



¡5 cosas que hacer con los niños para honrar el mes de la historia afroamericana durante febrero y todo el año!

Febrero es el Mes de la Historia Afroamericana, un mes dedicado a destacar y celebrar los importantes logros y contribuciones que los negros han contribuido a la historia estadounidense.

Además de celebrar la cultura negra, este mes también es una gran oportunidad para que las familias exploren y conversen sobre las experiencias históricas de los negros en Estados Unidos, al tiempo que nos recuerdan que todos los estadounidenses deben arrojar luz sobre las injusticias que aún siguen teniendo los negros y los afroamericanos. cara en este país.

Todos pueden y deben participar en la celebración de la cultura negra no solo en febrero, ¡sino durante todo el año! Lamentablemente, las realidades del prejuicio y la discriminación comienzan a afectar el desarrollo de los niños en una etapa temprana. Es apropiado para el desarrollo abordar estos problemas con los niños pequeños, especialmente en las familias blancas.

Como adultos, tenemos el poder de crear, enseñar y mantener prejuicios (incluso si no es nuestra intención), pero lo que es más importante, tenemos el poder de eliminarlos. Al explorar las historias y la rica historia de los negros en Estados Unidos, podemos equipar a los niños con herramientas para resistir los mensajes negativos basados en identidades raciales.

En un momento en que las tensiones culturales están en su punto más alto, el aprendizaje cultural es crucial para que los niños aumenten el conocimiento, la comprensión, la empatía y la compasión en un esfuerzo por construir puentes a través de las diferencias. Desde una perspectiva de salud mental, es más probable que quienes tienen altos niveles de empatía funcionen bien en la sociedad. La investigación muestra que la empatía es vital para construir relaciones interpersonales exitosas de todo tipo.

Celebrar el Mes de la Historia Afroamericana es la oportunidad perfecta para expandir la conciencia de sus hijos sobre las identidades raciales de otros mientras los anima a ser abiertos y respetuosos con todas las personas que puedan encontrar.



5 actividades para celebrar la historia afroamericana

Lea libros sobre la historia afroamericana con sus hijos

A los niños les encanta que les lean a cualquier edad. Celebre la historia negra y las historias de alegría negra con libros sobre artistas, autores, atletas, políticos y otros afroamericanos que dejaron su huella en el mundo. Explore la historia de la esclavitud y los movimientos de derechos civiles a través de biografías de personas que lideraron el viaje hacia la libertad y la liberación.

Prueba una nueva receta

Cocinar con niños siempre es divertido y preparar platos tradicionales es una excelente manera de celebrar. Tradicionalmente, muchas cocinas de países africanos utilizaban frutas, verduras, cereales y carnes de cultivo local. Busque en Google o Pinterest recetas como Peanut Stew (popular en Ghana, Senegal y Kenia * picante *), Misir Wot (estofado etíope con pollo, ternera, cordero o lentejas) o Benne Wafers (galleta africana tradicional de Nigeria - crujiente), nuez, delicioso). Con cualquier receta nueva que pruebe, aprenda con su hijo sobre los orígenes y la historia de la receta.

Visite virtualmente un museo de Historia Negra o un Centro Cultural Negro

Conozca los centros culturales negros en su comunidad o estado. En este momento, muchas organizaciones pueden tener actividades virtuales en las que su familia puede participar para celebrar el mes de la Historia Afroamericana en febrero, pero también durante todo el año.

Hacer un shekere (instrumento vibrador)

A los niños les encantará construir, decorar, tocar y aprender sobre un nuevo instrumento. El Shekere es un instrumento de percusión de África Occidental que consiste en una calabaza seca con cuentas tejidas sobre una red (Instrucciones aquí: <http://bit.ly/Make-a-Shekere>). También puedes crear una coctelera usando una botella de plástico que esté llena de lentejas o frijoles y decorada para hacer una coctelera musical simple. Toca tus instrumentos junto con la música (busca Putamayo "The Best of World Music: Africa" en YouTube).

Mira películas que destacan Black Achievement

¡Las noches de películas familiares son muy divertidas! Haga una tina de palomitas de maíz y disfrute de una de estas sugerencias o busque la suya propia:

- ¡Marcha adelante! El día que mi hermano Martin cambió el mundo: DVD de Scholastic Storybook con 4 historias de derechos civiles. Edades 4+
- 42- Una inspiradora película biográfica sobre los dos años en que Jackie Robinson rompió la barrera del color del béisbol. Edades 10+
- A Ballerina's Tale: examina la vida y la carrera de Misty Copeland, la primera bailarina principal afroamericana. 9 años en adelante
- Remember the Titans: una historia real sobre las luchas y victorias de un equipo de fútbol de secundaria recién integrado en 1971. Edades 10+

El Rinconcito de los Libritos

Black is a Rainbow Color
by Angela Joy

Mae Among the Stars
by Roda Ahmed

¿Quién fue Louis Armstrong?
by Yona Zeldis McDonough

Síguenos en Facebook &
Twitter @OPECParentingEd



Para recursos parentales adicionales encontramos nuestro sitio web:

orparenting.org

Referencias

Teaching Your Child About Black History

<https://www.pbs.org/parents/thrive/teaching-your-child-about-black-history-month>

Things to Do with Children to Honor Black History Month

<https://www.goodnet.org/articles/5-things-to-do-children-honor-black-history-month>

All Families Can Celebrate Black History Month!

<https://parentingjourney.org/2020/02/01/5-ways-all-families-can-celebrate-black-history-month/>