



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Digitální učební materiál

Projekt: Digitální učební materiály ve škole, registrační číslo projektu CZ.1.07/1.5.00/34.0527

Příjemce: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Husova 3, 371 60
České Budějovice

Název materiálu: Kojenecké období – pracovní list

Autor materiálu: Mgr. Veronika Plecerová

Datum vytvoření: 12. 04. 2013

Zařazení materiálu:

Šablona: Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT (III/2)

Tematická oblast: Vývojová psychologie: prenatální období – předškolní věk

Sada: PS5

Číslo DUM: 10

Předmět, ročník: Psychologie, 2. roč.

Ověření materiálu ve výuce:

Datum ověření: 17. 05. 2013

Třída: ZLY 2

Ověřující učitel: Mgr. V. Plecerová

Popis způsobu použití materiálu ve výuce:

Pracovní list je určen žákům pro individuální procvičení probíraného učiva, navazuje na výklad daného tématu a stává se součástí samostatné přípravy. Pracovní list žáci zpracovávají samostatně a následně je vhodné provést rozbor úloh společně s učitelem. Žáci tak získají zpětnou vazbu. Materiál využívá problémových úloh. Klíč je součástí pracovního listu.

Tento výukový materiál je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

PRACOVNÍ LIST

Kapitola: Vývojová psychologie

Téma: Kojenecké období

1. Rozepište změnu jídelníčku (věkové období – měsíc, konkrétní přídavky, využívání pomůcek).

2. Napište vhodný recept pro kojenecké období.

3. Uvedte výhody a nevýhody látkových plen a plen na jedno použití.

a) látkové pleny

- Výhody

- Nevýhody

b) jednorázové pleny

- Výhody

- Nevýhody

4. Vysvětlete tzv. bezplenkovou komunikační metodu (BKM).

5. Vyjmenujte vhodné hračky pro toto věkové období.

6. Jaké podmínky musí hračky splňovat z hlediska:
a) bezpečnosti

b) rozvoje psychických procesů (vnímání, představivosti, paměti, myšlení, řeči)

c) rozvoje psychických stavů (pozornosti, vyšších citů)

d) psychomotorického vývoje (dle klíčových momentů – jemné i hrubé motoriky)

7. Uveďte sociální hříčky a škádlivky pro kojenecké období.

8. Vyhledejte Vaše fotografie z tohoto věkového období a přiřadte je k jednotlivým klíčovým momentům.

Klíč

Téma: Kojenecké období

1. Rozepište změnu jídelníčku v kojeneckém období (věkové období – měsíc, konkrétní přídatky, využívání pomůcek).
Zde jsou uvedeny pouze příklady možných odpovědí.

Výlučné kojení – bez výživových přísadků první 4 měsíce, nejdéle do 6 měsíců života.

Příkrmy po ukončení 4. měsíce věku kojenců.

Začíná se kombinací **mrkev – brambor**, postupně se přidávají další druhy zeleniny (celer, petržel, kedlubna, brokolice, květák).

Koncem 3. týdne podávání zeleniny se začíná přidávat maso (hovězí, telecí, drůbeží, králičí, vepřové, rybí), **rýže, těstoviny**. Jednou týdně je maso nahrazeno 1/2 -1 **vejcem** (žloutek i bílek). Na závěr se přidává lžička **olivového** nebo **slunečnicového oleje**, **nesolí se, ani nesladí**.

Večer se přidávají **kaše – rýžové, kukuřičné, obilné**.

Koncem 6. měsíce se zařazují **omáčky**, zahuštěné solamylem.

Ovocné příkrmy – jablka, meruňky, broskve, hrušky, borůvky, banány.

Od **7. měsíce** se zavádí **neodtučněné jogurty** s např. Activia.

Kolem 8. měsíce se podává **pečivo, máslo, nastrohaný tvrdý sýr, ředkvičky nebo kousky oloupaného rajčete**.

Od začátku 9. měsíce ve stravě menší kousky, rozmačkat vidličkou.

