

---

# האוניברסיטה העברית בירושלים

סילבוס

תזונת ילדים - 73956

תאריך עדכון אחרון 28-09-2023

נקודות זכות באוניברסיטה העברית: 3

תואר: מוסמך

היחידה האקדמית שאחראית על הקורס: מדעי התזונה - תכנית בינלאומית

השנה הראשונה בתואר בה ניתן ללמוד את הקורס: 0

סמסטר: סמסטר א'

שפת ההוראה: אנגלית

קמפוס: רחובות

מורה אחראי על הקורס (רכז): דבורה וולדוקס

דוא"ל של המורה האחראי על הקורס: [debra.waldoks@gmail.com](mailto:debra.waldoks@gmail.com)

שעות קבלה של רכז הקורס: לאחר השיעור בתאום

מורי הקורס:

תאור כללי של הקורס:

הקורס מציג מבוא מפורט לבריאות האם והילד. מספק סקירה של תזונת הילוד ונושאים תזונתיים שמשפיעים על ההריון ולאחר ההריון בנשים בגיל הפוריות, ילודים וילדים. הקורס יתן הערכה לבריאות הילד והאם יחד עם עדויות קליניות מנקודת מבט של בריאות הציבור

מטרות הקורס:

לספק את המידע העדכני ביותר בנוגע לתזונה בזמן הריון ועד ילדות. הקורס יספק כלים אשר מאפשרים לסטודנטים לנתח באופן אובייקטיבי נושאים תזונתיים חדשים, תוך התחשבות בנושא בריאות הציבור ותוך קידום הבריאות של האם והילוד

תוצרי למידה

בסיומו של קורס זה, סטודנטים יהיו מסוגלים:

יכולת לתאר את התפתחות ומשמעות התפתחות אברי העובר  
הבנת החשיבות של המצב הבריאותי לפני ההתעברות  
להסביר איך פוריות מושפעת מתזונה  
להכיר את הנוטריאנטים החשובים בזמן הריון  
הבנת הפיסיולוגיה של הנקה  
הגדרת הליכים בבתי חולים אשר מספקים סביבה תומכת להנקה  
זיהוי הנוטריאנטים החשובים לבריאות הילדוים והילדים  
ניתוח תוכניו בריאות לנשים וילדים

דרישות נוכחות (%) :

100

שיטת ההוראה בקורס: הרצאות, דיונים בכיתה, תרגילים והצגות

רשימת נושאים / תכנית הלימודים בקורס:

סקירה ומבוא של תוכניות תזונה לעוברים  
תזונה טרום התעברותית ובריאות טרום התעברותית  
תזונה לפוריות  
תזונה בזמן הריון  
הנקה  
בתי חולים ידידותיים לתינוקות  
הנקה מול הסיכון ל HIV  
תזונה בזמן הנקה ואלרגיות למזונות

---

תזונה לילוד, צרכים בריאותיים מיוחדים  
תזונת ילדים קטנים  
תזונת מתבגרים

חומר חובה לקריאה:  
-As posted to Moodle

חומר לקריאה נוספת:

מרכיבי הציון הסופי:  
מבחן בכתב / בחינה בעל פה / מבחן מעשי 30 %  
השתתפות פעילה / עבודת צוות 30 %  
מבחני אמצע 30 %  
נוכחות / השתתפות בסיור 10 %

מידע נוסף / הערות:

-