

## CREȘTEREA SPIRITUALĂ 2

### 4. Ai grijă de corpul tău!

**SCOPUL LECȚIEI:** Copiii să învețe că Dumnezeu ne-a creat cu un corp frumos pe care noi avem datoria să îl îngrijim, ca să creștem frumos din toate punctele de vedere.

**TEXTE BIBLICE:** Cartea Daniel, capitolul 1

**IDEE VERSET BIBLIC:** 1 Corinteni 6:19

Acest material a fost  
realizat exclusiv de  
către

**KIDZ ROMÂNIA**

**TEXT:**

Janet Cunningham

Florentina Pali-Gheorghiaș

Kimberly Canjura Granados

**TRADUCERE:**

Lavinia Creac

**TEHNOREDACTARE:**

Janet Cunningham



## INDEX

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| Instrucțiuni pentru Învățători .... | 2 |
| Lecția Introductivă .....           | 2 |
| Lecția Biblică .....                | 3 |
| Versetul Biblic.....                | 4 |
| Lucru Manual.....                   | 4 |
| Aplicația Practică.....             | 5 |
| Materiale Opționale .....           | 5 |
| (Recapitulare)                      |   |
| Vizuale.....                        | 6 |
| Pagină de Colorat.....              | 8 |

### ECHIPA KIDZ ROMÂNIA:

Janet Cunningham ..... Tamara Henkes.....Florentina Pali-Gheorghiaș  
Simona și Florian Kifor.....Marcela și Efrén Portillo.....Nane Breha  
Rebeca Barahona.....Kimberly Canjura Granados.....Sonia Alanya



Drepturile de autor aparțin organizației AG- SUA.

Acest material poate fi folosit GRATUIT la școala biblică pentru copii sau la orele de religie.

Este INTERZISĂ REPRODUCEREA ȘI COPIEREA, sub orice formă, în vederea comercializării sau a altor scopuri (website, DVD, CD, Radio -TV sau diferite alte publicații).

Pentru mai multe informații: [kidzromania@gmail.com](mailto:kidzromania@gmail.com)

# Instrucțiuni pentru Învățători

- În această lecție, copii vor învăța că Dumnezeu ne-a creat cu un corp frumos pe care noi avem datoria să îl îngrijim, ca să creștem frumos din toate punctele de vedere.
- Materialul de față este potrivit pentru preșcolarii foarte mici, 3-4 ani. Dar el poate fi adaptat și pentru preșcolarii mai mari de 4 ani.
- Materialul oferă mai multe secțiuni care, odată ce sunt folosite toate împreună, pot depăși două ore. De aceea vă sugerăm să selectați doar secțiunile care vi se par cele mai potrivite pentru grupă și doar pe acelea să le folosiți, ca să vă încadrați în timp.
- Se oferă și pagini de colorat și o idee de lucru manual.
- Deschideți lecția cu câteva cântecele de laudă și închinare, întrebați copiii cum a fost săptămâna lor. Dacă au fost cereri de rugăciune la ultima întâlnire, întrebați-i ce răspuns au primit la rugăciuni. Apoi faceți o scurtă rugăciune de început.

## PERSOANE:

- 2 Persoane



## Lecția Introductivă

**OBIECTIVE:** Acest moment introduce tema lecției biblice despre faptul că Dumnezeu vrea ca noi să avem grijă și de trupul nostru, pentru o creștere frumoasă.

### PREGĂTIREA ÎNAINTE DE ORĂ:

- Puneți un morcov, măr și o banană în trei pungi diferite de cadou. Separat, pregătiți bucăți mici să dați și copiilor să mănânce.
- În alte două pungi puneți: într-una acadeaua, în cealaltă suc.
- Lipiți cu scotch fiecare pungă la gură, ca să nu se vadă ce este înăuntru.
- Ascundeți pungile până la momentul potrivit.