Ponechat 3 mléčné dávky za den - asi 750 ml mléka (včetně kaše a jogurtu).

Na konci 12. měsíce se skladba stravy dítěte přibližuje dospělých, denně by mělo dítě vypít cca 500 ml mléka.

Tekutiny

První 4 měsíce není potřeba dodávat tekutiny.

Po zavedení příkrmů se podávají tekutiny (neslazená převařená kojenecká voda, dětské bylinkové, ovocné čaje, ovocné nápoje bez přísadků cukru).

Používání **jídelního servisu, příboru – polévková lžíce**.

Používání **lžičky**.

Používání **běžně tvarovaného hrnečku**, hrneček s pítkem.

2. Napište vhodný recept pro kojenecké období.
Zde je uveden pouze příklad možné odpovědi.

Krůtí maso s cuketou a bramborem

Ingredience:

cuketa, brambory (zhruba ve stejném poměru)

krůtí maso

voda

olej

Postup přípravy:

Omyté krůtí maso nakrájejte na malé kousky a dejte vařit do vody.

Brambory a cuketu oloupejte, omyjte a nakrájejte na kostičky, přidejte zeleninu k masu a vše uvařte s trochou oleje. Uvařené krůtí maso a zeleninu rozmixujte, propasírujte nebo rozmačkejte.

3. Uveďte výhody a nevýhody látkových plen a plen na jedno použití.

a) látkové pleny

- **Výhody**

ekonomičtější – nižší pořizovací náklady

ekologičtější

příznivější pro zdraví dětí – široké balení kyčlí

prodyšné – nevyskytují se opruzeniny

dítě se dříve naučí na nočník

výběr z různých materiálů (bavlněné, froté, bambusové), bělené,

nebělené, bio, eko,...

nižší teplota pod plenou cca o 5°C

- **Nevýhody**

časová náročnost na péči o pleny – praní, sušení a žehlení

častější přebalování

nutnost koupit svrchní kalhotky

nižší dostupnost v obchodech

uložení – více prostoru

objemnější zadeček dítěte

b) jednorázové pleny

- **Výhody**

rychlé a pohodlné přebalování

- Nevýhody
finanční náročnost
část komunálního odpadu
obsahují chemické látky – absorpční gel, nepropustnou vrstvu, gumičky, parfém
jsou chemicky bělené chlórem a vyrábí se z ropy a dalších látek
rizikové přehřívání pohlavních orgánů, hlavně u chlapečků
nejsou prodyšné, vznikají opruzeniny

4. Vysvětlete tzv. bezplenkovou komunikační metodu (BKM).

Bezplenková komunikační metoda – přirozená činnost používaná ve světě. Základem je zesílená komunikace mezi rodiči a dítětem. Během několika prvních měsíců života se dítě pravidelně drží nad vhodnou nádobou (používá se tzv. čínský nočník), postupně je dítě schopné vědomě hlásit potřebu vylučování.

- **Komunikace je základním kamenem metody.**
- **BKM je metoda založená na potřebách dítěte, nenásilná a bez trestů.**
- **Nejlépe je začít již v novorozeneckém věku, možné používat během učení na nočník.**
- **Praktikuje se bez plen, ale i s částečným nebo stálým používáním plen.**



Obr. 1



Obr. 2

5. Vyjmenujte vhodné hračky pro toto věkové období.
Zde jsou uvedeny pouze příklady možných odpovědí.

kolotoč nad postýlku
hrací deka a hrazička se zavěšenými hračkami
zvukové, šustící hračky
chrastítka kousátka,
leporela
kostky, válečky
vkládačky
hračky tahací



Obr. 3



Obr. 4

6. Jaké podmínky musí hračky splňovat z hlediska:
Zde jsou uvedeny pouze příklady možných odpovědí.

- a) bezpečnosti
 - **atestované a vhodné pro nejmenší**
 - **technicky nezávadné**
 - **hygienicky nezávadné – omyvatelné či pratelné**
 - **bezpečné – bez ostrých hran, vyrobeny z vhodného materiálu**

