

11 de novembro

Lição 6



ESCOLHAS SAUDÁVEIS

SERVIÇO

Servimos a Deus onde quer que estejamos.

VERSO PARA DECORAR

“Assim, quer vocês comam, quer bebam, quer façam qualquer outra coisa, façam para a glória de Deus.” 1 Coríntios 10:31

REFERÊNCIAS

Daniel 1:3-20; *Profetas e Reis*, p. 279-286;
Os Ungidos, p. 205-210.

OBJETIVOS

A criança deverá:

SABER que pode servir melhor a Deus quando está com saúde.

SENTIR que pode ser responsável por manter seu corpo com saúde.

RESPONDER decidindo manter o próprio corpo e a mente saudáveis.

MENSAGEM CENTRAL

Sirvo melhor a Deus quando estou com saúde.

Resumo da lição

Daniel, Hananias, Misael e Azarias foram levados ao palácio do rei Nabucodonosor a fim de ser treinados para servir ao rei. Quando lhes trouxeram a comida que havia sido oferecida aos ídolos, eles conversaram sobre o que deviam fazer. Decidiram que Daniel deveria pedir ao chefe dos oficiais uma comida mais simples e saudável. O oficial negou. Então Daniel falou com o cozinheiro-chefe designado para cuidar dos quatro hebreus e este concordou em fazer uma experiência durante dez dias. Depois do período de experiência, o cozinheiro percebeu que o modo de vida saudável deles (o modo de Deus) era melhor. Então se tornou aliado e amigo deles. Ao observá-los diariamente, ele também aprendeu sobre seu Deus.

Esta lição fala sobre serviço. Daniel e seus companheiros serviram a Deus ao dar um exemplo positivo de como viver saudável, seguindo o modo de Deus. Podemos servir a Deus onde quer que estejamos. Ao fazer escolhas saudáveis, nos tornamos aptos e mais capazes de servir a Deus.

Enriquecimento para o professor

“Logo no princípio de sua carreira, eles passaram por uma decisiva prova de caráter. Tinha sido determinado que eles comeriam os alimentos e beberiam o vinho que era servido na mesa do rei. Com isso, o monarca pensava que estava dando uma demonstração de bondade e de sua preocupação com o bem-estar deles. Mas, como uma parte dos alimentos era oferecida aos ídolos, a comida da mesa do rei era consagrada à idolatria, e o fato de se alimentar dela era considerado uma homenagem aos deuses da Babilônia. A lealdade que Daniel e seus companheiros tinham para com Jeová os proibia de participar de tal homenagem. A simples simulação de terem comido o alimento ou bebido o vinho seria uma negação de sua fé. Proceder assim era se colocar do lado do paganismo e desonrar os princípios da lei de Deus.” (*Profetas e Reis*, p. 280).

“Na terra de seu cativeiro, esses homens deviam levar avante o propósito de Deus de dar às nações pagãs as bênçãos resultantes do conhecimento de Jeová. Deviam ser Seus representantes” (*ibid.*, p. 279).

“Deus concedeu aos quatro rapazes aptidão incomum para entender todos os aspectos da literatura e da sabedoria, e a Daniel concedeu a capacidade especial de interpretar sonhos e visões” (Daniel 1:17).

Decoração da sala

Veja as orientações na lição 5.

Programação			
Parte do programa	Minutos	Atividades	Material Necessário
Boas-vindas		Receber as crianças à porta.	
1 ATIVIDADES PREPARATÓRIAS	até 10	A. O que é saudável? B. Revezamento saudável	mesa, lista de alimentos, lata de refrigerante sem cafeína, lata de refrigerante com cafeína, bolo, café, legumes, frutas, leite, suco, água mochila, pedras ou livros, etiqueta com as palavras “Alimento Impuro”
* ORAÇÃO E LOUVOR * Esta atividade pode ser feita em qualquer momento da programação.	até 10	Confraternização Louvor sugerido Missões Ofertas Oração	
2 LIÇÃO BÍBLICA	até 20	Vivenciando a história Verso para decorar Estudo da Bíblia	roupas dos tempos bíblicos, barbante, mesa Bíblias Bíblias
3 APLICAÇÃO DA LIÇÃO	até 15	Tabela da saúde	cópias da tabela da saúde (p. 85)
4 COMPARTILHANDO A LIÇÃO	até 15	Círculo da saúde	pratos de papel ou círculos de cartolina, colchetes tipo bailarina, tiras de cartolina, canetinhas coloridas
5 ENCERRAMENTO			

Boas-vindas

Cumprimente as crianças à porta. Pergunte como foi a semana, se algo as deixou alegres ou as entristeceu. Inicie a atividade preparatória escolhida.