## MATERIALE:

- Morcovi, mere și banane (sau alte fructe/legume)
- Acadea și suc
- Masă
- Scotch
- Cuțit
- 5 Pungi de cadou



### INSTRUCȚIUNI ÎN TIMPUL OREI:

1. Alegeți cinci copii care să vină în fața clasei.
2. Scoateți cele cinci pungi de cadou și puneți-le pe o masă.
3. Cei cinci copii trebuie să aleagă o pungă.
4. Explicați copiilor că în fiecare pungă este ceva de mâncare sau de băut, care face bine oricând corpului nostru, sau lucruri care condumate mereu pot îmbolnăvi corpul nostru.
5. Copiii vor deschide pe rând pungile și vor scoate ce este înăuntru.
6. Vorbiți despre fiecare lucru în parte dacă acela este sănătos și de ce, sau cum poate afecta trupul dacă îl mâncăm mereu, în exces. Exemplu: Mărul este sănătos. El ajută corpul să crească mare, puternic și sănătos. Bomboanele, în schimb, mâncate mereu, pot distruge dințișorii.
7. La final, spuneți copiilor că există mâncare bună, care ne ajută să creștem mari și sănătoși, dar și lucruri care doar au gust bun, însă, dacă le mâncăm mereu, pot face rău corpului nostru, deoarece ne îmbolnăvim.
8. Spuneți copiilor că în lecția de astăzi veți învăța despre cum Dumnezeu dorește de la noi să avem grijă de trupul nostru, deoarece El ne-a creat.
9. Dați copiilor să mănânce bucăți mici de fructe/legume tăiate înainte de lecție.



# Lecția Biblică

**OBIECTIVE:** Copiii să înțeleagă din exemplul lui Daniel, care a avut grijă de corpul lui, cum să aibă și ei grijă de trupul lor.

**TEXTE BIBLICE:** Cartea Daniel, capitolul 1

## MATERIALE:

- Nu sunt.



## PREGĂTIREA ÎNAINTE DE ORĂ:

- Faceți o repetiție înainte, ca să știți exact cum trebuie să procedați cu copiii.

## INSTRUCȚIUNI ÎN TIMPUL OREI:

1. Spuneți copiilor că astăzi veți vorbi despre un tânăr care a preferat să mănânce legume și fructe, în loc de mâncare nesănătoasă care i se oferea la curtea împăratului, acolo unde se afla departe de casă. Numele lui era Daniel.
2. În timp ce povestiți, copiii vor scoate sunete atunci când vor auzi câteva cuvinte.  
⇒ Daniel — Copiii strigă: **Daaaa!**  
⇒ Nesănătos/-oasă — Copiii strigă: **Yahhh!**  
⇒ Împărat — Copiii strigă: **Să trăiți!**
3. Faceți o probă cu copiii ca să fiți siguri că au înțeles ce au de făcut. Spuneți de 3-4 ori fiecare cuvânt. Amestecați cuvintele între ele, pentru a vă asigura că toți știu sunetul potrivit pentru fiecare cuvânt.
4. Luați textul de mai jos cu povestirea biblică, și citiți în fața copiilor rar și cu pauze după cuvintele care cer sunete.

