



LATTER DAY
KIDS

Vem, e Segue-Me

ROTEIRO DA LIÇÃO



TEMA

A Palavra de Sabedoria ([D&C 89-92](#))



HINO

[O Senhor Deu-me um Templo](#) (*Músicas para Crianças*, 73)



PREPARAÇÃO

Você precisará de três garrafas plásticas de água. Encha uma delas completamente com água. Encha outra parcialmente com água (aproximadamente até a metade) e esvazie completamente a última garrafa.



ATIVIDADE DE INTRODUÇÃO

Convide as crianças a se revezarem tentando fazer um giro de garrafa com a garrafa vazia. (Um giro de garrafa envolve lançar uma garrafa de plástico no ar de forma que ela gire, na tentativa de fazê-la cair em pé sobre sua base ou tampa. Se você ainda não sabe o que é um giro de garrafa, pesquise na internet.) Dê a elas bastante tempo para tentar (é quase impossível). Em seguida, convide as crianças a se revezarem tentando fazer um giro de garrafa com a garrafa cheia de água (isso também é quase impossível). Agora, convide as crianças a se revezarem tentando fazer um giro de garrafa com a garrafa de água parcialmente cheia. Isso ainda exigirá várias tentativas, mas é muito mais fácil de fazer! Deixe-as continuar tentando até que alguém consiga um giro de garrafa bem-sucedido!

Depois de concluir a atividade, faça as seguintes perguntas:

1) O giro da garrafa funcionou muito bem quando ela estava vazia? (*Não.*)

- 2) A técnica de virar a garrafa funcionou muito bem quando ela estava muito cheia?
(Não.)
- 3) Quando o truque de virar a garrafa funcionou melhor? *(Quando havia a quantidade certa de água lá dentro!)*

Explique: Você sabia que nossos corpos são como essas garrafas de água? Se comermos e bebermos as coisas certas, podemos ser saudáveis e fortes – assim como quando a garrafa funcionava melhor quando continha as coisas certas dentro. O Pai Celestial nos criou e, nas escrituras, Ele nos ensinou algumas coisas que podemos fazer para cuidar do nosso corpo. Essas escrituras especiais são chamadas de "A Palavra de Sabedoria".



Diga: “Agora vamos assistir a um vídeo sobre a Palavra de Sabedoria. Veja se você consegue se lembrar de três coisas que o Pai Celestial disse que são boas para o nosso corpo.”

[Assista ao vídeo: “A Palavra de Sabedoria | Lição Animada de Escrituras para Crianças”]

Discuta as seguintes questões depois de assistir ao vídeo:

- 1) Quais são algumas das coisas que o Pai Celestial disse que são boas para o corpo?
(Discutir.)
- 2) Quais são algumas das coisas que o Pai Celestial disse que não são boas para o corpo?
(Discutir.)
- 3) Como nossos corpos são como um motor? *(Discutir.)*
- 4) Você consegue se lembrar das bênçãos que o Pai Celestial disse que receberíamos se fizéssemos essas coisas e guardássemos os mandamentos? *(Seremos abençoados com sabedoria e conhecimento, correremos e não nos cansaremos, caminharemos e não desfaleceremos.)*



ESCRITURA

Leia os seguintes versículos das escrituras e discuta as perguntas que os seguem.

[\[D&C 89:18\]](#)

*18 E todos os santos que se lembrarem de guardar e fazer estas coisas, obedecendo aos mandamentos, receberão **saúde** para o umbigo e medula para os ossos;*

- 1) Quem está falando neste versículo? (*O Senhor.*)
- 2) O que é o nosso “umbigo”? (*Nosso umbigo é onde recebemos todas as vitaminas e nutrientes que precisávamos de nossa mãe antes de nascermos!*)
- 3) O que é medula óssea? (*A medula óssea está dentro dos nossos ossos e produz células sanguíneas para nos ajudar a combater infecções e a sermos saudáveis.*)
- 4) O que o Senhor nos prometeu neste versículo? (*Se fizermos essas coisas, receberemos saúde para o umbigo e medula para os ossos.*)

[\[D&C 89:19\]](#)

*19 E encontrarão **sabedoria** e grandes tesouros de **conhecimento**, sim, tesouros ocultos;*

- 1) O que o Senhor nos prometeu neste versículo? (*Seremos abençoados com sabedoria e conhecimento!*)

