

SINANAY



**SAPAGKA'T SA PAGSASANAY NG
KATAWAN AY MAY KAUNTING
PAKINABANG, NGUNI'T ANG
KABANALANG SA LAHAT NG MGA
BAGAY AY PINAKIKINABANGAN, NA
MAY PANGAKO SA BUHAY NA ITO, AT
SA DARATING.**

1 TIMOTEO 4:8

SESYON 2: SINANAY

Ano ang Kailangan Mo:

- **Mga Kard ng Karakter:** Mga napi-print na larawan ng mga atleta, musikero, manlalaro, o piksyonal na bayani (para sa talakayan sa pagsasanay).
- **Mga napi-print na pera ng bag ng talento:** 15 bag.
- **Bibliya:** Para sa pagbabasa ng Lucas 9:1-6 at Mateo 25:14-30.
- **Gamit para Mag-play ng Video (opsyonal):** Kung gusto mong magpakita ng mga video na nauugnay sa session.
- **Malaking Papel at Marker:** Upang maglista ng mga paraan upang magsanay sa espirituwal.
- **Mga Materyales sa Pagsulat:** Panulat o lapis para sa aktibidad ng memory verse.

Layunin: Sa pagtatapos ng sesyon na ito, mauunawaan ng mga bata na hindi lamang tayo pinipili ni Hesus kundi sinasanay din tayo na maging higit na katulad Niya. Matututuhan nila na sa pamamagitan ng Banal na Espiritu, lumalago tayo sa ating pananampalataya at kakayahan, at bawat isa sa atin ay may kakaibang papel na dapat gampanan sa Kanyang Simbahan.

Pangunahing Punto:

Pambungad na Talakayan: Paano maging mas mahusay sa isang bagay

Magsimula sa pagtatanong, “Kung gusto mong maging mas mahusay sa isang bagay—tulad ng paglalaro ng sports, pagkanta, o kahit isang video game—ano ang gagawin mo?” Hayaang magmungkahi ang mga bata ng mga ideya tulad ng pagsasanay, pagkuha ng mga aralin, o pag-aaral ng mga bagong estratehiya. Gamitin ito bilang pambuwelo para talakayin kung paano tayo tinutulungan ng pagsasanay na umunlad at mapagbuti sa lahat ng larangan ng buhay.

Susunod, ipakita ang karakter na “power-up” na mga kard na nagtatampok ng mga tao tulad ng mga atleta, musikero, at manlalaro. Tanungin ang mga bata kung paano maaaring “magsanay” ang bawat tao upang umunlad. Halimbawa, ang isang atleta ay maaaring tumakbo o magbuhat ng mga timbang, ang isang musikero ay maaaring magsanay ng mga iskala at pagkanta, at ang isang manlalaro ay maaaring patuloy na maglaro upang makabisado ang mga diskarte.

Upang gawin itong mas nakauugnay, ipakilala ang mga character trading card o mga larawan ng mga kathang-isip na nilalang at bayani na lumalakas sa pamamagitan ng pagsasanay at karanasan. Ipaliwanag na tulad ng sa isang video game kung saan ang mga manlalaro ay nag-level up ng mga karakter sa pamamagitan ng pagsasanay o pag-upgrade ng mga kasanayan, o tulad ng isang halaman na lumalago sa tubig at sikat ng araw, kailangan din natin ng pangangalaga at pagsasanay upang lumago sa espirituwal.

Pag-aaral mula sa Iba: Mga Guro at Tagapagturo

Ngayon, ibaling ang pokus sa kung paano natututo at umuunlad ang mga tao sa tulong ng iba. Itanong sa mga bata, “Sino ang tumutulong sa iyo na matuto ng mga bagay? Paano tayo huhusay?”

Ipaliwanag na ang isang atleta ay maaaring may coach, ang isang estudyante ay may guro, at ang isang karakter sa isang laro ay kadalasang may tagapayo o gabay. Gaya ng mga halimbawang ito, ang mga disipulo ay may isang guro—si Hesus. Itinuro ni Hesus sa Kanyang mga disipulo ang lahat ng kailangan nilang malaman, at tinuruan Niya tayo sa pamamagitan ng Bibliya at ng Banal na Espiritu.

Kuwento sa Bibliya: Sinanay ni Hesus ang Kanyang mga Disipulo

Basahin nang malakas ang Lucas 9:1–6 at ipaliwanag na bago ipadala ni Hesus ang Kanyang mga disipulo sa kanilang misyon, gumugol Siya ng oras sa pagsasanay sa kanila, pagtuturo sa kanila, at paghahanda sa kanila para sa gawaing gagawin nila. Bigyang-diin na hindi isinugo ni Hesus ang mga disipulo nang hindi sila nabibigyan ng kapangyarihan at awtoridad na kailangan nila upang magtagumpay. Itinuro Niya sa kanila kung paano ibahagi ang Mabuting Balita, pagalingin ang may sakit, at magbigay ng pag-asa sa iba.

lugnay ito sa naunang talakayan tungkol sa kung paano nangangailangan ng pagsasanay ang mga tao at karakter bago nila magawa ang isang bagay na mahirap o mahalaga.

Sa parehong paraan, sinasanay tayo ni Hesus sa pamamagitan ng Kanyang mga turo at ng Banal na Espiritu upang tayo ay handa na gawin ang mabubuting bagay na Kanyang binalak para sa atin.

Kuwento sa Bibliya: Ang Parabula ng mga Talento

Basahin nang malakas ang Mateo 25:14–30, o ibuod ito kung maikli ang oras.

Pumili ng tatlong boluntaryo upang kumatawan sa mga tagapaglingkod. Bigyan ang bawat bata ng angkop na bilang ng "mga bag ng talento" (5, 2, at 1). Ang unang dalawa ay "doble" ang kanilang mga bag upang ipakita kung paano nila pinarami ang kanilang mga talento, habang ang pangatlo ay itinago ang kanyang bag at ibinalik na may parehong halaga.

Itanong, "Ano ang ginawa ng unang dalawang tagapaglingkod?" (Ginamit nila ang kanilang mga talento para gumawa ng higit pa.) Pagkatapos ay itanong, "Ano ang ginawa ng ikatlong tagapaglingkod?" (Itinago niya ang kanyang talento at hindi ito ginamit.)

Ipaliwanag na binibigyan tayo ng Diyos ng mga kaloob at kakayahan, at gusto Niyang gamitin at palaguin natin ang mga ito, hindi itago ang mga ito. lugnay ito sa espirituwal na pagsasanay: sa pamamagitan ng pagdarasal, pagtulong sa iba, at pag-aaral tungkol sa Diyos, lumalago tayo sa pananampalataya at nagiging mas kapaki-pakinabang, tulad ng mabubuting lingkod na pinalago ang kanilang mga talento.

Aplikasyon: Himukin ang mga bata na isipin kung paano pinipili ni Hesus ang bawat isa sa atin para sa isang natatanging layunin, hindi dahil sa ating mga kakayahan kundi dahil sa Kanyang pagmamahal. Ang bawat bata ay may tungkuling dapat gampanan sa misyon ni Hesus, tulad ng mga disipulo.

Punto ng Pagtuturo: Regular na Pagsasanay

Patibayin na kung paanong ang mga atleta o musikero ay regular na nagsasanay para bumuti, kailangan din nating sanayin ang ating espirituwal na pagsasanay upang maging mas malapit sa Diyos. Himukin ang mga bata na isipin kung paano nila maisasagawa ang kanilang espirituwal na pagsasanay sa linggong ito, ito man ay sa pamamagitan ng pagdarasal nang mas madalas, pagbabasa ng kuwento sa Bibliya, o pagtulong sa isang taong nangangailangan. Ipaalala sa kanila na binibigyan tayo ni Hesus nang mga kagamitan na kailangan natin para lumago ang pananampalataya, tulad ng pagsasanay Niya sa Kanyang mga disipulo bago sila ipinadala upang gawin ang Kanyang gawain.

