

¡Vamos A Movernos! El Cuidado De Niño: Preguntas y Respuestas Parte 3

Los tres últimos boletines de noticias se centraron en ¡Vamos A Movernos! Iniciativa del cuidado de niño. Un resumen de los objetivos está en la página 2 de este boletín o usted es bienvenido a visitar nuestro sitio web para la versión archivada del boletín de enero. En este artículo se pone de manifiesto todas las razones y las maneras de obtener los padres y el personal involucrado en el compromiso

¿Qué pasa si los padres se resisten al cambio?

Cuando se llega a esto, usted no está exigiendo que los padres hagan cambios en su casa - sólo proporcionándoles información acerca de lo que están haciendo (y lo que pueden hacer, también) para dar a sus hijos la mejor oportunidad de un futuro sano. Mejorar la nutrición y los estándares de actividad física en su centro u hogar abre una oportunidad real para iniciar una conversación con las familias. Darles a saber a los padres que usted desea asociarse con ellos para ayudar a sus hijos crecer y que se desarrollen como deberían durante el cuidado de niños en guarderías y en el hogar. Tener un diálogo abierto permanente para abordar específicamente las preocupaciones, proporcionar información precisa y ofrecer maneras para que las familias se involucren. Mostrarles a las familias lo poderoso que son los proveedores de alimentos y los modelos de conducta que pueden inculcar hábitos saludables que duren toda la vida.

Para mantener a las familias involucradas (y el sentimiento incluido) y participar como socios en el desarrollo saludable de sus hijos:

- Tener reuniones de padres y cuidadores.
- Compartir recetas y folletos.
- Publique información, cartas, folletos, ideas y sitios del web en los tableros de anuncios en los salones de clase y áreas de recogida y traslado.
- Mostrar a los niños que participan en conductas saludables (a través de informes diarios o semanales, fotos de los niños).
- Dar a los padres folletos y hojas de actividades sobre las experiencias que los niños tienen en su centro que las familias podrían reforzar en casa.
- Invite a las familias a participar en eventos especiales que les permita participar en la actividad física saludable y comer con sus hijos.
- Envíe a casa listas específicas de otras opciones para celebraciones de cumpleaños y vacaciones en lugar de tartas y pastelitos de fruta, ofrezca platos de verduras, galletas integrales, queso bajo en grasa, o artículos que no son alimentarios como favores de fiesta de desarrollo apropiadas (serpentinillas, pitos, etc.).
- La meta es capacitar a los padres. Ayudar a entender las herramientas ofrecidas para ayudarlos a apoyar la actividad de comer y física saludable en el hogar. Construir del hecho esencial de que la mayoría de los padres quieren lo mejor para sus hijos.
- Dar a saber en que nadie por sí solo puede apoyar el desarrollo saludable de los niños. Se necesita de todos nosotros, trabajando juntos, para ayudar a los niños a crecer sanos.

¿Qué pasa si nuestro personal no ve el valor en participar?

Usted tiene uno de los trabajos más duros, más importantes, y sin embargo, el cual es menos reconocido en el mundo. Es posible que no oírlo tanta frecuencia como debería, pero lo que hace importa. Y esta es una manera importante que usted puede hacer un impacto que dure en todos los niños que cuida y ayudar a enseñarles cómo crecer sanos.

Estás en la primera línea - desde la infancia y más. Usted tiene una gran oportunidad para inculcar hábitos saludables y hacer cambios de estilo de vida positivos en los niños en este momento - ya que sus cuerpos y cerebros están creciendo y antes de empezar a desarrollar preferencias alimentarias que no sean saludables y hábitos que son difíciles de romper.

Los niños hacen lo que hacen. Cuando los niños ven a los adultos en sus vidas practicar una alimentación saludable y la actividad física - y disfrutar de ella - son mucho más propensos a hacer lo mismo. Al servir alimentos nutritivos y hacer actividad física una prioridad en cada edad y etapa, es probable, que los niños empiecen a pedir los mismos alimentos saludables y actividades de diversión en casa. Usted puede encontrar que estos cambios son tan buenos para usted, también - la elección de alimentos más saludables y la adición de más actividad le dará más energía y la ayuda a sentirse mejor en general.

Usted no quiere ver a los niños en su cuidado como estadística de obesidad infantil. Los cuida y cría como si fueran sus hijos. Está ayudando a criarlos y mantenerlos seguros, felices y sanos al igual que sus padres hacen en casa. Pueden trabajar juntos como un equipo para promover la importancia de los estilos de vida saludables en el desarrollo temprano de sus hijos. Servir los alimentos y bebidas saludables e incorporar la actividad física en los horarios regulares de los niños a menudo sólo significa encontrar y utilizar formas creativas para alimentar a los niños y les permite mover sus pequeños cuerpos - en el interior y el exterior.

