




### 3. Contención


En esta etapa lo más importante no es la exigencia, sino la motivación.

Recomendaciones:

- 
- ✓ Supervisar tareas sin hacerlas por ellos
  - ✓ Valorar el esfuerzo más que el resultado
  - ✓ Fomentar lectura diaria (10-15 minutos)
  - ✓ Evitar comparaciones con hermanos o compañeros

Frases que ayudan:


"Confío en que puedes intentarlo."  
"¿Qué estrategia podrías usar?"



### 4. Vínculo y tiempo de calidad




El mejor predictor del bienestar infantil es un vínculo seguro.  
No se trata de cantidad de tiempo, sino que este sea de calidad.

Ideas:

- 
- Cocinar juntos
  - Jugar sin celular de por medio
  - Escuchar activamente
  - Expresiones afectivas
  - Paseos
  - Juegos de mesa acorde a su edad evolutiva

Cuando un niño se siente seguro emocionalmente, aprende mejor.

*La infancia es una etapa breve y profundamente significativa.  
Como familia, su presencia, contención y coherencia son el mayor regalo para sus hijos.  
Estamos disponibles para acompañar este proceso.*



## GUÍA ORIENTATIVA PARA ACOMPAÑAR EL DESARROLLO DE NUESTROS NIÑOS Y NIÑAS

Orientaciones para familias de Prekínder a 2° Básico



Equipo de convivencia educativa y formación



## Creciendo Juntos



El acompañamiento familiar es clave en esta etapa.

Entre los 4 y 8 años, los niños y niñas están desarrollando:

- Autonomía
- Regulación emocional
- Habilidades sociales
- Hábitos de estudio
- Seguridad personal



Su bienestar emocional y sus rutinas influyen directamente en su aprendizaje.

## 1.- RUTINAS QUE ENTREGAN SEGURIDAD

Los niños necesitan estructura para sentirse tranquilos.

### ✓ Establecer horarios claros para:

- Levantarse y acostarse
- Comer
- Jugar
- Hacer tareas



### ✓ Anticipar cambios:

Avisar con tiempo si habrá una modificación en la rutina reduce ansiedad.

### ✓ Crear rituales simples:

- Leer un cuento antes de dormir
- Conversar 10 minutos diarios sobre el día

La rutina no es rigidez, es contención.



## 2. SUEÑO Y DESCANSO

El sueño es fundamental para el desarrollo cognitivo y emocional.

Horas recomendadas:



- 4 a 5 años: 10-13 horas
- 6 a 8 años: 9-12 horas

Recomendaciones:

- Evitar pantallas al menos 1 hora antes de dormir
- Mantener un horario fijo incluso fines de semana
- Crear un ambiente tranquilo (luz tenue, sin ruidos fuertes).

El cansancio puede manifestarse como:

- Irritabilidad
- Llanto frecuente
- Dificultad para concentrarse