Pangwakas na Panalangin:

Tapusin ang sesyon sa pamamagitan ng panalangin. "Mahal na Diyos, salamat sa pagpili Mo sa amin at pagsasanay sa amin na maging higit na katulad Mo. Tulungan Mo kaming isagawa ang aming espirituwal na pagsasanay araw-araw upang lumago kami sa aming pananampalataya at magamit ang mga kaloob na ibinigay Mo sa amin upang maglingkod sa iba. Amen."

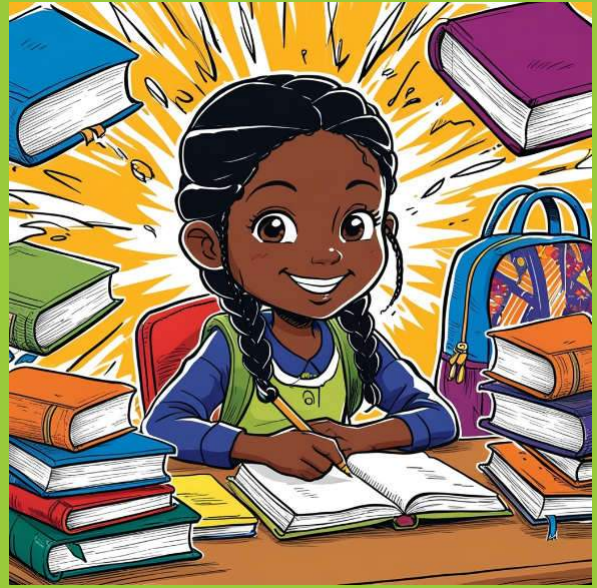
POWER-UP



MANLALARO

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

POWER-UP



ESTUDYANTE

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

POWER-UP



WEIGHTLIFTER

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

POWER-UP



MANG AAWIT

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

POWER-UP



MANANAKBO

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

POWER-UP



TAGALUTO

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

POWER-UP



MANGANGARAL

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

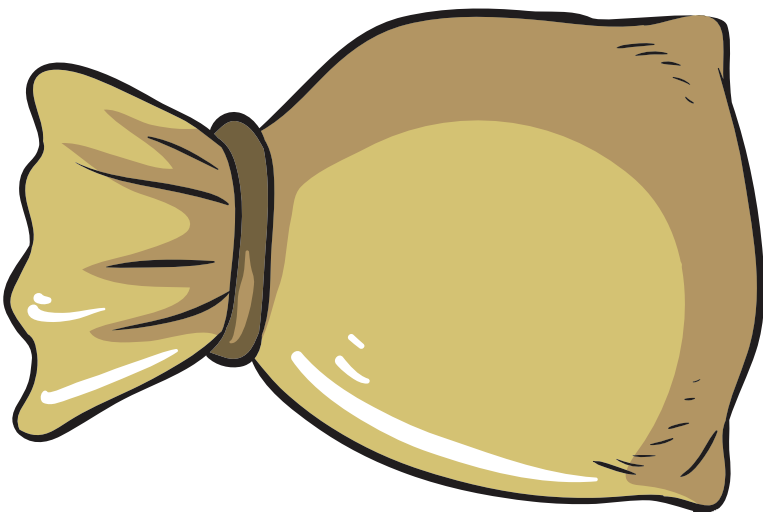
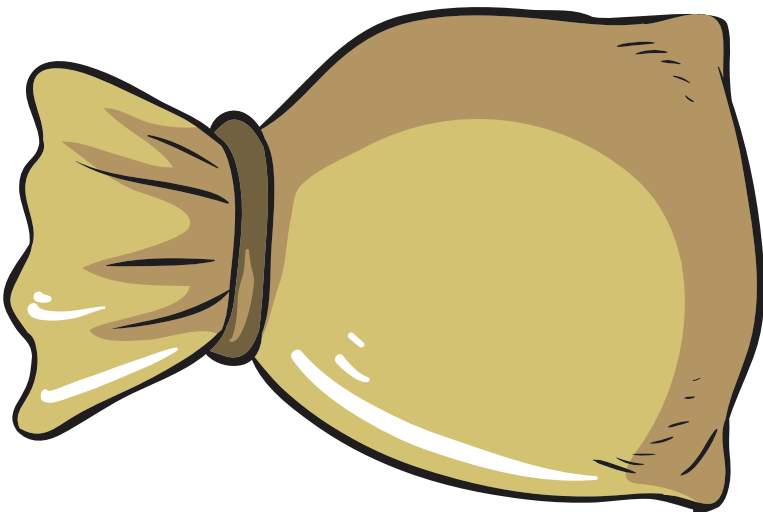
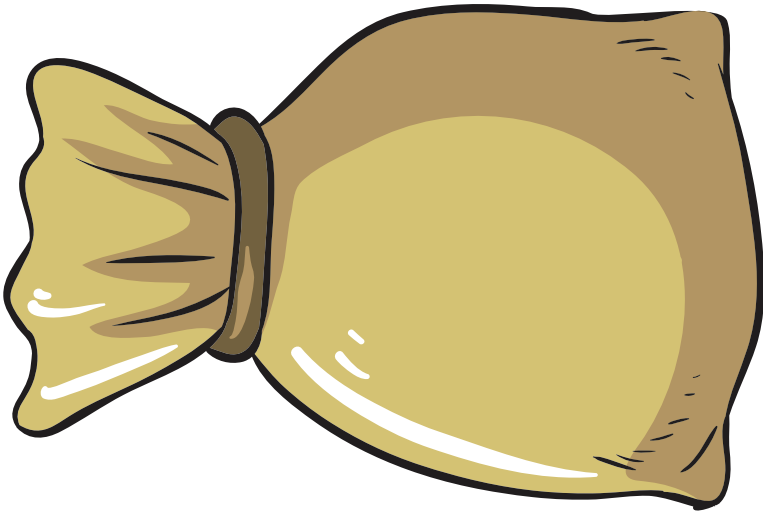
POWER-UP



**IMPLUWENSER
NG SOCIAL MEDIA**

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

Mag-print ng 3 kopya



SINANAY NI HESUS ANG KANYANG MGA DISIPULO – KUWENTO

Isipin na gusto mong maging mas mahusay sa isang bagay, tulad ng sports, pagkanta, o paglalaro. Ano ang gagawin mo? Magsasanay ka, tama?

Magsasanay ka para umunlad at umunlad. Iyon mismo ang ginagawa ni Hesus sa atin.

Sinasanay Niya tayo na maging higit na katulad Niya at gawin ang gawaing ipinagagawa Niya sa atin.

Isang araw, tinipon ni Hesus ang Kanyang mga disipulo, at pagkatapos silang turuan ng ilang sandali, sinugo Niya sila sa kanilang unang misyon.

Binigyan sila ni Hesus ng kapangyarihan at awtoridad na magpagaling ng mga maysakit, magpalayas ng mga demonyo, at magbahagi ng Mabuting Balita. Ngunit bago sila ipadala, gumugol si Hesus ng oras sa pagsasanay sa kanila, pagtuturo sa kanila, paghahanda sa kanila, at pagbibigay sa kanila ng lahat ng kailangan nila.

