

Mayo 2025

# "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, psicopedagogos, 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 cuatro clases en vivo, modalidad sincrónica.

- Domingo 11 de Mayo – 09:00 hasta 11:00 horas Chile.
- Domingo 18 de Mayo- 09:00 hasta 11:00 horas Chile.
- Domingo 25 de Mayo– 09:00 hasta 11:00 horas Chile.
- Domingo 1 de Junio– 09:00 hasta 11:00 horas Chile.



Además tendrás tu **clave personal**, para ingresar al **Aula Virtual de Educacrecer**, 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 120 horas las cuales se desglosan en:

- Clases en vivo, modalidad e-learning. (vía plataforma Zoom).
- Estudio con clases asincrónicas (videos complementarios).
- Horas de estudio personal de material teórico.
- Trabajo práctico (participación de foros, tareas y prácticas semanales).
- Trabajo final, el cual consiste en la planificación de una clase completa.



**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 de  
calidad 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 \$110.000 pesos

Valor referencial: \$155.000 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**