

Crece más sabio — Semana 4

¡Creciendo dando!

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 <i>4 minutos</i>	 Descansar y hablar <i>3 minutos</i>
DÍA 1	Tic-tac-toe	Leer y discutir Mateo 6:1 -4
DÍA 2	Mano derecha o mano izquierda	Leer y discutir Mateo 6:1 -4
DÍA 3	Salto de tijera y rodillas altas corriendo	Leer y discutir Mateo 6:1 -4

En un mundo donde nuestras acciones se publican a menudo en las redes sociales, la enseñanza invertida del Reino de Jesús acerca de dar en secreto es un desafío.

Se encuentra en la Biblia en [Mateo 6:1 -4](#) .

¡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



Tic-tac-toe

Haga un tablero de juego de tic-tac-toe en el suelo antes de empezar (use cinta o cuerda).

Trabaje en dos equipos. Cada equipo recibe un desafío como 5 burpees o 10 estocadas. Cuando termine, dos personas corren y colocan su pieza en el juego de tic-tac-toe.

Continúe con nuevos desafíos hasta que se gane el juego.



<https://youtu.be/6UJ9L3jFaoY>

Descansar y hablar



¿Qué ven los demás?

- *¿De qué manera tratamos de impresionar a los demás?*

Leer Mateo 6:1 -4 .

Jesús nos advierte acerca de hacer cosas para ser vistos por otros.

- *¿Qué podría hacer para «practicar su justicia hoy?»*

Platique con Dios: Pídale a Dios que le perdone por los tiempos en los que ha estado más preocupados por las apariencias externas. Ore por la ayuda de Dios para hacer lo que le agrada.

DÍA 2

Actívese



Mano derecha o izquierda

Obtenga notas adhesivas o pequeños trozos de papel y un bolígrafo. Tómese turnos para escribir o dibujar dos ejercicios diferentes o divertidos movimientos corporales en trozos de papel separados. Coloque una en cada mano y pida a alguien que elija «mano derecha o izquierda». Toda la familia hace el movimiento elegido durante un minuto. Asegúrese de que cada persona tenga al menos un turno.



<https://youtu.be/VKzBKgt3zqw>

Descansar y hablar



¿Qué ve?

- *Hable de un momento en el que le dio algo a alguien necesitado.*

Leer Mateo 6:1 -4 .

Jesús espera que seamos generosos en nuestra donación.

- *¿Qué más podemos dar, aparte del dinero, a los necesitados?*

Platique con Dios: Piense en gente que conoce con necesidades y escriba sus nombres en trozos de papel. Difunda los nombres y ore para que Dios lo guíe mientras da a los demás.

DÍA 3

Actívese



Salto de tijera y rodillas altas corriendo

Haga 10 saltos de tijeras y 20 corriendo en el lugar con las rodillas altas. Descanse un minuto entre cada ronda.

Haga tres series.



https://youtu.be/F_pKsg6_6zY

Descansar y hablar



¿Qué ve Dios?

- *Hable de alguna vez que hizo algo en secreto por otra persona.*

Leer Mateo 6:1 -4 .

En estos versículos Jesús desafiaba nuestra motivación para dar. Él nos anima a dar a los demás en secreto, dándonos cuenta de que nada está oculto a Dios.

- *¿Cuál es la recompensa de la que Jesús habla aquí?*

Platique con Dios : Recoja un alimento, una taza de agua, un pedazo de ropa, una moneda y algún medicamento. Mientras cada persona tiene un objeto, oren para que las necesidades de la gente sean satisfechas, y que Dios levante a dadores secretos alrededor del mundo.

Palabras de la Semana

Usted puede encontrar estas palabras en una Biblia online gratis aquí en [Mateo 6:1 -4](#) (NIV).

Pasaje bíblico — Mateo 6:1 -4 (NVI)

Ten cuidado de no practicar tu justicia delante de los demás para ser vistos por ellos. Si lo haces, no tendrás recompensa de tu Padre que está en los cielos. Así que cuando entres a los necesitados, no lo anunciéis con trompetas, como hacen los hipócritas en las sinagogas y en las calles, para ser honrados por otros. En verdad os digo que han recibido su recompensa en su totalidad. Pero cuando le des a los necesitados, no dejes que tu mano izquierda sepa lo que está haciendo tu mano derecha, para que tu donación sea secreta. Entonces tu Padre, que ve lo que se hace en secreto, te recompensará.

Consejos para la salud

Planee el éxito.
Establezca objetivos juntos como familia y comience a hacer planes para lograrlos.

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



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

