

ABELHINHAS

LABORIOSAS

6
anos



Nome _____

ESTE CADERNO DE ATIVIDADES PERTENCE A

Nome: _____

Data de nascimento: _____ / _____ / _____

Endereço: _____

Cidade: _____

Estado: _____

Telefone: _____

Nome da minha mãe: _____

Nome do meu pai: _____

Este Caderno de Atividades foi desenvolvido com os mesmos requisitos do Cartão de Classe do Clube de Aventureiros. Em cada requisito é sugerida uma atividade para inspirar ou auxiliar no cumprimento do requisito, mas a simples execução da atividade nem sempre implica em total cumprimento do requisito. Em muitos requisitos é solicitado que o Aventureiro faça uma demonstração mais prática daquilo que aprendeu.



BANCO DE IDEIAS

Muitas das crianças que participam do Clube de Aventureiros ainda estão sendo iniciadas no processo de alfabetização e ainda não possuem completo domínio sobre a escrita e a leitura, portanto necessitam de constante acompanhamento, por parte do instrutor, que as oriente nos cumprimentos dos requisitos e, talvez em alguns casos, até fazendo registros básicos por escrito neste caderno de atividades.

PARA SABER MAIS, ler o tópico “Ênfases a considerar no planejamento” nas páginas 41 e 42 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015.

REQUISITOS BÁSICOS

1. Responsabilidade

a) Decorar e aceitar o Voto do Aventureiro

Pinte de amarelo as letras vogais **A, E, I, O** e **U** e pinte de vermelho as demais letras (consoantes).

POR AMOR A
JESUS, FAREI
SEMPRE O
MEU MELHOR.

EU, _____, ACEITO.



BANCO DE IDEIAS

O requisito pede para apenas decorar o Voto do Aventureiro, mas o Aventureiro que realizar esta atividade estará relembrando o Voto que sempre é recitado pelos Aventureiros no início de suas reuniões. Além do mais, a leitura constante do Voto já preenchido irá ajudar os Aventureiros novatos a decorá-lo em outros momentos além do início das reuniões.



Requisito Completado

Data ____/____/____

Assinatura _____

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

2. Reforço

a) Ler o livro do Curso de Leitura dos Aventureiros.

1) Título do livro lido: _____

2) Mencione alguns dos personagens envolvidos: _____



BANCO DE IDEIAS

A leitura para cumprimento deste requisito deve ser uma tarefa realizada em casa, pela criança e os adultos que cuidam dela. Os pais podem, inclusive, ler com a criança, deixando que ela veja e manuseie o material de leitura.



Requisito Completado

Data ____ / ____ / ____

Assinatura

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

1. MEU DEUS

1. Seu plano para me salvar

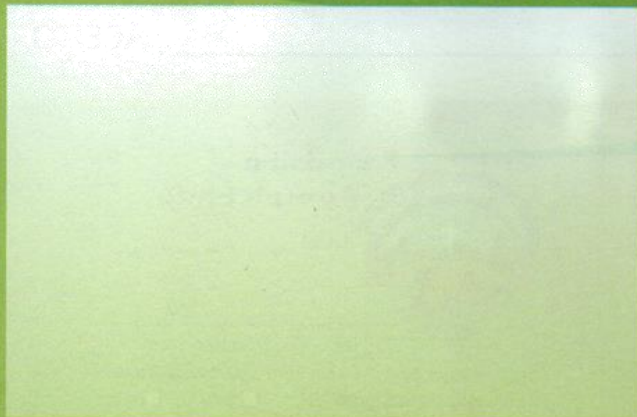
a) Criar um mural com as histórias a seguir, mostrando a ordem em que elas aconteceram ou vão acontecer:

☐ A Criação; Início do pecado e tristeza; Jesus cuida de mim hoje; Jesus virá novamente; o Céu.

OU

☐ As histórias da Bíblia que estão sendo estudadas em sua classe ou Escola Sabatina.

Busque na página 35 as figuras para você recortar e colorir. Depois cole as figuras que você pintou na ordem em que as histórias aconteceram ou irão ainda acontecer.



1



2



3



4



5



BANCO DE IDEIAS

As figuras para o mural devem ser bem coloridas e bonitas. Necessariamente não precisam ser iguais às que as crianças irão utilizar em seus cadernos.

Sempre utilize a sequência abaixo para cada história representada no mural:

- 1) Conte a história utilizando o mural como base para colocar figuras (podem ser várias figuras para contar uma mesma história).
 - 2) Entregue para as crianças colorirem uma figura em preto e branco que representa aquela história.
 - 3) Recolha as figuras que as crianças coloriram, identificadas com os nomes delas, e exponha no mural.
 - 4) Revise a história relacionada com aquela figura que as crianças coloriram e reforce o aprendizado através de alguma atividade prática como estímulo visual, auditivo, olfativo, tátil, envolvendo sabores, texturas, temperatura, peso, etc.
 - 5) Guarde os trabalhos identificados e limpe o mural, deixando-o pronto para apresentar uma nova história.
- Depois que todas as figuras foram apresentadas, coloque no mural, fora de ordem, todas as figuras das histórias estudadas. A tarefa, agora, consiste em colocar as figuras na ordem em que as histórias aconteceram. Depois de colocadas as figuras na ordem correta, no mural, recorde as experiências práticas realizadas em conexão com cada história. Agora as crianças vão “copiar” a ordem das histórias, colando em seus cadernos as figuras que coloriram, em cada história. Entregue a elas as figuras que decoraram, (figuras que você esteve guardando ao longo de todo ensino), para colarem no caderno de atividades.

PARA SABER MAIS, ler o capítulo “A Criação”, do livro *Patriarcas e Profetas* de Ellen G. White. Ler o capítulo “Por que foi Permitido o Pecado?”, do livro *Patriarcas e Profetas* de Ellen G. White. Ler o capítulo “O Mestre Enviado de Deus”, do livro *Educação* de Ellen G. White. Ler o capítulo “O Monte das Oliveiras”, do livro *O Desejado de Todas as Nações* de Ellen G. White. Ler o capítulo “A Escola do Além”, do livro *Educação* de Ellen G. White. Ler as páginas 108 a 110 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015.



Requisito
Completado

Data ____/____/____

Assinatura

- b) Fazer um desenho ou falar sobre uma das histórias do requisito anterior, para explicar a alguém como Jesus cuida de nós.

1) Desenhe aqui:

2) Complete a frase:

JESUS CUIDA DE MIM QUANDO

PARA SABER MAIS, ler a página 111 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015.



**Requisito
Completado**

Data ____/____/____

Assinatura _____

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

2. Sua mensagem para mim

a) Completar a Especialidade de Bíblia I.

AE002 - Elaborado em conformidade com o Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros.

1 Você tem uma Bíblia com o seu nome escrito nela?



SIM



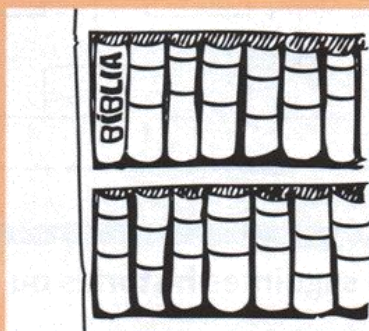
NÃO

2 Falar sobre o respeito que se deve ter pela Bíblia e como manuseá-la adequadamente.

Pinte o **SIM** de azul ou o **NÃO** de vermelho, indicando a maneira correta de cuidar da Bíblia. Depois, se você quiser, pinte os desenhos.



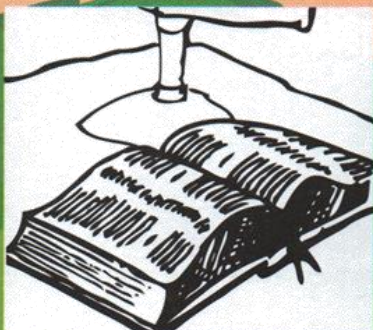
Colocar a Bíblia sempre por cima dos outros livros.



Ter um lugar especial para guardar a Bíblia.



Deixar formar teias de aranha e rasgar a capa e as folhas da Bíblia.



Ler a Bíblia todos os dias.



Deixar cair tinta ou comida na Bíblia e rabiscar suas folhas.



Pegar a Bíblia com as mãos limpas.



3

Dizer os nomes do primeiro e do último livro da Bíblia e quem os escreveu.

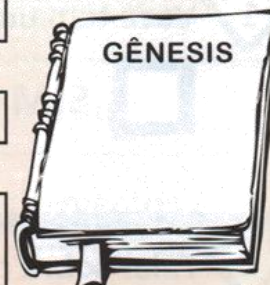
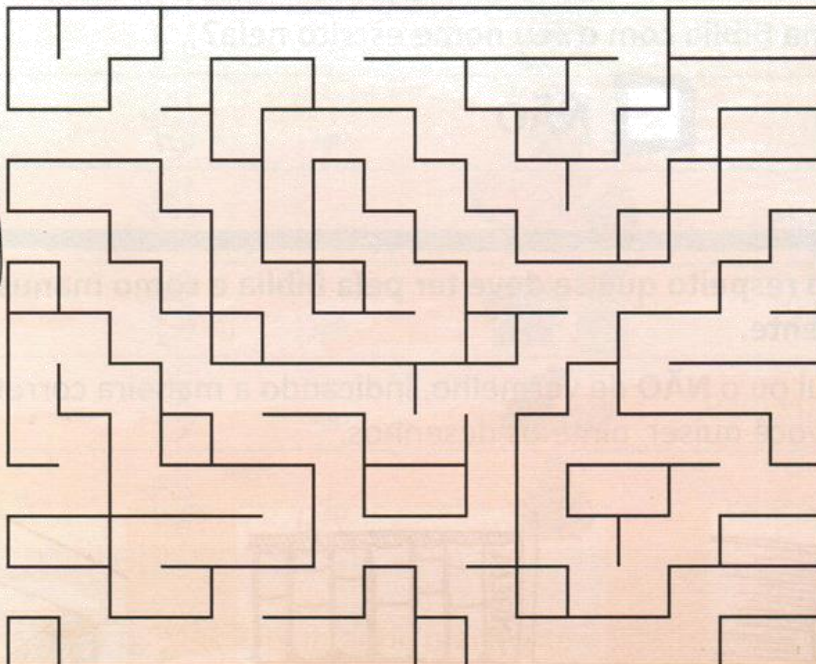
Marque com um traço vermelho o caminho que liga o autor do primeiro livro da Bíblia ao livro escrito por ele, e marque com um traço azul o caminho que liga o autor do último livro da Bíblia ao livro escrito por ele.



