

بناام خداوند یکتا

راهکارهای کلیدی برای پرورش و ارتقاء سطح سلامت کودکان

www.ketab.ir

پدیدآورندگان:

دکتر فخرالدین چابکسوار

دکتری تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، دانشکده پرستاری - سامایی رامسر

آرش ضیاءپور

دانشجوی دکتری تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

زهرا علیزاده

گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور



سرشناسه	: چاپکسوار، فخرالدین، ۱۳۶۲-
عنوان و نام پدیدآور	: راهکارهای کلیدی برای پرورش و ارتقاء سطح سلامت کودکان/ پدیدآورندگان فخرالدین چاپکسوار، آرش ضیاءپور، زهرا علیزاده؛ ویراستاری اصغر جوزی‌پور.
مشخصات نشر	: تهران: برتراندیشان، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۵ ص.
شابک	: 978-622-7329-52-0
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: کودکان -- سلامتی و بهداشت
موضوع	: Children -- Health and hygiene
شناسه افزوده	: ضیاءپور، آرش، ۱۳۵۹-
شناسه افزوده	: علیزاده، زهرا، ۱۳۶۲-
رده بندی کنگره	: ۱۰۱RJ
رده بندی دیویی	: ۶۱۳/۰۴۳۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۶۴۲۲۴۹
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا

راهکارهای کلیدی برای پرورش و ارتقاء سطح سلامت کودکان

پدیدآورندگان: دکتر فخرالدین چاپکسوار، آرش ضیاءپور-زهرا علیزاده

ناشر: برتراندیشان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۲۹-۵۲-۰

ویراستاری: اصغر جوزی‌پور

صفحه‌آرایی: نوشین لطیفی

طراح جلد: مژگان زندی‌فر

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰ نسخه

قیمت: ۴۰,۰۰۰ تومان



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۰	راهکار کلیدی: کودک و تفکر ترقی ساز
۱۱	راهکار کلیدی: کودک و تفکر سیاه و سفید
۱۳	راهکار کلیدی: کودک و خودکارآمدی
۱۵	راهکار کلیدی: کودک و مشورت کردن
۱۶	راهکار کلیدی: کودک و استقلال
۱۸	راهکار کلیدی: کودک و مدرسه رفتن
۱۹	راهکار کلیدی: کودک و شکست خوردن
۲۱	راهکار کلیدی: کودک و تلاش کردن
۲۳	راهکار کلیدی: کودک و برچسب زدن
۲۴	راهکار کلیدی: کودک و حرمت ابراز عقیده
۲۵	راهکار کلیدی: کودک و خداحافظی کردن
۲۶	راهکار کلیدی: کودک و خوابیدن
۲۸	راهکار کلیدی: کودک و رنگ‌ها
۲۹	راهکار کلیدی: کودک و اعتماد به نفس
۳۰	راهکار کلیدی: کودک و بازی کردن
۳۱	راهکار کلیدی: کودک و تقلید کردن
۳۲	راهکار کلیدی: کودک و تعریف و تمجید کردن
۳۴	راهکار کلیدی: کودک و فراهم کردن محیط امن
۳۵	راهکار کلیدی: کودک و محدودیت‌های منطقی
۳۷	راهکار کلیدی: کودک و حق انتخاب
۳۸	راهکار کلیدی: کودک و کتاب خواندن
۴۰	راهکار کلیدی: کودک و سؤالات جنسی
۴۱	راهکار کلیدی: کودک و دوست خیالی

- ۴۳ راهکار کلیدی: کودک و سبک تربیتی مناسب
- ۴۴ راهکار کلیدی: کودک و هویت جنسگونه
- ۴۵ راهکار کلیدی: کودک و روی شکم خوابیدن
- ۴۶ راهکار کلیدی: کودک و رفتار مودبانه
- ۴۷ راهکار کلیدی: کودک و اصلاح رفتار
- ۵۰ راهکار کلیدی: کودک و الگوهای رفتاری
- ۵۲ راهکار کلیدی: کودک و شریک شدن با دیگران
- ۵۳ راهکار کلیدی: کودک و رفتار عادلانه
- ۵۴ راهکار کلیدی: کودک و دعوا کردن
- ۵۶ راهکار کلیدی: کودک و تشخیص نوع گریه
- ۵۸ راهکار کلیدی: کودک و بی توجهی به گریه
- ۵۹ راهکار کلیدی: کودک و گریه کردن
- ۶۱ راهکار کلیدی: کودک و نفخ شکم
- ۶۲ راهکار کلیدی: کودک و تخلیه استرس و تنش
- ۶۳ راهکار کلیدی: کودک و تقویت روح و جسم
- ۶۴ راهکار کلیدی: کودک و در آغوش گرفتن
- ۶۶ راهکار کلیدی: کودک و ماساژ دادن
- ۶۷ راهکار کلیدی: کودک و حبس در خانه
- ۶۸ راهکار کلیدی: کودک و شاد بودن
- ۶۹ راهکار کلیدی: کودک و کاهش حمایت
- ۷۱ راهکار کلیدی: کودک و لمس اشیاء
- ۷۲ راهکار کلیدی: کودک و صحبت کردن
- ۷۴ راهکار کلیدی: کودک و کنترل خشم
- ۷۶ راهکار کلیدی: کودک و خلاقیت
- ۷۷ راهکار کلیدی: کودک و راه رفتن

