

STUDY ON NUTRITIONAL BACKGROUND OF TEACHERS OF KINDERGARTEN

Hegazy, Haifaa H.

Nutrition and Food Science Dept., Faculty of Home Economics Um Qurah University., Mekka Al mokarama, Kingdom of Saudi Arabia.

دراسة الوعي الغذائي لدى معلمات مرحلة رياض الأطفال

هيفاء حسين حجازي

قسم التغذية وعلوم الاطعمة - كلية الاقتصاد المنزلي جامعة ام القرى - مكة المكرمة - المملكة العربية السعودية

الملخص

الاطفال نعمة عظيمة وثروة وطنية هائلة ويتوقف على حسن تنشئتهم والعناية بهم مستقبل امتنا وبلادنا. ويلعب المجتمع المحيط بنا دوراً مؤثراً في تربية الطفل. ورياض الأطفال هي المؤسسات الموكل بها امر تربية واعداد الأطفال ذهاباً وهي تقع في الفترة العمرية من 3-6 سنوات ولها اهمية كبيرة من الناحية الثقافية للطفل لكي تساعده على اكتساب العادات الصحية والغذائية السليمة فتزيد قدرته على مقاومة الامراض وهنا تتجلى اهمية الوعي الغذائي والعادات الغذائية السليمة لكل من له علاقة بتغذية الطفل. لذا نبعت فكرة البحث لدراسة الوعي لثقافة الغذائية لدى معلمات رياض الأطفال في اختيار وتحديد الاطعمة المقدمة حيث بلغ عدد افراد العينة 120 معلمة من الروضات الحكومية والاهلية وقد بلغت أعلى نسبة لل عمر 53,3% عند 25-35 سنة ولوحظ أعلى نسبة للمستوى التعليمي الثانوي والبلوغ 28,3% ووجد ان أعلى نسبة 51,7% من المعلمات ليس لديهن لطفال. كما بلغت أعلى نسبة لمن لهن اقل من سنتين في الخبرة 58,33% ووجد ان 51% من المعلمات لجنين بعدم وضع قائمة اسبوعية للطعام كما ان 83,3% منهن لا يأخذن رأي امهات الأطفال في ما يقدم من الاطعمة للأطفال وان 80% من المعلمات كان الطعام المقدم مكرر لديهن بالروضة ورأت 81,7% منهن ان الطفل يتناول الطعام في مجموعات وحوالي 65% منهن رأت ان الاطعمة تناسب الاحتياجات الغذائية للطفل كذلك 78,3% من المعلمات لا يقدمن للطفل حصة اضافية عند طلبه كما ان 86,7% منهن لا يراعي تناسب وزن الطفل مع ما يقدم للطفل من طعام و 61,67% منهن يقدمن الوجبة دون مراعاة الحالة الصحية للطفل. كما تم عمل تحليل غذائي لنوعية الاطعمة التي تقدم خلال الاسبوع في الروضة وذلك بهدف الوقوف على وعي المعلمات لما يتوافق مع احتياجات الطفل في مرحلة سن ما قبل للمدرسة. وتوصي الدراسة باهمية وضع نماذج متنوعة ومغذية لأطعمة وجبات الأطفال في سن ما قبل المدرسة واهمية وضع بدائل مناسبة من هذه الاطعمة لتفي بالاحتياجات الغذائية لهم وتناسب ادواقهم.

المقدمة

يعتبر الوضع للتغذية والصحي للأطفال مرآة لتطور المجتمع الذي يعيشون فيه وتعتبر التغذية المتوازنة والغذاء الامن أساسا لصحة الطفل ونموه الجسمي والعقلي والنفسي. وتعد مرحلة الأطفال ما قبل سن المدرسة (في عمر 3-6 سنة) مهمة جداً في تكوين وغرس السلوكيات الغذائية السليمة فيهم حيث تختلف السلوكيات الغذائية عند الأطفال في هذه المرحلة اختلافاً واضحاً في درجاتها وميقاتها من طفل إلى آخر كما تتميز هذه المرحلة بزيادة ملحوظة في نشاط وحركة الطفل وتطور قدراته في اللغة واكتساب العادات والسلوكيات ومن ضمنها الغذائية

وبوضحت الدراسات ان الأطفال في هذه المرحلة يمكن ان ينمووا نمواً حسناً اذا توافرت لديهم اطعمة مغذية ومتنوعة واذا تعلموا العادات الغذائية، وان لنموذج العائلة الغذائي والعادات الفردية في العائلة تأثيراً واضحاً في سن ما قبل المدرسة، حيث يكون الطفل تجربته من خلال ملاحظته لافراد العائلة في البيت او لآقرانه في رياض الأطفال.