- b) rozvoje psychických procesů (vnímání, představivosti, paměti, myšlení, řeči)
 - **velké, barevné, vydávající zvuky, jednoduché, pohybující se**
 - **smyslové vnímání – hračka stimuluje rozvoj sluchu, zraku a hmatu**
 - **představivost – rozvíjí fantazii**
 - **myšlení a řeč – hračka vybízí ke komunikaci**
 - **paměť, vůle – dítě si svou hračku vyžaduje a brání ji**
 - **motorika – hračka má dítě lákat k pohybu, k jeho jistotě a eleganci**

- c) rozvoje psychických stavů (pozornosti, vyšších citů)
- **pozornost – podporuje soustředění**
 - **city – hračka má vyvolávat libost barvou, zvukem, tvarem, materiálem**
 - **cit pro barvu a tvar**
 - **vkusná – ovlivňuje estetické cítění**
 - **sociální vztahy – hračka motivuje a vybízí ke spolupráci, stanovuje určitý řád, pravidla**
 - **výchovně hodnotná – podněcování k pozitivní činnosti**
 - **přiměřená vývojové úrovni – nemusí být v souladu s věkem dítěte**
- d) psychomotorického vývoje (dle klíčových momentů – jemné i hrubé motoriky).
Zde jsou uvedeny pouze příklady možných odpovědí.

3. měsíc – kolotoč nad postýlku, hrací deka a hrazička se zavěšenými hračkami, chrastítka

6. měsíc – chrastítka, kousátka, leporela, látkové kostky

9. měsíc – hračky vydávající zvuk, leporela, kostky, válečky, telefony

12. měsíc – vkládačky, tahací hračky, hudební hračky, panenky Nány, auta, odstrkovala

7. Uvedte sociální hříčky a škádlivky pro kojenecké období.
Zde jsou uvedeny pouze příklady možných odpovědí.

**To je táta,
to je máma,
to je děda,
to je bába,
to je vnouček, malý klouček.**

**Běžela myška
okolo bříška.
Běžela, běžela,
šup do pupíčka!**

**Vařila myšička kašičku
na zeleném rendlíčku.
Tomu dala, tomu taky,
tomu málo, tomu míň.
a na toho malého se nedostalo,
tak běžel do komůrky – a tam se napapal!**

**Kovej, kovej kovářičku, okovej mi mou nožičku.
Okovej mi obě, zaplatím já tobě.
Okovej je hezky, dám ti čtyři český.**

**Paci, paci, pacičky,
táta koupí botičky
a maminka pásek
za myší ocásek.**

**Mám dvě očka na koukání,
A dvě ouška k naslouchání,
Dvě nožičky na chození,
dvě ručky na mazlení.**

8. Vyhledejte Vaše fotografie z tohoto věkového období a přiřaďte je k jednotlivým klíčovým momentům.

Obr. 1 - Čínský nočník. *Www.io.pinknet.cz* [online]. [cit. 2013-04-02]. Dostupné z: <http://io.pinknet.cz/~sue/gallery/albums/sona/nocnik02.sized.jpg>

Obr. 2 - Čínský nočník s poklopem. *Www.branakdetem.cz* [online]. [cit. 2013-04-02]. Dostupné z: <http://www.branakdetem.cz/img/produkty/full/1/6/1637.jpg>

Obr. 3 - Dětské lehátko. *Www.detska-lehatka.cz* [online]. [cit. 2013-04-02]. Dostupné z: <http://www.detska-lehatka.cz/1046-2395-thickbox/hraci-deka-tiny-love-s-hrazdou-gymini-moveplay.jpg>

Obr. 4 - Kolotoč nad postýlkou. *Www.hrackarna.cz* [online]. [cit. 2013-04-02].

Dostupné z: <https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQVqBq05ICcsBYnuILURczHR7FfsAXIBfJ-aW8WnABlzGDxKTjK>