

*Creciendo más profundo — Semana 9*  
**¡Jesús responde a nuestras  
necesidades!**

**family.fit**  
***fast***

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



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

# ¡Es tan fácil!

Reúna a la familia durante 7 minutos:



**Actívese**  
4 minutos



**Descansar y hablar**  
3 minutos

<b>DÍA 1</b>	Pelota de velocidad	Leer y discutir Marcos 10:46 -52
<b>DÍA 2</b>	Escaladores de montaña con compañero	Leer y discutir Marcos 10:46 -52
<b>DÍA 3</b>	Calcetines de Baloncesto	Leer y discutir Marcos 10:46 -52

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 10:46 -52**.

**¡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



### Pelota de velocidad

Encuentre una pelota. Todos corren alrededor del lugar lanzando la pelota unos a otros para atrapar. Cuando alguien suelta la pelota debe hacer seis sentadillas o tres burpees.



<https://youtu.be/wb5lwu1pbQ>

## Descansar y hablar



### Llame a Jesús en cualquier momento

- *¿Cuándo ha estado en una gran multitud viendo a alguien famoso?*

Lea **Marcos 10:46 -52**.

Cuando Bartimeo llamó a Jesús «Hijo de David», estaba diciendo que creía que Jesús era el Mesías. Los judíos esperaban con interés la venida del Mesías que salvaría a la gente de su pecado.

- *¿Qué le diría a Jesús?*

**Platique con Dios:** Pase tiempo orando en silencio. Imagínase en una multitud, viendo a Jesús. Ahora tome turnos para decir una frase para describir sus reacciones. Agradezca a Jesús por estar presente.

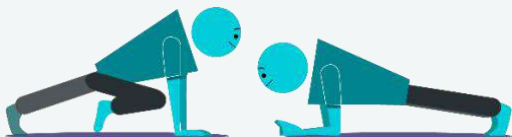
# DÍA 2

## Actívese



### Escaladores de Montaña con compañero

Trabaje en parejas. Una persona hace 10 escaladores de montañas mientras que la otra está en una posición de plancha. Cambie de lugar. Haga tres series.



## Descansar y hablar



### Jesús nos oye

- *Hable de un tiempo en el que tuvo que luchar para ser escuchado.*

Lea **Marcos 10:46 -52**.

¡Bartimeo estaba haciendo mucho ruido y mucha gente le dijo que callara! Pero él gritó aún más fuerte. Jesús nos escucha cuando lo invocamos, desde nuestros gritos hasta nuestros susurros.

- *¿En qué necesita que Jesús le ayude?*

**Platique con Dios: Dígale a Dios** las necesidades de su hogar en susurros. Haga una pausa y en voz más fuerte, agradezca por escucharlos.

# DÍA 3

## Actívese



### Calcetines de Baloncesto

Haga una pelota de un calcetín enrollado. Una persona usa sus brazos como objetivo. Elija tres lugares desde donde disparar. Todos tienen tres tiros en cada lugar. Cuente el número de tiros exitosos para encontrar al ganador.

Juegue de nuevo y vende los ojos a la persona que haga los disparos.



<https://youtu.be/5zt0ZewwXzU>

## Descansar y hablar



### Jesús está listo para responder

- *¿Cuándo recibió algo que era **exactamente** lo que necesitaba?*

Lea **Marcos 10:46 -52**.

La multitud cambió. Pasó de decirle a Bartimeo que dejara de gritar, a alentarlo. «¡No tengas miedo! ¡Vamos!» Así que saltó, lleno de esperanza, y Jesús lo sanó.

- *Piense en alguien de su comunidad que está en necesidad. Lluvia de ideas para ayudarlos.*
- *¿Podría su hogar responder a esta necesidad y alentarlos?*

**Platique con Dios:** Señor ayúdanos a notar las necesidades de las personas que nos rodean y responder.

# Palabras de la Semana

Usted puede encontrar estas palabras en una Biblia online gratis aquí en [Marcos 10:46 -52](#) (NIV).

## **Pasaje bíblico** — Marcos 10:46 -52 (NVI)

Luego vinieron a Jericó. Mientras Jesús y sus discípulos, junto con una gran multitud, salían de la ciudad, un ciego, Bartimeo (que significa «hijo de Timeo»), estaba sentado junto al camino pidiendo; cuando oyó que era Jesús de Nazaret, comenzó a gritar: «¡Jesús, hijo de David, ten misericordia de mí!»

Muchos lo reprendieron y le dijeron que se callara, pero él gritó aún más: «Hijo de David, ten misericordia de mí!»

Jesús se detuvo y dijo: «Llámalo». Así que llamaron al ciego, «¡Anímate! ¡Levántate! Él te está llamando». Tirando su capa a un lado, saltó a sus pies y vino a Jesús.

«¿Qué quieres que haga por ti?» Jesús le preguntó.

El ciego dijo: «Maestro, quiero ver».

«Ve», dijo Jesús-, «tu fe te ha sanado». Inmediatamente recibió la vista y siguió a Jesús por el camino.

## Consejos para la salud

Reduzca el tiempo de «pantalla» de la tecnología.

Cierre algunas cuentas de redes sociales.



# 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](mailto: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

