خبز عربي	٥٨,٣	١	٨,٢	٢٧٥
١-٢	صمون ابيض	٥٤,٣	٠,١٤	١٠,١	٢٥٨,٨٦
١-٣	معرونة	٧٤,٣		١٣,٦	٣٥١,٦
٢	الفواكه والخضروات				
١-٢	التفاح	١٤		٠,٣	٥٧,٢
٢-٢	الموز	١,٢٦	٣,٠	١,٢	١١١,٩
٣-٢	التمر	٧٣	٦,٠	٢,٢	٣٠٦,٢
٤-٢	عنب	٢,١٦	٧,٠	٠,٦	٧٣,٥
٥-٢	برتقال حلو	٨,٩	٢,٠	٠,٩	٤٤,٦
٦-٢	جزر (الأحمر، الأصفر)	٨	٣,٠	١	٣٨,٧
٧-٢	خيار	٣	٠,١	٠,٧	١٥,٧
٨-٢	خس	٢,٢	٠,٢	١,٣	١٥,٨
٩-٢	طماطم	٤,٠	٠,٣	٠,٨	٧,٥
١٠-٢	بطاطا حلوة	٧,٢٧	٠,٣	١,٣	١١٨,٧
١١-٢	لانتكي	٨,١٢	٠,٣٢	٠,٦٥	٥٦,٦٨
٣	اللحوم والدواجن والمكسرات				
١-٣	لحم بقري		٢٤,٤	١٨,٤	٢٩٣,٢
٢-٣	لحم غنم	٥,٤	١٣,٨	١٨,٥	٢١٩,٨
٣-٣	لحم الدجاج		٢,٨	٢١,٥	١١١,٢
٤-٣	صوصج بقري	٤,٥	٤٨	٢٠,١	٥٣٠,٤
٥-٣	شاروما لحم بقري	٠,٨	٣٦	١١,٥	٣٧٣,٢
٦-٣	بيض الدجاج	٠,٥	١٠,٥	١٢,٦	١٤٦,٩.

٦٢٣,٧٩	١١,٠٨	٥٤,٠٣	٢٣,٣٠	لوز	٧-٣
٦٨١,٦	١٥,٧٩	٦٣,٨	١١,٠٦	جوز	٨-٣
٥٧٠,٧	٢٠,٥٧	٤٣,٥	٢٤,٢٣	فستق عبيد	٩-٣
٣١٤,٤	٠,٤		٧٨,٢	عسل	١٠-٣
٢٨٢,٨	٠,١		٧٠,٦	دبس	١١-٣
				الألبان ومنتجاتها	٤
٦٠,٩٤	٢,٨٦	٣,٩	٣,٦	حليب بقرى كامل الدهن	١-٤
٣٤٩,١٧	١٨,٢	٢٥,٠٥	١٢,٧٣	جبين كرافت	٢-٤
٣٢٨,٦	٩,٣	٢١,٣٢	٢٤,٨٨	جبين مطبوخ مثلثات	٣-٤
٥٣٠,٤	٢٠,١	٤٨	٤,٥	بورك بالجبن	٤-٤
٣٥٠,٧	١١	٢٣,٥	٢٣,٨	جبين حلوم	٥-٤
٣٦٣	١٦,٤	٢٩,٤	٨,٢	جبين أبيض	٦-٤
				المشروبات	٥
٣٩,٢	٠,٥		٩,٣	عصير برتقال	١-٥
٣٩,٢			٩,٨	بيبيسي	٢-٥
٣٤			٨,٥	سفن أب	٣-٥
				متفرقات	٦
٥٢٧,٩٣	٦,١٥	٢٦,٣٧	٦٦,٥	جبين لعيونك	١-٦
٥١١,٧	٣,٣	٢٦,٥٠	٦٥	بسكت eisberg	٢-٦
٥٢٣,٥	٤,٤	٣١,٥٠	٥٥,٥	جبين ليز	٣-٦
٤٩٤,٠٧	٦,٥	٢٠,٢٣	٧١,٥	بسكت أبو الولد	٤-٦
٣٢٢,٤٦	٣,٧	١٨,٥٠	٣٥,٢٩	كيك لوزين	٥-٦
٤٣١,١	٣,٩	٢٠,٧٠	٥٧,٣٠	كيك 7days	٦-٦
٤٤٨,٧٧	٧,٥	٢٠,٥٣	٥٨,٥٠	بسكت mango	٧-٦
٣٧٥	٤,٨	١٢,٢٠	٦١,٥	سويس رول مني رول	٨-٦
٥٤٤,٥٤	٥,٩١	٣٣,٣٠	٥٥,٣٠	بسكت هاي هاي	٩-٦
٣٧٨,٩	٤,٠٥	٢٥,٥٠	٣٣,٣٠	بسكت ozmo hope	١٠-٦

٤٥١,٦	٧,٥	٢٤,٤	٥٠,٥٠	Molto كرواسون مالتو	١١-٦
٤٦٥,٧	٦	٢٥,٥	٥٣,٠٥	kit kat بسكت	١٢-٦
٤٢٢,٠٦	٣,٧٠	١٩,٣٤	٥٨,٣	twing نستلة	١٣-٦
٥٠٤,١٨	٤,٩٠	٢٦,٤٢	٦١,٤	بسكت بالشكولاتة ani dark	١٤-٦

ب - ادوات قياس (الادراك)

قامت الباحثة ببناء اختبار الادراك عند اطفال الرياض للمرحلة العمرية من (٤-٦) سنوات ، و تم الحصول على مجالاتها من نظرية (كارول، ١٩٨١) ، ووفقا لذلك فإن خطوات بناء اختبار الادراك شملت الاتي :

التخطيط لأختبار الأدرارك:

وذلك بتحديد المجالات التي تغطيها فقراته فقد تم تحديد عدداً من المبادئ التي تحكم عملية الأدرارك ، وقد اعتمد في تحديدها على نظرية كارول في معالجة المعلومات وعليه فإن اختبار الادراك تحدد ب(٥) مجالات هي :-

- ١ - مجال الفهم .
- ٢ - مجال التكامل الادراكي .
- ٣ - مجال المقارنة .
- ٤ - مجال تكوين تمثيل ادماجي .
- ٥ - مجال تنفيذ الاستجابة .

