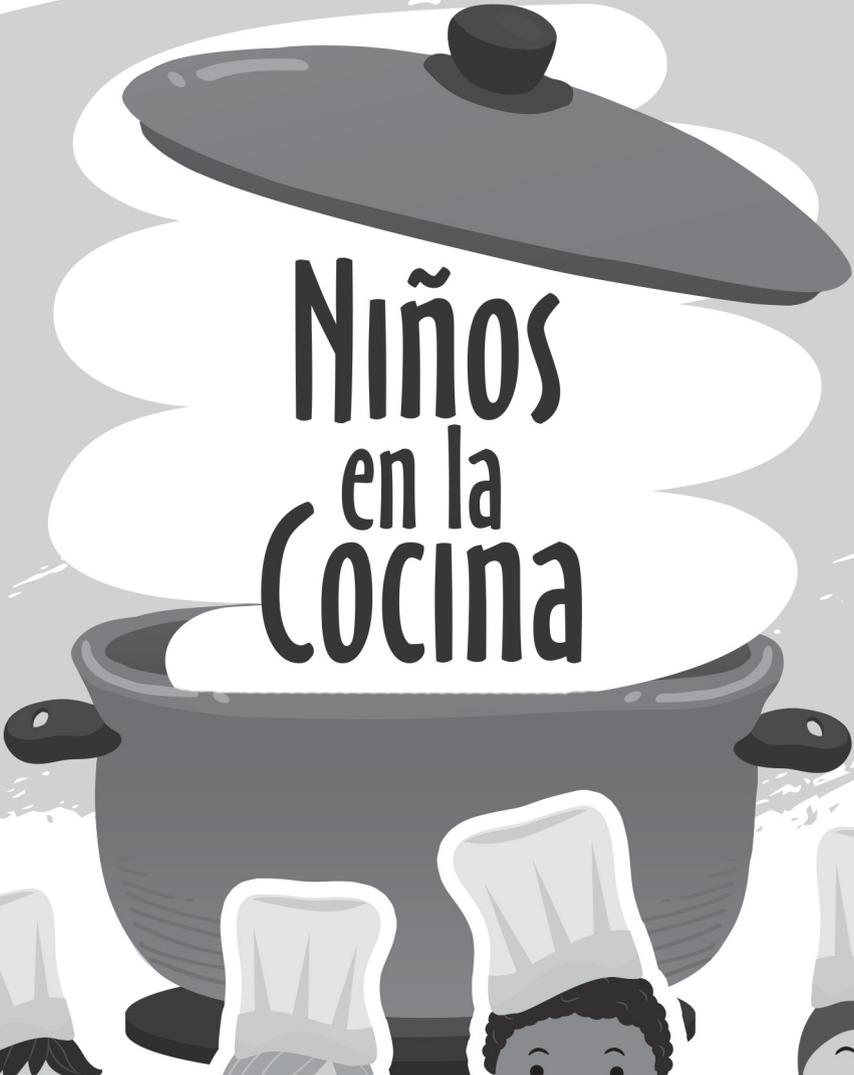


# GUÍA DEL DIRECTOR



## Niños en la Cocina



**ESCUELA CRISTIANA  
DE VACACIONES**

### **Créditos**

Coordinación general: Ministerio Infantil  
Unión Peruana del Sur - Unión Peruana del Norte

---

Diseño y diagramación: Raúl Bermúdez  
Impreso por la UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN  
en su Centro de Aplicación Editorial Imprenta Unión  
Km 19 Carr. Central, Ñaña, Lima, Perú.  
Telf. (01) 618-6301 Telefax: (01) 618-6354  
E-mail: [ventas@editorialunion.com.pe](mailto:ventas@editorialunion.com.pe)

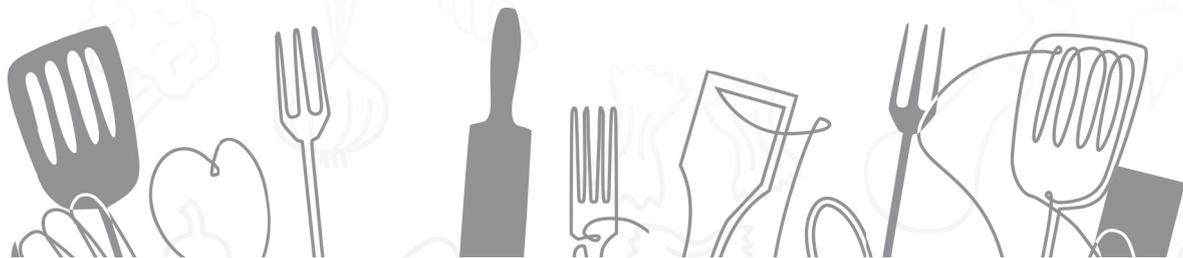
---

Impreso en el Perú  
Printed in Peru

---

JOB 27598-23 UNIÓN  
octubre 2023

---





## Prólogo

La Escuela Cristiana de Vacaciones es una de las tareas más gratificantes que la iglesia emprende para los niños. Haga todo el esfuerzo posible de participar porque vale la pena. Ud. será gratificado por el entusiasmo de los niños, la apreciación de los padres de familia y por su propio sentido de haber contribuido para algo que realmente tiene valor.

En el mundo de hoy muchos niños son inconscientes del contenido y origen de las comidas semi preparadas, que están en venta en las tiendas de comestibles y están aún menos conscientes de los efectos de estos alimentos, del ejercicio y el descanso que necesitan sus mentes, así como también sus cuerpos. Porque los cuerpos y las mentes limpias y saludables son tierra fértil para la verdad del evangelio y también la buena salud contribuye mucho a vidas felices y productivas. Los niños disfrutarán mucho el verano con este programa de **Niños en la Cocina**.

Este programa está designado a enseñar a los niños del amor de Jesús, así como también acerca de una buena salud. En la sesión general, los niños descubrirán que Dios quiere ser parte de la vida de ellos y que desea que hagan lo mejor para Él. Durante las lecciones bíblicas, aprenderán acerca de los héroes de la Biblia, quienes encontraron felicidad y salud en seguir el plan de Dios. En los centros de aprendizaje, descubrirán principios de bienestar, ejercicios amenos, como cocinar y algunas manualidades.

**Niños en la Cocina**, ha sido usado ya con mucho éxito por ciento de Iglesias, este programa puede funcionar perfectamente en su iglesia también. Observe la secuencia y las instrucciones detalladas del programa guía. Escoja las opciones que sean mejores para usted. Con la ayuda de Dios usted puede vigorizar su equipo para un gran verano de evangelismo con los niños.

## - Introducción -

**Niños en la Cocina**, ha sido traducido y adaptado por la División Sudamericana del libro **"Kids in the kitchen"** por Judi Rogers, Marcia Hunt, Norma Sahlin y Noelene Johnsson; es un programa de salud diseñado para niños de 5 a 14 años. Este programa de Escuela Cristiana de Vacaciones (ECV) puede ser adaptado para grupos pequeños y grandes. Todo el programa está desarrollado en cuatro partes, más el libro de Actividades para los alumnos.

- Parte I - Programa Guía - Para el Director.
  - Parte II - Guía para el coordinador del centro de aprendizaje de la Salud.
  - Parte III - Guía para el coordinador del centro de aprendizaje de la Biblia.
  - Parte IV - Guía para el coordinador del centro de aprendizaje de Cocina.
- Cuadernillo de Actividades

### OBJETIVOS:

**Niños en la cocina** de la ECV ayudará a los niños a:

- » Aprender a conocer y seguir a Jesús.
- » Valorar algunas reglas básicas para la buena salud.
- » Descubrir los principios básicos de una buena nutrición.
- » Aprender a preparar platos sencillos.
- » Recopilar algunas recetas básicas que pueden ser usadas en la casa.
- » Desear hacer lo mejor para Dios.

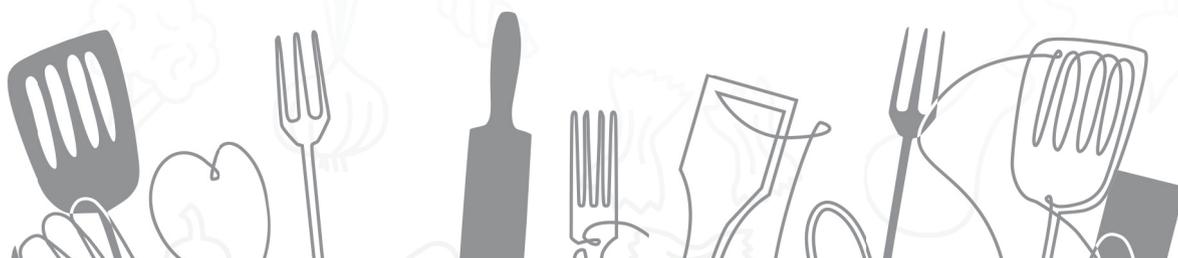
### ¿CÓMO FUNCIONA?

**Niños en la cocina**, está diseñado para una Escuela Cristiana de Vacaciones de cinco días.

Las clases están organizadas en centros de aprendizaje. Si se sigue el formato de los centros de aprendizaje, los niños deben ser divididos en grupos rotativos.

**LOS CENTROS DE APRENDIZAJE** son áreas dentro de la iglesia o escuela. También se pueden acomodar en salones de clase separados. Hay un coordinador o coordinadora responsable por la decoración del centro y de presentar la clase. Los Centros de aprendizaje son 3.

- 1 Centro de aprendizaje de la Salud.
- 2 Centro de aprendizaje de la Biblia.
- 3 Centro de aprendizaje de Cocina.



### ¿QUIÉNES VAN A LOS CENTROS?

Todos; los infantes, los primarios y los intermediarios, irán a los centros de aprendizaje después de la sesión general separados en grupos. Tenga en cuenta las edades para separarlos. Recuerde que para el grupo de los Infantes, deben presentar los temas, tanto de la salud como los bíblicos simplificados, adaptándolos para la edad de ellos.

### ¿CÓMO ESTÁN ORGANIZADOS LOS CENTROS?

Cada sesión en los centros de aprendizaje tiene una duración de 40 minutos, terminada la primera sesión, los niños rotarán a otro centro para otra sesión de 40 minutos. Los niños deben pasar por los tres centros cada día.

Por ejemplo: un grupo asistirá al centro **1 (Salud)**, el segundo al centro **2 (Biblia)**, el tercero al centro **3 (Cocina)**. Después de 40 minutos los grupos rotan. El grupo que asistió al centro 1, pasará al centro 2, los del centro 2 pasarán al 3 y los del 3 al 1 y así sucesivamente.

El director de la ECV asigna a los (las) coordinadores (as) para los centros antes de que la ECV comience y asigna a los niños en sus grupos.

### ¿QUÉ HACE EL (LA) COORDINADOR (A) EN EL CENTRO DE APRENDIZAJE?

Cada coordinador (a) organiza su centro, teniendo cuidado de lo siguiente:

1. La decoración, el letrero para el nombre del centro y todos los objetos que añaden significado al tema, decoraciones en las paredes y techo, como se indica en las notas de los temas.
2. Organiza los asientos. Los niños se pueden sentar alrededor de una alfombra, en bancas, sillas, carpetas o alrededor de una mesa.
3. El (la) coordinador (a) también prepara y presenta los temas, la receta y preparación de los alimentos de acuerdo al centro que está dirigiendo. Se provee de informaciones y sugerencias para las presentaciones.

### ¿QUÉ OCURRE SI UNA ECV DECIDE NO TENER CENTROS DE APRENDIZAJE?

El tema de Salud se ofrece como parte de la sesión general. Pueden presentarlo varias personas, o una sola se hace cargo de todas (esto puede hacerse en iglesias pequeñas, con pocos asistentes). Las hojas de actividades pueden ser hechas en las divisiones por edades.



## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LOS CENTROS DE APRENDIZAJE

### Ventajas:

- ✓ Los niños aprenden mejor, recuerdan por más tiempo.
- ✓ El aprendizaje se puede hacer a través de la participación.
- ✓ Las ayudas visuales se usan con más facilidad.
- ✓ La revisión de las hojas de actividades es más efectiva.
- ✓ Se hace un impacto más fuerte en los niños.
- ✓ Se genera mayor entusiasmo tanto en la ECV como por el tema estudiado.

### Desventajas:

- ✗ Los centros de aprendizaje requieren trabajo adicional para organizarlos.
- ✗ Se necesitarán cuatro coordinadores para presentar el programa cada día.
- ✗ Se necesita más espacio para desarrollar todo el programa.
- ✗ Se requiere de más organización.

## | PROGRAMA SUGERENTE |

Un programa normal dura casi tres horas y podría ser así:

2:30 - 2:50	Devoción personal. Grupos de oración con el personal.
3:00 - 3:20	Sesión general – todos juntos. Banderas, votos, cantos, oración, anuncios. Canto tema.
3:20 - 5:20	Centros de aprendizaje (40 minutos para cada sesión). Actividades.
5:20	Sesión de clausura y despedida. (Cada centro termina con una oración).

## | CURRÍCULO |

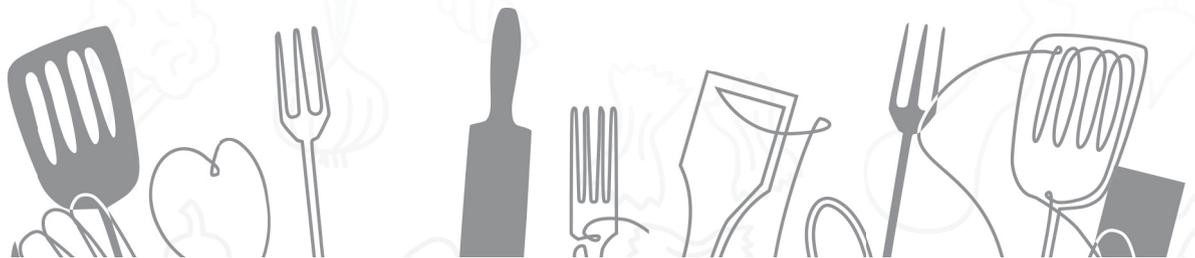
Día

Historias  
Bíblicas

Temas  
de Salud

Proyectos  
de Cocina

1	<p><b>Un bebé especial</b> (El nacimiento de Jesús) Mt 1:18-25   Lc 2:1-7</p>	<p><b>Alguien especial</b> (El cuerpo humano) 1 Co 6:19</p>	<p>Para el desayuno</p>
2	<p><b>Jesús elige ser libre</b> (La tentación de Jesús) Mt 4:1-11</p>	<p><b>Un buen estado físico</b> (El Ejercicio) Heb 12:1</p>	<p>Más energía</p>
3	<p><b>Diez veces más fuerte</b> (Daniel y sus amigos en la mesa del rey) Dn 1</p>	<p><b>La dieta de Dios</b> (Frutas y vitaminas) Gn 1:29</p>	<p>Robots vegetales</p>
4	<p><b>El cumpleaños del mundo</b> (Dios aparta el día de reposo de la semana) Gn 1</p>	<p><b>Duerma con ganas</b> (El sueño y el descanso) Sal 4:8</p>	<p>Ideas para el mediodía</p>
5	<p><b>Un barco y una promesa</b> (Noé y el diluvio) Gn 6</p>	<p><b>Un equipo ganador</b> (Confianza y seguridad) Jn 3:16</p>	<p>Día de la fruta</p>



## - Calendario de planes de la ECV -

Para tener buenos resultados en una Escuela Cristiana de Vacaciones, se necesita comenzar a planificar por lo mínimo tres meses antes. Si está comenzando tarde, realice reuniones semanales hasta ponerse al día. Si todavía la Junta de la Iglesia no ha elegido un director, la coordinadora del Ministerio del Niño puede ir dirigiendo las sesiones de planificación.

### 3 MESES ANTES

Establezca una comisión de planificación para la ECV. Esta comisión debe estar compuesta por la Directora o Coordinadora del niño de la iglesia, el pastor, un anciano y el director de la ECV. Esta comisión ayuda a escoger el personal de la ECV y verifica la fecha de la ECV, según el calendario oficial de la iglesia. Esta fecha debe ser votado por la Junta de la iglesia.

### 2 MESES Y MEDIO ANTES

Realice sesiones regulares de planificación. Asigne las responsabilidades de:

- Cantos.
- Clases de cocina.
- Coordinadores para los centros de aprendizaje.
- Jefe de refrigerio y primeros auxilios.
- Actividades de continuación.

### 8 SEMANAS ANTES

- Organice las comisiones para los centros de aprendizaje; cada comisión planifica un centro. Ellos planifican la decoración, las ayudas visuales, etc.
- El jefe de cocina se reúne con su comisión de ayudantes para seleccionar las recetas.
- Comience a entrenar a los auxiliares.
- Distribuya el cuadernillo de actividades a los auxiliares para que los desarrollen.

### 7 SEMANAS ANTES

- Haga los planes previos a la matrícula.
- Planifique la publicidad en detalle.
- Haga una lista de los materiales y equipos que usarán, con el pastor, director de Escuela Sabática y el guardián.
- Haga una lista de las cosas que hay que comprar.
- La comisión de cocina hace una lista de los ingredientes y utensilios que va a necesitar.

### 6 SEMANAS ANTES

- Se comienza a hacer propaganda en la comunidad.
- Distribuya los salones.

- Asegúrese de que contará con todo el personal solicitado.
- Asegúrese de que todos los materiales estén listos.

#### **5 SEMANAS ANTES**

- Revise que todos los coordinadores, auxiliares y el jefe de cocina tengan todos los materiales necesarios.
- Revise las actividades del director de publicidad.