## POVESTIREA BIBLICĂ:



**Daniel** (*Daaa!*) se afla departe de casă. El împreună cu alți trei prieteni ai lui locuiau într-o altă țară la curtea **împăratului** (*Să trăiți!*). **Împăratul** (*Să trăiți!*) a vrut să facă din ei oameni importanți, așa că a dorit ca **Daniel** (*Daaa!*) și prietenii lui să mănânce multe bunătăți gustoase în palatul său, dar care erau **nesănătoase** (*Yahhh!*). Dar **Daniel** (*Daaa!*) și prietenii lui știau de acasă ce este bun pentru trup și ce este **nesănătos** (*Yahhh!*), deoarece au învățat de mici că Dumnezeu le-a cerut să nu mănânce mâncare **nesănătoasă** (*Yahhh!*). Dumnezeu dorea ca trupul lor să crească frumos și sănătos. Iar la curtea **împăratului** (*Să trăiți!*) ei aveau multe mâncăruri gustoase, dar **nesănătoase** (*Yahhh!*). Dar **Daniel** (*Daaa!*) și prietenii lui au spus: „Nu! Noi nu vom mânca mâncare **nesănătoasă** (*Yahhh!*) la curtea acestui **împărat** (*Să trăiți!*). Noi vom asculta de Dumnezeu. **Daniel** (*Daaa!*) și prietenii lui au rugat pe slujitorul **împăratului** (*Să trăiți!*) să nu le mai aducă mâncare **nesănătoasă** (*Yehhh!*), ci doar legume și fructe. Și asta au mâncat timp de zece zile. Apoi **Daniel** (*Daaa!*) și prietenii lui arătau mai frumoși și mai sănătoși decât oricare alt tânăr de acolo. Ei au ascultat de Dumnezeu și nu au mâncat mâncare **nesănătoasă** (*Yehhh!*) la masa **împăratului** (*Să trăiți!*). Dumnezeu s-a bucurat că **Daniel** (*Daaa!*) și prietenii lui au ascultat de El și a făcut să le fie bine și să crească frumos.

## CONCLUZIE:

Și noi trebuie să avem grijă de corpul nostru să nu îi facem rău, copii. În Biblie spune că Dumnezeu ne-a creat, deci ne-a dăruit acest trup. Noi trebuie să avem mare grijă de trupul nostru și să arătăm lui Dumnezeu că ne bucurăm de trupul pe care ni l-a dăruit.

## Versetul Biblic

**OBIECTIVE:** Copiii să înțeleagă că Dumnezeu vrea ca noi să avem grijă de trupul nostru.

### PREGĂTIREA ÎNAINTE DE ORĂ:

- Faceți o repetiție înainte de lecție cu desene simple pe care să le puteți desena repede pe tablă. Atenție! Nu trebuie să desenați frumos, ci repede.

### INSTRUCȚIUNI ÎN TIMPUL OREI:

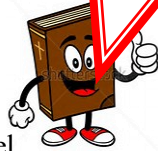
1. Spuneți copiilor că astăzi veți învăța ideea unui verset din Biblie care vorbește despre trupul nostru, care este un dar de la Dumnezeu, și că trebuie să avem grijă de el.
  - ⇒ Desenați pe tablă semnul exclamării și spuneți că el înseamnă, atenție: **Trebuie să am grijă...** Spuneți și cu copiii: **Trebuie să am grijă...**
  - ⇒ Desenați pe tablă un omuleț și spuneți că el înseamnă cuvintele: **de corpul meu...** Spuneți și cu copiii: **Trebuie să am grijă de corpul meu, ...**
  - ⇒ Desenați pe tablă un cadou și spuneți că el înseamnă cuvintele: **darul de la...** Spuneți și cu copiii: **Trebuie să am grijă de corpul meu, darul de la ...**
  - ⇒ Desenați pe tablă un nor și spuneți că el înseamnă cuvântul: **Dumnezeu.** Spuneți și cu copiii: **Trebuie să am grijă de corpul meu, darul de la Dumnezeu.**
  - ⇒ Desenați pe tablă o carte și spuneți că el înseamnă: **Biblia** (Corinteni 6:19) Spuneți și cu copiii: **Trebuie să am grijă de corpul meu, darul de la Dumnezeu. Biblia (Corinteni 6:19)**
2. Repetați cu copiii de trei ori ideea versetului.