صياغة فقرات إختبار الإدراك :

لغرض صياغة الفقرات التي تغطي مجالات اختبار الإدراك اعتمدت الباحثة نظرية كارول (١٩٨١) في معالجة المعلومات فضلا عن المقابلات الشخصية مع بعض المختصين في هذا المجال . وقد روعي في صياغة الفقرات ان تكون ممثلة للخبرات اليومية لطفل الروضة .

ويعد تحليل استجابات المختصين والادبيات تمت صياغة مجموعة من الفقرات لكل مجال من المجالات الخمسة بعد حذف الفقرات التي تناولت أموراً لا علاقة لها بموضوع البحث واعادة صياغة بعض الفقرات بأسلوب واضح ومفهوم . اذ بلغ عدد الفقرات (٢٠) فقرة بصورتها الأولية وروعي في صياغتها مدى ملائمة اللهجة العامية الدارجة للغة الفصحى ومتوافقة مع القدرات المعرفية للطفل في عمر الروضة وان تكون قابلة لتفسير واحد (أبو علام ، ١٩٨٩ : ١٣٤) ويعد تلك الإجراءات وزعت الفقرات على مجالات الإختبار وهي (الفهم ، التكامل الادراكي ، المقارنة، تكوين تمثيل ادماجي ، تنفيذ

الاستجابة) بواقع ٤,٤,٤,٤,٤ على التوالي ولتحقق من صلاحية الفقرات في قياس الإدراك , ثم عرض مجالات الأختبار وفقراته على مجموعة من المختصين في علم النفس التربوي والقياس والتقويم ملحق (١) .

التطبيق الأستطلاعي :

يحتاج البحث الى تطبيق ابتدائي. والذي يساعد الباحث على ضمان فهم المستجيبين للتعليمات ومدى وضوحها وتعطي تغذية راجعة (feed tack) لأية صعوبات يمكن ان تظهر كما يستفاد منها في تقدير الوقت العام للإختبار , لأن تطبيق الإختبار بشكل فردي يعطي فرصة لتفاعل الباحث مع المفحوصين ومعرفة طريقة تفكيرهم . لذلك قامت الباحثة بتطبيق الإختبار على عينة عشوائية من اطفال روضة (غرناطه) الواقعة في (حي السلام) عددهم (٢٥) طفلاً وطفلة وكانت التعليمات والايعاظات واضحة ومفهومة لدى الاطفال, وقد تراوح زمن التطبيق الأختبار الكلي (٥) دقائق لكل طفل , اما وقت الاجابة على كل فقرة من فقرات اختبار الادراك البالغة (٢٠) فقرة فكان (١٥) ثانية .

أ – الصدق الظاهري Face Validity

وهو الفحص المبدئي لمحتويات الاختبار ، اي مطابقة فقرات الاختبار بالوظيفة المراد قياسها فاذا اقترب الاثنان كان الاختبار صادقا (ربيع ، ٢٠١٣ : ١١٧).

يتحقق هذا النوع من الصدق بعرض الاداة على مجموعة من المحكمين الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس (Kaplan,1982: 118) اذ عرضت فقرات اختبار الادراك بصيغتها الاولية البالغة (٢٠) فقرة مع مجالاته الخمسة ملحق (٦) على مجموعة من المحكمين من الخبراء والمتخصصين في التربية وعلم النفس وكان عددهم (١٥) محكم بين خبير ومختص ملحق (٤) وقد اسفرت ملاحظات وراء الخبراء تعديل صورة المنطاد الى صورة طائرة حربية في الفقرة رقم (٣) في مجال (٣) المقارنة وتعديل صورة الطبل الى صورة سماعة طبيب في الفقرة (٣) في مجال (٤) تكوين التمثيل الادماجي ، لانها لم تحصل على نسبة اتفاق (٨٠%) وايضا لان قيمة مربع كاي كانت دالة، اما باقي الفقرات فقد حصلت على اتفاق جميع الخبراء.

تصحيح الأختبار :

يتم تصحيح اجابات الاطفال طبقاً للتعليمات التي وضعتها الباحثة لكل مجال من مجالات اختبار الادراك , وبذلك تكون درجة الطفل الكلية في الأختبار مساوية لمجموع الدرجات التي يحصل في مجالات الأختبار، وتعطي الدرجات للطفل وفق الزمن المحدد لكل فقرة من فقرات الأختبار وبما ان الاطفال مختلفون في درجة الإدراك فهناك الطفل سريع الادراك والطفل بطيء الادراك لذلك يتم اعطاء الدرجات (بعد اخذ رأي الخبراء المختصين في علم النفس التربوي والقياس والتقويم, ملحق (١)) كما ياتي :

اذا أجب الطفل اجابة صحيحة أثناء (١٥) ثانية على كل فقرة اي (بمجموع (٥) دقائق للمجالات الخمسة) تعطى له درجة واحدة واذا اجاب عليها اجابة خاطئة او ناقصة يعطى له صفر ، لذا فإن

أعلى درجة يحصل عليها الطفل هي (٢٠) درجة وأقل درجة يحصل عليها الطفل هي صفر ومتوسط نظري قدره (١٠) درجة .