JOÃO



MOISÉS



4

Contar ou representar as seguintes histórias ou doutrinas bíblicas:

- | | |
|-----------------------------------|------------------------|
| a. A criação | c. Jesus me ama hoje |
| b. Começo do pecado e da tristeza | d. Jesus vem outra vez |

PARA SABER MAIS, ler as páginas 111 a 113 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015.

A CRIAÇÃO

Busque, nas páginas centrais, os adesivos das figuras geométricas que completam as ilustrações de cada dia da criação que estão na próxima página. Depois ligue as figuras aos balões com os textos que descrevem as coisas criadas em cada dia.



BANCO DE IDEIAS

Experimentando as coisas criadas por Deus

1º dia – A LUZ Trabalhe com prismas e espelhos, lanternas, plantas deixadas no escuro e recolocadas aos sol, caminhe de olhos vendados.

2º dia – A ATMOSFERA Brinque com o vento, pipas, o ar quente, balões de ar e gás, cata-ventos.

3º dia – A TERRA FIRME Faça jogos com alimentos vegetais, folhas, flores, arranjos ornamentais, artesanato com sementes, pedras, areias, conchinhas. Visite o jardim botânico ou o horto florestal.

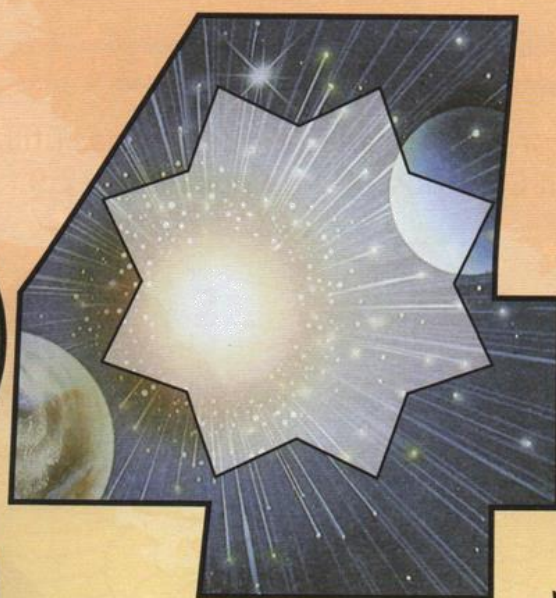
4º dia – O SOL, A LUA E AS ESTRELAS Estude o céu com um telescópio ou um livro sobre estrelas e cometas ou visite o planetário.

5º dia – PEIXES E AVES Identifique pássaros, prepare um aquário ou visite uma exposição de criadores.

6º dia – ANIMAIS TERRESTRES Pesquise sobre um animal da região ou visite uma fazenda ou o zoológico. Faça um “safári” fotográfico ou de desenhos.

7º dia – DEUS DESCANSA Faça um piquenique comemorativo. Brinquem de caça ao tesouro, com os grupos procurando coisas que representem cada dia da semana da criação.

PARA SABER MAIS, ler as páginas 186 a 200 do volume I do *Comentário Bíblico Adventista* e as páginas 467 a 475 do *Tratado de Teologia Adventista do Sétimo Dia*.



AR

DEUS
ABENÇOOU,
SANTIFICOU
E
DESCANSOU

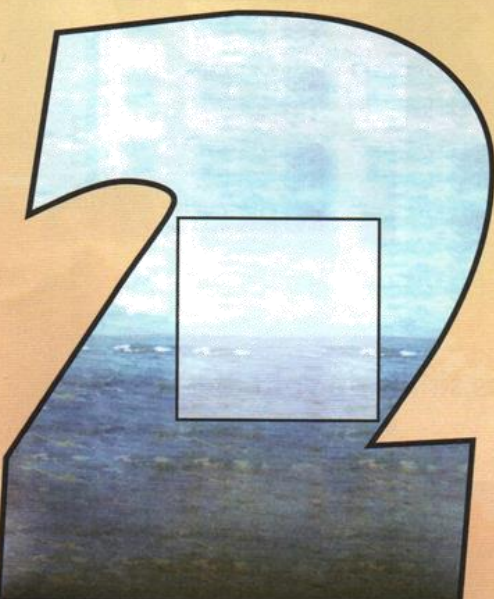
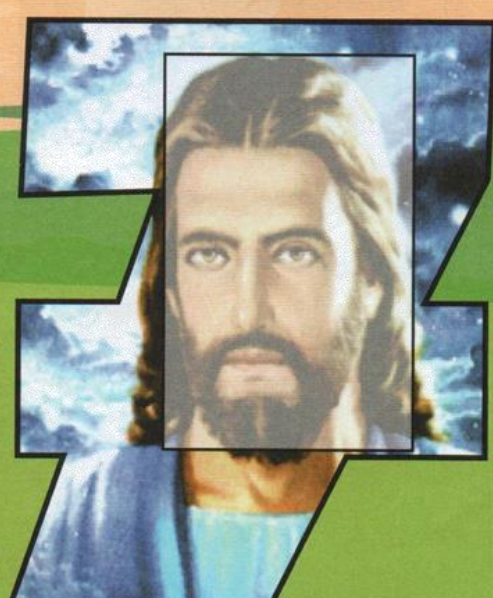
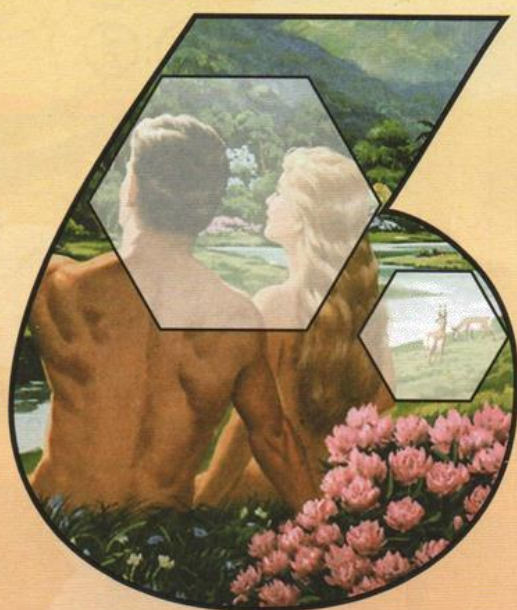
SOL
ESTRELAS
LUA

AVES
PEIXES

LUZ

GRAMA
ÁRVORES
FRUTOS
FLORES

ANIMAIS
ADÃO E EVA



COMEÇO DO PECADO E DA TRISTEZA

Faça um "X" na figura que representa o animal que Satanás utilizou para enganar Adão e Eva. Dica: leia Gênesis 3:13, II Coríntios 11:3 e Apocalipse 12:9.



BANCO DE IDEIAS

Encontrar os versículos bíblicos é muito fácil. Primeiro você localiza o livro, em seguida o capítulo e finalmente o versículo. Veja o exemplo ao lado para encontrar

Salmo 67 : 2

LIVRO

CAPÍTULO

VERSÍCULO

SALMOS 67 - 68

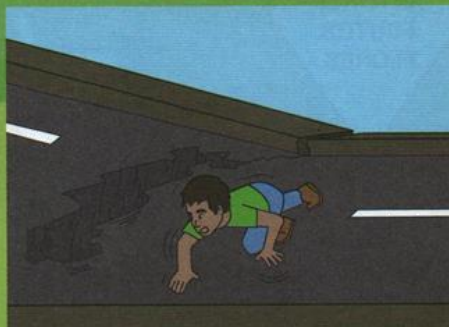
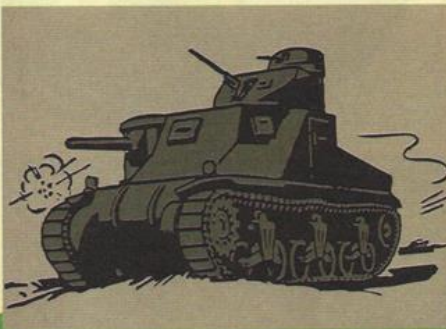
67

2

As nações rendem
Ao mestre de canto. Para ti
de cordas. Salmo. Cântico
Seja Deus gracioso para
e nos abençoe,
e faça resplandecer sobre nós o rosto
para que se conheça na terra
o teu caminho
e, em todas as nações,
a tua salvação.
3 Louvem-te os povos, ó Deus,
louvem-te os povos todos.
4 Alegrem-se e exultem
pois julgas os povos como
e guias na terra as nações
5 Louvem-te os povos, ó Deus,
louvem-te os povos, ó Deus;
6 A terra louve o teu nome,
7 Abençoe-nos Deus,
e todos os confins da terra
8 Louvem-te, ó Deus sobre seus
9 Louvem-te, ó Deus sobre seus

JESUS VEM OUTRA VEZ

Faça um círculo ao redor das figuras que representam alguns dos sinais da volta de Jesus. Dica: leia Mateus 24:6, 7 e 29.



JESUS ME AMA HOJE

5 Encontrar, ler e explicar três dos seguintes versos que tratam do amor de Jesus: João 3:16, Salmo 91:11, João 14:3, Salmo 23:1 e outro a sua escolha.

Procure na Bíblia os seguintes versos e relacione cada um com a imagem que representa o que eles ensinam sobre Jesus.

João 3:16

Salmo 91:11

João 14:3

Salmo 23:1

Outro texto, a sua escolha:



PARA SABER MAIS, ler o tópico “Memorização de versos bíblicos” na página 114 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015.

6 Fazer objetos e roupas típicas para representar uma história ou parábola da Bíblia.

História ou parábola escolhida: _____

Data em que foi apresentada a história: ____ / ____ / ____

7 Contar uma história bíblica de sua escolha utilizando uma caixa de areia com figuras ou um flanelógrafo.

História escolhida: _____

PARA SABER MAIS, ler o capítulo “Ensino e Estudo da Bíblia” da Seção “A Bíblia Como Agente Educador” do livro *Educação* de Ellen G. White.

Após concluir a especialidade, cole aqui o adesivo que está nas páginas centrais.



**Requisito
Completado**

Data ____ / ____ / ____

Assinatura _____

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não












3. Seu poder em minha vida

a) Passar um tempo regular em contato com Jesus, conversando com Ele e aprendendo sobre Ele.

Dedique uma semana para mostrar sua gratidão a Deus através da oração. Para tanto, leve para casa a MINHA AGENDINHA DE ORAÇÃO que está na página 37 e marque nela os dias que você orou. Depois cole abaixo a agendinha com os adesivos que estão nas páginas centrais.

