

Creciendo más profundo — Semana 2
Jesús — ¡vale la pena seguir!

family.fit
fast

7 minutos para ayudar a crecer su *familia.vida*
saludable.fe.diversión



www.family.fit

¡Es tan fácil!

Reúna a la familia durante 7 minutos:

	 Actívese <i>4 minutos</i>	 Descanse y hable <i>3 minutos</i>
DÍA 1	Corriendo en lava caliente	Lea y discuta sobre Marcos 1:14 -15
DÍA 2	Desafío de dados burpee	Lea y analice Marcos 1:16 -20
DÍA 3	Siga al líder	Lea y analice Marcos 1:16 -20

Este es el comienzo de un viaje a través de la historia de Marcos mientras exploramos “¿Quién es este hombre Jesús?”. Se encuentra en la Biblia en **Marcos 1:14 -20**.

¡Es fácil! No hay equipo especial. ¡Sólo una sensación de diversión y una mente abierta!

Más información al final del folleto. Lea los términos y condiciones.



DÍA 1

Actívese



Corriendo en lava caliente

Extendido alrededor del espacio. Seleccione un líder.

Cuando el líder dice “lava caliente” todos corren al lugar lo más rápido posible. Cuando el líder dice “parar” todos hacen sentadillas. Repita hasta que todos respiren pesadamente.



<https://youtu.be/G774IJKk9nQ>

Descansar y hablar



Mensaje de Jesús

- *Hable de una ocasión en la que recibió buenas noticias.*

Lea Marcos 1:14 -15.

Jesús vino proclamando las “buenas noticias”.

- *¿Qué es la “buena noticia” de Dios?*

Escribir cinco declaraciones describiendo esta “buena noticia” en trozos de papel separados.

Platique con Dios: Juntos agradezcan a Dios por cada una de estas partes de las “buenas noticias”.

DÍA 2

Actívese



Desafío de dados burpee

Necesitará un dado o pequeños trozos de papel numerados 1-6 en un tazón.

Párese en un círculo y tome turnos para tirar los dados o seleccione un pedazo de papel y haga el número de burpees indicado. Añada el número total de burpees para su familia. ¿Cuál es su puntaje?

Haga cuatro rondas o continúe durante cuatro minutos.



<https://youtu.be/cNKiaxH8k2o>

Descansar y hablar



Invitación de Jesús a seguir

- *¿Quiénes son las personas o los equipos que sigue?*

Lea Marcos 1:16 -20.

- *¿Por qué cree que los discípulos fueron tan rápidos en seguir a Jesús?*

Enumere algunas de las cualidades que ud. buscaría al elegir seguir a alguien.

Platique con Dios: Gracias por ser de confianza para seguir. Ayúdanos a seguirte todos los días, incluso cuando sea un reto. Amén.

DÍA 3

Actívese



Siga al líder

Ponga su música favorita. Corra alrededor en círculo. Una persona es el líder y usa palmadas para comunicar instrucciones:

- Un aplauso — una plancha
- Dos aplausos — dos escaladores de montaña
- Tres aplausos — tres sentadillas

Cambie de líder después de un minuto.



Descansar y hablar



La tarea de Jesús para Sus seguidores

- *Hable de un recuerdo favorito de una experiencia de pesca: la tuya o la de otra persona.*

Lea Marcos 1:16-20.

Para atrapar peces necesita el cebo correcto para atraerlos. Jesús está enviando a Sus seguidores a “atrapar a la gente”.

- *Haga una lluvia de ideas sobre maneras de atraer a la gente a las “buenas noticias” de Jesús.*

Platique con Dios: Cree algunas formas de peces con papel. Escriba los nombres de las personas que conoce que necesitan a Jesús en cada uno de ellos. Coloque su “escuela de peces” a la pared y úselos como foco para la oración esta semana.

Palabras de la Semana

Usted puede encontrar estas palabras en una Biblia en línea gratis aquí en [Marcos 1:14 -20 \(NVI\)](#).

Pasaje de la Biblia — Marcos 1:14 -20 (NVI)

Después de que Juan fue encarcelado, Jesús entró en Galilea. Él predicó la buena nueva de Dios. “Ha llegado el momento”, dijo. “El reino de Dios se ha acercado. ¡Aléjese de sus pecados y crea en las buenas nuevas!”

¹⁶ Un día Jesús caminaba junto al mar de Galilea. Allí vio a Simón y a su hermano Andrés. Estaban lanzando una red al lago. Eran pescadores. “Ven y sígueme” dijo Jesús. “Te enviaré ser pescador de hombres”. De inmediato dejaron sus redes y lo siguieron.

Entonces Jesús caminó un poco más lejos. Viendo a Jacobo, hijo de Zebedeo, y a su hermano Juan. Estaban en un barco preparando sus redes. Enseguida les llamó. Dejaron a su padre Zebedeo en el barco con los asalariados. Luego siguieron a Jesús.



Consejos para la salud

Duerma lo suficiente cada día.

Más información

Esperamos que haya disfrutado de la *family.fit* breve. Ha sido creada por voluntarios de todo el mundo. ¡Es gratis!

Encontrará sesiones de family.fit completas en el sitio web <https://family.fit>. Compártalo con otros.

Encuentre videos en el [canal de YouTube® de family.fit](#)

Encuéntrenos en las redes sociales:



Si usted traduce esto a otro idioma, por favor envíenos un email a info@family.fit para que pueda ser compartido con otros.

Gracias.

El equipo de family.fit



Video
promocional

TÉRMINOS Y CONDICIONES

ACUERDO IMPORTANTE ANTES DE USAR ESTE RECURSO

Al utilizar este recurso usted acepta nuestros Términos y Condiciones <https://family.fit/terms-and-conditions> tal y como se detallan en su totalidad en nuestro sitio web. Estos rigen el uso de este recurso por usted mismo y por todos aquellos que hagan ejercicio con usted. Por favor, asegúrese de que usted y todos los que hagan ejercicio con usted acepten estos términos y condiciones en su totalidad. Si no está de acuerdo con estos términos y condiciones o cualquier parte de estos términos y condiciones, no debe utilizar este recurso.



family.ft