مجالات إختبار الإدراك (وصف الإختبار):

ان الإختبار يتكون من (٥) مجالات لقياس الإدراك لدى اطفال الرياض تم اعتمادها من نظرية كارول (١٩٨١) في معالجة المعلومات تم التوصل اليها من تحليل منطقي للمهام وهي:

- ١- مجال الفهم
- ٢ - مجال التكامل الإدراكي
- ٣ - مجال المقارنة
- ٤ - مجال تكوين تمثيل ادماجي
- ٥ - مجال تنفيذ الاستجابة

* مؤشرات صدق البناء:

التحليل الاحصائي لفقرات اختبار الادراك :

تم تطبيق الاختبار على عينة البناء البالغ عددهم (٤٢٠) طفلا وطفلة في (١٢) روضة من الرياض التابعة لمديريات التربية الست في مدينة بغداد لسنة (٢٠١٣-٢٠١٤) لاستخراج :

١- صعوبة الفقرات

واظهرت النتائج ان جميع الفقرات ذات صعوبة مقبولة حسب معيار داووني Downi لان صعوبة

جميع الفقرات تراوحت بين (٢٠% - ٨٠%)

٢- القوة التمييزية لفقرات مقياس الادراك:

واظهرت النتائج ان جميع قيم مربع كاي المحسوبة اعلى من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) وهذا يعني ان جميع فقرات مقياس الادراك مميزة ودالة احصائيا.

٣- اسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لاختبار الادراك:

ويتبين ان جميع فقرات اختبار الادراك ذات معامل ارتباط دال اي صادقة ، لان القيمة المحسوبة اكبر

من القيمة الجدولية (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٤١٨)

٤- اسلوب ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال لاختبار الادراك:

ويقصد به ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة بدرجة المجال، ويعد هذا المجال من ادق الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للفقرات (العيسوي ،١٩٨٥: ٩٥) وتشير انستازي (Anastasi,1976) الى ان معامل الارتباط بين درجة الفقرة بدرجة المجال يعد مؤشرا لصدق بناء المقياس (Anastasi,1976:154) . استعملت الباحثة معامل ارتباط بوينت بايسيربال لايجاد العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس ودرجات كل مجال من المجالات الخمس .

في الاختبار عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٨) تم استعمال عينة التحليل ذاتها من اطفال الرياض وتبين ان جميع الفقرات دالة احصائيا كون جميع القيم المحسوبة اعلى من القيم الجدولية (٠,٠٩٨) .

٥- مصفوفة الارتباطات الداخلية لاختبار الادراك :

قامت الباحثة باستخراج معامل الارتباط بين المجالات بعضها مع بعض الاخر وارتباط المجالات بالدرجة الكلية للاختبار (الادراك) باستعمال معامل ارتباط بيرسون ، وظهرت النتائج ان جميع الارتباطات دالة موجبة لان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٨) وهذا يشير الى هدف بناء اختبار الادراك .

الفصل الرابع

نتائج البحث ومناقشتها

سيتم عرض نتائج البحث ومن ثم تفسيرها على وفق اهداف البحث :

اولا : عرض النتائج

الهدف الاول تعرف الادراك لدى اطفال الرياض .

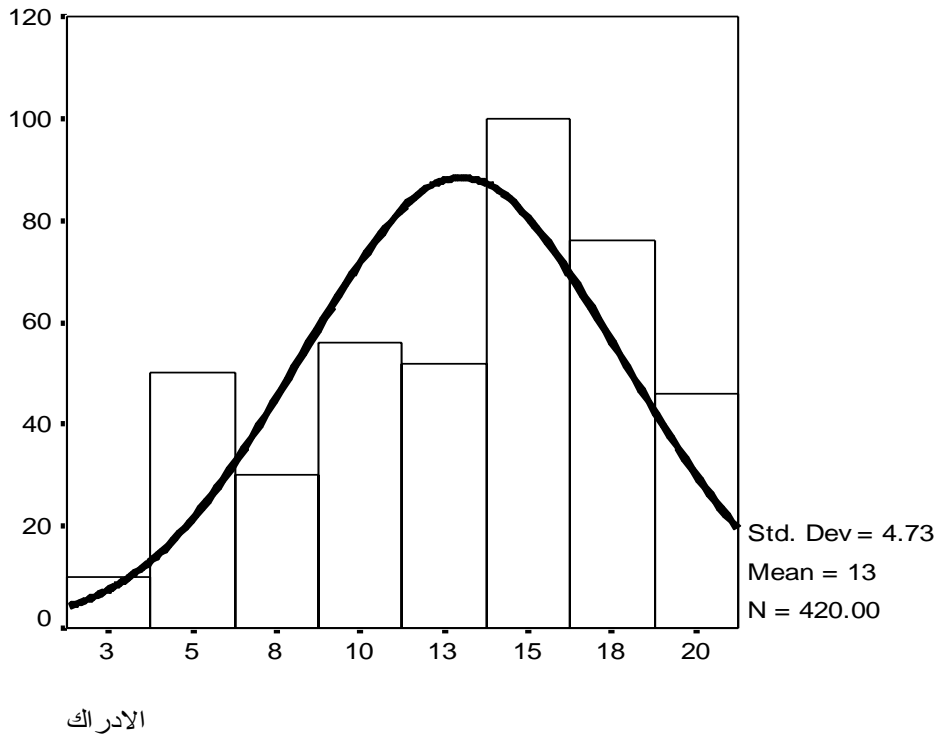
لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة , وظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (١٢,٩٧٥) اعلى من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٩) , اي توجد فروق جوهرية وليست ناشئة عن الصدفة ولصالح المتوسط الحسابي للادراك , اذ ظهر ان المتوسط الحسابي للادراك البالغ (١٢,٩٩٥٢) اكبر من المتوسط النظري والبالغ (١٠) والجدول (٣) يوضح ذلك .