Dias da semana

Oração de agradecimento

o		
a		
		
a		
a		
		
o		



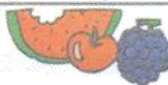
Por minha família



Por minha saúde



Por Jesus



Pelos alimentos



Pelas roupas



Pelo cuidado de Deus



Pelo amor de Deus



a semana que você lembrar de orar, pinte o **SIM**.

pinte o **NÃO**.



Requisito
Completado

Data ____/____/____

Assinatura

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

b) Perguntar a três pessoas por que elas oram.

Nome da 1ª pessoa: _____

Por que essa pessoa ora? _____

Nome da 2ª pessoa: _____

Por que essa pessoa ora? _____

Nome da 3ª pessoa: _____

Por que essa pessoa ora? _____



BANCO DE IDEIAS

A criança escolhe um adulto cristão dedicado e maduro, com quem converse confortavelmente. Se os pais não preenchem o perfil, pode ser um pastor, professor da Escola Sabatina, líder,

amigo dos pais ou parente. Adulto e criança tem reuniões regulares, partilhando ideias e sentimentos, avaliando o projeto e fazendo as adaptações necessárias. Os encontros duram até que ambos considerem alcançado o objetivo.

PARA SABER MAIS, ler as páginas 114 a 116 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015.



**Requisito
Completado**

Data ____ / ____ / ____

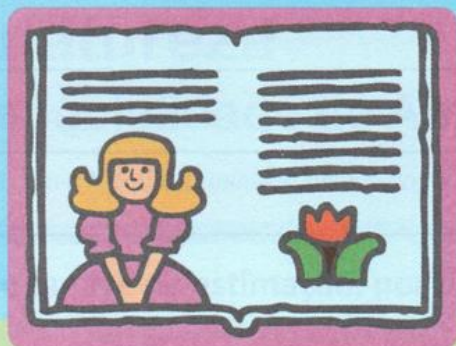
Assinatura _____

II. MEU EU

1. Sou especial

- a) Preparar um caderno mostrando diferentes pessoas que cuidam e se preocupam com você, do modo como Jesus faz.

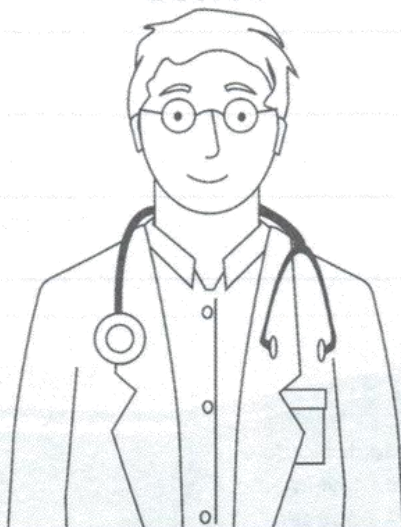
Recorte na página 39 o CADERNINHO DE PESSOAS QUE CUIDAM DE MIM. Pinte os desenhos ou cole fotos das pessoas que cuidam de você sobre os desenhos. Se desejar, substitua as pessoas sugeridas no caderninho por outras. Depois de pronto, fixe no espaço abaixo o caderninho utilizando os adesivos que estão nas páginas centrais.



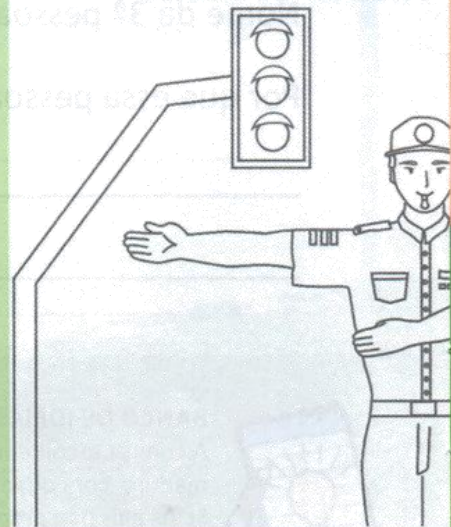
FAMÍLIA



DOUTOR



POLICIAL DE TRÂNSITO



Requisito
Completado

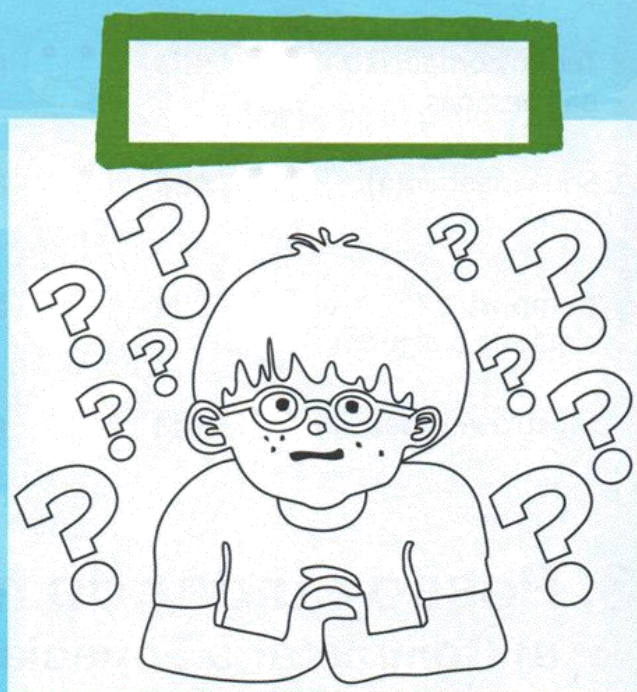
Data ____ / ____ / ____

Assinatura _____

2. Posso fazer sábias escolhas

a) Praticar o jogo dos sentimentos e mencionar pelo menos quatro sentimentos diferentes.

1) Pinte os desenhos, depois busque nas páginas centrais as etiquetas adesivas que identificam os sentimentos representados e cole-as nos desenhos correspondentes.



2) Pinte o **SIM** de azul ou o **NÃO** de vermelho para as situações descritas abaixo.

Tenho ciúmes	 SIM	 NÃO
Compartilho alegria	 SIM	 NÃO
Sou bondoso(a)	 SIM	 NÃO
Tenho compaixão das pessoas	 SIM	 NÃO
Sou vingativo(a)	 SIM	 NÃO
Demonstro simpatia a alguém	 SIM	 NÃO
Mostro gratidão	 SIM	 NÃO



BANCO DE IDEIAS

O jogo dos sentimentos funciona assim:

1. O instrutor fala de diferentes tipos de sentimentos e escreve cada um num pequeno cartão ou pedaço de papel que são colocados dentro de uma caixa ou saquinho.
2. Os aventureiros são divididos em dois ou três grupos. Cada grupo retira um cartão da caixa.
3. Utilizando a linguagem corporal, os membros de cada grupo devem mostrar, para os outros grupos, qual a sua aparência, atitude e ações quando tem o sentimento que retiraram da caixa. Os outros grupos tentam adivinhar, por meio da representação dos membros, qual o sentimento que retiraram da caixa.
4. Após a representação de cada grupo, o instrutor fala sobre como Deus nos ajuda a lidar com aqueles sentimentos.

PARA SABER MAIS, ler as páginas 118, 119, 138 e 139 do *Manual Administrativo* e *Manual de Especialidades* do Clube de Aventureiros, edição de 2015.



**Requisito
Completado**

Data ____/____/____

Assinatura

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

3. Posso cuidar do meu corpo

a) Completar a Especialidade de Especialista em Saúde.

AR020 - Elaborado em conformidade com o *Manual Administrativo* e *Manual de Especialidades* do Clube de Aventureiros.



1 Decorar I Coríntios 6:19 e 20.

Pinte de amarelo todas as letras **A** e de vermelho todas as letras **I**. Depois decore o versículo.

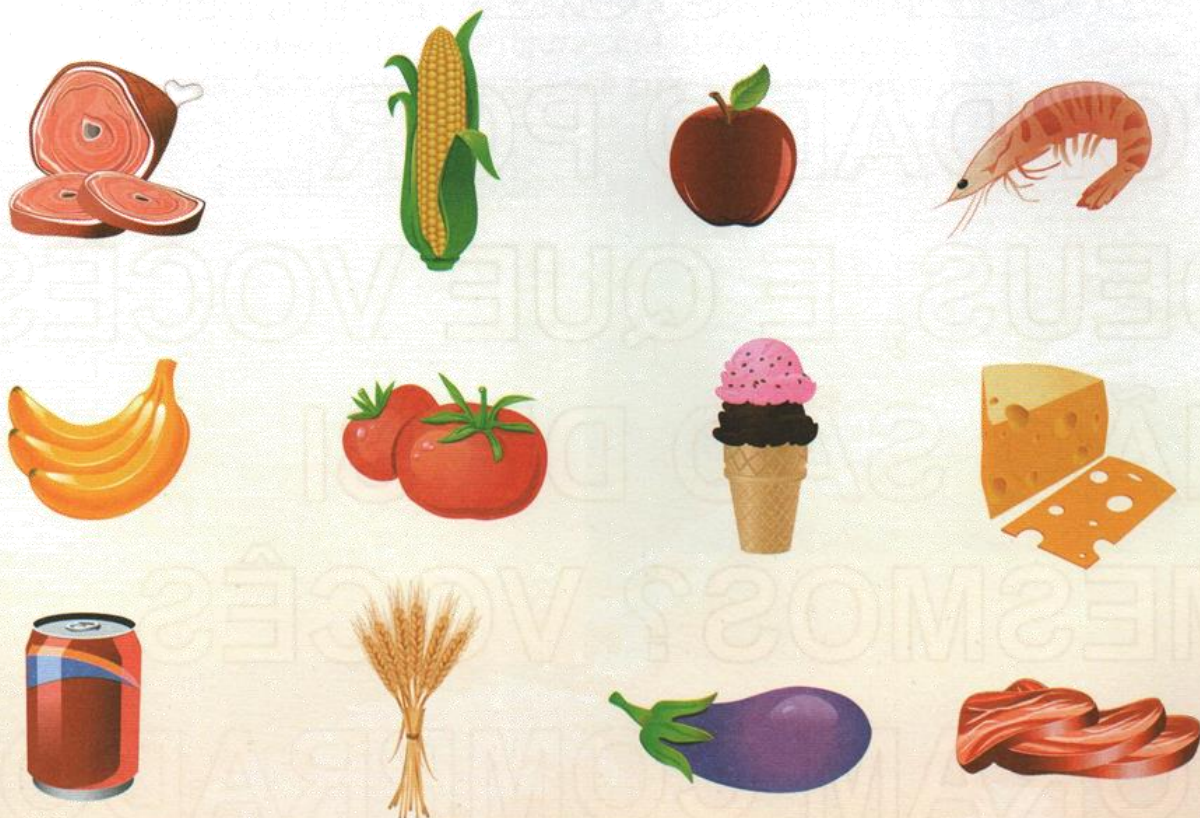
“ACASO NÃO SABEM
QUE O CORPO DE
VOCÊS É SANTUÁRIO
DO ESPÍRITO SANTO

QUE HABITA EM
VOCÊS, QUE LHES
FOI DADO POR
DEUS, E QUE VOCÊS
NÃO SÃO DE SI
MESMOS? VOCÊS
FORAM COMPRADOS
POR UM ALTO
PREÇO. PORTANTO,
GLORIFIQUEM A
DEUS COM O SEU
PRÓPRIO CORPO.”



