

برنامج متنوع الأنشطة لتنمية بعض مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة فى ظل أزمة فيروس كورونا

A diversified program of activities to develop some self-care skills for a nursery child in light of the Corona virus crisis

إعداد

د/فاتن أحمد ربيع على

مدرس بقسم العلوم التربوية

كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة الفيوم

المستخلص

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على فاعلية برنامج متنوع الأنشطة فى تنمية مفهوم رعاية الذات لدى طفل مرحلة الحضانة فى ظل أزمة فيروس كورونا المستجد، وقد تم تطبيق البحث على عينة مكونة من (٣٠) طفلاً وطفلة (١٥) طفلاً وطفلة للمجموعة التجريبية، (١٥) طفلاً وطفلة للمجموعة الضابطة من الأطفال الملتحقين بحضانة عسايفر الجنة" الملحقة بكلية التربية للطفولة المبكرة جامعة الفيوم ، وتم إستخدام المنهج شبه التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة، ومن أدوات البحث قائمة مهارات الرعاية الذاتية ومقياس الرعاية الذاتية المصور لطفل الحضانة.

وقد توصل البحث الى مجموعة من المهارات الفرعية لمهارة الرعاية الذاتية وتحددت فى (مهارة التغذية الصحية- مهارة النظافة الشخصية- المحافظة على النفس ضد المخاطر- الإستقلالية فى قضاء بعض الاحتياجات الشخصية) ، وقد أظهرت نتائج البحث فاعلية البرنامج متنوع الأنشطة فى تنمية بعض مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة ، وأوصى البحث بضرورة إدراج تلك المهارات ضمن البرنامج اليومي لطفل الحضانة والإهتمام بإجراء المزيد من البحوث حول تنمية مهارات طفل الحضانة فى ظل أزمة فيروس كورونا المستجد .

الكلمات المفتاحية:

برنامج متنوع الأنشطة

مهارات رعاية الذات

طفل الحضانة

فيروس كورونا المستجد

A diversified program of activities to develop some self-care skills for a nursery child in light of the Corona virus crisis

Abstract:

The current research aims to identify the effectiveness of a diversified program of activities in developing the concept of self-care for a nursery child in light of the emerging corona virus crisis, and the research was applied to a sample of (30) boys and girls (15) boys and girls for the experimental group (15) children. And a girl for the control group of children enrolled in the Birds of Paradise Nursery, which is attached to the Faculty of Early Childhood Education, Fayoum University.

The research reached a set of sub-skills for the skill of self-care, which were identified in (the skill of healthy nutrition - the skill of personal hygiene - self-preservation against risks - independence in fulfilling some personal needs). For the nursery child, and the research recommended the need to include these skills within the daily program of the nursery child and to pay attention to conducting more research on developing the skills of the nursery child in light of the emerging crisis of the Corona virus.

key words:

Diverse program of activities.

Self-care skills.

baby nursery.

novel corona virus.

مقدمة

إن تنمية مفهوم الرعاية الذاتية لدى أطفال الحضانة مطلب حيوي، يحتاج إليه الأطفال في ظل أزمة فيروس كورونا المستجد، من أجل حياة آمنة دون مخاطر تؤثر على صحة أطفالنا في هذه المرحلة المبكرة من عمر الطفل.

وقد أشار شريف ٢٠١٤، الى أن تعليم الطفل المحافظة على نفسه ضد المخاطر والتي تُعد إحدى مهارات الرعاية الذاتية من اهم أبعاد التربية المستقبلية على اعتبار أنهم رجال الغد وثروة المستقبل وعماد التنمية الشاملة.

(شريف، ٢٠١٤، ١٤٩)

وتعتبر مهارات رعاية الذات من المهارات الأساسية التي يحتاج الأطفال لتعليمها والتدريب عليها لمساعدتهم في التغلب على ما يواجههم من مواقف يومية ، فإكتساب الأطفال لتلك المهارات يؤدي إلى رفع كفاءتهم وقدراتهم في جميع المراحل العمرية الأمر الذي يتيح لهم فرصة التعامل مع الحياة بسهولة ويسر .

(محمد ، ٢٠١٣ ، ٩٣)

وهذه المهارات يمكن تنميتها لدى طفل الحضانة من خلال الأنشطة المتنوعة التي تخططها وتنفذها معلمة الحضانة وقد أوصت دراسة الدريني ٢٠٢٠ بضرورة تدريب الطفل في سن مبكرة على إتباع مهارات رعاية الذات في مختلف المواقف الحياتية، كما أوصت نتائج دراسة (يوسف ٢٠٢١) بضرورة التأكيد على المعلمات بتنمية المهارات الحياتية ومهارات الرعاية الذاتية التي تساعد الطفل على التعايش مع جائحة كورونا ، وضرورة ادراجها في البرنامج اليومي لطفل الحضانة.

أيضاً أشارت دراسة (الشمري ٢٠١٩) إلى ضرورة تنمية مهارات رعاية الذات في تكوين شخصية الطفل وممارسة حياته بصورة طبيعية ومواجهة تحديات الحياة.

ويشير حسن ، ٢٠١٦ إلى أن مهارات العناية بالذات تشتمل على مجالات متنوعة، ولكن يوجد أربعة مجالات رئيسية يجب الإهتمام بتدريب الطفل عليها منذ الصغر وهي مهارات تناول الطعام والشراب، ومهارات النظافة الشخصية، ومهارات المظهر العام، ومهارات الأمن والسلامة ولذلك يوصي الباحث بالتركيز على

المجالات الأربعة لمهارات العناية بالذات في التدريب أولاً قبل الاهتمام بالمجالات الأخرى.

(حسن، ٢٠١٦، ٣٢٩)

بالنسبة للطفل

ويحتاج طفل الحضانة الذي يتراوح عمره من ٢ إلى ٣ سنوات أن يكون هناك فرصة للسماح له بالقيام بالمهارات الحياتية، فهي ليست بالشيء الصعب على هؤلاء الأطفال طالما أتيحت لهم الفرصة المناسبة لأداء هذه المهارات من خلال الخبرة المباشرة وبطرق بسيطة.

(يوسف، ٢٠١٩، ٦٣٢)

وفي ظل الظروف الحالية لأزمة كورونا يحتاج الأطفال الصغار إلى تنمية المهارات التي تؤهلهم لمواجهة تحديات هذا الفيروس المستجد ، ومهارات رعاية الذات من أهم المهارات التي ينبغي الاهتمام بها لإرتباطها بصحة أطفالنا والمحافظة على أرواحهم، وهذا ما دعا الى ضرورة القيام ببحث عن تنمية مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة في ظل أزمة كورونا.

مشكلة البحث

تُعد مهارات الرعاية الذاتية من المهارات الهامة التي يجب الاهتمام بتنميتها لدى الطفل منذ الصغر خاصّة في ظل الظروف الحالية لإنتشار فيروس كورونا ،حيث تظهر الحاجة الملحة لتنمية مفاهيم الرعاية الذاتية لطفل الحضانة وذلك من أجل الحفاظ على صحة وسلامة الطفل في هذه المرحلة.

وتتضح مشكلة البحث الحالي في ندرة الدراسات والبحوث المُعدة من قبل المتخصصين في مجال الرعاية الذاتية لطفل الحضانة ،وفي حدود علم الباحثة لم توجد أى دراسات تناولت مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة في ظل أزمة فيروس كورونا ، فجميع الدراسات العربية التي تم الاطلاع عليها تهتم بتنمية مهارات الرعاية الذاتية لطفل الروضة ،ولا يوجد غير بحث واحد لفئة أطفال الحضانة وهو بحث (يوسف ٢٠١٩) ،حيث هدف البحث الى التعرف على فاعلية برنامج أنشطة متكاملة قائم على الألعاب التربوية لتنمية بعض المهارات الحياتية لطفل الحضانة ،وتوصلت

النتائج الى فاعلية الالعاب التربوية فى تنمية بعض المهارات الحياتية لطفل الحضانة وهى مهارات الاعتماد على النفس والنظافة الشخصية والاهتمام بالبيئة المحيطة. وقد أكدت ذلك دراسة فراج (٢٠١٩) حيث توصلت الى أنه على الرغم من أن تنمية المهارات الحياتية ومهارات الرعاية الذاتية من الأمور التي أصبحت اليوم ضرورية لحياة أي مجتمع إلا أنها لم تأخذ حظها من الإهتمام في العديد من الدول العربية في مرحلة الطفولة المبكرة، وكذلك، لم تكن هناك استراتيجيات واضحة للمهارات الحياتية في مرحلة ما قبل المدرسة.

كما تتحدد مشكلة البحث أيضاً فى شكوى الأمهات المتكررة من وجود قصور فى الوعي بالتغذية الصحية لدى أطفال الحضانة. وقد أشارت دراسة (منسى ، وآخرون ٢٠٢١) الى قلة خبرة الأطفال بالثقافة الصحية والإجراءات الاحترافية الوقائية والصحية مثل عدم الإهتمام بالنظافة الشخصية وأيضاً ضعف الاهتمام بتناول الطعام الصحى ، بالاضافة الى عدم كفاية الانشطة المتضمنة فى المنهج الجديد 2.0 والخاصة بتنمية مهارات الثقافة الصحية والوقائية.

(منسى ، وآخرون، ٢٠٢١ ، ٨١٢:٨١٤)

كما لاحظت الباحثة عدم إهتمام الأطفال بتطبيق الإجراءات الاحترافية خلال فترة تواجدهم فى الحضانة وذلك لوجود قصور فى الوعي بأهمية المحافظة على النفس ضد المخاطر.

إضافة الى ماسبق فقد تم إعداد دراسة استطلاعية لتحديد أكثر المهارات التى يحتاج الطفل للتدريب عليها فى ظل ازمة كورونا وأظهرت نتائجها، إتفاق الأمهات على المهارات الأكثر إحتياجاً لوجود قصور شديد لدى الطفل فى تلك المهارات ،وهى مهارات التغذية الصحية والنظافة الشخصية والمحافظة على النفس والإستقلالية، فوجود قصور لدى الأطفال فى تلك المهارات يؤثر بالسلب على صحة أطفالنا وعلى أسرهم، نظراً لحاجتهم الدائمة للإعتماد على الأسرة فى أداء تلك المهارات.

وقد أوصت العديد من الدراسات بضرورة إعداد البرامج المتنوعة لتنمية مهارات العناية بالذات لأطفال مرحلة الطفولة المبكرة كدراسات الدرينى ٢٠٢٠، يوسف، ٢٠١٩ ، فراج ٢٠١٩، الشمري ٢٠١٩، عبد الله ٢٠١٩ ، وإيميل سيزكى ٢٠٢٠ Emel Sezici 2020، حسن ٢٠١٦.

وفى هذا الإطار رأت الباحثة ضرورة إعداد برنامج متعدد الانشطة لتنمية مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة فى ظل أزمة كورونا.

وقد تبلورت مشكلة البحث الحالي في السؤال الرئيسي التالي:

ما فاعلية برنامج متنوع الانشطة فى تنمية بعض مهارات رعاية الذاتية لطفل

الحضانة فى ظل ازمة فيروس كورونا المستجد؟

وينبثق من هذا السؤال الرئيسي مجموعة من الأسئلة الفرعية التالية:

س: ما المهارات الفرعية لمهارة رعاية الذات المراد تنميتها لدى طفل الحضانة فى ظل أزمة فيروس كورونا المستجد؟

س: ما البرنامج متنوع الانشطة لتنمية مهارات الرعاية الذاتية لدى طفل الحضانة؟

س: ما فاعلية البرنامج متنوع الأنشطة فى تنمية مهارات رعاية الذات لدى طفل الحضانة؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١- التعرف على مهارات الرعاية الذاتية المراد تنميتها لدى طفل الحضانة.
- ٢- إعداد وتطبيق مقياس مصور لمهارات رعاية الذات لطفل الحضانة .
- ٣- تصميم برنامج متنوع الانشطة فى تنمية مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة .
- ٤- التحقق من فاعلية البرنامج المتنوع الانشطة فى تنمية مفهوم الرعاية الذاتية لدى طفل الحضانة.

أهمية البحث

يمكن تحديد الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية للبحث على النحو التالي:

الأهمية النظرية للبحث:

- تتبثق الأهمية النظرية للبحث الحالي من أهمية الموضوع الذي يتناوله وهو تنمية مهارات الرعاية الذاتية لدى طفل الحضانة في ظل أزمة فيروس كورونا المستجد.
- لفت إنتباه القائمين على رعاية أطفال الحضانة بضرورة التأكيد على تنمية مهارات الرعاية الذاتية لديهم خاصة في ظل الظروف الحالية لفيروس كورونا.
- ان تنمية مفاهيم الرعاية الذاتية لدى الطفل منذ الصغر يسهم في أن تصبح تلك المفاهيم نسقاً ثابتاً في سلوك الطفل عندما يكبر .
- لفت انتباه معلمات الحضانة الى ضرورة إدراج مهارات الرعاية الذاتية ضمن البرنامج اليومي للأطفال.

الأهمية التطبيقية:

- يمكن أن يسهم البحث الحالي في بناء الأساس الذي ينطلق منه إعداد برامج الرعاية الذاتية للأطفال الصغار .
- إمداد المعلمات ببرنامج متنوع الانشطة يسهم في تنمية مفهوم الرعاية الذاتية لطفل الحضانة.
- المساهمة في الحد من إنتشار فيروس كورونا من خلال تنمية وعى الطفل بالإجراءات الإحترازية والمحافظة على النفس ضد المخاطر من خلال برنامج متنوع الأنشطة.
- إمداد المكتبات ببحث ربما يساهم في التغلب على المشكلة الخاصة بالندرة الكمية والكيفية للدراسات التى تناولت مجال الرعاية الذاتية لطفل الحضانة.
- امداد المتخصصين والقائمين على رعاية أطفال الحضانة بمقياس مصور يهدف الى قياس مستوى مهارات الرعاية الذاتية للطفل.

