

Noviembre- 2024

# "Diplomado de Mindfulness" Infanto-Juvenil



Educacrecer: organismo acreditado de capacitación

## ¿Qué voy aprender en esta Formación?

En esta formación podrás:

- Conocer los fundamentos teóricos de la práctica del Mindfulness.
- Aprender diversas técnicas para aplicar Mindfulness tanto en la Infancia como adolescencia.
- Vivenciar prácticas formales e informales de Mindfulness.
- Aprender a diseñar estrategias basadas en la meditación infantil, desde una perspectiva lúdica y significativa.
- Desarrollar y cultivar prácticas basadas en Mindfulness para tu vida personal

## ¿A quién está dirigido?

Esta formación está dirigida a profesionales de la Educación, tales como: docentes de aula, psicopedagogas, educadoras de párvulos, diferencial, entre otros. Como también profesionales de la salud, que quieran complementar su trabajo profesional.

A su vez, también podrán participar personas naturales que se interesen en la temática.

EDUCACRECER

OTEC Acreditado Norma  
NCH2728



## **Fechas y distribución de las clases 100% Online**

Son tres clases en vivo, de manera sincrónica.

Sábado 16 de Noviembre 09:00 hasta 11:00 horas  
Domingo 17 de Noviembre 09:00 hasta 11:00 horas  
Domingo 24 de Noviembre 09:00 hasta 11:00 horas.



Además tendrás tu clave personal, para ingresar al Aula Virtual de Educacrece, donde encontrarás el siguiente material de estudio:

- Material teórico descargable
- Guías para aplicar en la infancia y adolescencia
- Meditaciones guiadas para aplicar (en formato de audio y escritas)
- Videos complementarios
- Estrategias y actividades para aplicar con niños y niñas.

**Total de 50 horas pedagógicas**

(clases en vivo+ horas de videos complementarios + horas de estudio + participación de foros)

**Tendrás tres meses acceso al Aula Virtual, para estudiar el material, el cual es 100% descargable.**



**No requiere conocimientos  
previos**

**¡Tendrás de regalo!**



- **Fichas de Mindfulness descargables para pintar y jugar.**
- **Ruleta de Mindfulness para descargar y jugar.**
- **Juegos y guías, para conectar con la Respiración de Mindfulness para la Infancia y Adolescencia.**



**Importante**



**Obtendrás tu Certificado de  
Educacrecer OTEC  
Acreditado por SENCE y Norma  
Nch2728**



# Temario

- I. ¿Qué es Mindfulness?
- II. Origen del Mindfulness
- III. Neurociencia de la meditación y beneficios del Mindfulness.
- IV. Mindfulness para tu vida.
- V. Técnicas para combatir el estrés y ansiedad en la infancia y adolescencia.
- VI. Mindful Eating: alimentación consciente
- VII. ¿Cómo aplicar Mindfulness infantil?  
(Metodología: actividades y su aplicación)
- VIII. ¿Cómo aplicar Mindfulness en la adolescencia? (Metodología: actividades y su aplicación)
- IX. Diseñando mis clases e intervención de Mindfulness





## Valores y Formas de Pago

¡Aprovecha el descuento!

Valor con descuento: \$90.000 pesos CLP

En las primeras 15 participantes.

Valor referencial: \$135.000 pesos CLP.

Transferencia Bancaria

Educacrecer Cuenta corriente

Número de cuenta 580839404 Rut 77.012.169-8

Banco de Chile Pagos@educacrecer.cl

**Al finalizar el proceso,  
,obtendrás diploma de acreditación.  
Certificado por Educacrecer OTEC acreditada por  
SENCE y Norma Nch2728**