

Crescendo em Sabedoria — Semana 4
Crescendo através de doar!

family.fit
fast

7 minutos para ajudar a crescer sua
family.fitness.faith.fun



www.family.fit

É tão fácil!

Reúna a família por 7 minutos:

	 Fique ativo <i>4 minutos</i>	 Descanse e Converse <i>3 minutos</i>
DIA 1	Jogo da velha	Leia e discuta Mateus 6:1-4
DIA 2	Mão direita ou mão esquerda	Leia e discuta Mateus 6:1-4
DIA 3	Polichinelos e corrida com joelhos altos	Leia e discuta Mateus 6:1-4

Em um mundo onde nossas ações são frequentemente postadas nas mídias sociais, o desafio no Reino de Jesus é aprender a doar em segredo.

Encontra-se na Bíblia em [Mateus 6:1-4](#) .

É fácil! Sem equipamento especial. Apenas uma sensação de diversão e uma mente aberta!



Mais informações no final deste manual. Leia os termos e condições.

DIA 1

Fique ativo



Jogo da velha

Faça um tabuleiro de jogo-da-velha no chão antes de começar (use fita ou corda).

Trabalhe em duas equipes. Cada equipe recebe um desafio, como 5 burpees ou 10 afundos. Quando concluído, as duas pessoas correm e colocam sua peça no jogo da velha.

Continue com novos desafios até que o jogo seja ganho.



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

Descanse e Converse



O que os outros vêem?

- *De que maneiras tentamos impressionar os outros?*

Leia Mateus 6:1-4 .

Jesus nos adverte sobre fazer as coisas para sermos vistos pelos outros.

- *O que você poderia fazer para “praticar sua justiça” hoje?*

Bate-papo com Deus: Peça a Deus que o perdoe pelos tempos em que você esteve mais preocupado com as aparências externas. Ore pela ajuda de Deus para fazer o que Lhe agrada.

DIA 2

Fique ativo



Mão direita ou esquerda

Pegue pequenos pedaços de papel e uma caneta. Revezem-se para escrever ou desenhar dois exercícios diferentes ou movimentos corporais divertidos em pedaços separados de papel. Coloque um em cada mão e peça a alguém que escolha “mão direita ou mão esquerda”. Toda a família faz o movimento escolhido por um minuto. Certifique-se de que cada pessoa tenha pelo menos uma vez.



<https://youtu.be/VKzBKgt3zqw>

Descanse e Converse



O que você vê?

- *Conte sobre um momento em que você deu algo a alguém necessitado.*

Leia Mateus 6:1-4 .

Jesus espera que sejamos generosos em nossa doação.

- *O que mais podemos dar, além do dinheiro, aos necessitados?*

Bate-papo com Deus: Pense em pessoas que você conhece com necessidades e escreva seus nomes em pedaços de papel. Espalhe os nomes e ore para que Deus o conduza em como dar aos outros.

DIA 3

Fique ativo



Polichinelos e corrida com joelhos altos

Faça 10 polichinelos e 20 corridas no local com joelhos altos. Descanse um minuto entre cada rodada.

Faça três rodadas.



https://youtu.be/F_pKsg6_6zY

Descanse e Converse



O que Deus vê?

- *Conte sobre uma vez que fez algo em segredo para outra pessoa.*

Leia Mateus 6:1-4 .

Nestes versículos Jesus desafia a nossa motivação para dar. Ele nos encoraja a dar aos outros em segredo, percebendo que nada está escondido de Deus.

- *Qual é a recompensa que Jesus fala aqui?*

Bate-papo com Deus : Colete um item de comida, uma xícara de água, uma peça de roupa, uma moeda e alguns medicamentos. À medida que cada pessoa segura um item, ore para que as necessidades das pessoas sejam atendidas, e que Deus levante doadores secretos em todo o mundo.

Palavras da Semana

Você pode encontrar estas palavras em uma Bíblia online gratuito aqui em [Mateus 6:1-4](#) (NVI).

Passagem da Bíblia — Mateus 6:1-4 (NVI)

Tenham o cuidado de não praticar suas “obras de justiça” diante dos outros para serem vistos por eles. Se fizerem isso, vocês não terão nenhuma recompensa do Pai celestial. Portanto, quando você der esmola, não anuncie isso com trombetas, como fazem os hipócritas nas sinagogas e nas ruas, a fim de serem honrados pelos outros. Eu lhes asseguro que eles já receberam sua plena recompensa. Mas quando você der esmola, que a sua mão esquerda não saiba o que está fazendo a direita, de forma que você preste a sua ajuda em segredo. E seu Pai, que vê o que é feito em segredo, o recompensará.

Dica de saúde

Planeje o sucesso.
Estabeleça metas em família e comece a fazer planos de como realizá-las.

MAIS INFORMAÇÕES

Esperamos que você tenha gostado do *family.fit rápido*. Foi elaborado por voluntários de todo o mundo. É de graça!

Você encontrará sessões de *family.fit* completas no site <https://family.fit>. Compartilhe com outras pessoas.

Encontre os vídeos no [canal family.fit YouTube®](#)

Encontre-nos nas redes sociais aqui:



Se você traduzir isso para um idioma diferente, envie-nos um e-mail para info@family.fit para que ele possa ser compartilhado com outras pessoas.

Obrigado.

Equipe family.fit



TERMOS E CONDIÇÕES

ACORDO IMPORTANTE ANTES DE UTILIZAR ESTE RECURSO

Ao usar este recurso, você concorda com nossos Termos e Condições <https://family.fit/terms-and-conditions> conforme detalhado na íntegra em nosso site. Estes regem o uso deste recurso por você e por todos aqueles que se exercitam com você. Certifique-se de que você e todos aqueles que se exercitam com você aceitam estes termos e condições na íntegra. Se não concordar com estes termos e condições ou com qualquer parte destes termos e condições, não deverá utilizar este recurso.



family.ft