الجدول (٣)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للادراك .

المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية *		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الادراك	٤٢٠	١٢,٩٩٥٢	٤,٧٣٠٩٤	١٠	١٢,٩٧٥	١,٩٦	دال

القيمة التائية الجدولية تساوي (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٤١٩) (الشايب) واذا ما نظرنا الى طبيعة توزيع درجاتهم نرى انها قد انتشرت بشكل طبيعي والشكل (١) يوضح ذلك :



الشكل البياني (١) توزيع الدرجات حسب ادراك اطفال الرياض
 الهدف الثاني: تعرف الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الادراك تبعا لمستويات وجبة الفطور (منخفض, متوسط, مرتفع). لتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل التباين الاحادي , وظهرت النتائج ان القيمة الفائية المحسوبة (٣٧٥,٥١٧) اعلى من القيمة الفائية الجدولية (٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (٤١٧,٢) اي توجد فروق جوهرية وليست ناشئة عن الصدفة بين مستويات وجبة الفطور (منخفض, متوسط, مرتفع) في الادراك والجدول (٤) يوضح ذلك
 الجدول (٤) نتائج تحليل التباين الاحادي للفروق في الادراك تبعا لمستويات وجبة الفطور (منخفض, متوسط, مرتفع).

الدالة	القيمة الفائية المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
دالة	٣٧٥,٥١٧	٣٠١٤,٩٧٧	٢	٦٠٢٩,٩٥٤	بين المجموعات
		٨,٠٢٩	٤١٧	٣٣٤٨,٠٣٦	داخل المجموعات
			٤١٩	٩٣٧٧,٩٩٠	الكلية

القيمة الفائية الجدولية تساوي (٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (٤١٧,٢)

وهذا يعني عدم تساوي متوسطات مستويات وجبة الفطور (منخفض، متوسط، مرتفع) في الادراك ، ولتحديد اي من هذه المتوسطات اعلى بدلالة احصائية من غيرها فقد استعملت طريقة شيفيه للمقارنات المتعددة البعدية بين مستويات وجبة الفطور الثلاثة، والجدول (٥) يوضح ذلك

الجدول (٥) اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاثة (المنخفض، المتوسط، المرتفع) في الادراك

رقم المقارنة	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الفرق بين المتوسطين	قيمة شيفيه الحرجة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
١	منخفض	٨٧	٦,٩٣١٠	٤,٦٦٦٠	٠,٩٥٥	دالة لصالح المتوسط
	متوسط	١٣٤	١١,٥٩٧٠			
٢	منخفض	٨٧	٦,٩٣١٠	٩,٦٥٦٩	٠,٨٩٢	دالة لصالح المرتفع
	مرتفع	١٩٩	١٦,٥٨٧٩			
٣	متوسط	١٣٤	١١,٥٩٧٠	٤,٩٩٠٩	٠,٧٧٥	دالة لصالح المرتفع
	مرتفع	١٩٩	١٦,٥٨٧٩			

عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجات حرية (٤١٧,٢)

يتضح من الجدول (٤) ان هناك فرق دال احصائيا، اذ ظهر ان متوسط مجموعة الاطفال ذوي الافطار المتوسط اعلى من متوسط مجموعة الاطفال ذوي الافطار المنخفض في الادراك ، اذ كانت قيمة الفرق بين المتوسطين (٤,٦٦٦٠) اعلى من قيمة شيفيه الحرجة (٠,٩٥٥) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجات حرية (٤١٧,٢) .

- كما ان هناك فرق دال احصائيا اذ ظهر ان متوسط مجموعة الاطفال ذوي الافطار المرتفع اعلى من متوسط مجموعة الاطفال ذوي الافطار المنخفض في الادراك ، اذ كانت قيمة الفرق بين المتوسطين (٩,٦٥٦٩) اعلى من قيمة شيفيه الحرجة (٠,٨٩٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجات حرية (٤١٧,٢) .

- وان هناك فرق دال احصائيا اذ ظهر ان متوسط مجموعة الاطفال ذوي الافطار المرتفع اعلى من متوسط مجموعة الاطفال ذوي الافطار المتوسط في الادراك ، اذ كانت قيمة الفرق بين المتوسطين

(٤,٩٩٠٩) اعلى من قيمة شيفيه الحرجة (٠,٧٧٥) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجات حرية (٤١٧,٢) .