2 Descrever uma alimentação adequada e enumerar os grupos alimentares básicos.

Leia Gênesis 1:29 e depois faça um círculo ao redor daqueles alimentos que Deus aconselhou que nós usássemos.



BANCO DE IDEIAS

Alimentar-se é dar ao nosso organismo os nutrientes necessários para a manutenção da vida. No entanto, não existe nenhum alimento que, sozinho, forneça todos os nutrientes necessários. O ideal, então, é mantermos uma alimentação que contenha diferentes alimentos e em quantidade suficiente para o crescimento e manutenção de nosso organismo. Para nos ajudar nesta tarefa é que foi criada a **Pirâmide Alimentar**.

Ela funciona assim: na base estão concentrados os **carboidratos**, um grupo de alimentos formado por cereais, pães, massas, tubérculos (batata), raízes (inhame, mandioca, batata-doce) e que fornecem a maior parte da energia consumida pelo nosso corpo e, por isso, devem ser consumidos de 5 a 9 porções diariamente. **1 porção é igual à:** 1 fatia de pão, ou ½ xícara (chá) de granola, ou ½ xícara (chá) de arroz, ou ½ xícara (chá) de macarrão.

Depois dos carboidratos vêm as vitaminas e minerais presentes nas verduras, legumes e frutas. Eles formam os alimentos reguladores, pois seus nutrientes atuam tanto na prevenção como no tratamento de várias doenças, mas o consumo deles deve ser menor que os dos carboidratos, 3 a 5 porções por dia. **1 porção é igual à:** 1 xícara (chá) de folhas cruas, ou ½ xícara (chá) de vegetais cozidos, ou 1 fruta fresca, ou ¾ de xícara (chá) de suco extraído da polpa.

Acima das vitaminas e minerais ficam as proteínas encontradas no feijão, ovo, lentilha, ervilha, nozes, castanhas e carnes. São os alimentos construtores pois seus nutrientes são necessários para a construção e manutenção dos tecidos orgânicos, mas o que se deve comer deles é menos ainda do que as vitaminas e minerais. **1 porção é igual à:** 1 copo de leite ou iogurte, ou 2 fatias de queijo fresco, 1 ovo, ou 1 filé pequeno de ave, peixe ou carne bovina, ou ½ xícara (chá) de feijão, ou ½ xícara (chá) de nozes ou castanhas.

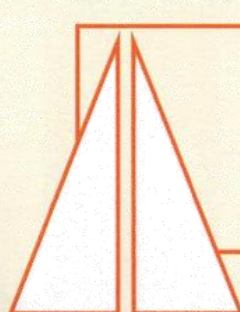
Finalmente, no alto da pirâmide, ficaram as gorduras e açúcares, os alimentos de menor consumo pois ambos são considerados alimentos energéticos extras e o seu consumo exagerado pode ocasionar doenças e aumento de peso. Por isso deve-se consumir deles o mínimo possível.

PIRÂMIDE ALIMENTAR

Utilize os adesivos das páginas centrais para completar a pirâmide alimentar com os grupos de alimentos básicos.

GORDURAS E AÇÚCARES

Alimentos que dão energia extra

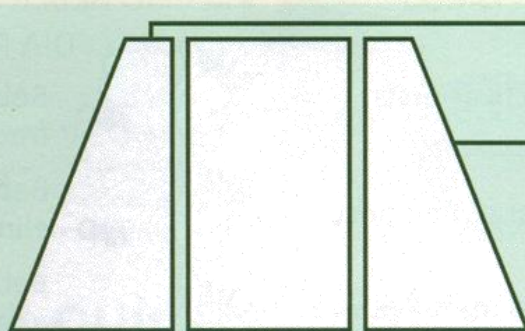


GORDURAS
Consumo esporádico

AÇÚCARES
Consumo esporádico

PROTEÍNAS

Alimentos construtores



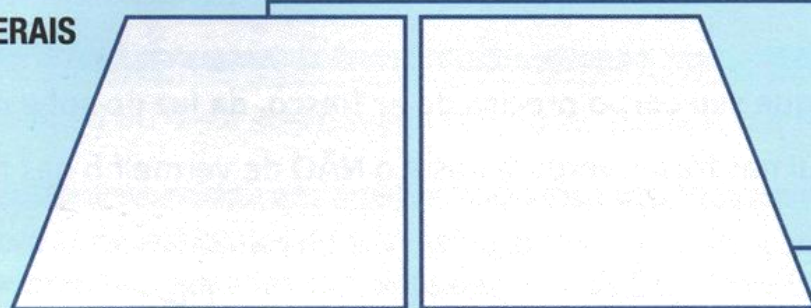
LEITE E DERIVADOS
3 porções

LEGUMINOSAS E OLEAGINOSAS
1 a 2 porções

OVOS, PEIXES, AVES E CARNES
1 a 2 porções

VITAMINAS e MINERAIS

Alimentos reguladores

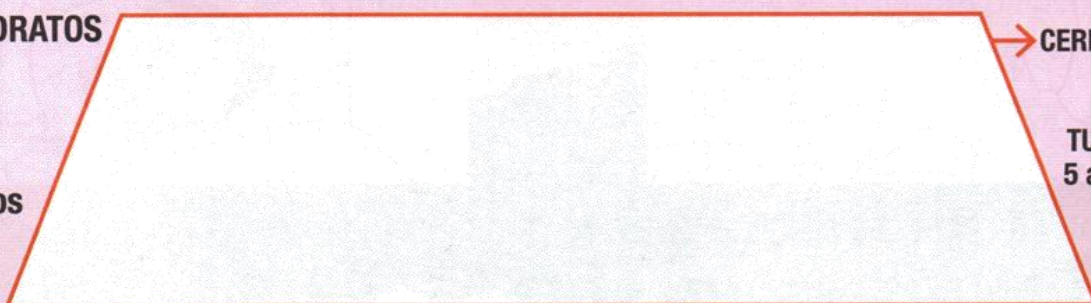


VERDURAS E LEGUMES
3 a 5 porções

FRUTAS
3 a 5 porções

CARBOIDRATOS

Alimentos que dão energia



CEREAIS, PÃES, MASSAS, RAÍZES E TUBÉRCULOS
5 a 9 porções



BANCO DE IDEIAS

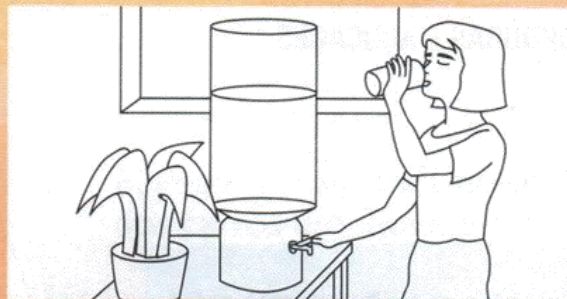
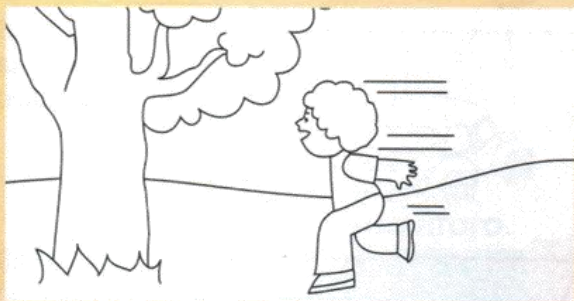
- 1) Convidar um nutricionista para palestrar.
- 2) Fazer um café da manhã com alimentos saudáveis e convidar um membro de cada família para participar.
- 3) Organizar um piquenique utilizando as orientações da Pirâmide Alimentar.

PARA SABER MAIS, Ler a parte I, “O Regime Original”, parte III, “Um Regime Adequado” e a parte IV, “O Regime Alimentar em Diferentes Países” do capítulo “Regime Alimentar Adequado” do livro *Conselhos Sobre o Regime Alimentar* de Ellen G. White. Ler o capítulo “O Regime Alimentar e a Saúde”, do livro *A Ciência do Bom Viver* de Ellen G. White.

3

Explicar porque seu corpo precisa de exercícios e porque a água é importante para o seu corpo.

Pinte o **SIM** de azul nas frases verdadeiras e o **NÃO** de vermelho nas frases falsas.



PRECISO FAZER EXERCÍCIOS FÍSICOS



PORQUE:

Meus ossos irão ficar mais fortes.

Ajuda a controlar o meu peso.

Meu corpo ficará mais flexível.

PRECISO BEBER ____ COPOS DE ÁGUA POR DIA PORQUE:



Beber água evita que eu sinta fraqueza muscular e tontura.

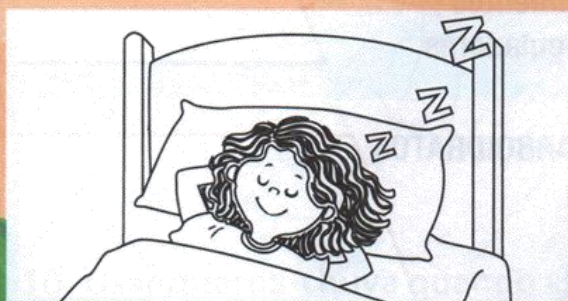
Beber água evita doenças pois elimina toxinas do meu corpo.

Beber água deixa minha pele e meu cabelo mais bonitos e saudáveis.

4

Explicar porque seu corpo precisa de ar fresco, da luz do sol e de descanso.

Pinte o **SIM** de azul nas frases verdadeiras e o **NÃO** de vermelho nas frases falsas.



