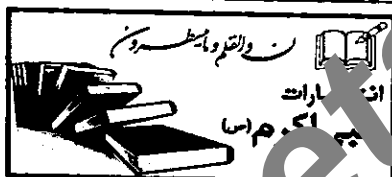


ما کو دکان بد غذا چه کنیم؟

نگات کندی برای والدین

نویندگان:
زهره حامیان
نذارشیدی

سرشناسه: حامیان، زهره، ۱۳۵۳
 عنوان و پدید آور: با کودکان بد نظریه کنیم؟ (نکات کلیدی برای والدین)
 / تالیف: زهره حامیان، ندا رشیدی
 مشخصات نشر: همدان، انتشارات نبی اکرم (ص)
 مشخصات ظاهری: ۶۶ ص
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۰۲۷۶-۰۰-۶
 وضعیت فهرست نویسی: بر اساس فیپا
 موضوع: تغذیه
 موضوع: رژیم غذایی، مراقبت های تغذیه ای
 شناسه افیسه: ۱۳۶۱-ند-۱
 رده بندی کد ره: ۲/۱۳۹۲ ب ۳ ح/ RM215
 رده بندی دیویی: ۳/۱



عنوان: با کودکان بد نظریه کنیم؟ (نکات کلیدی برای والدین)
 تالیف: زهره حامیان، ندا رشیدی
 ناشر: همدان، انتشارات نبی اکرم (ص)
 نوبت چاپ: چاپ اول
 سال چاپ: فروردین ۱۳۹۳
 شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
 چاپ و صحافی: پیام رسانه همدان
 بهاء: ۵۰۰۰ تومان
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۰۲۷۶-۰۰-۶

آدرس: همدان، شهرک مدنی، فاز یک، کوچه ۲ آزادگان، پلاک ۵۰

همراه: ۰۹۱۸۳۱۶۵۴۸۷ تلفن: ۰۳۴۲۹۲۷۰۵ - ۰۸۱

E-mail: fayzreporter@yahoo.com

فصل اول

۳	چرا خورد و خوراک خوب مهم است
۴	مهارت‌هایی برای خوردن سالم
۶	چه اشتباهی ممکن است موقع غذا خوردن روی دهد
۷	امتناع از خوردن
۸	کودکان خوش خوراک، آرزوی مادران
۱۰	انواع مشکلات خوردن
۱۰	مریم: کودکی که اشتها ندارد
۱۱	علی: کودکی که برای کاهش تحریک پذیری غذا نمی‌خورد
۱۲	رضا: کودکی با حساسیت شدید نسبت به لمس
۱۴	تأثیر مشکلات خورد و خوراک کودک روی والدین
۱۵	مسائل ارتباطی و تأثیر آن بر تغذیه
۱۶	مشکلات دلبستگی
۱۷	کودکان پرورشگاهی: محرومیت عاطفی و حسی
۱۸	گسترش استقلال و خودگردانی
۲۲	فراهم کردن یک ارزیابی
۲۴	فرایند ارزیابی پیشنهادی برای مسائل خوردن

۲۶	 راهبردهایی جهت کمک به خوردن کودک
۲۶	 مدیریت پزشکی
۲۸	 مشکلات حسی دهان، صورت، و دست ها
۳۰	 صورت، دهان و دست‌های کودک را برای غذا آماده کنید: بیداری لمسی
۳۱	 بهبود استفاده از ابزار آشپزخانه (قاشق و چنگال)
۳۲	 راهبردهایی جهت بهبود استفاده از (قاشق و چنگال)
۳۳	 بهبود تقویت آنها
۳۶	 کمک به کودکانی که از غذا ایراد می‌گیرند
۳۷	 راهبردهایی برای کمک به ایرادگیری از غذا
۳۷	 به کودک کمک کنید تا به غذا خوردن، پشت میز بنشیند
۳۸	 راهبردهایی جهت آوردن کودک به میز غذا
۴۰	 رهنمودهایی جهت بهبود رفتار غذا خوردن
	 فصل ۱۱

اصول تغذیه صحیح

۴۶	 نقش غذا در بدن
۴۷	 مواد مغذی
۴۷	 نیازهای تغذیه‌ای
۴۸	 گروه‌های غذایی
۴۹	 ۱- گروه نان و غلات

- ۵۰ چگونه باید از گروه نان و غلات استفاده کرد
- ۵۱ ۲-گروه گوشت، تخم مرغ، حبوبات و مغزها
- ۵۴ طرز تهیه گندم برشته، برنجک و عدس برشته شده
- ۵۶ ۳-گروه شیر و لبنیات
- ۵۷ چگونه باید از گروه شیر و لبنیات استفاده کرد
- ۵۸ ۴-گروه میوه ها و سبزی ها
- ۶۲ ۵-گروه مایه رقیق
- ۶۴ منابع فارسی
- ۶۵ منابع انگلیسی