**IDEEA:** Trebuie să am grijă de corpul meu, darul de la Dumnezeu. Biblia

1 Corinteni 6:19

### MATERIALE:

- Cariocă
- Tablă/coli A4 de hârtie
- Fruct
- Muzică



### JOCUL este OPȚIONAL:

1. Dați unui copil un fruct pe care să îl țină. Când porniți muzica, copiii dau din mână în mână fructul, de la unul la altul.
2. Când opriți muzica, copilul cu fructul în mână vine și șterge un desen de pe tablă.
3. Copiii spun ideea versetului, inclusiv partea lipsă.
4. Se continuă în același mod, până ce copiii nu mai au pe tablă niciun desen și pot spune singuri pe dinafară ceea ce au învățat.

## Lucru Manual

**OBIECTIVE:** Copiii să realizeze un obiect cu care să se joace și care să le amintească despre cum pot avea grijă de trupul lor.

### PREGĂTIREA ÎNAINTE DE ORĂ:

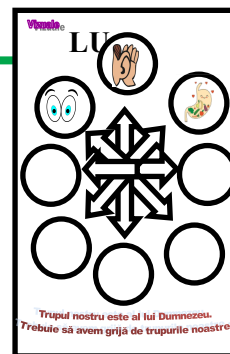
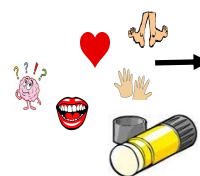
- Faceți copii xerox imaginile de la pag. 7 și decupați pentru fiecare copil un set de opt imagini.
- Faceți copii xerox pentru fiecare copil pagina 6.
- Faceți un model ca să vadă și copiii cum trebuie să arate.

### INSTRUCȚIUNI ÎN TIMPUL OREI:

1. Dați copiilor cercul și cele 8 stick-ere și lipici.
2. Copiii pot colora săgețile și vor lipi cele 8 stick-ere în cercuri, așa cum doresc ei.

### MATERIALE:

- Copie xerox cercuri, unul de copil, pag. 6
- Copie xerox stick-ere, pag. 7
- Foarfecă
- Lipici





# Aplicație Practică

**OBIECTIVE:** Copiii să înțeleagă că Dumnezeu vrea să avem grijă de trupurile noastre.

## MATERIALE:

- Creația fiecărui copil de la lucru manual.



## INSTRUCȚIUNI ÎN TIMPUL OREI:

1. Luați materialul creat de copii la secțiunea lucru manual.
2. Puneți degetul pe o imagine care arată gura, ochii, mâinile, picioarele, urechea, inima, creier, stomac și întrebați copiii ce reprezintă fiecare imagine.
3. Întrebați copiii cum pot ei face lucruri bune sau greșite cu acea parte din corp pe care o aveți în imaginea aleasă, și cum pot ei să aibă grijă de corpul lor.

## CONCLUZIE:

La final, amintiți copiilor ce spune Biblia și ce au învățat ei prin ideea versetului biblic, anume că trupul nostru este un dar de la Dumnezeu, iar noi avem obligația să avem grijă de el.

**RUGĂCIUNE:** Doamne Isuse, Te rugăm să ne ajuți să alegem doar lucruri bune pentru corpul nostru, să creștem frumoși și sănătoși.

## Materiale Opționale

Mai jos, vă oferim și câteva materiale opționale pe care să le folosiți la clasă în limita timpului disponibil și în funcție de ceea ce remarcați că place mai mult copiilor sau este nevoie.

### \* RECAPITULARE:

**OBIECTIVE:** Copiii să recapituleze printr-un cântec cele învățate la lecție despre cum Dumnezeu le cere să aibă grijă de corpul lor.

## PREGĂTIREA ÎNAINTE DE ORĂ:

- Repetați cântecul dacă știți melodia. Dacă nu o știți, fie roștiți ca pe o poezie cu gesturi și mișcare, fie improvizați o melodie.

## INSTRUCȚIUNI ÎN TIMPUL OREI:

1. Cântați o dată cântecul pentru copii, ca să îl audă.
2. Faceți și anumite mișcări în timp ce cântați.

Ai grijă gură mică ce vorbești, (Arătați cu degetul spre gură.)

