



# Харчування здорової ДИТИНИ

**Харківський університет імені  
В.Н. Каразіна  
Медичний факультет  
Кафедра педіатрії**



# Актуальність тематики

- Важливість правильного харчування в ранньому віці має величезний вплив на здоров'я та оптимальний розвиток дітей. Їжа не лише є джерелом енергії, але й надає організму необхідні будівельні матеріали для зростання і розвитку.
- Для дитини першого року життя ідеальним є грудне вигодовування. За даними ВООЗ, виключно грудне вигодовування значно знижує ризик смерті внаслідок діареї, пневмонії та інших інфекційних захворювань, а у разі хвороби діти швидше одужують. Грудне вигодовування знижує ризик розвитку таких захворювань, як бронхіальна астма, atopічний дерматит, цукровий діабет, ожиріння у підлітковому віці.
- Курс «Харчування здорової дитини» надає рекомендації, як подолати труднощі, які виникають при годуванні немовляти, а також знання щодо правильної організації харчування здорової дитини в подальшому.

# Об'єм навчальної дисципліни

- ▶ 1 кредит ЕКТС (30 академічних годин)
- ▶ Термін навчання – 1 семестр
- ▶ Підсумковий контроль
- ▶ Практичні заняття – 20 годин
- ▶ Самостійна робота – 10 годин

# Мета дисципліни

- ▶ засвоєння здобувачами теоретичних основ і практичної підготовки щодо грудного вигодовування немовлят та здорових дітей дошкільного віку.

# Кінцеві результати навчання

## Знання

- Знати значення впливу грудного вигодовування на розвиток дитини
- Знати політику успішного грудного вигодовування. Знати ознаки «голодного» немовляти та поради матері та рекомендації щодо покращення лактації.
- Знати основи здорового харчування здорової дитини

# Кінцеві результати навчання

## Вміння

- Вміти оцінити техніку грудного вигодовування



- вміти організувати харчування для дітей дошкільного віку



# Тематичний план практичних занять

	Назва теми	Години
Тема 1.	Значення харчування для здоров'я дитини	4
Тема 2.	Переваги материнського молока.	4
Тема 3.	Правила грудного вигодовування	4
Тема 4.	Основні групи харчових продуктів для дітей	4
Тема 5.	Організація правильного харчування здорової дитини дошкільного віку Підсумковий контроль	4
	Разом	20

# Автори та викладачі дисципліни

- ▶ **Доктор мед. наук, професор Наталя Шевченко**
- ▶ **Кандидат наук, доцент Тетяна Зімницька**
- ▶ **Асистент Наталя Крутенко**