

291. Alimentation et prise de repas de l'enfant

But de la formation

A l'issue de la formation, vous serez capable d'identifier les besoins nutritionnels de l'enfant en proposant une alimentation équilibrée et diversifiée.

Objectifs pédagogiques

1. Préparer un menu type selon l'âge de l'enfant
2. Respecter l'équilibre alimentaire et les proportions adaptées à l'âge de l'enfant
3. Accompagner l'enfant et sa famille dans son éducation alimentaire
4. Respecter les règles d'hygiène et de sécurité pendant le stockage et la préparation des aliments

Pré-requis

Aucun.

Type de public

Assistant(e) maternel(le) et salarié(e) du particulier employeur.

Programme

Séquence 1 : Les besoins nutritionnels

- L1. Les nutriments énergétiques
 - L2. Les glucides
 - L3. Les lipides
 - L4. Les protides
 - L5. Les nutriments non énergétiques
 - L6. Les vitamines et minéraux
 - L7. Les fibres
 - L8. L'eau
 - L9. L'étiquetage nutritionnel
- Evaluation n°1

Séquence 2 : Les aliments

- L10. La pyramide alimentaire
 - L11. Les boissons
 - L12. Les fruits et légumes
 - L13. Les féculents
 - L14. La viande, le poisson, les oeufs
 - L15. Les laitages
 - L16. Les matières grasses
 - L17. Le sucre ajouté et les produits sucrés
 - L18. Les formes de produits alimentaires
- Evaluation n°2

Séquence 3 : L'alimentation lactée

- L19. La composition des laits infantiles
 - L20. Les différents types de laits
 - L21. Comment préparer un biberon
 - L22. La quantité de lait
 - L23. Le lait maternel
- Evaluation n°3

Séquence 4 : La diversification alimentaire

- L24. L'évolution des besoins alimentaires
 - L25. La diversification alimentaire
 - L26. L'introduction des textures complexes
 - L27. La DME
- Evaluation n°4

Séquence 5 : Cuisiner pour les enfants

- L28. Les modes de cuisson
- L29. Epices, herbes aromatiques et condiments
- L30. Les goûts et les saveurs

Evaluation n°5

Séquence 6 : Préparer des menus équilibrés

- L31. L'équilibre alimentaire
- L32. Les repas par type d'âge
- L33. Elaborer des menus équilibrés
- L34. Le goûter

Séquence 7 : Organiser des repas à domicile

- L35. L'organisation du repas à domicile
- L36. Le matériel
- L37. Apprendre à manger seul
- L38. Le dialogue avec les familles

Séquence 8 : Accompagner un enfant qui se nourrit peu

- L39. Bébé ne veut plus de biberon
 - L40. La néophobie alimentaire
 - L41. Les troubles de l'oralité
- Evaluation n°6

Séquence 9 : Adapter les repas en fonction de l'état de l'enfant

- L42. Les problèmes de transit
 - L43. Les intolérances alimentaires
 - L44. La prévention de l'obésité
 - L45. Les régimes particuliers
- Evaluation n°7

Séquence 10 : Activités à faire avec les enfants

- L46. Les activités qui se mangent
- L47. Des ateliers sur les 5 sens
- L48. Des activités pour découvrir les aliments

Séquence 11 : L'hygiène et la sécurité alimentaire

- L49. Le risque d'intoxication alimentaire
 - L50. La prévention des risques alimentaires
 - L51. Les accidents domestiques liés à l'alimentation
- Evaluation n°8

Méthode pédagogique

L'évaluation est basée sur un contrôle continu des connaissances et des exercices pratiques.

Durée

21 heures.

MAJ le 28/02/2021