

Содержание

Предисловие7

Введение.....8

БЛОК-МОДУЛЬ I. ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК. СОДЕРЖАНИЕ И ЗАДАЧИ ПЕДИАТРИИ И ГИГИЕНЫ

Модуль I.1. Зарождение и развитие педиатрии и гигиены.
Краткий исторический очерк..... 10

Модуль I.2. Здоровье ребенка и методы его оценки 16

Модуль I.3. Основные этапы развития ребенка..... 21

I.3.1. Понятие и определение возраста22

I.3.2. Возрастная периодизация детства28

Модуль I.4. Физическое развитие детей и его закономерности 36

I.4.1. Управление физическим развитием.....37

I.4.2. Основные характеристики процессов роста.....40

I.4.3. Методы изучения и оценка физического развития.....42

Модуль I.5. Психомоторное развитие детей 50

I.5.1. Развитие основных психофизиологических функций,
лежащих в основе познавательной деятельности.....50

I.5.2. Сон и его значение для здоровья детей59

I.5.3. Условия и причины нарушения психофизиологического
статуса детей.....64

I.5.4. Развитие функции движения.....67

I.5.5. Оценка нервно-психического развития детей и подростков71

Модуль I.6. Половое развитие детей и подростков 76

I.6.1. Половая идентификация и половая активность76

I.6.2. Развитие вторичных половых признаков79

I.6.3. Психические особенности подростков в период полового
созревания81

Модуль I.7. Особенности развития и функционирования основных органов и систем детского организма	83
I.7.1. Сердечно-сосудистая система.....	83
I.7.2. Органы дыхания	88
I.7.3. Костная и мышечная система	93
I.7.4. Кожа и жировая ткань	109
I.7.5. Пищеварительная система.....	113
I.7.6. Органы мочеобразования и мочевыделения	122

БЛОК-МОДУЛЬ II. ОТ ЗДОРОВЬЯ ДО БОЛЕЗНИ

Модуль II.1. Условия и механизмы потери детского здоровья	126
II.1.1. Объективные условия ухудшения здоровья.....	126
II.1.2. Зависимость здоровья от функциональных резервов организма.....	127
II.1.3. Адаптация и адаптационный синдром	133
II.1.4. Факторы риска нарушения здоровья	135
Модуль II.2. Конституция, аномалии конституции, диатезы	151
II.2.1. Экссудативно-катаральная аномалия конституции	152
II.2.2. Аллергические диатезы	153
II.2.3. Лимфатико-гипопластическая аномалия конституции	155
II.2.4. Нервно-артритический диатез.....	156

БЛОК-МОДУЛЬ III. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

Модуль III.1. Профилактический контроль здоровья и развития детей	158
Модуль III.2. Профилактика наиболее часто встречающихся заболеваний	161
III.2.1. Профилактика заболеваний нервной системы	161
III.2.2. Профилактика заболеваний сердца и сосудов	173
III.2.3. Профилактика заболеваний органов дыхания.....	182
III.2.4. Профилактика заболеваний органов пищеварения	185
III.2.5. Профилактика заболеваний зубов и полости рта	191
III.2.6. Профилактика заболеваний мочевой системы	197
III.2.7. Профилактика заболеваний половой сферы	199
III.2.8. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата	204

III.2.9. Профилактика заболеваний кожи	216
III.2.10. Профилактика заболеваний органа зрения.....	223
III.2.11. Профилактика анемии.....	234
Модуль III.3. Особенности адаптации детей к условиям образовательного учреждения, подготовка ребенка к поступлению в него	237
III.3.1. Причины и проявления адаптационных реакций при поступлении в школу	237
III.3.2. Диагностика школьной зрелости и подготовка ребенка к школе	240
III.3.3. Основные принципы обеспечения успешной адаптации к школе	243
БЛОК-МОДУЛЬ IV. ГИГИЕНА ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ	
Модуль IV.1. Современные представления о значении питания для роста и развития ребенка	245
Модуль IV.2. Особенности обмена веществ в разные возрастные периоды	251
Модуль IV.3. Потребности в основных питательных веществах в зависимости от возраста	268
Модуль IV.4. Вскармливание детей до года	275
IV.4.1. Естественное (грудное) вскармливание	275
IV.4.2. Искусственное и смешанное вскармливание.....	284
Модуль IV.5. Питание детей старше года	286
IV.5.1. Питание детей от 1 года до 3 лет.....	286
IV.5.2. Особенности питания дошкольников.....	290
IV.5.3. Организация питания школьников.....	293
Модуль IV.6. Нарушения питания и их профилактика.....	299
IV.6.1. Организация питания при избыточной массе тела.....	299
IV.6.2. Организация питания при недостаточной массе тела	303
IV.6.3. Нарушения пищевого поведения	304
Модуль IV.7. Организация питания в дошкольных учреждениях и школах	305
IV.7.1. Питание ребенка в детском дошкольном учреждении	305
IV.7.2. Организация питания в школах	311

Модуль IV.8. Воспитание культурно-гигиенических навыков питания у детей	317
Модуль IV.9. Санитарно-гигиенические требования к оборудованию пищеблока, хранению продуктов и приготовлению пищи	322
IV.9.1. Особенности санитарно-гигиенического режима хранения продуктов и приготовления пищи в дошкольных учреждениях	322
IV.9.2. Санитарно-гигиенический режим в организации питания школьников	325
БЛОК-МОДУЛЬ V. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	
Модуль V.1. Биологические и физиологические основы режима	330
Модуль V.2. Особенности организации режима дня для детей разных возрастных групп	332
V.2.1. Режим дня в дошкольном учреждении	332
V.2.2. Возрастные требования к режиму дня школьников	339
Модуль V.3. Физическое воспитание и гигиеническая организация физкультурных занятий	343
V.3.1. Значение и роль двигательной активности в формировании здоровья.....	343
V.3.2. Организация физического воспитания в детском дошкольном учреждении	347
V.3.3. Физическое воспитание и организация физкультурных занятий в школе.....	348
Модуль V.4. Закаливание	354
V.4.1. Физиологические основы и принципы закаливания.....	354
V.4.2. Виды закаливающих мероприятий	356
V.4.3. Возможности неспецифической профилактики в дошкольном учреждении (по Мануйлову В. Г., Чернякиной Т. С., 1991).....	359
Модуль V.5. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.....	360
V.5.1. Гигиенические особенности детской одежды.....	360
V.5.2. Гигиенические особенности детской и подростковой обуви	366