



Lección 1: “Un club saludable”

Programa del equipo para el club presencial 6-8

<u>Punto clave de la enseñanza</u>	Un corazón y una tripulación sanos mantienen relaciones sanas con Dios y con los demás.
<u>Materials</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Una Biblia • Bolígrafos o lápices • Material 1, una copia por estudiante • Material 2, una copia por estudiante • Fichas, una por estudiante
<u>Pasaje bíblico</u>	“ Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes.” (Lucas 6:13, NTV)

Relaciónate (20 minutos)

Dale la bienvenida a los niños de la tripulación con una merienda.

Reparte las etiquetas con los nombres y la merienda. Elige una de las siguientes actividades para romper el hielo y hazla con los niños juntos mientras comen su merienda:

Opciones rompehielo (Elige una.):

- Pídele a los niños que compartan sus altibajos (las mejores y las peores cosas que les han sucedido hoy o la semana pasada).
- Haz que los niños se turnen para compartir cómo se sienten hoy usando la tabla "¿Cómo te sientes?" (de la bolsa de juegos CKC).
- Distribuye una merienda nutritiva. A medida que los estudiantes estén comiendo, pregúntales: "¿Qué alimentos saludables te gusta comer? ¿Por qué es importante comer alimentos saludables?"

Construye relaciones.

Nunca nunca he hecho.



Antes de que el juego comience, coloca a los estudiantes en un círculo. Un estudiante deberá comenzar en el medio del círculo. El estudiante en el medio del círculo deberá compartir algo que nunca ha hecho antes, y deberá comenzar su declaración con la frase Nunca nunca he hecho _____. Los estudiantes que han experimentado o hecho la actividad que se mencionó deben entrar al círculo y tomar el lugar en el exterior del círculo de otros estudiantes que también han entrado al círculo. Si ningún alumno se pone en el medio después de que un estudiante diga la declaración, entonces el alumno del medio debe intentarlo de nuevo con otra declaración. Si sólo un estudiante entra en el medio del círculo después de que se llama una declaración, entonces ese estudiante se convierte en la nueva persona en el medio del círculo. Los estudiantes sólo pueden tomar los lugares que están al menos a un lugar de distancia de donde estaban originalmente.

Juega un juego.

Rutina de ejercicios: “¿Cuál es tu nombre?”

Pregúnteles, “**¿Qué hacen para mantenerse saludables?**”

Escucha las respuestas de algunos estudiantes.

¡Hay muchas cosas que podemos hacer para mantenernos sanos! Una cosa que hacemos para mantener nuestros cuerpos saludables es el ejercicio. Ahora, ¡vamos a hacer una rutina de ejercicios juntos!

Entrégale a cada estudiante una copia del Material 1. Dile a los estudiantes que decodificarán los nombres de sus tripulantes usando las claves del Material 1. Cada estudiante seleccionará el nombre de otro tripulante sin decirle a nadie y deletreará el nombre de ese tripulante usando los ejercicios que correspondan a cada letra. El resto de los estudiantes adivinarán el nombre que se está deletreando. Una vez que hayan adivinado correctamente e identificado quién es el tripulante, el tripulante cuyo nombre ha sido deletreado será el siguiente en seleccionar el nombre de otro tripulante y hacer los ejercicios correspondientes. Continúa hasta que todos hayan tenido un turno.

Recibe (20 minutos)

Escucha la palabra de Dios.

Vamos a hablar de lo que significa tener un corazón sano. Cuando hablo de corazones no me refiero a nuestros corazones físicos sino a nuestros corazones espirituales. ¿Qué piensas o qué has escuchado sobre los corazones espirituales?

Escucha las respuestas de los estudiantes.



Nuestros corazones espirituales nos permiten amar, desear y sentir. Dios nos dio estos corazones para que fuéramos capaces de amar a los demás y amarlo a él, como él nos ama a nosotros. Nuestros corazones también son el lugar donde sentimos y experimentamos su amor por nosotros.

Nuestros corazones están sanos cuando hacen lo que fueron creados para hacer: amar a Dios y amar a los demás. Mantener nuestros corazones sanos es importante porque aquello que amamos finalmente moldea nuestros comportamientos, nuestras actitudes y nuestros pensamientos.

Actividad de diario: “¿Qué es aquello a lo que amas?”

Dáale a cada estudiante el Material 2 y un lápiz. En la primera columna, guía a los estudiantes a que empiecen haciendo una lista de las personas, lugares, cosas o ideas que aman, y pídeles que dejen un espacio entre cada elemento. Mantén esta pregunta abierta; las respuestas pueden ser abstractas o concretas.

Después de 2 o 3 minutos, guía a los estudiantes a que, en la segunda columna, escriban los comportamientos o acciones en las que participan y que muestran su amor por cada elemento que enumeraron en la primera columna. Den un ejemplo: Si un estudiante anota que ama a su familia en la primera columna, puede responder a este paso escribiendo que ayuda a su mamá a preparar la cena o que ayuda a sus hermanos con su tarea en la segunda columna.

Pregúntale a los estudiantes: ¿Qué aprendieron sobre ustedes mismos a través de esta actividad? ¿Cómo afectan las cosas que amas a tus comportamientos, acciones, pensamientos y actitudes?

Escucha las respuestas de los estudiantes.

Nuestros pensamientos y acciones están moldeados por nuestros corazones, por aquello a lo que amamos. A través de este ejercicio, puede que hayas descubierto algunas cosas nuevas que amas, o puede que hayas descubierto que no amabas algo tanto como creías. Aunque no podemos ver nuestros corazones espirituales, sabemos lo que hay en nuestros corazones por nuestras acciones, nuestros comportamientos y nuestras actitudes.

Nuestros corazones espirituales, al igual que los físicos, funcionan mejor cuando están sanos. Un corazón espiritual sano ama a Dios y ama a los demás. ¿Cuáles serían los comportamientos, acciones o actitudes de alguien que tiene un corazón sano que ama a Dios y a los demás?

Escucha las respuestas de los estudiantes.



Dios nos muestra en su Palabra, la Biblia, lo que significa tener un corazón saludable, un corazón que realmente ama a Dios y ama a los demás.

(Sostén una Biblia para que los estudiantes la vean.)

Eso es lo que vamos a aprender este año, cómo Dios quiere hacer que nuestros corazones sean sanos para que podamos tener relaciones sanas con él y con los demás.

Participa y explora la historia.

Muéstrale una Biblia a los estudiantes. Pregúntales si tienen una Biblia en casa. Invítalos a compartir cualquier cosa que conozcan sobre la Biblia.

La Biblia es una colección de libros escritos hace muchos años por personas que escucharon la voz de Dios y nos comunicaron sus palabras. Estos libros nos enseñan quién es Dios y quiénes somos, y todo lo relacionado con su gran amor por nosotros.

Nos referimos a ella como la Palabra de Dios. En Crossroads, estamos aquí para aprender sobre la Palabra de Dios. Este año, vamos a aprender sobre la vida y las enseñanzas de Jesús según el libro de Lucas.

(Muéstrale a los estudiantes dónde está el libro de Lucas.)

La próxima semana, vamos a empezar a escuchar algunas historias del libro de Lucas sobre la vida y las enseñanzas de Jesús, pero esta semana, nos centramos en cómo construir un club de tripulación saludable. Eso me recuerda una importante instrucción que Lucas escribe que Jesús dio. Esta instrucción resume cómo podemos tener relaciones saludables entre nosotros.

Busca y lee Lucas 6:31.

Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes. (NTV)

Conversa:

- **¿Qué significa eso?**
- **¿Cómo cambia esta instrucción la forma en la que nos tratamos unos a otros en este club?**

Otro pasaje opcional para leer podría ser: Colosenses 3:12-14





Responde (20 minutos)

Aplica la verdad de Dios en tu vida.

Vamos a hablar de cómo podemos crear un club de tripulación de Crossroads saludable.

¿Cómo sería un club de tripulación saludable?

Escucha algunas respuestas de los estudiantes.

¿Qué podría pasar si nuestro club de tripulantes no es saludable?

Escucha algunas respuestas de los estudiantes.

Es importante crear un club de tripulación saludable. Pensemos en algunas formas de mostrar amor y respeto a la Palabra de Dios y a los demás.

Coloca una hoja de papel grande o una tabla cortada en forma de corazón donde todos los miembros de la tripulación puedan verla. Escribe: “La misión de nuestro Club de tripulación” en la parte superior del corazón. Escribe las respuestas de los estudiantes, y escribe las ideas que los niños proponen en el corazón.

Muestra la misión del club de la tripulación en tu lugar de reunión durante el resto del año. ¡Enfatiza con tu grupo que necesitan la ayuda de Dios y "el trabajo de todos" para cumplir esta misión!

Cantemos y alabemos juntos.

Elige una canción de la [guía de alabanza y adoración](#), o escoge una canción. Incorpora movimientos en la canción cuando sea posible.

Oremos juntos.

Orar es hablar con Dios. La oración es una forma importante de construir una relación saludable con Dios. Dios usa la oración como una forma de hacer que nuestros corazones se parezcan más al suyo y nos acerquemos más a él.

¿Cuáles son algunas de las cosas que te gustaría decirle a Dios o preguntarle en este momento?



Escucha las peticiones de oración de los estudiantes.

Concluyan juntos en oración:

Amado Dios,

Estamos aquí en Crossroads porque queremos estar sanos por dentro y por fuera. Ayúdanos a hacer de nuestro club un espacio divertido, cálido y respetuoso para que todos podamos aprender y crecer juntos.

Amen.



Material 1: Rutina de ejercicios “¿Cuál es tu nombre?”



Rutina de ejercicio para niños: ¿cuál es tu nombre?

Estudiantes mayores: deletrea tu nombre y completa la actividad con cada letra de tu nombre.
Estudiantes menores: completa la actividad con la primera letra de tu nombre.

- | | | | |
|----------|---|----------|--|
| A | Salta 10 veces. | N | Da 20 pasos caminando de lado. |
| B | Da 5 vueltas en círculo. | O | Haz que tires canastas de baloncesto 10 veces. |
| C | Brinca 5 veces sobre un pie. | P | Camina 25 pasos hacia atrás . |
| D | Corre a la puerta más cercana y regrésate. | Q | Deslízate como un cangrejo y cuenta hasta 10. |
| E | Cuenta hasta 5 mientras caminas como oso. | R | Salta en círculo y cuenta hasta 20. |
| F | Haz 2 vueltas carreta. | S | Inclínate y toca tus pies 15 veces. |
| G | Haz 10 saltos en tijeras. | T | Haz como si estuvieras pedaleando una bicicleta con tus manos y cuenta hasta 10. |
| H | Brinca 8 veces como una rana. | U | Mueve tu cabeza hacia adelante y hacia atrás 12 veces. |
| I | Balanceate en tu pie derecho y cuenta hasta 10. | V | Mueve tus brazos como un pájaro 20 veces. |
| J | Balanceate en tu pie izquierdo y cuenta hasta 10. | W | Haz como si estuvieras montando a caballo y cuenta hasta 10. |
| K | Marcha en el lugar y cuenta hasta 10. | X | Salta e intenta tocar las nubes y cuenta hasta 10. |
| L | Salta la cuerda imaginaria y cuenta hasta 20 . | Y | Camina de rodillas y cuenta hasta 10. |
| M | Haz 3 volteretas. | Z | Haz 5 lagartijas. |



Material 2: Actividad de diario “¿Qué es aquello a lo que amas?”

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