#### **4 SEMANAS ANTES**

- Comience con el registro previo para los niños de la iglesia.
- Revise la planificación ya hecha y asegúrese que todo esté al día.
- Planifique un servicio de dedicación para todos los nuevos miembros del personal.

#### **3 SEMANAS ANTES**

Revise todo el material de los coordinadores para ver que todo esté listo para funcionar apropiadamente.

#### **2 SEMANAS ANTES**

Prepare la agenda para la segunda reunión del personal.

#### **1 SEMANA ANTES**

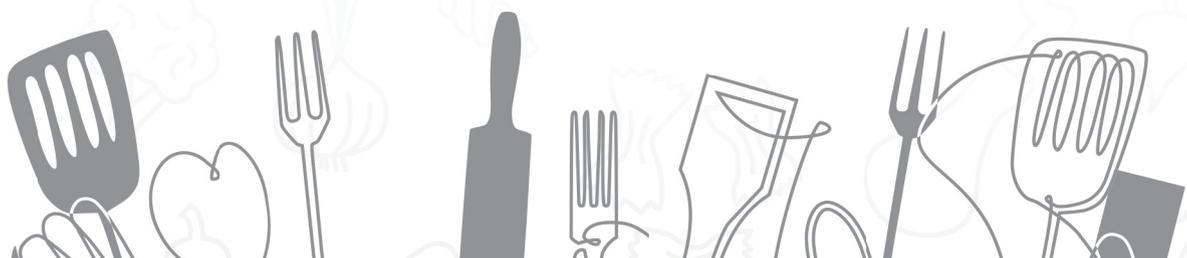
- Dirija la matrícula para la comunidad.
- Examine los planes del director de cantos. Dé orientaciones y consejos.
- Haga arreglos para tener todos los salones y equipos listos.

#### **DURANTE LA ECV**

- » Recuerde al personal la preparación para el programa de clausura.
- » Envíe las invitaciones a los padres para el programa de clausura.
- » Prepare certificados de reconocimiento para todos los miembros del personal.
- » Haga planes finales con el director de actividades de continuación.

#### **UN DÍA DESPUÉS DE LA ECV**

- » Dirija una sesión de limpieza. Pida la participación voluntaria.
- » Ordene y organice los materiales sobrantes (Repártalos al director de actividades de continuación o guárdelos para el próximo año).
- » Realice una reunión del personal para evaluar el programa de la ECV.



## - Estableciendo las responsabilidades -

### DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO

- PERSONAL DE LA ECV:**
- Director general.
  - 3 Coordinadores para los centros de aprendizaje.
  - Auxiliares (para cada 4 o 5 niños).
  - Director de cantos.
  - Director de publicidad.
  - Director financiero.
  - Director de actividades de continuación.
  - Jefe de refrigerios.
  - Jefe de primeros auxilios.
  - Secretaria – recepcionista.

### DIRECTOR GENERAL

- ✓ Organiza el programa.
- ✓ Separa el lugar – salones.
- ✓ Preside la reunión del personal.
- ✓ Entrena al personal.
- ✓ Planifica las actividades con los coordinadores.
- ✓ Conduce los cultos diarios con el personal.
- ✓ Planifica y coordina las reuniones diarias y el programa de clausura.
- ✓ Se preocupa por la asistencia de los alumnos y visita a los familiares de los niños que asisten a la ECV.

### COORDINADORES DE LOS CENTROS DE APRENDIZAJE

- ✓ Planifican el calendario de temas de acuerdo al currículo de la ECV.
- ✓ Preparan los materiales y las actividades de los centros de aprendizaje.
- ✓ Preparan los salones donde funcionarán los centros.
- ✓ Dividen a los niños en grupos para los centros.
- ✓ Entrenan a sus auxiliares.

### AUXILIARES - PUEDEN SER LOS ADOLESCENTES

- ✓ Ayudan a los niños a completar sus actividades.
- ✓ Están con los niños en cada parte de la ECV.
- ✓ Se sientan con los niños en la sesión general, así como también durante las sesiones en los centros de aprendizaje.
- ✓ Ayudan a los niños en sus proyectos de cocina.
- ✓ Controlan para que los niños asistan a cada centro diferente.



### **INSTRUCTOR DE BIBLIA**

- ✓ Coordina las actividades para el centro de aprendizaje de la Biblia.
- ✓ Planifica el calendario de historias bíblicas de acuerdo al currículo de la ECV.
- ✓ Se provee del material necesario.

### **INSTRUCTOR DE COCINA**

Sus responsabilidades serán:

- ✓ Verificar las recetas de cada día.
- ✓ Asegurarse que las recetas se puedan efectuar fácilmente en el tiempo asignado.
- ✓ Hacer una lista de los materiales necesarios.
- ✓ Solicitar a los miembros de iglesia, dueños de tiendas y supermercados, donaciones de alimentos.
- ✓ Preparar muestras de las comidas antes que los niños las preparen.
- ✓ Medir los ingredientes con anticipación y guardarlos en bolsitas plásticas con cierre.
- ✓ Organizar los utensilios de la cocina.
- ✓ Conseguir ollas y fuentes apropiadas.
- ✓ Tener las mesas listas y con manteles de tal modo que sean fáciles limpiarlas.

### **DIRECTOR DE CANTOS**

El director de cantos debe tener un grupo de adolescentes que puedan dirigir los cantos cada día y enseñar a los niños con alegría. Sus responsabilidades son:

- ✓ Utilizar los cantos propuestos en YouTube.
- ✓ Reunirse con el grupo de adolescentes para practicar las coreografías de los cantos.
- ✓ Enseñar el canto Tema.
- ✓ Preparar las partes especiales para el programa de clausura.

### **DIRECTOR DE PUBLICIDAD**

- ✓ Comunica los planes y necesidades a la iglesia local.
- ✓ Pone los anuncios de la ECV en el boletín de la iglesia y en los anuncios que se leen en público en la iglesia.
- ✓ Utiliza las redes sociales para publicitar la ECV.
- ✓ Coloca un banner de promoción en el lugar donde se desarrollará el programa.
- ✓ Cuanto más publicidad se haga y más niños de la comunidad asistan, será más fácil para la gente de los negocios patrocinar su ECV.

### **DIRECTOR FINANCIERO**

- ✓ Elabora el presupuesto y lo presenta a la Junta de la iglesia.
- ✓ Solicita fondos adicionales a la iglesia, si es que no logran cubrir las necesidades financieras con los fondos del presupuesto.
- ✓ Está al tanto de las entradas y las salidas del dinero.
- ✓ Prepara un balance general para el final de la ECV.



### **DIRECTOR DE ACTIVIDADES CONTINUADAS**

- ✓ Planifica con el director general las reuniones de los menores después de terminada la ECV.
- ✓ Nombra los tutores para los niños no adventistas, quienes se encargarán de visitarlos e invitarlos a que se involucren en las actividades programadas.

### **JEFE DE REFRIGERIOS**

- ✓ Con su equipo de ayudantes, planea y prepara refrescos saludables.
- ✓ Consulta con el director general y el director financiero acerca del presupuesto.
- ✓ Prepara refrescos simples y saludables. Las nueces, diferentes clases de frutas, como naranjas, trozos de plátano que son refrigerios apropiados.

### **JEFE DE PRIMEROS AUXILIOS**

Esta persona debe cumplir los requisitos del país. Por ejemplo: una persona que no sea profesional, tal vez no esté autorizada para administrar una aspirina. Sus responsabilidades son:

- ✓ Debe tener su botiquín de Primeros Auxilios suplido con los artículos de emergencia.
- ✓ Debe conservar un control de los niños con problemas médicos especiales.
- ✓ Debe informar al Jefe de Refrigerios de los niños que sufren de alergias y otras debilidades.

### **SECRETARIA RECEPCIONISTA**

- ✓ Planifica la matrícula de los niños a la ECV.
- ✓ Elabora una lista de los matriculados de acuerdo a las divisiones.
- ✓ Entrega las tarjetas de registro a los coordinadores de los centros de aprendizaje y los recoge al final de la ECV.
- ✓ Prepara las copias adicionales que el director de la ECV pueda necesitar.



## - Ceremonia de entrada de las Banderas y la Biblia -

### 1. Bandera del país y el estandarte del voto

**Director:** Honremos la bandera de nuestro país.

**Himno:** "Gracias damos por la patria". (En cuanto cantan, los portadores de la bandera nacional y el voto desfilan hasta el frente).

**Director:** Presenta algunos datos sobre la bandera nacional y anuncia colocar la mano derecha sobre el corazón para repetir juntos el voto a la bandera del país:

*"Prometo ser leal a la bandera de mi país y a la república que ella representa: una nación bajo la protección de Dios, unida, con libertad y justicia para todos".*

### 2. Bandera Cristiana y el estandarte del voto

**Director:** Honremos la bandera cristiana.

**Himno:** "Somos niños de Jesús". (En cuanto cantan, los portadores de la bandera cristiana y el voto desfilan hasta el frente).

**Director:** Da la voz de ¡Atención! Honremos a Jesús el Señor y su reino de amor en los corazones de todos los que lo aceptan como su Salvador. Recordemos su promesa de que pronto volverá y hará un mundo nuevo, donde todos sus hijos obedientes vivirán en paz y felicidad para siempre. Con la mano derecha sobre el corazón repetamos el voto:

*"Prometo ser leal a la Bandera Cristiana y al Salvador cuyo reino representa; una hermandad, que une a toda la humanidad en servicio y amor".*

### 3. La Biblia y el estandarte del voto

**Director:** Honremos la Biblia, la Santa Palabra de Dios.

**Himno:** "La Biblia". (En cuanto cantan, los portadores de la Biblia y el voto desfilan hasta el frente).

**Director:** La Biblia es un libro especial. Nosotros la llamamos la Santa Biblia porque es el libro de Dios. Ella nos habla de quién es Dios y cómo es Él; quién es Jesús, cómo amarlo y servirlo. Además nos enseña cómo pueden ser perdonados nuestros pecados y cómo podemos ser salvos en el reino de Jesús.

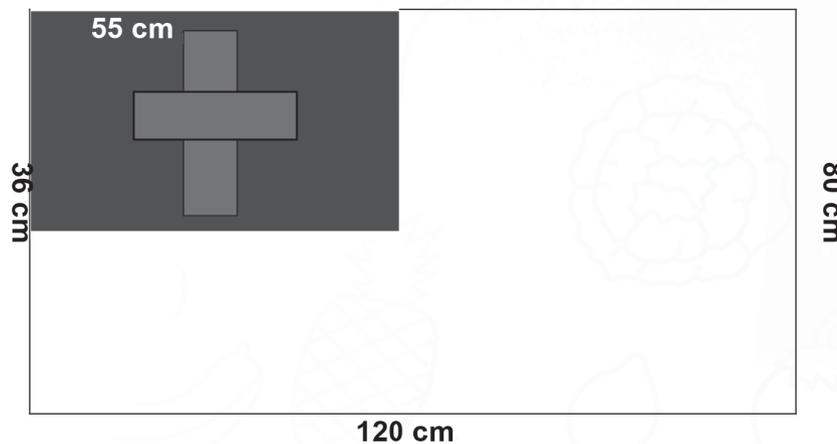
Con la mano derecha sobre el corazón repetamos el voto:

*"Prometo ser leal a la Biblia, la santa Palabra de Dios, tomarla como una lámpara para mis pies y una luz para mi camino, guardar sus palabras en mi corazón para no pecar contra Dios".*

## - Banderas y estandartes -

**NOTA:** La bandera cristiana debe ser confeccionada conforme al modelo y con el mismo tamaño que la bandera nacional. Los colores son: blanco, azul y una cruz de color rojo. Los votos pueden ser escritos en los estandartes, que pueden ser hechos de tela o cartulina, conforme al modelo para facilitar en los niños la memorización y para que, en el programa de clausura, los padres puedan leer.

### Bandera Cristiana



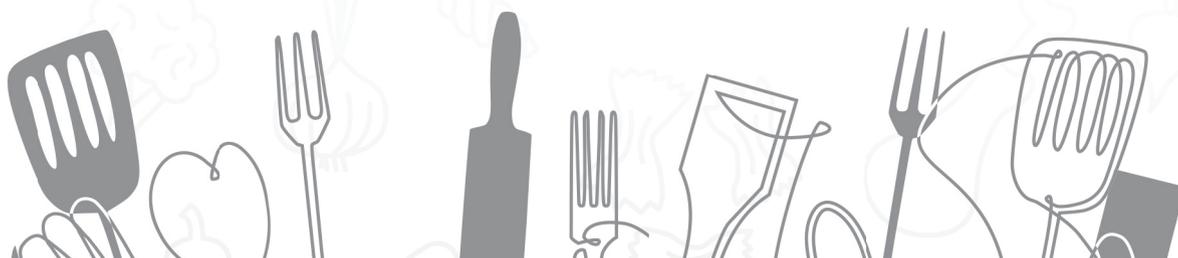
## - Publicidad de la ECV -

El dar una buena publicidad a la ECV, ayuda a atraer a los niños de la comunidad a un gran evento y si muchos niños de la comunidad llegan a la iglesia, esto puede dar un impulso realmente a la membresía. El éxito de la ECV se juzgará por la asistencia habida. Tener muchos niños en la ECV llegará a ser de mucha alegría para los miembros de la iglesia. Por supuesto que trabajar con muchos niños significa también tener muchos desafíos.

Haga una publicidad creativa, enérgica y divertida, pero no intente hacer todo solo, invite a un equipo para que ayude, elija y efectúe la publicidad. No olvide compartir sus planes con el director de la ECV y el director de comunicaciones de su iglesia.

Aquí algunos ejemplos:

- "Maratones", de carreras, caminando, telefónica (Organice a todos los niños de la iglesia para llamar por lo menos a un amigo e invitarlo a la ECV).
- Globos impresos con "Yo amo la Escuela Cristiana de Vacaciones". Coloque una invitación en cada globo. Distribúyalos en los centros comerciales (con autorización) o en el vecindario cercano a la iglesia o a la escuela.
- Avisos de los que se cuelgan en las puertas. Los niños pueden colgarlos en las puertas de las casas de sus amigos.
- Post y publicidades en las redes sociales.
- Invitaciones en el boletín de la iglesia. También distribúyalos en el vecindario.
- Un letrero frente a la iglesia.
- Ponga avisos en los porta anuncios de la comunidad, tales como supermercados, escuelas, oficinas públicas, etc.
- Visite los negocios del área y cuénteles lo que están haciendo y por qué. Pídales su apoyo. Algunos pueden donar alimentos u otros artículos que se puedan usar. Siempre tenga volantes listos para distribuir.
- A los niños que invitan a un amigo, regale un lápiz, lapicero, globo, etc.
- Una ECV fabricó un diente gigante con alambre y periódicos y lo pintaron de blanco. Alguien caminaba dentro del diente. Llamaron a los periódicos y mandaron un fotógrafo. El anuncio salió en la primera página del periódico del día siguiente. Llamó mucho la atención.



## - Matrícula -

**A**nime a los niños de su iglesia a matricularse unas dos o tres semanas antes que la Escuela Cristiana de Vacaciones comience. Una semana antes abra la matrícula oficial para los niños de la comunidad y para los que no se hayan matriculado antes. Decore la sala de recepción con afiches de salud.

**OPCIONAL:**

- Contrate a una enfermera para que controle la estatura, el peso y la presión arterial de todos los niños. Registre la información detrás de la hoja de matrícula.
- Tome una fotografía de cada niño en la matrícula para ponerlo después en el libro de cocina del alumno. Los niños pueden posar con la gorra de cocinero.
- Prepare tarjetas de identificación para separar a los niños por divisiones. Por ejemplo, escriba sus nombres en tarjetas de diferentes colores para cada división. Haga un agujero en una de las esquinas a fin de pasar un cordón para que cada alumno lo ate al cuello. Quíteselas a la hora de cocinar.

**| FORMULARIO DE MATRÍCULA |**

- Nombre: .....
- Dirección: ..... 3. Teléfono: .....
- Fecha de nacimiento: ..... Edad: .....
- Nombre de padres: .....
- Nombre de la escuela donde estudias: .....
- ¿Asistes regularmente a la iglesia? .....
- ¿A qué iglesia asistes? .....
- Marca lo que corresponda:
  - ¿Es la primera vez que asistes a una Escuela Cristiana de Vacaciones?
  - ¿Ya has asistido a otras Escuelas Cristianas de Vacaciones?
  - ¿Eres miembro de aquí?
10. Cuán seguido lees la Biblia:       Poco       Mucho       Diariamente
11. Si no tienes Biblia, ¿te gustaría tener una?       Sí       No
12. ¿Cuáles son tus comidas favoritas? .....
13. Tus deportes favoritos: .....
14. Tus actividades favoritas: .....

## **TARJETAS DE REGISTRO**

Una vez llenado el formulario de matrícula, pase los datos personales a una tarjeta de registro, para mantenerla en el archivo. En la parte de atrás de esta tarjeta destaque la división a la cual asistirá el niño y haga un recuadro para pasar la asistencia de cada día. Guarde estas tarjetas en el archivo de la ECV.

## **ASISTENCIA**

La asistencia debe registrarse antes de comenzar el programa de la ECV y los niños que asisten a tiempo deben ser premiados. Algunos niños serán motivados a asistir puntualmente debido a los incentivos. Llevando un registro de asistencia será más fácil decidir quienes deben ganar los premios de incentivo.

Otra razón importante de conservar un registro de asistencia es conocer cuando los niños estuvieron ausentes, así los líderes y maestros llevan un control de los días cuando los niños asistieron y cuando faltaron.