PRECISO DE AR FRESCO E SOL PORQUE:



A luz do sol produz vitamina D que fortalece meus ossos e articulações.



O ar fresco tem mais oxigênio para os meus pulmões.



A luz do sol melhora a qualidade do meu sono e previne algumas doenças.

PRECISO DESCANSAR PORQUE:



O sono ajuda o meu cérebro a armazenar novas informações na memória.



O sono deixa as células do meu corpo mais fortes para combater doenças.



Durante o sono meu corpo produz o hormônio do crescimento que fortalece os ossos, as articulações e os músculos.

5

Descrever e demonstrar como se faz uma boa higiene dental.

Pinte o **SIM** de azul nas frases verdadeiras e o **NÃO** de vermelho nas frases falsas.
PRECISO ESCOVAR BEM OS DENTES PORQUE:

SIM NÃO



Assim evito ter cáries.

SIM NÃO



Assim evito ter mau hálito.

SIM NÃO



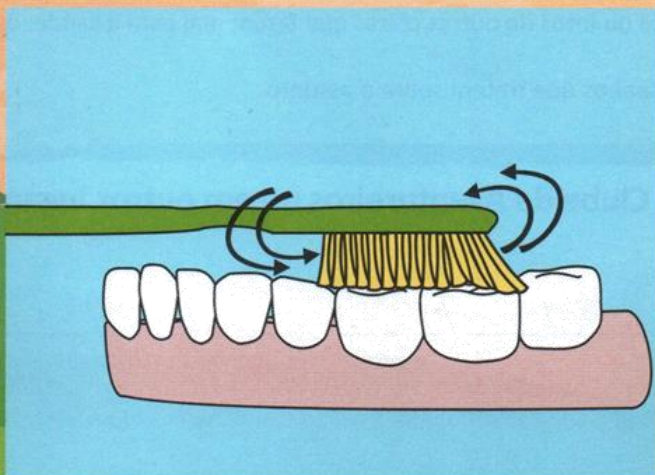
Assim evito perder meus dentes.



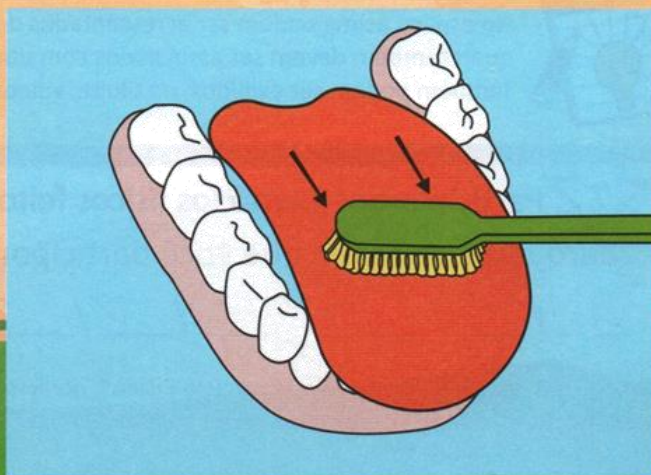
A escovação deve começar do lado de fora dos dentes (o lado voltado para as bochechas) com movimentos que vão da gengiva à ponta dos dentes. Escolha uma escova de cerdas macias.



Escove a parte interna dos dentes (o lado voltado para a língua) com movimentos de vai e vem.

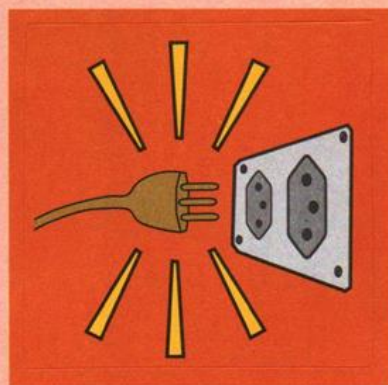


Com suaves movimentos circulares, escove a superfície dos dentes. Os últimos dentes devem ser muito bem escovados pois são eles que mais trabalham quando mastigamos, sendo os mais sensíveis a cáries.



Escove também a língua para remover bactérias e purificar o hálito.

Recorte na página 39 o caderninho MINHA SAÚDE É IMPORTANTE. Leve-o para casa para fazer as anotações nele durante a semana.

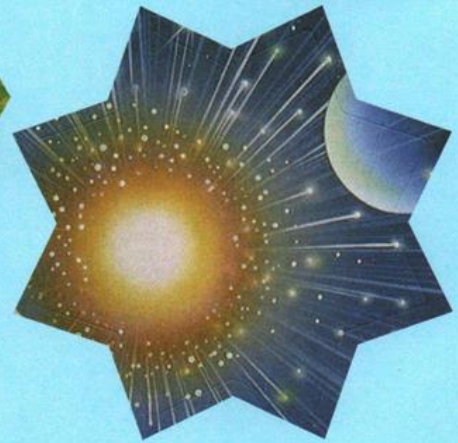
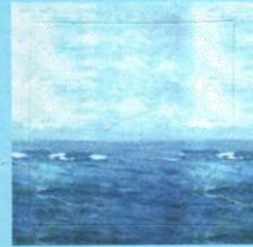
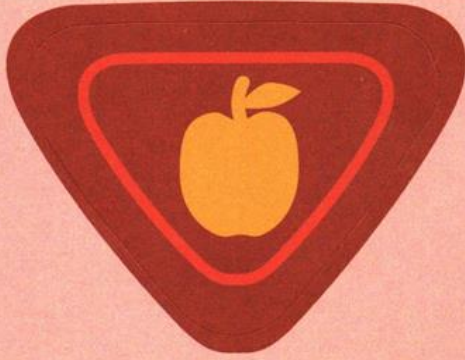


Requisito Completado

Data ____/____/____

Assinatura _____

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não



CONFUSÃO

RAIVA

TRISTEZA

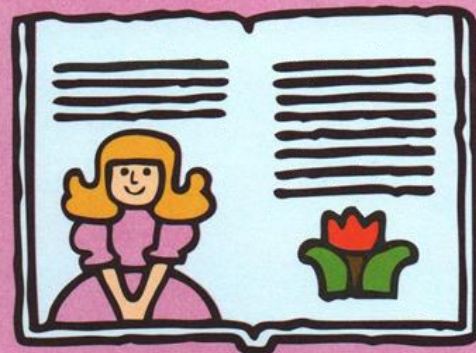
ALEGRIA



Requisito
Completado

Data ____/____/____

Assinatura



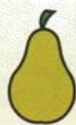
Depois cole o caderninho aqui com os adesivos das páginas centrais.

	Tomou um almoço saudável?	Escovou os dentes após o almoço?	Tomou uma janta saudável?	Escovou os dentes após a janta?	Praticou exercícios hoje?	Quantos copos de água bebeu?	Qual horário em que foi dormir?



6 Memorizar três coisas que destroem a sua saúde.

Faça um "X" nas figuras que representam coisas que fazem mal para a sua saúde.



BANCO DE IDEIAS

No espaço acima podem ser acrescentados desenhos ou fotos de outras coisas que fazem mal para a saúde, os quais também devem ser assinalados com um "X".

Também podem ser exibidos, no Clube, vídeos e desenhos que tratem sobre o assunto.

7 Participar dos exercícios físicos feitos no Clube de Aventureiros ou em outros lugares.

Marque as datas em que você participou.

____/____/____ ____/____/____ ____/____/____ ____/____/____

PARA SABER MAIS, ler o capítulo "Exercício Físico", do livro *Conselhos Sobre Saúde* de Ellen G. White. Ler o capítulo "O Médico é um Educador", do livro *A Ciência do Bom Viver* de Ellen G. White. Ler o capítulo "Higiene Escrupulosa", do livro *Conselhos Sobre Saúde* de Ellen G. White.

Após concluir a especialidade, cole aqui o adesivo que está nas páginas centrais.



Requisito Completado

Data ____/____/____

Assinatura

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

III. MINHA FAMÍLIA

1. Tenho uma família

- a) Fazer uma pintura ou desenho de algo que você gosta em cada membro de sua família.



Requisito
Completado

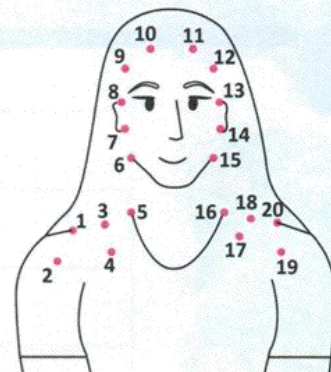
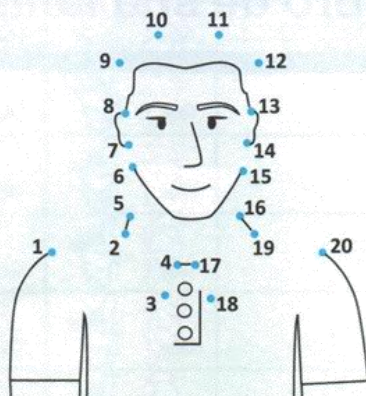
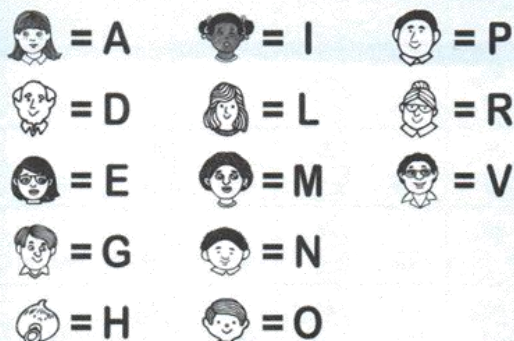
Data ____/____/____

Assinatura _____

2. Os membros da família cuidam uns dos outros

a) Descobrir o que o quinto Mandamento (Êxodo 20:12) diz sobre as famílias.

1) Ligue os pontos para descobrir duas palavras que estão faltando no versículo abaixo. Depois, utilize o código para completar as outras palavras que estão faltando.



“ **H O N R A** TEU



A FIM DE QUE TENHAS

E TUA



NA TERRA QUE O SENHOR, TEU DEUS, TE DÁ.”

,



2) Cole uma foto da sua família.

PARA SABER MAIS, ler o capítulo “Respeito e Amor aos Pais”, do livro *Mensagens aos Jovens* de Ellen G. White. Ler o capítulo “O Ministério do Lar”, do livro *A Ciência do Bom Viver* de Ellen G. White.



Requisito
Completado

Data ____ / ____ / ____

Assinatura

b) Demonstrar três maneiras como você pode honrar sua família.

