

123  
SESAME STREET

# CAMINANDO JUNTOS

# NUESTRAS GRANDES VIDAS

APOYE LAS CONVERSACIONES SOBRE  
RAZA E IDENTIDAD

CELEBRE NUESTRA  
SINGULARIDAD Y DIVERSIDAD

¡SUÉNE EN GRANDE!



  
SESAME WORKSHOP™

Patrocinado por



Crecer con Éxito

Una creación de



Sesame Workshop es la organización educacional sin fines de lucro detrás de Sesame Street, el programa televisivo pionero en atender y enseñar a los niños desde 1969. Sesame Workshop tiene la misión de ayudar a los niños en todas partes a crecer más inteligentes, fuertes y bondadosos. Tenemos presencia en más de 150 países, y servimos a niños en situaciones de riesgo a través de los medios, educación formal y programas de impacto social que reciben financiamiento filantrópico. Nuestros programas se basan en investigaciones rigurosas que responden a las necesidades y respetan las culturas de los niños que servimos. Para más información, visite: [www.sesameworkshop.org](http://www.sesameworkshop.org).

Desarrollado en colaboración con



Fundada por The PNC Financial Services Group, Inc, en el 2004, PNC Grow Up Great y PNC Crezca con Éxito constituyen una iniciativa multianual bilingüe de \$500 millones para ayudar a preparar a los niños, especialmente a los de bajos recursos, desde su nacimiento hasta los cinco años de edad para tener éxito en la escuela y la vida. Basado en la premisa de que la educación es un poderoso medio para lograr la movilidad económica y social, el programa proporciona oportunidades innovadoras que ayudan a familias, educadores, y socios de la comunidad, para enriquecer el aprendizaje y desarrollo de los niños. Obtenga más información en: [pncgrowupgreat.com](http://pncgrowupgreat.com).

# BIENVENIDOS

Como un adulto preocupado en la vida de los niños, es natural que usted quiera que los niños estén preparados para la escuela y para la vida. A medida que pensamos en lo que los niños necesitan para tener éxito en la escuela, es útil recordar que estar preparados para la escuela también significa estar preparados para la vida en un mundo complejo.

**Ayudar a los niños a desarrollar y navegar sus propias identidades, así como llegar a conocer a otros que sean diferentes a ellos, contribuye a su habilidad de hacer un mundo más inteligente, más fuerte y más bondadoso, que algún día van a liderar.**

**En estas páginas, va a encontrar temas de conversación y consejos para captar el interés de los niños en estas ideas, además de actividades interactivas que pueden hacer juntos. Disfruten y ¡vivan en grande!**

**Para ver más recursos sobre la justicia racial y la preparación para la escuela, visite [sesamestreetincommunities.org/espanol](http://sesamestreetincommunities.org/espanol)**

## Preparados para la escuela, preparados para la vida

Los niños pequeños tienen grandes espíritus, grandes ideas y grandes preguntas, y todos queremos que tengan “grandes vidas” con futuros llenos de posibilidades sin límite. Una cosa que puede hacer que la vida de todos sea más grande y mejor, además de ayudar a los niños a progresar en la escuela, es tener un fuerte sentido de identidad individual y pertenencia a un grupo (bien sea racial, étnico, cultural o a la comunidad escolar).

Una manera de cultivar este sentido en los niños es conversando con ellos y celebrando quienes somos por dentro y por fuera. Esto implica, naturalmente, conversar sobre la diversidad y el gran desafío del racismo. Tener estas conversaciones temprano puede ayudar a los niños a hacer sentido del mundo, e inspirarlos a “pensar en grande” para construir un mundo mejor!



## Una gran bienvenida de Sesame Street

Las relaciones sanas, con nosotros mismos, con los demás y con el mundo, pueden ayudar a todos a ser la mejor versión de sí mismos. En Sesame Street, cada amigo peludo, rizado y emplumado tiene un sentido de pertenencia y usted puede cultivar ese mismo sentido en su niño, dondequiera que viva.

### Celebrarnos a nosotros mismos y a los demás

¡Apreciar la diversidad comienza con el aprecio de uno mismo!

- Pregúntele a los niños: "¿Cuáles son las cosas más importantes sobre ti?" (ofrezca algunas de sus propias ideas). Explique que cómo nos vemos es una parte importante de quiénes somos, pero que ¡muchas cosas importantes son invisibles!
- Cuénteles a los niños por qué está orgulloso de ellos. Comparta maneras en las que está orgulloso de toda su familia. "¿Qué hace única a tu familia?"
- Piense en alguien que conoce que es diferente a usted, y converse acerca de cómo son similares o distintos, por dentro y por fuera.
- Explíquele a los niños que su piel y el color de sus ojos y pelo son cosas que los hacen especiales. Como familia, siéntense con crayones, lápices de colores, o marcadores para hacer autorretratos o retratos de la familia, y conversen sobre lo que han dibujado.

Decora tu piedra con algo importante para ti o para tu familia.  
¡Bienvenidos a nuestro jardín!

Hola, ¡Soy Wes Walker y él es mi papá, Elijah! Mi familia y yo acabamos de mudarnos a Sesame Street.

Todos pintamos piedras para mostrar algo importante sobre nosotros o sobre nuestra familia. ¡Fue una gran bienvenida a nuestra nueva comunidad!

En sus piedras, Rosita y su Abuela usaron colores que les recordaban a México. La piedra de Elmo combina con su pelaje.

Pinté un edificio, porque un día quiero ser un arquitecto.  
Mi papá pintó el sol, porque es meteorólogo.

### CÓMO HACER CRECER TU JARDÍN

Haz tu propio jardín de piedras familiar. Recojan piedras lisas y suaves, decórenlas con nombres, mensajes o imágenes, y colóquenlas en su casa o alrededor de esta. Usen marcadores permanentes (para que las piedras sean impermeables, usen pintura acrílica autosellante).

Intenten hacer una versión de la comunidad: inviten a otros a participar, luego coloquen las piedras en lugares públicos (por ejemplo, alrededor del tronco de un árbol en la acera, debajo de arbustos en el parque, a lo largo de los senderos en el parque). ¡Hasta pueden poner una señal invitando a otros a agregar una o llevarse a casa una piedra si están inspirados!

## Corazones grandes

Tenemos muchos sentimientos y creencias en nuestros corazones. Es posible que compartamos una parte de nuestra identidad con otros, o es posible que nuestros valores e intereses sean distintos. Los niños pequeños empiezan a entender que lo que es importante para ellos, tal vez no sea importante para otra persona. No solo es importante respetar a los que no se ven, hablan, sienten o piensan igual que ellos, sino que también es importante reconocer que las diferencias hacen interesante al mundo.

A Elmo y a mí nos encantan las mismas cosas, pero hay cosas importantes que no tenemos en común, ¡y eso está bien!

### A WES LE ENCANTA...

- El pollo al curry
- Los edificios
- Su piel morena

### A LOS DOS NOS ENCANTA...

- Nuestras mamás y nuestros papás
- Encontrar formas en las nubes
- Bailar

### A ELMO LE ENCANTA...

- Las zanahorias y el arroz
- El bebé David
- Su pelaje rojo

## Cuidando nuestros corazones

El racismo es lo opuesto a respetar las diferencias, y duele. Es importante que los niños tengan maneras de manejar el enojo, la frustración y la tristeza. Explique que una manera para cuidarnos cuando tenemos sentimientos fuertes es conversar sobre ellos, pero que, a veces necesitamos otras maneras para demostrar lo que sentimos.

Cuando los niños tienen sentimientos fuertes, puede decirles:

- “Vamos a dibujar. ¿Qué color y forma muestran cómo te sientes en este momento? ¿Puedes dibujar otras palabras de sentimientos?” (Quizás “feliz” es puntos amarillos grandes, o “triste” será dibujos pequeños azules).
- “Vamos a bailar. ¿Cuáles son algunas maneras que pueden ayudarte a sacar los sentimientos fuertes de tu cuerpo?” Túrnense eligiendo música e imitando los movimientos de cada uno.

Piensa en lo que amas y en lo que es importante para ti. Dibújalos en el corazón, o un adulto puede anotar tus ideas.

## Grandes ideas

Haga saber a los niños que es bueno hacer preguntas acerca de la raza y el racismo. Conversar con los niños sobre estos grandes temas puede prepararlos para una vida de orgullo, comprensión, fortaleza, respeto, empatía y confianza.

### Buenas preguntas

En conversaciones, considere hacer estas preguntas para ayudarse a entender qué es lo que ya saben los niños y cuáles son las cosas que más les preocupan:

- ¿Dónde escuchaste eso?
- ¿Qué más sabes sobre eso?
- ¿Qué opinas de eso?
- ¿Tienes más preguntas?

### Usando nuestras palabras

Hablar en contra del racismo puede producir miedo. Pregunte: "¿Qué podrías decir si escucharas a alguien decir: 'No puedes jugar con nosotros porque tu pelo es demasiado rizado'? Practiquemos lo que podrías decir (eso no es justo; no me gusta eso; eso me enoja o me pone triste)". Recuérdeles que siempre pueden pedirle ayuda a un adulto, y que deben contarle a un adulto qué es lo que sucedió.

### PALABRAS GRANDES

Muchos niños hacen estas preguntas; aquí encontrará algunas maneras en las que podría responderles.

#### ¿Qué es el racismo?

El racismo es tratar a las personas de manera injusta basándose en cómo se ven o el lenguaje que hablan. No está bien tratar a la gente de manera diferente solo por el color de su piel, la forma de sus ojos o la textura de su pelo.

#### ¿Por qué la piel puede ser de diferentes colores?

La melanina es algo que cada uno de nosotros tiene dentro de nuestros cuerpos y es lo que le da color a la piel. También nos da el color de los ojos y del pelo. Mientras más melanina tengas, más oscura será tu piel. (Explique que muchas personas usan la palabra raza para describir la piel, el pelo y partes de nuestra cara, pero que todos formamos parte de la raza humana).

Cada mañana mi papá y yo nos miramos al espejo y repetimos algunas frases usando nuestras "voces orgullosas".

SOY ALGUIEN.

SOY ÚNICO.

SOY CURIOSO.

PUEDO HACER  
DEL MUNDO  
UN LUGAR MEJOR.

SOY UN BUEN AMIGO.

ME ENCANTA SER YO.

SOY UN DEFENSOR.

¡Inténtalo! Puedes inventar tus propias frases.

---

---

---

## Lo que queremos del mundo

Los niños pueden sentirse pequeños frente a la gran cantidad de desafíos de nuestro gran mundo, pero puede recordarles que todo lo que hacen, incluso el gesto más pequeño, importa. Todos podemos ser una fuerza para el bien. Todos podemos esperar un futuro mejor y enfrentar los problemas con optimismo.

## ES PARA EMPODERAR

El mundo va a seguir presentando desafíos, pero haga que los niños sepan que tienen el poder para cambiar el mundo. Pueden empezar a usar ese poder ahora, y crecerá con ellos. Recuérdeles que sus ideas y sus voces son importantes y que pueden usarlas junto a otros para hacer un mundo mejor.

¡Piensa en tu propia idea y pide a un adulto que la anote! Luego, dibuja una flor creciendo desde cada semilla.

Incluso los niños pequeños pueden hacer grandes cosas para mejorar el mundo. Abby me mostró una flor creciendo en su jardinera. La semilla de la flor es un deseo y representa algo que ella va a hacer.

**ABBY DESEA QUE :**  
La Tierra sea limpia y segura para todos los seres vivos.

**ABBY VA A:**  
Reciclar el papel para que haya más árboles.

QUIERO QUE:

VOY A:

QUIERO QUE:

VOY A:

# NUESTRAS GRANDES VIDAS



¡Dibújate y participa junto a nosotros!



Para obtener más recursos sobre cómo ayudar a los niños a prepararse para la escuela, visite [sesamestreetincommunities.org/espanol/](https://sesamestreetincommunities.org/espanol/) O [pncgrowupgreat.com/sesameresources](https://pncgrowupgreat.com/sesameresources).