فروض البحث

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى على مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانه لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية مهارة التغذية الصحية لدى طفل الحضانه " لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية مهارة النظافة الشخصية لدى طفل الحضانه " لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر لدى طفل الحضانه " لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.
- ٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية مهارة الإستقلالية فى قضاء بعض الاحتياجات الشخصية لدى طفل الحضانه " لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

مجتمع وعينة البحث

يتمثل مجتمع البحث الحالي في جميع أطفال الحضانه بمحافظة الفيوم ، وقد بلغ حجم عينة البحث الحالي (٣٠) طفلاً وطفلة بواقع (١٥) طفل للمجموعة الضابطة و(١٥) طفل للمجموعة التجريبية ، تتراوح أعمارهم من ٣ سنوات الى ٤ سنوات ، من الأطفال الملتحقين بالحضانه النموذجية بكلية التربية للطفولة المبكرة بجامعة الفيوم "حضانه عصافير الجنة" .

منهج البحث

تم استخدام المنهج شبه التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك لمناسبته لأغراض هذا البحث .

أدوات البحث

تم إعداد وتطبيق الأدوات التالية لجمع بيانات البحث:

- قائمة مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة المقدمة للأمهات .
(إعداد الباحثة)
- مقياس رعاية الذات المصور لطفل الحضانة. (إعداد الباحثة)
- برنامج متنوع الأنشطة لتنمية بعض مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة. (إعداد الباحثة)

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالحدود التالية:

الحدود البشرية/ تم تطبيق البحث على عينة من أطفال الحضانة الملتحقين بحضانة عسافير الجنة بكلية التربية للطفولة المبكرة جامعة الفيوم.

الحدود الزمنية/ تم تطبيق الجانب التطبيقي للبحث خلال الفصل الثاني للعام الجامعي ٢٠٢٠ / ٢٠٢١.

الحدود المكانية/ تم تطبيق البحث على عينة من الأطفال الملتحقين بالحضانة النموذجية بكلية التربية للطفولة المبكرة (حضانة عسافير الجنة) جامعة الفيوم بمحافظة الفيوم.

الحدود الموضوعية/ اقتصر البحث الحالي على الأبعاد الفرعية التالية لمفهوم الرعاية الذاتية : النظافة الشخصية- التغذية الصحية - المحافظة على النفس ضد المخاطر - الاستقلالية في قضاء الإحتياجات الشخصية".

مصطلحات البحث

برنامج متنوع الأنشطة: Diverse program of activities.

البرنامج في البحث الحالي عبارة عن مجموعة من الأنشطة المتنوعة (قصصي ومسرحي وموسيقى وحركي) أعدت خصيصاً بهدف تنمية بعض مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة.

مهارات رعاية الذات : Self-care skills.

يُعرف حسن ٢٠١٦ مهارات العناية بالذات بأنها "تلك المهارات التي تشمل مهارات تناول الطعام والشراب ومهارات النظافة الشخصية ومهارات المظهر العام ومهارات الامن والسلامة".

(حسن، ٢٠١٦، ٣١٨)

وتعرفها الدرينى (٢٠٢٠) بأنها: تعنى مجموعة المهارات التي يحتاجها طفل الروضة وتحثه على الإستقلاليه في حياته والتي تساعده على التعامل مع الآخرين والتكيف مع المجتمع الذى يعيش فيه ويساعده على التفاعل الإيجابى ويشمل (مهارات الطعام - مهارات الملابس) .

(الدرينى، ٢٠٢٠، ٧)

مهارة رعاية الذات: وتعبّر عن قدرة الطفل ذهنياً على رعاية ذاته باستقلالية في حدود ما تسمح به قدراته.

وتُعرف الباحثة مهارات رعاية الذات إجرائياً بأنها: مجموعة المهارات التي يحتاجها طفل الحضانه والتي تساعده على الإستقلاليه في حياته والتكيف مع الظروف الحالية لأزمة فيروس كورونا المستجد وتشمل "مهارة التغذية الصحية والنظافة الشخصية والمحافظة على النفس ضد المخاطر والاستقلالية فى قضاء الاحتياجات الشخصية".

طفل الحضانه: baby nursery.

مرحلة الحضانه: تسمى عند الكثيرين بمرحلة الطفولة الأولى أو سنوات الطفولة الأولى والمقصود بها السنوات الأولى من حياة الإنسان . (جاد ، ٢٠٠٣، ٩٧)

طفل الحضانه: هو الطفل الملتحق بدار الحضانه أو قاعات ما قبل التحاق الطفل برياض الأطفال بالروضات والذي يتراوح عمره من ٢ إلى ٣ سنوات.

(يوسف، ٢٠١٩، ٦٣٤)

وتعرف مرحلة الحضانه إجرائياً بأنها: المرحلة التي تسبق مرحلة الروضة وتشمل الأطفال منذ الميلاد الى عمر أربع سنوات وفى البحث الحالى تم تطبيق البرنامج على عينة من الأطفال تتراوح أعمارهم من ٣ سنوات الى ٤ سنوات .

فيروس كورونا المستجد: novel corona virus

هو من انواع الفيروسات التي ظهرت في عام ٢٠١٩ سريع الإنتشار
ويصيب الكبار والصغار .

إجراءات البحث

تم إجراء البحث وفقا للخطوات التالية:

- إعداد الإطار النظري في ضوء الاطلاع على الدراسات السابقة والبحوث المتعلقة بمجال الرعاية الذاتية.
- اختيار عينة البحث.
- إعداد مقياس الرعاية الذاتية المصور لطفل الحضانة وقياس درجة الصدق والثبات.
- التطبيق القبلي لأدوات البحث.
- إعداد وتطبيق برنامج متنوع الانشطة لتنمية بعض مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة.
- التطبيق البعدي لأدوات البحث.
- المعالجة الإحصائية للبيانات.
- التوصل للنتائج وتحليلها وتفسيرها.
- صياغة توصيات ومقترحات البحث.

إطار نظري ودراسات سابقة

مفهوم مهارات رعاية الذات:

عرفت (فراج ٢٠١٩) مهارة رعاية الذات بأنها:تعنى إعتداد الطفل علي نفسه في قضاء حاجاته المختلفة وقدرته علي تحمل المسؤولية التي تؤهله للتفاعل مع المجتمع الذي يعيش فيه بما يؤدي إلي زيادة ثقة الطفل بنفسه.

(فراج ، ٢٠١٩ ، ٦٢٤)

وأشارت دراسة محمد، ٢٠١٦ : بأن مهارات رعاية الذات تشتمل على النظافة الشخصية ، الاستحمام ، تناول الطعام ، إجراءات الأمن والأمان الشخصي .

(محمد، ٢٠١٦ ، ١٥)

وأكدت على ٢٠١٧ : أن مهارات رعاية الذات تشمل ارتداء الملابس ، واستخدام السكين والملعقة ، الأغتسال ، تنظيف الأسنان ، تمشيط الشعر ، وجميع الاحتياجات الأساسية الأخرى الخاصة بالحياة اليومية .
(على ، ٢٠١٧ ، ٣٣)

وتعرفها الدرينى ٢٠٢٠ : بأنها مجموعة المهارات التي يحتاجها طفل الروضة وتحته على الإستقلاليه في حياته والتي تساعده على التعامل مع الآخرين والتكيف مع المجتمع الذى يعيش فيه ويساعده على التفاعل الايجابى ويشمل (مهارات الطعام - مهارات الملابس)

ويذكر جمعة ٢٠١٦ : أن مهارات العناية بالذات هي مجموعة من القدرات والأنشطة التي تساعد الطفل على التكيف مع نفسه واسرته ومجتمعه، وتساعد الطفل على أن يعيش حياة أكثر استقلالاً وأن يحسن التصرف في حالات الطوارئ والأنشطة اليومية المختلفة.(وليد جمعة ٢٠١٦ ، ٣٢٩)

ويمكن تعريف مهارات رعاية الذات إجرائياً بأنها:

مجموعة المهارات التي يحتاجها طفل الحضانه والتي تساعده على الإستقلاليه في حياته ومواجهة الظروف الحالية لأزمة فيروس كورونا المستجد، وتشمل "مهارة التغذية الصحية والنظافة الشخصية والمحافظة على النفس ضد المخاطر والاستقلالية فى قضاء احتياجاته الشخصية.

أهمية مهارات رعاية الذات لطفل الحضانه :

تكمن أهمية مهارات رعاية الذات لطفل الحضانه فى النقاط التالية:

- تساعد علي إدراك الذات وتحقيق الثقة بالنفس.
- تساعد علي تحقيق قدر كبير من الإستقلال الذاتي .
- تكسب الطفل القدرة علي تحمل المسؤولية.
- تكسب الطفل القدرة علي المحافظة على النفس ضد المخاطر .
- تنمي قدرة الطفل علي مواجهة مشكلات الحياة. (محمود ، ٢٠٠٥ ، ٢٧)

أهداف مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة:

- تنمية إعتقاد الطفل على نفسه في قضاء بعض إحتياجاته الشخصية.
- تنمية وعى الطفل بالممارسات المرتبطة بالتغذية الصحية السليمة .
- تنمية مهارات النظافة الشخصية لدى الطفل.
- تنمية مهارات تحمل المسؤولية. (Corrliss ,2009, 108)
- تنمية الوعي بمهارات المحافظة على النفس ضد المخاطر.
- تنمية قدرة الطفل على اتباع الاجراءات الاحترازية فى ظل فيروس كورونا كأساس لرعاية الذات.

وتنقسم مهارات رعاية الذات التي تم تناولها في البحث الحالي إلى :**أولاً: مهارة التغذية الصحية فى ظل فيروس كورونا:**

الغذاء الصحى هو الذي يوفر الاحتياجات الضرورية من جميع العناصر الغذائية الأساسية من بروتينات و كربوهيدرات وسكر ونشويات ودهون وفيتامينات وأملاح معدنية بالإضافة للماء، وبما أنه لا يوجد طعام كامل يفي بهذا الغرض فلا بد للإنسان من اتباع قواعد رئيسية في اختيار طعامه بحيث يكون متوازن من جميع المجموعات الغذائية ومنتوعاً من نفس المجموعة الغذائية وأن يكون كافياً حسب الجنس والعمر والنشاط والحالة الصحية.

ومنتظماً بحيث يتم تناول ثلاث وجبات أساسية يومياً وهي الافطار والغداء والعشاء بأوقات منتظمة إضافة الى تناول وجبتين خفيفتين بين هذه الوجبات.

ويعرف الغذاء الصحى بأنه : الغذاء الذي يزود الجسم بجميع الاحتياجات الغذائية اليومية في مراحل العمر المختلفة. (دليل التنقيف الصحى،

وزارة الصحة، ٢٠١٩، ٢٠٠)

ويجب تدريب الطفل على تناول غذاء كامل متوازن مثالي يحتوى على جميع العناصر الغذائية اللازمة للجسم ،فالغذاء عنصر اساسى للصحة اليومية وحماية جسم الطفل من الامراض ، ويشترط فى الغذاء ان يحتوى على عناصر غذائية متوازنة كماً ونوعاً بهدف تحقيق افضل مستوى من النمو والمحافظة على صحة وسلامة الجسم. (الثقافة الصحية، ٢٠٠٩، ١٦٩:١٧٦)

ان سوء التغذية والتي تعنى نقص العناصر الغذائية الضرورية مسؤولة عن الأمراض ذات العلاقة بالتغذية، وترتبط امراض سوء التغذية بنقص المناعة الكامنة، وتعد الامراض المعدية مثل الكرونا اكثر شيوعاً لدى الاطفال الذين يعانون من امراض سوء التغذية.

(syrjanen and huttunen,2013, 333–340)

وقد أشار كلير ٢٠١٦ الى أن السبب الأكثر شيوعاً لأمراض نقص المناعة فى جميع انحاء العالم هو سوء التغذية الحاد. (Claire,2016, 386–398)
التغذية المتوازنة:

هي الحصول على جميع العناصر الغذائية الضرورية للجسم عن طريق تناول أغذية متنوعة وبكميات مناسبة من المجموعات الغذائية ويتم ذلك عن طريق دمج مجموعة من الأطعمة مع بعضها البعض للحصول على وجبة متوازنة من الناحية الغذائية.

وقد أوصت وزارة الصحة ٢٠١٩ بما يلى:

- تعزيز الصحة من خلال تناول الغذاء الصحي وممارسة النشاط البدني.
- رفع نسبة الوعي الصحي التغذوي لدى الفئة المستهدفة مما ينعكس ايجابياً على صحة الطلبة.
- تحسين أنماط الحياة الصحية لدى الطلبة لتبني عادات وممارسات سلوكية تغذوية صحيحة.
- تعريف الطلبة على كيفية اختيار الغذاء الصحي الذي ينعكس على صحتهم في المستقبل.
- تزويد المعلمين والهيئة التدريسية بالمعلومات المتعلقة بالغذاء الصحي الذي يجب توفرها داخل المقصف المدرسي.
- توجيه رسائل صحية تغذوية للمجتمع المحلي من خلال الطلبة.
- الحد من الامراض ذات العلاقة بالتغذية ومضاعفاتها مثل زيادة الوزن والسمنة.

ويجب اتباع النصائح التالية للحصول على التغذية الصحية المناسبة للطفل في ظل أزمة كورونا:

- مساعدة الطفل على تناول ثلاث وجبات رئيسية يومياً على الأقل وبمواعيد منتظمة.
 - التأكد من تناول وجبة الافطار يومياً
 - الإكثار من تناول الخضراوات والفواكه والحبوب الكاملة.
 - استبدال الحليب كامل الدسم بحليب خالي من الدسم أو قليل الدسم.
 - تجنب الأطعمة التي تحتوي على السعرات الحرارية العالية مثل الدهون الصلبة والمهدرجة والحلويات.
 - الانتباه لكمية الصوديوم (ملح الطعام) الموجودة في طعام الطفل.
 - الاكثار من شرب الماء بدلاً من المشروبات الغازية والعصائر المحلاة
- (دليل التثقيف الصحى، وزارة الصحة ٢٠١٩، ٢٠، ٢٠١٩)

ثانياً: مهارة النظافة الشخصية فى ظل فيروس كورونا:

يتم تعريف النظافة الشخصية على أنها "مجموع العادات الصحية المختلفة التي تشمل غسل

اليدين ،ونظافة الأسنان، وإبعاد الفيروسات والبكتريا عن الجسم"، كما تُعرف بأنها الحفاظ على الجسم أو الشعر أو الملابس نظيفة ، وتمثل النظافة الشخصية أحد الآليات المستخدمة للوقاية من الأمراض وإكساب الطفل القيم الجمالية الإيجابية.

