Pediatrie Úvaly

CHARAKTERISTIKA VÝVOJOVÝCH OBDOBÍ A JÍDELNÍČEK

10 - 11 MĚSÍCŮ VĚKU DÍTĚTE

V 10. měsících už je dítě schopné soustředit se na více než na jednu věc, chápe slovo „ne“, ale ne vždy poslechne, upoutává na sebe pozornost.rádo napodobuje gesta, zvuky a grimasy.má rádo dětské říkačky, žvatlání zní jako řeč a některé děti už mohou říct některá slova jako „máma brmbrm“.
Dítě už rozumí i pochvale a kárání, snaží se napodobovat vše co vidí.dokáže také dávat najevo co cítí a odmítá.buduje si slovní zásobu, má oblíbené slabiky, které neustále opakuje.
V 11. měsíci života už většina dětí stojí či s oporou chodí kolem nábytku. Uchopuje i drobné předměty mezi palec a ukazovák.
Většinou už dítě chápe význam „ne“ a velice často ho používá. Uvědomuje si vlastní já a rozlišuje jednotlivé členy rodiny. Rozeznává známé tváře na 6. metrů a bude je i zdravit. Začíná říkat první slova, mává na pozdrav známým, některé děti mohou trpět stydlivostí a také se nebudou chtít dělit o hračky.

JÍDELNÍČEK:

Nyní už se nacházíme v období smíšené stravy a také v období pevné stravy. Strava dítěte se tak začíná přibližovat stravě dospělého.pevná strava by již neměla být problémem, dítě by mělo být schopno samo sedět, umí bez problémů jíst lžičkou a umí podanou stravu přežvýkat. Potraviny se již nemixují, ale krájí na malé kousky. Dítě jí v 5 - 6 denních dávkách, přičemž porce mléka (kojení či náhradní mléčná výživa) zůstávají důležitou součástí jídelníčku.
Příkrmy tvoří 3 – 4 jídla denně.v tomto věku začíná dítě čím dál víc napodobovat své okolí. Je tedy třeba začít v dítěti pěstovat správný stravovací režim i kulturu stolování.

POTRAVINY NEVHODNÉ V TOMTO OBDOBÍ 7 – 12 MĚSÍCŮ VĚKU

- VODA A ZELENINA S VYSOKÝM OBSAHEM DUSIČNANŮ
- OŘECHY, OŘÍŠKY, MÁK, CELÁ ZRNA OBILOVIN, NEPOKRÁJENÁ SLUPKA OVOCE
- SŮL, KOŘENÍ, VÝVARY Z HOVĚZÍCH ČI VEPŘOVÝCH KOSTÍ
- CUKR, MED, KAKAO, ČOKOLÁDA, ALKOHOL, SMETANA, UZENINY
- JÍDLA TĚŽKÁ, TUČNÁ, SMAŽENÁ, KOŘENĚNÁ, SLANÁ, FAST – FOOD
- KRAVSKÉ MLÉKO NEADAPTOVANÉ, TVAROH, VAJEČNÝ BÍLEK
- CITRUSOVÉ A EXOTICKÉ PLODY
- POTRAVINY S UMĚLÝMI SLADIDLY, GLUTAMÁTEM