Ai grijă gură mică ce vorbești, (Arătați cu degetul spre gură.)

Căci Părintele de sus, te privește ne-ncetat, (Duceți mâna streașină la ochi, ca și cum ați privi departe.)

Ai grijă gură mică ce vorbești. (Arătați cu degetul spre gură.)

Ai grijă ochișor unde privești, (Arătați cu degetul spre ochi.)

Ai grijă ochișor unde privești, (Arătați cu degetul spre ochi.)

Căci Părintele de sus, te privește ne-ncetat, (Duceți mâna streașină la ochi, ca și cum ați privi departe.)

Ai grijă ochișor unde privești. (Arătați cu degetul spre ochi.)

Ai grijă urechiușă ce ascuți, (Arătați cu degetul spre ureche.)

Ai grijă urechiușă ce ascuți, (Arătați cu degetul spre ureche.)

Căci Părintele de sus, te privește ne-ncetat, (Duceți mâna streașină la ochi, ca și cum ați privi departe.)

Ai grijă urechiușă ce ascuți. (Arătați cu degetul spre ureche.)

## MATERIALE:

- Nu sunt.



Ai grijă mână dragă la ce faci, (Mișcați mâinile.)

Ai grijă mână dragă la ce faci, (Mișcați mâinile.)

Căci Părintele de sus, te privește ne-ncetat, (Duceți mâna streașină la ochi, ca și cum ați privi departe.)

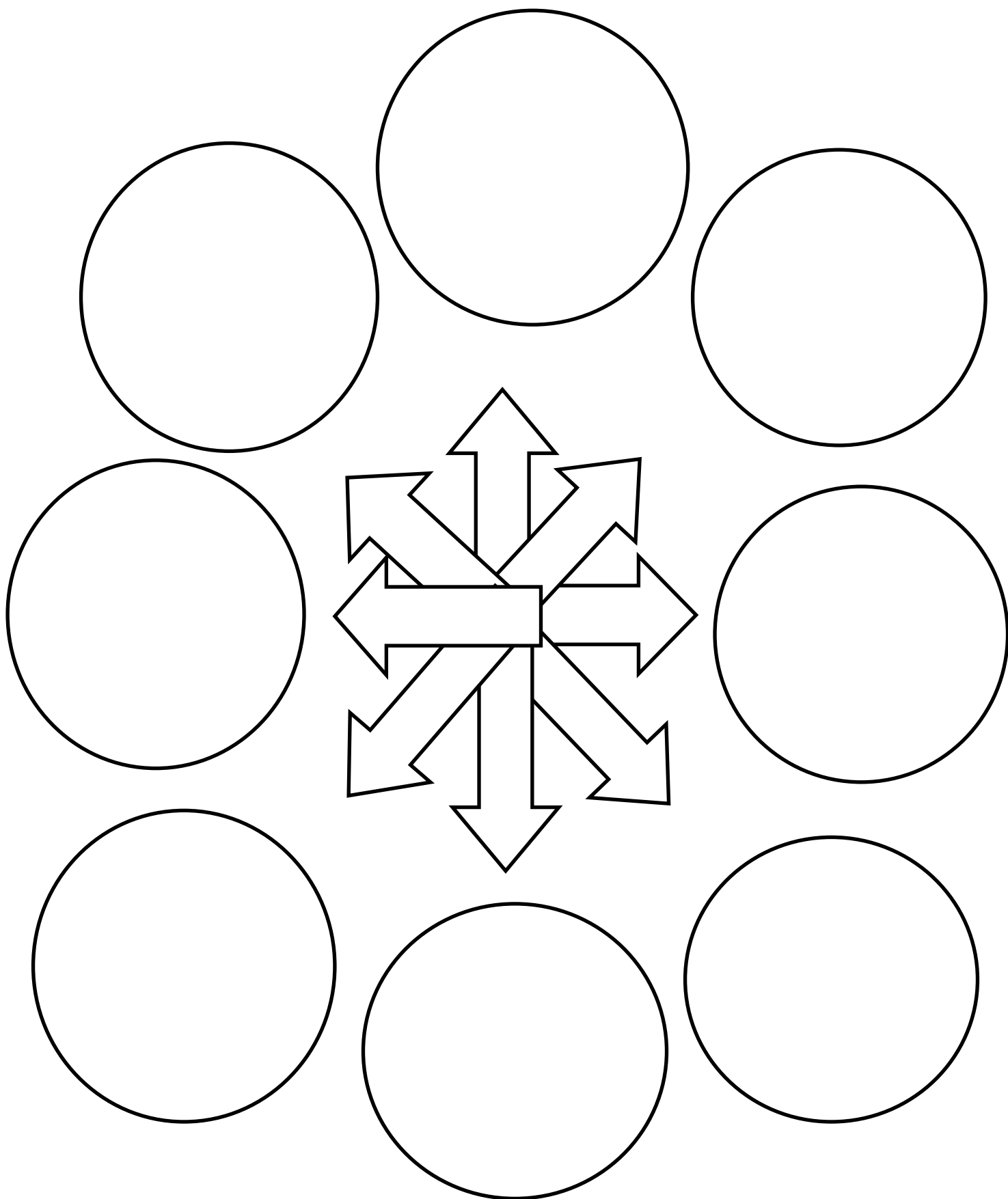
Ai grijă mână dragă la ce faci. (Mișcați mâinile.)