1 Atividades preparatórias

Escolha uma ou mais atividades que se adaptem melhor à situação da classe.

A. O que é saudável?

Com antecedência, providencie para cada aluno uma lista dos alimentos expostos sobre a mesa. Esteja preparado para mencionar alguns fatos a respeito dos alimentos expostos. Convide os alunos a passar pela mesa e olhar os alimentos. Então, na lista que receberam, deverão assinalar com um \checkmark os alimentos que consideram saudáveis e com um X os que consideram insalubres.

► Para Refletir

Recapitule a lista com a classe. Pergunte por que alguns alimentos são mais saudáveis que outros. *Por que é importante pensar sobre o que comemos? Quais desses alimentos são bons para vocês? Quais*

VOCÊ PRECISA DE:

- mesa
- lista de alimentos
- lata de refrigerante sem cafeína
- lata de refrigerante com cafeína
- bolo
- café
- legumes
- frutas
- leite
- suco
- água

não são bons? Nosso corpo é como um motor. Se colocarmos nele o combustível errado, ele não funcionará de maneira eficaz. Deus quer que tenhamos saúde e sejamos felizes. Comer alimentos corretos é uma parte importante desse plano. Na história de hoje vamos aprender sobre quatro rapazes que tiveram de decidir o que comer. A mensagem de hoje é:

SIRVO MELHOR A DEUS QUANDO ESTOU COM SAÚDE.

Repitam comigo.

VOCÊ PRECISA DE:

- mochila
- pedras ou livros
- etiqueta com as palavras "Alimento Impuro"

B. Revezamento saudável

Com antecedência, encha uma mochila com pedras ou livros pesados. Do lado de fora da mochila, prenda a etiqueta "Alimentos Impuros". Forme duas equipes em fila. *Vamos fazer uma atividade em revezamento. Cada membro da equipe deve andar até o outro lado da sala, tocar na parede e voltar ao seu lugar para que então a próxima pessoa faça o mesmo.* Uma das equipes fará a mesma atividade, mas carregando a mochila e passando-a à próxima pessoa ao voltar. Repita a atividade com a outra equipe carregando a mochila.

► Para Refletir

Qual foi a diferença ao andar carregando a mochila? (Ela era pesada, nos fazia andar mais devagar, etc.) Como foi caminhar sem a mochila? (Fácil.) Seria fácil correr e brincar com a mochila nas costas? Quando escolhemos coisas insalubres para comer ou beber, temos que carregar um peso adicional. Nosso cérebro trabalha mais devagar. Na história bíblica de hoje, aprenderemos sobre quatro rapazes que tiveram de fazer escolhas quanto ao que comer. A mensagem de hoje é:

SIRVO MELHOR A DEUS QUANDO ESTOU COM SAÚDE.

Repitam comigo.

* Oração e louvor

Confraternização

Se for conveniente, conte aos alunos as alegrias e tristezas relatadas no momento da chegada das crianças. Dê tempo para que compartilhem experiências do estudo da lição da semana e recapitem o verso para decorar. Dê calorosas boas-vindas às visitas e entregue-lhes um cartãozinho, adesivo ou um pequeno presente. Comemore os aniversários (ore pelos aniversariantes), eventos especiais ou conquistas dignas de menção.

Louvor sugerido

"Faze Como Daniel", do *Hinário Adventista*, nº 308

"Eu Sou Importante", do *Hinário Adventista*, nº 549

Missões

Apresente o *Informativo Mundial das Missões* ou outro relato missionário disponível.

Ofertas

Ao darmos nossas ofertas, estamos ajudando a enviar missionários que ensinarão a outras pessoas como fazer a melhor escolha – Jesus.

Oração

Pergunte se há pedidos de oração ou agradecimentos. Peça que os alunos mencionem algumas das escolhas positivas que Deus espera que façamos. (Comer alimentos saudáveis, estudar a lição da Escola Sabatina, ir à igreja, etc.) Ore pedindo que Deus continue ajudando cada um a fazer boas escolhas diariamente.

2 Lição bíblica

Vivenciando a história

Personagens: Daniel, chefe dos oficiais do rei, Hananias, Misael, Azarias, grupo de cativos, Melzar, soldados

Incentive os alunos a encenar a história à medida que é contada.

Quando o exército do rei Nabucodonosor invadiu e conquistou Judá, o rei ordenou que capturassem todos os jovens hebreus da família real e de outras famílias importantes, e os levassem para Babilônia.

["Soldados" devem fazer marcharem em volta da sala os quatro amigos e outros cativos, amarrados uns aos outros com barbante como se fosse "corrente".]

Daniel, Hananias, Azarias e Misael eram apenas quatro dos muitos jovens hebreus que foram levados para Babilônia.

