

10

VOU CUIDAR DO MEU CORPO

INTRODUÇÃO PARA O PROFESSOR

A fim de preparar-se espiritualmente para apresentar esta lição, leia e pondere o seguinte:

Uma das grandes bênçãos do plano de salvação é a oportunidade de receber um corpo físico. O Senhor deseja que respeitemos o nosso corpo e cuidemos dele. Ele nos abençoa quando o fazemos (ver I Coríntios 3:16; D&C 89:18–21).

ATIVIDADES DE APRENDIZAGEM

Comece com uma atividade motivadora. Há sugestões na página 3.

Oração Peça a uma criança que faça a oração de abertura.

Fotografia Diga às crianças que o Pai Celestial nos deu um corpo, e com o nosso corpo podemos fazer muitas coisas maravilhosas. Mostre a fotografia da página 46. Fale sobre cada membro da família desse retrato; quando apontar para o bebê, faça perguntas semelhantes às relacionadas abaixo. Depois de cada pergunta, peça às crianças que respondam dizendo “Não” enquanto você balança bem a cabeça de um lado para o outro.

- Um bebê sabe andar?
- Um bebê sabe falar?
- Um bebê sabe jogar bola?

Diga às crianças que antes elas eram bebês, mas agora estão crescendo.

Música Peça às crianças que se levantem. Cante ou recite as seguintes palavras de “Era uma Vez um Homem de Neve” (*Músicas para Crianças*, p. 121) e faça os gestos indicados abaixo. Peça às crianças que acompanhem você.

Antes eu era um bebezinho, (*faça de conta que está embalando um bebê*)

Um bebê pequenino assim (*agache-se gradualmente*)

Agora estou crescendo e crescendo (*levante-se gradualmente*)

Vou ficar bem grande enfim. (*levante as mãos acima da cabeça*)

Fotografia Mostre de novo o retrato e aponte para a criancinha brincando com o pai. Diga às crianças que ela tem mais ou menos a mesma idade que elas. Faça perguntas semelhantes às relacionadas abaixo. Depois de cada pergunta, peça às crianças que respondam “Sim” enquanto você confirma com um movimento enfático da cabeça.

- Vocês sabem andar? (*peça às crianças que marchem sem sair do lugar*)
- Vocês sabem falar? (*conte até cinco com as crianças*)
- Vocês sabem jogar bola? (*peça às crianças que façam de conta estar lançando uma bola e a pegando*)

Diga-lhes que estão crescendo porque comem alimentos saudáveis, dormem na hora certa e tomam banho para ficarem limpinhas.

Dramatização Mostre a ilustração da página 47. Aponte o desenho da menina dormindo e explique às crianças que dormir é uma maneira de cuidar



DICAS DE ENSINO

Nota: Nesta aula, seja sensível ao caso de crianças na sua classe do berçário que tenham alguma deficiência física. Talvez você precise alterar as perguntas durante as atividades com as gravuras. Concentre-se nas coisas que as crianças *podem* fazer — não nas que não podem. Para mais informações sobre como ensinar pessoas com deficiências, ver *Ensino, Não Há Maior Chamado*, pp. 38–39.

Dramatização: Pode ser que as crianças menores não consigam fazer alguns dos gestos sugeridos na atividade de dramatização. Como alternativa, você pode pedir-lhes que apontem diferentes partes do corpo. Por exemplo, aponte para a boca e diga: “Esta é a minha boca. Pode me mostrar a sua?” Aplauda e elogie as crianças. Repita o exercício com outras partes do corpo.

do corpo. Peça às crianças que façam de conta que estão dormindo. Repita o exercício com os outros desenhos.

Conclusão Externe gratidão pelo corpo que o Pai Celestial nos deu. Peça às crianças que digam: “Vou cuidar do meu corpo” (algumas palavras por vez).

Oração Peça a uma criança que faça a oração de encerramento.

ATIVIDADES OPCIONAIS

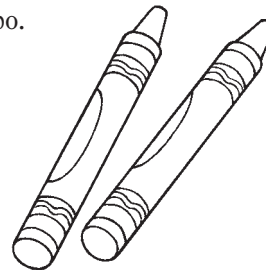
PREPARAÇÃO *Para o jogo de adivinhação:* Traga três ou quatro alimentos saudáveis, como frutas e verduras, numa bandeja. Traga algo para cobrir a bandeja, como um pano.

Para a atividade de colorir: Faça uma cópia da página 47 para cada criança colorir.

Jogo de Adivinhação Mostre às crianças a bandeja com alimentos. Aponte cada alimento e ajude as crianças a dizerem o nome dele. Cubra os alimentos com o pano; depois, tire um deles e descubra a bandeja. Peça às crianças que adivinhem qual está faltando. Esta atividade se destina principalmente a crianças maiores.

Atividade com Versinho Recite o seguinte versinho e peça para as crianças repetirem com você:
Esse amiguinho vai-se deitar, *(levante um dedo)*
No travesseiro a cabeça inclinar. *(repouse um dedo na palma da outra mão)*
Usa a coberta para se esquentar *(feche a mão, envolvendo o dedo)*
E se prepara para a noite enfrentar.
Nasce o dia e ele acorda.
Logo da cama vai saltar. *(abra a mão para mostrar o dedo descansando)*
Depressa se veste e se apronta *(levante o dedo)*
Para sorrir, trabalhar e brincar.

Atividade de Colorir Deixe cada criança colorir uma cópia da ilustração da página 47. Enquanto estiverem fazendo isso, ressalte que a ilustração mostra maneiras de cuidarmos do nosso corpo.



DICAS DE ENSINO

As atividades opcionais permitam-lhe atender às necessidades das crianças da sua classe do berçário. Você pode optar por fazer qualquer uma delas (ou todas) e repeti-las com a frequência que desejar. Escolha atividades que as crianças gostem e que as ajudarão a aprender. Fique à vontade para adaptá-las às suas circunstâncias e necessidades.

Atividade de colorir: Nem todas as crianças gostam de colorir. Algumas talvez façam somente um ou dois rabiscos na página. Mas mesmo que não passem muito tempo pintando, podem aprender com as ilustrações.



Vou Cuidar do Meu Corpo

