



Un Programa
de Better
Kid Care



Tiempo de Familia Tiempo de Trabajo

Un Acto de Equilibrio

Construyendo Familias Fuertes

Entrenamiento Básico

Los padres les deben de enseñar a sus hijos acerca de ciertas cosas que ocurren en la vida. Llámemosle entrenamiento básico. Tenga presente que los niños aprenden mejor cuando se les muestra lo que deben hacer, en lugar de simplemente decirles cómo hacerlo. No le diga a su niño cómo hacer algo, muéstrole usted cómo debe hacer las cosas.

Es bueno recordar que su niño copia lo que usted hace, aun cuando usted no esté tratando conscientemente de enseñarle algo. Los niños imitan a los adultos, ¡por eso los padres deben de pensar en siempre darle el buen ejemplo a sus hijos!

Algunas Cosas que los Padres les Enseñan a Sus Hijos

- Su niño aprenderá de usted cómo interactuar con otras personas. Siempre trate con respeto a los demás.
- Buenos modales. Su niño copia lo que usted hace, de modo que recuerde usted siempre decir “gracias” y “por favor”.
- Cuídese de la forma en la que habla de los demás. Su niño le escucha y actuará de la misma forma.
- Lávese bien las manos antes y después de las comidas y de ir al baño. Este buen hábito de salud le prevendrá resfriados y otras enfermedades a toda la familia.
- Cépille los dientes después de las comidas. Estas rutinas de salud se deben comenzar desde una edad temprana para prevenir problemas más tarde.
- Báñese con regularidad y lleve ropa limpia. Esto es muy importante para la salud personal, la higiene, y los sentimientos de estimación propia. También puede influenciar lo que otras personas piensan de nosotros.
- Lleve un cinturón de seguridad cuando maneje o vaya en cualquier vehículo. Muéstrole a sus niños el buen ejemplo y “use el cinturón” en todo momento. Asegúrese de que su niño viaje en un asiento de seguridad que sea apropiado para su edad y que también lleve abrochado su cinturón de seguridad. A los niños mayores también se les requiere por ley llevar un cinturón de seguridad.
- Cuando monten en bicicletas, asegure formar a una edad temprana el hábito de que todos lleven un casco de seguridad. Todas las personas, sin importar su edad, deben llevar un casco de seguridad que les quede bien ajustado
- Enséñele a sus niños cómo deben de cruzar las calles y cómo jugar de una forma segura cerca de su casa, en el patio, y en su vecindario.
- Los niños mayores deben aprender cómo contestar el teléfono y tomar un mensaje de una forma amable y apropiada.
- A los niños se les debe enseñar la mejor manera de buscar ayuda en caso de que ocurra alguna emergencia.

Estas son sólo algunas de las muchas cosas que los padres les enseñan a sus hijos. El ser padre es una tarea grande e importante y sus hijos dependen de usted para enseñarles las cosas que son correctas y cómo hacerlas.



El Tiempo Bien Aprovechado

Piense en que el tiempo que usted pasa con su niño es tiempo bien aprovechado. Usted nunca va a malcriar a su niño pasando tiempo haciendo cosas juntos. Los niños no necesitan tener un montón de juguetes o de otras cosas materiales. Lo más importante que usted les puede dar es que usted tome el tiempo para hacer cosas con ellos. Esto puede ser algo tan simple como jugar a la pelota o jugar un juego de tablero juntos. Siéntese en el suelo y juegue con su bebé o con su niño pequeño. Monten en bicicletas o salgan a caminar. Lean cuentos o hagan alguna actividad favorita o algún proyecto de pasamanería.

Vayan a la biblioteca a buscar libros nuevos. Miren los álbumes de fotos de la familia. Hagan un libro de recuerdos de sus cosas favoritas. Tomen tiempo para hablar juntos todos los días. Hay muchas cosas que usted puede hacer junto a sus hijos de cualquier edad. Los patrones que usted establezca para hacer cosas junto con sus niños continuarán a medida que ellos se convierten en adolescentes. La mayoría de las cosas que usted puede hacer con sus hijos no cuestan nada, o muy poco, pero son momentos inolvidables y preciosos para todos y representan el tiempo bien aprovechado.

Yo Hago Una Diferencia

En cien años no importará
cuánto dinero tenía en mi
cuenta bancaria,
el tipo de casa en la que viví,
o la marca de auto que conducí.
Pero el mundo podría ser
diferente porque yo hice una
diferencia en la vida de un niño.

— author unknown



Family Time/Work Time: October 2006

Dr. James E. Van Horn, Better Kid Care Program Director

Supported by funds from the Pennsylvania Department of Public Welfare, Office of Child Development. Developed by the Better Kid Care Program, 253 Easterly Parkway, State College, PA; Phone 1-800-452-9106. Website: www.betterkidcare.psu.edu.

PENNSTATE



College of Agricultural Sciences
Cooperative Extension

Developed by:

Nancy Wilson, Penn State Better Kid Care Program

Resources:

Nancy Wilson, August 2006, *Basic Training, Some Things Parents Teach Children*, and *Time Well Spent*, September 2006, Penn State Better Kid Care Program, Penn State University; *I Made a Difference*, author unknown

This publication is available in alternative media on request. Penn State is committed to affirmative action, equal opportunity, and the diversity of its work force.