

*Rastimo dublje — Nedelja 1*  
**Isus — neko važan!**

# family.fit *fast*

7 minuta da pomogne rastu vaše  
*porodice.fitnes.vera.zabava*



[www.family.fit](http://www.family.fit)

# To je tako lako!

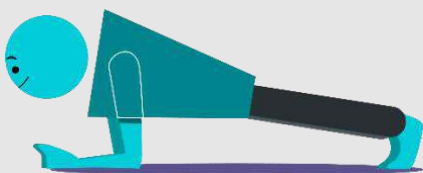
Sakupite porodicu na 7 minuta:

	 <b>Aktivirajte se</b> <i>4 minuta</i>	 <b>Odmor i razgovor</b> <i>3 minuta</i>
<b>DAN 1</b>	Kraba daska (vrsta vežbe prim. prev.) štafeta	Pročitajte i razgovarajte o Marku 1:1 -3
<b>DAN 2</b>	Daska smejanje izazov	Pročitajte i razgovarajte o Marku 1:4 -8
<b>DAN 3</b>	Močvarni hod	Pročitajte i razgovarajte o Marku 1:9 -11

Ovo je početak putovanja kroz Markovu priču dok istražujemo 'Ko je ovaj čovek Isus?'. Nalazi se u Bibliji u **Marku 1:1 -11**.

**To je lako!** Nema posebne opreme. Samo osećaj zabave i otvorenog uma!

*Više informacija na kraju knjižice. Molimo Vas da pročitate uslove.*



# DAN 1

## Aktivirajte se



### Kraba daska (vrsta vežbe prim. prev.) štafeta

Podelite se u dva tima. Postavite rastojanje od oko pet metara kroz sobu ili dvorište i označite. Jedna osoba iz svakog tima počinje u poziciji daske na jednom kraju sobe. Na "KRENI", oni se izmešaju bočno preko do označenog mesta i nazad i ostaju u poziciji daska dok idu. Nastavite sa sledećom osobom u svakom timu dok ne završite.



<https://youtu.be/6rilHyfVUAc>

## Odmor i razgovor



### Isusov dolazak je predviđen

- *Kako se pripremate za posetioce koji dolaze u vaš dom?*

Pročitajte Marko 1:1 -3.

Predviđanje budućnosti je teško. Isaija nam je rekao da Isus dolazi 700 godina pre nego što je došao.

- *Šta to govori o Isusu?*

**Razgovor sa Bogom:** Naizmenično se molite jedni za druge, zahvaljujući Bogu što On zna budućnost za svaku osobu.

## DAN 2

### Aktivirajte se



#### Daska smejanje izazov

Članovi porodice se smenjuju da rade dasku dok im merite vreme sa satom ili telefonom.

Ostali članovi porodice koji ne arde dasku mogu napraviti smešna lica kako bi pokušali da ih nasmeju.

Osoba koja radi daske najduže vreme pobeđuje.



<https://youtu.be/w8i3cG8gCrM>

### Odmor i razgovor



#### Isusov dolazak je bio nagovešten.

- *Koji je najbolji poklon koji ste ikada dobili?*

Pročitajte Marka 1:4 -8.

Jovan je bio Isusov stariji rođak.

- *Po čemu se on izdvajao? Kakva je bila njegova poruka?*

Jovan je proglasio da će Isus doći sa darom Svetog Duha.

- *Kako nam Sveti Duh pomaže da živimo život?*

**Razgovor sa Bogom:** Pronađite ćebe, sedite blizu zajedno i zamotajte ga oko sebe. Ovo je slika Duha Svetoga koji svaki dan okuplja vašu porodicu. Zahvalite Isusu za Njegov dar za vas.

# DAN 3

## Aktivirajte se



### Močvarni hod

Pronađite partnera i uzmite dva lista papira.

Pretvarajte se da je zemlja močvara i listovi papira su jedina suva zemlja. Jedna osoba postavlja i pomera papire na podu kako bi pomogla drugoj osobi da pređe močvaru.

Zamenite mesta i vodite drugu osobu preko močvare bezbedno.



<https://youtu.be/DhTSEEasV48>



## Odmor i razgovor

### Isusov dolazak je potvrđen

- *Razgovarajte o nekim najavama koje ste čuli da su „važni” ljudi rekli.*

Pročitajte Marka 1:9-11.

Zamislite da ste bili tamo tog dana kada je Bog potvrdio svog posebnog poslanika. Razgovarajte o tome šta biste videli, čuli i osetili.

- *Šta je ovaj trenutak učinilo tako posebnim?*

**Razgovor sa Bogom:** Imenujte nekoga u svom proširenom porodičnom krugu koji treba da zna ovu dobru vest o Isusu. Možete li vi da budete poput glasa Isaije, Jovana ili Boga za njih ove nedelje?

# Reči nedelje

Ove reči možete naći u besplatnoj onlajn Bibliji ovde na [Marku 1:1 -11 \(SSP\)](#).

## **Biblijski odlomak — Marko 1:1 -11 (SSP)**

Ovo je početak dobre vesti o Isusu Hristu, Sinu Božijem. Kao što piše kod proroka Isaije:

“Evo, šaljem svoga glasnika ispred tebe. koji će ti pripremiti put”;  
“Glas onoga koji viče u pustinji,  
‘Pripremite put Gospodnji,  
poravnajte mu staze!’”

Pojavio se Jovan, krštavajući u pustinji i propovedajući pokajničko krštenje za oproštenje greha. Dolazila mu je cela Judeja Svi Jerusamljani I priznavali svoje grehe, a on ih jekrštavao u reci Jordan. Jovan je nosio odeću od kamilje dlake i kožni pojas oko bokova, a jeo je skakavce i divlji med. propovedao je govoreći: „Za mnom dolazi jedan moćniji od mene ja nisam dostojan ni da se sagnem i odvežem remenje na njegovoj obući. Ja sam vas krstio vodom, a On će vas krstiti Svetim Duhom.”

U to vreme dođe Isus iz Nazareta u Galileji i Jovan ga krsti u reci Jordan. A kada je izlazio iz vode, vide rastvorena nebesa i Duha kako kao golub silazi na Njega. A sa nebesa začu glas: „Ti si moj ljubljene Sin, Ti si po mojoj volji.”

### **Savet za zdravlje**

Naspavajte se dovoljno svaki dan.

# Više informacija

Nadamo se da ste uživali *family.fit fast*. Sastavili su je volonteri iz celog sveta. Besplatno je!

Naći ćete sve *family.fit* sesije na sajtu <https://family.fit>. Podelite ga sa drugima.

Pronađite video zapise na [family.fit YouTube® kanalu](#)

Pronađite nas na društvenim mrežama ovde:



Ako ovo prevedete na drugi jezik, molimo vas da nam ga [pošaljete na info@family.fit](#), tako da se može deliti sa drugima.

Hvala vam.

*family.fit tim*



Promotivni  
video

## PRAVILA I USLOVI

### VAŽAN SPORAZUM PRE KORIŠĆENJA OVOG RESURSA

Korišćenjem ovog materijala slažete se sa našim Uslovima i pravilima <https://family.fit/terms-and-conditions> kako je detaljno opisano na našem sajtu. Oni regulišu vašu upotrebu ovog materijala od strane vas i svih onih koji vežbaju sa vama. Molimo vas da se uverite da vi i svi oni koji vežbaju sa vama prihvatite ove uslove u potpunosti. Ako se ne slažete sa ovim uslovima ili bilo kojim delom ovih uslova i uslova, ne smete koristiti ovaj materijal.





family.ft