(يوسف، ٢٠١٩، ٦٤٤)

ويعرف صادق النظافة الشخصية بأنها: تشمل غسل الوجه، واليدين والاستحمام، والعناية بالصحة الشخصية، وتنظيف الأسنان، ونظافة الملابس .

(صادق، ٢٠٠٥، ٧٣)

وتُعد النظافة الشخصية للطفل مظهرًا حضاريًا يدل على رقي الحضارة و المقيمين فيها، كما أنها وسيلة من وسائل تقبل أفراد المجتمع للطفل و إعجابهم به، والأهم من ذلك فهي تُعد من أفضل الطرق لحماية الطفل من الإصابة بالأمراض المعدية والسارية كالإسهال والتيفوئيد والكوليرا والتهايب الكبد الفيروسي نوع (أ) والأمراض

الجلدية الناتجة عن قلة الاهتمام بالنظافة الشخصية والاصابة بفيروس كورونا المستجد.

وتعرف النظافة الشخصية : بأنها مجموعة من الممارسات المترافقة بأعمالنا اليومية والمرتبطة بالنظافة، والعناية الشخصية المتصلة بمعظم نواحي الحياة للحفاظ على الصحة من خلال التركيز على مجالات النظافة الشخصية.

(دليل لتثقيف الصحى، ٢٠١٩، ٩)

ولا تحتاج الجراثيم إلى سيارات أو طائرات حتى تنتقل من مكان إلى آخر، بل الأسهل والأكثر شيوعاً لها الانتقال عن طريق اليدين، حيث تقوم اليدين بنقل البكتيريا والفيروسات والفطريات والطفيليات من إنسان إلى آخر ولإنسان نفسه مباشرة أو من خلال وسيط ، لذلك تعد نظافة اليدين من أهم الإجراءات التي تمنع انتقال الأمراض إلى الجسم، وللمحافظة على نظافة اليدين يجب اتباع ما يأتي:

- غسل اليدين جيداً باستخدام الماء والصابون للتخلص من الجراثيم العالقة بهما ولمنع انتقال الأمراض المعدية، خصوصاً قبل تناول الطعام وبعده وبعد استخدام المراض وقبل وبعد زيارة المريض أو العناية به وقبل النوم وبعد الاستيقاظ من النوم وبعد لمس الأسطح الملوثة مثل (سلة المهملات والملابس غير النظيفة وبعد العطس أو السعال.
- المدة الزمنية لغسل اليدين: تتراوح بين ٢٠ - ٤٠ ثانية.
- غسل اليدين بالماء والصابون بعد لمس الحيوانات منعاً للإصابة بالأمراض التي تنتقل من الحيوان إلى الانسان، حيث يفضل عدم دخول الحيوانات المنازل.
- تقليل الأظافر بشكل منتظم وبطريقة سليمة مع مراعاة التنظيف تحت الأظافر منعاً لتجمع الأوساخ والجراثيم.

غسل اليدين باستمرار كأحد الإجراءات الإحترازية خلال أزمة كورونا :

يُعدّ الغسل المتكرر لليدين من أبسط الطرق وأكثرها فاعلية لمنع الجراثيم من الانتشار، ويمكنك أن تقترح عليه غسل اليدين بالصابون للمدة التي يستغرقها غناء

- أحد أناشيد الأطفال الصغيرة مرتين ويجب تذكير ابنك بغسل يديه قبل تناول الطعام وبعد استخدام المراض وبعد تمخييط أنفه، أو السعال، أو العطاس.
- وبالإضافة إلى غسل اليدين المتكرر يجب تشجيع الطفل على ما يلي:
- استخدام مطهر الأيدي: يجب اعطاء الطفل مطهراً للأيدي يستند إلى الكحول لإستخدامه عندما لا يكون غسل اليدين ممكناً.
 - ويجب التأكد من أن معقم اليدين يحتوي على نسبة ٦٠ بالمئة من الكحول على أقل تقدير، ووضعه على كل أجزاء اليدين ويجب فرك اليدين ببعضهما البعض لـ ٢٠-٣٠ ثانية حتى تجفّ اليد، كما يجب المداومة على غسل اليدين ، فالماء البارد والدافئ كلاهما ناجع بنفس القدر في إزالة الجراثيم والفيروسات من اليدين طالما رافق ذلك إستخدام الصابون وغسل اليدين غسلاً صحيحاً.

<https://www.unicef.org>

- تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس: علمي الطفل السعال أو العطس في المنديل ومن ثم التخلص منه وإذا لم يكن أحد المناديل في متناول اليد في وقت ما، يجب تذكير الطفل بأن يسعل أو يعطس داخل زراعه.
- حافظ على اليد بعيدة عن العين والأنف والفم: ذكري طفلك أن الجراثيم تنتشر بهذه الطريقة.
- الابتعاد عن المناطق الباردة والاشخاص المصابين قدر الإمكان: ساعدي طفلك أو شجعيه على تجنب الاتصال عن قرب بأي شخص يعاني من البرد.
- من المهم أيضاً لطفلك أن يأخذ التطعيمات في مواعيدها المحددة : ويشمل ذلك لقاح الإنفلونزا السنوي لمنع انتشار المرض.

<https://www.mayoclinic.org/ar/healthy-lifestyle/childrens-health/in-depth/childrens-conditions/art-20044109>

وتمثل النظافة الشخصية أحد الآليات المستخدمة للوقاية من الأمراض، كما يشمل مفهوم النظافة الشخصية مراعاة النظافة في المأكولات، والمشروبات والملابس فضلاً عن تلبية الاحتياجات النفسية للحفاظ على جميع جوانب الصحة والسلامة البدنية

والعقلية، وبالنسبة للصحة البدنية فإنه يهتم بحماية الشخص من الأمراض قبل انتشارها وتعتبر أهم وأبسط جوانب مراعاة الصحة البدنية و الصحة الشخصية والغذاء الصحي المتوازن.

(Al Mohtadi& AlZboon, 2017 ,212)

ثالثاً: مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر في ظل فيروس كورونا:

تعتبر سلوكيات المحافظة على النفس ضد المخاطر من المهارات الحياتية الضرورية التي يجب إكسابها لطفل الحضانة ،فهي تحافظ علي صحتهم ووقاية أنفسهم ومن حولهم من الإصابات والأمراض الشائعة التي تنتشر في بيئتهم ومجتمعهم، ومعرفة ما يجب فعله إذا ما أصابهم مرض أو ألم بهم حادث أو أى إصابة. (الجندى، ٢٠١٠، ١٧)

ومن العوامل التي تساعد في حماية الطفل لنفسه ضد المخاطر في ظل أزمة كورونا ، ما يلي:

- **الوقاية الذاتية أولاً:** حيث أنه لا يمكن حماية الطفل من الإصابة بفيروس كورونا المستجد دون حماية النفس أولاً، فمن الممكن أن ينتقل من أحد الوالدين إلى الطفل، ولذلك يجب القيام بنفس الإجراءات التي نطلبها من الطفل سواء غسل اليدين وتغطية الأنف والفم عند العطس والسعال وكذلك تعقيم اليدين باستمرار
- **إبعاد الطفل عن الآخرين (التباعد الاجتماعي):** من الأمور الهامة التي تساعد في حماية الطفل من الإصابة بفيروس كورونا المستجد هو عدم اصطحابه في أي مكان به تجمعات خلال فترة انتشار المرض والعدوى، حيث يسهل انتقال المرض إلى الطفل.
- **ينصح بعدم خروج الطفل من المنزل إلا في الحالات الضرورية:** وذلك لتفادي تعرضه للعدوى، فلا ينصح أخذه في جولات تسوق أو زهات أو مشاهدة أفلام أو حتى ممارسة الأنشطة المختلفة، ويمكن تعويض الطفل في المنزل من خلال مشاركته في أوقات اللعب حتى لا يشعر بالملل من كثرة المكوث في المنزل.

- تعزيز صحة الجهاز المناعي للطفل: عن طريق تناول الطفل للغذاء الصحي وعدم إعطائه الأطعمة غير الصحية وتجنب الوجبات الجاهزة والدهون والسكريات.
- مراقبة الطفل طوال الوقت: حيث يجب على الأم والمعلمة في الحضانة مراقبة الطفل طوال الوقت للتأكد من قيامه بالإجراءات الوقائية الأساسية التي تحدثنا عنها مسبقاً، حيث أن اللعب يلهي الأطفال عن القيام بهذه الإجراءات ، وفي حالة نسيان الطفل لأي إجراء وقائي، يجب على الأم والمعلمة تذكيره ومساعدته في القيام به حتى يعتاد على ذلك بمفرده.

<https://www.webteb.com/articles/%D8%AD%D9%85%D8%A7%D9%8A%D8%A9-%D8%A7%D9%84%>

وقد أكدت نتائج دراسة عبدالله، (٢٠١٩) على ضرورة إكساب الطفل السلوكيات المرتبطة بالمحافظة على انفسهم ضد المخاطر وسلوكيات الامن والسلامة في مرحلة مبكرة ، وذلك لان الاطفال في مرحلة الحضانة يكونون أكثر عرضة للمخاطر والحوادث. (عبد الله، ٦٣٢، ٢٠١٩)

ويمكن تعليم مهارة الاعتماد على النفس لأطفال الحضانة من خلال الأوامر البدنية ثم التقدم إلى الأوامر الإيمائية وبعدها اللفظية، ويتم تعليم الطفل أول خطوات الاعتماد على النفس بمشاركة نسبية من الكبار أما باقي الخطوات فإنها تقلل من تواجد الكبار فيها وتزيد من استخدام الأطفال لها بأنفسهم .وبمجرد أن يتقن الطفل هذه الخطوة ،يتم التدرج إلى الخطوة التالية بنفس الطريقة.

(Rebecces, Jones , 2012,11)

رابعاً: الإستقلالية في قضاء بعض الإحتياجات الشخصية:

يمكن تعليم الطفل الإستقلالية في سن مبكرة بدايةً من عمر السنتين والثلاث سنوات حين يصبح الطفل قادراً على القيام بطقوس الحياة اليومية، أي الأكل وارتداء الملابس والذهاب إلى الحمام والإغتسال، وهذه المرحلة رئيسية لتعليم الطفل الإستقلالية وتستمر حتى سن المراهقة.

فالطفل في هذه السن يبدأ بإدراك أن له كياناً مستقلاً ويصبح قادراً على مواجهة ما يقابله في الحياة من صعاب، كما يصبح قادراً على التفكير ووثاقاً بنفسه.

<https://www.lahamag.com/article/4>

والإستقلالية تعنى إعتاماد الطفل على نفسه في قضاء حاجاته المختلفة وقدرته على تحمل المسؤولية التي تؤهله للتفاعل مع المجتمع الذي يعيش فيه بما يؤدي إلى زيادة ثقة الطفل بنفسه. " (فراج، ٢٠١٩، ٦٢٤)

ويمكن تعريف الاستقلالية إجرائياً بأنها: اعتماد الطفل على نفسه في قضاء بعض احتياجاته الشخصية مثل إرتداء وخلع الملابس والأحذية ودخول الحمام بمفرده، دون الإعتاماد كلياً على مساعدة الآخرين.

ويمكن تعليم مهارة الإستقلالية أو الإعتاماد على النفس لأطفال الحضانة من خلال الممارسات البدنية ثم إستخدام الإيماءات ثم استخدام الكلمات اللفظية، ويتم اجراء أول خطوات الاعتماد على النفس بمشاركة نسبية من الكبار أما باقي الخطوات فإنها تقلل من تواجد الكبار فيها وتزيد من ممارسة الأطفال لها بأنفسهم .وبمجرد أن يتقن الطفل هذه الخطوة، يتم الانتقال إلى الخطوة التالية بنفس الطريقة .

(Rebecca, Jones , 2012,11)

وعند إتمام الطفل الرابعة يستطيع أن يرتب ملابسه بعد دخول الحمام، ويسحب السيفون بعد استخدام المراض، ويغسل وجهه، وينظف أسنانه، أما طفل الخامسة ينظف نفسه بعد استخدام الحمام، وينظف أنفه، كما يتطلب إحكام السحابات والإبزيمات وفك الأزرار إتقان مهارات حركية دقيقة من طفل الرابعة والخامسة، وغالباً يكون لدى الطفل في عمر الرابعة قدرة على ارتداء الملابس بنفسه وربط الاحذية. (فراج، ٢٠١٩، ٦٣٤)

وسوف يتم تناول مهارتين فقط هما ارتداء وخلع الملابس ومهارة إستخدام دورة المياه كما يلي:

١- مهارة ارتداء وخلع الملابس :

وتعرف الباحثة مهارة ارتداء وخلع الملابس إجرائياً بأنها: قدرة الطفل على ارتداء وخلع الملابس بنفسه دون الاعتماد على الآخرين .

- ويوجد بعض القواعد التي يجب الالتزام بها في ظل فيروس كورونا:
- النظافة عنوان الإنسان فيجب تعويد الطفل على الاهتمام بنظافة ملبسه.
- الاهتمام بغسل وتعقيم الملابس .
- تعريض الملابس لأشعة الشمس لمدة ساعتين على الأقل.
- يُفضل عدم استعارة أي ملابس من أي حد.
- تعويد الطفل عدم البقاء بملابس النوم بل تبديلها فور الإستيقاظ.
- تغيير الملابس يومياً. (سليمان، ٢٠١١ ، ٢٣٨)
- الاهتمام بنظافة الحذاء.
- خلع الحذاء خارج المنزل.
- يجب تعويد الطفل على ارتداء الملابس والتأكد من نظافته بنفسه (فراج ، ٢٠١٩ ، ٦٣٤)

٢- مهارة استخدام دورة المياه:

- وهي من المهارات المهمة التي تتضمن تدريب الطفل على استخدام الحمام بنفسه والاستقلالية التامة دون الإعتماد على الكبار، كما تتضمن معرفة الطفل بطرق الوقاية من الأمراض من خلال التأكد من نظافة الحمام وتعقيمه قبل الإستخدام.
- ولكي تساعد الطفل على إستخدام الحمام بمفرده يجب مراعاة الآتى:
 - أن تكون الحمامات نظيفة على مدار الوقت، وأن يتم تنظيفها بمواد مطهرة، مع توفير الصابون لغسل الأيدي والتأكد من عمل شفاطات الهواء جيداً.
 - أن يتم الكشف الدوري عليها من قبل المشرفين منعاً لأي عبث من الأطفال.
 - أن تكون الأحواض وصنابير المياه بإرتفاعات تناسب المرحلة العمرية للطفل.
 - وبناءً على ما تقدم يجب تعليم الطفل وتعويده منذ الصغر على إستخدام الحمام بمفرده دون الإعتماد على الكبار .

