



Niños de primaria: el niño de 6 a 11 años

A esta edad empiezan la Educación Primaria en España. Es una época en la que los niños desarrollan su potencial, su carácter y su autonomía. Comienzan a tener ideas propias. Aunque los amigos empiezan a representar un papel más importante, la familia y los padres siguen siendo los referentes. El estar expuestos a otros adultos significativos (profesores, compañeros de otros cursos, entrenadores, etc.), enriquece su mundo y amplía sus posibilidades.

Desarrollo

¡Cómo crecen y qué capacidad de aprender!

- Los niños empiezan a leer, escribir y a manejar conceptos. Se abre un mundo apasionante ante ellos. Tienen mucha curiosidad y aprenden muy deprisa.

Autonomía. Se va haciendo mayor, con ideas propias y es más responsable.

- Hay que dejar que coman, se bañen y se vistan solos. Pueden elegir su ropa y es aconsejable implicarlos en las tareas domésticas (estirar la cama, recoger su cuarto, echar la ropa a lavar, poner y quitar la mesa, etc.).

Qué actitudes-habilidades debemos tener como padres.

- Estar orgullosos de ellos y quererles por lo que son.
- Ejercer roles de "adulto". Nos necesitan como padres.

[Saber más...](#)

Colegio

La gran oportunidad de socialización y aprendizaje.

- Suelen relacionarse más con compañeros de su mismo sexo.
- Las relaciones con los compañeros son determinantes. Tienen *mejores amigos* y sufren si no se sienten parte de un grupo. Las niñas con frecuencia *triangulan*, es decir, cambian de mejor amiga, rotándola y dejando periódicamente a una de ellas fuera. Hay que desdramatizar con empatía y hacerles ver que la vida es cambio y nuevas posibilidades.

[Saber más...](#)

Salud

¿Qué deben comer? La comida es un placer y vehicula afecto y límites.

- De todo (si no tiene alergias) y masticando perfectamente. La variedad la definen los adultos, la cantidad el niño. Carne (2-3 veces por semana). Lácteos a diario (preferiblemente yogures no azucarados y leche semidesnatada). Cereales, legumbres, pescado y huevos. Verdura y fruta a diario.

[Saber más...](#)

Televisión, Internet, móvil

Peligro y oportunidad.

- Hay que estar muy atento con estas tecnologías, que son muy útiles pero también adictivas y potencialmente peligrosas. No debería quitarles tiempo de ejercicio físico, lectura, estudios, relaciones familiares, ni fomentar relaciones virtuales frente a las *reales*.
- Generalmente, a esta edad no es necesario el móvil.

[Saber más...](#)

Artículo publicado el 2-9-2012, revisado por última vez el 16-5-2019

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/ninos-primaria>