الهدف الثالث : تعرف العلاقة الارتباطية بين وجبة الفطور لدى طفل الروضة والادراك وفق متغيرات:

أ - المرحلة (روضة- تمهيدي)

ب - الجنس (ذكور - اناث)

ولاجل تحقيق هذا الهدف تم ايجاد العلاقة من خلال استعمال معامل ارتباط بيرسون كما استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط لمعرفة العلاقة بين وجبة الفطور لدى طفل الروضة والادراك لكل فئة من فئات العينة (الروضة, التمهيدي) (الذكور, الاناث) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكما موضح في جدول (٦)

الجدول(٦) قيم معاملات ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة معامل ارتباط لاجاد العلاقة بين وجبة الفطور والادراك تبعا لمتغيرات المرحلة والجنس

العينة	العدد	قيمة معامل الارتباط بين وجبة الفطور والادراك	القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط		الدلالة (٠,٠٥)
			المحسوبة	الجدولية	
الروضة	٢٢٤	٠,٦٨٠	١٣,٨٢٢	١,٩٦	دالة
التمهيدي	١٩٦	٠,٦٣٧	١١,٥٠٩	١,٩٦	دالة
الذكور	٢١٤	٠,٦٦٧	١٣,٠٣٤	١,٩٦	دالة
الاناث	٢٠٦	٠,٧٩٤	١٨,٦٥٤	١,٩٦	دالة
للعينة ككل	٤٢٠	٠,٧٠٥	٢٠,٣٢٣	١,٩٦	دالة

وتشير النتائج المعروضة في الجدول (٦) الى الاتي :

١ - وجود علاقة ايجابية دالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متغيري وجبة الفطور والادراك لدى طفل الروضة , اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (٠,٦٨٠), ولمعرفة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وتبين ان القيمة التائية المحسوبة

لدى طفل الروضة البالغة (١٣,٨٢٢) اعلى من القيمة التائية المحسوبة البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢٢) .

٢ - وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متغيري وجبة الفطور والادراك لدى طفل التمهيدي , اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (٠,٦٣٧) ولمعرفة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وتبين ان القيمة التائية المحسوبة لدى الطفل البالغة (١١,٥٠٩) اعلى من القيمة التائية المحسوبة البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٤) .

٣- وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متغيري وجبة الفطور والادراك لدى الاطفال الذكور , اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (٠,٦٦٧) ولمعرفة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وتبين ان القيمة التائية المحسوبة لدى الذكور البالغة (١٣,٠٣٤) اعلى من القيمة التائية المحسوبة البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢١٢) .

٤ - وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متغيري وجبة الفطور والادراك لدى الأطفال الإناث , اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (٠,٧٩٤) ولمعرفة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وتبين ان القيمة التائية المحسوبة لدى الاناث البالغة (١٨,٦٥٤) اعلى من القيمة التائية المحسوبة البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٠٤) .

٥ - وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متغيري وجبة الفطور والادراك لدى العينة ككل , اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (٠,٧٠٥) ولمعرفة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وتبين ان القيمة التائية المحسوبة للعينة ككل البالغة (٢٠,٣٢٣) اعلى من القيمة التائية المحسوبة البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٨) .

الهدف الرابع: تعرف الفروق في العلاقة بين وجبة الفطور لدى طفل الروضة والادراك وفق متغيرات

أ- المرحلة (الروضة_تمهيدي)

ب- الجنس (ذكور_اناث)

ولأجل تحقيق هذا الهدف تم ايجاد الفروق في العلاقة بين وجبة الفطور والادراك بين اطفال (الروضة والتمهيدي) وايضا بين اطفال الذكور والاناث) بواسطة استعمال الاختبار التائي لدلالة معامل ارتباط لمعرفة الفروق بين اطفال (الروضة والتمهيدي) وبين الاطفال (الذكور والاناث) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكما موضح في الجدول (٧)

الجدول (٧) الاختبار التائي لايجاد الفروق في العلاقة بين وجبة الفطور والادراك تبعا لمتغيرات المرحلة والجنس

المقارنة	المتغيرات	العدد	قيمة معامل الارتباط	قيمة فيشر المعيارية	القيمة الزائفة	الدالة
١	الروضة	٢٢٤	٠,٦٨٠	٠,٨٢٩	المحسوبة الجدولية	غير دالة
	التمهيدي	١٩٦	٠,٦٣٧	٠,٧٥٤		
٢	الذكور	٢١٤	٠,٦٦٧	٠,٨٠٦	المحسوبة الجدولية	غير دالة
	الاناث	٢٠٦	٠,٧٩٤	١,٠٨٣		

القيمة الزائفة الجدولية تساوي (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٨)

وتشير النتائج المعروضة في الجدول (٧) الى الاتي

- ١- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين وجبة الفطور والادراك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين اطفال الروضة والتمهيدي اذ بلغت القيمة الزائفة المحسوبة (٠,٠٣٤) اقل من القيمة الزائفة الجدولية الباقية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٨)
- ٢ - عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين وجبة الفطور والادراك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين الاطفال الذكور والاناث , اذ بلغت القيمة الزائفة المحسوبة (٠,١٢٧) اقل من القيمة الزائفة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤١٨) .