Hindi pa kaagad nalaman ng mga disipulo ang lahat, ngunit tinulungan sila ni Hesus na matuto at umunlad, sa bawat hakbang.

Nagkwento rin si Hesus para ituro sa atin ang tungkol sa paggamit ng mga kaloob na ibinigay Niya sa atin.

Sa Talinghaga ng mga Talento, binigyan ng isang panginoon ang tatlo sa kanyang mga alipin ng iba't ibang halaga ng pera, na tinatawag na mga talento, bago maglakbay.

Ginamit ng dalawa sa mga alipin ang ibinigay sa kanila nang may katalinuhan at kumita ng higit pa. Ngunit itinago ng ikatlong alipin ang kanyang talento at walang ginawa dito.

Natuwa ang panginoon sa unang dalawa dahil sinulit nila ang ibinigay sa kanila. Ngunit nadismaya siya sa pangatlo dahil sinayang niya ang kanyang pagkakataon.

Katulad ng panginoon sa kuwento, binibigyan ni Hesus ang bawat isa sa atin ng mga regalo at kakayahan.

Nais Niyang gamitin natin ang mga ito, hindi itago.

Kapag nagsasanay tayo sa paggamit ng ating mga kaloob, ito man ay pagtulong sa iba, pag-awit, o sining, tayo ay lumalago at nagiging mas mahusay sa paglilingkod sa Diyos, tulad ng ginawa ng mga disipulo noong sinanay sila ni Hesus.

Kaya, ano ang ibig sabihin nito para sa atin?

Tulad ng mga atleta o musikero na nangangailangan ng pagsasanay, kailangan natin ng espirituwal na pagsasanay upang lumago ang ating pananampalataya.

Tinutulungan tayo ng pagsasanay na ito na maging higit na katulad ni Hesus.

Maaari tayong magsanay sa pamamagitan ng pagdarasal, pagbabasa ng Bibliya, pagtulong sa iba, at paggugol ng oras sa Diyos.

Habang ginagawa natin ang mga bagay na ito, tumitibay ang ating pananampalataya at mas handang gawin ang gawaing ipinagkaloob sa atin ng Diyos.

BIBLE MEMORY VERSE

Susing Talata sa Bibliya: 1 Timoteo 4:8

Memory Verse: "Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating."

Gawain: "Pagsasanay" Laro ng Memorya

Mga Materyales na Kailangan:

Isulat ang bawat salita o maliliit na grupo ng mga salita mula sa memory verse sa mga piraso ng papel.

Mga Tagubilin:

1. Hatiin ang mga bata sa dalawang pangkat at ilagay ang mga kard sa tapat ng silid o play area.
2. Ang bawat bata ay dapat magsagawa ng isang masayang pisikal na aktibidad (hal., mag jumping jack, paglukso sa isang paa, o pagtakbo) upang abutin ang mga kard at makakuha ng isa.
3. Ibabalik nila ang kard sa kanilang koponan, at pupunta ang susunod na bata.
4. Kapag nakolekta na ang lahat ng kard, magtutulungan ang pangkat upang ayusin ang talata sa tamang pagkakasunod-sunod.
5. Pagkatapos makumpleto ang talata, ipabigkas ito sa mga bata nang sama-sama bilang isang grupo.

SAPAGKA'T SA PAGSASANAY NG KATAWAN

AY MAY KAUNTING PAKINABANG,

NGUNI'T ANG KABANALANG SA LAHAT NG

MGA BAGAY AY PINAKIKINABANGAN, NA

MAY PANGAKO SA BUHAY NA ITO, AT SA

DARATING. - 1 TIMOTEO 4:8

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

SINANAY



Sapagka't sa pagsasanay ng katawan ay may kaunting pakinabang, nguni't ang kabanalang sa lahat ng mga bagay ay pinakikinabangan, na may pangako sa buhay na ito, at sa darating.

1 TIMOTEO 4:8

Copyright © 2025, Trueway Kids. All rights reserved.

PANGGRUPONG LARO

Hamon ng Pang grupong Talento

Layunin: Upang matulungan ang mga bata na makilala at gamitin ang kanilang mga indibidwal na talento, habang natututo kung paano tayo pinagtitiibay ng pagtutulungan, tulad ng pagsasanay ni Hesus ang Kanyang mga disipulo na magtutulongan.

Mga Materyales na Kailangan:

Isang listahan ng mga gawain o hamon (hal., pagbuo ng isang bagay mula sa mga bloke, paglutas ng puzzle, pagsasadula ng isang kuwento sa Bibliya)

Mga Tagubilin:

1. Hatiin ang mga bata sa mga pangkat.
2. Magtalaga sa bawat pangkat ng gawain na nangangailangan ng paggamit ng iba't ibang kasanayan (hal., pagkamalikhain, paglutas ng problema, pisikal na kakayahan).
3. Ang bawat koponan ay magtutulongan upang makumpleto ang gawain, gamit ang kanilang mga natatanging talento.

Pagnilayan: Talakayin kung paano, tulad ng mga disipulo, lahat tayo ay may iba't ibang mga kaloob at talento, ngunit kapag tayo ay nagtutulongan, makakamit natin ang mga dakilang bagay para sa Diyos.

Tumakbo at Maghanap: Hanapin ang Salita Relay

Layunin: Upang pagsamahin ang pisikal na aktibidad sa mga hamon sa isip, maituro sa mga bata na kung paano natin sinasanay ang ating mga katawan, dapat din nating sanayin ang ating mga isip at espiritu.

Mga Materyales na Kailangan:

Mga listahan ng salitang hahanapin, lapis

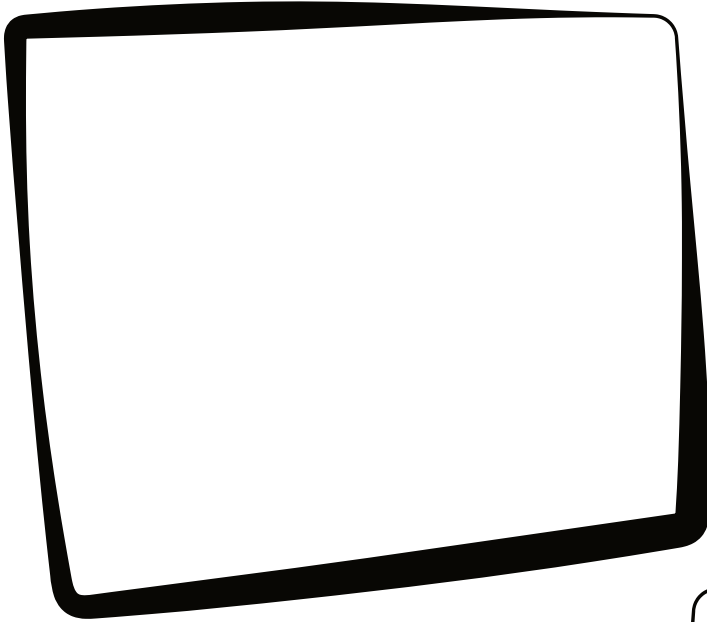
Mga Tagubilin:

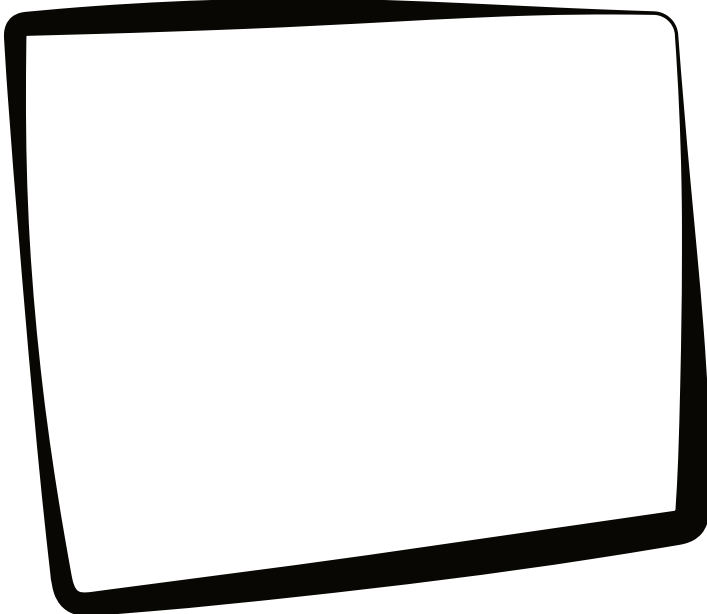
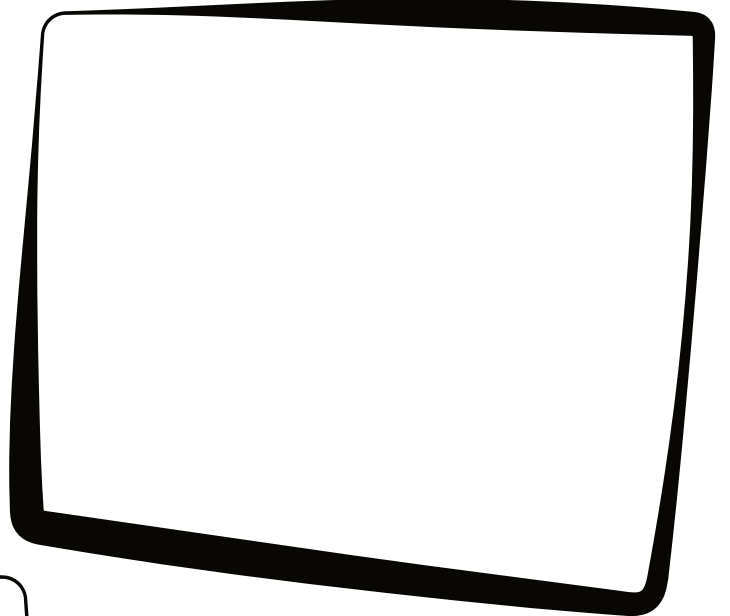
1. Hatiin ang mga bata sa dalawang pangkat.
2. Ilagay ang mga listahan ng salitang hahanapin sa isang dulo ng silid at ipahanay ang mga bata sa kabilang dulo.
3. Isa-isa, dapat tumakbo ang bawat bata sa listahan, bilugan ang isang salita, at tumakbo pabalik sa kanilang team.
4. Ang susunod na bata ay tatakbo at maghahanap ng isa pang salita sa listahan.
5. Ang unang koponan na mahanap ang lahat ng mga salita ay mananalò.

Pagnilayan: Pagkatapos ng laro, ipaliwanag kung paano tinutulungan tayo ng pisikal at mental na pagsasanay na lumakas, tulad ng espirituwal na pagsasanay na tumutulong sa atin na maging mas malapit sa Diyos.

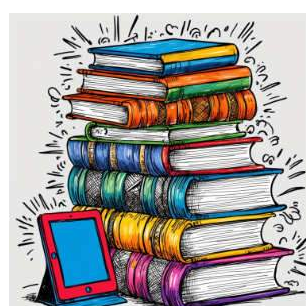
MGA TALENT KO

Iguhit ang tatlo sa iyong mga talento at sumulat
ng isang paraan upang sanayin sila



