

Verwurzeln — Woche 11  
Jesus unterstellt sich dem  
Willen Gottes!

**family.fit**  
*fast*

7 Minuten, um *Familie.Fitness.Glaube.Spaß*  
wachsen zu lassen



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

# Es ist so einfach!

Versammelt eure Familie für 7 Minuten:

	 <b>Aktiv werden</b> <i>4 Minuten</i>	 <b>Ruhe und Gespräch</b> <i>3 Minuten</i>
<b>TAG 1</b>	Verrückte Uhr	Lest Markus 15,12-15 und spricht darüber
<b>TAG 2</b>	Kampf der Socken	Lest Markus 15,16-20 und spricht darüber
<b>TAG 3</b>	Plank und Ausfallschritte als Challenge	Lest Markus 15,37-39 und spricht darüber

Dies ist der Beginn einer Reise durch das Markusevangelium, während wir uns mit der Frage 'Wer ist dieser Jesus?' beschäftigen. Ihr findet es in der Bibel unter **Markus 15,12 -20, 37-39**.

**Es ist einfach!** Keine spezielle Ausrüstung. Nur Spaß und ein offenes Herz!

*Weitere Informationen findet ihr am Ende der Broschüre. Bitte lest die ABGs.*



# TAG 1

## Aktiv werden



### Verrückte Uhr

Ihr braucht eine Plastikflasche und Schilder mit den Nummern 1 bis 12. Legt die Zahlen wie ein Zifferblatt auf den Boden und legt die Flasche in die Mitte. Dreht die Flasche abwechselnd. Die ganze Familie macht diese Anzahl von Wiederholungen für jede Bewegung, die sie wählen. (Zum Beispiel sieben Kniebeugen oder drei Sit-ups.)

Spielt fünf Minuten lang.



[https://youtu.be/9\\_3pYqNucl](https://youtu.be/9_3pYqNucl)

## Pause und Gespräch



### Pilatus gibt der Menschenmenge nach

- *Tiefer gehen: Wann habt ihr etwas getan, das ihr nicht tun wolltet, nur um anderen zu gefallen?*

Markus 15,12-15 lesen

Nach drei Jahren Dienst und 33 Jahren auf der Erde kommen wir zum letzten Tag im Leben von Jesus. Die jüdischen Führer haben die Menge aufgewühlt, um zu bekommen, was sie wollten.

- *Warum denkt ihr, hat Pilatus der Forderung der Menschen nachgegeben?*

**Gespräch mit Gott:** Herr Jesus, es tut mir Leid für die Momente, in denen ich anderen nachgebe und das tue, was sie wollen. Bitte hilf mir immer das zu tun, was du von mir willst.

# TAG 2

## Aktiv werden



### Kampf der Socken

Ihr braucht ungefähr 20 Paar aufgerollte Socken. Markiert ein 8 x 4 Meter großes Spielfeld und teilt es in zwei Teile. Bildet zwei Teams und legt die Hälfte der Socken auf jede Seite.

Die Spieler rennen zu einem Paar Socken, machen eine Kniebeuge und werfen die Socken dann auf die andere Seite des Feldes. Spielt 30 Sekunden lang. Das Team mit den wenigsten Socken gewinnt.

Wiederholt es dreimal.



<https://youtu.be/tCZyHBIYIVs>

## Pause und Gespräch



### Jesus unterstellt sich dem Willen Gottes

- *Wann habt ihr euch schon mal geopfert und etwas für jemand anderen getan?*

Markus 15,16-20 lesen.

Spielt diese Szene langsam und andächtig nach, wenn sie für eure Familie angemessen ist.

- *Wie hat Jesus auf diese Grausamkeit reagiert?*

**Gespräch mit Gott:** Versammelt euch in einem engen Kreis und dankt Jesus dafür, dass er bereit ist, die Strafe für unsere Sünden auf sich zu nehmen.

# TAG 3

## Aktiv werden



### Plank und Ausfallschritte als Challenge

Sucht euch einen Partner. Während eine Person Planks macht, macht die andere Ausfallschritte. Wechselt die Plätze nach 10 Ausfallschritten mit jedem Bein. Macht vier Runden.