Ai grijă picioruș unde te duci, (Bateți cu picioarele în pământ.)

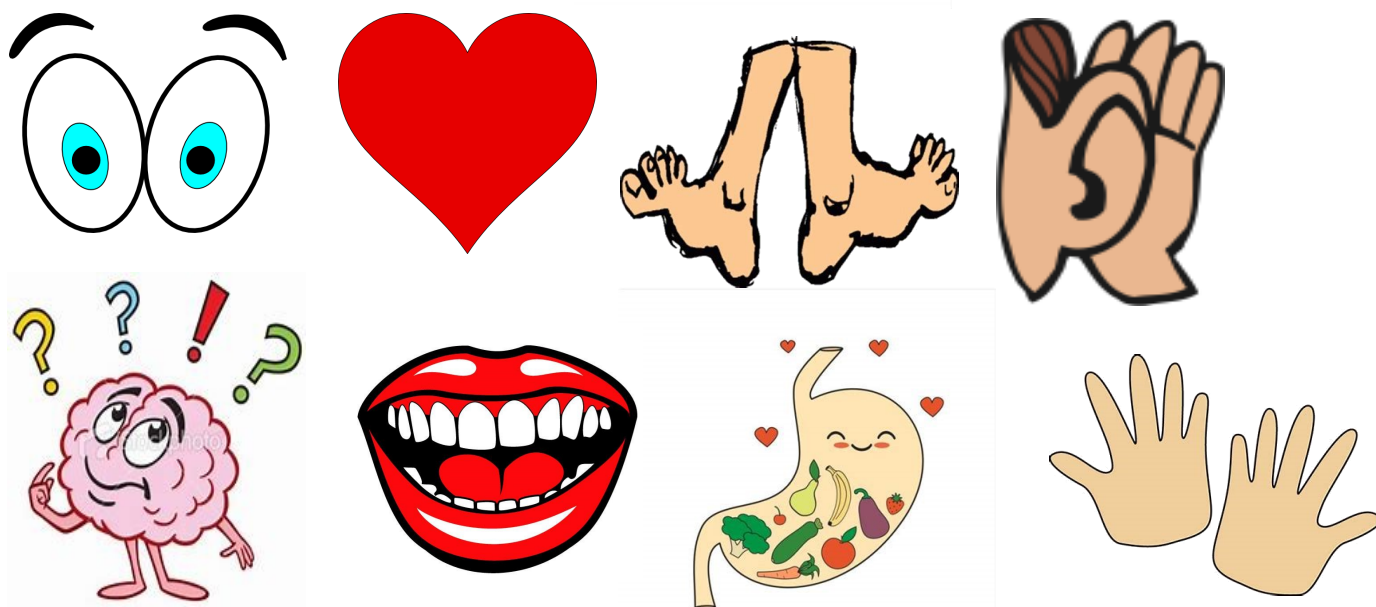