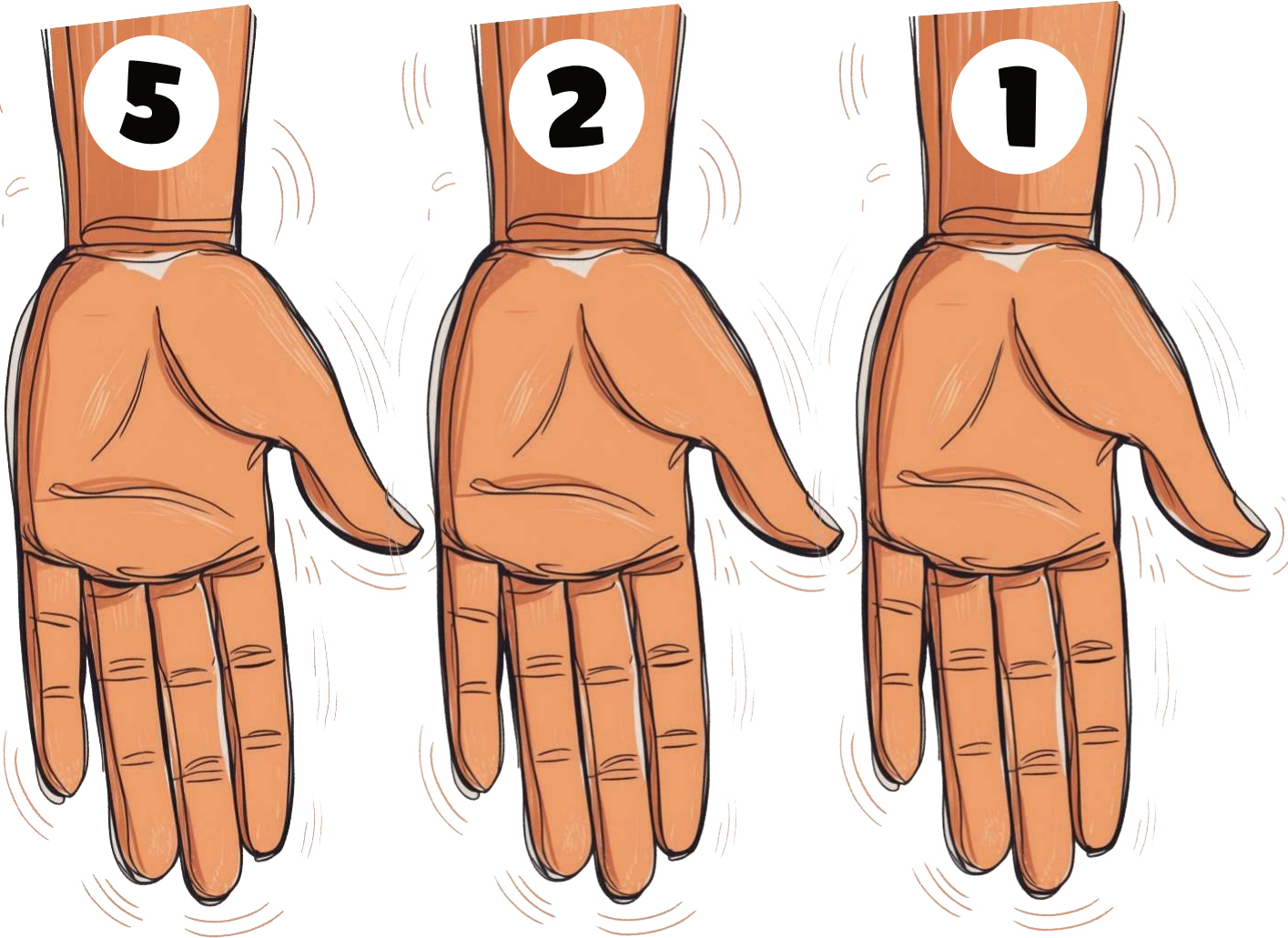


ITUGMA ANG MGA KAGAMITAN NA KAILANGAN NG BAWAT TAO

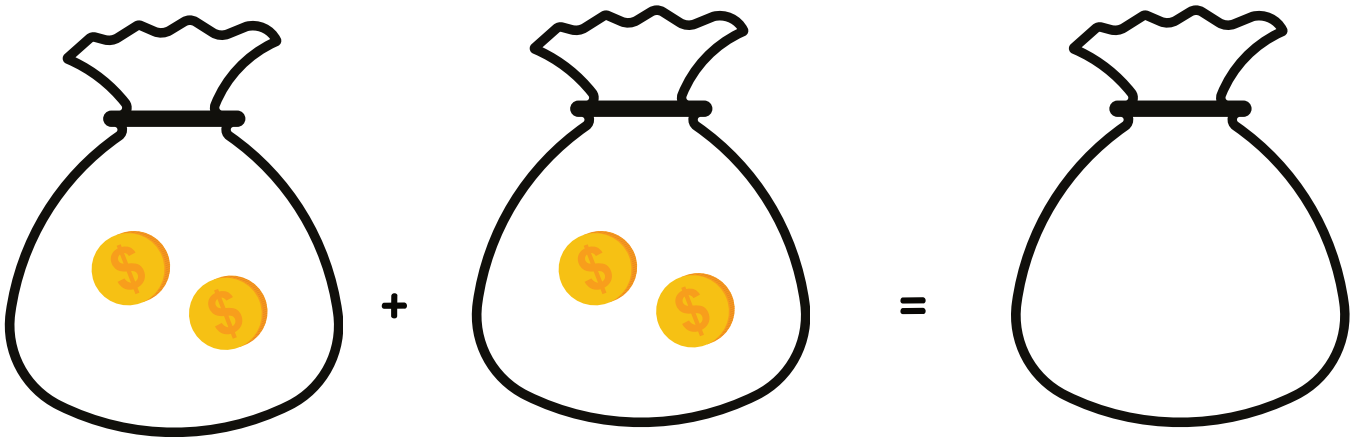


GUPITIN AT IDIKIT

Bigyan ang bawat alipin ng tamang bilang ng mga talento (pera)



IGUHIT ANG TAMANG SAGOT



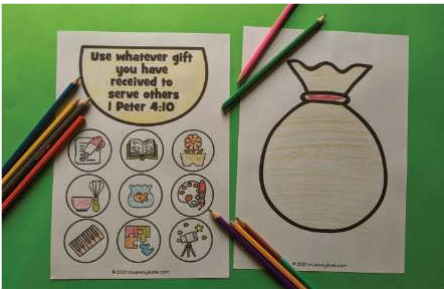
Bag ng mga Talento



Ano ang kailangan mo:

Mga pahina ng template
Kagamitang Pangkulay
Gunting
Pandikit
Ribbon

Ano ang gagawin:



Kulayan ang pahina ng template.



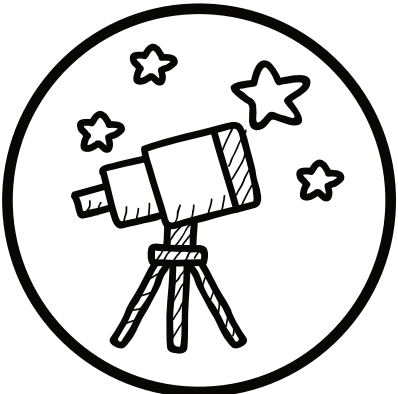
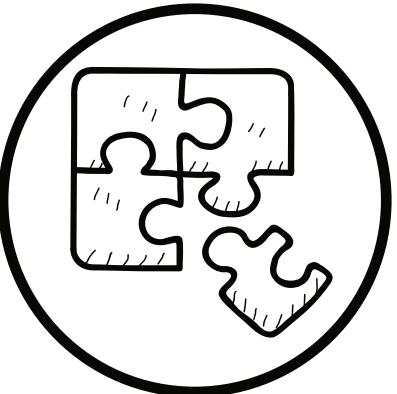
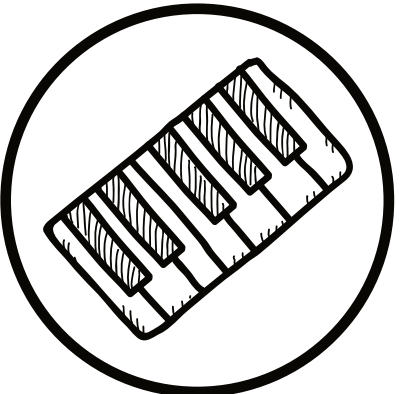
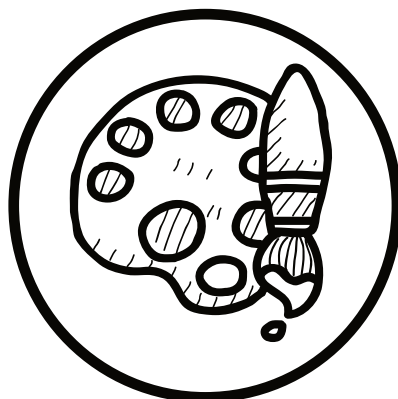
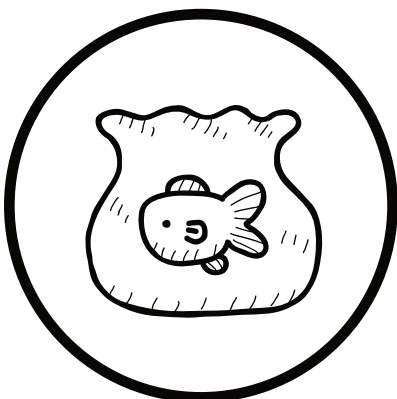
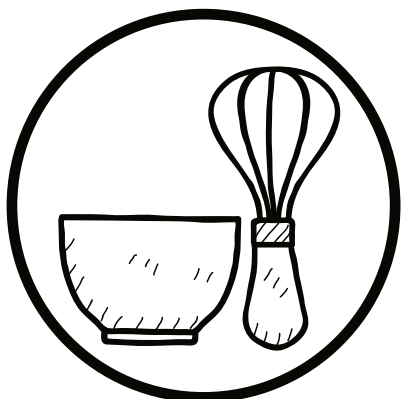
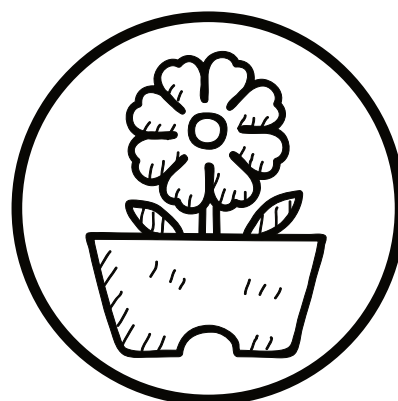
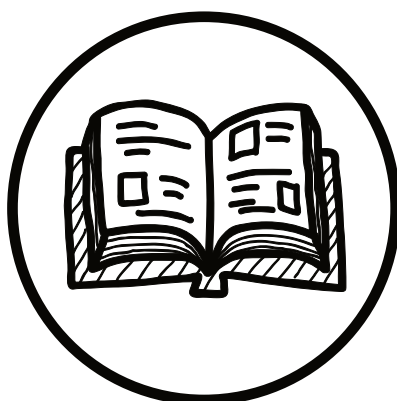
Gupitin ang paligid ng bag at mga barya. Idikit sa harap ng bag.

