

Растем глубже — неделя 8

Иисус делает невозможное!

family.fit
fast

7 минут, чтобы помочь росту вашей
семья.фитнес.вера.веселье



www.family.fit

Это так просто!

Соберите семью в течение 7 минут:



Будьте активными
4 минуты



Отдых и беседа
3 минуты

ДЕНЬ 1

Партнерские
ситапы

Прочитайте и
обсудите от Марка
10:17-31.

ДЕНЬ 2

Сплошной круг

Прочитайте и
обсудите от Марка
10:17-31.

ДЕНЬ 3

Тег ситапы

Прочитайте и
обсудите от Марка
10:17-31.

Это часть путешествия по истории Марка, когда мы исследуем вопрос «Кто этот человек Иисус?». Это найдено в Библии в **Марка 10:17-31**.

Это легко! Нет специального оборудования.
Просто чувство веселья и открытый ум!

*Дополнительная информация в конце буклета.
Пожалуйста, ознакомьтесь с правилами и
условиями.*



ДЕНЬ 1

Будьте активными



Партнерские ситапы

Работа в парах. Один человек делает ситапы, в то время как другой держит ноги внизу. Сделайте пять ситапов и поменяйтесь местами. Сделайте три раунда.



<https://youtu.be/ufGar8JeTuY>

Отдых и беседа



Быть хорошим недостаточно

- *Расскажите о плюсах и минусах следующих правил.*

Прочтите Марка 10:17-31.

Составьте контрольный список того, что сделал бы хороший студент или рабочий. Прочтите стихи 17-22. Напишите один из этих контрольных списков для человека, который встретил Иисуса..

- Что он сделал правильно, а что не так?

Никто из нас не живет идеально. Никто не «хороший», кроме Бога!

Общайтесь с Богом: Подумайте о том, что вы сделали неправильно и причинили боль другим. Извинись перед Богом. Слава Богу, что Он хороший!

ДЕНЬ 2

Будьте активными



Сплошной круг

Все держатся за руки и встают в круг. Делайте эти движения вместе:

- 5 приседаний
- 5 выпадов
- 5 удержаний супермена
- 5 отжиманий

Повторите. Постарайтесь не разорвать круг.



<https://youtu.be/ygkcmvKgJXY>

Отдых и беседа



Невозможно спасти себя

- *Какие вещи тебе трудно сделать самостоятельно?*

Читайте Марка 10:23-26.

Соберите пять объектов различного размера вокруг вашего дома. Посмотрите, сможете ли вы просунуть их через небольшое отверстие или "ушко" иглы.

Это невозможно, не так ли? Это прекрасная картина того, что мы пытаемся попасть в Царство Божье, будучи достаточно хорошими.

Беседа с Богом: Напишите несколько хороших вещей, которыми вы как семья гордитесь. Невозможно использовать эти вещи, чтобы подготовить вас к вступлению в Царство Божье. Просите Бога помочь вам увидеть, чего Он хочет.

ДЕНЬ 3

Будьте активными



Тег ситапы

Найдите пространство, где вы можете все бегать. Один человек – это «метка», который гоняется за всеми, чтобы пометить их. Когда кого-то отметили, они останавливаются и делают три ситапы. Затем они становятся новой меткой.

Играйте три минуты или пока все не устанут.



Отдых и беседа



Бог любит спасать нас

- *Вам легко или трудно обратиться за помощью?*

Прочтите Марка 10:17-31.

Возьмите плотно закрытую бутылку или банку. Пусть самый младший в семье попробует его открыть. Если они не могут этого сделать, им следует обратиться за помощью к следующему человеку.

Хотя спасти самих себя невозможно, Бог может спасти нас. Он хочет, чтобы мы смиренно попросили Его сделать это за нас. Сделай это сейчас!

Беседа с Богом: Господь Иисус, я не могу спастись, постоянно ведя себя хорошо. Я продолжаю терпеть неудачу. Мне нужно, чтобы Ты спас меня. Я доверяю Тебе.

Слово недели

Вы можете найти эти слова в бесплатной Библии онлайн здесь, в [Mark 10:17-31 \(NIV\)](#).

Отрывок из Библии – Марка 10:17-31

Когда Иисус начал свой путь, к нему подбежал человек и упал перед ним на колени. «Хороший учитель, – спросил он, – что я должен сделать, чтобы наследовать вечную жизнь?»

«Почему ты называешь Меня хорошим?» Иисус ответил: «Никто не добр, кроме одного Бога. Ты знаешь заповеди: «Не убивай, не прелюбодействуй, не кради, не давай лживого свидетельства, не обманывай, почитай отца и мать».

«Учитель, – заявил он, – все это я хранил с детства».

Иисус посмотрел на него и любил его. – Тебе не хватает одного, – сказал он. – Иди, продай все, что у тебя есть, и отдай бедным, и у тебя будет сокровище на небесах. Тогда иди, следуй за мной». При этих словах лицо мужчины упало. Он ушел грустный, потому что у него было большое состояние.

²³Иисус оглянулся и сказал своим ученикам: «Как тяжело богатым войти в Царство Божье!» Его слова поразили учеников. Но Иисус снова сказал: «Дети, как трудно войти в Царство Божье! Верблюду легче пройти сквозь игольное ушко, чем богатому войти в Царство Божье». Ученики были еще больше изумлены и сказали друг другу: «Кто же тогда может спастись?»

Иисус посмотрел на них и сказал: «Для человека это невозможно, но не для Бога; все возможно с Богом».

Затем Питер заговорил: «Мы оставили все, чтобы следовать за тобой!»

“Истинно говорю вам, – ответил Иисус, – никто из тех, кто оставил дом, или братьев, или сестер, или мать, или отца, или детей, или поля ради меня и Евангелия, не сможет получить в сто раз больше в этом нынешнем веке: дома, братьев, сестер, матерей, детей и поля – вместе с гонениями – и в грядущем веке вечной жизни. Но многие из первых будут последними, а последние – первыми».

Советы по здоровью

Пейте больше воды. Носите с собой воду и пейте ее, когда чувствуете жажду.



БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ

Мы надеемся, что вам понравилось *family.fit* быстро. Он был собран добровольцами со всего мира. Это бесплатно!

Вы найдете полные сеансы *family.fit* на сайте <https://family.fit>. Поделитесь им с другими.

Найдите видео на канале [family.fit YouTube®](#)

Найдите нас в социальных сетях здесь:



Если вы переводите это на другой язык, пожалуйста, напишите нам по адресу info@family.fit, чтобы его можно было поделиться с другими.

Спасибо.

Команда family.fit



Рекламное видео

УСЛОВИЯ И СОГЛАШЕНИЯ

ВАЖНОЕ СОГЛАШЕНИЕ ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭТОГО РЕСУРСА

Используя этот ресурс, вы соглашаетесь с нашими Условиями <https://family.fit/terms-and-conditions>, подробно изложенными на нашем сайте. Они регламентируют использование этого ресурса вами и всеми теми, кто тренируется вместе с вами. Пожалуйста, убедитесь, что вы и все те, кто тренируются с вами, полностью согласны с этими условиями и положениями. Если вы не согласны с настоящими правилами и условиями или какой-либо их частью, вы не должны использовать данный ресурс.



family.ft