## **INFORME**

Al final de la ECV, la secretaria juntará las tarjetas de asistencia. Luego anotará:

- Todos los días que el niño asistió y anotará al final de la tarjeta de registro. Este proceso es con todas las tarjetas.
- Preparar el informe de la ECV. Luego lo envía a la directora del Ministerio Infantil de su Asociación o Misión. Una copia debe entregar a la directora o coordinadora del Ministerio Infantil de la Iglesia y otra copia debe quedar en el archivo de la ECV de la iglesia.



**| INFORME DE LA IGLESIA LOCAL |**

Envíe este informe al director(a) del Ministerio Infantil de su Asociación/Misión. Una copia debe quedar con la directora de niños de la iglesia y otra copia en el archivo de la ECV.

Iglesia de: .....

Misión/ Asociación: .....

Fechas en que se realizó la ECV: .....

<b>N. de matriculados</b>	<b>Adventistas</b>	<b>No Adventistas</b>	<b>Total</b>
Infantes			
Primarios			
Intermediarios			
Juveniles			
Personal que colaboró			
Voluntarios			
<b>Total</b>			

Cuántos iniciaron el curso bíblico: .....

Alguna cosa especial que hicieron: .....

Las actividades de continuación de la ECV son: .....

Nombre del director/a .....

Dirección: .....

Teléfono: .....

Fecha de envío de este formulario: .....

## - Programa de clausura -

Piense de una manera creativa como invitar a los padres para que vengan al programa. El programa debe realizarse en el momento en que la mayoría de los padres puedan asistir. Si lo realiza un sábado de mañana, un almuerzo de amistad después del programa sería conveniente. Si es en la noche, puede ser media hora ó una hora antes o después del programa central. Aquí damos algunas opciones para realizar un evento tranquilo, informal y amistoso. Ud. puede realizar una de ellas.

### **BANQUETE VEGETARIANO**

- Sirva estilo buffet.
- Decore con flores y velas las mesas.
- Invite a las diaconisas u otras hermanas de la iglesia a traer algunos bocaditos vegetarianos, así como también copias de sus recetas junto con los platos.
- Los niños pueden ayudar a servir y a explicar algunas recetas de los platos que prepararon durante la ECV.

### **MINI ESCUELA DE COCINA**

- Los niños pueden distribuir bocaditos de las comidas y de las recetas que prepararon durante la ECV.
- Al frente puede poner a niños mezclando los ingredientes y ofreciendo versiones abreviadas de las recetas.
- Los niños mayores pueden hacer las presentaciones de las comidas.
- Distribuya copias de las recetas.

### **MINI FERIA DE SALUD**

Conducir una feria de salud puede ser muy fácil si realizó los centros de aprendizaje. Divida a los padres en grupos para que visiten los centros, los niños pueden acompañar a sus padres. Puede pedir a profesionales de la salud para participar, conduciendo sencillos exámenes de salud, o los coordinadores de los centros pueden dar charlas cortas.

Después de la feria, todos pueden disfrutar de bocaditos saludables, que pueden ser presentados por el equipo de cocineros (as) y los niños.

### **PROGRAMA CENTRAL**

#### **Programa para un sábado de mañana:**

- |               |  |
|---------------|--|
| 11:00 - 11:20 | - Entrada del pastor y las personas de la plataforma.<br>- Doxología. Oración del pastor.<br>- Ofrendas.<br>- Marcha de Banderas, Biblia, votos, cantos. |
| 11:20 - 11:25 | - Bienvenida por el director de la ECV.<br>- Canto Tema.<br>- Oración.   |
| 11:30 - 11:50 | - Sermón por el pastor.<br>- Dedicación (el pastor pide a los niños que siempre hagan lo mejor para Dios).   |



- 11:50 - 12:00
- Parte especial
  - Entrega de certificados (pueden ser leídos los nombres de todos los niños que recibirán certificados, por clases, y las maestras los entregan en sus asientos, para evitar el movimiento de los niños).
  - Himno final.
  - Oración.

**Programa para otra hora o día que no sea sábado de mañana**

- 6:45 - 7:00
- Servicio de canto (use los cantos que aprendieron durante la ECV).
- 7:00 - 7:15
- Entrada del pastor y las personas de la plataforma.
  - Marcha de banderas, Biblia, votos, cantos.
- 7:15 - 7:20
- Bienvenida por el director de la ECV.
  - Canto Tema.
  - Oración.
- 7:25 - 7:45
- Sermón por el pastor.
  - Dedicación (el pastor pide a los niños que siempre hagan lo mejor para Dios).
- 7:45 - 7:55
- Parte especial por las divisiones (a los padres les gusta ver a sus hijos participar al frente).
  - Jardín de Infantes: Cantos aprendidos durante la ECV.
  - Primarios: Cantos ilustrados, mímicas o repetición de los versículos que aprendieron respecto a la salud.
  - Intermediarios: Demostraciones, coro hablado u otra actividad.
- 7:55 - 8:00
- Entrega de certificados.
  - Himno final.
  - Oración.

- Horario sugerente:**
- sábado de mañana
- 11:00 - 12:00 - Programa central
  - 12:00 - 1:00 - Evento social
- sábado de tarde
- 5:00 - 6:00 - Programa central
  - 6:00 - 7:00 - Evento social
- De noche
- 6:00 - 7:00 - Evento social
  - 7:00 - 8:00 - Programa central

## - Actividades de continuación -

Las iglesias que no llevan el seguimiento de la ECV pueden perder la oportunidad para el reino de Dios. La continuación de una ECV puede tomar varias formas. El seguimiento es la primera actitud cuando se piensa que la ECV es parte de una misión que lleva amigos de la comunidad hacia Jesús y la iglesia. Desde el comienzo venimos pensando en cómo conservar a los niños y sus familiares conectados a la iglesia.

### CONTINUANDO LA AMISTAD

La **Escuela Cristiana de Vacaciones**, es una gran forma de hacer amigos para el Señor, entonces es importante planificar cómo conservar esta amistad. La gente se siente beneficiada cuando las personas de la iglesia les prestan una buena atención durante un programa o proyecto especial. La amistad no tiene fecha para terminar; la amistad es a largo plazo.

### OPORTUNIDADES PARA CONTINUAR LA AMISTAD

Una vez terminada la ECV, las iglesias pueden continuar la amistad con los niños de la comunidad invitándolos a:

- **Escuela Sabática**  
Si usted tiene una Escuela Sabática dinámica los niños de la comunidad se sentirán como en su casa. Si usted no tiene ideas geniales para hacer que la Escuela Sabática sea más animada y orientada al aprendizaje activo, asesórese con las sugerencias que proveen los programas auxiliares de la Escuela Sabática de las divisiones de los niños que proveen estas ideas.
- **Club de Aventureros y Conquistadores**  
A los niños de la comunidad les gustará pertenecer a uno de los clubes de la iglesia. Los niños de la iglesia deben orientar y ayudar a ellos en las diversas actividades, pero una clase de orientación especial también puede ser de mucha ayuda.
- **Programas especiales y Coro de niños**  
Planifique algunos programas en fechas especiales, tales como Día de la Madre, Día del Padre, Día del Niño, Navidad, etc. Donde los niños participen. También puede realizar algunos programas de juegos sociales o de manualidades. Otra idea sería planificar un programa musical de niños para celebrar una de las estaciones. Invite a los niños de la comunidad para unirse al coro.
- **Sociedad de Menores**  
Las reuniones del sábado de tarde de los niños puede extenderse también para los niños de la comunidad. Invite a buenos narradores de historias y combine las historias con algunas manualidades que se ajusten a la historia y al sábado.



- **Curso Bíblico**

Hay lecciones bíblicas que ayudan a los niños a conocer la Biblia. Las lecciones usan el aprendizaje activo y también tienen trabajos de arte o manualidad. También piense en los padres y ofrézcales el curso, "La fe de Jesús".

- **Servicio de auxiliares**

Los adolescentes, generalmente tienen la oportunidad de asistir una o dos veces a la ECV, pero cuente con ellos para que se desempeñen como auxiliares o ayudantes una vez que ya han pasado la edad que la ECV requiere. Ellos pueden ayudar a servir los refrescos, preparar las ayudas visuales y el material de publicidad, también pueden participar del coro en los eventos especiales.

## ESTRATEGIAS PARA CONSERVAR LA AMISTAD

Cuando planifica un programa de actividades de continuación intenten los siguientes tres pasos:

### Paso 1 - Planifique y ore

Anime a los maestros y consejeros que dentro de la relación de planes, pongan el de hacer una visita a los hogares y parejas de oración para que oren especialmente por los niños de la comunidad. Incluya también a los niños adventistas, muchos de ellos también necesitan ser atraídos más cerca de la amistad de la iglesia.

### Paso 2 - Informe de interés

En el momento de los anuncios, presente la relación de los niños que han hecho su decisión de seguir a Jesús. Invite a la iglesia a que se reúnan con ellos, dé sus nombres para que oren por esos niños y los mantengan siempre presentes delante del Señor. Informe los resultados de la ECV como parte de la Actividad Misionera del departamento. Agradezca a la iglesia por el apoyo brindado.

### Paso 3 - Organice

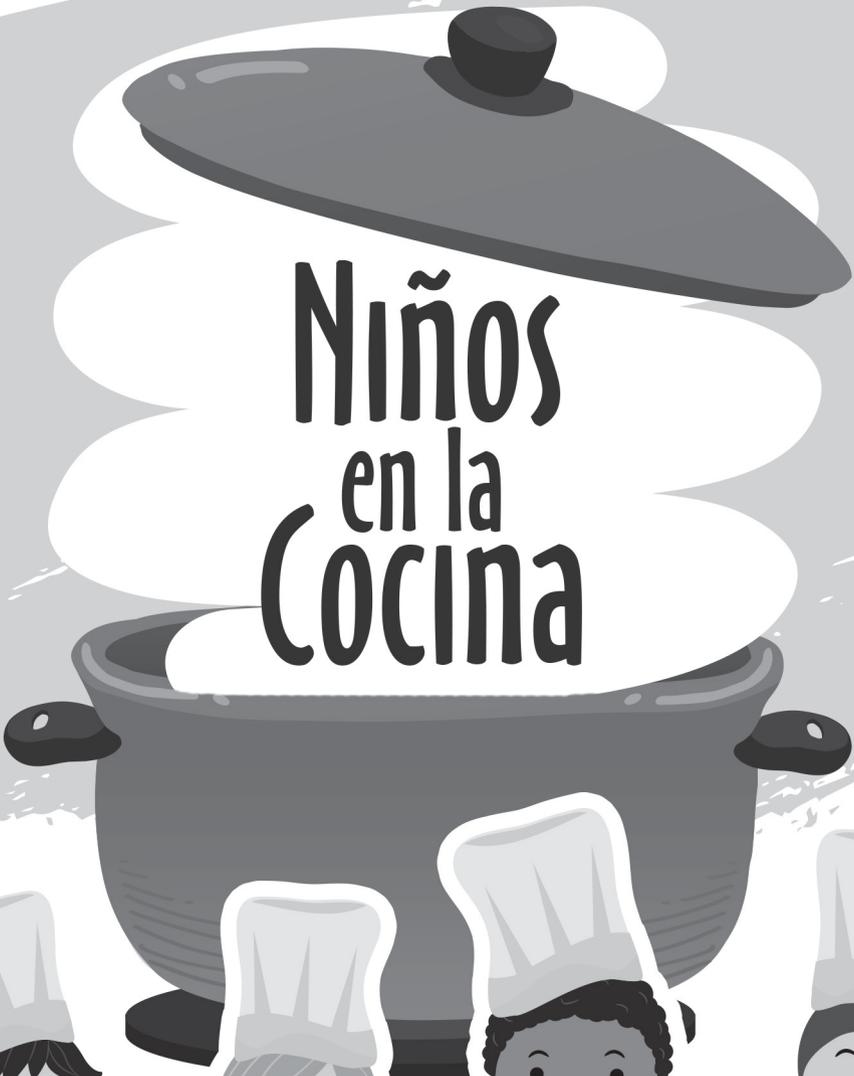
Organice un equipo para llevar a cabo las actividades de continuación. Incluya al pastor y por lo menos a un anciano en el equipo o como consejeros del mismo. Este equipo se informará de los planes de los varios ministerios de la iglesia para el próximo año. Si es posible, anime al pastor a planificar junto con la iglesia algún evento extra para invitar a los padres de la comunidad. Trabaje junto con la secretaria de la iglesia, pues ella es la que tiene que enviar las cartas a nombre de la iglesia.

Las actividades a organizar pueden ser:

- ✓ Seminarios patrocinados por la iglesia.
- ✓ Tarjetas de saludo. Por cumpleaños o fechas especiales.
- ✓ Manejar el archivo de los alumnos.
- ✓ Mantener al día los registros.
- ✓ Envío de cartas.



CENTRO DE APRENDIZAJE DE LA BIBLIA



# Niños en la Cocina



**ESCUELA CRISTIANA  
DE VACACIONES**

## - Tiempo del estudio de la Biblia -

El estudio de la Biblia se lleva a cabo en este centro, donde los niños asistirán por rotación. El tiempo determinado es de 40 minutos.

### Consiguiendo que los niños hagan su entrega a Jesús

Cada día los niños deben tener más de una oportunidad para hacer su entrega a Jesús y para una salud mejor. Pero las invitaciones para seguir a Jesús son mejores cuando los niños deciden hablar al maestro/instructor privadamente acerca de su entrega. Entonces los maestros pueden guiarlos a través de los siguientes pasos para aceptar a Jesús.

#### PASOS PARA ACEPTAR A JESÚS

- 1 Comience con el AMOR de Dios. Jesús ama a cada uno todo el tiempo, no importa lo que ellos hacen (Jn 3:16; 1Jn 4:8, 10; *Camino a Cristo, cap. 1*).
- 2 Muestre a ellos su NECESIDAD de un Salvador. Todas las personas hacen cosas malas; esto nos separa de Dios; nadie por sí mismo es bueno lo suficiente como para vivir con Dios en el cielo (Ro 3:23; Ap 21:27; Jn 8:24; *Camino a Cristo, pág. 47-48*).
- 3 Muéstreles el CAMINO de la salvación. Jesús nos amó tanto que prefirió morir en la cruz en vez de vivir para siempre sin nosotros. Pero Él resucitó y nos ofrece el don gratuito de la nueva vida – una vida para siempre con Él. Jesús es el único camino al cielo (Jn 3:16; Ef 2:8; 1Co 15:3,4; *Camino a Cristo, pág. 11-14*).
- 4 Muéstreles la necesidad de ARREPENTIMIENTO. Ellos necesitan decir que lamentan las cosas malas que han hecho (Hch 2:37,38; 3:19). Dios siempre nos perdona y nos hace como nuevos otra vez (Is 1:18; *Camino a Cristo, pág. 21-22*).
- 5 Ayúdeles a RECIBIR a Jesús en sus vidas. Ellos dicen a Jesús que sienten mucho haber pecado, aceptan su Don de Vida y quieren que Él sea parte de sus vidas; ellos quieren confiar en Él siempre (Jn 1:12; Ap 3:20; *Camino a Cristo, pág. 47-48*).
- 6 Ayúdeles a encontrar SEGURIDAD. Ellos ahora tienen un lugar en la familia de Dios y en el cielo; ellos serán salvos (Jn 1:12; 3:36; Heb 13:5; *Camino a Cristo, pág. 49-50*).
- 7 Enséñeles a CAMINAR en Jesús. Como ellos aman mucho a Jesús, quieren vivir en su camino. Cuando ellos abren sus corazones a Jesús cada día, les ayuda a crecer más semejantes a Él (Col 2:6; Jn 14,15; Sal 119:11; *Camino a Cristo, pág. 56-58*).

LECCIÓN

1

- UN BEBÉ ESPECIAL -

**OBJETIVOS:** Al finalizar la clase, los niños

- » **Conocerán** que Jesús fue un bebé especial y que ellos también son especiales para Dios.
- » **Sentirán** que Dios los valora.
- » **Responderán** al cuidar mejor sus cuerpos.



Versículo de Memoria



Te alabaré, porque formidables y maravillosas son tus obras (Salmos 139:14 pp.)

**COMENZANDO LA LECCIÓN:**

- Divida a los niños en grupos.
- Entregue a cada grupo un pedazo de cartulina de 30 X 10 cm. con la frase "**Jesús me ama**", disponga también de marcadores o lápices de colores.
- Dé cinco minutos para que lo pinten y lo adornen.
- Después diga: así como aquí tenemos letreros diferentes, nosotros también hemos sido creados unos diferentes de otros, nadie es exactamente igual. Dios nos ha hecho así, porque nos ama y somos muy especiales para él.
- Nuestra primera lección se trata de un Bebé especial.
- Ore antes de comenzar.

**HISTORIA BÍBLICA**

Mt 1:18-25; Lc 2:1-7; Bellas Historias de la Biblia, Tomo 7, pp. 9-53  
Deseado de Todas las Gentes pp. 29-33.

"¡Salve, muy favorecida! El Señor es contigo; bendita tú entre las mujeres" (Lc 1:28). María miró sobresaltada y confusa. ¿Quién había entrado a la casa de su padre sin ser invitado?

La voz gentil y bondadosa habló de nuevo. "María, no temas, porque has hallado gracia delante de Dios" (Lc 1:30). María rápidamente se puso de pie y volteó, entonces vio un ángel de Dios rodeado por una luz brillante. María no necesitó preguntar al ángel sobre lo que él estaba hablando, porque ella entendió claramente. Ella iba a tener un bebé de Dios. Con mucha confianza, ella preguntó ¿cómo será esto, pues yo no soy casada?