ثانيا: تفسير النتائج ومناقشتها

سيتم تفسير النتائج ومناقشتها التي توصل اليها البحث الحالي على وفق اهدافه وعلى النحو

الاتي:

الهدف الاول :-

لقد اظهرت النتائج في الجدول (٣) ان هناك فروقا دالة احصائية بين الوسط الحسابي للعينة ككل والوسط الفرضي لاختبار الادراك وذلك بتفوق الوسط الحسابي للعينة على الوسط الفرضي , وهذا يشير الى تمتع عينة اطفال الرياض بادراك الذي يعتمد بدرجة كبيرة على الاحساس الذي ينقل من العالم الخارجي المثيرات المختلفة كالرموز والاشارات الى المراكز الحسية التي تقوم بنقلها عن طريق الاعصاب والخلايا الحسية الى الدماغ حيث يقوم بتفسيرها وتحليلها ثم تحويلها الى معرفة ادراكية ثم يتم تخزينها لتصبح خبرة مكتسبة , وهذه الخبرات المتراكمة عبر سنوات النمو تسهم في تكوين بنية الفرد الادراكية وهذا ما اكدته (كارول ١٩٨١) في نظريتها كون الادراك يتكون من (٥) مكونات ادراكية تعمل مع بعضها البعض لتكون المعرفة الادراكية وهذه المكونات هي (الفهم , التكامل الادراكي , المقارنة , تكوين تمثيل ادماجي , وتنفيذ الاستجابة) .

تحسنت قدرتهم على تذكر المعلومات , ومن العوامل التي من شأنها ان تجعل التذكر اكثر سهولة هو ان الاطفال يزداد حصولهم على المعلومات بتقدم العمر ونتيجة لذلك يصبح من الاسهل عليهم ان يقوموا بترميز المعلومات التي يريدون تذكرها كما يزداد احتمال استخدامهم لبعض الاستراتيجيات التي

تعين على ترميز المعلومات واختزانها التي اكدت عليها (كارول ١٩٨١) كون الترميز يسهل عملية التذكر لدى الاطفال خصوصا والكبار عموما .

الهدف الثاني :-

من الجدول (٤) اتضح ان الفرق دال احصائيا بين مستويات وجبة الافطار والادراك وبعد استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية الثنائية اظهرت النتائج في الجدول (٥) تفوق المستويين المتوسط والمرتفع لوجبة الافطار على المستوى المنخفض للعملية العقلية (الادراك) وهذا يعني وجود علاقة طردية بين تناول وجبة الافطار وبين العملية العقلية الادراك, فكلما كانت وجبة الافطار ذات قيمة غذائية عالية وصحية كان فهم واستيعاب الطفل عاليا وجعله اكثر يقظة وانتباها وتركيزا وزاد من مستوى نشاطه اليومي واحرز توازن نفسي واجتماعي لاسيما عند لعبه مع اقرانه وساهم في اعتدال مزاجه عند حصوله على الطاقة الكافية للجسم .

الهدف الثالث :-

اظهرت النتائج في الجدول (٦) ان العلاقة دالة باستعمال معامل بيرسون بين متغير وجبة الفطور لدى طفل الروضة والعمليات العقلية , ولمعرفة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وتبين ان جميع القيم التائية المحسوبة لكل فئة من فئات العينة (الروضة - التمهيدي - الذكور - الاناث) اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وهذا يشير الى ان افراد العينة ككل متاثرون بنفس الظروف البيئية , التي ساعدتهم على تناول وجبة الفطور ذات القيمة الغذائية العالية والتي تمدهم بالطاقة وترفع من مستوى الفهم والاستيعاب

الهدف الرابع: اظهرت النتائج في الجدول (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين وجبة الفطور والعملية العقلية (التذكر) بين اطفال (الروضة والتمهيدي) وبين (الذكور والاناث) ,حيث تبين ان جميع القيم الزائية المحسوبة اقل من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يشير الى عدم وجود فروق بين اطفال الروضة والتمهيدي من حيث نوعية وجبة الفطور التي يتناولونها صباحا كما لا يوجد فروق بين الاطفال (الذكور والاناث) سواء من حيث القيمة الغذائية او مستوى الطاقة , وذلك لان اطفال الروضة والتمهيدي من الذكور والاناث يحتاجون الى تناول وجبة غذائية متكاملة تزود اجسامهم بالطاقة والعناصر الغذائية من اجل اغداء نشاطاتهم اليومية المختلفة بشكل ممتع ومفيد.

ثالثا : الاستنتاجات :-

استنادا الى النتائج التي توصل اليها البحث استنتجت الباحثة ما ياتي :-

- ١ - تمتع عينة اطفال الرياض بادراك عال .
- ٢ - وجبة الفطور العالية والمتوسطة القيمة الغذائية يتناولها الاطفال اكثر من المستوى الغذائي المنخفض.
- ٣ - لا يوجد فروق بين اطفال الروضة والتمهيدي في تناولهم وجبات غذائية عالية القيمة الغذائية .

- ٤ - توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في تناولهم الوجبة الغذائية العالية القيمة الغذائية ولصالح الاناث .
- ٥ - تُعدّ روجبة الفطور من اهم الوجبات اليومية لكل الفئات العمرية لاسيما اطفال الرياض وطلبة المدارس سواء كانوا من الذكور والاناث .
- ٦- تمد الاطفال بالطاقة والنشاط اللازمين لنمو الجسم والعقل .
- ٧ - تزيد من قدرة الاطفال على الاستيعاب والفهم .
- ٨ - تكسب الطفل توازن نفسي واجتماعي مع اقرانه .
- ٩ - تكسب الطفل اعتدال مزاجه لاسيما عند لعبه مع الاطفال الاخرين .
- ١٠ - تحمي الاطفال من الاصابة بامراض سوء التغذية .
- ١١ - عدم تناول وجبة الافطار يسبب الاعياء والجهد والتعب والخمول .
- ١٢ - ان عدم تناول وجبة الافطار تزيد فرصة تناول الاطفال للمأكولات السريعة التي تسبب اصابة الاطفال بامراض وبائية معدية عديدة .
- ١٣- ان وجبة الافطار تحافظ على نسبة السكر الطبيعية في الدم مما تعمل على زيادة قوة التحمل والحيوية خصوصا عند الاطفال .
- رابعا : التوصيات :-

