

أحد البحوث العلمية بقسم بحوث ترشيد المرأة الريفية المنشورة عام ٢٠٠٩

الحالة الغذائية للفتيات الريفيات (١٤-١٨ سنة) في قريتين من قرى محافظة الأسكندرية

د/ عزة عبد الكريم الجزار د/ هيام محمد عبد المنعم

مجلة الجمعية العلمية للإرشاد الزراعي، مجلد ١٢، العدد الثالث، ٢٠٠٩م

الأهداف :

أبو الغيط الإعدادية بنات بالطريقة العشوائية أيضاً. وقد تشكلت شاملة البحث من ٢١٣ طالبة تتراوح أعمارهن من ١٤ - ١٨ سنة. وقد بلغ حجم العينة ١٤٦ مبحوثة تمثل ٣٠٪ من إجمالي الشاملة بكل مدرسة موزعة كالتالي: ١٧ مبحوثة بمدرسة الإصلاح الإعدادية بنات، و٧٩ مبحوثة من مدرسة عبد العال أبو الغيط الإعدادية بنات.

إستخدم في هذا البحث الإستبيان بالمقابلة الشخصية مع الفتيات المبحوثات في المدرستين وقد تم إختيار إستمارة الإستبيان مبدئياً علي عينة عشوائية قوامها ٣٠ مبحوثة بمدرسة الفاروق الإعدادية بنات التابعة للإدارة الزراعية بالمعمورة. محافظة الأسكندرية. وبعد إجراء التعديلات اللازمة إستخدمت الإستمارة لجمع البيانات المطلوبة والتي تمت خلال شهر مارس ٢٠٠٩.

النتائج :

١. وجد أن أعمار أكثر من ثلاث أرباع العينة (٧٦,٧٪) من ١٥-١٧ سنة بينما ٢١,٩٪ منهن

تهدف هذه الدراسة بصفة رئيسية إلى التعرف علي الحالة الغذائية للفتيات الريفيات في الفئة العمرية من ١٤-١٨ سنة. وذلك من خلال دراسة الأهداف التالية :

التعرف علي الخصائص الشخصية والأسرية للفتيات الريفيات المبحوثات وأسرهن. وتحديد مستوى المعرفة الغذائية للمبحوثات. والتعرف علي الممارسات الغذائية للفتيات الريفيات المبحوثات. ومقارنة تناول من بعض العناصر الغذائية للمبحوثات بالمقررات الغذائية الموصي بها. والتعرف علي طبيعة العلاقة الإرتباطية بين بعض المتغيرات المستقلة المدروسة ودرجة المعرفة الغذائية للفتيات للمبحوثات.

الطريقة البحثية :

أجري هذا البحث في محافظة الأسكندرية حيث تم إختيار قريتي البرنس القبلية وقرية حوض ١٢ التابعتين للإدارة الزراعية بالمعمورة بالطريقة العشوائية. ومنهما تم إختيار مدرستي الإصلاح الإعدادية بنات. وعبدالعال

بلغن السابعة عشر. أما بالنسبة لترتيب المبحوثة بين الإخوة فقد وجد أن أكثر من نصف العينة (٥٣,٤٪) كن في الترتيب الثاني أو الثالث.

٢. كما تبين من النتائج أن أكثر من نصف العينة (٥٧,٥٪) تنتمي إلى أسر عدد أفرادها من ٧-٥ أفراد. وأن ٦٣,٧٪ من أسر عينة المبحوثات أسر بسيطة. أما بالنسبة لعدد سنوات

تعليم الأب والأم فقد وجد أن نسبة الأمية للأمهات أعلى من مثيلتها للأباء حيث كانت ٣٢,٢٪ للأباء في حين بلغت ٦٥,٨٪ للأمهات. كما تبين أن ٧١,٩٪ من الآباء يعملون بمهن غير زراعية. وأن ٨٥,٦٪ من الأمهات لاتعملن.

٣. في حين كان مستوي المعرفة الغذائية لأكثر من نصف العينة من المبحوثات (٥٨,٩٪) كان متوسطاً. ٤. إتضح أن ٥١,٤٪ من المبحوثات يتناولن ٣ وجبات يومياً، وأن ٤٥,٩٪ من المبحوثات يتناولن أقل من ٣ وجبات يومياً، وكانت وجبة العشاء هي الوجبة الرئيسية لـ ٥٦,٢٪ منهن. وكذلك وجد أن ١٥,٧٪ منهن لا يتناولن وجبة الإفطار، في حين كانت ١١٪ منهن أحياناً ما يتناولن وجبة الإفطار. كما أن حوالي نصف العينة (٥٥,٥٪) تناولت وجبة الإفطار قبل الذهاب إلى المدرسة. وأن ٢٨,٨٪ تناولن الوجبة في أوقات

وتوصى الدراسة بالآتي:

١. الحرص على تناول وجبة الإفطار لما لها من أهمية في إمداد الجسم بإحتياجاته أثناء اليوم الدراسي، والمساعدة في رفع مقدرة الطلبة علي الإستيعاب والفهم والتحصيل. ٢. الحرص علي تناول الوجبات الثلاثة في المنزل.

٣. الحرص علي تناول السلطة، والخضروات الخضراء، و الفاكهة حيث تعتبر مصدراً هاماً للفيتامينات خاصة فيتامين أ،ج، وأيضاً المعادن مثل الحديد والكالسيوم.^٤

٤. الحرص على تناول الأغذية الغنية بالحديد والكالسيوم، والزنك.