[\[D&C 89:20\]](#)

*20 E **correrão** e não se cansarão; e caminharão e não desfalecerão.*

- 1) O que o Senhor nos prometeu neste versículo? (*Discuta coisas como energia e não se sentir cansado ou esgotado.*)
- 2) Por que você acha que o Pai Celestial quer que saibamos dessas coisas? (*Porque Ele nos ama e quer que tenhamos as bênçãos!*)



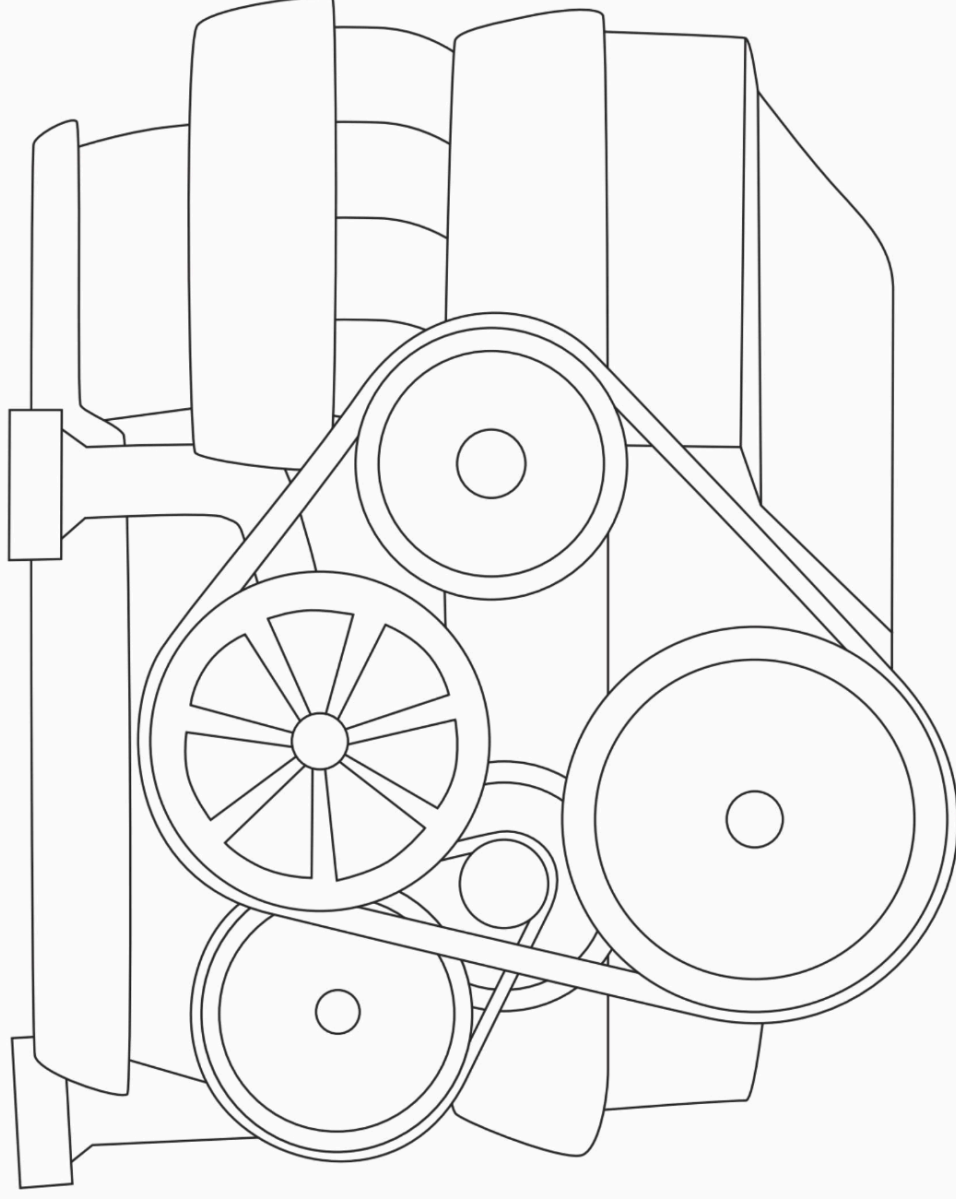
ATIVIDADE

Convide as crianças a colorir as páginas do vídeo. Aproveite esse tempo para discutir a Palavra de Sabedoria e as bênçãos prometidas pela obediência a essa lei.