- صاغت الباحثة التوصيات الاتية على ضوء ما اسفر عنه البحث من نتائج :-
- ١ - توفير التغذية المدرسية المجانية لاطفال الرياض والمدارس من قبل وزارة التربية مع مراعاة كمية ونوعية القيمة الغذائية للطعام المقدم لهم .
- ٢ - الاهتمام بغذاء الاطفال الجيد المتكامل كما ونوعا الذي يحتوي على البروتين الحيواني بواسطة دعم وزارة التجارة لمحتويات البطاقة التموينية .
- ٣ - تعميق الثقافة الغذائية للاسرة العراقية عبر وسائل الاعلام المختلفة .
- ٤ - للأعلان التلفزيوني تاثير كبير على ثقافة وسلوك الاطفال لذا كان من الضروري فرض رقابة رسمية لاي برنامج غذائي او دعاية غذائية في التلفزيون .
- ٥ - توجيه وسائل الاعلام والدعاية الغذائية الى ما يخدم الاهداف الصحية والتاكيد على الاغذية ذات القيمة الغذائية العالية .
- ٦ - اكساب الاطفال العادات الغذائية السليمة بشكل ملموس عن طريق نشر كتيبات ملونة موجهة للطفل توزع مجانا .
- ٧ - على ادرارة الروضة متابعة نمو الاطفال عن طريق قياس الوزن والطول وحجم الراس ومقارنتها بالمعيار العالمي .

خامسا : المقترحات : اقترحت الباحثة :-

- ١ - إجراء دراسة عن وجبة الفطور وعلاقتها بالادراك لدى اطفال الملاجئ .
- ٢ - إجراء دراسة مقارنة للادراك لدى الاطفال الملتحقين برياض الاطفال وغير الملتحقين بها .
- ٣ - بناء برنامج تدريبي لتنمية الادراك عند اطفال الرياض .
- ٤ - إجراء دراسة مقارنة للادراك بين المناطق الشمالية والمناطق الجنوبية في العراق .
- ٥ - إجراء دراسة عن وجبة الفطور وعلاقتها بالادراك لدى الاطفال المتواجدين في الريف .
- ٦ - إجراء دراسة مماثلة على تلامذة المدارس .

Abstract

The right of a child to obtain a sufficient quantity and variety, healthy and safe from the elements in the food and breakfast is one of the most important rights to be able to perform his mental and physical properly and sound. And that not eating breakfast leads to delayed maturation of mental function as well as behavior problems, and that this is happening due to the decline of taken daily for some important nutrients during the first four years of the child's age, also affect the performance of the mental processes, especially (attention, perception, memory) because the child in the process of growth, which is determined by the dimensions of physical, mental and motor and cognitive task at this stage. Research has identified goals Do you know:

1 - cognition in children Kindergarten

2 - statistically significant differences in cognition depending on the levels of breakfast (low, medium, high).

3 - correlation between meal Alaftorldy children, Kindergarten according to cognitive variables: stage (first class, second) and sex (male, female).

4 - the differences in the relationship between breakfast with kindergarten children and cognitive variables according to a - stage (first class- second) b - sex (males - females).

To achieve the goals of research selected sample of children Riyadh in the city of Baghdad was (420) boys and girls were selected from (12) kindergarten random method Tabiqih rate (35) child of every kindergarten has the researcher calculates the nutrients and energy in the breakfast through outsource laboratories Institute nutrition Research at the Ministry of Health also has built (3) tests mentality is (attention, perception, memory) has offered these three tests on a group of arbitrators, experts and specialists in educational and psychological sciences, who are (15) expert to demonstrate the validity of the items of the scale, has been used researcher indicators of sincerity are (honesty virtual and certified construction) either the stability tests were extracted researcher for each test two types of stability has reached stability coefficient to test the attention in a way re-test (0.73) and the way retail midterm (0.75) and total reliability coefficient for testing cognition in a way re-test (0.80) and the way retail midterm (0.82) and total reliability coefficient to test the memory in a way re-test (0.76) and the way retail midterm (0.78).

In light of the goals of current research and after the application of the tests on the sample and analyze their responses statistically using a test t-for one sample correlation coefficient Point Baacyrial and testing t-testing Zaúa to denote correlation coefficients and analysis of variance test (Scheffe) research found the following results:

- 1 - The children of Kindergarten eat foods with high nutritional value.
- 2 - The children of Kindergarten eat nutritious foods more than non-nutritious foods.
- 3 - that provide health diets higher energy diets unhealthy.
- 4 - Enjoy the sample children Kindergarten attentively and recognize and remember loud.
- 5 - the breakfast of high and medium nutritional value covered only children more than the low level of food.
- 6 - There is no difference between firstclass and second in eating meals of high nutritional value.
- 7 - no statistically significant differences between males and females in eating a meal high nutritional value and in favor of females.

