

Creciendo más profundo — Semana 5
¡Jesús, el multiplicador!

family.fit
fast

7 minutos para ayudar a crecer su
familia.ejercicio físico.fe.diversión



www.family.fit

¡Es tan fácil!

Reúna a la familia durante 7 minutos:



Actívese
4 minutos



Descanse y hable
3 minutos

DÍA 1	Relevo de salto en zigzag	Lea y analice Marcos 4:3-8
DÍA 2	desafío 10, 20, 30	Lea y analice Marcos 4:3-8
DÍA 3	Patinadores de velocidad de obstáculos	Lea y analice Marcos 4:3-8

Esto es parte de un viaje a través de la historia de Marcos mientras exploramos “¿Quién es este hombre Jesús?”. Se encuentra en la Biblia en **Marcos 4:3 -8**.

¡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



Relevo de salto en zigzag

Establecer un curso de 10-15 metros de largo. Tómense turnos para saltar en un pie hasta el final. Zigzag para que sea más difícil si puede.

Dividirse en dos equipos para competir como un relevo.



<https://youtu.be/Of11qjMJZVI>

Descansar y hablar



Jesús nos llama a escuchar

- *¿Qué tan bueno es escuchando? (Dese puntaje sobre 10.)*

Lea Marcos 4:3 -8.

Jesús dijo “¡Escuchen”.

- *¿Qué tan bien escuchó ud. la historia?*

Elija a alguien para leer la historia de nuevo, pero esta vez deje fuera las palabras clave. Para divertirse, sustituya “chicle” por cada palabra que falte. Otros pueden tomar turnos para decir las palabras clave que se han dejado fuera.

Platique con Dios: Nuestras oraciones pueden ser más sobre pedir que escuchar. Hoy ore simplemente: “Habla, Señor, porque tu siervo está escuchando”. Esté preparado para recibir una respuesta a medida que avanza en su día.

DÍA 2

Actívese



desafío 10, 20, 30

Trabaje con un compañero. Mientras que una persona hace un Superman, la otra hace 10 patinadores de velocidad. Intercambie lugares y repita. El siguiente hace 20 patinadores de velocidad mientras que la otra persona hace un superman. Intercambie. Continúe con 30, 40 y 50 repeticiones si puede.



Descansar y hablar



Jesús quiere que entendamos

- *¿Qué ha cultivado ud. que ha producido mucho “fruto”?*

Lea Marcos 4:3 -8 y 4:13 -20 .

- *¿Cuál es el significado de cada tipo de suelo?*

Comparta sus propias historias de la primera vez que escuchó el mensaje sobre Jesús y cómo respondió.

Haga una lista familiar de algunas distracciones que dificultan ser un seguidor de Jesús.

Platique con Dios: Cada persona puede elegir una o dos distracciones por las que orar, pidiéndole al Espíritu Santo que traiga comprensión de cómo lidiar con ellas.

DÍA 3

Actívese



Patinadores de velocidad de obstáculos

Haga patinadores de velocidad con un objeto como una cuerda o libro en el suelo que tiene que pisar. Haga que los patinadores de velocidad sean suaves y luego aumente la velocidad.

Haga 20. Descanse y haga 20 mas. Hágalo tres veces.



https://youtu.be/qTbh7-y4_A0

Descansar y hablar



Cómo hacer crecer nuestro impacto

- *¿Quiénes son algunas de las personas que admira por el trabajo que realizan en su comunidad?*

Lea Marcos 4:3 -8.

- *¿Cuál es el resultado de la semilla que cayó en "buena" tierra?*

Haga algunas matemáticas. ¿Puede encontrar ejemplos de multiplicación en su jardín o parque?

Platique con Dios: Mire a su vecindario. Cada persona se enfoca en una persona o grupo y ora por oportunidades para que su familia comparta el amor de Dios con ellos y haga una diferencia en sus vidas.

Palabras de la Semana

Usted puede encontrar estas palabras en una Biblia en línea gratis aquí en [Marcos 4:3 -8](#) (NVI).

Pasaje de la Biblia — Marcos 4:3 -8 (NVI)

“¡Escuchen! Un granjero salió a sembrar su semilla. Mientras estaba esparciendo la semilla, algunos cayeron por el camino, y los pájaros vinieron y la comieron.

Algunos cayeron en lugares rocosos, donde no tenía mucha tierra. Se levantó rápidamente, porque el suelo era poco profundo. Pero cuando salió el sol, las plantas fueron quemadas, y se secaron porque no tenían raíz. Otra semilla cayó entre espinas, que crecieron y ahogaron las plantas, para que no llevaran grano.

Aún otras semillas cayeron en buen suelo. Surgió, creció y produjo una cosecha, algunos multiplicando treinta, unos sesenta, algunos cien veces”.

Consejos para la salud

Beba más agua.



Más información

Esperamos que haya disfrutado del *family.fit* breve . Ha sido creado 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 vídeos 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

