



GUÍA DE TRABAJO N° 1: EL APEGO SEGURO COMO MOTOR DEL APRENDIZAJE Y LA CURIOSIDAD

Estimados apoderados:

En segundo básico (alrededor de los 7 a 8 años), sus hijos se enfrentan a desafíos escolares cada vez mayores: deben leer con mayor fluidez, comenzar a resolver problemas matemáticos más complejos y explorar activamente el mundo natural y social que los rodea.

Para que todo este aprendizaje ocurra con éxito, la neurociencia nos enseña una regla de oro: un niño asustado, estresado o inseguro no puede aprender bien. La base de todo éxito escolar es lo que la psicología llama el "apego seguro". Cuando ustedes actúan como una "base segura" —respondiendo a sus necesidades con cariño, atención y paciencia—, el cerebro del niño disminuye sus niveles de estrés y activa la corteza prefrontal, que es el área encargada de la atención, la memoria y la toma de decisiones. Como nos indica la ciencia, el cuidador principal no solo protege físicamente al niño, sino que estructura las capacidades fundamentales de su mente.

Si un niño se siente emocionalmente seguro y amado incondicionalmente en casa, tendrá la confianza necesaria en la escuela para participar, leer en voz alta sin miedo a equivocarse, explorar su entorno y relacionarse sanamente con sus compañeros frente a los nuevos desafíos.

Para ayudar a sus hijos a fortalecer esta base segura y desarrollar implícitamente sus habilidades de lectura y su sentido del tiempo e historia, les proponemos **dos actividades** para esta semana:

Actividad 1: El "refugio" de la lectura compartida (*Esta actividad fomenta el apego seguro mediante la cercanía física y apoya implícitamente la lectura fluida, la comprensión y el disfrute por los libros*).

Objetivo: Fortalecer el vínculo afectivo y disminuir el miedo al error mientras se practica la lectura.

Cómo hacerlo:

1. Armen juntos un rincón acogedor en casa (puede ser sobre la cama, con cojines o como un pequeño refugio con mantas).
2. Elijan un cuento o un texto breve que al niño le guste.
3. Acuéstense o siéntense muy juntos. La cercanía física, el tono de voz suave y el contacto relajan el cerebro del niño, permitiéndole concentrarse mejor.
4. Pídanle a su hijo que lea una parte en voz alta. Si se equivoca al leer una palabra o se traba, no lo corrijan con impaciencia. Ayúdenlo con suavidad y una sonrisa. Esto le enseña a su cerebro que equivocarse no es una amenaza, sino una parte segura del aprendizaje.

Actividad 2: Exploradores de nuestra historia familiar (*Esta actividad fomenta la identidad, el sentido de pertenencia y apoya implícitamente la capacidad de secuenciar eventos cronológicamente y usar conceptos de tiempo*).

Objetivo: Construir seguridad emocional mediante la propia historia familiar, desarrollando a la vez el pensamiento temporal.



Cómo hacerlo:

1. Siéntense a revisar juntos un álbum de fotografías familiares antiguas o de cuando su hijo era un bebé.
2. Cuéntenle anécdotas de su nacimiento, de los abuelos o de cómo era la vida familiar antes de que él naciera. A los niños les fascina saber de dónde vienen, lo que fortalece enormemente sus lazos de pertenencia.
3. Mientras relatan la historia, utilicen intencionalmente palabras que marquen el paso del tiempo para que el niño las incorpore a su pensamiento: *"el año pasado"*, *"cuando eras más pequeño"*, *"antiguamente"*, *"antes de que nacieras"* o *"después de aprender a caminar"*.
4. Pídanle al niño que ordene oralmente qué pasó primero y qué pasó después. Conocer su historia con el respaldo afectivo de ustedes le dará una profunda seguridad emocional para salir a explorar el mundo.

Recuerden que el tiempo de calidad, la escucha atenta y el cariño son el mejor estímulo que el cerebro de sus hijos puede recibir. ¡Disfruten mucho estas actividades!

¡HASTA LA PRÓXIMA!