

KINDERKERK LES: Bybel Atletiek

Doel van les:

Ons hou 'n funaand met interaktiewe speletjies met die tema Bybel atletiek.

Vanaand gaan ons bietjie atletiek hou. Bybel atletiek. Voordat ons begin moet ons net 'n paar dingetjies doen. Ons moet eers opwarm voor ons Bybel atletiek kan doen.

Ysbreker 1: Opwarmingsoefeninge:

WARM OP - deur te kniel in gebed.

Almal gaan op hulle knieë vir 10 tellings om die biddende posisie te oefen.

TEL OP - al jou seëninge

Almal tel op hulle vingers en sê hardop soos hulle tel wat hulle het om voor dankbaar te wees.

GOOI - jou Sorge van jou skouers af

Maak of jy iets oor jou skouers gooi, en soos jy gooi sê jy hardop dit wat jou laat stres gooi jy van jou af.

ROL - groot struikelblokke uit die pad uit.

Maak of jy iets rol - soos jy rol sê jy hardop die name van dinge waarmee jy sukkel.

STREK - na die goeie en opregte lewe.

Strek jouself vorentoe uit en noem die goeie en mooi wat Jesus bly maak.

SKUD - jou kop van links na regs vir versoekings.

Soos jy jou kop skud noem jy die name van die verkeerde dinge waarvoor jy 'nee' sê.

REIK - nou sywaarts uit en deel die goeie boodskap met mense om jou.

soos jy sywaart uitreik vertel vir die persoon aan jou regterkant dat Jesus hulle liefhet.

Ysbreker 2: Span naam: Eerste moet ons spanne maak en daardie spanne moet name kry. Deel die groot groep op in twee groepe. Laat hulle op 'n naam besluit vir hulle span. Jy kan twee kleure lappe gee as "team colours" wat hulle kan aantrek.

Aktiwiteit 1: 100 meter hardloop: Laat al die kinders teen die een muur gaan staan. Blinddoek hulle. Ons gaan nou waar of vals speel. Ek gaan ietsie vir julle lees en as julle dink dis die waarheid, dan steek julle jul hand op. As julle dink dis verkeerd, dan hou julle altwee armpies langs die sye. Ek sal dan sê watter antwoord is reg en die wat reg geantwoord het,

mag 'n tree vorentoe gee. Die een wat eerste teen die oorkantste muur kom, wen en hul span kry 'n punt.

Waar of vals:

1. God het die aarde in 7 dae gemaak - Vals - in 6 dae;
2. Die eerste vrou se naam was Eva - Waar;
3. Abraham was 90 jaar oud toe Isak gebore is - Vals - 100 jaar;
4. Isak was Jakob se pa - Waar;
5. Josef is deur sy broers verkoop as 'n slaaf - Waar;
6. God het Faro en sy weermag in die Rooi See laat verdrink - Waar;
7. Die Israeliete het vir 50 jaar in die woestyn rondgetrek - Vals - 40 jaar;
8. Die Israeliete het geskree en die mure van Jerusalem het omgeval - Vals - Jerigo;
9. Die eerste koning van die Israeliete was Dawid - Vals - Saul;
10. Die slimste koning in die Ou Testament was Salomo - Waar.

Aktiwiteit 2: Driebeen resies - Die kinders moet twee-twee staan. Maak hulle twee binnekantste bene aan mekaar vas. Plaas stoele of bakens in die "bane" waarin hulle gaan hardloop. Twee spanne moet resies hardloop teen mekaar. Hulle moet rondom die bakens hardloop, na die oorkantste muur en dan terug na die begin. Die volgende paar hardloop dan.

Laat almal gaan sit na die resies klaar is en nou gaan hulle kyk of hulle bekende paartjies in die Bybel kan regraai.

Vrae:

1. Is dit Adam en Eva of Adam en Jakoba?
2. Abraham en Rut of Abraham en Sara?
3. Isak en Rebekka of Isak en Ragel?
4. Simson en Orpa of Simson en Delila?
5. Josef en Maria of Josef en Abigail?

Aktiwiteit 3: Hindernis baan: Maak 'n hindernis baan vir elke span om deur te beweeg. In die Bybel was daar ook dinge wat van ons Bybelkarakters moes oorkom. God het hulle gehelp met wonderwerke om deur die moeilike probleme te kom. 'n Wonderwerk is iets wat geen mens kan doen nie, maar net God.

Kinders bly vasgebind met hulle driebeen maatjie. Pak gou hindernisse uit - twee stasies kan gemaak word. Nadat al die kinders deur die hindernisbaan is, gee vir die groepe die prentjies van wonderwerke en kyk of hulle kan raai watter wonderwerke plaasgevind het.

1. Moses wat die Rooi See skei. God het die see voor die Israeliete oop laat gaan sodat hulle op droë grond deurgestap het;
2. Sadrag, Mesag en Abednego in die vuuroond - God het hulle beskerm in 'n brandende oond en so hulle lewens gered;

3. Jesus wat vir oor die 5 000 mense kosgee - Jesus het met 5 broodjies en 2 vissies vir oor die 5 000 mense kosgegee. Dit het net meer en meer geraak en daar het selfs 12 mandjies oorgebly.
4. Paulus en Silas in die tronk - Hulle het vir God gesing en gebid en God het 'n aardbewing gestuur wat hulle boeie gebreek en hulle tronk se deure oop laat gaan het.
5. Jesus loop op water - Terwyl Sy dissipels in 'n boot sit in die see, het Jesus na hulle aangeloop gekom op die water.