(دليل التثقيف الصحى المدرسى ،٥١، ٢٠١٩)

- وقدأكد دليل الأمن والسلامة فى المدارس (٢٠١٧) على ضرورة الإستخدام الحضارى لدورات المياه وتذكير الاطفال بالمحافظة على نظافتها ووضع سلة للقمامة بكل مرحاض، تجنباً لرمى المهملات بها وعدم إنسدادها .

(وزارة التعليم ،دليل الامن والسلامة فى

المدارس،٢٠١٧، ٣٤)

أهداف تربية الطفل فى مرحلة الحضانة:

تؤكد أهداف تربية الطفل فى دار الحضانة على الآتى:

-تهيئة البيئة الصحية الملائمة لنمو الطفل وتربيته وتعليمه ومساعدته على اكتساب مهارات الرعاية الذاتية والمهارات الحياتية كبديل لبيئته الأسرية.

-تنمية قدرات الطفل العقلية والجسمية والوجدانية، وغرس القيم الروحية والأخلاقية السامية فى نفسه.

-بناء مفهوم ذات إيجابى وتنمية ثقة الطفل بنفسه من خلال أداءه لأدوار اجتماعية ذات قيمة تمكنه من التمتع بصحة نفسية جيدة.

-تنظيم أنشطة اجتماعية متنوعة لمساعدة الطفل على التكيف الاجتماعى.

-توثيق العلاقة بين الحضانة والمنزل لضمان تنفيذ برامج الحضانة بما يتناسب مع مرحلة نمو الطفل.

تطور نمو طفل الحضانة:

طفل الحضانة فى عمر سنتين يعرف جيداً كيف يميز نفسه عن الآخرين، ويبدأ الميل لديه فى الخروج واكتشاف العالم، ويصبح مدركاً لملكية الأشياء ويصبح أكثر تملكاً .

كما أنه يظهر خيالاً ذهنياً ويبحث عن الأشياء المختبئة ويتذكر ويتوقع الأحداث ويتحرك هنا وهناك ،ويبدأ فى تمييز الألوان .

ويظهر إحساساً بالوقت من خلال تذكر الأحداث ويعرف عبارات اليوم وغداً، إلا أنه يخلط بينهما. (محمد، ٢٠١٩، ١٣٥)

ويتضح من خلال التطور النمائي لطفل الحضانة أن قدراته تمكنه من أداء العديد من مهارات الرعاية الذاتية بصورة مناسبة وبدون صعوبة.

فيروس كورونا المستجد:

فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان، ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب للبشر حالات عدوى الجهاز التنفسي التي

تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد صعوبة، مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (السارس) ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخراً.

وقد عرف فيروس كورونا بمرض كوفيد - ١٩ وهو مرض معدى يسببه فيروس كورونا المكتشف مؤخراً، وأول ظهور له كان في مدينة يوهان الصينية .

وتتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد - ١٩ في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وقد يعاني بعض المرضى من الآلام والأوجاع، أو احتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال، وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجياً، ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن تظهر عليهم أي أعراض ودون أن يشعروا بالمرض، ويتعافى معظم الأشخاص نحو ٨٠% من المرضى دون الحاجة إلى علاج خاص، وتشتد حدة المرض لدى شخص واحد تقريباً من كل ٦ أشخاص يصابون بعدوى كوفيد - ١٩ حيث يعانون من صعوبة التنفس. وتزداد احتمالات إصابة المسنين والأشخاص المصابين بمشكلات طبية أساسية مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب أو داء السكري، بأمراض وخيمة، وينبغي للأشخاص الذين يعانون من الحمى والسعال وصعوبة التنفس التماس الرعاية الطبية.

(منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢٠، ٢-٣)

إجراءات تطبيق البحث

مجتمع وعينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث الحالي في جميع أطفال الحضانة بمحافظة الفيوم وقد بلغ حجم عينة البحث الحالي ٣٠ طفلاً وطفلة ، بواقع (١٥) طفلاً للمجموعة التجريبية و(١٥) طفل وطفلة للمجموعة الضابطة ، وتم اختيارهم من الأطفال الملتحقين بحضانة عصافير الجنة الملحقة بكلية التربية للطفولة المبكرة جامعة الفيوم الذين تراوحت أعمارهم من ٣ الى ٤ سنوات، وقد روعي إختيار الأطفال الملتمزمين في الحضور الى الحضانة .

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة:

قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين الأطفال في القياس القبلي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من حيث مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة.

كما يتضح في جدول (١) .

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي باستخدام (ت) عند درجة معنوية (٠,٠١)

ن=١٥

مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	الانحراف المعياري للفرق (م ح ف)	متوسط الفرق (م ف)	المجموعة الضابطة (قياس قبلي)		المجموعة التجريبية (قياس قبلي)		أبعاد المقياس
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	١.١٩	٢.٦٠	٠.٨٠	١.٧٢	٦.٦٠	٢.٢٩	٧.٤٠	البعد الأول مهارة التغذية

								الصحيحة
								البعد الثاني
غير دالة	١.١٩	٢.٦٠	٠.٨٠	١.٧٧	٦.٤٧	١.٨٣	٧.٢٧	مهارة النظافة الشخصية
								البعد الثالث
غير دالة	٠.٢٣٥	٢.٢٠	- ٠.١٣	١.٤٩	٦.٧٣	١.٥٥	٦.٦٠	مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر
								البعد الرابع
غير دالة	٠.٦١٩	٣.٣٣	٠.٥٣	١.٩٥	٦.٣٣	٢.٣٣	٦.٨٧	مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية
غير دالة	٠.٨٩٩	٩.٢٣	٢.٠١	٦.٣٥	٢٦.١٣	٦.٧٤	٢٨.١٤	الاداة ككل

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي للأداة ككل بمتوسط فروق قدره (٢.٠١) وانحراف معياري قدره (٩.٢٣) مما يشير إلى تكافؤ أطفال المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة .

أدوات البحث

أولاً/ قائمة مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة المقدمة للأمهات (إعداد الباحثة).

الهدف من القائمة:

هدفت الى تحديد بعض مهارات رعاية الذات المراد تنميتها لدى طفل الحضانة في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد.

وصف القائمة:

تكونت القائمة من ٢٠ مهارة من مهارات رعاية الذات، وتم تقديمها للأمهات الأطفال لاختيار أكثر المهارات التي يحتاج الطفل للتدريب عليها في ظل أزمة كورونا.

تصحيح القائمة:

تم إختيار المهارات التي حصلت على أعلى نسبة تكرار وهي (مهارة التغذية الصحية - مهارة النظافة الشخصية- المحافظة على النفس ضد المخاطر- الإستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية)، كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (٢)

يوضح قائمة مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة في ظل أزمة فيروس كورونا المستجد من وجهة نظر أمهات الأطفال ن = ١٥

م	مهارات الرعاية الذاتية	متوسط حسابي	انحراف معياري	الترتيب
١	مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر	١.٨٧	٠.٣٥٢	١
٢	مهارة الذهاب الى الحضانة بمفرده.	١.٣٣	٠.٤٨٨	٧
٣	مهارة النوم بمفرده.	١.٤٧	٠.٥١٦	٥
٤	مهارة تنظيف غرفته بنفسه.	١.٤٧	٠.٥١٦	٥ مكرر
٥	مهارة اللعب بمفرده.	١.٥٣	٠.٥١٣	٤
٦	مهارة التغذية الصحية.	١.٦٠	٠.٥٠٧	٣
٧	مهارة الإستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية	١.٦٠	٠.٧٠٥	٣ مكرر

٨	مهارة الذهاب الى الطبيب للمتابعة.	١.٥٣	٠.٥١٣	٤ مكرر
٩	مهارة النظافة الشخصية.	١.٧٣	٠.٤٥٨	٢
١٠	مهارة الخروج والرجوع بمفرده.	١.٢٧	٠.٤٦٢	٨
١١	مهارة التسوق بمفرده.	١.٤٧	٠.٥١٦	٨ مكرر
١٢	مهارة المذاكرة بمفرده.	١.٤٠	٠.٥٠٧	٦
١٣	مهارة الجلوس في المنزل بمفرده لحين رجوع الام.	١.٤٧	٠.٥١٦	٦ مكرر
١٤	مهارة السير في الشارع بمفرده.	١.٣٣	٠.٤٨٨	٧ مكرر
١٥	مهارة تنظيف المنزل.	١.٢٧	٠.٤٦٢	٨ مكرر
١٦	مهارة تناول الطعام بنفسه.	١.٢٠	٠.٤١٤	٩
١٧	مهارة أداء التكاليفات المنزلية بمفرده.	١.٢٧	٠.٤٦٢	٨ مكرر
١٨	مهارة استخدام الملعقة والسكين.	١.١٣	٠.٣٥٢	١٠
١٩	مهارة تنظيف اسنانه بنفسه.	١.٤٧	٠.٥١٦	٥ مكرر
٢٠	مهارة إستخدام الحمام بمفرده.	١	٠.٠٠٠	١١

باستقراء الجدول السابق يتضح أن العبارة (١) " مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر " جاءت في الترتيب الاول بمتوسط حسابي (١.٨٧) وانحراف معياري (٠.٣٥٢) .

- جاءت العبارة (٩) " مهارة النظافة الشخصية " في الترتيب الثاني بمتوسط حسابي (١.٧٣) وانحراف معياري (٠.٤٥٨) .
- جاءت العبارات (٦-٧) " مهارة التغذية الصحية. " مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية" في الترتيب الثالث بمتوسط حسابي (١.٦٠) وانحراف معياري (٠.٥٠٧) .
- جاءت العبارات (٥-٨) " مهارة اللعب بمفرده.. " مهارة الذهاب الى الطبيب للمتابعة. " في الترتيب الرابع بمتوسط حسابي (١.٥٣) وانحراف معياري (٠.٥١٣) .

- جاءت العبارات (٣-٤-١١-١٣-١٩) " مهارة النوم بمفرده. " مهارة تنظيف غرفته بنفسه. " مهارة التسوق بمفرده. " مهارة الجلوس فى المنزل بمفرده لحين رجوع الام. " مهارة تنظيف اسنانه . " فى الترتيب الخامس بمتوسط حسابى (١.٤٧) وانحراف معيارى (٠.٥١٦) .
 - جاءت عبارة (١٢) " مهارة المذاكرة بمفرده. " فى الترتيب السادس بمتوسط حسابى (١.٤٠) وانحراف معيارى (٠.٤٥٨) .
 - جاءت العبارات (٢-١٤) " مهارة الذهاب الى الحضانه بمفرده. " مهارة السير فى الشارع بمفرده " فى الترتيب السابع بمتوسط حسابى (١.٣٣) وانحراف معيارى (٠.٤٨٨) .
 - جاءت العبارات (١٠-١٥-١٧) " مهارة الخروج والرجوع بمفرده "مهارة تنظيف المنزل. "مهارة اداء التكاليفات المنزلية بمفرده. فى الترتيب الثامن بمتوسط حسابى (١.٢٧) وانحراف معيارى (٠.٤٦٢) .
 - جاءت عبارة (١٦) " مهارة تناول الطعام بنفسه.. " فى الترتيب التاسع بمتوسط حسابى (١.٢٠) وانحراف معيارى (٠.٤١٤) .
 - جاءت عبارة (١٨) " مهارة استخدام الملعقة والسكين... " فى الترتيب العاشر بمتوسط حسابى (١.١٣) وانحراف معيارى (٠.٣٥٢) .
 - جاءت عبارة (٢٠) " مهارة تناول الطعام بنفسه.. " فى الترتيب الحادى عشر بمتوسط حسابى (١) وانحراف معيارى (٠.٠٠٠) .
- من واقع النتائج السابقة قامت الباحثة باختيار أكثر أربعة مهارات الرعاية الذاتية إحتياجاً لاطفال الحضانه من وجهة نظر الأمهات وفقاً للمتوسطات الأكبر توزيعاً ومشاهدة وهى كالتالى:

- ١- مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر.
- ٢- مهارة النظافة الشخصية.
- ٣- مهارة التغذية الصحية.
- ٤- مهارة الاستقلالية فى قضاء بعض الاحتياجات الشخصية

ثانياً/ مقياس رعاية الذات المصور لطفل الحضانة (إعداد الباحثة)

١- الهدف من المقياس :

يهدف المقياس الى تحديد مستوى مهارات رعاية الذات لدى أطفال الحضانة، وقياس مدى فاعلية برنامج متنوع الانشطة في تنمية بعض مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة.

٢- وصف المقياس:

يتكون المقياس من أربعة مهارات رئيسية يندرج تحت كل مهارة (٥) عبارات تقيس المهارة الرئيسية وتعبّر عنها، وبالتالي بلغت عدد عبارات المقياس ٢٠ عبارة، تم صياغتها في صورة سؤال تطرحه الباحثة علي الطفل، واختيارين (علي شكل صور) تمثل إحداها الإجابة الصحيحة، وعلي الطفل اختيار الصورة المعبرة عن الإجابة الصحيحة من وجهة نظره.

٣- صياغة عبارات المقياس:

لقد روعي في صياغة عبارات المقياس ما يلي:

- أن تعبر الصور بدقة عن كل مهارة . .
- أن تكون الصور جذابه و مشوقة . .
- أن تكون الصور واضحة بحيث يسهل علي الطفل فهمها . .
- أن تكون صياغة عبارات المقياس سهلة ومحددة . .

٤- تصحيح المقياس:

تحدد درجات المقياس بإعطاء درجتان عند اختيار الطفل للصورة الصحيحة ، والدرجة واحد عند اختياره للصورة الخاطئة، ومن ثم تكون الدرجة الكلية للمقياس ٤٠ درجة.

٥- تعليمات المقياس:

صيغت تعليمات المقياس في صفحته الأولى، وتضمنت التعليمات تسجيل بيانات الطفل علي المقياس والهدف منه وتدوين استجاباته أثناء التطبيق.

٦- تطبيق المقياس:

طبق المقياس بصورة فردية علي كل طفل علي حدة مع توجيه الأسئلة بلغة سهلة، وبصوت واضح للطفل واستغرق زمن تطبيق المقياس (٣٠) دقيقة .