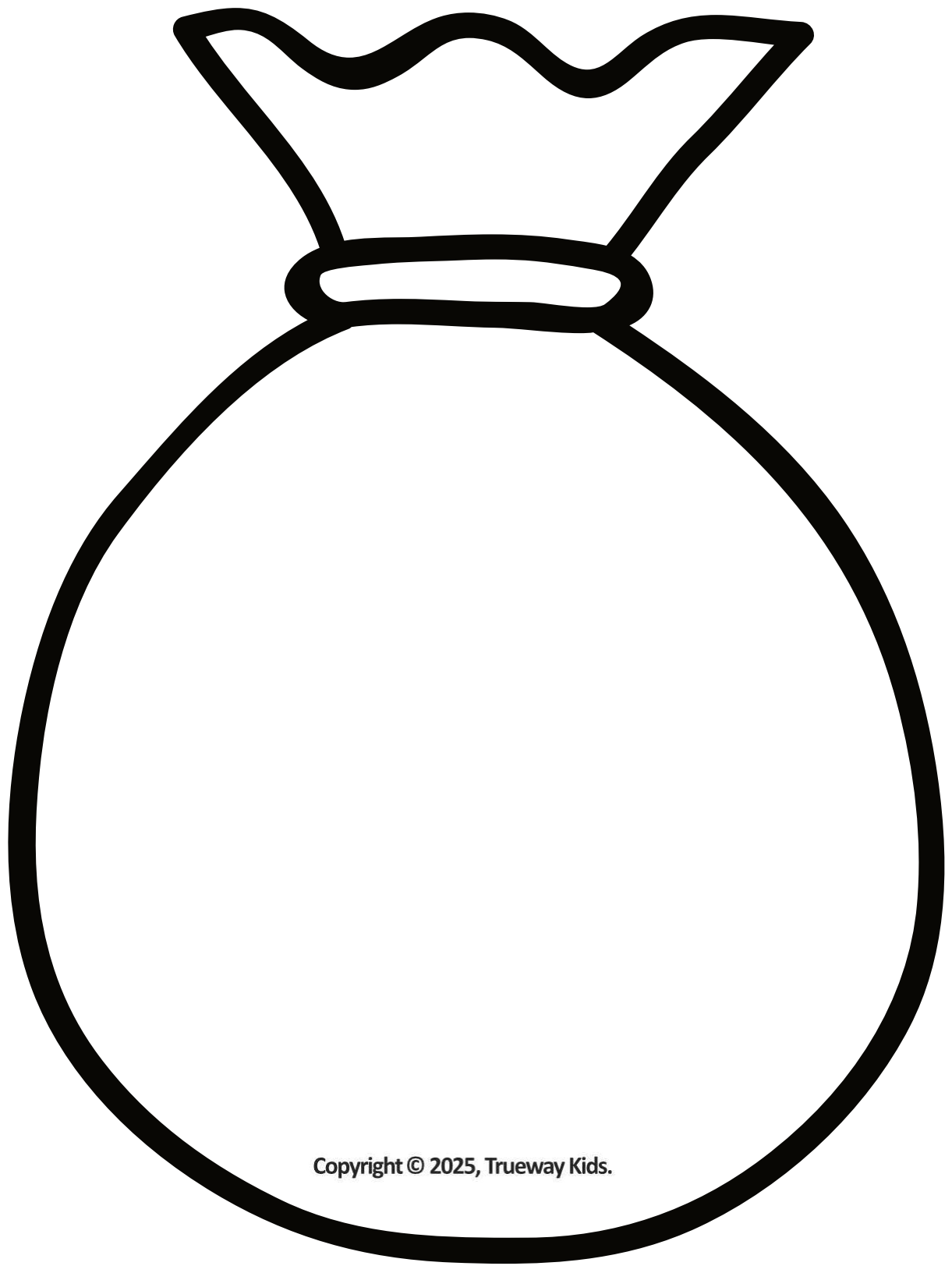


Itali ang laso sa bag. Mangolekta ng mga barya.

**“GAMITIN ANG ANUMANG
REGALONG NATANGGAP
MO PARA MAGLINGKOD
SA IBA”**

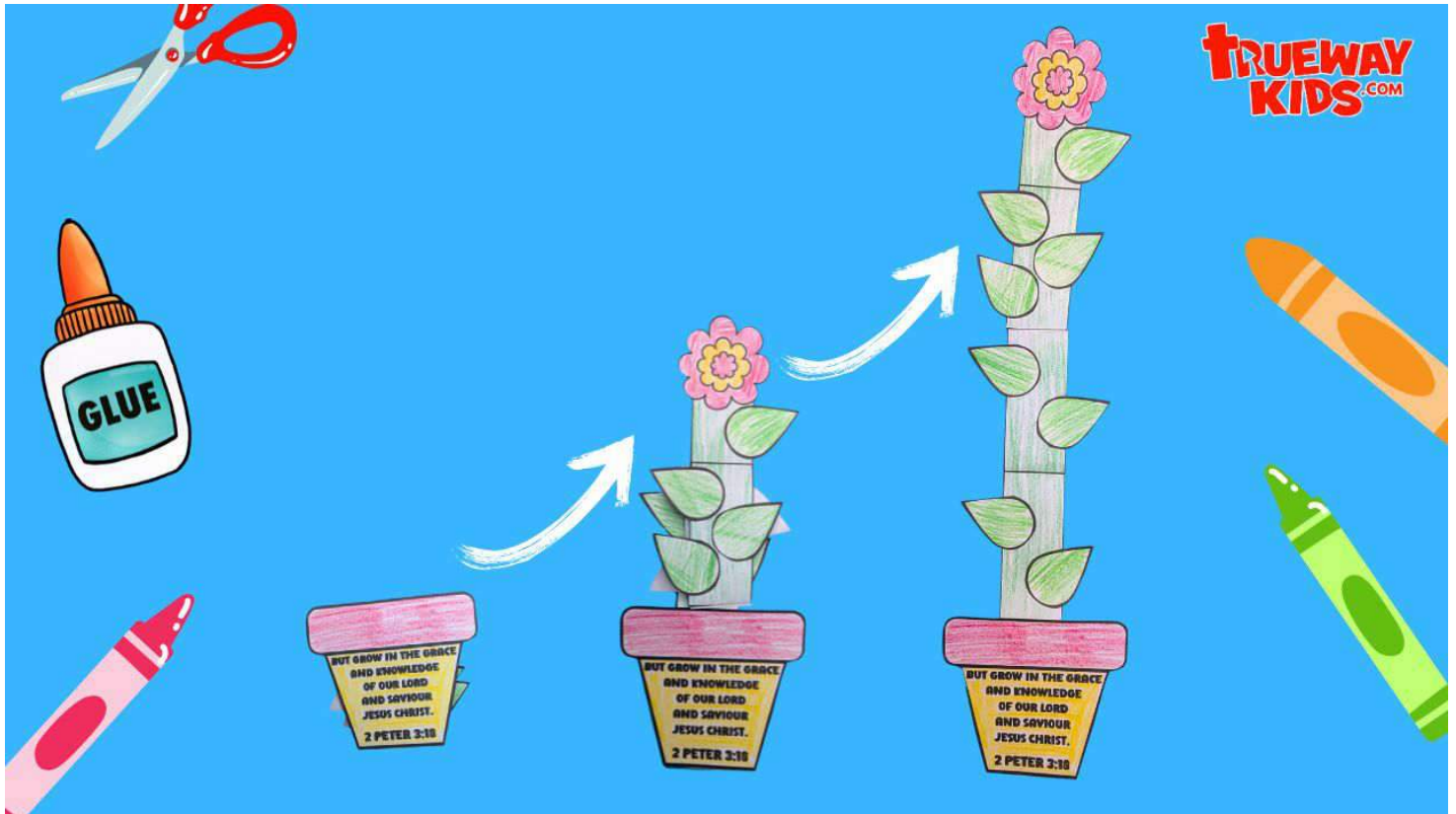
1 PEDRO 4:10





Copyright © 2025, Trueway Kids.