Nabucodonosor foi bondoso para com os cativos. Ele viu que alguns deles podiam ajudá-lo a governar seu grande império. Mas, primeiro, eles precisavam conhecer os costumes babilônicos e a língua da nação. Daniel e seus três amigos sabiam que tinham que servir o rei. Mesmo assim, eles decidiram que Deus seria o primeiro em sua vida.

[Os quatro "prisioneiros" param e olham ao redor enquanto os "soldados" removem deles as "correntes".]

Havia muitas coisas novas e interessantes para serem vistas em Babilônia. Grandes templos para adoração de ídolos podiam ser vistos por toda parte. Os jovens hebreus viram jardins com árvores raras e flores suspensas.

Depois da longa viagem, todos estavam ansiosos para saborear sua primeira refeição em Babilônia. *[Todos os cativos se reúnem ao redor da mesa.]* Eles comeriam o melhor alimento! O mesmo alimento que era servido na mesa do rei. Ricos assados de carne e vinho fino estavam sobre a mesa. As mais requintadas sobremesas de toda a Terra estavam ali à disposição de todos. Todos os prisioneiros ficaram deslumbrados com o alimento, incluindo os que foram de Judá e de outras partes do império. Todos, com exceção de Daniel e seus três amigos. *[Todos, exceto "Daniel e seus amigos" fazem como se estivessem comendo, bebendo e se alegrando.]*

Daniel e seus três amigos se recusaram a comer. *["Daniel e seus amigos" cruzam os braços e balançam a cabeça em sinal negativo.]* Sabiam que o alimento não era bom para eles. Sabiam também que alguns daqueles alimentos e vinho haviam sido oferecidos aos ídolos. Eles não poderiam comer... e não fariam isso. Eles se propuseram a servir a Deus, não importando o que acontecesse.

Assim, Daniel pediu ajuda ao oficial encarregado de todos os prisioneiros. Ele pediu alimento simples e água para beber. *["Daniel" gesticula, pedindo alimento ao oficial. Este nega e aparenta temor.]* O oficial recusou. Temia por sua vida. O próprio rei Nabucodonosor havia ordenado que fosse servida aquela comida. O oficial pensou que, se Daniel e seus amigos não comessem daquele alimento, poderiam não apresentar-se tão fortes como os outros. E, se isso acontecesse, o rei poderia matar o oficial.

Daniel não desistiu. Ele se dirigiu a Melzar, o mordomo apontado para cuidar de Daniel e seus amigos e apelou a ele. *["Daniel" gesticula como se pedisse algo. "Melzar" se demonstra duvidoso e balança a cabeça. "Daniel" mostra os dez dedos e "Melzar" finalmente concorda.]*

– Faça um teste – disse Daniel. – Deixe-nos comer alimento simples e somente água para beber durante dez dias. Se não parecermos tão saudáveis como os outros, faremos o que você pede.

O mordomo concordou. No fim de dez dias, os quatro hebreus estavam mais fortes e mais ágeis do que os outros prisioneiros. Com a ajuda de Deus, eles haviam passado no teste. *["Melzar" inspeciona os rapazes e se mostra satisfeito.]* Durante os três anos de seu treinamento, foi-lhes servido alimento simples e água. *["Daniel e seus amigos" sentam-se à mesa e fazem como se estivessem comendo e bebendo alegremente.]*

Deus estava contente com Daniel e seus amigos. Ele os ajudou em seu estudo. Deu-lhes sabedoria e entendimento. E deu a Daniel a habilidade de compreender sonhos.

Daniel serviu a Deus em primeiro lugar. Obedeceu às leis sobre comer e beber. E Deus recompensou Daniel. O trabalho de Daniel levaria para Nabucodonosor levaria o grande governante a conhecer o verdadeiro Deus.

Quando colocamos Deus em primeiro lugar, mostramos aos outros as grandes coisas que Ele pode fazer.

VOCÊ PRECISA DE:

- roupas dos tempos bíblicos
- barbante
- mesa

► Para Refletir

Como vocês acham que os quatro amigos se sentiram quando chegaram em Babilônia? (Sozinhos, com medo, curiosos, interessados no que estava acontecendo.) Como se sentiram ao ver a comida? (Com fome, preocupados, desapontados.) Por que eles decidiram não comer daquela comida, sendo que os outros prisioneiros de Judá a comeram? (Porque haviam decidido colocar Deus em primeiro lugar e servi-Lo de preferência a qualquer outra pessoa.) Por que vocês acham que eles tinham melhor aparência depois dos dez dias? (Eles seguiram os planos de Deus e o Senhor os ajudou. A comida substanciosa fez com que fosse mais difícil aos demais pensar e agir com clareza.) A mesma coisa acontece atualmente. Quando escolhemos viver de maneira saudável, podemos servir melhor a Deus. Vamos dizer juntos a mensagem de hoje:

SIRVO MELHOR A DEUS QUANDO ESTOU COM SAÚDE.