٧- مصادر إعداد مقياس مهارات رعاية الذات المصور:

اعتمدت الباحثة في اعداد المقياس علي الأدوات والمقاييس التي تم الاطلاع عليها في الدراسات التي تناولت مهارات رعاية الذات للطفل كدراسات (الدرينى ٢٠٢٠، يوسف، ٢٠١٩ ، فراج ٢٠١٩، الشمري٢٠١٩، عبد الله ٢٠١٩ ، وايميل سيزكى٢٠٢٠) والإستفادة منها فى بناء وإعداد مقياس مهارات رعاية الذات المصور لطفل الحضانة.

٨- إعداد الصورة الأولية للمقياس:

تكون المقياس في صورته الأولية من أربعة ابعاد رئيسية ، ويندرج تحت كل بعد مجموعة من العبارات الفردية وعددها (٥) عبارات لكل عبارة اثنان من البدائل يختار الطفل منهما العبارة التى تنطبق عليه من وجهة نظره، وعليه فإن المقياس يتكون من (٢٠) مفردة فرعية.

٩- حساب صدق وثبات مقياس رعاية الذات المصور لطفل الحضانة:

أولاً: صدق المقياس :

أ- الصدق الظاهرى (صدق المحكمين) :

تم عرض مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة فى صورته الأولية بما يحتويه من أبعاد وعبارات مرتبطة بكل متغير من المتغيرات على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس (كلية التربية للطفولة المبكرة وكلية التربية) ، حيث طُلب منهم قراءة العبارات والحكم على صلاحية كل عبارة من حيث:

أ- ارتباط العبارة بالبعد المراد قياسه.

ب- سلامة الصياغة اللغوية للعبارة.

ج- ارتباط العبارة بمضمون وهدف مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة.

د- إضافة عبارات تناسب أى بعد من أبعاد مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة.

هـ- حذف بعض العبارات غير المرتبطة بادوات البحث.

و فى ضوء هذا التحكيم تم حساب نسبة الاتفاق بين السادة المحكمين للعبارات التى يشملها كل بعد من أبعاد مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة.، وبلغت نسبة الاتفاق (٨٠%) هى الأساس فى الحكم على عبارات كل بعد من الأبعاد، وتم استبعاد العبارات التى لم تصل نسبة الاتفاق بين السادة المحكمين عليها عن أقل من (٨٠%)، وتم حساب نسبة الاتفاق على العبارات بين السادة المحكمين من خلال المعادلة الآتية:

$$\text{نسبة الاتفاق} = \frac{\text{عدد مرات الاتفاق} \times 100}{\text{ن}}$$

حيث ن = عدد السادة المحكمين.

حيث كانت العبارات بالنسبة لمقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة فى الصورة الاولى (٢١) عبارة ،تم حذف (١) عبارة وبالتالي أصبح المقياس (٢٠) عبارة فى صورته النهائية وأيضاً تم تعديل بعض الصور على النحو التالى .

١- البعد الاول : ويتضمن (٥) عبارات " مهارة التغذية الصحية"

٢- البعد الثانى : ويتضمن (٥) عبارات مهارة النظافة الشخصية"

٣- البعد الثالث: ويتضمن (٥) عبارات " مهارة" المحافظة على النفس ضد المخاطر

٤- البعد الرابع: ويتضمن (٥) عبارات " مهارة الاستقلالية فى قضاء بعض الاحتياجات الشخصية "

ب- صدق الاتساق الداخلى :

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلى للمقياس بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة من عبارات الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى اليه العبارة.

جدول (٣) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية
للبعد الاول

درجة الدلالة	معامل الارتباط	فقرات البعد الأول
٠.٠١	**٠.٧٨١	١
٠.٠١	**٠.٦٨٣	٢
٠.٠١	**٠.٧٤٥	٣
٠.٠١	**٠.٥٩٤	٤
٠.٠١	**٠.٦٥٥	٥

باستقراء نتائج الجدول السابق نجد أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين عبارات البعد الاول والدرجة الكلية للبعد الاول دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠١ حيث كان الحد الأدنى لمعاملات الارتباط (٠.٥٩٤) بينما كان الحد الأعلى (٠.٧٨١) وعليه فإن جميع عبارات البعد متسقة داخلياً مع البعد الذي تنتمي اليه مما يثبت الصدق الداخلي لفقرات البعد الاول.

جدول (٤) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية
للبعد الثاني

درجة الدلالة	معامل الارتباط	عبارات البعد الثاني
٠.٠١	**٠.٧٠١	١
٠.٠١	**٠.٦٦٤	٢
٠.٠١	**٧٥٢	٣
٠.٠١	**٠.٦٣٢	٤
٠.٠١	**٠.٥٨٣	٥

باستقراء نتائج الجدول السابق نجد أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات البعد الثاني والدرجة الكلية للبعد الثاني دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠١

حيث كان الحد الأدنى لمعاملات الارتباط (٠.٥٨٣) بينما كان الحد الأعلى (٠.٧٥٢) وعليه فإن جميع عبارات البعد الثاني متسقة داخلياً مع البعد الذي تنتمي إليه مما يثبت الصدق الداخلي لفقرات البعد الثاني.

جدول (٥) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية
للبعد الثالث

فقرات البعد الثالث	معامل الارتباط	درجة الدلالة
١	* * ٠.٦١٦	٠.٠١
٢	* * ٠.٨٢١	٠.٠١
٣	* * ٧٣٣	٠.٠١
٤	* * ٠.٧٢٠	٠.٠١
٥	* * ٠.٧٤٣	٠.٠١

باستقراء نتائج الجدول السابق نجد أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين عبارات البعد الثالث والدرجة الكلية للبعد الثالث دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠١ حيث كان الحد الأدنى لمعاملات الارتباط (٠.٦١٦) فيما كان الحد الأعلى (٠.٨٢١) وعليه فإن جميع فقرات البعد متسقة داخلياً مع البعد الذي تنتمي إليه مما يثبت الصدق الداخلي لفقرات البعد الثالث.

جدول (٦) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الرابع

درجة الدلالة	معامل الارتباط	فقرات البعد الرابع
٠.٠١	**٠.٧٩٢	١
٠.٠١	**٠.٦٨٣	٢
٠.٠٥	*٠.٥٢٣	٣
٠.٠١	**٠.٧٠١	٤
٠.٠١	**٠.٧٥٤	٥

باستقراء نتائج الجدول السابق نجد أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات البعد الرابع والدرجة الكلية للبعد الرابع دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠١ حيث كان الحد الأدنى لمعاملات الارتباط (٠.٥٢٣) فيما كان الحد الأعلى (٠.٧٩٢) وعليه فإن جميع عبارات البعد متسقة داخلياً مع البعد الذي تنتمي إليه مما يثبت الصدق الداخلي لفقرات البعد الرابع.

ثانياً: معاملات الثبات لمقياس مهارات رعاية الذات المصور:

١- معامل الفا كرونباخ :

تم إيجاد معاملات الثبات لمقياس مهارات رعاية الذات المصور بطريقة ألفا كرونباخ على عينة قوامها (٢٠) طفل كما يتضح في الجدول التالي:

جدول (٧) معاملات الثبات لمقياس مهارات رعاية الذات المصور باستخدام معامل الفا كرونباخ ن = ٢٠

معاملات الثبات	أبعاد المقياس
٠.٧١٠	" مهارة التغذية الصحية "
٠.٨٢٢	" مهارة النظافة الشخصية "
٠.٧٤٩	" مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر "
٠.٦٩٩	" مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية "
٠.٧٦٩	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة وهذا يدل على ثبات مقياس مهارات رعاية الذات المصور لطفل الحضانة.

٢- طريقة التجزئة النصفية :

كما قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية على عينة قوامها (٢٠) طفل كما يتضح في جدول (٨)

جدول (٨) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية على مقياس رعاية الذات

المصور لطفل الحضانة ن = ٢٠

معامل الثبات	الاداة
٠.٧٩٢	الاداة ككل

يتضح من جدول (٨) أن قيم معامل الثبات هي (٧٩.٢%) وتعتبر تلك القيمة مرتفعة و هذا يدل على ثبات المقياس وتم اختيار معامل التجزئة النصفية لجثمان **Guttman Split-Half Coefficient** وذلك بسبب اختلاف معامل الفا كرونباخ للنصفين واختلاف التباين بين النصفين .

٤- برنامج لتنمية بعض مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة. (إعداد الباحثة)
أ- مصادر بناء البرنامج:

اعتمدت الباحثة في بناء البرنامج علي العديد من البرامج التي تم الاطلاع عليها في بعض المراجع والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت رعاية الذات والمهارات الحياتية لطفل الحضانة وأيضاً من خلال الاطلاع علي بعض البرامج ذات الصلة بموضوع البحث وفي ضوء أزمة فيروس كورونا المستجد.

ب- فلسفة البرنامج:

تنبثق فلسفة البرنامج في البحث الحالي من أهمية المحافظة على صحة الأطفال في ظل الظروف الحالية لأزمة كورونا ،من خلال اعداد وتنفيذ مجموعة من الأنشطة المتنوعة التي تسهم في تعليم الطفل اتباع الإجراءات الإحترازية للمحافظة على الذات لدى الطفل معتمداً على نفسه دون الحاجة للإعتماد على الاخرين اثناء فترة تواجده خارج المنزل او في الحضانة ، مما يسهم في وقاية الطفل من الأمراض والمحافظة على أرواح أطفالنا.

ج- أسس بناء البرنامج:

لقد روعي عند بناء البرنامج الأسس التالية:

- أن تتناسب الانشطة مع عمر الطفل ومستوى قدراته وامكاناته.
- أن يتماشى مع الظروف الحالية للمجتمع .
- أن يتسم البرنامج بالمرونة مع الالتزام بالخطوط العريضة للبرنامج.
- أن يحتوي البرنامج علي مواقف وأنشطة محببة للأطفال.
- يشمل تنمية مهارات الطفل المعرفية والمهارية والوجدانية.
- ألا يقتصر في أهدافه علي تزويد الطفل بمعلومات نظرية حول الرعاية الذاتية وإنما يراعي تدريبه علي أنشطة قابلة للاستخدام والتطبيق العملي.

- التنوع في الأنشطة اثناء كل جلسة من جلسات البرنامج.
- ان يتناسب محتوى البرنامج مع الأهداف العامة والاهداف السلوكية.
- التنوع في أساليب التدريب والاستراتيجيات المستخدمة.
- التأكد من مشاركة جميع الاطفال أثناء تنفيذ الانشطة.

د- أهداف البرنامج :

أولاً الهدف العام للبرنامج: يهدف البرنامج في البحث الحالى الى:
تنمية بعض مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة فى ظل ازمة فيروس كورونا المستجد وينبثق من هذا الهدف مجموعة من الأهداف العامة الفرعية كالتالى:

- تنمية مهارة النظافة الشخصية لدى طفل الحضانة.
- تنمية مهارة التغذية الصحية .
- تنمية مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر.
- تنمية الاستقلالية فى قضاء الاحتياجات الشخصية لدى طفل الحضانة .

ثانياً: الأهداف الاجرائية للبرنامج:

للبرنامج مجموعة من الأهداف الإجرائية السلوكية نذكر منها ما يلى:

بنهاية تدريب الطفل على أنشطة البرنامج يستطيع أن:

- يتعرف على مفهوم التغذية الصحية.
- يذكر أمثلة لبعض الاطعمة الصحية وغير الصحية.
- يعبر عن سعادته بأنشطة البرنامج.
- يذكر أهمية النظافة الشخصية .
- يتعرف على اهمية غسل اليدين باستمرار .
- يستخدم الكحول لتعقيم يديه.
- يحافظ على التباعد الاجتماعى فى الحضانة.
- يحرص على ارتداء الكمامة فى الاماكن المزدحمة.
- يتعرف على المشكلات الصحية التى يسببها فيروس كورونا.
- يذكر المشكلات المترتبة على تبادل الكمامة مع زملائه فى الحضانة.

- يعتاد على شرب الماء باستمرار طوال اليوم.
- يذكر أمثلة واقعية لمشكلة الاقتراض.
- يُقدم ملخص بسيط عن أهمية العلم لتحقيق الاقتصاد الناجح.
- يتبنى إتجاه إيجابي نحو الغذاء الصحي.
- يُعبر عن شعوره تجاه أزمة فيروس كورونا .
- يرتدى ملابسه بمفرده.
- يتعاون مع زملاءه فى تنفيذ مهام الأنشطة.
- يعتاد خلع وارتداء ملابسه بنفسه.
- يتأكد من نظافة الحمام قبل إستخدامه.

محتوي البرنامج التدريبي:

في ضوء الالتزام بالأساس النظري الذي تم عرضه ، تم تحديد محتوى البرنامج بناءً علي الأطر النظرية ونتائج الدراسات السابقة ، حيث أمكن تحديد مجموعة الأبعاد الفرعية للتربية الاقتصادية التي يتضمنها البرنامج في مجموعة من الوحدات علي النحو التالي:

جدول (٩) يوضح محتوى البرنامج التدريبي

م	مهارات الرعاية الذاتية	عدد الأنشطة	عدد الجلسات	عدد الايام
١	التغذية الصحية	٦	٣	٣
٢	النظافة الشخصية	٦	٣	٣
٣	المحافظة على النفس ضد المخاطر	٦	٣	٣
٤	الاستقلالية فى قضاء الاحتياجات الشخصية	٦	٣	٣
	الاجمالي	٢٤	١٢	١٢

يتضح من الجدول السابق رقم (٩) أن البرنامج تضمن تدريب الطفل على اربعة مهارات لرعاية الذات تم تطبيقهم على مدار (١٢) جلسة وتم تنفيذ (٢٤) نشاط خلال (١٢) يوم تدريبي بمعدل يومان تدريبيان فى الاسبوع واستغرق تطبيق البرنامج خلال (٦) ست أسابيع فى الفترة من ١٠ / ١٠ / ٢٠٢١ الى ١١ / ٢٥ / ٢٠٢١ بهدف تنمية بعض مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة.

الاستراتيجيات التدريبية المستخدمة في البرنامج :

تنوعت الاستراتيجيات التدريبية المستخدمة في البرنامج لتشمل الاستراتيجيات التالية:

النمذجة، القصص ، الأغاني والأناشيد ، الرسم ، اللعب ، الحوار والمناقشة.