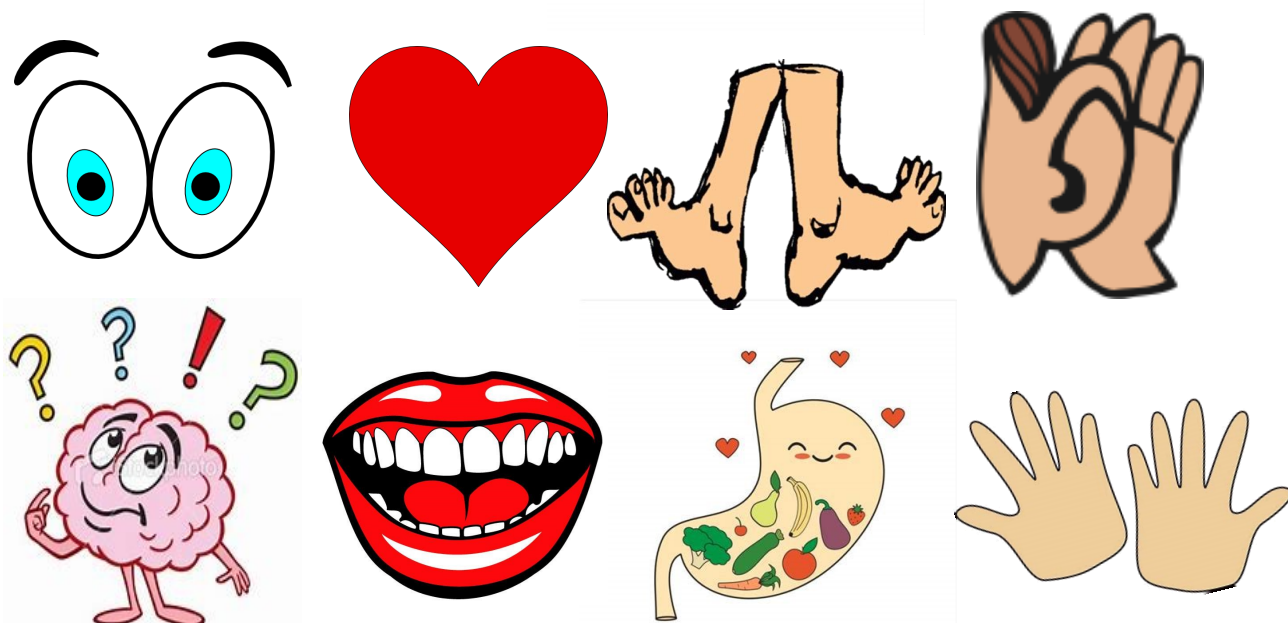
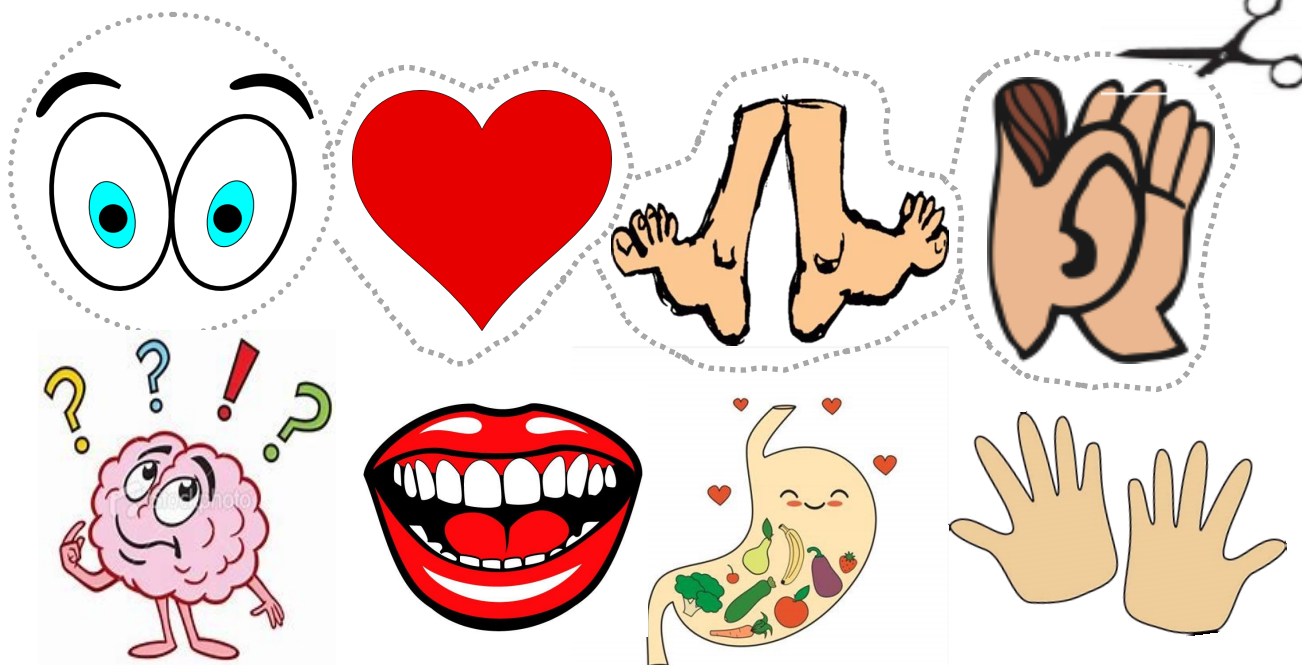
Ai grijă picioruș unde te duci, (Bateți cu picioarele în pământ.)