Los ojos del ángel brillaron de gozo. "El Espíritu Santo vendrá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra; por lo cual también el Santo ser que nacerá, será llamado Hijo de Dios". Una sonrisa se produjo en los labios de María. "Jesús", ella susurró el nombre. "¡Su nombre será Jesús – qué nombre tan maravilloso!". ¿A quién se parecería este hijo? Ella se preguntaba. ¿Sería alto o bajo, gordo o delgado? Pero ella sabía que esto no importaba, era suficiente que él sería un hijo especial. Primero José pensó

que no podría casarse con María, porque el bebé que ella estaba esperando, no era suyo. Pero esa noche el ángel se le apareció a José en un sueño. "José, hijo de David, no temas recibir a María como tu esposa, porque lo que en ella es engendrado, del Espíritu Santo es. Y dará a luz un hijo, y llamarás su nombre JESÚS, porque él salvará a su pueblo de sus pecados" (Mt 1:20-21). Entonces María y José se casaron.

Un día, no mucho antes que el bebé naciera, José fue de prisa a la casa de María, muy asustado y angustiado. El emperador de Roma, César Augusto había decretado que todo el mundo debía ser empadronado y las personas contadas. Cada familia debía volver a la ciudad de sus antepasados y registrarse para ser tenido en cuenta.

"Tenemos que ir a Belén", dijo José. Él sabía que María no podía viajar hasta después que el bebé naciera, pero la orden del emperador se tenía que obedecer.

Así, en una mañana brillante de primavera, José y María comenzaron su viaje junto con muchos otros familiares, hacia Belén. María sentada de lado sobre un burro manso y viejo y José guiando a la bestia, miraba hacia ella, ansioso y angustiado. Al quinto día de su viaje, un dolor agudo y repentino anunció a María que el milagroso bebé podría nacer ese día. "¿Cuán lejos está Belén?", preguntó. Entonces justo vio las construcciones blanqueadas y fulgurantes por la luz del sol. Cuando ellos se iban acercando más, empujaban a la muchedumbre que entraban lentamente. Si solamente pudieran encontrar un lugar donde pudieran permanecer, sería bueno, un lugar donde María pudiera dar a luz a su bebé santo.

En la primera casa que José tocó, el dueño le dijo, "no hay más cuartos, todos están llenos" y ellos no pudieron encontrar cuarto en la próxima, ni en la siguiente casa. Cada vez más y más ansioso, José se mantenía tocando cada puerta y en cada casa, recibía la misma respuesta. "Lo siento, estamos llenos". José estaba desesperado. María había cabalgado noventa millas por caminos rústicos sobre un burro lento. Ella debía descansar por lo menos. Ya era oscuro cuando la pequeña familia llegó al hospedaje del centro de la ciudad. "¡Señor, mi esposa está por dar a luz, necesitamos un lugar para descansar!", dijo José al atareado custodio.

Observando a María sobre el burro, el custodio se dio cuenta de su estado. Pero, qué podía hacer, ¿no podría dar su propia cama? Todos querían una cama. Entonces les dijo: En esas montañas de atrás hay cuevas. Los pastores del lugar los usan como establos en el invierno. Allí busca una que esté más o menos limpia.

Siendo que José deseaba encontrar cualquier lugar donde posar lo más rápido, agradeció y salió conduciendo su burro por un camino pedregoso hasta una cueva. En el fondo ellos encontraron un pesebre, lo limpiaron y lo llenaron de paja.

Esa noche el pequeño bebé nació y fue envuelto con pañales que María había traído. Entonces ella lo acostó en el pesebre y lo acomodó sobre la paja. "Yo te cuidaré", le susurró. "¡Tú eres mi pequeño Jesús, mi regalo especial de Dios y te amo mucho!" Con un grande bostezo, el pequeño regalo de Dios cerró sus ojitos y durmió.

Mientras tanto, allá en las colinas, el ángel Gabriel se había aparecido a algunos pastores y como una



enorme estrella brillante vino cerca de la tierra, Gabriel llegó cerca de los pastores y dijo: "¡Esta noche un regalo les ha sido dado. Un bebé especial ha nacido en Belén. Él es Cristo el Señor!" Entonces un coro de ángeles entonó un cántico de paz para celebrar el precioso regalo de Dios.

Cuando el cántico del ángel terminó, el coro de ángeles se trasladó hacia la cueva como una gran estrella brillante. Rápidamente los pastores siguieron la estrella hasta que encontraron al bebé acostado en un pesebre lleno de paja, entonces ellos se arrodillaron y lo adoraron. María se emocionó mucho al ver los rostros radiantes de los pastores y al oírlos comentar el cántico de los ángeles; en su corazón ella sabía que Jesús verdaderamente era el mejor y más grande regalo de Dios.

---

### REVISANDO LA HISTORIA:

- a) ¿Por qué Jesús fue un bebé tan especial que hasta los ángeles cantaron para anunciar su nacimiento?  
**Respuesta:** *Su padre era Dios; Él era Dios.*
- b) Siendo que Dios envió un regalo tan especial a la tierra, ¿qué siente por su pueblo?  
**Respuesta:** *Dios ama a su pueblo intensamente.*
- c) Si Dios nos ama tanto, ¿qué nos dice a ti y a mí ?  
**Respuesta:** *Ustedes son especiales. Dios nos hizo a cada uno de manera especial y le gusta nuestras diferencias; Él nos ama justo de la manera que somos.*

### PARA FINALIZAR:

Formen un círculo, haga una corta oración y cante el coro del Himno N°. 119 del Himnario Adventista. "De su trono mi Jesús".

LECCIÓN

2

# - JESÚS ELIGE SER LIBRE -

**OBJETIVOS:** Al finalizar la clase, los niños



- » **Conocerán** que Jesús siempre eligió hacer las cosas correctas.
- » **Sentirán** deseo de hacer lo correcto.
- » **Responderán** al pedir a Jesús ayuda para hacer elecciones correctas.

### Versículo de Memoria

Despojémonos de todo peso y del pecado que nos asedia y corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante (Hebreos 12:1 up.)

### COMENZANDO LA LECCIÓN:

- Recuerde que al comenzar el estudio de la Biblia, debe orar.
- Explique que el bebé Jesús creció y llegó a ser un niño, así como ellos. Él amaba estudiar y memorizar la Palabra de Dios. Cuando sus amigos querían que haga algo incorrecto, Jesús decía, "escrito está".
- Haga que ellos practiquen en coro esta frase "escrito está", luego cuando estén escuchando la historia, cada vez que Jesús responda al tentador, ellos pueden ayudarlo a decir "escrito está".

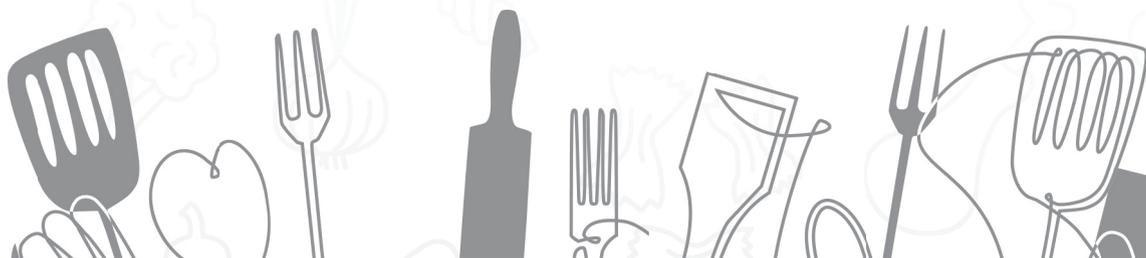
### HISTORIA BÍBLICA

Mt 4:1-11. Deseado de Todas las Gentes, pp. 89-99.  
Las Bellas Historias de la Biblia, Tomo 7, 3ra. Parte, Historia 5, pág. 109.

Jesús caminaba hacia la montaña, cabeza erguida y hombros hacia atrás. El pequeño bebé del pesebre había crecido, ahora era un hombre fuerte del campo. Al dar cada paso, su cabello rociaba sus hombros. Sus mejillas resplandecían de salud y sus ojos claros continuamente examinaban el horizonte borrascoso.

Él no caminaba por deporte, estaba siguiendo las órdenes de Dios. Esa mañana, Juan el Bautista lo había bautizado. El cielo se había abierto y una brillante paloma blanca aleteo sobre su cabeza. Una voz se había escuchado, "este es mi hijo amado". Jesús se estremeció al recordar el sonido de esa voz. Y luego la voz del Espíritu Santo, aún muy despacito, le susurró: "¡Anda al desierto, allí serás probado, como preparación para tu trabajo. Deja a Juan, el río y la gente de tu lado. Y anda!"

Como siempre obediente a su Padre, Jesús fue. Mientras caminaba, parecía que Dios estaba muy cerca. Deseaba hablarle a Dios para preguntarle acerca del mejor camino de hacer entender a la gente cuanto Dios los amaba. El aire era tan escaso que el pecho de Jesús se elevaba con cada respiración. El suelo empinado y áspero de tierra pálida y de blancas piedras calizas formaban un paisaje fantasmal. Lejos, debajo de él, el Jordán recorría a través de la selva verde. Pero Jesús no veía nada de esas cosas. Él sentía como si buscaba adelantarse al tiempo. Veía allí una cruz y sabía que la cruz era para él y que moriría en ella.



"¿Podré llevar eso Señor?", susurraba. Entonces el Espíritu Santo le aseguró, "sí, con mi ayuda". "¡Oh, Dios Padre que estás en el cielo!" Jesús clamó, "Sé conmigo y ayúdame". Y el Espíritu de Dios le respondió, "Yo estaré contigo siempre". Él continuó hablando a su Padre en el cielo. Pensaba en los versículos y en todos los pasajes de las escrituras que le daban coraje para enfrentar a Satanás.

Los días fueron pasando y Jesús pasaba el tiempo en oración, estaba tan dedicado a hablar con Dios que no tuvo tiempo ni de comer. A través de las semanas, el color del rostro de Jesús palideció. Estaba débil y aún no comía. Parecía que Dios le hablaba que era más importante estar con Él y aprender de Él. Después de cuarenta días, casi seis semanas, Jesús se sentó sobre una roca y se dio cuenta de cuán hambriento estaba. En el momento, un ángel con un brillo deslumbrante se posó a su lado. El corazón de Jesús latió de gozo. Dios había enviado un ángel para confortarlo. Entonces el ángel le habló. "Si eres hijo de Dios, di que estas piedras se conviertan en pan". Jesús retrocedió como si el ángel lo hubiera golpeado. Las palabras de ese ángel le mostraban que estaba realmente frente al diablo. "Si eres hijo de Dios"... Los ángeles de Dios sabían que Él era el Hijo de Dios. Ellos nunca dirían "Si eres hijo de Dios".

Jesús estaba con hambre, pero de repente el pan no le pareció importante. El recuerdo de las palabras de Dios, "¡Este es mi hijo amado!" lo fortalecieron. Él respondió a Satanás con palabras de las escrituras, "escrito está: ¡no solo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios!"

Satanás sabía que no había forma de defenderse. Entonces lo trasladó inmediatamente a Jesús a lo alto del templo de Jerusalén. Parado sobre el pináculo, Jesús miró directamente hacia abajo a una profundidad de unos 140 o 150 metros el valle rocoso de Kidron. Ahora Satanás intentó tentar a Jesús de nuevo. "Si eres el hijo de Dios, échate abajo, porque escrito está: A sus ángeles mandará cerca de ti y en sus manos te sostendrán, para que no tropieces con tu pie en piedra".

Cuán hábil estaba Satanás para citar las escrituras. Pero Jesús sabía bien ese versículo y conocía que Satanás había omitido algo muy importante. Las escrituras decían "Dios te guardará en todos tus caminos". Lo que significaba en todos tus caminos dedicados a Dios. Saltar de lo alto del templo para destacarse, no era el camino de Dios.

Jesús respondió con otro versículo de las escrituras. "Escrito está también: No tentarás al Señor tu Dios", dijo con tono resonante. Una vez más, Satanás había fracasado en su intento de hacer caer a Jesús.

Pero él no se rindió, sino que llevó de nuevo a Jesús a lo alto de una montaña, donde podía ver todos los reinos del mundo. Jesús vio las grandes ciudades, sus gobiernos y su gente, multitudes de personas, ricos, pobres, mercaderes y pastores, jóvenes y viejos, hombres y mujeres, niños y niñas, todos pasaron bajo su mirada. "Todo esto te daré, si postrado me adorares", dijo Satanás.

La oferta era real. La tierra fue dada a Satanás, desde Adán por ser el primero que pecó. El pueblo también pertenecía a Satanás, porque ellos también habían pecado. ¿Podría Jesús ganar todo esto simplemente postrándose y adorando a Satanás? No, esto era una mentira. Jesús sabía que solo había un camino para recuperar de nuevo al mundo y librarlo de la muerte eterna. Él tenía que morir. Ninguna otra cosa se podría hacer.

De pronto Jesús mostrando un último esfuerzo exclamó, "vete, Satanás, porque escrito está: Al Señor tu Dios adorarás y a él solo servirás". Entonces, débil y con hambre, Él cayó a tierra casi agonizante. Inmediatamente, huestes de ángeles del cielo lo rodearon. Tiernamente lo sostuvieron, lo alimentaron y lo animaron. La gran tentación del desierto había pasado.

---

### REVISANDO LA HISTORIA:

**Materiales:** Una caja de cartón o una bolsa de papel en el cual estén con los siguientes objetos: una bolsita de plástico con cierre llena de arena, un plato vacío, una piedra, un mapa, un ángel de fieltro, un pedazo de pan en una bolsita con cierre, una sandalia, un templo de fieltro.

Se necesitan varios voluntarios que saquen un objeto de la caja o bolsa y lo sostengan. La audiencia debe mencionar el hecho de la historia que el objeto les recuerda.

**Ejemplo:** Arena = Jesús orando en el desierto.

El plato vacío = hambre, nada de comida por 40 días. Orando en vez de comer.

Mapa = la tercera tentación. Satanás diciendo *"Todo esto te daré, si postrado me adorares"*.

Ángel = confortando, alimentando a Jesús.

Pan = Jesús ayunando, la primera tentación, ángel alimentando a Jesús.

Sandalia = Jesús caminando por el desierto.

Templo = la tentación de saltar abajo del templo.

### PARA FINALIZAR:

Termine la historia con una oración, pidiendo que Jesús ayude a cada uno a recordar su entrega de ser cada día mejores para Él.

LECCIÓN

3

- DIEZ VECES MÁS FUERTE -

**OBJETIVOS:** Al finalizar la clase, los niños



- » **Conocerán** que Dios los conoce, los cuida y quiere lo mejor para ellos.
- » **Sentirán** respeto por el consejo de Dios para una buena salud.
- » **Responderán** al elegir seguir el consejo de Dios.

Versículo de Memoria



Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda planta que da semilla... y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer (Génesis 1:29).

**COMENZANDO LA LECCIÓN:**

- Recuerde que al comenzar el estudio de la Biblia, debe orar.
- Explique que nosotros tenemos muchos buenos consejos para elegir alimentos saludables. Daniel y sus amigos siguieron los consejos del Antiguo Testamento y uno de los versículos que ellos siguieron es el del versículo de memoria de hoy (lean y repitan en coro el versículo).
- Forme grupos de 2 o 3 niños y proporcíoneles una hoja de papel para que ellos escriban su comida favorita y los ingredientes que contiene. Si es una ensalada, pueden poner las verduras o frutas que contiene, etc.
- Después de 5 o 7 minutos recoja todas las hojas y lea las clases de alimentos y sus ingredientes y muestre como Dios hizo gran variedad de sabores, texturas y alimentos para que ellos puedan gozar y vivir felices (Muestre al frente la Pirámide de los alimentos).

**HISTORIA BÍBLICA**

Dn 1:1-21; Bellas Historias de la Biblia, Tomo 6, 1ra. Parte, Historia 1, pág. 9; Profetas y Reyes, pp. 352-356.

Después de algunos días que los cautivos de Judá marcharon a través del desierto, sus mentes se turbaron con la memoria de los horrores recientes. Sus familias habían sido muertas y capturadas por los soldados babilonios quienes saquearon y quemaron Jerusalén.

Daniel y sus tres amigos adolescentes, Ananías, Misael y Azarías fueron juntos. La arena amortiguaba la marcha y solamente la orden abrupta de un general babilonio o el gemido de un judío cautivo era oído. Cada paso que ellos daban los acercaba más a Babilonia, el lugar donde ellos vivirían al servicio de un rey poderoso llamado Nabucodonosor.

"¿Qué nos pasará en Babilonia?" Daniel susurraba a sus amigos. "He oído decir que los babilonios son crueles y adoran al dios Marduk y supongo que ellos no nos permitirán adorar al Dios verdadero". Daniel frunció el entrecejo y pensó un momento, por último habló, "no importa lo que pase", dijo "permaneceré fiel a Dios. No adoraré a dioses paganos". Sus tres compañeros indicaron, con un movimiento de la cabeza, que estaban de acuerdo. "Nosotros serviremos al Dios verdadero también y no nos inclinaremos a



ningún otro dios", dijeron. Cuando al fin, la larga marcha terminó, los cuatro jóvenes hebreos se pararon al lado del extenso río Éufrates y admiraron el reflejo colorido de los poderosos muros de Babilonia. Las paredes externas eran amarillas y tan amplias que si un chofer quería, podía dar una vuelta en un carro de cuatro caballos sobre ellas.

Una vez dentro de la ciudad, Daniel y sus tres amigos corrieron por las calles conglomeradas de Babilonia. Ellos notaron que los hombres construían y los esclavos hacían ladrillos. *¿Muy pronto nosotros también estaremos haciendo ladrillos?* Ellos se preguntaban.