Dentro dos corações, escreva, ou cole desenhos ou fotos que representem os modos como você honrou sua família.



BANCO DE IDEIAS

Para o cumprimento deste requisito, o ideal é que o Aventureiro receba em sua casa uma visita do instrutor e assim poder demonstrar como ele honra a sua família. Os vídeos e fotos desta atividade serão emocionantes e talvez até poderão ser apresentados no Clube ou na igreja.



Requisito Completado

Data ____/____/____

Assinatura _____

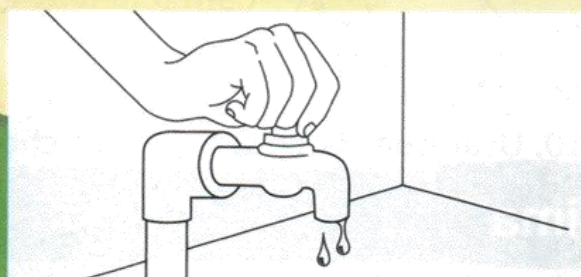
3. Minha família cuida de mim

a) Completar a Especialidade de Especialista em Segurança.

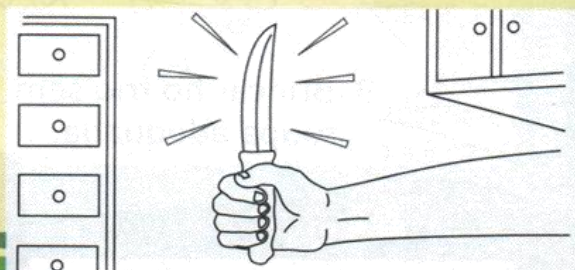
AR007 - Elaborado em conformidade com o Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros.

1 Assistir a um vídeo ou filme sobre segurança no lar. Explicar o que aprendeu.

2 De acordo com as necessidades de sua região, praticar as instruções de segurança em caso de: vendaval, tempestades com ventania, furacão, tornado, tremores, terremoto, inundações, enchente, erupção vulcânica, tempestades com trovões, relâmpagos e raios. Pinte apenas os quadros que demonstram como evitar possíveis situações de perigo.



1. Fechar vazamento de água.



2. Brincar com facas.



3. Brincar com fogo.



4. Brincar com eletricidade.

Em casa



5. Respeitar o semáforo.



6. Pegar carona na traseira dos carros em movimento.

Na cidade



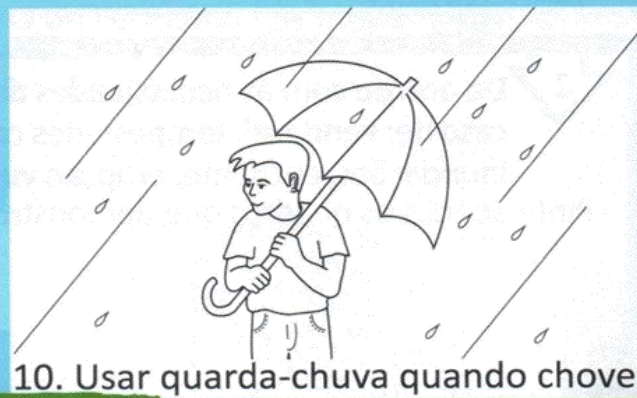
7. Caminhar pela calçada.



8. Brincar no meio da rua.

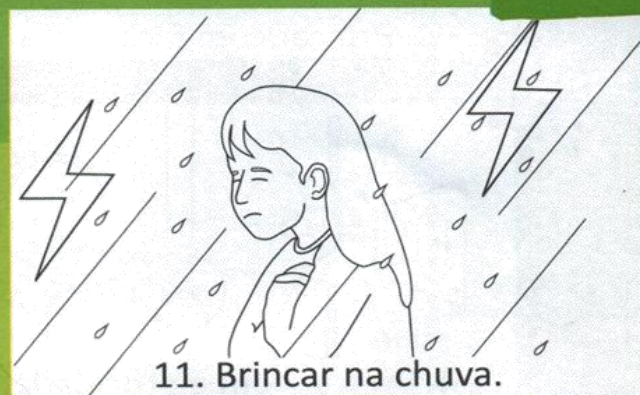


9. Brincar no frio sem roupa adequada.

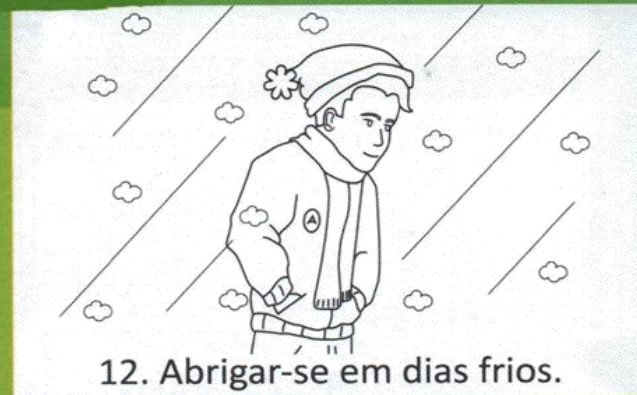


10. Usar guarda-chuva quando chove.

Com o clima



11. Brincar na chuva.



12. Abrigar-se em dias frios.



13. Aceitar convites de estranhos.



14. Visitar um doente.

Com as pessoas



15. Aceitar doces de estranhos.



16. Conversar com gente estranha.

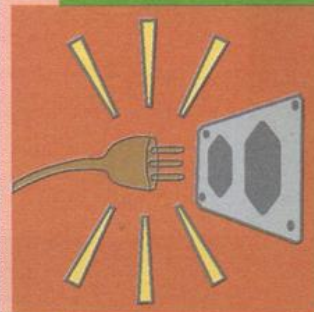
3 Aprender e praticar as instruções em caso de incêndio no lar, na escola e em ambientes públicos.

4 Com seus pais, fazer um plano de segurança contra incêndio em casa.

Recorte o caderninho “PLANO DE SEGURANÇA” na página 37. Leve-o para casa para fazer as anotações nele durante a semana. Depois de preenchido, cole ele aqui com os adesivos das páginas centrais.

Com a ajuda dos seus pais, anote abaixo as principais medidas que vocês estão tomando para evitar incêndios em casa.



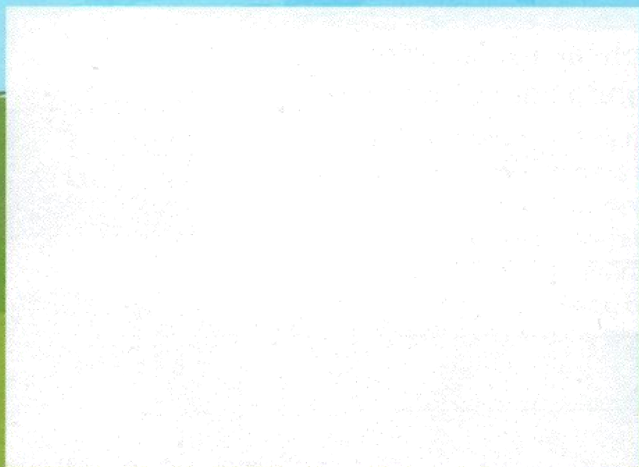
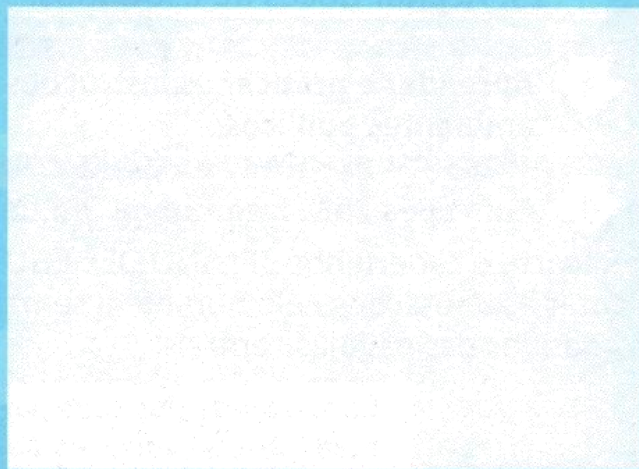
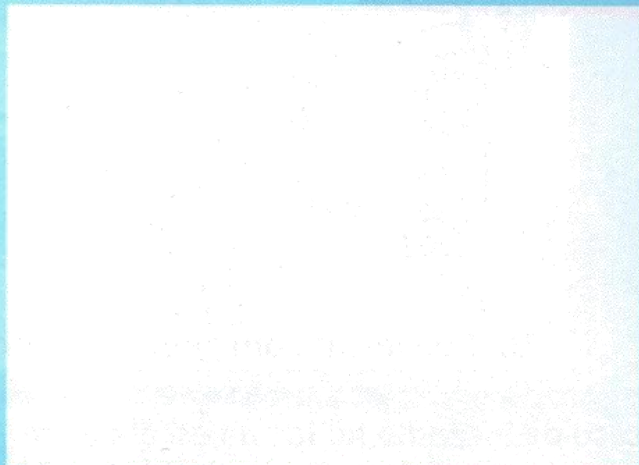


Com a ajuda dos seus pais, olhe ao redor de sua casa e anote abaixo, durante uma semana, as coisas que podem se tornar um perigo para uma criança.

5

Fazer um cartaz sobre segurança mostrando situações de perigo e o que fazer. Ou fazer um cartaz sobre prevenção de acidentes, mostrando como evitar situações de perigo.

Na página 35 você vai encontrar 4 figuras. Pinte elas e, após conversar com o seu conselheiro, diga como você deve agir em cada uma das situações perigosas ali representadas. Escolha uma das figuras que você pintou, escreva seu nome na frente dela e entregue para o conselheiro. Esta figura será usada no cartaz que será afixado no mural da escola ou igreja. As outras 3 figuras você cola no espaço abaixo.



BANCO DE IDEIAS

Colabore com o projeto de educação de segurança da sua escola ou igreja, entregando para eles afixarem no mural o cartaz feito pela sua unidade de Abelhinhas Laboriosas.

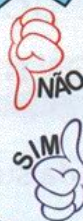
PARA SABER MAIS, ler a página 249 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015. Ler também o capítulo “**Segurança Através da Oração**”, do livro *Mensagens aos Jovens* de Ellen G. White.

6 Participar de brincadeiras de segurança.

Encontre o caminho para chegar em casa em segurança. É só escolher a resposta certa em cada balão.



Deixar os brinquedos espalhados no chão é perigoso.



Empinar pipas perto dos fios da rede elétrica é perigoso.



