Actividades Adicionales *

Todas las edades

Disfruten de un refrigerio saludable: Proporcione fruta cortada o verduras crudas con aderezo ranchero, platos, servilletas y agua. Anime a los niños a probar algo nuevo. Hable con ellos sobre cómo Scarlette Jasper ayuda a los niños a aprender a elegir alimentos saludables. Cuando comemos alimentos saludables, realmente puede cambiar nuestras vidas.

Niños Mayores

Crear un menú: Descargue e imprima la plantilla que se encuentra aquí: www.myplate.gov/life-stages/kids Proporcione lápices, una pizarra blanca y rotuladores. Anime a los niños a compartir algunas cosas que les gusta comer. Escríbalas en la pizarra y hable sobre dónde encajarían en el menú MyPlate (fruta/verdura/cereales integrales/proteínas/lácteos). Pida a los niños que nombren algunas frutas y verduras (escríbalas también). Anime a los niños a pensar en lo que les gusta y a utilizar su plantilla para crear su propio menú. Ayúdeles si es necesario. Hable sobre cómo una dieta equilibrada nos ayuda a mantenernos sanos.

Todas las edades

Juegue a un juego: Elija un juego favorito de su clase que les haga moverse (el escondite, el fútbol, el frisbee, etc.). Déles tiempo para jugar unas cuantas rondas y hable sobre cómo moverse, jugar, hacer ejercicio, bailar, etc. nos ayuda a mantenernos sanos.

Luz para el Camino *

www.cbf.net/pathlight

CBF's *Luz para el Camino* ayuda a los niños a explorar las Buenas Nuevas de Jesús a través de historias, escrituras y actividades.

Equipo de Diseño

Carol Brown, Editora de contenido
Jeff Langford, Diseño gráfico
Amy C. Cook, Diseñadora
Aaron Weaver, Director de comunicaciones

Autora

Jessica Asbell Oravec, Roswell, Georgia

Luz para el Camino *

Lámpara es a mis pies Tu palabra, y luz para mi camino. Salmos 119:105

Descripción general del tema

Scarlette Jasper, personal de campo de CBF en Corbin, Kentucky, comparte el amor de Dios enseñando a su comunidad cómo cuidarse. Enseña a los niños, las familias e incluso a los adultos mayores sobre nutrición, tamaños adecuados de las porciones y preparación de alimentos saludables. Les enseña que vale la pena cuidarse y que merecen vivir una vida larga y saludable. Esta sesión se centra en el tema de compartir el amor de Dios.

Versículo Bíblico

2 Corintios 9:6-8

Recuerden este dicho: "Pocas semillas producen una cosecha pequeña, pero muchas semillas producen una cosecha grande". Cada uno de ustedes debe decidir cuánto dar. Pero no se sientan tristes por tener que dar y no sientan que se ven obligados a hacerlo. Dios ama a las personas que aman dar. Dios puede bendecirlos con todo lo que necesitan, y siempre tendrán más que suficiente para hacer todo tipo de cosas buenas por los demás.

Esquema de la sesión

Preparación

- Haga copias del folleto para los alumnos.
- Repase la historia y el versículo bíblico.

Bienvenida

- Salude a los alumnos a medida que llegan.
- **Pregunte**: "¿Qué hacen para estar sanos?"

Participación

- Reparta el folleto para los alumnos.
- Lea y comente el versículo bíblico.
- Realicen la actividad del folleto.
- Pase a la hora del cuento.

Compartir

- Contar la historia "Compartir el amor de Dios a través de una alimentación saludable".
- Comparta la foto y el pie de foto.
- Comente la historia y ore.

Concluir

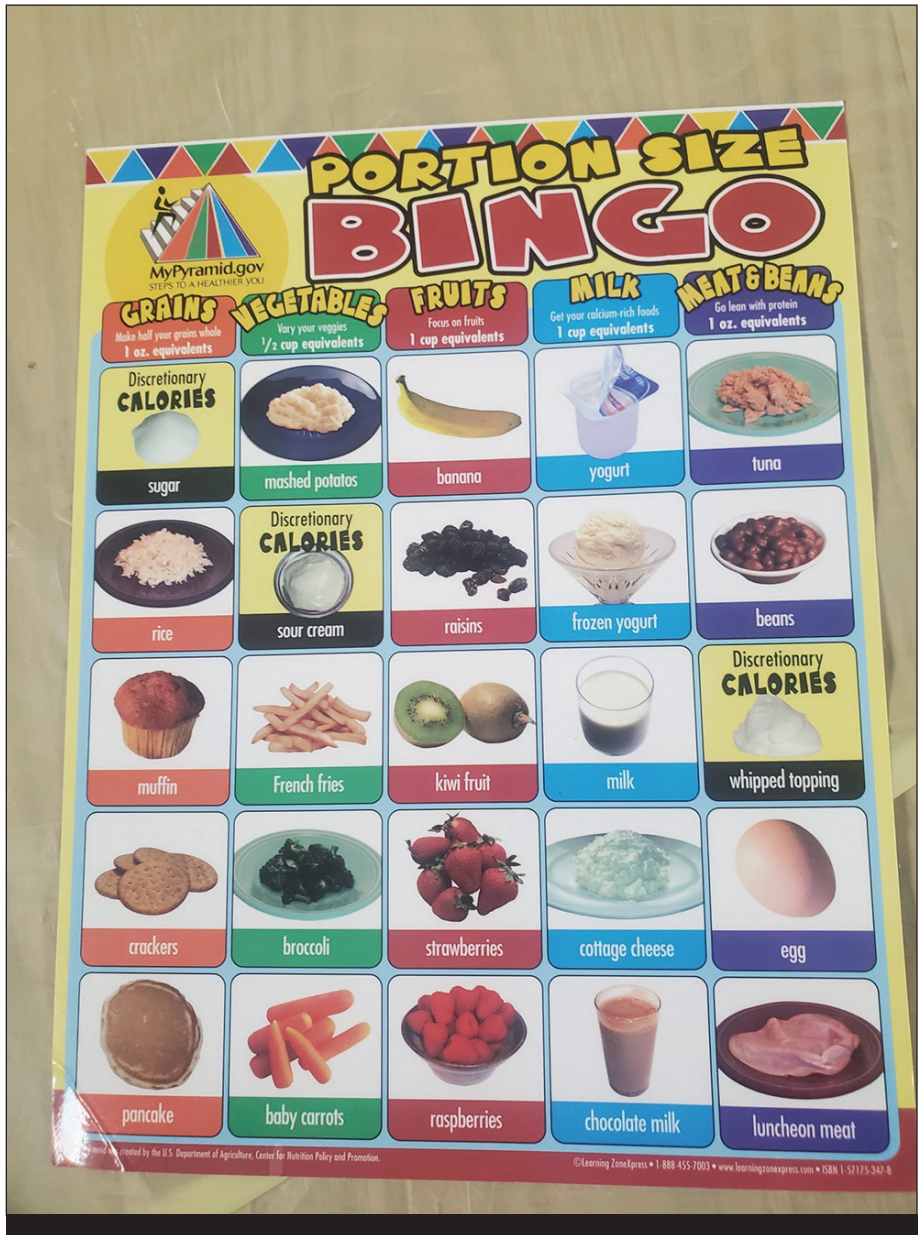
- Dirija a los alumnos en las actividades adicionales si el tiempo lo permite.

Compartir el amor de Dios a través de una alimentación saludable

"¡Buenos días, niños y niñas!", dijo Scarlette Jasper al entrar en el gimnasio de la escuela primaria. "¡Me alegro mucho de que estéis todos aquí hoy! Vamos a aprender algunas cosas importantes, pero también nos vamos a divertir. ¿Estáis listos para divertiros?". "¡SÍ!", gritó el grupo. Scarlette comenzó el programa jugando al bingo nutricional para ver qué sabían los niños sobre la alimentación saludable. A continuación, sacó algunos accesorios para mostrarles el tamaño adecuado de las raciones y cómo debían quedar sus platos. ¡Entonces llegó el momento de probar nuevos alimentos! Por toda la sala, los profesores sacaron platos con brochetas de fruta, fruta cortada, brochetas de verduras, verduras crudas con aderezo ranchero y mucho más. Se animó a los niños a elegir lo que querían probar. ¡Luego tuvieron que clasificar lo que más les gustaba! A continuación, ¡era hora de moverse! Hannah Reeder, su misionera residente en Olive Branch Ministries, estaba allí para ayudar a los niños a bailar y divertirse. Les recordó que el movimiento también les ayuda a mantenerse sanos. Después de un día lleno de diversión, los niños y niñas pudieron elegir una fruta o verdura para llevarse a casa de la mini tienda de comestibles que Scarlette había montado. Más tarde, Scarlette oró por cada uno de esos niños, para que continuaran comiendo alimentos saludables y cambiaran algunos de los patrones poco saludables en el estado de Kentucky. Sabía que ayudar a las personas a estar saludables era una forma de compartir el amor de Dios por estos cuerpos que Él había creado.

Debate y oración:

- **Pregunte**: ¿Cómo ayuda Scarlette Jasper a la gente de Kentucky?
- **Pregunte**: ¿Cómo comparte Scarlette el amor de Dios?
- **Pregunte**: ¿Cómo podemos ayudar a los demás a comer alimentos saludables? ¿Cómo es eso compartir el amor de Dios?
- **Diga**: Scarlette hace mucho por enseñar a la gente de Kentucky. Ayuda a las personas a aprender a administrar su presupuesto y a encontrar trabajo para que puedan valerse por sí mismas. También enseña a la gente sobre nutrición y alimentación saludable. Ayuda a las personas a aprender a preparar alimentos saludables y a determinar las porciones adecuadas, y las anima a levantarse y moverse. Comparte el amor de Dios recordándoles que Dios los creó y que quiere que cuiden los cuerpos que les ha dado.
- **Orar**: Querido Dios, ayúdanos a cuidar estos cuerpos que nos has dado. Ayúdanos a ayudar a las personas necesitadas a tener buenos alimentos para mantenerse fuertes y saludables. Amén.



Scarlette Jasper

Scarlette Jasper, personal de campo de CBF en Corbin, KY, comparte el amor de Dios enseñando a su comunidad cómo cuidarse.

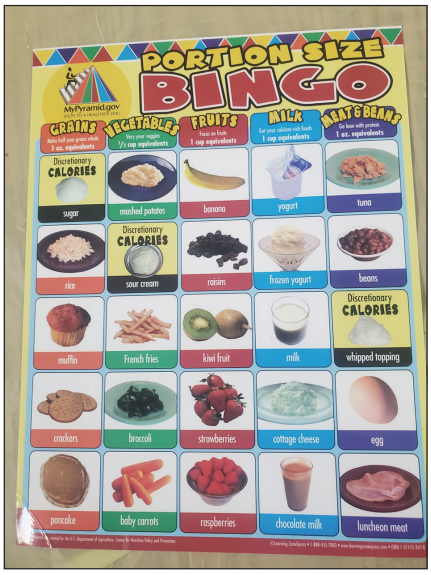
FOLLETO PARA EL ALUMNO
14 DE DICIEMBRE, 2025

Luz para el Camino

Lámpara es a mis pies Tu palabra, y luz para mi camino. Salmos 119:105

Aprender

Scarlette Jasper, personal de campo de CBF en Corbin, Kentucky, comparte el amor de Dios enseñando a su comunidad cómo cuidarse. Enseña a los niños, las familias e incluso a los adultos mayores sobre nutrición, tamaños adecuados de las porciones y preparación de alimentos saludables. Les enseña que vale la pena cuidarse y que merecen vivir una vida larga y saludable. Esta sesión se centra en el tema de compartir el amor de Dios.



Versículo Bíblico

2 Corintios 9:6-8

Recuerden este dicho: “Pocas semillas producen una cosecha pequeña, pero muchas semillas producen una cosecha grande”. Cada uno de ustedes debe decidir cuánto dar. Pero no se sientan tristes por tener que dar y no sientan que se ven obligados a hacerlo. Dios ama a las personas que aman dar. Dios puede bendecirlos con todo lo que necesitan, y siempre tendrán más que suficiente para hacer todo tipo de cosas buenas por los demás.

cbf *www.cbf.net/pathlight*

¡Adivina qué fruta o verdura eres!

Recorta las tarjetas con frutas y verduras y pégalas con cinta adhesiva a diademas o a la espalda de tus alumnos. Anima a los alumnos a que caminen por la clase, dándose pistas unos a otros para intentar adivinar qué fruta o verdura son.

Manzanas	**Fresas**
Melón	**Brócoli**
Lechuga	**Judías verdes**
Espárragos	**Tomate**
Limón	**Plátano**
Granada	**Pera**
Naranja	**Espinaca**
Zanahoria	**Calabaza**