Căci Părintele de sus, te privește ne-ncetat, (Duceți mâna streașină la ochi, ca și cum ați privi departe.)

Ai grijă picioruș unde te duci. (Bateți cu picioarele în pământ.)



**Trebuie să am grijă de corpul meu, darul de la Dumnezeu. Biblia  
(1 Corinteni 6:19)**



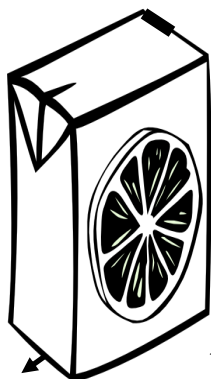
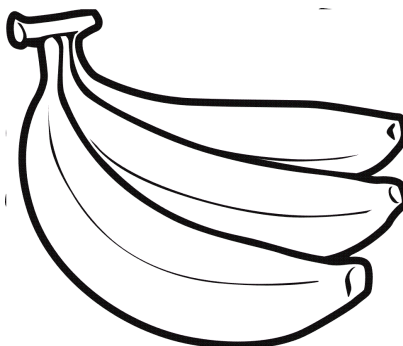
Dragi părinți, **scopul** lecției de astăzi a fost ca toți copiii să înțeleagă că Dumnezeu ne-a creat cu un corp frumos pe care noi avem datoria să îl îngrijim, ca să creștem frumos din toate punctele de vedere.

**Textul biblic:** Cartea Daniel, capitolul 1

**Idee verset biblic:** 1 Corinteni 6: 19

Dumnezeu ne-a dat un trup frumos.

Trebuie să avem grijă de corpul nostru.



Încercuiți alimentele care sunt  
bune pentru noi și tăiați  
lucrurile rele.