- ۷۸..... راهکار کلیدی: کودک و شناخت متضادها
- ۸۰..... راهکار کلیدی: کودک و رشد عاطفی
- ۸۲..... راهکار کلیدی: کودک و رشد اجتماعی
- ۸۴..... راهکار کلیدی: کودک و قصه گفتن
- ۸۵..... راهکار کلیدی: کودک و مفاهیم ریاضی
- ۸۶..... راهکار کلیدی: کودک و دستشویی رفتن
- ۸۸..... راهکار کلیدی: کودک و اضطراب غریبیگی
- ۸۹..... راهکار کلیدی: کودک و وابستگی به عروسک
- ۹۰..... راهکار کلیدی: کودک و غذای تکمیلی
- ۹۳..... راهکار کلیدی: کودک و تغذیه
- ۹۴..... راهکار کلیدی: کودک و سختگیری در غذا خوردن
- ۹۵..... راهکار کلیدی: کودک و پذیرش غذاهای متنوع
- ۹۶..... راهکار کلیدی: کودک و بازی کردن با غذا
- ۹۷..... راهکار کلیدی: کودک و شیر مادر
- ۹۹..... راهکار کلیدی: کودک و از شیر گرفتن
- ۱۰۱..... راهکار کلیدی: کودک و پستان گرفتن
- ۱۰۲..... راهکار کلیدی: کودک و مکیدن شست
- ۱۰۳..... راهکار کلیدی: کودک و لکنت زبان
- ۱۰۵..... راهکار کلیدی: کودک و ناخن جویدن
- ۱۰۶..... راهکار کلیدی: کودک و شب ادراری
- ۱۰۸..... راهکار کلیدی: کودک و مکمل‌های دارویی
- ۱۱۰..... راهکار کلیدی: کودک و باز کردن راه هوایی
- ۱۱۲..... راهکار کلیدی: کودک و مسمومیت
- ۱۱۳..... راهکار کلیدی: کودک و سوختگی
- ۱۱۵..... راهکار کلیدی: کودک و واکسیناسیون

پیشگفتار

کودکان ارزشمندترین سرمایه‌های اجتماعی‌اند. توجه به سلامت این سرمایه‌های اجتماعی و تلاش در جهت پایداری رفتارها و نهادینه ساختن عادات درست آنان در این دوران، یکی از وجوهی است که رشد و تکامل همه جانبه افراد جامعه را در آینده رقم خواهد زد. از جمله نیازهای کودکان، توجه به سلامت آنها و تربیت و آموزش درست آنها است که آموزش و تربیت صحیح و ارتقاء سلامت آنها، زندگی شایسته‌ای را برای آنان هم در دوران کودکی و هم در سال‌های آینده فراهم می‌سازد. کودکانی که از مراقبت و تربیت مطلوب و همچنین سطح مناسبی از سلامت برخوردارند در آموزش و سایر خدمات اجتماعی از بقیه جلوتر هستند و توان تولید بیشتری دارند، لذا هزینه‌های آینده برای آموزش، سلامت و هزینه‌های اجتماعی کاهش خواهد یافت و سرمایه‌های اجتماعی فزونی می‌یابد. بنابراین در برنامه‌ریزی برای کودکان باید بیشترین دقت نظر را لحاظ کرد چرا که این گروه بی‌شک فردای جامعه را خواهند ساخت. تربیت نسلی که خوب رشد نیافته و اجتماعی نشده باشد قبل از هر چیزی به واسطه ناهنجاری‌های اجتماعی‌اش برای کشور مشکل‌ساز خواهد شد. لذا سرمایه‌گذاری در زمینه پرورش و ارتقاء سطح سلامت کودکان، یک تصمیم اقتصادی خردمندانه و یکی از مطمئن‌ترین راه‌ها جهت قرار گرفتن یک کشور در مسیر دستیابی به آینده‌ای بهتر می‌باشد.

دکتر فخرالدین چابکسور

دکتری تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت