



Goiânia, 18 de novembro de 2015

**“Sabedoria: princípios para se viver bem – Parte 3 – Crianças”**  
**Pv. 23:1-2; Gl.5:19-23; Dn. 1**

**RECURSO VISUAL:** Várias figuras de alimentos (verduras, sanduíches, refrigerantes, legumes, frutas, doces, chocolates, etc); Figura de prato de comida saudável e outro com fast-food (comida rápida de lanchonete, padaria, boteco...); figura de 4 jovens representando Daniel, Misael, Ananias e Azarias.

### ALVO

Compreender que devemos optar por comer aquilo que é saudável e não ter gula, e sim domínio próprio.

### RECEPÇÃO

Receba as crianças com atenção e alegria, tendo já com antecedência o ambiente preparado.

**ORAÇÃO** (Você pode preparar as crianças antes da oração com esta dinâmica: Ginástica da oração: Meus pezinhos juntinhos estão; Cruzo os dedinhos da minha mão; Abaixo a cabeça com atenção; Fecho os olhinhos em oração). Ore e peça as crianças para repetirem.

### DINÂMICA\QUEBRA-GELO: Maestro

Como brincar: Uma pessoa deve ser escolhida para adivinhar quem é o maestro. Essa deve sair de perto do grupo e ficar de costas. O restante do grupo escolhe outra pessoa, que será o “maestro”. Escolhido o maestro, todos sentam no chão formando um círculo e chamam a que saiu. Antes dela começar a adivinhar, o maestro deve iniciar a sequências de gestos, como, por exemplo, ficar batendo palma, por um tempo, depois bater na perna, ou ficar balançando a cabeça. Para cada movimento, o maestro tem que dar um tempo de no mínimo 30 segundos. Quando o maestro muda o movimento, todos devem estar atentos observando disfarçadamente o maestro e devem fazer tudo exatamente como ele, além de mudarem os gestos no mesmo momento em que o maestro mudar. A criança escolhida tem que acertar quem é o maestro. Caso acerte, o maestro passa a ser o que vai adivinhar. Caso erre a partida deve ser repetida.

### LOUVOR

Sugestões: “Minha pequena luz, eu vou deixar brilhar (3x) Brilhar, brilhar, brilhar; Não esconderei a minha luz, eu vou deixar brilhar (3x) Brilhar, brilhar, brilhar; Por onde quer que eu vá, vou deixar brilhar (3x) Brilhar, brilhar, brilhar.”

**MEMORIZANDO O VERSÍCULO** (Leia diretamente na Bíblia, depois apresente um cartaz com o versículo)

*“Mas o fruto do Espírito é: amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio. Contra estas coisas não há lei.” Gálatas 5:22-23* (Reforce na parte do domínio próprio)

### A VERDADE É PARA VOCÊ TAMBÉM

#### Introdução

Veja estas duas figuras (mostre a figura do prato de comida e outra com fast-food). Qual destas você acha que é mais saudável para o nosso corpo? E qual delas você gosta mais ou comeria muito? Neste mês estamos aprendendo princípios para se viver bem e hoje falaremos sobre alimentação. Acredita que na Bíblia tem orientação para nossa vida até sobre o que comemos? Vamos aprender?!

#### Desenvolvimento

Na Bíblia, a Palavra de Deus, temos a história de quatro amigos que resolveram alimentar-se somente daquilo que lhes faria bem. Era Daniel, Misael, Ananias e Azarias. Estes quatro amigos haviam sido levados de seu país, Israel, para a Babilônia e deveriam viver no palácio do rei. Lá eles foram treinados

**Goiânia, 18 de novembro de 2015**

**“Sabedoria: princípios para se viver bem – Parte 3 – Crianças”**  
**Pv. 23:1-2; Gl.5:19-23; Dn. 1**

para se tornarem sábios e conselheiros do rei Nabucodonosor, e ainda deveriam comer da mesma comida do rei. Com certeza era uma comida deliciosa, mas eles propuseram em seus corações não se alimentarem do manjar do rei, pois era oferecido aos deuses babilônios, ou seja, era uma comida contaminada com o pecado da idolatria. Iam comer frutas, legumes e água. Eles foram muito corajosos e também não eram gulosos, e Deus os abençoou tanto que a comida que se alimentaram os fez ficar mais bonitos e fortes que todos os outros que comeram do manjar do rei. Hoje crianças certamente não comemos comida oferecida a deuses, contudo muito do que se come hoje e a maneira como comemos faz mal para nossa saúde e já desde pequenos precisamos nos alimentar do que é bom para o nosso corpo e saber que não devemos comer exageradamente. Às vezes você não gosta muito de verdura ou legumes, mas saiba que esses alimentos são totalmente melhores para o nosso corpo do que os fast-foods que tem por aí (explique o que é fast-food – Comida rápida). Ainda, não devemos abusar dos alimentos e comer demais, isso se chama gula, que além de nos fazer mal ainda é pecado, é a Palavra de Deus nos diz.

### **Conclusão**

Sendo assim devemos agir como aqueles quatro jovens e procurar nos alimentar do que nos faz bem. Não quero dizer que é proibido comer um sanduíche, bolacha recheada, salgadinhos ou outro tipo de fast-food, porém devemos ter domínio próprio e não fazer deste tipo de comida nossas refeições principais. Devemos lembrar que nosso corpo é morada do Espírito Santo de Deus e por isso devemos cuidar dele direitinho, para agradar a Deus e também para não ficar doente. Vamos orar neste momento e pedir ao Senhor que nos ajude a alimentar sempre do que for melhor para o nosso corpo e que possamos ser exemplo para os outros. Mesmo que às vezes seja algo que eu não goste muito, mas que o Senhor nos ajude a gostar de todos os alimentos que através do plantio Ele nos tem dado e a dar valor na comida que temos em casa.

**ATIVIDADE** – O objetivo da atividade é fixar o ensino.

Sugestão 1 – Fazer um cartaz com o certo e o errado e colar figuras de alimentos nos respectivos lugares

Sugestão 2 – Fazer um cartaz com um prato vazio e recortar várias figuras de alimentos para as crianças montarem o prato certo.



### **ORAÇÃO FINAL**

Aproveite e pergunte às crianças se elas têm algum pedido de oração e interceda pelos pedidos.

### **MOMENTO DE CONFRATERNIZAÇÃO**