أساليب تقويم البرنامج:

التقويم عملية مستمرة فهو يحدث قبل البرنامج وفي أثناءه وبعد تطبيقه ،وفي كل مرحلة من هذه المراحل يؤدي التقويم وظائف مختلفة، لهذا فقد تم استخدام أنواع التقويم التالية:

التقويم القبلى:

تم تطبيق مقياس رعاية الذات المصور على المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج بهدف التعرف على مدى توافر مهارات رعاية الذات لدى طفل الحضانة.

التقويم البنائي: ويتمثل فى :

- ملاحظات الباحثة لأداء الاطفال أثناء تنفيذ أنشطة البرنامج

- تقويم يعقب اليوم التدريبي: ويتمثل فى تطبيق استمارة تقييم اليوم التدريبي.

التقويم النهائي:

- من خلال تطبيق استمارة تقييم البرنامج التدريبي، والتطبيق البعدى لمقياس رعاية الذات المصور .

إجراءات تطبيق البرنامج

لتطبيق البرنامج تم اتباع الإجراءات التالية:

- توفير مكان لتطبيق البرنامج وهو إحدى القاعات بحضانة عصافير الجنة الملحقة بكلية التربية للطفولة المبكرة بعد أخذ الموافقات اللازمة بالتطبيق.
- تشجيع الاطفال لحضور البرنامج وذلك عن طريق تشجيعهم وتقديم بعض الجوائز العينية البسيطة عليهم.
- توفير الخامات والوسائل اللازمة للتطبيق.
- بعد أن تمت جميع الإجراءات السابقة ، طبق البرنامج علي عينة البحث باستخدام مجموعة مختلفة من الاستراتيجيات.
- تم الاستعانة بمجموعة من المعلمات بالحضانة لمساعدتي أثناء التطبيق .

مناقشة نتائج البحث

النتائج الخاصة بحساب اختبار (ت) بين القياس البعدي بين المجموعة

التجريبية والضابطة للتحقق من صحة أو عدم صحة فروض البحث :

١- نتائج خاصة باثبات صحة الفرض الاول للبحث :

وينص الفرض على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة " لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

جدول (١٠)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١) $n=15$

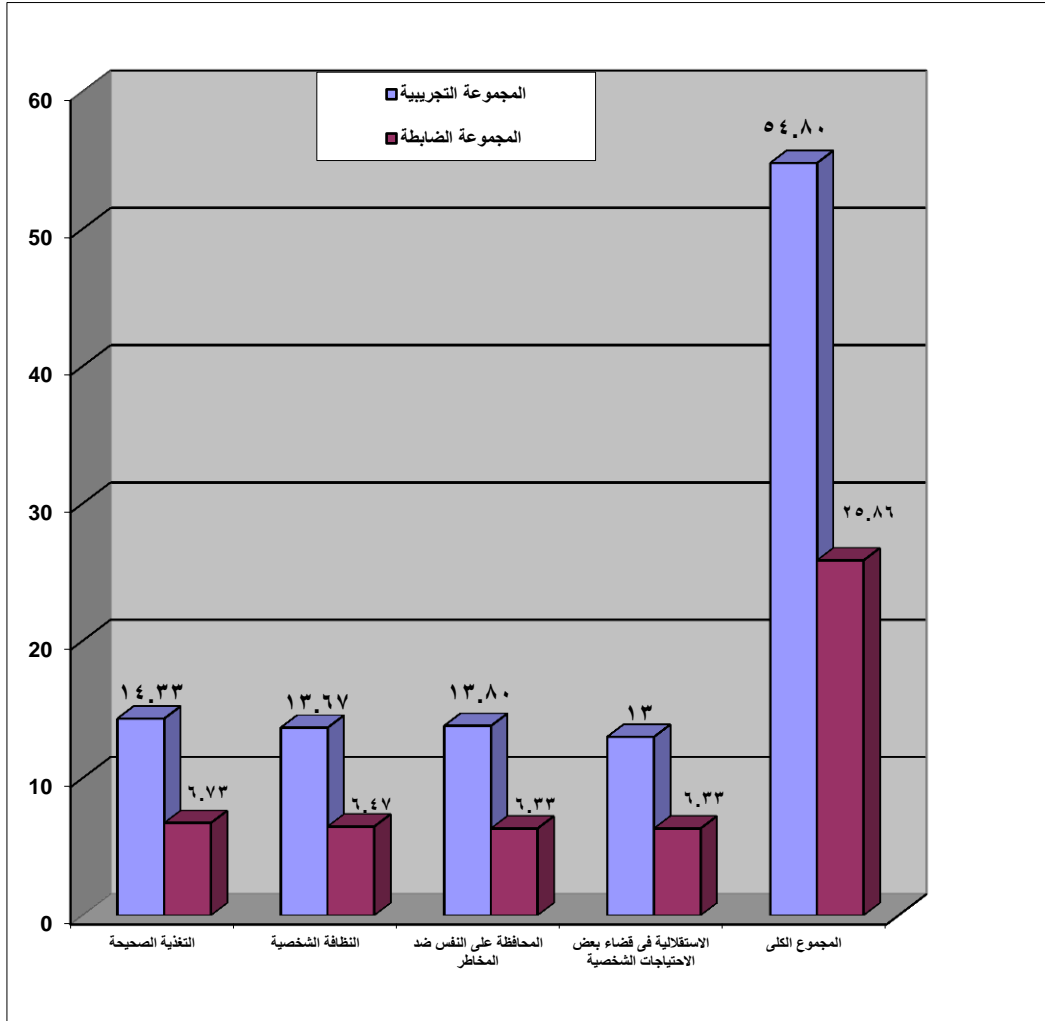
أبعاد القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		متوسط الفرق (م ف)	الانحراف المعياري للفرق (م ف)	T قيمة المحسوبة	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
البعد الأول مهارة التغذية الصحيحة	١٤.٣٣	٠.٩٧٦	٦.٧٣	١.٤٩	٧.٦٠	١.٣٥	٢١.٧٧	دالة عند مستوى معنوية ٠.٠١	في اتجاه المجموعة التجريبية
البعد الثاني مهارة النظافة الشخصية	١٣.٦٧	١.٤٥	٦.٤٧	١.٣٠	٧.٢٠	٢.٦٠	١٠.٧٤	دالة عند مستوى معنوية ٠.٠١	في اتجاه المجموعة التجريبية
البعد الثالث مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر	١٣.٨٠	١.٢٦	٦.٣٣	١.٤٥	٧.٤٧	١.٧٧	١٦.٣٦	دالة عند مستوى معنوية ٠.٠١	في اتجاه المجموعة التجريبية
البعد الرابع مهارة	١٣	١.٥١	٦.٣٣	١.٦٣	٦.٦٧	٢.٣٥	١٠.٩٩	دالة عند مستوى معنوية ٠.٠١	في اتجاه المجموعة التجريبية

التجريبية	معنوية ٠.٠١							الاستقلالية
								فى قضاء
								بعض
								الاحتياجات
								الشخصية
فى اتجاه المجموعة التجريبية	١٧,٨٦	٦,٢٧	٢٨,٩٤	٥,٢١	٢٥,٨٦	٣,٢٨	٥٤,٨٠	المقياس ككل

** يوجد فرق معنوى عند (٠.٠١)

يتضح من جدول (١٠) أن ت الجدولية = ٢.٦٢ عن مستوى معنوية ٠.٠١
 ت الجدولية = ٢.١٤ عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات
 دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في
 القياس البعدى لتنمية مهارات رعاية الذات المصور لدى طفل الحضانة " في اتجاه
 القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

ويوضح الشكل (١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١)



الشكل (١) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١)

وترجع هذه النتائج الى البرنامج بما يحتويه من أنشطة متنوعة تم تنفيذها بمشاركة الطفل وباستخدام مجموعة من الاستراتيجيات التعليمية الشيقة والمناسبة لطفل

الحضانة ومنها النمذجة والقصص والرسم والاعاني والانشيد وهى من الانشطة الادائية التى تعتمد على اداء الطفل ونشاطه .

٢- نتائج خاصة باثبات صحة الفرض الثانى للبحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدى لتنمية مهارة التغذية الصحية لدى طفل الحضانة " فى اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

جدول رقم (١١)

يوضح المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومتوسط الفروق بين

المجموعة التجريبية والضابطة فى القياس البعدى فى تنمية مهارة التغذية

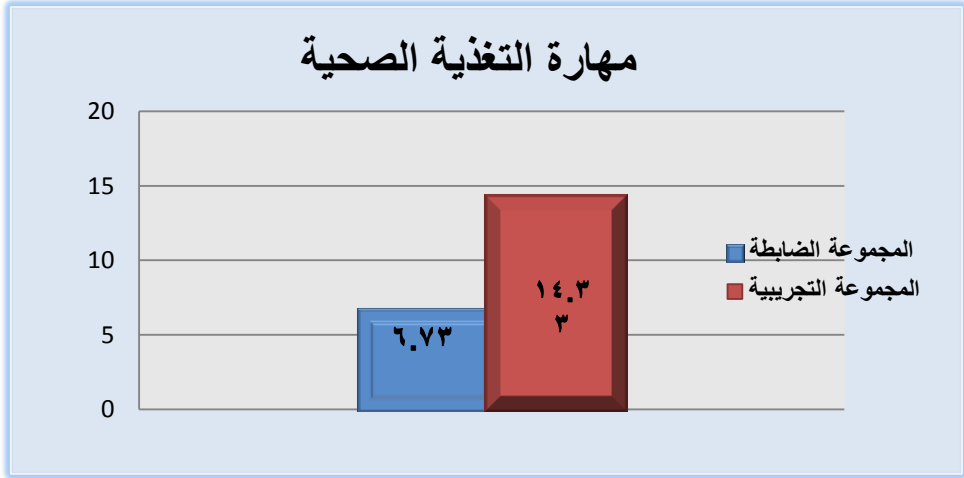
الصحية باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١) ن=١٥

المجموعة	م	ع	متوسط الفرق	الانحراف المعيارى للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
التجريبية	١٤,٣٣	٠,٩٧٦	٧,٦٠	١,٣٥	٢١,٧٧	دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١	فى اتجاه القياس البعدى
الضابطة	٦,٧٣	١,٤٩					

ت الجدولية = ٢.٦٢ عن مستوى معنوية (٠.٠١) ت الجدولية = ٢.١٤
عن مستوى معنوية (٠.٠٥)

الشكل (٢)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في تنمية التغذية الصحية



باستقراء بيانات الجدول السابق وما تم بشأنها من معاملات إحصائية يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠.٠١) بين الدرجات الحاصل عليها عينة البحث (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) فيما يتصل بالبعد الأول وهو تنمية مهارة التغذية الصحية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢١.٧٧) في حين أن نظيرتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) ولدرجة حرية (١٤) بلغت (٢.٦٢) وهذا يعني أن قيمة ت المحسوبة < من ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) وعليه يمكن القول أن البحث أثبت صحة الفرض الفرعي الأول بحدوث ثقة (٠.٩٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لتنمية مهارة التغذية الصحية لدى طفل الحضانة " في اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وترجع هذه النتائج الى البرنامج والانشطة المتنوعة التي تم تنفيذها بمشاركة الاطفال، حيث انه قبل تطبيق البرنامج كان الاطفال يعانون من قصور في الوعي بالتغذية الصحية وكانو يحضرون الى الحضانة أغذية غير صحية مثل الشيبسي

والحلوى والمياه الغازية والعصائر المعلبة ، وتتفق هذه النتائج مع ما اشارت اليه دراسة .(منسى وآخرون ، ٢٠٢١)

كما أنه من خلال حوار الباحثة مع أمهات الاطفال اتضح ان الاطفال يتأثرون بالنمط الغذائي لأمهاتهم ،وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة شانلاى ٢٠٠٩ Chuanlai .

وبينت النتائج أيضاً أن للحضانة دور مهم فى إكساب الأطفال مهارات التغذية الصحية وتتفق فى هذا مع ما أشارت اليه دراسة أرتير بوركواسكى ٢٠٢١ Artur Borkowski أن الاطفال الذين يذهبون الى المدارس يحصلون على الوجبات المدرسية ويحصلون أيضاً على طرق التغذية الصحية، وأكد ايضاً هاردى وآخرون ٢٠١٠ Hardy et al على ضرورة توعية الاطفال منذ الصغر على تناول الطعام الصحى والإبتعاد عن المشروبات المحلاة والسكريات والاطعمة غير الصحية وذلك لتقوية مناعة الجسم، وهذا يتفق مع اهداف البحث الحالى الذى يهدف الى تنمية مهارات التغذية الصحية لطفل الحضانة للحصول على مناعة قوية ضد الأمراض خاصة فيروس كورونا.