Pero Nabucodonosor tenía en mente algo diferente para esos cautivos. Los soldados habían sido instruidos para seleccionar cuidadosamente entre los hebreos. "Quiero que príncipes jóvenes, con buena salud y de buen parecer sean entrenados para servir en el palacio", dijo. Así los cuatro jóvenes de Jerusalén, fueron aislados en un cuarto junto con otros jóvenes brillantes también. Algunos, se parecían a ellos y hablaban hebreo, pero otros hablaban un lenguaje confuso que ellos nunca habían oído antes.

De pronto la puerta se abrió y un hombre moreno y esbelto entró. "Yo soy Aspenaz, jefe de los siervos del palacio", dijo. "Estoy aquí para llevar a algunos jóvenes de familia real". Él no dijo que el rey le había dicho que eligiera jóvenes sin ningún defecto físico. El rey quería jóvenes de buen parecer e inteligentes excepcionalmente, con tal conducta y personalidad como para servir en el palacio.

Cuando Aspenaz terminó, miró a Daniel, Ananías, Misael y Azarías parados entre los elegidos. "Antes de todo", dijo el jefe de los eunucos, "les daré un nombre babilonio". Entonces Daniel llegó a ser Belzazar, a Ananías se le dijo que se llamaría Sadrac, Misael llegó a ser Mesac y Azarías fue llamado Abednego; estos eran los nombres babilonios, pero Daniel sabía que él podía conservar en su mente y para él mismo su nombre Daniel. Llamó a sus compañeros y hablaron sobre la situación. "No tenemos ninguna esperanza de volver al hogar", dijo uno de ellos. "Nosotros estamos aquí solos, no tenemos padres, ni sacerdotes, ni profetas para que nos aconsejen". Entonces Daniel replicó, "¡pero alguien nos ve aquí y ese alguien es nuestro Dios Jehová!" Los otros hicieron una señal con la cabeza que estaban de acuerdo. "Probaremos no hacer ningún problema", concluyeron. Serviremos a Nabucodonosor, haciendo lo que él nos pida, de tal manera que sus órdenes no entren en conflicto con las leyes de Dios. "¡Nosotros siempre serviremos a Dios primero!"

Así, ellos pusieron mucha atención para aprender cómo ser los mejores sirvientes reales. Su entrenamiento comenzó inmediatamente. Aspenaz les explicó, que en los siguientes tres años, ellos podrían comer de la comida y beber el vino de la mesa del rey. Pero cuando los jóvenes vieron la rica comida y la bebida, ellos se dieron cuenta que no era saludable. ¿Cómo podrían ellos ser los mejores sirvientes del rey si comían esa comida? Además, la comida había sido dedicada a los ídolos. Comer esa comida, podría significar que ellos también estaban dedicados a los dioses babilonios y Dios había mandado desde mucho tiempo atrás, "no tendrás otros dioses delante de mí". Allí estaba el problema, Dios había advertido a su pueblo no beber vino fuerte (fermentado) y había dado instrucciones estrictas acerca de la comida. Ellos no podían comer alimentos que Dios había dicho que eran inmundos, tal como la carne de cerdo, aún Dios había dado las instrucciones exactas de cómo preparar los alimentos antes de comerlos, más la forma que Dios quería que se comiesen los alimentos, no era la forma como los babilonios los comían y los cocineros del rey no podían preparar diferente. ¿Quién sabía que mezclas insanas podían salir de sus cocinas?



Nuevamente los jóvenes se miraron con sus rostros espantados. ¿Debían ellos desafiar al rey?, podían perder sus vidas debido a esto, pero habían hecho un voto de ser leales a Jehová y venga lo que venga, con la ayuda de Dios ellos conservarían su voto. Entonces Daniel dijo a Aspenaz, "por favor, dispéñenos de comer la comida del rey, tal alimento está en contra de nuestra religión". El jefe de los sirvientes del palacio no podía creer lo que estaba oyendo. ¿Los cuatro jóvenes estaban rechazando el alimento más sabroso de todo el reino? Pero Aspenaz que apreciaba a Daniel y a sus amigos, no podía estar de acuerdo con la sugerencia de Daniel. "Lo siento", dijo, "pero estoy con miedo de mi señor el rey. Él ha dado esta orden y si desobedezco, perderé mi cabeza. Y él se va a dar cuenta que he desobedecido cuando los vea débiles y más flacos que los otros". Piadosamente, Daniel respondió: "Si quieres puedes poner a prueba nuestro plan. Por diez días déjanos comer solamente granos o semillas y danos solo agua para beber y cumplido este tiempo compáranos con los otros jóvenes". Entonces Aspenaz concordó que Daniel y sus amigos hicieran esta prueba. También podían comer frutas y verduras durante los diez días.

Un día tras otro pasó y los cuatro jóvenes hebreos disfrutaban de su buena y saludable comida, una comida simple, preparada absolutamente como Dios había ordenado. Ellos estudiaron mucho para aprender el idioma caldeo tan difícil en ese tiempo, leían libros, estudiaban las ciencias, matemáticas y algo maravilloso sucedió, Dios los bendijo mucho más de lo que ellos pudieron imaginar. Al final de los diez días, el guarda examinó a todos los que estaban en entrenamiento y cuando inspeccionó a Daniel y sus amigos, él se maravilló, de todos los que estaban preparándose para el servicio del rey, ninguno de ellos estuvieron tan saludables, fuertes e inteligentes como los cuatro amigos, ellos eclipsaron a todos los otros. Y así, por tres años, Daniel y sus amigos continuaron estudiando y obedeciendo a Dios.

Al final de los tres años, Daniel, Sadrac, Mesac y Abednego fueron ante el rey Nabucodonosor para la prueba final. El rey quedó sorprendido, no había nadie igual a ellos. Entonces el rey dijo al jefe de los siervos: "¡en cada asunto de sabiduría y entendimiento, los he encontrado diez veces mejores que todos los mágicos y encantadores de todo mi reino!" Los cuatro amigos de Jerusalén pasaron la prueba.

### APLICANDO LA LECCIÓN:

**Ilustración de la Pirámide** – Tenga una fila de 6 niños acostados en el piso, ellos representarán los granos, cereales, panes y pastas.

La segunda fila de 4 niños estarán sentados en el piso, ellos representarán las frutas y las verduras.

La tercera fila de 2 niños estarán arrodillados, ellos representarán la leche, el queso, yogurt, nueces y los alimentos que contienen proteínas.

La cuarta fila lo forma 1 solo niño de pie, representará las grasas, los aceites y los dulces.

Una vez que está formada la pirámide, advierta que cuando usted menciona granos, panes, cereales y pastas, los de la primera fila deben responder al unísono **coman liberalmente**.

Cuando diga, frutas y verduras, los de la segunda fila deben responder al unísono **coman generosamente**.

Cuando diga, leche, queso, frijoles, huevos y nueces, la tercera fila debe responder al unísono **coman moderadamente**.

Cuando diga, grasas, aceites y dulces, el niño de la cuarta fila responderá **coman escasamente**.

### PARA FINALIZAR:

Dé gracias a Dios por todas las cosas maravillosas que él nos ha dado. Ore a Dios pidiendo ayuda para que cada uno siga sus instrucciones para vivir saludablemente.



LECCIÓN

4

- EL CUMPLEAÑO DEL MUNDO -

**OBJETIVOS:** Al finalizar la clase, los niños



- » **Conocerán** que así como es necesario el descanso diario, Dios planificó un día de la semana para el descanso.
- » **Sentirán** aprecio por la necesidad de descansar.
- » **Responderán** al descubrir algunas buenas actividades para el día de descanso.

Versículo de Memoria

“ Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar (Mateo 11:28). ”

**COMENZANDO LA LECCIÓN:**

Cuando Dios terminó la creación de este mundo en el que estaban Adán y Eva, ellos se regocijaban con Dios por lo novedoso y maravilloso que era, entonces Dios estableció un día más, como un feriado y le puso un nombre especial “sábado”, para celebrar el cumpleaños del mundo, en este día, Dios, Adán y Eva pasaron juntos. Aún desde entonces, Dios ha bendecido este día especial y lo ha establecido justo al final de la creación para estar con su pueblo.

**HISTORIA BÍBLICA**

Gn 1:1-31; Bellas Historias de la Biblia, Tomo 1, 2da. Parte, Historia 2, pág. 57. Deseado de Todas las Gentes, Pág. 248-249.

**N**uestro amado Dios, además de amarnos, nos dio presentes y planificó grandes fiestas. Su mejor fiesta fue una que planificó desde el comienzo del mundo. Todo comenzó después que Dios creó a Adán, el primer hombre.

Adán, recién creado, abrió sus ojos y miró el rostro de Dios. Luego Dios le mostró su hermoso hogar jardín. Adán miró a su alrededor y los animales amigablemente se pararon delante de él, entonces Dios le dio la tarea de poner nombres a todos los animales. Pensar en nombres diferentes para cada uno y luego recordarlos, no era un trabajo fácil.

Mientras Adán estaba trabajando, notó que cada especie tenía su compañero, pero él no tenía. Cuando él preguntó a Dios acerca de esto, Dios le dio a Eva por compañera. Ahora le tocó a Eva sorprenderse. Ella miró a Dios y conoció que Él la había hecho. Luego miró los ojos encantadores de Adán y sonrió con placer. Luego Dios les dio un presente, el presente del matrimonio. “Ahora”, dijo Dios, “Uds. son el rey y la reina de la creación. Formen su familia y cuiden de las plantas y los animales del jardín. El mundo es suyo y gocen”.

Más tarde, Adán y Eva caminaron alrededor del jardín, y notaron que algo estaba por suceder.

El cielo que era azul brillante, estaba tornándose de color rosado, rojizo y amarillento. Adán y Eva casi se quedaron sin respiración cuando vieron deslizarse al gran sol dorado en el cielo y dejaba el hogar



jardín bañado de un resplandor rosado. Entonces Adán y Eva oyeron una voz maravillosa que hizo que se sintieran libres, felices y amados. El Creador, más glorioso que el resplandeciente cielo, estaba delante de ellos. "¿Qué ven?", les preguntó, "es una puesta de sol, lo que marca el fin del día y también el fin de la semana de trabajo. Ahora estamos entrando al séptimo día de la Creación y les estoy dando este día como un presente especial. En este día Uds. podrán descansar, me reuniré con ustedes y juntos recordaremos la semana de la creación. Desde la puesta del sol del sexto día, hasta la puesta del sol del séptimo día será sábado, un día de descanso y celebración". Cuando el sol fue ocultándose y las estrellas aparecieron, Adán, Eva y el Creador conversaron. La pareja tenía muchas preguntas. ¿Eran ellos los únicos seres que Dios había creado además de los animales? Entonces Dios les habló de los ángeles. ¿Y dónde vivía Dios? Él les explicó acerca del cielo.

¿Por qué Dios había creado este mundo maravilloso, cuando ya tenía un universo completo? Dios les habló de su gran amor que él tenía y quiso compartirlo con Adán y Eva. "Dinos, ¿qué es lo que hiciste primero?" Ellos preguntaron. Entonces Dios les explicó lo que había hecho en cada día. Les explicó por qué había creado las cosas en el orden que lo había hecho. Como el aire y la luz del sol eran necesarios para las plantas, así como el agua para que los peces vivan allí y para que los animales beban. La tierra tenía que ser hecha para que creciera el pasto para que los animales pudieran comer. Los ojos de Adán y Eva se agrandaban de tantas sorpresas cuando ellos escuchaban hablar a Dios.

A la mañana siguiente, cuando el sol brillante comenzó a subir de nuevo al cielo y cada hoja del césped, de los árboles y las vides resplandecían con el rocío, Dios estaba esperando a Adán y Eva en el jardín. ¡Sábado por la mañana! Otro presente del maravilloso amor de Dios. Adán y Eva sabían que el sábado era el mejor y más lindo regalo de Dios. De pronto ellos escucharon una música, no era el canto de los pájaros, ni el ruido del ondear del río, ni el rugido del león, sino que era suave y melodioso, que se elevaba y descendía y luego se elevaba de nuevo en un canto maravilloso. Miles de voces de los ángeles se combinaban en un himno de adoración al Creador. Antes que Adán y Eva se dieran cuenta, ellos estaban cantando con el coro y el Creador cantaba con ellos también. Durante todo el día, Adán y Eva exploraban las maravillas de su mundo con Dios. Él los llevó a la orilla de un arroyo, donde el agua corría y resonaba sobre piedras de oro y plata y donde peces de colores brillantes nadaban sobre la superficie al sonido de la voz del Creador. ¿Y como ellos pueden respirar? preguntó Adán. Dios le explicó el secreto del agua y del aire, Adán y Eva aprendieron del oxígeno, además de aprender de ellos mismos y de sus pulmones.

Eva también quería conocer acerca de las estrellas que las había visto la noche anterior. Dios le explicó que la estrella más cercana era el sol y le explicó como los rayos del sol viajan, cómo éstos se acercan lo suficiente para conservar a la tierra en la temperatura debida. Adán y Eva escuchaban atentamente y aprendían grandes lecciones. Y querían continuar aprendiendo, porque con sus ansias de saber más, ellos divertían a Dios.

"Cada sábado nos reuniremos así como hoy", dijo Dios suavemente. "Seis días trabajarán como yo he trabajado, más el séptimo día ha sido hecho para descansar. Este día será especial para ustedes y para mí por siempre".

La primera pareja agradeció a su Creador por el presente concedido y prometieron recordar siempre que este día era una celebración de la creación. En el cumpleaños del mundo y el mejor de todos, ellos podrían gozar todo el día de una manera especial con Dios. Luego, una vez más, el cielo comenzó a

volverse rojizo y amarillento y de nuevo los ángeles llenaron la tierra con la más dulce adoración. Nuevamente Adán y Eva, rey y reina del jardín del Edén, se arrodillaron y adoraron al Rey de la Creación, el maravilloso Dios del cielo. Cuando el sol descendió en el horizonte, el coro también fue apagándose y las estrellas brillaron nuevamente en el cielo . Adán y Eva sonrieron.

¡El sábado, es un día de descanso completo! ¡Qué presente tan saludable! Ellos esperaban muy ansiosos que la semana pasara para entrar luego al sábado.

---

### APLICANDO LA LECCIÓN:

**Materiales:** Una torta de cumpleaños o pequeños cakes para cada uno; platitos desechables con decoraciones de cumpleaños.

- Cante "*Cumpleaños Feliz*", donde se menciona el nombre diga "*Cumpleaños cada sábado*".
- Sirva la torta a todos.
- Si hay muchos niños mencione algunas ideas de cómo descansar y celebrar al mismo tiempo.
- Comente cómo Jesús fue tan considerado en hacer un día de descanso para nosotros.
- Pregunte si recordarán a Dios en su día.

**FINALICE** con una oración pidiendo que Dios les ayude a entender mejor lo que significa el descanso.

LECCIÓN

5

- UN BARCO Y UNA PROMESA -

**OBJETIVOS:** Al finalizar la clase, los niños



- » **Conocerán** que Dios nunca dejó de amarnos.
- » **Sentirán** que ellos pueden confiar en Dios, quién proveerá para sus necesidades.
- » **Responderán** al pedir a Dios que llene una de sus necesidades específicas en sus vidas.

Versículo de memoria



Porque de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree, no se pierda, mas tenga vida eterna (Juan 3:16).

**COMENZANDO LA LECCIÓN:**

Confianza es la seguridad o esperanza firme que se tiene de sí mismo o de una persona o cosa. Nosotros aprendemos a confiar al ver y experimentar algo muchas veces. Por ejemplo: ¿Por qué nosotros confiamos en que el sol aparece en las mañanas? (porque siempre es así). Nuestra historia de hoy trata de un hombre quién confió en Dios para hacer algo que nunca antes había visto hacer.

**HISTORIA BÍBLICA**

Gn 6, 7, 8, 9: 1-17. Bellas Historias de la Biblia, Tomo 1, 3ra. Parte, pág. 101; Patriarcas y Profetas, Cap. 7, pág. 78.

Hace mucho tiempo, el mundo llegó a ser extremadamente violento y malo. Dios vio que la gente se hacía daño, entonces Él oyó el clamor de ayuda. Apesadumbrado por toda la maldad de la gente, vio que debía librar a la tierra del mal, Él debía lavarla y purificarla. Dios, a pesar de todo, amaba a las personas, aún a aquellos que lo habían olvidado, no quería que nadie se destruyera, entonces planificó un gran desastre para la tierra, pero a la vez un medio para salvar a la gente.

Dios eligió a Noé, un hombre quién caminaba y hablaba con Él, para que ejecutara su plan. Dios sabía que podía confiar en Noé y que él seguiría sus instrucciones.

“ Noé, dijo Dios “quiero que construyas un arca (un bote). Debe ser lo suficientemente grande como para albergar a todos aquellos que confían en mí, junto contigo y tu familia, muchos animales y además el alimento para todos. Mientras estás construyendo el arca habla a las personas que un diluvio está por venir, dentro del arca, ellos estarán seguros”. “¡Un diluvio!” Los ojos de Noé se agrandaron llenos de sorpresa. Él no podía imaginar la cantidad de agua que trae un diluvio. Nunca antes había habido diluvio sobre la tierra.

Noé tampoco podía imaginarse la forma del arca, porque nunca había visto uno, pero él siguió las instrucciones de Dios. Se sentó y trazó el plano del barco. Debía tener cuatro pisos amplios y muchos



cuartos para los animales, las personas, para almacenar el alimento y el agua. Además debía tener una ventana en el techo.

Noé comenzó a trabajar, cortó los árboles para obtener la madera, los aserró y cepilló los filos para que queden perfectos. El arca debía ser un barco fuerte y seguro, como nunca antes se había visto alguno. De pronto, el trabajo de Noé atrajo la atención de la gente, que quería saber qué era lo que Noé estaba construyendo. Esto le dio a Noé oportunidad para hablarles acerca del diluvio y del plan de destrucción que Dios tenía.