Lumago sa Panginoon



Ano ang kailangan mo:

Pahina ng template

Mga kagamitan sa pangkulay

Gunting

Pandikit

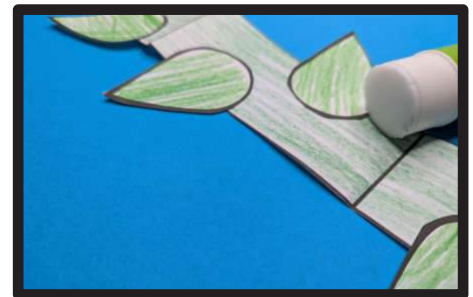
Ano ang gagawin:



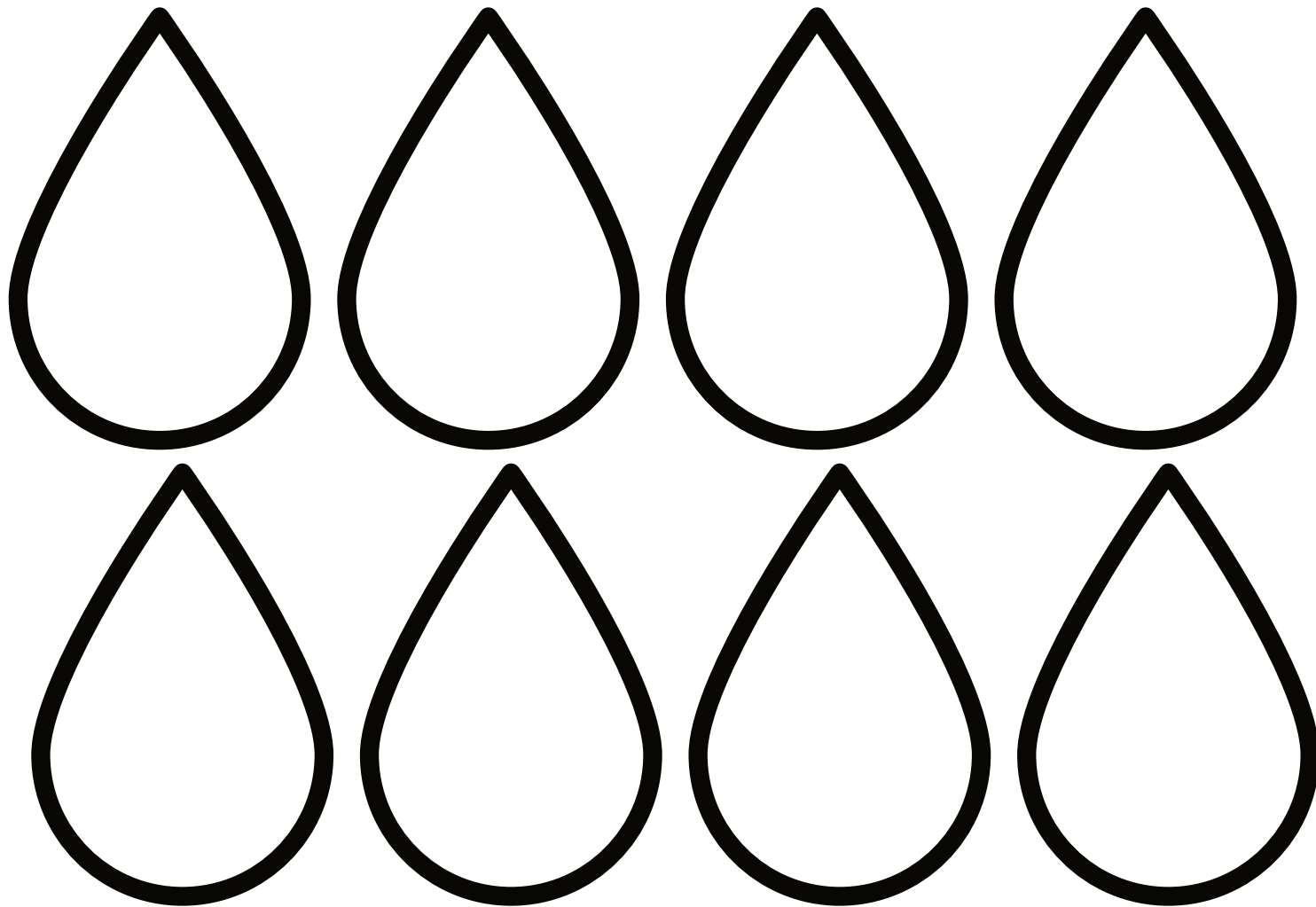
Kulayan ang mga pahina ng template.



Gupitin ang mga piraso. Tiklopun sa mga linya.

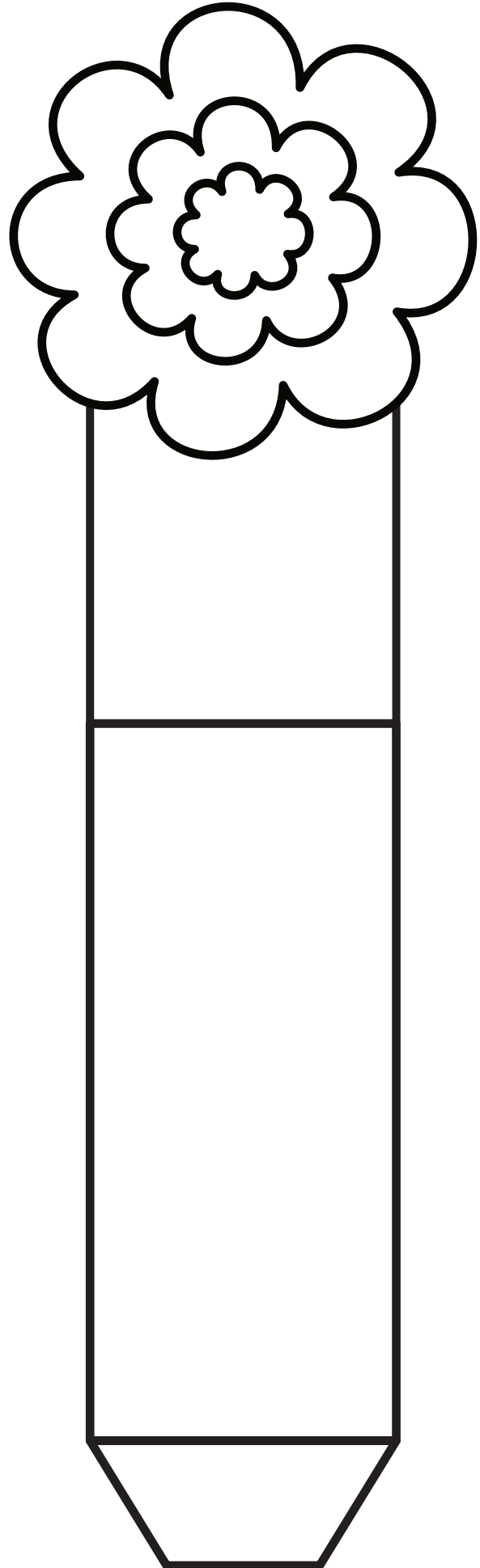
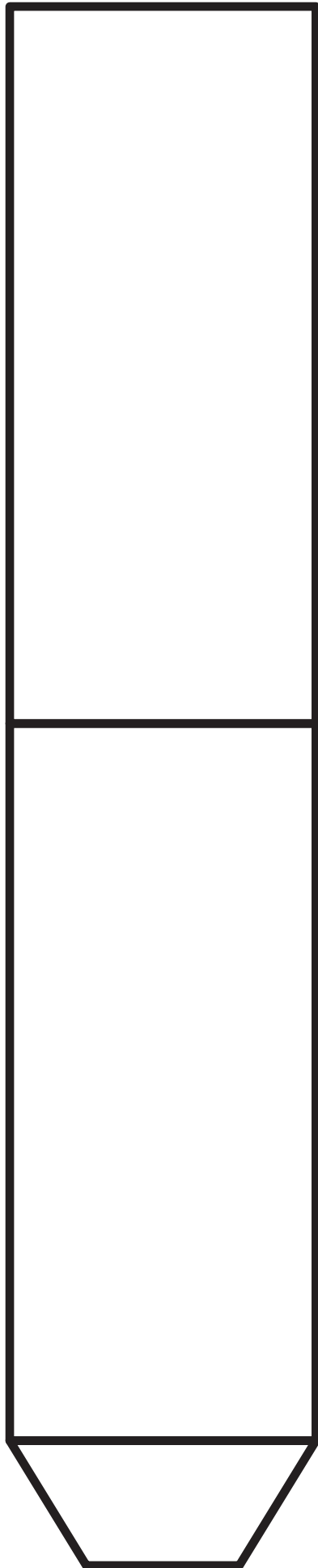