In light of the results of research and the researcher has developed a number of recommendations are:

- 1 - Provide nutrition free school for the children of Kindergarten by the Ministry of Education, taking into account the quantity and quality of the nutritional value of the food provided to them.
- 2 - Attention kids good diet Integrated quality and quantity that contains animal protein through the support of the Ministry of Commerce of the contents of the ration card.
- 3 - to deepen the culture of food for the families of Iraqi across various media. \
- 4 - television to announce a significant effect on the culture and behavior of children, so it was necessary to censor any formal program or diet food advertising on television.
- 5 - directing media and propaganda that serves food to the goals of health and an emphasis on food with high nutritional value.
- 6 - Giving children healthy eating habits significantly through the publication of booklets colorful child-oriented distributed free of charge.
- 7 - on the administration to monitor the development of kindergarten children by measuring the weight, height and head size and comparing the global standard

المصادر

اولا : المصادر العربية

ثانيا : المصادر الاجنبية

اولا : المصادر العربية

- القران الكريم

١. ابو علام ، رجاء محمود . (١٩٨٩) . مدخل الى مناهج البحث التربوي ، ط١ ، الكويت : مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع .
٢. بوقس ، نجاة عبدالله محمد (٢٠٠٤) مواضع النقص في الثقافة الغذائية لدى طالبات كلية التربية للبنات وعلاقته بتخصصهن، المجلد السابع، العدد الثالث، مجلة التربية العلمية: جامعة عين شمس .
٣. ربيع ، محمد شحاتة (٢٠١٣) قياس الشخصية، ط٤ ، عمان: دار النشر والتوزيع .
٤. الرحو ، جان سعيد ، (٢٠٠٥) اساسيات في علم النفس ، ط١ ، بيروت : دار العربية للعلوم .
٥. الزهراني ، مارية طالب (٢٠٠٧) العادات الغذائية واثرها على السلوك الغذائي ، جامعة ام القرى .
٦. الزهيري ، عبدالله محمد ذنون (٢٠٠٠) تغذية الانسان ، ط١ ، جامعة الموصل ، بغداد- العراق: دار الحكمة .
٧. الزياد ، فتحي مصطفى (٢٠٠٦) الاسس المعرفية للتكوين العقلي المعرفي وتجهيز المعلومات، ط٢ ، مصر : دار النشر للجامعات .
٨. السيد ، فؤاد البهي (١٩٧٤) الاسس النفسية للنمو، ط٣، عين شمس : دار الفكر العربي .
٩. الشالجي ، نزهت رؤوف (١٩٨١) واقع الهيئة التعليمية لرياض الاطفال في العراق ، بغداد ، المديرية العامة للتخطيط التربوي ، العدد (١٣٦) .
١٠. الطالب ، فاتن والقاسم، نوال ابراهيم. (١٩٩٧). تغذية الطفل ، ط١، جامعة بغداد : المكتبة الوطنية
١١. عفانة ، ابراهيم عبدالله ، الريماوي ، محمد ، ناصر ، خلود والبطران ، ماجد (٢٠٠٨) سياسة التغذية في المدارس ، الادارة العامة للصحة المدرسية ، وزارة التربية والتعليم العالي ، السلطة الوطنية الفلسطينية ، بتمويل من برنامج الامم المتحدة الانمائي (UDNP) كوريا .
١٢. العيسوي ، عبدالرحمن (١٩٨٥) سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، مصر: دار الفكر الجامعي.
١٣. قطامي ، يوسف (١٩٩٠) تفكير الاطفال تطوره وطرق تعليمه ، عمان : الاهلية للنشر والتوزيع .
- ١٤.
١٥. محجوب ، وجيه . (٢٠٠١). نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط١، مصر : مكتبة النهضة العربية .

١٦. مصيقر ، عبدالرحمن (١٩٨١) دراسة في العادات الغذائية في البحرين والممارسات الغذائية والمناسبات الاجتماعية ، البحرين .
١٧. _____ (٢٠٠٢) الغذاء والتغذية ، منظمة الصحة العالمية ، اكاديميا انترناشيونال ، بيروت - لبنان .
١٨. منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٢) الغذاء والتغذية ، المكتب الاقليمي لمنظمة الصحة العالمية للشرق الاوسط ، اكاديميا انترناشيونال ، بيروت ، لبنان .
١٩. اللهيبي ، نادية عبد الرحمن بن صويلح (٢٠٠٩) فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الوعي الغذائي لامهات ومشرفات اطفال التوحد ، جامعة ام القرى ، كلية التربية للاقتصاد المنزلي .
٢٠. وزارة التربية،(١٩٨٩)،نظام رياض الاطفال رقم (١١) لسنة (١٩٨٩)،مديرية رياض الاطفال،مطبعة وزارة التربية،بغداد
ثانيا : المصادر الاجنبية

1. Anstasi A.(1976) psychological Testing 4th , New york , , (Ed,Macmillan company.
2. Barbar , PauL(1988);Applied cognitive Psychology; Methuen & colta Ltd , London.
3. Baskaran,V.; mallshi,N.Q.; Shankara , R.and lokesh , B.R(1999).Acceptability of suppelmantery foods based on papped cereals and legumes suitable for viral mothers and children .J. Plant food for humans nutrition ,53:
4. Kaplan .R.M, Saccuzzo D.P, (1982) Psychollgical testing principles applications and issues,brookes, _Califonia , Cole publishing Company_Monterey.
5. Kleman , E. Hall , H. green . P, Korzeg Romirez , K , pattone . pagano and murpn (2002) . Piet breakfast and academic performance in children . Annals. of Nutrition metabolism .

ثالثاً:مواقع الانترنت

- ١ - مؤسسة الملك عبد العزيز للموهبة والابداع (٢٠١١)لكي يعمل العقل بكفاءة ،بوابة موهبة
www.mawhiba.org/Detail/s.aspx
- ٢موسى ،خيرية(٢٠١١) اهمية وجبة الفطور ،syria