Algunas personas ayudaban a Noé a construir el arca, otras sin embargo, se reían y burlaban. "Estás loco Noé", le decían. Pero Noé continuaba trabajando, hablaba con Dios y advertía a las personas acerca del diluvio. Él quería que su barco sea tan grande y tan fuerte, lo suficiente como para que cada hombre, mujer y niño que quisieran, se salvaran. Los tres hijos de Noé, Sem, Cam y Jafet, nacieron después que Noé comenzó a construir el arca. Cuando ellos crecían ayudaban a su papá en la construcción.

Lo oían hablar acerca de Dios y aprendieron de su grande amor también. Cuando los niños llegaron a ser adultos, se casaron.

Noé y su esposa, sus tres hijos y sus esposas, todos trabajaban juntos en el arca y continuaron insistiendo a la gente que debían confiar en Dios. El tiempo fue pasando y el arca estaba ya casi terminado. Éste era un barco de enorme longitud y altura, asentado en tierra y lejos del mar, por lo que la gente se reía y reía. Noé intentaba convencerlos de que el diluvio era un asunto muy serio, pero cuanto más les advertía, ellos menos escuchaban.

Hasta que llegó el día que algo extraño sucedió. Desde el bosque, un par de gacelas caminaban juntas con dirección al arca, detrás venían elefantes avanzando pesadamente y retumbando, los leones andaban a trancos largos y los conejos corrían precipitadamente. Sin temor ninguno, todas las clases de animales procedían del bosque. Algunos venían en parejas, otros en grupos de siete. Todos marchaban directamente con dirección al arca.

Mientras las personas estaban aún sorprendidas, mirando con la boca abierta ese caso extraño, una sombra enorme cubrió la tierra, la gente levantó la cabeza y vieron cientos de pájaros que volaban en pares y en grupos de siete, con dirección al arca. El chillar de los cuervos, el trompetear de los gansos y el trinar de los tordos se mezclaban con el zumbido de las alas de las aves.

El temor azotó a la gente. ¿Sería posible lo que Noé había hablado? Sintiendo que la gente podía estar ahora más lista a escuchar, Noé volvió a suplicarles que entraran al arca mientras aún tenían tiempo, pero ninguno quiso, 120 años habían pasado desde que Dios había mandado a Noé a construir un arca. Ahora el tiempo estaba cumplido.

"Entra tú y tu familia al arca", Dios dijo a Noé. Sólo ocho personas entraron silenciosamente al arca. Luego la mano de un ángel giró la puerta maciza y la cerró. Por siete días, Noé y su familia estuvieron en el arca, pero la lluvia no venía.



La gente afuera se reía, lanzaban piedras y vociferaban insultos. En el octavo día, nubes oscuras se juntaron, luego se produjo un choque ensordecedor y un deslumbrante zigzag de luz, seguido de una tormenta de lluvia terrible. Agua caía del cielo como sábanas.

Aterrorizados, la gente golpeaba la puerta del arca, suplicando a Noé que los dejara entrar. Pero ya no se podía. Sólo Dios podía abrir la puerta.

Murallas de agua se vertían desde el cielo. Los ríos sobrepasaron sus orillas, los lagos que eran tranquilos, ahora se agitaban y vertían sus aguas sobre la tierra, el agua comenzó a subir. La gente lloraba y corrían a trepar los árboles y subían a las partes más altas de sus casas. Ellos gritaban con cada retumbar del trueno y con cada destello del relámpago. Ahora ellos anhelaban estar seguros dentro del arca.

Por cuarenta días, casi seis semanas, la lluvia fluyó sobre la tierra, la misma que se rajó y comenzó a lanzar agua de abajo hacia el aire. El nivel del agua se elevó hasta unos 5 a 6 metros más alto que las montañas más altas. Todo animal y persona que no estaban dentro del arca se ahogaron. Pero Dios cuidaba del arca y lo conservó seguro. Cuando las aguas descendieron, el arca se quedó estacionada sobre una montaña. Noé dejó que un cuervo saliera por la ventana. Éste voló de un lado a otro, hasta que el agua se secó. Luego, Noé envió una paloma, la misma que retornó porque no encontró lugar para pararse. Una semana después, Noé envió otra vez la paloma, esta vez regresó con una hoja en su pico. La siguiente semana volvió a enviar a la paloma y ahora ésta ya no retornó.

Luego, Dios dijo a Noé que saliera del arca junto con su familia y todos los animales. En cuanto salieron, Noé y su familia, construyeron inmediatamente un altar y adoraron a Dios. Entonces Dios dijo a Noé que mirara al cielo. Allí había un inmenso arcoiris. Dios lo había puesto allí como una señal de su promesa que nunca más Él destruiría el mundo con un diluvio. Cuán agradecidos estuvieron Noé y su familia porque confiaron en el plan de Dios, que mandaría un diluvio.

---

### REVISANDO LA HISTORIA:

**Materiales:** Un arca (dibuje en cartón el arca de acuerdo al modelo. Solo el contorno). En papel marrón dibuje otra arca con las piezas para cortar. Corte las piezas y escriba una pregunta en cada pieza. Reparta las piezas a los alumnos, cuando respondan la pregunta correctamente, pueden ajustar la pieza en el arca que está enfrente de ellos.

### Preguntas:

- 1 ¿Por qué Dios produjo un diluvio a la tierra? (*porque las personas eran malas. Gn 6:11-13*).
- 2 ¿Qué dijo Dios a Noé que trajera al arca? (*familia, animales, alimentos. Gn 6:18-21*).
- 3 ¿Qué materiales Dios dijo a Noé que usara? (*madera de gofer y brea. Gn 6:14*).
- 4 ¿Cuánto tiempo estuvieron Noé y su familia en el arca antes de que la lluvia viniera? (*siete días. Gn 7:7-10*).

- 5 ¿Cuánto tiempo llovió? (*cuarenta días y noches. Gn 7:12*).
- 6 ¿Cuántas personas estaban en el arca? (*8, Gén 7:7*).
- 7 Después que el agua bajó ¿dónde el arca se posesionó? (*Monte Ararat. Gn 8:4*).
- 8 ¿Cómo Noé supo que el agua había bajado lo suficiente y que lo verde estaba creciendo? (*Una paloma trajo una rama con hojas. Gn 8:11*).
- 9 ¿Qué hizo Noé para agradecer a Dios por su cuidado después que salió del arca? (*Edificó un altar y ofreció un holocausto en el altar. Gn 8:20*).
- 10 ¿Qué puso Dios en el cielo después que la lluvia pasó, señal que nunca más enviaría un diluvio al mundo? (*Un arcoiris. Gn. 9:13*).

#### PARA FINALIZAR:

Pida que cada alumno haga un pedido especial a Dios. Cuando ore mencione esos pedidos. Recuérdeles que así como Dios ha ayudado a muchas otras personas, puede ayudarlos a ellos también, porque Él sabe que lo amamos y quiere ayudarnos. Agradezca desde ya por las respuestas a las oraciones.

El cierre de este tema puede hacerlo muy solemne. Ponga un rostro de Jesús en el panel de fondo.

Para los **Infantes** - Entregue corazones en pañolenci y que salgan a colocarlos alrededor de Jesús mientras cantan "Mi pequeño corazón entrego a Cristo".

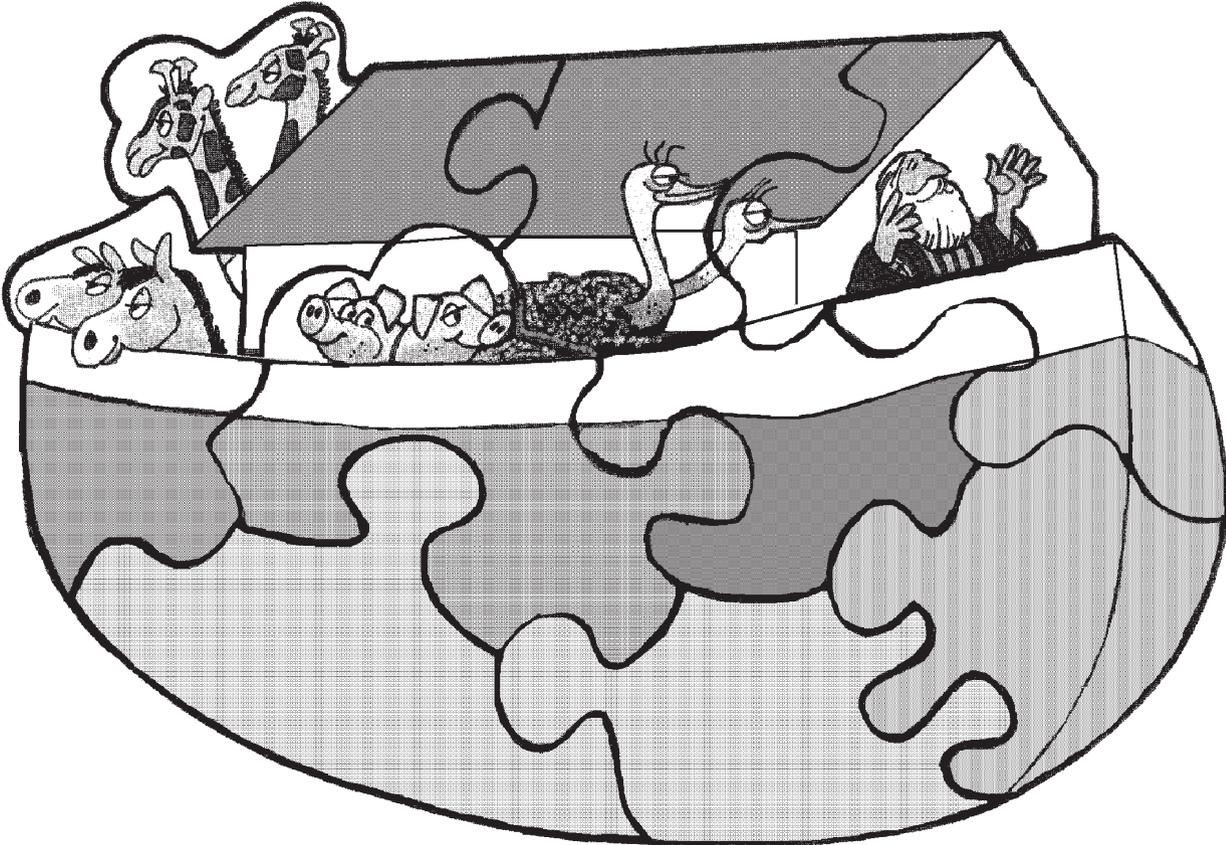
Para los **Primarios** - Proporcione corazones en papel lustre o cartulina y pida que anoten su pedido en el dorso del papel, luego que pasen y los coloquen alrededor de Jesús. Tenga a mano alfileres o cinta adhesiva para adherirlos. Mientras pasan pueden ir cantando.

Para los **Intermediarios** - Proporcione papel cortado para que anoten sus pedidos y tenga sobre la mesa una alcancía cerrada con el rostro de Jesús al centro. Los niños pueden depositar sus pedidos en la alcancía. Pueden cantar el Himno "A Jesucristo ven sin tardar". H.A. N.º 218.

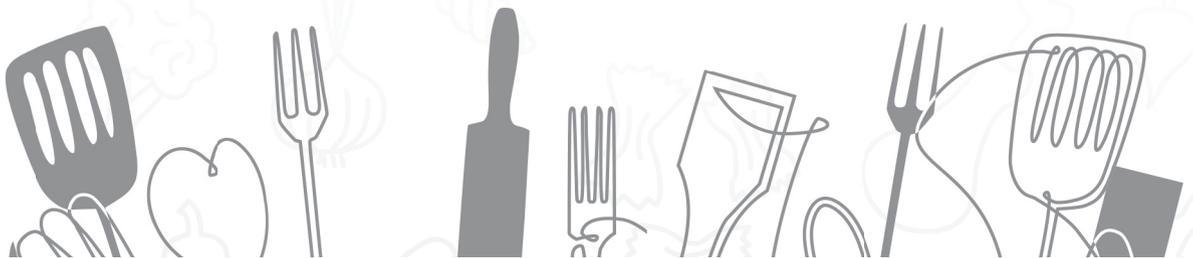


# - ILUSTRACIONES -

| Arca para recortar: Actividad de la lección N.º 5 |



| Actividad de la lección N.º 5 |



# CENTRO DE APRENDIZAJE DE LA COCINA



## Niños en la Cocina



**ESCUELA CRISTIANA  
DE VACACIONES**

## - El centro de aprendizaje de la cocina -



**Tiempo:** 40 minutos

**3 MINUTOS** para explicar la receta del día y cómo los productos seleccionados son buenos para la salud, puede explicar los tipos de vitaminas que contienen, etc.

**30 MINUTOS** para preparar. Los niños trabajan junto a su instructor.

**7 MINUTOS** para elaborar el recetario.

En este centro, los alumnos preparan las recetas. Si los ingredientes están ya medidos, el trabajo se desarrollará fácilmente en el tiempo. Pero tenga en cuenta que los niños pueden llegar a preparar los alimentos independientemente cuando ellos aprendan a medir sus propios ingredientes. Si Ud. cuenta con algunos ayudantes, la tarea de medir será más fácil.

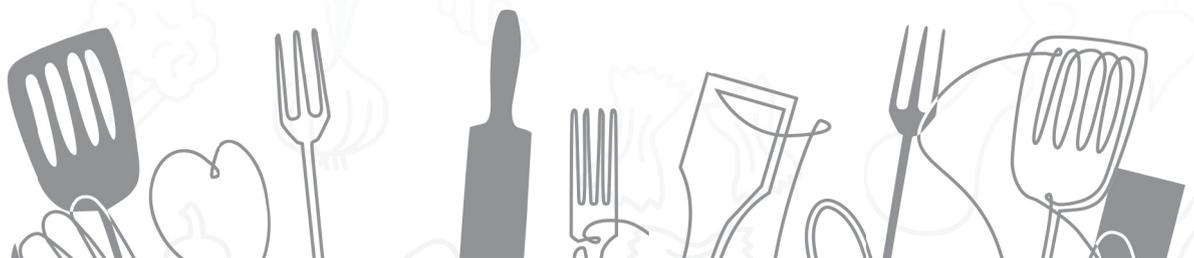
Siga los siguientes pasos:

1. Muestre primeramente la receta ya hecha y diga lo que es. Tenga listos los ingredientes y los utensilios.
2. Siga, paso a paso, las indicaciones cuando demuestre el proceso.
3. Diga a los alumnos: "comiencen". Esté atenta para responder a las preguntas que ellos hacen. Pueden trabajar solos o en parejas.
4. Espere que los alumnos limpien todo una vez que terminan.

### **PAUTAS PARA ORGANIZAR EL CENTRO DE COCINA:**

- Elija un equipo de ayudantes que les guste la cocina, que trabajen muy juntos y amen a los niños.
- Examinen juntos las recetas.
- Pruebe hacer las recetas en su casa, compare las notas y decida lo que quiere hacer.
- Haga una lista de todos los ingredientes y utensilios que necesitará.
- Pida a los miembros de la iglesia que donen ítems específicos o vayan al supermercado y explique lo que ustedes necesitan para lo que están haciendo. Muchos de ellos estarán listos para ayudar. Cuanto más su Escuela Cristiana es publicada, más también conseguirán ítems donados.
- Organice todas las providencias.
- Tenga los ingredientes medidos y póngalos en vasos descartables o bolsitas de plástico con cierre.
- Consiga rollos de papel para forrar las mesas cada día, así como también el piso.
- Organice a los ayudantes. Se necesitará uno por cada 4 a 6 niños. Puede incluir a las personas que están ayudando como auxiliares. Pida a los jóvenes o adultos de su iglesia para que ayuden, también pueden ser los adolescentes ayudando a los más pequeños.

Les deseamos muchos éxitos y estamos seguros que gozarán preparando y comiendo los buenos alimentos que Dios ha creado.



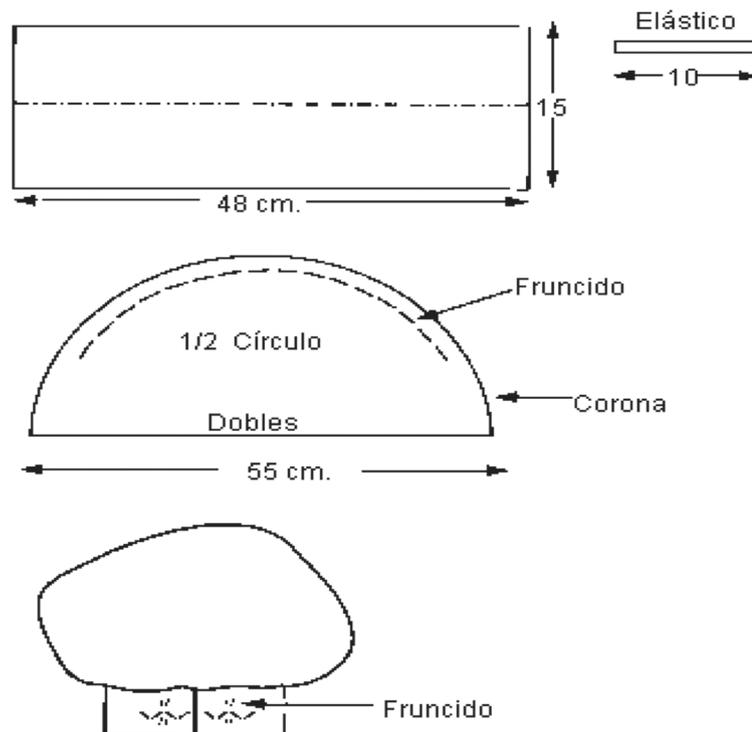
## - Gorro para el jefe de cocina -

### Materiales necesarios:

- ✓ 55 cm. de tela blanca o notex.
- ✓ 10 cm. de elástico grueso.