## Pause und Gespräch

### Jesus wird als Gott erkannt

- *Welchen wichtigen Fakt habt ihr zuerst über Jesus verstanden?*

Markus 15,37 -39 lesen.

Dieser römische Soldat sah Jesus sterben und war davon überzeugt davon, wer Jesus wirklich war.

Erzählt eure eigene Geschichte, ab wann ihr von Jesus überzeugt wart und ihm gefolgt seid.

**Gespräch mit Gott:** Es gibt viele Menschen in eurem Umfeld von Familie, Freunden und Gemeinschaft, die noch von Jesus überzeugt werden müssen. Nennt einige und betet dafür, dass sie die gleiche Antwort wie der Soldat haben werden.

# Worte der Woche

Ihr findet diese Worte in einer kostenlosen Online-Bibel hier in [Markus 15:12-20](#), [37-39](#).

**Bibelstelle** — Markus 15,12 -20, 37-39

‘Was soll ich dann mit diesem Mann tun, den ihr den König der Juden nennt?’ fragte Pilatus sie.

Sie schrien: ‘Kreuzige ihn!’

‘Warum?’, fragte Pilatus. ‘Was hat er denn verbrochen?’

Aber die Menge schrie nur noch lauter: ‘Kreuzige ihn!’

Da ließ Pilatus, weil er dem Volk gefallen wollte, Barabbas frei. Er ließ Jesus auspeitschen und übergab ihn dann den römischen Soldaten zur Kreuzigung.

<sup>16</sup> Die Soldaten brachten Jesus in das Prätorium, den Palast des römischen Statthalters, und riefen alle anderen Soldaten zusammen. Sie zogen ihm ein purpurfarbenes Gewand an und setzten ihm eine geflochtene Dornenkrone auf den Kopf. Dann salutierten sie und riefen: ‘Sei gegrüßt, König der Juden!’ Und sie schlugen ihn mit einem Stock auf den Kopf, spuckten ihn an und knieten nieder und huldigten ihm. Als sie genug davon

hatten, ihn zu verspotten, zogen sie ihm das Purpurgewand wieder aus und zogen ihm seine eigenen Kleider an. Dann führten sie ihn ab, um ihn zu kreuzigen.

<sup>37</sup> Da schrie Jesus laut auf und starb.

In diesem Augenblick riss der Vorhang im Tempel von oben nach unten entzwei.

Der römische Hauptmann, der dem Kreuz gegenüberstand und mit angesehen hatte, wie Jesus gestorben war, rief aus: 'Ja, dieser Mann war wirklich Gottes Sohn!'

## Gesundheits-Tipp

Reduziert die Zeit am Bildschirm.

Schaltet alle Bildschirme mindestens 60 Minuten vor dem Schlafengehen aus.





# Weitere Informationen

Wir hoffen, dass euch die *family.fit* Kurzversion gefallen hat. Dies wurde von Freiwilligen aus der ganzen Welt zusammengestellt. Es ist kostenlos!

Alle neuen family.fit-Einheiten findet ihr auf der Website <https://family.fit> Teilt family.fit mit anderen.

Videos findet ihr auf dem [family.fit YouTube® -Kanal](#)

Auf Social Media findet ihr uns hier:



Wenn ihr dieses Material in eure Sprache übersetzt, sendet es bitte an [info@family.fit](mailto:info@family.fit) damit es mit anderen geteilt werden kann.

Danke.

*Das family.fit Team*



Introvideo

## AGBs

### WICHTIGE VEREINBARUNG VOR DER NUTZUNG

Wer dieses Material verwendet, stimmt unseren AGBs zu, welche auf der Webseite <https://family.fit/terms-and-conditions/> in voller Länge beschrieben sind. Diese regeln die Nutzung des Materials durch dich und alle, die mit dir trainieren. Bitte stelle sicher, dass du und die Personen, die das Material mit dir nutzen diese AGBs vollständig akzeptieren. Wer mit diesen AGBs im Ganzen oder in Teilen nicht einverstanden ist, darf das Material nicht verwenden.



family.ft