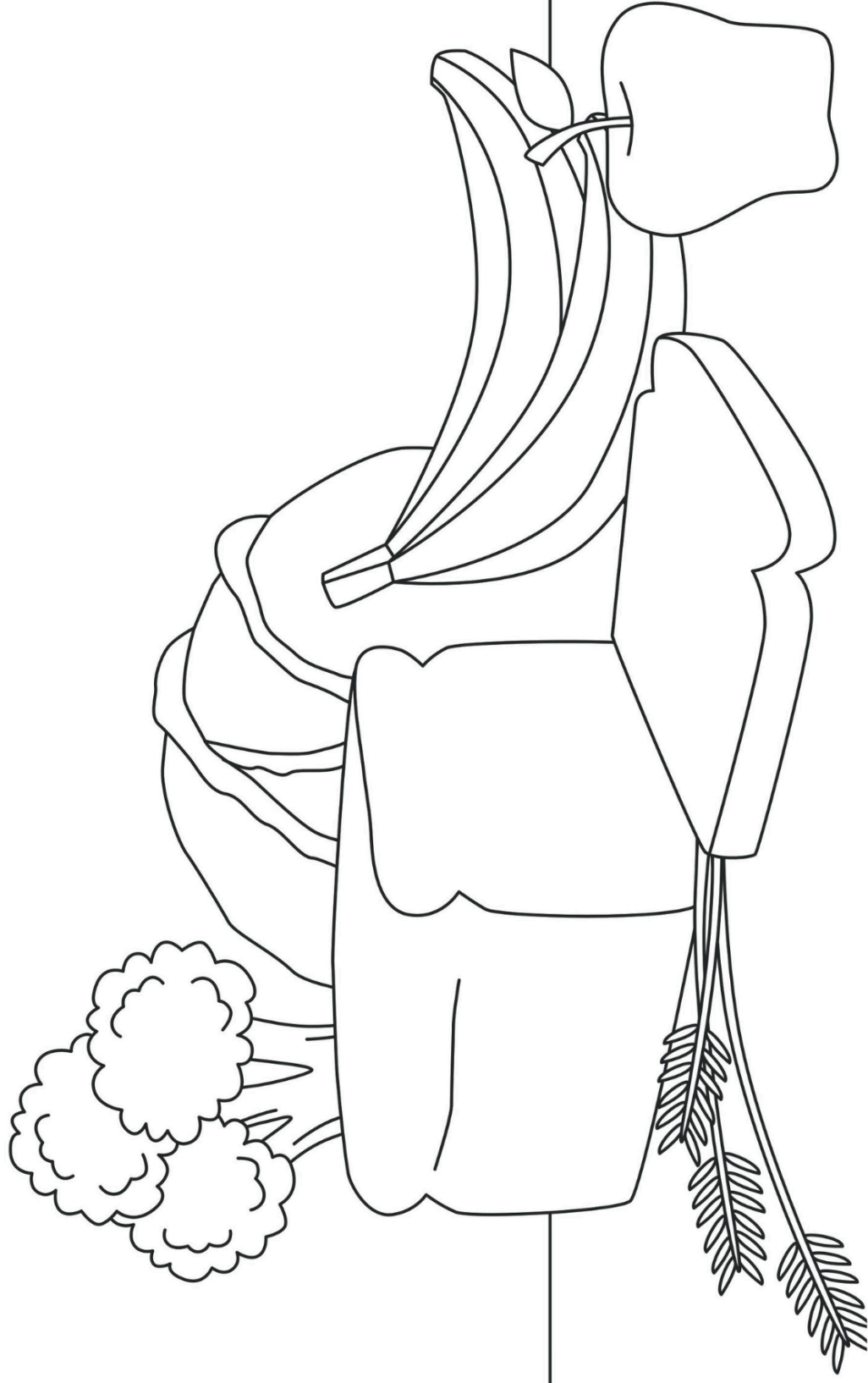
TESTEMUNHO

Preste testemunho das verdades encontradas nas escrituras.



**“E correrão e não se cansarão; e caminharão e não
desfalecerão.”**

-D&C 89:20



**“E correrão e não se cansarão; e caminharão e não
desfalecerão.”**

-D&C 89:20