### Cómo hacerlo:

1. Corte una banda de 48 por 15 cm.
2. Doble en dos (vea figura).
3. Haga una costura en los extremos. Dé vuelta para que la costura quede en la parte inferior, de tal modo que no se vea.
4. Extienda la otra parte de la tela, dóblela en dos y trace un  $\frac{1}{2}$  círculo, como en el modelo, para formar la corona.
5. Frunza la corona, en forma pareja, para que se distribuya por toda la banda.
6. Una la banda con la corona.
7. En la parte posterior de la banda cosa el elástico a cada lado.



## - Elaborando el recetario -

Las recetas que presentamos a continuación están de acuerdo al currículo y en el formato del tamaño 1/2 carta. Saque copias para entregar a los niños cada día, al finalizar la clase de cocina. Ellos deben pegar las recetas o copiarlas en tarjetas de cartulina o fichas de 22 x 13 (1/2 carta). El último día deben engraparlas todas juntas con la tapa. La elaboración del Recetario de Cocina es parte de la actividad de este centro de aprendizaje.

### TAPA DEL RECETARIO

Duplique este modelo en cartulina de color, engrape o anille junto con las recetas de cada día. En vez de la ilustración, puede pegar la foto del niño posando con el gorro de cocinero, tomado el día de la matrícula.



DÍA  
**1**

## Para el desayuno!

### TOSTADA DE PLÁTANO INVISIBLE

#### Ingredientes:

- 1 huevo
- 1 ½ plátanos
- ½ cucharadita de canela en polvo
- 3 rodajas de pan integral
- 2 cucharaditas de margarina o aceite

#### Preparación:

Pele y corte los plátanos. Licúe el huevo, el plátano y la canela hasta que quede una pasta suave. Póngala en un plato hondo. Caliente el aceite o la margarina en la sartén con fuego mediano. Unte ambos lados del pan con la pasta preparada. Dore las rodajas de pan en la sartén, dándole vuelta una sola vez.

### BARRAS DE AVENA (no necesita horno)

#### Ingredientes:

- ½ taza de margarina
- ½ taza de azúcar rubia
- 1 cucharadita de cáscara de naranja rallada
- ½ taza de jugo de naranja
- 2 cucharadas de germen de trigo (tostado)
- 1 taza de avena arrollada (instantánea)
- 1 taza de coco tostado
- ½ taza de nueces molidas
- ¼ de taza de semillas de ajonjolí

#### Preparación:

Derrita la margarina, agregue el azúcar rubia, la cáscara de naranja rallada y el jugo. Bata hasta que el azúcar se disuelva. Añada el germen de trigo, la avena, el coco, las nueces y las semillas. Distribúyalo en una fuente y refrigérelo hasta que endurezca. Corte en cuadrados.

DÍA  
**2**

## Más energía!

### BOLAS DE AJONJOLÍ CON MANTEQUILLA DE MANÍ

(no necesita cocinar)

#### Ingredientes:

- ¾ de taza de mantequilla de maní
- ½ taza de miel
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- ¾ de taza de leche en polvo
- 1 taza de avena (sin cocinar)
- ¼ de taza de semillas de ajonjolí
- 2 cucharadas de agua caliente

#### Preparación:

Mezcle lentamente todos los ingredientes, siguiendo con cuidado el orden dado. Forme bolitas y cúbralas con coco rallado o nueces molidas. Póngalas a refrigerar por 1 ó 2 horas. Saldrán unas 35 bolitas.



### GALLETITAS DE AVENA

#### Ingredientes:

- ¼ de taza de miel
- 1 cucharada de aceite de maíz
- 2 huevos batidos
- 1 cucharada de cáscara de naranja rallada
- ½ cucharadita de sal
- 1 ½ tazas de avena

#### Preparación:

Mezcle la miel, el aceite y los huevos. Añada los demás ingredientes. La masa debe quedar dura. Con una cucharita, ponga la masa en una bandeja para el horno. Hornee por 10 a 12 minutos en un horno a 400°C.

### Armar conforme al modelo

#### ROBOTS VEGETALES

Lavar las verduras o frutas, pelarlas y cortarlas de acuerdo a las instrucciones. Use palitos de dientes para unir las partes correspondientes. Los robots se pueden usar como centro de una ensalada y se les puede poner algún aderezo o salsa para comerlos. Se pueden hacer trenes, carros, aeroplanos, barcos, helicópteros, naves espaciales, etc.

#### Ingredientes para el carrito:

- 1 papa sancochada (cuerpo)
- 1 tajada de zanahoria cortada a lo largo (brazos)
- 4 rodajas de pepinillo (cortado en ruedas para los pies)
- 1 trocito de coliflor (nariz)
- 1 rama de perejil (cabello)
- 2 aceitunas pequeñas con dos rodajitas de pimiento rojo (ojos)
- 1 rabanito cortado por la mitad (sombrero)
- 6 pasas para formar la boca



### Armar conforme al modelo

#### Ingredientes para este individuo:

- 1 pimiento rojo (cuerpo)
- 4 tajadas de zanahoria cortadas a lo largo (brazos y piernas)
- 2 rodajas de pepinillo (pies)
- 1 rabanito entero (cabeza)
- 3 uvas para los ojos y la boca
- ½ papa sancochada (sombrero)



DÍA 4

Medio día

CARETAS DE ARROZ Y FRIJOL

Preparación del arroz:

- Lavar el arroz y dejarlo reposar por una hora.
- Poner a hervir 3 tazas de agua con 1 cucharadita de sal, 1 cucharada de aceite y 1 cucharadita de ajo molido. Una vez que comienza a hervir, echar el arroz ya reposado y observar que el agua pase más o menos un dedo del arroz, bajar el fuego y dejarlo secar.
- Una vez seco, prueba si ya está cocinado, si aún falta, agrega un poquito más de agua caliente y déjalo secar a fuego lento. Una vez cocinado, retíralo del fuego y consérvalo bien tapado hasta la hora de servir.



Preparación del frijol:

Limpia y lavar bien 2 tazas de frijoles. Ponerlos a remojar en agua muy caliente por una o dos horas. Mejor es de un día para el otro (así no necesita agua caliente, solo fría). Poner en la olla lo siguiente:

- 4 tazas de agua
- 2 cucharadas de aceite
- 1 cucharadita de sal y ajo molido

Agregar los frijoles y dejar hervir hasta que estén tiernos, tenga cuidado de no dejar consumir el agua. Si el agua se consume y todavía falta cocinar, agregue un poquito más de agua hervida. Antes de retirarlos del fuego, pruebe si están bien de sal. Retire del fuego y sirva.

Formando la Careta:

- Sirva el arroz en el centro del plato
- Rodéelo con los frijoles preparados
- Corte 2 rodajas de aceitunas negras (ojos)
- Un triángulo pequeño de zanahoria (nariz)
- Un semicírculo de tomate (boca)
- Unas ramitas de perejil o culantro (cabello)
- 3 hojarasca de "doritos" (chips) para el sombrero y con 2 forme una corbata de lazo

DÍA 5

Día de la fruta!

TUTI FRUTI

Ingredientes:

- 1 taza de papaya cortada en cubos
- ¼ taza de piña cortada en cubos
- 1 naranja cortada en cubos
- 1 plátano cortado en cubos
- ½ taza de coco rallado
- ½ taza de fresas frescas u otra fruta que guste.

Preparación:

Poner todos los ingredientes en una fuente mediana y mezclar toda la fruta con una cuchara. Coloque en el refrigerador para que enfríe. Esto se puede comer en el desayuno, al mediodía o en la cena.

FRUTA EN PALITO

Ingredientes:

- Piña cortada en cubos
- Plátanos cortado en cubos
- Fresas
- Uvas
- Melón cortado en cubos
- Palitos de 20 ó 25 cm.



Preparación:

Lavar bien la fruta y pelarla si es necesario, cortar en cubos e insertarlos en el palito intercalando. Colocarlos en una cubeta y dejarlos en el congelador por varias horas. Saquelos y sírvase. También pueden ser colocados los palitos en una piña entera pelada en el centro de la mesa.



# CENTRO DE APRENDIZAJE DE LA SALUD



## Niños en la Cocina



**ESCUELA CRISTIANA  
DE VACACIONES**

## - Temas de salud -

Esta parte del programa "Niños en la Cocina", contiene los temas de salud para cada día. El coordinador del centro de aprendizaje de la Salud, debe tener este material para conducir su clase.

La meta del centro de aprendizaje de la Salud es ayudar a los niños a valorar sus cuerpos y aprender a cómo deben tomar mejor cuidado del mismo. En el proceso, los niños serán conscientes de su singularidad y aceptarán las diferencias tanto en ellos mismos como en los demás. En este centro, los estudiantes:

- (1) Explorarán los temas diarios de la salud. Descubrirán la realidad de sus cuerpos, la buena nutrición, aptitudes, habilidades y salud.
- (2) Harán ejercicios físicos.

Tengan en cuenta que el tiempo para la clase de salud es de 40 minutos, incluyendo las actividades que los niños tienen que desarrollar. Adapte el material ajustándolo al tiempo. Sugerimos que organice su programa como sigue:

- 1. Tema de salud.** (20 minutos) Presente el tema, muestre por qué es importante y mencione algunos hechos rápidos que sorprendan e interesen a los niños.
- 2. Ejercicios físicos.** (5 minutos) Enseñe ejercicios simples que ellos puedan hacer parte de su rutina diaria más tarde.
- 3. Refrescos.** (5 minutos) Después de los ejercicios, los niños estarán con sed. Provea agua o jugo de frutas de naranja o toronja de preferencia.
- 4. Cuadernos de Actividades.** (10 minutos) Los niños deben desarrollar las hojas de actividades correspondientes a cada día.

En los temas de cada día se sugiere el material a usar. Ore antes de leer cada tema y adicione otros materiales si cree conveniente. Muestre su creatividad. El Señor le bendecirá grandemente.

Les deseamos bendiciones del cielo y mucho éxito en esta aventura de un vivir saludable con los niños.



TEMA DE SALUD

1

- EL CUERPO HUMANO -

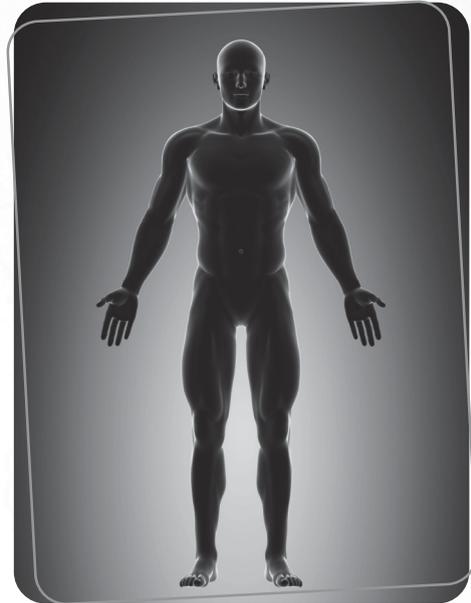
ALGUIEN ESPECIAL

IDEA PRINCIPAL:

- ✓ Los niños deben descubrir que es bueno ser diferentes. Dios los valora como son, vive en ellos y deben decidir hacer lo mejor para Jesús.

TEXTO:

“Nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en nosotros (1 Co 6:19).”



PREPARACIÓN:

- Escriba el título del centro de aprendizaje para que los niños puedan ubicarse fácilmente.
- Decore el centro con partes del cuerpo humano, columna vertebral, o quizás un esqueleto completo. Figuras grandes de niños felices y las siluetas que los niños hacen pueden añadirse a la decoración.

MATERIALES NECESARIOS:

- » 3 pliegos de papel craft, periódico u otro.
- » Marcadores (plumón) gruesos, letreros en cartulina (12 cm) con las siguientes palabras: cerebro, corazón, venas, arterias y algunos otros órganos de los que planifique hablar.

CÓMO COMENZAR:

1. Presente la charla de salud como se ofrece en este manual incluyendo la manera de dibujar el cuerpo humano, (pida a un niño que se acueste sobre el papel y haga que uno o dos niños con marcadores gruesos tracen la silueta del niño acostado sobre el papel).
2. Use las tarjetas con cinta adhesiva por detrás para poner el nombre de las partes del cuerpo.
3. Pegar el cuerpo a la pared o en la puerta.

Tema:

Cada uno es especial. Tú tienes diferencias. Piensa por un momento en tu helado favorito y ponte de pie cuando yo lo diga. Chocolate, vainilla, fresa, nuez, cereza, mango. Levanta tu mano si te gusta con todos estos sabores. Muy bien. A cada uno de nosotros nos gustan diferentes cosas y eso está muy bien.

Nosotros también tenemos muchas cosas que son iguales. Todos tenemos cabello, excepto algunos que son calvos (nombre a alguien conocido). Digan algunas otras cosas que todos tenemos, piel, sangre, ojos, dedos, etc.

**El cerebro.** Cada uno de Uds. tiene un centro muy inteligente de mensajes, una computadora. ¿En qué parte del cuerpo podré dibujar la computadora? (Haga un círculo para indicar el cerebro en la cabeza. Pensar correctamente es importante para estar bien y feliz. Si tu cabeza se llena de basura, esto puede arruinar la clase de persona que tú eres.

**El corazón.** También cada uno de Uds. tiene una bomba que palpita (dibuje el corazón en el pecho). El corazón bombea sangre a todo el cuerpo (dibuje líneas hacia las piernas y brazos y hacia el cerebro). ¿Qué pasa si el corazón deja de bombear?, te mueres. Por eso es muy importante tener un corazón fuerte y saludable y ¿cómo lograr esto? Esta semana aprenderemos cómo tener un corazón saludable. Esto tiene que ver con ejercicio, descanso y comer buenos alimentos.

---

**ACTIVIDADES:**

- Entregue a los niños la hoja de Actividades N.º 1, "Descubrimientos acerca del corazón".

**Nota:** Haga un comentario ligero sobre las venas y las arterias. Lea más sobre estos temas de anatomía en las enciclopedias del maestro primario. Recuerde que no está dando un estudio completo de anatomía o ciencia, o un estudio profundo de salud, destaque solo lo más importante de acuerdo a la edad de los niños. Mientras los niños aprenden acerca de sus cuerpos que Dios creó, también necesitan aprender alguna información sobre la buena salud.

TEMA DE SALUD

2

# - EL EJERCICIO -

## UN BUEN ESTADO FÍSICO

**IDEA PRINCIPAL:**

- ✓ Los niños deben descubrir la importancia del ejercicio para tener una buena salud.
- ✓ Dé a conocer los mejores ejercicios aeróbicos y cómo hacer ejercicios efectivos de calentamiento.
- ✓ Que ellos decidan hacer ejercicios correctamente.

**TEXTO:**

Corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante  
(Heb 12:1).



**PREPARACIÓN:**

- Escriba el título del centro de aprendizaje para que los niños puedan encontrarlo fácilmente.
- Decore el centro con objetos relacionados con el ejercicio y el aire fresco, tal como una cometa, zapatos para correr, afiches de corredores, jugadores de tenis o nadadores.
- Haga varios molinillos con diferentes materiales, incluyendo aluminio y papel de color rojo. Haga los molinillos de diferentes tamaños. Cuélguelos del techo por una punta, así ellos pueden girar con el viento creado por un ventilador.

**MATERIALES NECESARIOS:**

- » Un ventilador eléctrico.
- » Papel de colores o papel aluminio (una hoja para cada niño).
- » Presente un video con ejercicios aeróbicos especialmente para niños.

**CÓMO COMENZAR:**

1. Prenda el ventilador antes de que lleguen los niños.
2. Dígalos que les va a hablar del ejercicio y del aire fresco (Pare el ventilador si molesta a los niños).

*Tema:*

**El ejercicio.** Todos nosotros tenemos actitudes positivas y negativas y muchas veces sufrimos de problemas de actitud. ¿Sabían Uds. que el ejercicio puede ayudarles a cambiar su actitud? Una caminata rápida quita el malhumor, el desgano, el enojo y el odio. Así que la próxima vez que tu mamá diga que tienes un problema de actitud, ve y haz algo de ejercicio.

El ejercicio debe ser algo divertido. Hazlo con un amigo. Encuentra la manera de disfrutarlo. Algunas veces será divertido que controles tu tiempo. O puedes escuchar música mientras caminas. Si caminas o corres, pide a un adulto si puede hacerlo contigo e ir a algún lugar que esté a uno o dos kilómetros de distancia. Luego, tienes que caminar otro kilómetro de regreso.

Los ejercicios de precalentamiento son ejercicios de estiramiento que ayudan a que los músculos se muevan más fácilmente. Levántense y traten de hacer estos ejercicios de precalentamiento conmigo.

1. Estiramiento del cuello. Cuidadosamente da vuelta a la cabeza y estira tu cuello a la izquierda y a la derecha.
2. Estiramiento de los brazos. Suelta los brazos, aflójalos y sacúdelos, uno primero y después el otro. Ahora levántalos hacia arriba, trata de tocar el techo. Muy bien. Separa los pies a la distancia de tus hombros. Ahora mueve los brazos como un ventilador.
3. Estiramiento de las piernas. Flexiona tu rodilla izquierda hacia adelante mientras la pierna derecha está estirada para atrás. ¿Puedes sentir el músculo estirándose en la pierna derecha? Cambia. Dobra la pierna derecha y estira la pierna izquierda hasta que sientas el músculo estirándose.