Idikit ang tangkay sa seksyon ng palayok. Idikit ang mga dahon sa tangkay at isara.



**NGUNIT LUMAGO SA
BIYAYA AT KAALAMAN
NG ATING PANGINOON
AT TAGAPAGLIGTAS
NA SI JESU-CRISTO.**

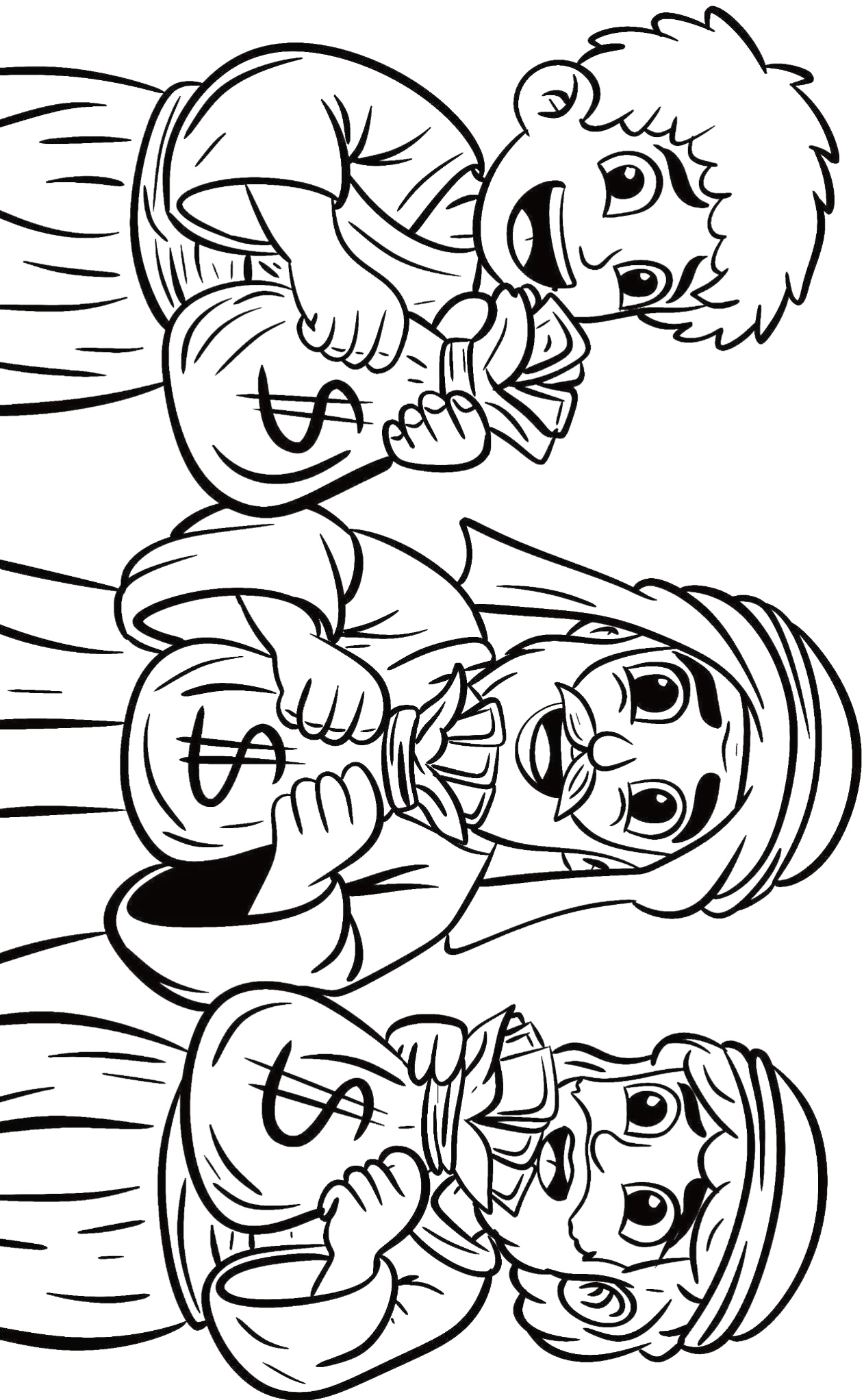
2 PEDRO 3:18



HUWAG ITAGO ANG IYONG TALENTO



PARABULA NG MGA TALENTO



**ANG LAHAT NG KASULATAN AY KINASIHAN NG DIYOS AT
KAPAKI-PAKINABANG PARA SA PAGTUTURO, PARA SA
PANANALIG, PARA SA PAGTUTUWID, AT PARA SA PAGSASANAY
SA KATUWIRAN, UPANG ANG TAO NG DIYOS AY MAGING
GANAP, GANAP NA KASANGKAPAN PARA SA BAWAT
MABUTING GAWA.**

2 TIMOTEO 3:16-17



MAGMASID AT MANALANGIN

MATEO 26:41



Oras ng Pagsamba

Magrekomenda ng mga kanta sa pagsamba. Hindi ginawa ng Trueway Kids. Ang mga Video sa YouTube na gagamitin ay para sa personal na paggamit lamang.

Jesus trains His Disciples

<https://youtu.be/pjuJULZUwCM>

I am a disciple

<https://youtu.be/r-rmbwDqFWk>

Lord, Teach Us to Pray

<https://youtu.be/PiuEJstIE34>



Oras ng Panalangin

Mahal na Diyos,

Salamat sa pagpili sa amin at pagsasanay sa amin na maging higit na katulad Mo.

Tulungan mo kaming isagawa ang aming espirituwal na pagsasanay araw-araw upang lumago kami sa aming pananampalataya at magamit ang mga kaloob na ibinigay Mo sa amin upang maglingkod sa iba.

Sa ngalan ni Hesus, Amen.

Susunod na Sesyon:

SINUGO – Mateo 28:19

Kung hindi mo pa nagagawa, mag-sign up para makatanggap ng aralin sa hinaharap sa pamamagitan ng email.

truewaykids.com/subscribe/