VOCÊ PRECISA DE:

- Bíblias

Verso para decorar

Peça que todos os alunos procurem em na Bíblia 1 Coríntios 10:31. Depois, devem ler juntos em voz alta. Repita a leitura várias vezes até que todos saibam o verso.

VOCÊ PRECISA DE:

- Bíblias

Estudo da Bíblia

Vamos ler na Bíblia a história de Daniel e seus amigos. Vamos procurar Daniel 1:3-20. (Adultos podem ajudar se necessário.) Divida os alunos em dois grupos. Peça que os grupos se revezem para ler os versos.

► Para Refletir

Com a leitura desses versos, o que vocês aprenderam a respeito de fazer escolhas saudáveis? (Honramos a Deus quando escolhemos comer somente alimentos saudáveis [verso 8]. Quando fazemos escolhas que honram a Deus, Ele não nos decepciona [verso 15]. Alimentos saudáveis nos ajudam a ter corpo e mente saudáveis. Deus é capaz de nos ajudar a aprender as coisas [versos 17, 19, 20]. Nos comunicamos melhor com Deus [verso 17].) Vamos dizer juntos a mensagem de hoje:

SIRVO MELHOR A DEUS QUANDO ESTOU COM SAÚDE.

3 Aplicação da lição

VOCÊ PRECISA DE:

- cópias da tabela da saúde (p. 85)

Tabela da saúde

Com antecedência, faça cópias da tabela da saúde para cada aluno.

Em um lugar visível, faça uma lista à medida que fala sobre algumas coisas que precisamos para manter o corpo saudável. Inclua sono, exercício físico, frutas, legumes, água, ar fresco. Utilize as situações abaixo para começar a atividade. Os alunos devem escolher a melhor resposta.

Denis é o melhor jogador de futebol da escola. Para continuar jogando bem, ele precisa:

- a. Dormir oito horas cada noite.
- b. Adquirir energia com facilidade, bebendo um refrigerante antes de cada jogo.
- c. Fazer uma caminhada ao ar livre cada dia.

Patrícia gosta muito da escola. Para tirar boas notas, ela precisa:

- a. Assistir à televisão todas as tardes.
- b. Estudar até a meia-noite todas as noites.
- c. Comer frutas e legumes todos os dias.

Dei a vocês exemplos de coisas que todos nós devemos fazer diariamente. Dê a cada aluno uma cópia da tabela da saúde e ajude-os a escrever na coluna da esquerda as coisas que precisam fazer para ter boa saúde.

► Para Refletir

Todos os dias fazemos escolhas que determinam se teremos boa saúde ou não. Qual é a coisa mais difícil de lembrar-se de fazer? Qual é a coisa mais fácil de se lembrar? Qual é a melhor coisa a respeito de mantermos o corpo com saúde? Durante a semana, assinalem na tabela as coisas que vocês conseguirem fazer. Vamos dizer juntos a mensagem de hoje:

SIRVO MELHOR A DEUS QUANDO ESTOU COM SAÚDE.

4 Compartilhando a lição

Círculo da saúde

Distribua os pratos de papel ou círculos de cartolina. Ajude os alunos a desenhar ou escrever neles algumas coisas das quais precisam para ter boa saúde, com base na lista feita durante a "Aplicação da Lição". Com um colchete tipo bailarina, fixe no centro do prato uma tira de cartolina que servirá de ponteiro, de modo que o ponteiro gire. Separe os alunos em duplas. Peça que girem o ponteiro e expliquem ao colega por que aquele fator é importante para se ter boa saúde.

► Para Refletir

Por que escolhas saudáveis são boas para nós? Por que Deus Se alegra com elas? Temos aqui um recipiente com pedaços de fruta. No fim da Escola Sabatina, vocês podem pegar um pedaço e oferecer a alguém, aproveitando para mostrar a essa pessoa seu Círculo da Saúde e explicar por que escolhas saudáveis são boas para todos. Vamos dizer juntos a mensagem de hoje:

SIRVO MELHOR A DEUS QUANDO ESTOU COM SAÚDE.

5 Encerramento

Reúna os alunos em círculo. Ore pedindo que Deus abençoe cada um dos alunos, ajudando-os a fazer escolhas saudáveis durante a semana.

VOCÊ PRECISA DE:

- pratos de papel ou círculos de cartolina
- colchetes tipo bailarina
- tiras de cartolina
- canetinhas coloridas