

BATOLE

Růst a vývoj dítěte. Charakteristika.
Nejčastější patologie. Výživa u dětí.
Poruchy výživy.

Období batolete trvá od 1. do konce 3. roku.

Název je odvozen od nejisté, batolivé chůze.

Pro toto období je charakteristické:

- osamostatňování dítěte v základních životních funkcích
- chůze
- přijímání potravy
- udržování čistoty
- řeč
- poznávání prostředí, ve kterém žije



Růst a vývoj dítěte

Během druhého roku života děti vyrostou průměrně o 11 – 12 cm, za třetí rok o 8 – 9 cm. Mezi 3. – 4. rokem již přecházejí do fáze lineárního růstu s průměrnými ročními přírůstky kolem 6 cm.

Hmotnost narůstá o 3 kg za druhý rok a od 2 do 6 let pak zhruba o 2 kg ročně.

Tříleté dítě váží v průměru 96 cm a měří 15 kg.

Hoši jsou v batolivém a předškolním období průměrně o 1 cm vyšší a o 1/2 kg těžší než dívky.

Pro proporcionalitu těla je stále charakteristická relativně velká hlava, dlouhý trup a krátké končetiny

V období batolete se dokončuje prořezávání zubů dočasného chrupu (*první dentice*).

Komplexní dočasný chrup dítěte má 20 zubů. Skládá se z osmi řezáků, čtyř špičáků a osmi stoliček. Neobsahuje zuby třenové.

Pohybové schopnosti dítěte:

- postupně zvládá chůzi a později i běh, vyleze na židli
- seskočí z malé výšky, chodí po schodech (ve 3. roce střídá nohy)
- dovede chvíli stát na jedné noze
- pije samo z hrnečku a začíná jíst lžičkou, navlékne si ponožku a obuje botu



Kolem jednoho roku užívá dítě tři až pět slov a zná jejich význam.

Ke konci 2. Roku se jeho slovní zásoba rozšiřuje až na dvě stě slov. Naučí se tvořit věty o dvou až třech slovech. Učí se pojmenovávat předměty a dává otázku „Co je to?“. O sobě mluví ve třetí osobě.

Ve třech letech zná dítě kolem tisíce slov. Naučí se krátkou básničku. Začíná používat zájmeno „já“.



Pohyb

12 měsíců: Chodí s držením jedné nebo obou rukou, obchází kolem nábytku a to kroky do strany.

18 měsíců: Může se dostat nahoru a dolů po schodech s pomocí ruky nebo přidržování.

2 roky: Snadno běhá. Umí si otevřít dveře. Kope do balonu bez balancování.

3 roky: Umí řídit tříkolku a chodit na špičkách. Používá střídání nohou k chůzi do schodů.

Manipulace (zručnost)

12 měsíců: Úmyslně pouští hračky jednu po druhé na zem a dívá se, jak padají.

18 měsíců: Umí postavit věž ze tří nebo čtyř kostek. Čmárá na papír tužkou nebo pastelkou.

2 roky: Obrací stránky v knize po jedné. Umí postavit věž ze šesti nebo sedmi kostek.

3 roky: Umí kopírovat čárky a kolečka. Také kopíruje most postavený ze tří kostek.

Sociální chování

12 měsíců: Drží od sebe ruce a nohy při oblékání. Rozumí některým jednoduchým povelům.

18 měsíců: Dobře používá lžici. Naznačuje potřebu jít na toaletu. Používá některá slova.

2 roky: Natahuje si boty a ponožky. Tvoří jednoduché věty. Říká si o jídlo a pití.

3 roky: Rozumí myšlence sdílení. Hraje si s ostatními. Zkouší uklízet. Používá vidličku.



Běžná onemocnění dětského věku

Onemocnění z potravin: salmonelóza, průjem, plynatost

Ušní: zánět středního ucha, infekce vnějšího zvukovodu

Alergie, astma

Močové cesty: pomočování, zánět moč. měchýře

Dýchací cesty: kašel, nachlazení, rýma, záněty hrtanu, mandlí, nosohltanu, průdušek, zápal plic, zvětšená nosní mandle

Oční: ječné zrno, šilhavost, zánět spojivek

Kožní: bradavice, ekzémy, lupénka, opar, koutky, vši

Infekční: chřipka, plané neštovice, příušnice, spála, spalničky, zarděnky

Výživa batolete

Po 1. roce života

obohacujeme stravu obilovinami již s lepkem – žito, oves, ječmen, pšenice, ječné kroupy, ovesné vločky, těstoviny z celozrnných obilovin, polévku (méně slanou).

V 18. měsíci můžeme nabídnout rybu, nejdříve sladkovodní později mořskou a také maso (raději bio).



Nechutenství

Starší kojeneček, batole a předškolní a školní děti by měli jíst 5x denně velmi pestrou stravu s dostatkem zeleniny.

Děti často pijí značně přeslazené nápoje a stejně přeslazené čaje. Tyto nápoje plné tzv. prázdných kalorií děti zasytí a pak není divu, že dítě nechce obědovat či večeřet.

Jídlo musí být chutné a musí vábit i zrak.

Nejdůležitější je zásada, že na talíři má být vždy jen tolik jídla, kolik je dítě schopno sníst.

Stále v myslích našich maminek přetrvává snaha hodnotit zdravý vývoj dítěte podle váhové křivky. Je to nesmysl!!
Podstatně významnějším měřítkem prospívání dítěte je jeho růst!



Zdroje:

Dr. Tony Smith – Lidské tělo, Fortuna Print

Jitka Machová – Biologie člověka pro učitele, Nakladatelství
Karolinum

Jar. Kotulán – Zdravotní nauky pro pedagogy, Brno 2005

Děkuji za pozornost

Jitka Ventrubová