Aktiwiteit 4: Ver spring sal jy eerder: Almal staan in die middel van die vertrek - merk die vertrek se een muur nommer 1 en oorkantste muur nommer 2. Lees scenarios en kinders moet spring na die kant wat hulle sal kies. (hier is 'n KLOMP vrae - gebruik net die wat gepas is vir jou groep).

Saam met Noag wou wees in die ark met al die stinkende diere		in 'n groot vis se maag?
Ragab wou wees wat die spioene wegsteek		Delila wat Simson se hare afsny?
Adam wou wees		Eva?
Wou sien hoe die rooiese geskei word		saam met Jesus op die water wou loop?
'n uur in die hemel wou spandeer		'n week saam met Jesus op aarde wees?
Aandete saam met Moses wou eet		aandete saam met Paulus?
Wou weet watter vrug Adam en Eva geëet het		wou weet wat Jesus in die sand geskryf het vir die vrou wat owerspel gepleeg het?
5 000 mense met 5 broodjies en 2 vissie wou kosgee		iemand van blindheid gesond maak?
In 'n vuuroond gegooi word	OF	in 'n leeukuil?
Soos Daniël net groente eet		soos Elia net brood eet?
Die wysheid van Salomo wou hê		die krag van Simson?
Leef tydens 'n plaag van springkane		tydens 'n plaag van paddas?
Sagaria wou wees wat deur 'n engel stom gemaak is		Jakob wou wees wat met 'n engel gestoei het?

Jerigo se mure wou sien val	Biliam se donkie hoor praat?
Meisies: 'n doek vir die res van jou lewe oor jou hare dra	geen make-up vir die res van jou lewe nie?
Seuns: 'n doek vir die res van jou lewe oor jou hare	nooit jou hare en jou baard mag sny of skeer nie?
Wou sien hoe Jesus die vissies en die broodjies vermeerder	wou sien hoe Jesus water in wyn verander?
Martha wou wees wat Jesus bedien	Maria wou wees wat by Jesus se voete sit en na Hom luister?
Saam met Moses die brandende bos sien wat nie uitbrand nie	sien hoe Elia vir vuur uit die hemel bid wat die offer verteer?
Vir 377 dae soos Noag heelyd na die diere in die ark kyk	vir 390 dae soos Esegïel heelyd net op jou een sy lê?
Soos Ragab spioene in jou huis wegsteek	soos Moses se Ma 'n baba in jou huis wegsteek?
Wou sien hoe 'n byl op die water dryf	wou sien hoe 'n staf in 'n slang verander?
In die stal wou wees waar Jesus gebore was	in die graf toe Jesus opgestaan het uit die dood?
Deur jou broers as slaaf verkoop word soos Josef	soos Isak deur jou pa op die altaar gesit word om geoffer te word?
Die Tempel wou help bou	die ark wou help bou?
Die aarde wou help maak / skep	siek mense wou gesond maak?
Op die aarde wou wees tydens die vloed wat die aarde oorspoel het	tydens die 3 dae van algehele duisternis (donkerte) op die aarde?
By Jesus se voete wou sit en deur Hom geleer word	deur 'n engel besoek word?

Saam met Gideon en die 300 manne met kruike, fakkels en ramshorings die oorwinning behaal		saam met Dawid vir Goliat met 1 klippe doodgooi?
---	--	--

Aktiwiteit 5: Mummy resies: Kies een kind wat as die "mummy" aangetrek gaan word. Elke groep kry 'n rol toilet papier, kleeflint en 'n skêr. Daar gaan vragies gevra word en as die groepe die antwoorde reg kry, mag hulle die toilet papier twee keer rondom die kind rol. Die doel is om die kind soos 'n "mummy" te laat lyk aan die einde van die vrae.

1. Wie het die reus, Goliat, doodgemaak? - Dawid
2. Waar het Adam en Eva eerste gebly? - Die tuin van Eden
3. Wie het die Ark gebou? - Noag
4. Wie is deur 'n groot vis ingesluk? - Jona
5. Watter baba is in 'n mandjie in die Nyl rivier gesit? Moses
6. Hoeveel geboeie is daar? 10
7. Wie het 'n jas gehad wat baie kleure gehad het? - Josef
8. Hoeveel dissipels het Jesus gekies? -12
9. Wie was die sterkste man in die Bybel? - Simson
10. By watter diere is Daniël gegooi? Leeus
11. Na hoeveel dae het Jesus opgestaan uit die dood? 3 dae
12. Wie was die man wat uit die graf gekom het soos 'n "mummy" nadat Jesus vir hom gesê het hy moet uitkom? Lasarus

Laat die groepe nou die "mummy" heeltemal klaar maak en kyk wie sin lyk die meeste soos 'n mummy.

Goed, nou is dit tyd vir afkoel. Kom ons gaan sit in ons groepies en dan gaan sê ons vir God baie dankie vir die Bybel en al die dinge wat dit ons leer.

Groepe sluit af met gebed in groepe.