Usar capacete para andar de skate, patins ou bicicleta é perigoso.



Brincar com álcool e produtos de limpeza é perigoso.



7 Criar um projeto de educação de segurança na igreja ou escola.

Nome do projeto: _____

Após concluir a especialidade, cole aqui o adesivo que está nas páginas centrais.



Requisito Completado

Data ____/____/____

Assinatura _____

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

IV. MEU MUNDO

1. O mundo dos amigos

a) Explicar como você pode ser um bom amigo. Usar para isso marionetes, dramas, peças ou outros recursos.

1) Cole uma foto dos colegas da sua classe de Aventureiros.

2) Marque um X nas qualidades dos seus amigos:

☐ Alegre ☐ Amigo ☐ Colaborador ☐ Educado ☐ Gentil

3) Você acha que Jesus é um bom amigo? ☐ Sim ☐ Não



BANCO DE IDEIAS

Os adultos são, no Ministério dos Aventureiros, os grandes promotores e patrocinadores da maioria das atividades. Fazer amigos também depende da intervenção apropriada dos adultos. Lembre às crianças que Jesus é o primeiro e melhor amigo que alguém pode ter. Ser amigo pode ajudar outros a conhecerem Jesus e quererem ser, também, amigos dEle. Conte histórias de amizade, faça quadros ilustrados sobre como fazer e preservar amigos. Inicie discussões com algumas dessas frases:

- Para mim um amigo é...
- Meus amigos me magoam quando...
- Posso ser um amigo melhor se...
- Faço amigos mais facilmente quando...
- Gosto quando meu amigo...

Um segredo para fazer e conservar amigos é a **empatia** — colocar-se no lugar dos outros e imaginar o que eles sentem em cada situação. Um jogo interessante para treinar as crianças nesta habilidade é responder a perguntas como as listadas abaixo. Você pode, também, usar os frutos da discussão para encenar ou dramatizar com objetos, bonecos ou as próprias crianças.

PARA SABER MAIS, ler as páginas 123 e 124 do *Manual Administrativo e Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*, edição de 2015. Ler também o capítulo “O Lar Como Centro de Educação Missionária”, do livro *Serviço Cristão* de Ellen G. White.



**Requisito
Completado**

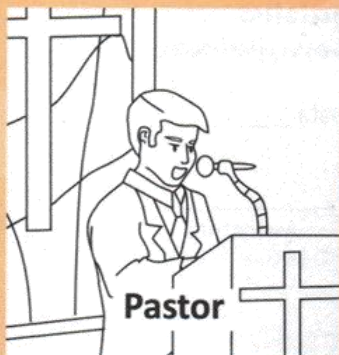
Data ____ / ____ / ____

Assinatura

2. O mundo das outras pessoas

a) Falar sobre o trabalho que as pessoas realizam em sua igreja e descobrir uma maneira de ajudá-las.

1) Pinte os desenhos ou cole sobre eles as fotos das pessoas com as quais você conversou. Diga o nome delas e uma maneira de como você pode ajudá-las ou faça um desenho que represente esta atividade. Melhor ainda se você conseguir colar uma foto sua ajudando nessa atividade.



Nome _____

Maneira como posso ajudar



Nome _____

Maneira como posso ajudar



Nome _____

Maneira como posso ajudar



Nome _____

Maneira como posso ajudar

2) Escreva abaixo algumas maneiras de ajudar na igreja:

PARA SABER MAIS, ler o capítulo "A Obra Caritativa", do livro *Serviço Cristão* de Ellen G. White.



**Requisito
Completado**

Data ____ / ____ / ____

Assinatura _____

3. O mundo da natureza

a) Completar a especialidade de Amigo dos Animais.

EN005 - Elaborado em conformidade com o *Manual Administrativo* e *Manual de Especialidades do Clube de Aventureiros*.

1

Cuidar de um bichinho ou ave de estimação, por pelo menos, quatro semanas.

Participe com sua unidade no cuidado de um bichinho por quatro semanas (cachorrinho, gatinho, pássaro ou outro):

Qual animal foi escolhido? _____

O que você deu para ele comer? _____

O que você deu para ele beber? _____

Você gostou de cuidar desse animalzinho? _____

2 Cuidar de bichinhos ou aves que vivem em liberdade, nos arredores de sua casa, escola ou igreja.

Participe com sua unidade de uma atividade que consista em alimentar animaizinhos. Por exemplo: aves em um parque, peixes em um rio ou tanque, etc.

Que tipos de animais você alimentou?

3 Identificar e representar os animais os quais você cuida, através de desenho ou pintura.

Identifique três tipos de pássaros. Cole dentro dos quadros uma gravura de cada um.

Identifique três tipos de cachorros. Consiga gravuras e cole dentro dos seguintes quadros.

Identifique três raças de gatos. Consiga uma ilustração de cada um e cole dentro dos quadros.

4 Em companhia do seu conselheiro visitar um dos seguintes lugares:

☐ Zoológico

☐ Curral

☐ Aviário

☐ Loja de animais

☐ Canil

☐ Outro: _____

O que você viu ali?

5 Fazer um bicho de pelúcia ou similar com enchimento, ou, se preferir, uma máscara em cartolina (tanto o bicho de pelúcia como a máscara podem ser utilizadas depois pelos participantes do jogo "O zoológico").

6 Participar do jogo chamado "O zoológico".

Se você tiver um animalzinho de estimação, cole uma foto dele aqui.



BANCO DE IDEIAS

Este jogo consiste em formar vários grupos com a mesma quantidade de integrantes. O diretor diz os nomes dos animais que serão imitados pelos participantes. No comando "já", os participantes começam a gritar o nome que foi estipulado ou a imitar o ruído característico do animal que representam. Ao final estarão reunidos todos os que tem o mesmo nome (exemplo: todos os leões em um grupo, todos os coelhos em outro grupo, etc.).

Após concluir a especialidade, cole aqui o adesivo que está nas páginas centrais.



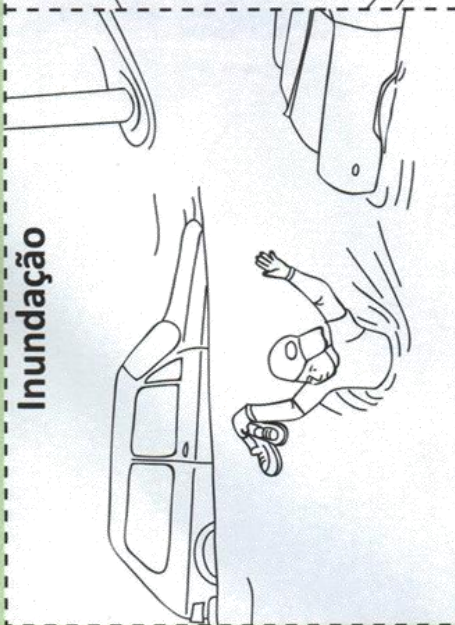
Requisito
Completado

Data ____ / ____ / ____

Assinatura

Requisito concluído com a participação dos pais ou responsáveis. ☐ Sim ☐ Não

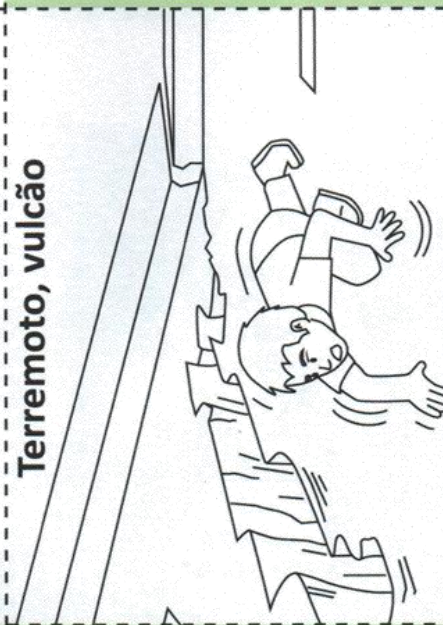
Inundação



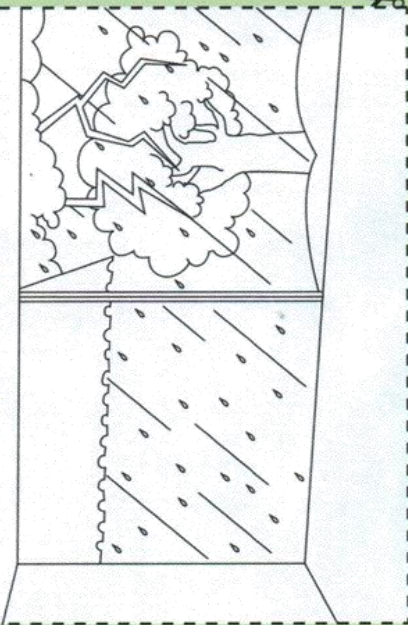
Tempestades com ventania, furacão



Terremoto, vulcão



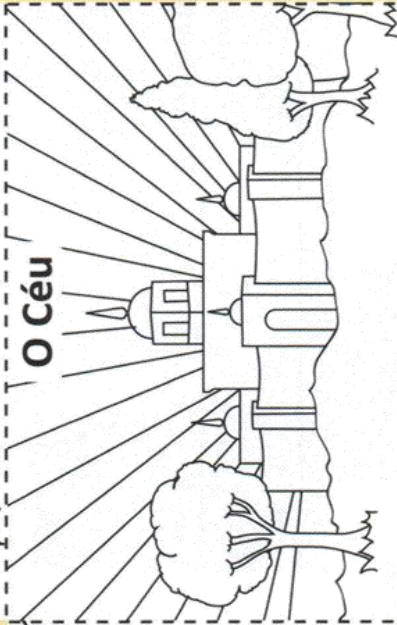
Raios e trovões



Jesus virá novamente



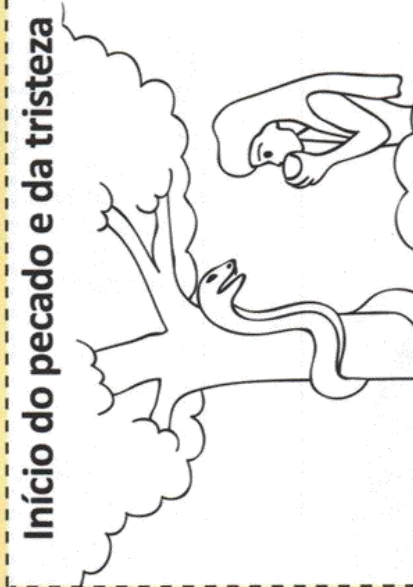
O Céu



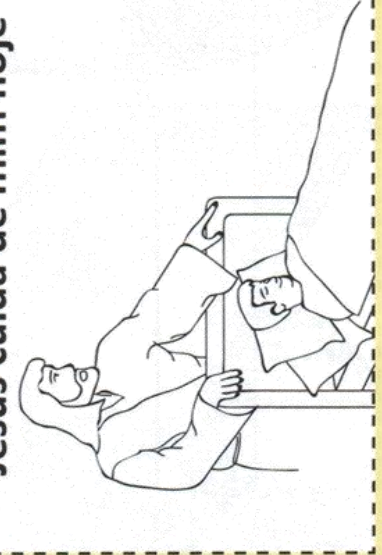
A Criação



Início do pecado e da tristeza



Jesus cuida de mim hoje



<p>Nome: _____</p>	<p>Nome: _____</p>
<p>Nome: _____</p>	<p>Nome: _____</p>

[illegible]

MINHA AGENDINHA**DE ORAÇÕES****PLANO DE****SEGURANÇA**

Dias da semana

Oração de agradecimento

Domingo



Por minha família

Segunda



Por minha saúde

Terça



Por Jesus

Quarta



Pelos alimentos

Quinta



Pelas roupas

Sexta



Pelo cuidado de Deus

Sábado



Pelo amor de Deus

Para cada dia da semana que você lembrar de orar, pinte o **SIM**.