٣- نتائج خاصة باثبات صحة الفرض الثالث للبحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدى لتنمية مهارة النظافة الشخصية لدى طفل الحضانة " فى اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

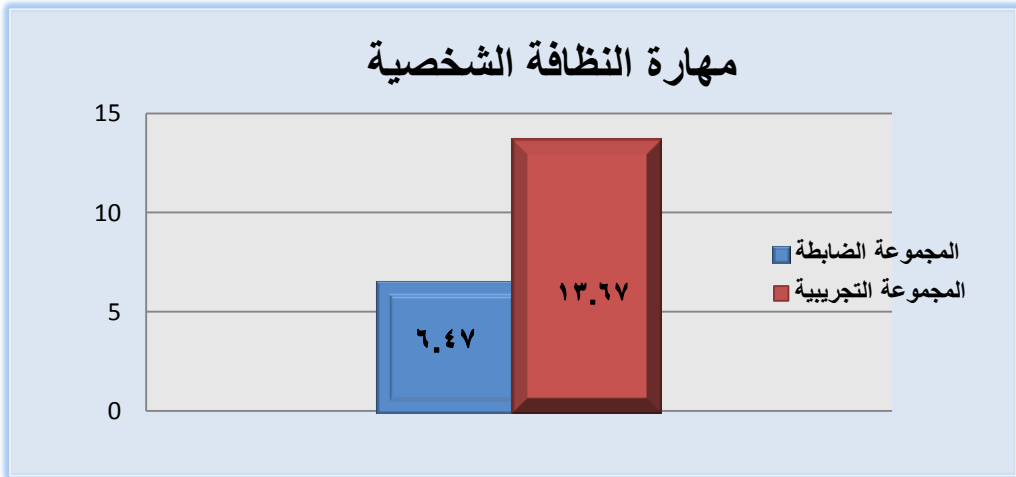
جدول رقم (١٢)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين
المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في تنمية مهارة النظافة
الشخصية باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١) ن=٣٠

المجموعة	م	ع	متوسط الفرق	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
التجريبية	١٣.٦٧	١.٤٥	٧.٢٠	٢.٦٠	١٠.٧٤	دالة عند مستوى معنوية ٠.٠١	في اتجاه
الضابطة	٦.٤٧	١.٣٠					القياس البعدي

ت الجدولية = ٢.٦٢ عن مستوى معنوية ٠.٠١ ت الجدولية = ٢.١٤
عن مستوى معنوية (٠.٠٥)

الشكل (٣) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين
المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في تنمية مهارة النظافة
الشخصية



باستقراء بيانات الجدول السابق وما تم بشأنها من معاملات إحصائية يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠.٠١) بين الدرجات الحاصل عليها عينة الدراسة (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) فيما يتصل بالبعد الثانى وهو تنمية مهارة النظافة الشخصية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٠.٧٤) في حين أن نظيرتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) ولدرجة حرية (١٤) بلغت (٢.٦٢) وهذا يعنى أن قيمة ت المحسوبة < من ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) وعليه يمكن القول أن البحث أثبت صحة الفرض الفرعي الثانى بحدود ثقة (٠.٩٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية النظافة الشخصية لدى طفل الحضانة " في اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

وترجع هذه النتائج الى الأنشطة العملية المتضمنة فى البرنامج وحرص الباحثة على تقديم نموذج عملى أمام الاطفال وتشجيعهم على تقليده. ومنها أنشطة غسل الأيدي وتعقيمها وكذلك القصص التى تم تقديمها عن اهمية غسل الأيدي وأهمية النظافة الشخصية، فالاطفال قبل تطبيق البرنامج كان لديهم قصور شديد فى الوعى بأهمية النظافة الشخصية وغسل الأيدي وتعقيمها لتجنب العدوى، لأن هناك علاقة قوية بين الحالة الصحية والنظافة الشخصية فكما حرص الفرد على النظافة الشخصية كلما قلت فرص انتقال الامراض اليه وقد اتفقت الباحثة فى ذلك مع نتائج دراسات كلاً من منسى ٢٠٢١، ام كارسار ٢٠١٣ M. Sarkar وليلا ابو رغيف ٢٠١٥ Leila F. Aburaghif وجيتا لاکرورى ٢٠١٧ Jeta Lakrori، وأيضاً دراسة بريسكا سودجانا ٢٠١٦ Briska Sudjana.

٤- نتائج خاصة باثبات صحة الفرض الرابع للبحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر لدى طفل الحضانة " في اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

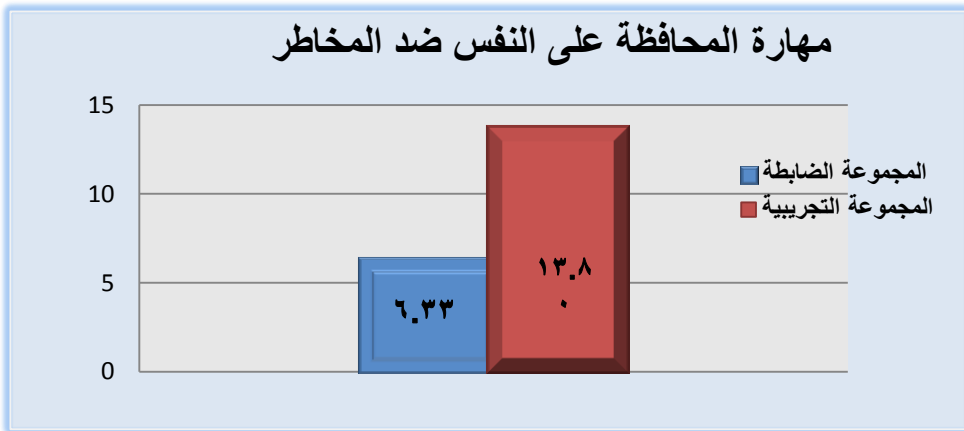
جدول رقم (١٣)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين
المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى فى تنمية مهارة المحافظة
على النفس ضد المخاطر باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١)
ن=١٥

المجموعة	م	ع	متوسط الفرق	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
التجريبية	١٣.٨٠	١.٢٦				دالة عند	فى
الضابطة	٦.٣٣	١.٤٥	٧.٤٧	١.٧٧	١٦.٣٦	مستوى معنوية	اتجاه القياس البعدى

ت الجدولية = ٢.٦٢ عن مستوى معنوية ٠.٠١ ت الجدولية = ٢.١٤ عن
مستوى معنوية (٠.٠٥)

الشكل (٤) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين
المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى فى تنمية مهارة المحافظة على
النفس ضد المخاطر



باستقراء بيانات الجدول السابق وما تم بشأنها من معاملات إحصائية يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠.٠١) بين الدرجات الحاصل عليها عينة البحث (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) فيما يتصل بالبعد الثالث وهو تنمية مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٦.٣٦) في حين أن نظيرتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) ولدرجة حرية (١٤) بلغت (٢.٦٢) وهذا يعنى أن قيمة ت المحسوبة < من ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) وعليه يمكن القول أن البحث أثبت صحة الفرض الرابع بحدود ثقة (٠.٩٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لتنمية المحافظة على النفس ضد المخاطر لدى طفل الحضانه " في اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

تعتبر مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر من المهارات الوقائية التي تُجنب الطفل التعرض للمخاطر والتي يجب تدريب الاطفال الصغار عليها منذ الصغر، وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشارت اليه دراسة (محمد ، ٢٠١٠ ، ١٨٠) ، فقد اكدت على ضرورة تدريب الطفل على ممارسة إجراءات الثقافة الصحية ووقاية نفسه من المخاطر وإثارة وعيه بالغذاء الصحى وحاجته للماء والخدمات الطبية التي يقدمها المجتمع، كما أوصت دراسة لاتوسينسكي^a٢٠١٩ F. Latosinski وتاكيوس ٢٠١٣ Taciuć بضرورة تدريب الأطفال الصغار على كيفية المحافظة على الذات من أجل الحفاظ على أمن الأطفال وسلامتهم.

٥- نتائج خاصة باثبات صحة الفرض الخامس للبحث :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لتنمية مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية لدى طفل الحضانه " في اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

جدول رقم (١٤)

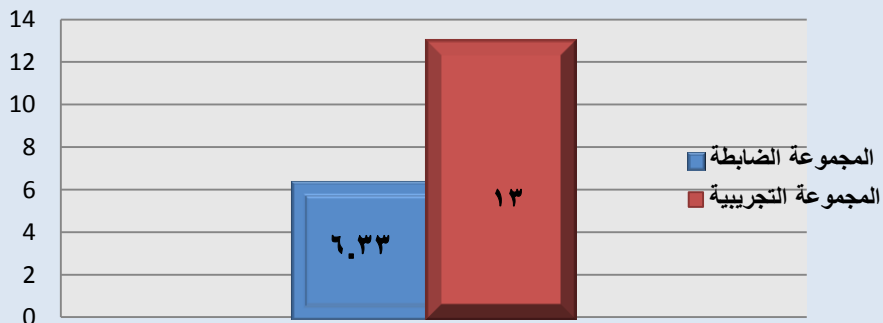
يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في تنمية مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية باستخدام (ت) عند مستوى معنوية (٠.٠١) $n=30$

المجموعة	م	ع	متوسط الفرق	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
التجريبية	١٣	١.٥١	٦.٦٧	٢.٣٥	١٠.٩٩	٠.٠١	في اتجاه
الضابطة	٦.٣٣	١.٦٣					القياس البعدي

ت الجدولية = ٢.٦٢ عند مستوى معنوية ٠.٠١ ت الجدولية = ٢.١٤ عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

الشكل (٥) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في تنمية مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية

مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية



باستقراء بيانات الجدول السابق وما تم بشأنها من معاملات إحصائية يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠.٠٠١) بين الدرجات الحاصل عليها عينة البحث (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) فيما يتصل بالبعد الرابع وهو تنمية مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٠.٩٩) في حين أن نظيرتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٠١) ولدرجة حرية (٢٩) بلغت (٢.٦٢) وهذا يعنى أن قيمة ت المحسوبة < من ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) وعليه يمكن القول أن البحث أثبت صحة الفرض الفرعي الرابع بحدود ثقة (٠.٩٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى لتنمية مهارة الاستقلالية في قضاء بعض الاحتياجات الشخصية " في اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية. وتعد هذه المهارة على قدر كبير من الأهمية للطفل ولأسر الاطفال ،على اعتبار أنها تخفف عن أولياء الأمور بعض الأعباء الخاصة بالطفل والتي يمكنه الإعتماد على نفسه في قضاءها ، وتتفق الباحثة فى ذلك مع نتائج دراسات كلاً من ابراهيم ٢٠١٩ ، سليم ٢٠١٣ ، كما اشارت العديد من الدراسات الى ضرورة تعويد وتدريب الطفل منذ الصغر على الاستقلالية كدراسات

ميوكتى أمينى ٢٠١٧ Mukti Amini وياينج بوسبا ٢٠١٩ Pupung Puspa
Ardini1

وقد أكد حسن ٢٠١٦ فى دراسته أن مهارات العناية بالذات تشكل أساساً لبناء أشكال أخرى من المهارات اللاحقة كالمهارات الأكاديمية أو الاجتماعية أو المهنية، وأن أداء الطفل للمهارات الاستقلالية يؤدي إلى تنمية عدد من الخصائص الشخصية لديه مثل الاعتماد على الذات وتنمية الثقة بالنفس والتكيف الناجح مع من حوله

قياس فاعلية البرنامج

لحساب نسبة التحسن بين متوسطى درجات اطفال الحضانه فى كل بعد من ابعاد المقياس ، ثم حساب النسبة المئوية لكل طفل فى القياس القبلى والقياس البعدى وحساب الفرق بينهما ، والجداول التالية توضح ذلك :

جدول (١٥)

يوضح نسبة تحسن بين متوسطى درجات أطفال الحضانه بالنسبة لمقياس
مهارات رعاية الذات المصور

م	المتغيرات	متوسط قياس قبلى م ق	نسبة الأداء فى القياس القبلى %	متوسط قياس بعدى م ب	نسبة الاداء فى القياس البعدى %	نسبة التحسن %	الترتيب
١	البعد الاول مهارة التغذية الصحية	٧.٤٠	%٤٩.٣	١٤.٣٣	%٩٥.٥	%٤٦.٢	٢
٢	البعد الثانى مهارة النظافة الشخصية	٧.٢٧	%٤٨.٥	١٣.٦٧	%٩١.١	%٤٢.٦	٣
٣	البعد الثالث مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر	٦.٦٠	%٤٤	١٣.٨٠	%٩٢	%٤٨	١
٤	البعد الرابع مهارة الاستقلالية فى قضاء بعض الاحتياجات الشخصية	٦.٨٧	%٤٥.٨	١٣	%٨٦.٧	%٤٠.٩	٤
	الدرجة الكلية للمقياس	٢٨.١٤	%٤٦.٩	٥٤.٨٠	%٩١.٣	%٤٤.٤	

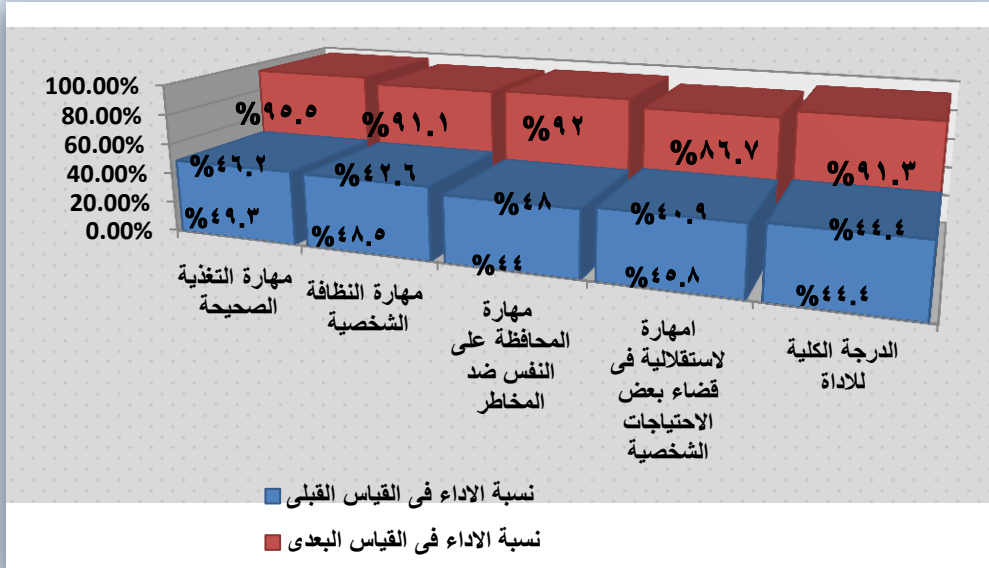
يتضح من الجدول السابق أن أعلى نسبة تحسن للبرنامج ، البعد الثالث (مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر) حيث جاء فى الترتيب الأول بنسبة تحسن (٤٨%) بين القياس القبلى والبعدى ثم فى الترتيب الثانى البعد الاول (مهارة التغذية الصحية) بنسبة تحسن (٤٦.٢%) بين القياس القبلى والبعدى ، ثم الترتيب الثالث البعد الثانى (مهارة النظافة الشخصية) بنسبة تحسن (٤٢.٦%) بين القياس القبلى والبعدى ، ثم الترتيب الرابع البعد الرابع (مهارة الإستقلالية فى قضاء بعض الاحتياجات الشخصية) بنسبة تحسن (٤٠.٩%) بين القياس القبلى والبعدى.