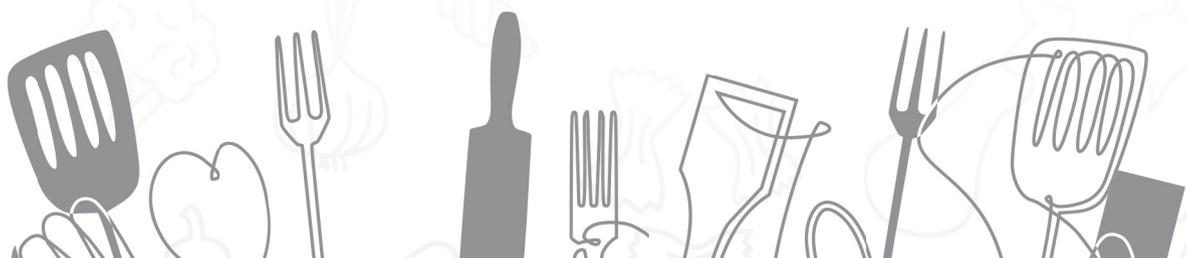
Cuando haces ejercicios de precalentamiento, estás ayudando a "despojarte de todo los pesos que te estorban". Los músculos rígidos te pueden impedir correr una buena carrera. Los ejercicios te hacen respirar profundamente. Por lo tanto, haz ejercicios al aire libre cada vez que puedas.

Algo muy importante para sentirse bien es respirar aire puro. Cuando te mantienes sentado, no puedes respirar muy profundo. Los ejercicios te hacen respirar profundamente. Por lo tanto, haz ejercicios al aire libre cada vez que puedas. El aire es bueno para la salud. Dios hizo el viento por una razón muy importante. Nosotros necesitamos respirar aire fresco. Varias veces al día debemos detenernos y respirar profundamente, llenar los pulmones con aire puro y luego soplarlo para afuera (demostrar).

#### ACTIVIDADES:

- Entregue la hoja de actividades N.º 2, "Ejercítate cada día".
- Lea las instrucciones para todos.
- Dé algunas ideas, tales como: caminar, andar en bicicleta, subir escaleras, nadar, patinar etc. Ellos deben hacer un ejercicio físico cada día y registrarlo en su hoja de actividades.
- Distribuya tijeras y papel de construcción o de aluminio y haga los molinos de viento.
- Ayude a los niños a ponerlos en una posición tal, que giren con el viento del ventilador.

**NOTA:** Lea más sobre estos temas de anatomía en las enciclopedias escolares. Recuerde que no está dando un estudio completo de anatomía o ciencia, ni un estudio profundo de salud, destaque solo lo más importante de acuerdo a la edad de los niños. Mientras los niños aprenden acerca de sus cuerpos que Dios creó, también necesitan aprender alguna información sobre la buena salud.



TEMA DE SALUD

3

- FRUTAS Y VITAMINAS -

LA DIETA DE DIOS

IDEA PRINCIPAL:

- ✓ La historia bíblica de Daniel y sus tres amigos nos dice que ellos conocían muchas veces cuando un alimento rico era dañino para el cuerpo. Ellos siempre querían comer la dieta saludable de Dios. Ahora Uds. van a descubrir los alimentos que son saludables para sus cuerpos.

TEXTO:

Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda hierba verde que da simiente, que está sobre la haz de toda la tierra; y todo árbol en que hay fruto de árbol que da simiente, os será para comer (Gn 1:29).



PREPARACIÓN:

- Escriba el nombre del centro de aprendizaje para que los niños puedan encontrarlo fácilmente.
- Decore el centro con figuras de frutas, verduras y un gran rótulo que diga Sí.

MATERIALES NECESARIOS:

- » Frutas frescas y vegetales enteros y cortados en pedazos; también puede usar figuras.

CÓMO COMENZAR:

1. Muestre el rótulo que dice Sí y hable acerca de las frutas y las verduras que más gusten.
2. Anime a los niños a decir Sí a las verduras.
3. Proceda con la charla.

Tema:

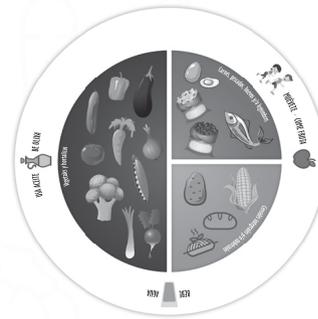
Nuestros cuerpos necesitan diferentes tipos de alimentos:

- a. **Grasas y azúcares.** Estos alimentos proveen calor y energía. El cuerpo necesita muy poco de ellos. Cuando comemos mucho de estos alimentos que el cuerpo no necesita, éste los almacena formando una capa de grasa.
- b. **Productos lácteos.** Estos alimentos proporcionan calcio, proteína y grasa (en gran cantidad). Es bueno para los huesos y dientes. La leche descremada es mejor.
- c. **Legumbres. (Frijoles), nueces y carne.** Estos alimentos son ricos en proteínas, reparan las células y ayudan en el crecimiento. Se deben comer con moderación. Las carnes contienen gran cantidad de grasa que es perjudicial para el cuerpo.

- d. **Verduras.** Estas proporcionan minerales, vitaminas y celulosa que ayudan al cuerpo en el proceso de limpieza. Es mejor cuando se comen así como Dios las hizo, sin mucha sal, condimentos ni muy recocidas.
- e. **Frutas.** Proporcionan minerales, vitaminas y celulosa igual que las verduras, así como también azúcar natural.
- f. **Granos y Cereales.** Estos proporcionan almidón para la energía. Hay que comerlos moderadamente. Estos se encuentran en el pan integral, fideos, raviolos y cereales.

Nuestros cuerpos necesitan:

- 10 % de alimentos que contengan proteínas.
- 35 % de grasas.
- 55 % de carbohidratos.
- (Muestre el Nutriplato, pág. 60).



Cuanto más fresco es el alimento está más lleno de vitaminas, le siguen los alimentos congelados. Las frutas secas no tienen tantas vitaminas. Las frutas y las verduras enlatadas son las que tienen menos vitaminas.

Las vitaminas y minerales más importantes son encontrados justo debajo de la cáscara de muchas frutas y verduras. Si las frutas y las verduras son peladas, esos nutrientes especiales pueden perderse. La vitamina B y C son solubles en agua y pueden disolverse en el agua cuando son cocinadas y si votamos el agua en la que son cocinadas, las vitaminas se pierden.

Para descubrir cuán nutritivo es el pan, lee los ingredientes en la envoltura. Si en la lista aparece primero la harina integral significa que granos enteros fueron usados. La harina integral es mucho más nutritiva que la harina blanca o refinada.

### Identificando los vegetales

Dé a los niños trocitos de verduras y frutas para que los prueben. Ganan puntos si son capaces de identificarlos.

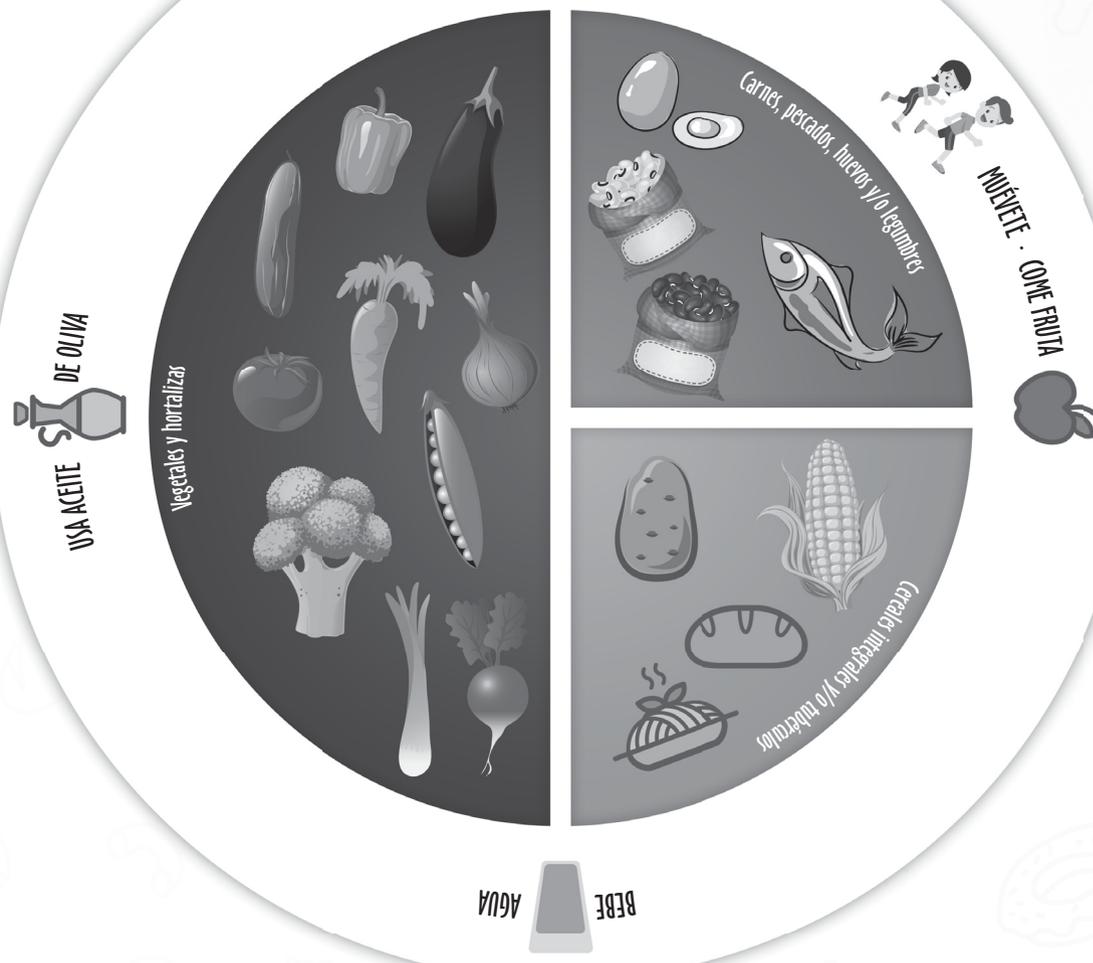
### ACTIVIDADES:

- Entregue la hoja de actividades N.º 3

**NOTA:** Lea más sobre este tema en las enciclopedias escolares. Recuerde que no está dando un estudio completo de anatomía o ciencia, ni un estudio profundo de salud, destaque solo lo más importante de acuerdo a la edad de los niños. Mientras los niños aprenden acerca de sus cuerpos que Dios creó, también necesitan aprender alguna información sobre la buena salud.



| Nutriplato |



TEMA DE  
SALUD

4

- EL SUEÑO Y EL DESCANSO -

DUERMA CON GANAS

**IDEA PRINCIPAL:**

Dios entiende mejor las necesidades de nuestro cuerpo, porque Él nos creó, por eso separó un día en la semana para el descanso. Así como el fabricante de carros conoce mejor como debe ser reparado un motor, así también Dios sabe que los seres humanos necesitamos de descanso.

- ✓ Los niños deben saber que el descanso es importante si es que quieren tener un buen aspecto y sentirse bien.

**TEXTO:**

En paz me acostaré y asimismo dormiré... [Sal 4:8].



**PREPARACIÓN:**

- Escriba el título del centro de aprendizaje para que los niños puedan encontrarlo fácilmente.
- Decore el centro con objetos relacionados con el sueño.
- Cuelgue la luna y las estrellas del techo, tenga almohadas, pijamas etc.

**CÓMO COMENZAR:**

1. Explique como las madres a veces les cantan una canción a los niños. Use alguna que Ud. recuerde.
2. Pregúnteles qué les cantaban para que ellos se duerman.
3. Qué hacen ahora para poder dormir (beben leche tibia, leen una historia, oran, cuentan ovejitas, escuchan música, etc.)
4. Repita la siguiente rima que se usa para hacer dormir a los niños pequeños:  
Duérmase, mi niño,  
Duérmase, mi sol,  
Duérmase, pedazo de mi corazón.

*Tema:*

El sueño es necesario para los seres humanos. Cuando privamos al cerebro de los ciclos completos de sueño por largo tiempo, puede ocurrir un corto circuito. Aquellos que duermen mucho o menos de 6 a 8 horas, tienden a vivir menos tiempo que aquellos que duermen una cantidad de tiempo normal. Lo que comes puede afectar muchas veces tu sueño.

Los bebés necesitan dormir más de la mitad del día, de 10 a 14 horas.

Los niños necesitan de 8 a 12 horas de sueño (dependiendo de la edad) para conservar sus cuerpos saludables. Los adultos necesitan de 6 a 8 horas de sueño para sentirse bien y no somnolientos.



El dormir ayuda a desarrollar tu sistema inmune y da al corazón y a otros órganos la oportunidad de descansar. Soñar es parte natural del tiempo de dormir.

Después de un día muy tenso, debieran hacer ejercicios de relajamiento para poder dormir.

### Ejercicio de relajamiento

Imagínense que Uds. son muñecos, sin nada que los ayuden a mantenerse rígidos. Debieran sentir los brazos muy pesados, de tal manera que si los dejan caer al lado de la silla quedarán colgando y balanceándose. De igual modo, si alguien les levanta un pie, cae pesadamente. (Intenten hacerlo todos. Ud. debiera practicarlo por sí mismo antes de mostrarlo a los niños).

### ACTIVIDADES:

- Entregue la hoja de actividades N.º 4, "Duerme con ganas".
- Para que los niños disfruten de esta actividad, divídalos en dos grupos y que trabajen juntos. Así también terminarán más rápido.
- Discuta las respuestas.

**NOTA:** Lea más sobre este tema en las enciclopedias escolares. Recuerde que no está dando un estudio completo de anatomía o ciencia, ni un estudio profundo de salud, destaque solo lo más importante de acuerdo a la edad de los niños. Mientras los niños aprenden acerca de sus cuerpos que Dios creó, también necesitan aprender alguna información sobre la buena salud.

TEMA DE  
SALUD

5

- CONFIANZA Y SEGURIDAD -

UN EQUIPO GANADOR

**IDEA PRINCIPAL:**

- ✓ La confianza es realmente importante si es que quieres hacer algo o llegar a ser lo mejor. Tú puedes confiar especialmente en Dios para conocer lo que es mejor para tu cuerpo, porque Él te hizo. Un factor importante para permanecer saludable es obedecer las leyes de buena salud de Dios y confiar en que Él cuida de nosotros.

**TEXTO:**

“ Porque de tal manera amó Dios al mundo, que dio a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él crea, no se pierda, mas tenga vida eterna (Jn 3:16). ”



**PREPARACIÓN:**

- Escriba el título del centro de aprendizaje para que los niños puedan encontrarlo fácilmente.
- Decore el centro con figuras de Jesús con niños felices.
- Haga un cuadro de fondo en el cual Jesús esté en el centro y a su alrededor deportistas o equipos de deporte y debe tener un título que diga: "Jesús y yo, un equipo ganador".

**MATERIALES NECESARIOS:**

- » Biblia, figuras de Jesús con niños, figuras de deportistas o de un equipo.

**COMO COMENZAR:**

Cuénteles una historia de su propia experiencia cuando Dios le ayudó a no estar preocupado.

*Tema:*

Los niños a veces se preocupan por las cosas que les dan miedo. Preocuparse no hace que las cosas terribles desaparezcan. Pero preocuparse a veces hace nerviosos a los niños y aún enfermarse. Los niños a veces se preocupan por cosas tales como un examen en la escuela, llegar tarde a alguna reunión importante, perderse, lastimarse, o morir.

Dios es la respuesta para las preocupaciones. Él dice en la Biblia, en Salmo 34:7 "El ángel de Jehová acampa alrededor de los que le temen y los defiende".

La palabra "teme" en este texto significa respeto y confianza. Dios tiene cuidado por aquellos que confían en Él. Por lo tanto, la próxima vez que te sientas preocupado, pídele a Dios que te quite los temores.



### Información en cuanto al temor

- ✘ Algunas veces cuando sigues pensando acerca de algo malo que tú no quieres hacer, terminas haciéndolo.
- ✘ Cuando tratas de pensar en cosas buenas y en cómo se debieran hacer las cosas bien hechas, Dios te ayuda para que esas cosas buenas ocurran.
- ✘ Estar contento con lo que tienes, te ayuda a ser feliz.
- ✘ A los demás les gusta vivir con personas que son alegres.
- ✘ Disfruta cada día; es un don de Dios (No te preocupes por el mañana).
- ✘ Cuando las cosas salen mal, recuerda que Dios está en ese mismo momento obrando para sacar algo bueno de todo eso.
- ✘ Tú puedes confiar en Dios. Él está a tu lado. Él no te abandonará.
- ✘ Pídele a Dios que te ayude a tomar decisiones correctas. Escucha los consejos de tus padres; Dios los usa para que ellos te ayuden.
- ✘ Sigue las reglas de Dios; Él nos las dio para evitar que nos metamos en problemas.
- ✘ Si haces algo malo, admítelo.
- ✘ Acepta la culpa cuando hagas algo malo; no acuses a otro.
- ✘ Pídele a Dios que te perdone; Él promete perdonarte y olvidar todo.

### ACTIVIDADES:

- Entregue la hoja de actividades N.º 5

**NOTA:** Lea más sobre este tema en las enciclopedias escolares. Recuerde que no está dando un estudio completo de anatomía o ciencia, ni un estudio profundo de salud, destaque solo lo más importante de acuerdo a la edad de los niños. Mientras los niños aprenden acerca de sus cuerpos que Dios creó, también necesitan aprender alguna información sobre la buena salud.

