

Weiser werden — Woche 10  
**Großzügiger Gott!**

# family.fit *fast*


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



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

# Es ist so einfach!

Versammelt eure Familie für 7 Minuten:

	 <b>Aktiv werden</b> <i>4 Minuten</i>	 <b>Ruhe und Gespräch</b> <i>3 Minuten</i>
<b>TAG 1</b>	Superman	Lest und bespricht Matthäus 7,7-12.
<b>TAG 2</b>	Turm- Herausforderung	Lest und bespricht Matthäus 7,7-12.
<b>TAG 3</b>	Schatzsuche	Lest und bespricht Matthäus 7,7-12.

Jesus möchte, dass wir wissen, dass Gott ein gütiger und weiser Vater ist. Er hört unsere Gebete und gibt uns gute Dinge, die wir brauchen.

Es ist in der Bibel in Matthäus 7:7-12 zu finden.

**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



### Superman

Legt euch auf den Bauch und streckt die Arme über den Kopf nach vorne (wie Superman).

Hebt eure Arme und Beine für drei Sekunden so weit wie möglich vom Boden ab. Dann bringt sie in die Ausgangsposition zurück.

Macht diese Bewegung 15 mal und ruht euch nach Bedarf aus.

3 Runden. Pause zwischen den Runden.



<https://youtu.be/7nInrrd51H8>

## Pause und Gespräch



### Beten zu einem zuhörenden Vater

- *Sprecht über Momente, in denen Gott eure Gebete erhört hat und in denen er es nicht getan hat.*

Lest Matthäus 7,7-12.

Die Verse 7 und 8 sagen uns, dass Gott möchte, dass wir ständig im Gebet zu ihm kommen.

Erstellt als Familie eine Liste mit Dingen, nach denen ihr fragen wollt, was ihr suchen werdet und neue Wege, wie ihr Gott dienen könnt.

**Gespräch mit Gott:** Bringt diese Liste zu Gott. Bittet Gott, euch zu helfen, nicht aufzugeben, Gott zu verfolgen und ihm als deinen großzügigen Vater zu vertrauen.

# TAG 2

## Aktiv werden



### Turm-Herausforderung

Jedes Paar bekommt 6 Becher. Eine Person hält den Superman, während die andere fünf Kniebeugen macht. Nach jeder Runde fügt ihr dem Turm einen Becher hinzu. Rollen tauschen. Macht sechs Runden. Versucht jedes Mal den Turm so schnell wie möglich zu bauen.



<https://youtu.be/IXRKX3nLZe8>

## Pause und Gespräch



### Empfangen von einem großzügigen Vater

- *Sprecht über Geschenke, die ihr von Personen erhalten habt, die euch gerne haben.*

Lest Matthäus 7,7-12.

Konzentriert euch auf die Verse 9-11. Findet ein paar einfache Gegenstände, um die Geschichte nachzuspielen. Zwei Kinder bitten ihren Vater um Brot — das eine erhält Brot, das andere einen Stein. Spielt das zweite Theaterstück auf ähnliche Weise.

- *Was möchte Gott uns geben? Wissen wir immer, was das Beste für uns ist?*

**Gespräch mit Gott:** Nehmt euch einen Moment Zeit, um darüber nachzudenken, wie Gott großzügig zu euch war. Schreibt die Antworten auf Papier oder sprecht darüber. Sprecht mit Gott und dankt ihm für jede dieser Antworten.

# TAG 3

## Aktiv werden



### Schatzsuche

Versteckt 20 kleine Portionen Essen in einem Raum (zum Beispiel Gemüse oder Obst). Wie viele kann die Familie in drei Minuten finden?

## Pause und Gespräch



### Leben für unseren liebenden Vater

- *Wenn es keine Grenzen gäbe, was würdet ihr heute für jemand anderen tun?*

Lest Matthäus 7,7-12.

Konzentriert euch auf Vers 12. Dieser Vers wird allgemein als 'Goldene Regel' bezeichnet. Wählt einen Partner und stellt euch gegenüber. Entscheidet wer führt. Der Spielleiter macht eine Bewegung und der Partner wiederholt diese sofort - Partner-Kopie. Die Bewegungen können positiv sein, ein Lächeln oder eine Umarmung, oder negativ, z.B. vorsichtig keifen oder stupsen.

- *Auf welche Weise prägt dieser Vers, wie wir für Gott leben sollten?*

**Gespräch mit Gott:** Denkt über Momente nach, in denen ihr andere nicht so behandelt habt, wie ihr selbst behandelt werden wollt. Betet gemeinsam, dass euch Gott die Kraft gibt, so zu handeln, dass es ihm immer gefällt.

# Worte der Woche

Ihr findet diese Worte in einer kostenlosen Online-Bibel hier in [Matthäus 7,7-12](#).

## **Bibelstelle** — Matthäus 7,7-12

<sup>7</sup> Bittet, und ihr werdet erhalten. Sucht, und ihr werdet finden. Klopf an, und die Tür wird euch geöffnet werden. Denn wer bittet, wird erhalten. Wer sucht, wird finden. Und die Tür wird jedem geöffnet, der anklopft.

<sup>9</sup> Ihr Eltern - wenn euch eure Kinder um ein Stück Brot bitten, gebt ihr ihnen dann stattdessen einen Stein? Oder wenn sie euch um einen Fisch bitten, gebt ihr ihnen eine Schlange? Natürlich nicht! Wenn ihr, die ihr Sünder seid, wisst, wie man seinen Kindern Gutes tut, wie viel mehr wird euer Vater im Himmel denen, die ihn darum bitten, Gutes tun.

<sup>12</sup> Geht so mit anderen um, wie die anderen mit euch umgehen sollen. In diesem Satz sind das Gesetz und die Propheten zusammengefasst.

## Gesundheits-Tipp

Sorgt für genügend Schlaf.  
Versucht jeden Abend zur selben Zeit ins Bett  
zu gehen, damit euer Körper sich genug  
ausruhen kann.



# 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](mailto:info@family.fit) damit es mit anderen geteilt werden kann.

Danke.

*Das family.fit Team*



## 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