Involucrar a los maestros- maestras en la planificación y implementación de nutrición y cambios en la actividad física - como la compra de alimentos, el cambio curricular, la educación de los niños, o de otras maneras. Dar a comprender que los niños que son activos tienden a estar más atentos y con mejor comportamiento. Antes de que usted se de cuenta, van a ver el valor de lo que estamos tratando de hacer y por parte de su personal tendrá la comprensión de que se necesita para tener éxito.

¡Vamos A Movernos! El Cuidado De Niño: Preguntas y Respuestas Parte 3

Prueba Final – Abril 2014

**Por favor guarde esta prueba y certificado en sus archivos para la licenciatura.
Usted no tiene que enviarlo a nuestra oficina o al estado.**

Objetivo de Aprendizaje: Después de leer el boletín, el proveedor entiende algunas preocupaciones comunes sobre el programa y consejos útiles para hacer frente a las preguntas.

1. Mejora la nutrición y los estándares de actividad física en su centro u hogar abre una oportunidad real para iniciar una conversación con las familias.

Verdadero o Falso

2. Dar a saber que usted desea asociarse con los padres para ayudar a sus hijos crecer y desarrollarse como deberían durante el cuidado de niños y en el hogar. Tener un _____ para abordar específicamente las preocupaciones, proporcionar información precisa y ofrecer maneras para que las familias se involucren.

3. Mostrarle a las familias lo poderosos que son los proveedores de alimentos y los modelos de conducta que pueden inculcar hábitos saludables que duren toda la vida, invitándolos a reuniones de padres / cuidadores.

Verdadero o Falso

4. _____ A los niños involucrados en las conductas saludables (a través de informes diarios o semanales, fotos de los niños).

5. Trate de _____ padres. Ayudar a entender las herramientas ofrecidas para ayudarlos a apoyar la actividad de comer y física saludable en el hogar. Construir del hecho esencial que la mayoría de los padres quieren lo mejor para sus hijos.

6. Animar a los niños llevar una vida saludable es una manera importante que usted puede hacer un impacto que dure en todos los niños que usted cuida.

Verdadero o Falso

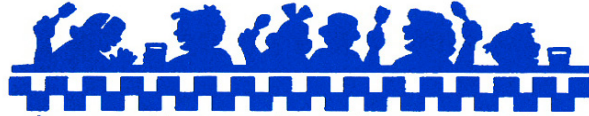
7. Usted tiene una gran oportunidad para inculcar hábitos saludables y hacer cambios de estilo de vida positivos en los niños en este momento - ya que sus cuerpos y cerebros están creciendo y antes de empezar a desarrollar preferencias alimentarias que no son saludables y hábitos que son difíciles de _____.

8. Servir los alimentos y bebidas saludables e incorporar la actividad física en los horarios regulares de los niños sólo significa la búsqueda y el uso de otras formas de alimentar a los niños y les permite mover sus pequeños cuerpos - en el interior y el exterior.

Verdadero o Falso

9. Al servir alimentos nutritivos y hacer actividad física una prioridad en cada edad y etapa, es probable, que los niños empiezan a pedir los mismos alimentos saludables y actividades divertidas en _____.

10. Involucrar a las maestras-maestros en la planificación y implementación de nutrición y los cambios en la actividad física - como la compra de alimentos, el cambio curricular, la educación de los niños, o de otras maneras. Dar a comprender que los niños que son activos tienden a ser más _____ y mejor educados. Antes de que usted se de cuenta, van a ver el valor de lo que estamos tratando de hacer y usted tendrá la aceptación por parte de su personal la comprensión de que se necesita para tener éxito.



Southwest Human Development Services
P.O. Box 28487 • Austin, Texas 78755-8487
(512) 467-7916 • Toll Free (800) 369-9082
Fax (512) 467-1453 • Toll Free (888) 467-1455
www.swhuman.org

SOUTHWEST HUMAN DEVELOPMENT SERVICES

Patrocinador del

Programa de Alimentos de USDA para el Cuidado de Niños y Adultos

Gratamente otorga a:

ESTE CERTIFICADO

Por completar 30 minutos de entrenamiento en


Abril 2014 - ¡Vamos A Movernos! El Cuidado de Niños- Preguntas y Respuestas Parte 3

UN CURSO AUTO-EDUCATIVO

(Es necesario completar la prueba al reverso de esta hoja para que el certificado sea válido)

Este Proveedor del Cuidado Diario de Familia apoya el compromiso de Cuidado de Calidad de Menores como se demuestra en completar este curso

Dado en esta fecha: _____


Lindsey Seybold

Lindsey Seybold
Coordinadora de Entrenamiento
Southwest Human Development Services

SOUTHWEST HUMAN DEVELOPMENT SERVICES
Una Corporación de Texas Privada, No lucrativa