

Verwurzeln — Woche 5
Jesus — der Multiplikator!

family.fit
fast

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



www.family.fit

Es ist so einfach!

Versammelt eure Familie für 7 Minuten:

	 Aktiv werden <i>4 Minuten</i>	 Ruhe und Gespräch <i>3 Minuten</i>
TAG 1	Zick-Zack-Hüpf-Staffel	Lest Markus 4,3-8 und spricht darüber
TAG 2	10, 20, 30 Challenge	Lest Markus 4,3-8 und spricht darüber
TAG 3	Eisschnellläufer mit Hindernis	Lest Markus 4,3-8 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 in **Markus 4,3-8**.

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



Zick-Zack-Hüpf-Staffel

Markiert eine 10-15 m lange Strecke. Springt nacheinander auf einem Bein bis ans Ende. Springt im Zick-Zack, um es schwieriger zu machen.

Teilt zwei Teams ein, um ein Wettrennen daraus zu machen.



<https://youtu.be/Of11qjMJZVI>

Pause und Gespräch



Jesus ruft uns dazu auf, zuzuhören

- *Wie gut könnt ihr zuhören? (Bewertet euch selbst von 1 bis 10.)*

Lest Markus 4,3 -8.

Jesus sagte: 'Hört zu!'

- *Wie gut habt ihr zugehört?*

Wählt jemanden, der die Geschichte noch einmal lesen soll, aber dieses Mal lasst Schlüsselwörter aus. Ersetzt diese fehlenden Wörter mit 'Kaugummi'. Die anderen hören zu und nennen die Schlüsselwörter.

Gespräch mit Gott: In unseren Gebeten geht es mehr um Fragen, als um Hören. Betet heute einfach: 'Sprich, Herr, dein Diener hört.' Seid bereit im Laufe des Tages eine Antwort zu erhalten.

TAG 2

Aktiv werden



10, 20, 30 Challenge

Sucht euch einen Partner. Während eine Person die Superman-Position hält, macht die andere 10 Eisschnellläufer. Wechselt die Position und wiederholt. Als nächstes macht 20 Eisschnellläufer, während die andere Person die Superman-Position hält. Wechsel. Macht mit 30, 40 und 50 Wiederholungen weiter, wenn ihr könnt.



Pause und Gespräch



Jesus will, dass wir verstehen

- *Was habt ihr gepflegt, was viel 'Frucht' gebracht hat?*

Lest Markus 4,3 -8 und 4,13 -20.

- *Was bedeuten die verschiedenen Bodenarten?*

Sprecht darüber, wie ihr selbst zum ersten Mal von Jesus gehört habt und wie ihr darauf reagiert habt.

Erstellt als Familie eine Liste mit Ablenkungen, die es schwieriger machen, Jesus zu folgen.

Gespräch mit Gott: Jedes Familienmitglied wählt ein oder zwei Ablenkungen und bittet den Heiligen Geist Verständnis zu bringen, wie damit umgegangen werden soll.

TAG 3

Aktiv werden



Eisschnellläufer mit Hindernis

Legt einen Gegenstand, wie ein Seil oder Buch auf den Boden über welches ihr dann springen müsst. Führt die Eisschnellläufer als fließende Bewegung aus und steigert dann das Tempo.

Macht 20. Pause und dann nochmal 20. 3 Runden.



https://youtu.be/qTbh7-y4_A0

Pause und Gespräch



Wie wir unsere Wirkung steigern können

- *Wen bewundert ihr für das, was diese Person für ihre Gemeinschaft tut?*

Lest Markus 4,3 -8.

- *Was ist das Ergebnis des Samens, der auf 'guten' Boden fiel?*

Rechnet ein wenig. Wo könnt ihr Beispiele für Multiplikation in eurem Garten oder Park finden.

Gespräch mit Gott: Schaut euch eure Nachbarschaft an. Jedes Familienmitglied konzentriert sich auf eine Person oder Gruppe und betet um Gelegenheiten, die Liebe Gottes mit ihnen zu teilen und einen Unterschied in ihrem Leben zu machen.

Worte der Woche

Ihr findet diese Worte in einer kostenlosen Online-Bibel hier in [Markus 4,3-8](#).

Bibelstelle — Markus 4,3 -8

‘Hört zu! Ein Bauer ging hinaus, um zu säen. Manche der Samenkörner, die er auf dem Feld ausstreute, fielen auf den Weg, und die Vögel kamen und fraßen sie. Andere fielen auf eine dünne Erdschicht mit felsigem Untergrund. Die Pflanzen keimten, doch unter der heißen Sonne verdorrten sie rasch und starben ab, weil die Wurzeln in der dünnen Erdkruste keine Nahrung fanden. Andere fielen unter die Dornen, die rasch in die Höhe schossen und die zarten Halme erstickten, sodass sie keine Ähren trugen. Wieder andere fielen auf fruchtbaren Boden und brachten eine Getreideernte mit dem dreißig-, sechzig-, ja hundertfachen Ertrag ein.’

Gesundheits-Tipp

Trinkt mehr Wasser.



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 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

