

# Naturløb: Post 1

**Find:** Tre græsstrå hver.

**Aktivitet:** Hver person skal puste sine græsstrå længst muligt. Der, hvor det første græsstrå lander, må I gå hen, og herfra puster I det andet græsstrå – og så det tredje. Hvem kom længst?

**Variant:** I kan evt. lave to hold, hvis I er et lige antal.

**Bibelord:** *Beder du til ham, vil han høre dig. (Job 22,27)*

**Læs højt:** Græsstrået kan ikke så meget i sig selv, men når vi puster til det, så kan det komme langt. Gud siger også til os, at når vi beder til ham, så vil han høre os. Det er trygt at vide, at vi må sige alt til Gud.

**Spørgsmål:** Føler vi, at Gud hjælper os?

-----

**Formål:** for familien til en hyggelig gåtur i naturen  
med aktivitet og samtale om Gud - Tid: 30 min - Alder: 3-100

Dette løb er opsat efter aftale med: \_\_\_\_\_

og fjernes senest d.



danmarks folkekirkelige  
søndagsskoler

[www.soendagsskoler.dk](http://www.soendagsskoler.dk)

# Naturløb: Post 2

**Find:** En masse forskellige blade.

**Aktivitet:** Hver person skal nu på skift prøve at lave noget ud af sine blade. Man må rive i dem og lægge dem ovenpå hinanden. Enten kan man lave det samme, eller man kan prøve at lave noget, som de andre skal gætte. Fx kan der laves en sol, en giraf, et hus osv.

**Bibelord:** *Gud siger: Jeg vil være med dig. (Dom 6,16)*

**Læs højt:** Gud har skabt os til at hjælpe hinanden. Vi skal ikke gøre alting selv men bruge hinandens evner og styrker. Og så skal vi vide, at Gud altid er med os, og vi skal snakke med ham om alt.

**Spørgsmål:** Hvornår er det nemt at spørge om hjælp? Og hvornår er det svært?

-----

**Formål: for familien til en hyggelig gåtur i naturen med aktivitet og samtale om Gud - Tid: 30 min - Alder: 3-100**

Dette løb er opsat efter aftale med: \_\_\_\_\_

og fjernes senest d.



danmarks folkekirkelige  
sendagsskoler

[www.soendagsskoler.dk](http://www.soendagsskoler.dk)

# Naturløb: Post 3

**Find:** Tre pinde hver.

**Aktivitet:** Læg nu pindene sammen på en række, så den korteste kommer først og den længste til sidst. Se hvilken pind, der er den tykkeste, tyndeste, korteste, længste, flotteste, grimteste, mest skæve, lige.

**Bibelord:** *For du er dyrebar i mine øjne, højt agtet, og jeg elsker dig. (Es 43, 4)*

**Læs højt:** Pindene er forskellige, men alligevel er de alle pinde. Sådan er det også med os mennesker. Vi ser forskellige ud, og vi er forskellige både indeni og udenpå, men Gud elsker alle mennesker lige højt.

**Spørgsmål:** Hvordan kan vi lære mere om, hvordan folk ser ud indeni?

---

**Formål: for familien til en hyggelig gåtur i naturen med aktivitet og samtale om Gud - Tid: 30 min - Alder: 3-100**

Dette løb er opsat efter aftale med: \_\_\_\_\_

og fjernes senest d. \_\_\_\_\_



danmarks folkekirkelige  
sendagsskoler

[www.soendagsskoler.dk](http://www.soendagsskoler.dk)

# Naturløb: Post 4

**Find:** Alle leder efter det største blad.

**Aktivitet:** Mål, hvis blad er størst.

**Bibelord:** *Luk mine øjne op, så jeg kan iagttage underne i din lov. (Sl 119,18)*

**Læs højt:** Der er mange blade i skoven, og måske fandt I det største af dem alle. Måske er det største stadig derude et sted. Naturen forandrer sig også hele tiden. Næste gang vi kommer til dette sted, vil det nok se anderledes ud. Ligesom vi kan gå i skoven og se forandringer og opdage nye ting, kan vi også iagttage og gå på opdagelse i Guds ord. Jo mere vi beskæftiger os med det, vil vi lære nye ting om ham.

**Spørgsmål:** Hvad tænker du, vi kan lære om Gud?

-----

**Formål: for familien til en hyggelig gåtur i naturen med aktivitet og samtale om Gud - Tid: 30 min - Alder: 3-100**

Dette løb er opsat efter aftale med: \_\_\_\_\_

og fjernes senest d. \_\_\_\_\_



danmarks folkekirkelige  
sendagsskoler

[www.soendagsskoler.dk](http://www.soendagsskoler.dk)

# Naturløb: Post 5

**Find:** To sten hver, som kan gemmes i hånden.

**Aktivitet:** Nu kigger I på alle sten, og hvem der holder hvilke sten. Derefter vælges én person til at vende sig rundt, og alle andre bytter en eller flere sten. Kan vedkommende huske, hvem havde hvilke sten? Er I kun en lille gruppe, kan I tage flere end to sten.

**Bibelord:** *Herren er en Gud, der ved alt. (1 Sam 2,3)*

**Læs højt:** Gud kender os hver især – han ved alt om os. Vi skal ikke frygte noget. Han ved, hvem vi er, hvad vi ønsker, og hvad vi har behov for.

**Spørgsmål:** Hvordan kan Gud mon vide alt om os?

-----

**Formål: for familien til en hyggelig gåtur i naturen med aktivitet og samtale om Gud - Tid: 30 min - Alder: 3-100**

Dette løb er opsat efter aftale med: \_\_\_\_\_

og fjernes senest d.



danmarks folkekirkelige  
sendagsskoler

[www.soendagsskoler.dk](http://www.soendagsskoler.dk)