Caso contrário, pinte o **NÃO**.

Com a ajuda dos seus pais, anote abaixo as principais medidas que vocês estão tomando para evitar incêndios em casa.

Com a ajuda dos seus pais, olhe ao redor de sua casa e anote abaixo, durante uma semana, as coisas que podem se tornar um perigo para uma criança.

Domingo

Segunda

Terça

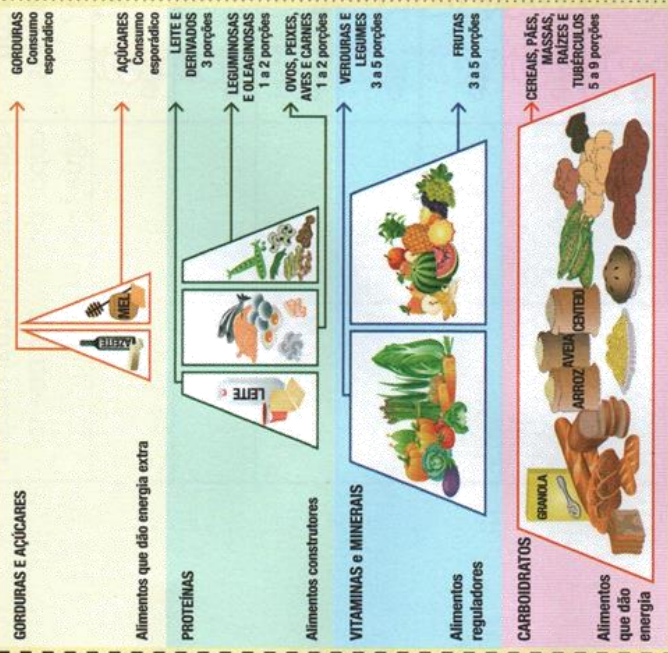
Quarta

Quinta

Sexta

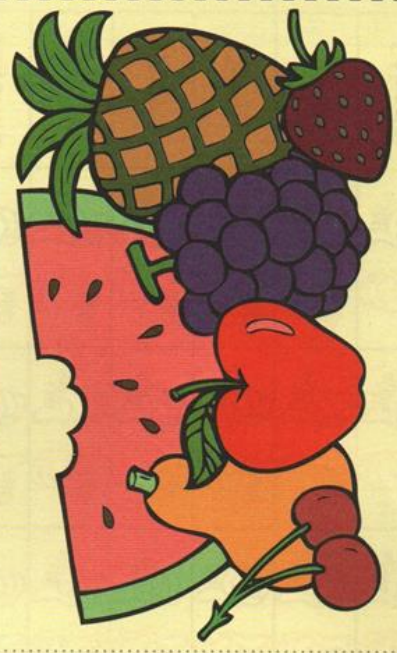
Sábado

PIRÂMIDE ALIMENTAR



MINHA SAÚDE

É IMPORTANTE



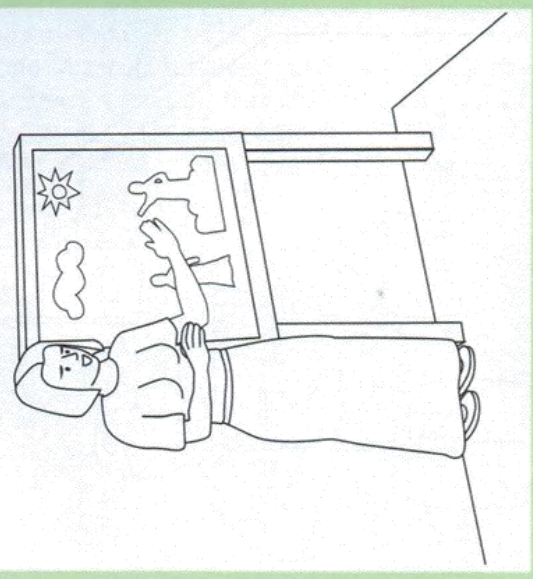
CADERNINHO



































































































DE PESSOAS

QUE CUIDAM DE MIM

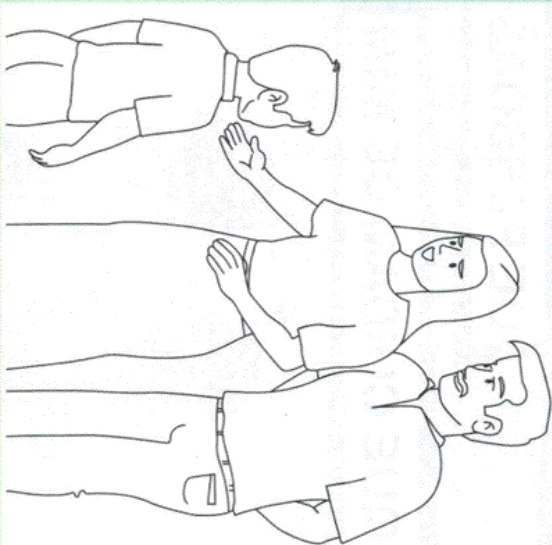


PROFESSORA

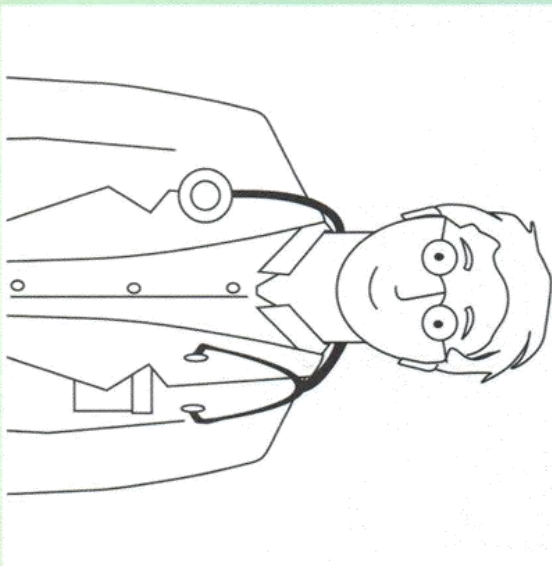


	Tomou um desjejum saudável?	Escovou os dentes após o desjejum?	Tomou um almooço saudável?	Escovou os dentes após o almoço?	Tomou uma janta saudável?	Escovou os dentes após a janta?	Praticou exercícios hoje?	Quantos copos de água bebeu?	Qual horário em que foi dormir?
Domingo	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		
Segunda	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		
Terça	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		
Quarta	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		
Quinta	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		
Sexta	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		
Sábado	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO	 SIM  NÃO		

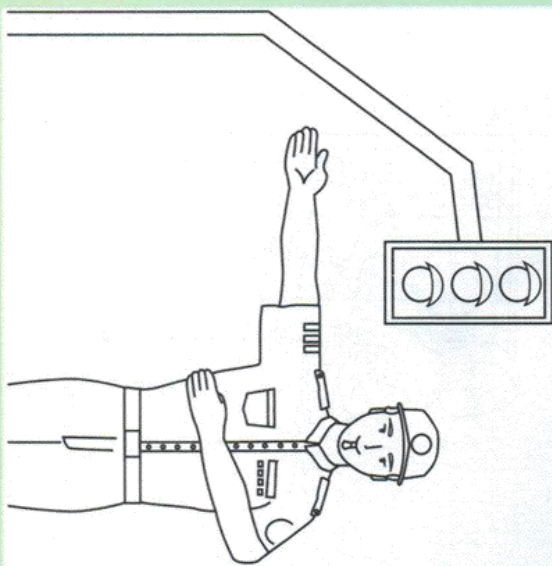
FAMÍLIA



DOCTOR



POLICIAL DE TRÂNSITO





CERTIFICADO



Certificamos que

_____ completou satisfatoriamente os requisitos da Classe de

Abelhinhas Laboriosas

estabelecidos pelo MDA - Ministério de Desbravadores
e Aventureiros da Divisão Sul-Americana.

_____, ____ de ____ de ____.

Diretor(a) do Clube

Diretor(a) do MDA
Associação/Missão



Data de início: ____ / ____ / ____

Data de conclusão: ____ / ____ / ____

Data da investidura: ____ / ____ / ____

Conselheiro(a): _____

Diretor(a): _____



Edição e Supervisão

Udoicy Zukowski

Colaboradores

Bruno Marquart

Kellen Ramos Mandarino

Joisy Cristine Alencar O. Nicolatti

Márcia C. Knapik

Rosêmeire A. Dourado Rodrigues

Revisão e Ajustes

Tania Fanti

Capa, projeto gráfico e editoração eletrônica

Editora Sobre Tudo Ltda. (11) 5687-4704

www.editorasobretudo.com.br

Versão bíblica utilizada

Nova Versão Internacional



Igreja Adventista
do Sétimo Dia

DIVISÃO SUL-AMERICANA

MINISTÉRIO DE DESBRAVADORES E AVENTUREIROS



<http://adventistas.org/pt/aventureiros/>

www.editorasobretudo.com.br

UTILIZE SOMENTE PRODUTO OFICIAL



LZ15011/MAR2018

www.editorasobretudo.com.br