وبملاحظة النتائج نجد أن مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر جاءت على رأس المهارات التى تم تميمتها لدى الطفل وترجع تلك النتائج الى خوف الأمهات الشديد على أطفالهن واهتمامهن بالاجراءات الاحترازية ولفت انتباههم المستمر من جانب الباحثة ومديرة الحضانه الى ضرورة مراعاة الإجراءات الإحترازية ، مما جعل

للبرنامج اثر واضح وسريع فى تنمية مهارة المحافظة على النفس ضد المخاطر، ويؤكد ذلك على الدور الفعال للتكامل والتواصل بين المنزل والحضانة. أيضاً يرجع التحسن فى مستوى اتقان مهارات الرعاية الذاتية الى طرق تنفيذ أنشطة البرنامج التى اعتمدت على إستخدام النمذجة وتقسيم المهارة الى أجزاء صغيرة ، مع مراعاة عدم الإنتقال من مهارة الى المهارة التالية دون التأكد من اتقان الطفل للمهارة الأولى ،وتتفق الباحثة فى ذلك مع نتائج دراسة (سوزان وهاريس ٢٠٠٩، ٧٦) (Susan & Harris ,2009,76) ، حيث أكدت على ضرورة تعليم هذه المهارات للأطفال الصغار فى سن الحضانة باستخدام النمذجة وكذلك تقسيم المهمة إلى خطوات صغيرة .ويتم ربط التدريب بالمكافآت خلال كل خطوة من المهمة حتى يكتسب الطفل المفهوم بالكامل.

بالنسبة للاستقلالية فقد جاءت فى المرتبة الأخيرة من حيث التحسن عن بقية المهارات ، ويرجع ذلك لنمط تربية الطفل ونمط الأسرة وأسلوبها فى تنشئة طفل إعتمادى ،فكثير من الأمهات لا تترك الفرصة للطفل يمارس أنشطته باستقلالية وذلك اعتقاداً منها بعدم قدرة الطفل على القيام بالعمل بمفرده ، وبهذا ينشأ طفل اعتمادى ، وقد اكدت ذلك نتائج دراسة بابنج بوسبا ٢٠١٩ **Pupung** **Puspa2019** حيث أوضحت نتائجها أن سلوك الطفل الإستقلالى يتأثر بنمط الوالدين فى التربية ومدى إتاحة الفرصة أمام الطفل لممارسة الإستقلالية فى حياته اليومية.

والشكل (٦) التالي يوضح نسبة التحسن بين متوسطى درجات اطفال الحضانة



على مقياس مهارات رعاية الذات المصور.

ترى الباحثة أن ذلك التحسن يرجع الى فاعلية البرنامج متعدد الأنشطة لتنمية بعض مهارات الرعاية الذاتية لطفل الحضانة ومن أهم تلك الانشطة هي : اللعب والتمثيل والانشطة الفنية والموسيقية، ولعب الأدوار ، فالاطفال الصغار يحبون التنوع فى المثيرات كما انهم يميلون الى الانشطة التطبيقية اكثر من الانشطة التقليدية التى تسبب الملل للاطفال ،وهذا ما اعتمدت عليه الباحثة عند اعداد البرنامج بحيث يكون متنوع الانشطة ، وقد اوضحت نتائج دراسة (منسى ، وآخرون، ٢٠٢١) أن الاطفال الصغار يعانون من قصور فى الثقافة الصحية خاصة فى ظل أزمة كورونا ،وأكدت على انهم بحاجة الى أنشطة متنوعة لتنمية الثقافة الصحية لديهم وذلك لأهميتها لصحتهم وحياتهم اليومية.

كما أشارت نتائج دراسة الدرينى ٢٠٢٠ الى أنه يمكن تنمية مهارات رعاية الذات لدى الطفل من خلال بعض الانشطة التى تتيح لهم القيام ببعض الممارسات التى

تشبع رغباتهم واحتياجاتهم ، والتي تقدم بشكل متكامل ومتنوع يراعى كافة جوانب نموه وقدراته واهتماماته ، وهو ما يطلق عليه مصطلح الأنشطة الإثرائية المتنوعة .

توصيات البحث

فى ضوء نتائج البحث يوصى بالآتى:

- تضمين مهارات رعاية الذات فى البرنامج اليومى لأطفال الحضانة خاصة فى ظل الظروف الحالية لجائحة كورونا.
- الاهتمام بالانشطة التعبيرية فى تنمية مهارات رعاية الذات لطفل الحضانة كالانشطة الحركية والفنية والموسيقية والقصصية.
- لفت إنتباه مؤلفى قصص الأطفال الى أهمية تضمين مهارات الرعاية الذاتية فى قصص الاطفال.
- إعداد أدلة استرشادية لمعلمات الحضانة تشمل على كيفية تدريب أطفال الحضانة على مهارات رعاية الذات.
- لفت انظار الاعلاميين بضرورة الاهتمام بتضمين مهارات رعاية الذات فى برامج الاطفال المرئية والمسموعة.

مقترحات البحث

فى ضوء نتائج البحث تقترح الباحثة القيام بالبحوث التالية:

- ١- برنامج قصصى لتنمية مهارات الرعاية الذاتية للطفل التوحدى.
- ٢- برنامج تدريبي لأولياء امور الاطفال لإكساب اطفالهم مهارات رعاية الذات.
- ٣- برنامج اعلامى لتنمية مهارات رعاية الذات لطفل الروضة فى ظل جائحة كورونا .

المراجع

أولاً : المراجع العربية

- ١- ابراهيم ، عبد الحميد محمد (٢٠١٩): برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الاستقلالية لدى الاطفال التوحديين ، المجلة العربية لعلوم الاعاقة والموهوبين ،كلية رياض الاطفال ، جامعة بورسعيد ،٨ع، يوليو ٢٠١٩ .
- ٢- جاد، منى محمد على (٢٠٠٣): تاريخ تربية الطفل عبر العصور من البدائية للذكاءات، دار المسيرة للنشر ، القاهرة.
- ٣- الجندي ،اكرام حمودة (٢٠١٠) : مرشد الأسرة والمعلمة في التربية الصحية، دار الكتاب الحديث.
- ٤- حسن، وليد جمعة عثمان (٢٠١٦): اعداد وتقنين مقياس لتقدير مهارات العناية بالذات لدى الاطفال ذوى اضطراب طيف التوحد، مجلة كلية التربية ،بنها ، ١٠٥ع ، ج ١ ، ٢٠١٦ .
- ٥- الدرينى ، شروق على محمد (٢٠٢٠): برنامج قائم على الانشطة الاثرائية فى تنمية بعض مهارات رعاية الذات لدى طفل الروضة ،رسالة ماجستير ،كلية التربية النوعية ، جامعة بنها.
- ٦- سليم ، أمانى محمد(٢٠١٣): فاعلية برنامج لتنمية المهارات الاستقلالية باستخدام طريقة منتسورى لدى الاطفال ذوى الاعاقة العقلية البسيطة.، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس .
- ٧- سليمان ،سناء محمد (٢٠١١): فنون الإتيكيت وآداب السلوك والمعاملة الراقية، عالم الكتاب للنشر والتوزيع. كلية البنات، جامعة عين شمس.
- ٨- شريف، السيد عبد القادر (٢٠١٤): المدخل الى رياض الاطفال، دار الجوهرة للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ٩- الشمري، أسرار عبد الهادى جابر (٢٠١٩): فاعلية برنامج قائم على المسرح الغنائى فى تنمية مهارات رعاية الذات لطفل الروضة الكويتى، رسالة ماجستير ، كلية التربية النوعية ،جامعة بنها.

- ١٠- صادق، فاروق (٢٠٠٥) : موضوعات في سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، جامعة الأزهر .
- ١١- عبدالله، هيام مصطفى (٢٠١٩) : فاعلية برنامج قائم على استراتيجيات لعب الادوار فى إكساب طفل الروضة بعض لسلوكيات الأمن والسلامة، مجلة الطفولة ، كلية التربية للطفولة المبكرة ، جامعة القاهرة ، ٣٢٤، مايو ٢٠١٩ .
- ١٢- على، سمر محمود (٢٠١٧) : فاعلية برنامج لتنمية بعض مهارات العناية بالذات لدى عينة من الأطفال التوحديين باستخدام اللعب ، رسالة ماجستير ،معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس.
- ١٣- فراج، عبير بكرى (٢٠١٩). برنامج قائم على أشكال أدب الأطفال لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طفل الروضة ، مجلة الطفولة (٣١٤) ، كلية الطفولة المبكرة ، جامعة القاهرة.
- ١٤- محمد ، منى جابر (٢٠١٣) : برنامج تدريبي لتنمية المهارات الحياتية لدى أطفال الروضة ، مجلة كلية رياض الأطفال . العدد الأول ، جامعة بورسعيد.
- ١٥- محمد، صفاء أحمد(٢٠١٠): فاعلية الالعب التعليمية فى تنمية المفاهيم الصحية لطفل الروضة ،مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس، ع(٤)، ١٥٩-٢٠٧.
- ١٦- محمد، هبه عبده (٢٠١٦) : فاعلية برنامج ارشادى إنتقائى فى تنمية مهارات إدارة الذات واثره على السلوك الايجابى لدى أطفال الروضة ، رسالة دكتوراه ، معهد البحوث والدراسات العربية : جامعة القاهرة .
- ١٧- مصطفى، فهيم (٢٠٠٥) : الطفل والمهارات الحياتية فى رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٨- منسى، عبير محمود، وآخرون (٢٠٢١): برنامج الكترونى لتنمية الثقافة الصحية لدى طفل الروضة، المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال ،جامعة بورسعيد ، ١٨٤، الجزء الأول، ٨٠٦: ٨٨٨ .
- ١٩- منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠): دليل توعوى صحى شامل ، أسئلة واجابات عن مرض كورونا المستجد ٢٠٢٠.

- ٢٠- وزارة التعليم (٢٠١٧): دليل الامن والسلامة فى المدارس ، ادارة الامن والسلامة بمحافظة الاحساء .
- ٢١- وزارة الصحة، (٢٠١٩): دليل التثقيف الصحى ،الاردن.
- ٢٢- يوسف ، منى محمد عبدالله (٢٠١٩): برنامج أنشطة متكاملة قائم على الالعب التربوية لتنمية بعض المهارات الحياتية لطفل الحضانة ، مجلة الطفولة ، كلية التربية للطفولة المبكرة ، جامعة القاهرة ، ع٣٢٤، مايو ٢٠١٩.
- ٢٣- _____ (٢٠١٩): المهارات الحياتية لطفل الحضانة، الهاني للطباعة،القاهرة.
- ٢٤- يوسف، وفاء ابو المعاطى (٢٠٢١): فاعلية برنامج قائم على القصة الكاريكاتورية فى تنمية بعض المهارات الحياتية للتعايش مع جائحة كورونا لطفل الروضة ، المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال ،جامعة بورسعيد ،ع١٨٤، الجزء الأول،١٦٧: ٢٦٦.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

- Chuanlai Hu, Dongqing Ye*, Yingchun Li, (2009): Evaluation of a kindergarten-based nutrition education intervention for pre-school children in China School of Public Health, Anhui Medical University, 81 Mei Shan Road, Hefei 230032, Anhui, People's Republic of China Submitted 18 November 2008: Accepted 7 July 2009: First published online 4 August 2009
- Claire D. Bourke, James A. Berkley, and Andrew J. Prendergast1 (2016). Immune Dysfunction as a Cause and Consequence of Malnutrition. Trends Immunol. 2016 Jun; 37(6): 386–398
- communication and mothers towards their children", V. (15),

N. (5), pp.

- Corrliss, R.P. (2009): "The relationship between the ability to
- Emel Sezici and Deniz Döne Akkaya(2020): The effect of preschool children's motor skills on self-care skills ,Article in Early Child Development and Care • March 2020 Department of Pediatric Nursing, Faculty of Health Sciences, Kutahya Health Sciences University, Kutahya, Turkey.
- Evaluation of a kindergarten-based nutrition education
- Huttunen R., Syrjanen J.(2013): Obesity and the risk and outcome of infection. Int. J. Obes. (Lond). 2013,37:333–340
- intervention for pre-school children in China
- Jeta Lakrori (2017) : “Improvement of the access to quality health and nutrition services and provision of information for mothers, newborns and children in the peri-urban areas of Tirana” Project, supported andimplemented by Save the Children.
- Mukti Amini (2017) :Using Social Media Whatsapp Group in Parental Involvement to Improve Child's Independence at Kindergarten Universitas Terbuka, Jakarta, Indonesia
- Briska Sudjana,(2016): Faculty of Medicine, Universitas Padjadjaran, Jalan Raya Bandung-Sumedang Km.21, Jatinangor, Sumedang,Indonesia, Phone: +6281312110611 Email:briskasudjana@gmail.com
- F. Latosinskia, A. Cuestab, D. Alvearb(2019): Assessing self-preservation capabilities in toddlers during evacuations a Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco, Argentina b Departamento

de Transportes y Tecnología de Proyectos y Procesos, Universidad de Cantabria, Spain

- Artur Borkowski et all(2021): The impact of school closures on children's nutrition Office of Research – Innocenti Working Paper WP-2021-01 | January 2021
- Taciuc, Anca Cosmina; Dederichs, Anne(2013): Developing Self-Preservation Capability in Pre-School Children The Fire Protection Research Foundation.
- Recbecces, Jones (2012): Starting Early, the Why and How of Preschool Education Ibid, P11.
- Recbecces, Jones (2012): Starting Early, the Why and How of Preschool Education Ibid, P11.
- Reham Mohammad Al Mohtadi&HabisSa'ad Al Zboon(2017): "Training Program Efficacy in Developing Health LifeSkills among Sample Selected from Kindergarten Children",Journal of Education and Learning; Vol. 6, Nop212-219.
- Susan & Harris (2009): "Moral Dilemmas for Young Children Council for Religion in Independent Schools, 2009.
- Susan & Harris (2009): Moral Dilemmas for Young Children Council for Religion in Independent Schools, 2009.

ثالثاً: مراجع الانترنت

- <https://www.unicef.org>
- <https://www.mayoclinic.org/ar/healthy-lifestyle/childrens-health/in-depth/childrens-conditions/art-20044109>
- <https://www.webteb.com/articles/%D8%AD%D9%85%D8%A7%D9%8A%D8%A9-%D8%A7%D9%84%> - الخميس ، ١٩ مارس ٢٠٢٠ - آخر تعديل - الخميس ، ٢٨ يناير ٢٠٢١
- <https://www.lahamag.com/article/4>